وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهدعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

القسم: التدريب الرياضي.
الشعبة: التدريب الرياضي.
التخصص: تحضير بدني رياضي.

الرقم التسلسلي:.....
الرمز : .....

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر
بعنوان:

الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

إعداد الطالب:
شاوش بومدين

إشراف الأستاذ :
د. بن التومي بلال

مقدمة أمام لجنة المناقشة		
الاسم واللقب	المؤسسة الجامعية	الصفة
ا.د/ حريزي عبد الهادي	جامعة المسيلة	رئيسا
د./ بن التومي بلال	جامعة المسيلة	مشرفا ومقررا
ا.د/ قارة سعيد	جامعة المسيلة	مناقشا

السنة الجامعية: 2024/2023

العالـي والبحـث العلمي
جـامعة محمد بوضياف المسيلة
معهدعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

القسم: التـــدريب الريـــــاضـي.
الشعبة: التـــدريب الرياضـــــي.
التخصص: تحضير بدني ريـــــاضي.

الرقم التسلسلي:.....
الرمـــز: .....

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر
بعنوان:

الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

إعداد الطالب:
شاوش بومدين.

إشراف الأستاذ :
د/ بن التومي بلال.

مقدمة أمام لجنة المناقشة		
الاسم واللقب	المؤسسة الجامعية	الصفة
ا.د/ حريزي عبد الهادي	جامعة المسيلة	رئيسا
د./ بن التومي بلال	جامعة المسيلة	مشرفا ومقررا
ا.د/ قارة سعيد	جامعة المسيلة	مناقشا

السنة الجامعية: 2024/2023

(يَرفَعُ اللّٰهُ الذِينَ آمَنُوا

مِنكُم والذِينَ أُوتُوا العِلمَ

دَرجَات وَاللّهُ بِما تَعمَلُونَ

خَبِيرٌ) . سورة المجادلة الآية رقم 11

إهداء

إلى أغلى ما أملك وأعز ما في الوجود إلى التي لم تبخل عليا بدعواتها ..... إلى التي سهرت الليالي لتنير أيامي صاحبة القلب الكبير ومنبع حناني " أمي الغالية".

إلى كياني الشامخ الذي لا تهزه الرياح .... إلى مدرسي في هاته الحياة .... إلى مثلي الأعلى ونور حياتي ... إلى أغلى ما أحب في هذا الوجود .... إلى من يشقى الأسعد .... " أبي الحبيب".

"حفظهما الله وأطال في عمرهما"

إلى رفيقة دربي في هذه الحياة زوجتي الكريمة وأبنائي الغاليين: " سامي، زياد، يوسف " إلى إخوتي وأخواتي إلى أعز الأصدقاء : بن بتيش عبد الوهاب، دقيس بوعلام و بوبعاية عادل الى جميع أساتذتي الأعزاء .

ولكل من وسعهم قلبي ولم تسعهم هذه الصفحة.

شكـــر وتقديـــر

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا، وهو القائل في محكم تنزيله

(لئن شكرتم لأزيدنكم)

فالحمد لله الذي أنالنا مرادنا وبلغنا هدفنا، الحمد لله الذي لولاه ما كنا لنصل إلى إنجاز هذا العمل المتواضع.

ومصداقا لقول النبي(ﷺ):**" من لم يشكر الناس لم يشكر الله"**أتقدم بالشكر الجزيل والتقدير للأستاذالمشرف الدكتور " بن التومي بلال " على ما قدمه لنا من نصح وتوجيه وإرشاد وما أفادنا به من تجربته وخبرته الطويلة في مجال البحث العلمي إلى الأجلاء الذين أخذوا بأيدينا في معراجنا الصعب

ومكنونا من قطف ثمار أحلامنا حتى هذا المستوى العلمي منذ بداية مسيرتنا في التعلم ونخص بالذكر من علمنا ومن له فضل علينا وكل معلميأساتذتي المحترمين الكرامإلى أساتذتي وكل الأصدقاء بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

كما أتقدم بجزيل الشكر وفائق التقدير والاحترام للأساتذة "قسم التدريب الرياضي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية – جامعة المسيلة -" على ما قدموه لنا من دروس معلومات ونصائح كانت جد مهمة ولم يبخلوا علينا

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى كل من ساهم من قريب

أو من بعيد في إنجاز هذا العمل لاسيما اللاعبين والمدربين

والمسؤولين على مختلف فرق الكرة الطائرة

لولاية برج بوعريريج والمسيلة.

قائمة المحتويات:

شكر.	
إهداء.	
قائمة المحتويات.	
قائمة الجداول.	
قائمة الاشكال.	
الملخص باللغة العربية.	
الملخص باللغة الإنجليزية Abstract.	
مقدمة.	**أ–ب**
الجانب المنهجي.	03– 16
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.	
1 – 1 – إشكالية الدراسة.	06
1 – 2 – فرضيات الدراسة.	06
1 – 3 – أهمية الدراسة.	07
1 – 4 – أهداف الدراسة.	07
1 – 5 – تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة.	09
1 – 6 – الدراسات السابقة.	09
1 – 7 – أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة.	15
1–8– الاستفادة من الدراسات السابقة.	15
1–9– مميزات الدراسة الحالية.	16

الجانب النظري .	**32-18**
الفصل الثاني: الطاقة النفسية.	
تمهيد.	19
2-1- تنظيم الطاقة النفسية.	20
2-2- مفهوم الطاقة النفسية.	21
2-3- تعبئة الطاقة النفسية.	22
2-4- مصادر تعبئة الطاقة النفسية في المجال الرياضي.	23
2-5- فهم الطاقة النفسية.	23
2-6- التحكم في الطاقة النفسية.	24
2-7- طبيعة العلاقة بين تعبئة الطاقة النفسية والأداء الرياضي.	25
2-8- التعبئة النفسية في ضوء خصائص الأداء .	26
2-9 - التوجيهات المساعدة لزيادة التعبئة للاعب قبل المنافسة.	26
2- 10- الطاقة النفسية والأداء الرياضي.	27
2-11- متطلبات الطاقة النفسية حسب نوع الرياضة.	27
2-12- التوتر النفسي والطاقة النفسية.	29
2-13- الطاقة النفسية المثلى.	30
خلاصة.	32
الفصل الثالث: السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.	
تمهيد.	34
3-1- السلوك التنافسي.	35
3-1-1-مفهوم المنافسة الرياضية.	35

3-1-2- تعريف المنافسة الرياضية.	35
3-1-3- الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية.	36
3-1-3-1-الخصائص السيكولوجية العامة.	36
3-1-3-2- الخصائص السيكولوجية الايجابية.	36
3-1-3-3- الخصائص السيكولوجية السلبية.	36
3-1-4- مفهوم السلوك التنافسي الرياضي.	37
3-1-5- تعريف السلوك التنافسي الرياضي.	37
3-1-6- الفروق الفردية المؤثرة على السلوك التنافسي.	38
3-1-7- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية.	38
3-1-8- أهداف التنافس الرياضي.	40
3-1-9- تأثير المنافسة الرياضية على النتائج.	40
3-1-10- أهمية التحضير السيكولوجي للمنافسة.	41
3-1-11- التحضير النفسي قبل المنافسة.	41
3-1-12- التحضير النفسي أثناء المنافسة.	42
3-2- الكرة الطائرة.	42
3-2-1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة.	42
3-2-2- نشأةالكرة الطائرة في العالم.	42
3-2-3- تاريخ الكرة الطائرة في الجزائر وتأسيس الاتحادية الجزائرية لالكرة الطائرة.	44
3-2-4-بعض التواريخ عن تطور الكرة الطائرة.	44
3-2-5-اللعبة في الجزائر.	44
3-2-6-خصائص لعبة الكرة الطائرة.	45

3-2-7-المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.	46
3-2-7-1- وقفة الإستعداد.	46
3-2-7-2- مهارة الإرسال.	46
3-2-7-3- مهارة الاستقبال.	48
3-2-7-4- التمرير.	49
3-2-7-5- مهارة الإعداد.	51
3-2-7-6- مهارة الضرب الساحق.	51
3-2-7-7- الصد.	52
3-2-7-8- مهارة الدفاع عن اللعب.	53
3-2-8- الاختبارات المهارية الأساسية في الكرة الطائرة.	53
3-2-9- التحضير النفسي في رياضة الكرة الطائرة.	54
3-2-10- خصائص التحضير النفسي في الكرة الطائرة.	54
3-2-11- كيفية التحضير النفسي.	55
خلاصة.	56
الجانب التطبيقي.	
الفصل الرابع: منهجية الدراسة.	الصفحة
تمهيد.	59
4-1 - الدراسة الاستطلاعية.	60
4-2 - منهج الدراسة.	60
4-3 - متغيرات الدراسة.	61
4- مجتمع وعينة الدراسة.	61

4-5 - اساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات).	62
4-6- الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة(الصدق،الثبات،الموضوعية).	64
4-7 - تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية.	73
4-8 - خطوات اجراء الدراسة الميدانية.	72
خلاصة.	74
الفصل الخامس:عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
5-1 - عرض النتائج.	76
5-2 - تحليل النتائج.	76
5-3- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات.	97
الفصل السادس: الاستنتاجات والاقتراحات.	
6 - 1 - الاستنتاج العام.	104
6 -2 - الاقتراحات والفرضيات المستقبلية.	104
- قائمة المصادر والمراجع.	
- قائمة الملاحق.	**113**

قائمة الجداول:

عنوان الجدول	رقم الجدول	الصفحة
جدول يمثل طريقة تصحيح مقياس الطاقة النفسية.	**01**	**63**
جدول يمثل طريقة تصحيح مقياس السلوك التنافسي.	**02**	**63**
جدول يمثل الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها.	**03**	**64**
جدول يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لأبعاد مقياس الطاقة النفسية مع درجته الكلية.	**04**	**67**

جدول يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الطاقة النفسية.	05	68
جدول يوضح ثبات ألفاكرومباخ لمقياس الطاقة النفسية.	06	68
جدول يمثل الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها (مقياس السلوك التنافسي).	07	69
جدول يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور مقياس السلوك التنافسي مع درجته الكلية.	08	71
جدول يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس السلوك التنافسي.	09	71
جدول يوضح ثبات الفا كرومباخ لمقياس السلوك التنافسي.	10	72
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الأول (السيطرة على الاستثارة).	11	76
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثاني (الوعي الذاتي).	12	77
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثالث (الطاقة العقلية).	13	79
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الرابع (المحادثة).	14	80
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الخامس (الكفاح.)	15	82
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد السادس (الطموح).	16	83
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الأول (السلوك التنافسي السلبي).	17	85
جدول يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثاني (السلوك التنافسي الايجابي).	18	87
جدول يبين نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات إجابات أفراد العينة.	19	89
جدول يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي.	20	90
جدول يمثل مستوى الطاقة النفسية لدى عينة الدراسة.	21	92

جدول يمثل مستوى السلوك التنافسي لدى عينة الدراسة.	22	94
جدول يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي.	23	96
جدول يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي.	24	96

قائمة الاشكال:

عنوان الشكل	رقم الشكل	الصفحة
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد السيطرة على الاستثار.	1	77
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد الوعي الذاتي.	2	78
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد الطاقة العقلية.	3	80
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد المحادثة.	4	81
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد الكفاح.	5	83
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد الطموح.	6	84
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد السلوك التنافسي السلبي.	7	86
الشكل يمثل الأعمدة البيانية للبعد السلوك التنافسي الايجابي.	8	88
الشكل يمثل الأعمدة البيانية مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.	9	94
الشكل يمثل الأعمدة البيانية مستوى السلوك التنافسي الإيجابي والسلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.	10	95

الملخص باللغة العربية :

الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي، لدى لاعبي الكرة الطائرة

"دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية برج بوعريريج– صنف أكابر– "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الطاقة النفسية و مستوى السلوك التنافسي، لدى لاعبي الكرة الطائرة لدى لاعبي الكرة الطائرة، وكذا التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي ، والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة ، وهذا باستخدام المنهج الوصفي لدراسة العلاقة الارتباطية، على عينة دراسة شملت 38 لاعبا، ينتسبون الى القسم الوطني الأول والثاني الممتاز للكرة الطائرة ، وقد اعتمد الباحث على مقياس الطاقة النفسية ومقياس السلوك التنافسي على العينة الأصلية للبحث أثناء الدراسة الأساسية لجمع البيانات، إذ توصل الباحث إلى النتائج التالية: يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية و السلوك التنافسي، وكذا وجود علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي والسلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة، في ضوء النتائج التي أسفرت عليها الدراسة الميدانية نوصي بالآتي: ضرورة الإهتمام بالناحية النفسية للاعبين من قبل المدرب والهيئة الإدارية، و ضرورة تواجد مدرب نفسي والمدرب البدني، كضرورة لنجاح العملية التدريبية، ومواجهة الحالات النفسية التي يتعرض لها اللاعب في الأندية قيد البحث، وإجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية وبعض المتغيرات الأخرى ، و إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى.

الكلمات المفتاحية: الطاقة النفسية، السلوك التنافسي، لاعبي الكرة الطائرة.

الملخص باللغة الإنجليزية: **Abstract**

The relationship between Psychological energy and competitive sports behavior among volleyball players.

"A field study Bordj Bou Arreridj state's teams – adults'class –"

The aim of this study is to identify the level of psychological energy and the level of competitive behavior among volleyball players, to identify the correlation between psychological energy, negative and positive competitive behavior among volleyball players, using the descriptive approach on a sample study that included 38 players belonging to the first and second national volleyball division. The researcher relied on the psychological energy scale and the behavior scale. Competitiveness on the original sample of the research during the basic study to collect data, as the researcher reached the following results: There is a correlation between psychological energy and competitive behavior among volleyball players. Volleyball players have a high level of psychological energy and competitive behavior, and negative and positive competitive behavior among volleyball players. In light of the results of the field study, we recommend the following: the necessity of paying attention to the psychological aspect of the players by the coach and the administrative body, and the necessity of the presence of a psychological coach and physical trainer as a necessity for the success of the training process and confronting the psychological conditions to which the player is exposed in the clubs under study, Conducting other studies to identify the relationship between psychological energy and some other variables, and conducting similar studies in other sporting events.

Keywords: psychological energy, competitive behavior, volleyball

مقدمة

مقدمة:

يعتبر علم التدريب الرياضي من العلوم التي تساهم في إعداد الرياضي والتطور البدني والمهاري والخططي الذي بلغته الأنشطة الرياضية المختلفة، فقد اخذ المدربون البحث في أدق الأمور عن أسباب التفوق والتطور والمحافظة على ديمومة نشاط اللاعب والفريق خلال المباراة بالكامل، والاستفادة المثلى من ظروف الإعداد وعزل المؤثرات الخارجية السلبية التي ستؤثر في مستوى الرياضي، وأن الهدف الأساسي من عملية تخطيط والتدريب هو الوصول إلى عملية تكيف أجهزة الجسم المختلفة وتأقلمها مع العبء البدني العصبي الواقع على الرياضي، الذي جعل المدربين يهتمون بالنواحي البدنية والمهارية والخططية والقدرات النفسية، والذهنية للاعبين.

وتعد الطاقة النفسية كمصطلح حديث بديل لموضوع الاستثارة الانفعالية، بحيث تهدف الجهود التي يبذلها الطاقم التدريبي والإدارة في كل فريق إلى الوصول للحالةالمهارية والنفسية المثلى من خلال تحقيق متطلبات الوصول إلى ذلك الهدف، ومعرفة الرياضي بكيفية السيطرة على أفكاره وتنظيمها من خلال التدريب على المهارات النفسية، التي في العادة تقع على عاتق المرشد النفسي في الفريق لتأمين عملية التحكم وضبط الاستثارة للفريق ككل، من خلال برنامج تدريبي لتحقيق الروح المعنوية وتعتبر الطاقة النفسية في مجال التدريب الرياضي، وتدريب المهارات النفسية التي تمرّن الذهن وتنشيطه بشكل مستقل عن الجسم، إذ يعتبر أكثر ارتباطا بمصطلحات التدريب ونوع من أنواع النشاط والحيوية والشدة لوظائف العقل وأساساً للدافعية، إذ من الممكن أن تتخذ الشكل الإيجابي أو السلبي من خلال طبيعة الانفعالات كمصدر للطاقة، و التنشيط الإيجابي المعرفي والدافعي تسهم في المساعدة على الأداء الأفضل في المنافسة الرياضية.

والسلوك التنافسي من الأنشطة التي يحاول فيها الرياضي إحراز الفوز، ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للرياضي فحسب بل أيضا على الدوافع الاجتماعية، لذا يتميز السلوك التنافسي وخاصة في الألعاب الجماعية كلعبة الكرة الطائرة دون سائر أنشطة الرياضية الأخرى بوضوح تأثير الفوز والهزيمة أو النجاح أو الفشل، وما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية وبصورة واضحة ومباشرة، وهو ما يتطلب ضرورة تعبئة الرياضي لبذل أقصى قدراته البدنية والنفسية لمحاولة تسجيل أفضل مستوى ممكن، الأمر الذي يسهم في تطوير وتنمية السمات النفسية وخاصة السمات الخلقية والإرادية للرياضي، وهذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكا إنجازيا يتمثل في إشباع بعض الحاجات النفسية.

ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة للتعرف على علاقة الطاقة النفسية بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة، والتي سنحاول فيها تسليط الضوء على هذا الموضوع متبعين المنهج الوصفي، فجزأنا بحثنا إلى ثلاث جوانب ، تضم ستة فصول:

- **أولا: الجانب المنهجي:** والذي يضم الفصل الأول تناولنا فيه:

الإطار العام للدراسة من خلال التطرق الى إشكالية الدراسة وأهدافها واهميتها، وتحديد مصطلحات الدراسة، والتطرق الى الدراسات السابقة التي لها علاقة بالموضوع.

- **ثانيا: الجانب النظري:** والذي يضم :

الفصل الثاني: تناولنا فيه الطاقة النفسية.

الفصل الثالث: تطرقنا فيه إلى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- **ثالثا: الجانب التطبيقي:** ويضم:

الفصل الرابع: بعنوان منهجية الدراسة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج الدراسة.

الفصل السادس: يضم الاستنتاجات والاقتراحات.

الجانب المنهجي

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.

1-1- إشكالية الدراسة:

من المعروف أن اللاعبين ذوي المستوى العالي يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث قدراتهم البدنية والمهارية والخططية، إلا أن هناك عاملا هاما يحدد نتيجة الفروق بينهم أثناء المنافسة الرياضية، والذي يتأسس عليه النجاح والتفوق هو عامل قدراتهم ومهاراتهم النفسية، إذ أن الأداءالأمثل والأفضل للاعب والفريق يكون بتكامل بين مستوى المهارات البدنية التقنية، الخططية والنفسية، يقوم المدربون بتخطيط تدريباتهم الأسبوعية من خلال ملاحظة إيجابيات وسلبيات الفريق أثناء المنافسة، والاعتقاد لدى الكثيرين أن إصلاح الأداء الرياضي أو تنميته يكون فقط بالرفع من جرعات حمل التدريب اليومية، فقد نجد لاعب ذو مستوى عالي من الناحية البدنية والتقنية والتفكير التكتيكي، إلا أن مردوده يكون متواضعا أثناء المنافسة، وهذا يكون راجع إلى هبوط في مستوى مهاراته النفسية، إن نجاح أو فشل اللاعب في إظهار أفضل ما عنده من قدرات ومهارات في المنافسة، يكمن في عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات البدنية الحركية، الصفات البدنية،المهارات الحركية، القدرات الخططية والطاقة النفسية (القدرة على الاسترخاء، تركيز، الانتباه،والتصورالعقلي.....) ويلاحظ أن بعض اللاعبين يظهرون مستويات عالية في المنافسة، وفي منافسة ثانية مباشرة قد يظهرون بمستويات أقل مع العلم أن المهارات التقنية والقدرات البدنية، لا يمكن أن تتأثر في هذه الفترة الوجيزة ولكن الذي يمكن أن يتأثر هو الحالة النفسية للاعب، والتي تحتاج إلى الرعاية النفسية عن طريق التدريب على المهارات النفسية، فمصطلح الطاقة النفسية مصطلح حديث كبديل الموضوع الاستثارة الانفعالية، بحيث تهدف الجهود التي يبذلها الطاقم التدريبي في كل فريق إلى الوصول بالحالة المهارية والبدنية والنفسية للاعبين إلى التكامل من خلال تحقيق متطلبات الوصول إلى ذلك الهدف، ويمكن تحقيق الطاقة النفسية من خلال معرفة الرياضي بكيفية السيطرة على أفكاره وتنظيمها من خلال التدريب على المهارات(**علي، 2009، صفحة 43**)، ويستخدم مصطلح الطاقة النفسية في مجال تدريب الرياضي وتدريب المهارات النفسية من خلال تمرين الذهن وتنشيطه بشكل مستقل عن الجسم، إذ يعتبر أكثر ارتباطا بمصطلحات التدريب ونوع من أنواع النشاط والحيوية والشدة لوظائف العقل وأساسا للدافعية، إذ من الممكن أن تتخذ الشكل الايجابي أو السلبي من خلال طبيعة الانفعالات كمصدر للطاقة، فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الايجابية، أما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية(**راتب 2007، صفحة 127**)، فيجب على اللاعب تنمية قدراته النفسية والذهنية، ومعرفة كيفية السيطرة والتحكم في طاقته النفسية وسلوكه التنافسي عند بداية كل تدريب ومباراة، وتنظيمها منأجل رفع آدائه الرياضي لذروته والتحفيز واستثارة الدافعية لديهومعرفة مصادر الطاقة النفسية

السلبية التي تعوق الأداء مثل التوتر القلق الخوف، ومعرفة مصادر الطاقة النفسية الإيجابية التي تسهل الأداء مثل: الإثارة السعادة الاستمتاع.

إن المصادر السلبية للطاقة النفسية تعوق الأداء لأنها تؤدي إلى زيادة التوتر العضلي فتجعل الانتباه محدودا والتركيز ضعيفا، كما أن التعب يحل بسرعة، أما المصادر الإيجابية للطاقة النفسية فإنها تساعد على الاندماج في الأداء وتركيز الانتباه والتخلص من مصادر الأفكار السلبية، إن التحكم في الأداء البدني التقني، الخططي أدى إلى تكافؤ في مستوى الأداء الرياضي للفرق وأصبح الفارق الوحيد والمحدد للفوز هو الإعداد النفسي والتدريب العقلي الذي يرفع من مستوى المهارات النفسية و القدرة على التحكم في المصادر السلبية و الإيجابية للطاقة النفسية.

بغرض السيطرة على الضغوط النفسية والتي تنعكس على انجاز اللاعبين وعلى سلوكهم الرياضي أثناء المنافسة، والذي نسعى من خلاله إلى توحيد الجهود من أجل تحقيق هدف مشترك، وأن التعاون يجب أن يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، إلا أن التنافس لا غنى عنه في أي طريق وأن أسباب السلوك التنافسي تكمن في الدوافع وخبرات التعلم وخبرات التعلم وتغيرات النضج، فالسلوك التنافسي قصدي وليس عشوائي فهناك أغراض يسعى السلوكأن يحققها في إشباع الحاجات **(عدس و قطامي،2000، ص45)**.

السلوك التنافسي أيضا يحاول اللاعب فيه رفع مستوى الطموح وتحقيق الأهداف المرجوة منه، لأن أغلب البطولات تعتمد على أسلوب المنافسة للارتقاء بمستوى الأداء للوصول إلى أفضل النتائج،و يعتبر السلوك التنافسي من المواضيع النفسية المتناولة بكثرة في المجال الرياضي، و ذلك لانعكاساته الايجابية على المردود الرياضي للاعبين، حيث أن المنافسات الرياضية تعتبر المحك الحقيقي لاختبار قدرات الفرد البدنية و المهارية والنفسية، باعتبار المنافسة تتضمن مجموعة من المواقف المتغيرة التي تتطلب من الرياضي ضرورة التكيف الإيجابي معها في وجود المنافسين، الحكام، والجمهور، و الرياضي المتفوق يملك سلوكا إيجابيا يمكنه منمواجهة ظروف المنافسة وضغوطها، أما الرياضي المتردد و الخائف فإنه بحاجة إلى التدريب النفسي للرفع منسلوكه التنافسي باعتبار الجانب النفسي مؤثر على النتائج الرياضية سواء بالإيجاب أو السلب.

ومن هنا تبدو جليا أهمية الطاقة النفسية و السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، لذا أردنا إجراء دراسة تتمحور حول علاقة الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

وتأسيسا على ما سبق تم طرح السؤال العام لإشكالية البحث:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

وتندرج تحت هذا السؤال الأسئلة الجزئية التالية:

- ما مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟
- ما مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الإيجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

1-2- فرضيات الدراسة:

1-2-1- الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

1-2-2- الفرضيات الجزئية:

- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية.
- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من السلوك التنافسي.
- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

1-3- أهمية الدراسة:

تبينت أهمية هذه الدراسة في التعرف على قيم الطاقة النفسية و السلوك التنافسي،التي يتصف بها لاعبي الكرة الطائرة لمعرفة الحالة النفسية وطرق علاجها للحصول على أحسن النتائج في المنافسات،وإعطاء تصور أمام المدربين في كيفية انتقاء اللاعبين وفي كيفية وضع البرامج التدريبية وفق كل مصادر الطاقة الحركية والنفسية والبدنية والمهارية، والذي يؤثر بصورة مباشرة في مستوى الأداء ونتائج المباريات ومن ثم فان هذا البحث سوف يعد انطلاقة لبحوث مستقبلية تحفز الباحثين والمدربين الآخرين، كما تساعد هذه الدراسة في إبراز أهمية الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدي الرياضيين قد تساعد هذه الدراسة على التطوروالعمل، وقد تفتح المجال أمام باحثين آخرين لمواضيع مشابهه وذات صلة بالموضوع، وقد تفيد نتائج الدراسة الحالية في إثراء المعرفة العلمية المتعلقة بقياس مستوى الطاقة النفسية

السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، وتقديم بعض التوصيات والمقترحات في ضوء ما تسفر عنه الدراسة الحالية من نتائج.

1-4-أهداف الدراسة:

تكمن أهداف هذه الدراسة في:

- التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة .
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة .
- الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في غرس الثقة بالنفس، وإعطاء طاقة نفسية نحو تقديم الأفضل في المنافسات، مع إبراز الأهمية التي يلعبها التحضير النفسي على المردود الرياضي في المنافسات الرياضية والوصول إلى مختلف قيم التحضير النفسي.
- مدى مساهمة الدوافع الداخلية النفسية والخارجية الاجتماعية في تحفيز اللاعب الممارس للكرة الطائرة، كما تعتبر هذه الدراسة مرجع زائد للمكتبة وإثرائها والاستفادة منها مستقبلا.

1-6- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

1-6-1- الطاقة النفسية:

أ-التعريف الاصطلاحي: يستخدم مصطلح الطاقة النفسية في المجال علم النفس على نحو مرادف المصطلحات أخرى مثل الدافع التنشيط الاستثارة لكل من العقل والجسم، وهي الأساليب أو الإجراءات التي يستخدمها المدرب الرياضي أو الرياضي نفسه لزيادة الطاقة النفسية إلى الدرجة المثلى التي تلائم الأداء **(راتب،2000،ص 131).**

ولذلك فإن استخدامها في مجال التدريب الرياضي وتدريب المهارات النفسية للرياضيين يسبب نوعا من الغموض، في الوقت الذي يعتبر فيه مصطلح الطاقة النفسية أيسر فهما وتحديداً، إذ المطلوب في مجال التدريب النفسي تمرين الذهن وتنشيطه مستقلا عن الجسم، وعلى الرغم من إننا لا نستطيع أن نغفل

النظرة المتكاملة من حيث التأثير، والتأثير بين العقل والجسم ولكن يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار أن تنشيط الذهن قد يسبب تنشيط الجسم ولكن قد لا يكون سبباً لذلك.

وينظر إلى الطاقة النفسية على أنها أكثر من كونها نوعا من النشاط أوالحيوية والشدة لوظائف العقل، وهي أساس الدافعية كما إن الطاقة النفسية يمكن أن تتخذ الشكل الايجابي أو السلبي، ويتوقف ذلك على طبيعة انفعالات مصدر الطاقة، فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الايجابية، أما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية، وكما هو الحال بالنسبة لأغلب السمات النفسية فإن الطاقة النفسية تتميز بالتدرج إذ إن الأشخاص يتفاوتون من حيث الزيادة أو النقصان خلال الأوقات المختلفة ووفقا لنوع الموقف،**(نجاة سعيد علي،2009، ص43)**.

ب- التعريف الإجرائي: الطاقة النفسية هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

1-5- 2- السلوك التنافسي:

أ- التعريف الاصطلاحي: يعرف على انه ذو طبيعة إنجازيه هادفة إلى الإشباع النفسي، و لهذا تختلف دوافعه من حيث النوع و القوة عن ذلك السلوك في التدريب و الترويح فحالة الاستعداد للتنافس ووجود الخصم و الحكام و المشاهدين و غيرها من متغيرات الموقف التنافسي، تستثير دافعية السلوك الرياضي للإنجاز بطريقة تختلف تماما عن تلك الحالة التي تثير في التدريب و الترويح الرياضي، و هذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكا إنجازيا يتمثل في إشباع الحاجات النفسية **(فوزي، 2006، ص 235)**.

ويعرفه عنان: السلوك التنافسي جزء من مركب الشخصية الكلية للاعب **(عنان، 1995، ص 422)**. ويشير علاوي إلى أن السلوك الدافعي للممارسين للرياضة لا ينجم عن العوامل الشخصية بمفردها أو من العوامل الموقفية بمفردها، ولكن ينجم عن التفاعل ما بين هذين المتغيرين **(علاوي، 2002، ص 146)**.

ب- التعريف الإجرائي: السلوك التنافسي هو قدرة الرياضي في مواجهة ظروف التنافس محافظا على الأداء العالي، والتوازن الانفعالي والنفسي والرغبة في تحقيق النجاح، وعدم التخوف من الفشل و هو يرتبط بشخصية الرياضي و خبرته الميدانية.

1-5- 3- الكرة الطائرة:

أ-**اصطلاحا:** لعبة جماعية بسيطة تتكون من فريقين، كل فريق يتشكل من 06 لاعبين، ملعبها عبارة عن مربعين متلاصقين ضلع كل منهما 09 متر، وتفصل بينهما شبكة ارتفاعها 2.43 م ذكور و 2.24م إناث، وهدف اللعبة هو جعل الكرة تسقط في ملعب الفريق المنافس بطريقة لا تمكنه من إعادتها فوق الشبكة، ويكسب الفريق نقطة عندما يفشل الفريق الخصم من إعادة الكرة بعد أن يكون الإرسال بحوزة الفريق الأول، لهذا يتوجب العمل للحصول على الإرسال بسبب خطا يرتكبه الفريق المضاد.**(أكرم زكي خطابية،1996،59 ص)** .

ب- **التعريف الإجرائي:** الكرة الطائرة هي لعبة من الألعاب الجماعية التي تعتمد في أسسها على سرعة رد الفعل،وتمارسعليميدان طوله 18 متر، و عرضه 09 متر، و يفصل بينهما في منتصف الملعب شبكة علوها يتغير حسب الجنس والصنف، تمارس بين فريقين يتكون كل فريق من 06 لاعبين، و يتبادل الفريقان تمرير الكرة من فوق الشبكة بغرض إسقاطها في منطقة الفريق المنافس، لكل فريق الحق في ثلاث ضربات لإعادة الكرة إضافة إلى لمسة الصد، وذلك باستخدام المهارات الأساسية كالتمرير الاستقبال الإرسال السحق والصد.

1-6- الدراسات السابقة:

إن من بين أهم مراحل الدراسة هي مرحلة استعراض الباحث للدراسات والأبحاث السابقة في مجال بحثه، وذلك لما لها من أبعاد وجوانب عديدة قد تشترك ودراسته في جانب أو أكثر من هذه الجوانب، وهذا من خلال الإلمام بما توصلت إليه هذه الدراسات من نتائج، وفيما يلي عرض المجموعة من الدراسات التي أمكن الحصول عليها، والتي تتعلق بموضوع الدراسة الحالية، وقد جرى تقسيمها إلى محورين دراسات تتعلق الطاقة النفسية وأخرى تتعلق بالسلوك التنافسي على النحو التالي:

أ- دراسات سابقة تتعلق بالطاقة النفسية:

1-6- 1- دراسة ختام علي كريم الزبيدي (2016):

عنوان الدراسة "مستوى الطاقة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات المهارية لدى لاعبي الكرة اليد في الجامعات الأردنية"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطاقة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات

المهارية لدى لاعبي الكرة اليد في الجامعات الأردنية، وكذلك مستوى الطاقة النفسية ومستوى الذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تم تطوير مقياس بالاعتماد على مجموعة من الدراسات السابقة ذات العلاقة بقياس مستوى الطاقة النفسية ومفهوم الذات المهاري، وتكون المقياس بصورته النهائية من (37) فقرة، تكونت عينة الدراسة الفعلية من (72) لاعبا من لاعبي الكرة اليد في الفرق الجامعية الأردنية، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة اليد جاءت بمستوى متوسط، وأن مستوى مفهوم الذات المهارية لدى اللاعبين جاءت بدرجة مرتفعة، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطاقة النفسية ومفهوم الذات المهارية عند مستوى دلالة 0.01.

1-6- 2- دراسة نجاة سعيد علي 2009(جامعة الموصل-العراق-):

عنوان الدراسة " الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى اداء بعض المهارات الساسية لدى لاعبي منتخب جامعة الموصل لكرة اليد"، هدفت الدراسة إلى التعرف على قيم أبعاد الطاقة النفسية، والتعرف على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية، والتعرف على العلاقة بين قيم أبعاد الطاقة النفسية ومستوى الأداء لدى لاعبي منتخب جامعة الموصل، وافترضت الباحثة توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قيم أبعاد الطاقة النفسية ومستوى قياس اختبارات بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي منتخب جامعة الموصل بالكرة اليد، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطريقة المسح، اجري البحث على عينة تكونت من (15) لاعباً بطريقة عشوائية، من أصل (20) لاعبا من منتخب جامعة الموصل لكرة اليد، أدوات الدراسة (اختبار المناولة الطبطبة ودقة التصويب ومقياس الطاقة النفسية) قامت الباحثة بقياس الطاقة النفسية لأفراد عينة البحث واختبار المهارات الأساسية لكرة اليد، وهي اختبار الطبطبة واختبار المناولة واختبار دقة التصويب، واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة للتوصل إلى النتائج وهي الوسطالحسابي، الانحراف المعياري، المتوسط الفرضي، ومعامل الارتباط.، أسفرت النتائج إلى على ما يلي يملك أفراد عينة البحث طاقة نفسية كبيرة، وجود علاقة ارتباط ايجابية ومعنوية بين اختباري الطاقة النفسية واختبار المهارات الأساسية لكرة اليد، الاستنتاجات والتوصيات يمتلك منتخب جامعة الموصل بالكرة اليد طاقة نفسية كبيرة توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ايجابية بين قيم أبعاد الطاقة النفسية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة اليد.

ب – دراسات سابقة تتعلق بالسلوك التنافسي:

1-6- 3- دراسة بن التومي بلال وآخرون (جامعة محمد بوضياف –المسيلة2021):

عنوان الدراسة: "التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة"،**(مجلة المحترف الدولية لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية – جامعة زيان عاشور الجلفة–المجلد 08، العدد رقم 03،السنة 2021، صفحة 332-346)**، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، استخدام الباحثين المنهج الوصفي، عينة الدراسة شملت 36 لاعبا ينتسبون إلى بطولة القسم الوطني الأول الممتاز للكرة الطائرة، استخدم الباحثون الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات نتائج الدراسة من خلال عرض وتحليل وتفسير النتائج المحصل عليها حيث يستنتج الباحثون مما سبق تقديمه أن الفرضية الأولى محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطيه بدرجة قوية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة، يستنتج الباحثون مما سبق تقديمه أن الفرضية الثانية محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

1-6- 4-دراسة تركي وبوعزيز ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر جامعة المسيلة (2020):

عنوان الدراسة"تقدير الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة" تهدف هذه الدراسة للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات المهارية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة والتعرف على مستوى تقدير الذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، اعتمد الباحث المنهج الوصفي، وشملت العينة 36 لاعبا من مجتمع البحث من نوادي النجم الرياضي المسيلي ورائد شباب المسيلة ونادي أولاد دراج للكرة الطائرة، اعتمدعلى تطبيق مقياسين لجمع البيانات مقياس السلوك التنافسي ومقياس تقدير الذات المهارية، الاستنتاجات توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات المهارية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة وهو يؤكد هذه الفرضية، توجد علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات المهارية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة وهو يؤكد هذه الفرضية.

1-6- 5-دراسة بن سعيد ناجي 2016 جامعة المسيلة: لنيل شهادة الماستر.

عنوان الدراسة" السلوك التنافسي وعلاقته بأنماط التفكير لدى لاعبي الكرة القدم"هدف الدراسة الى التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي وأنماط التفكير لدى الرياضيين التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي ونمط التفكير الايجابي، التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي ونمط التفكير السلبي.كان مجتمع البحث في هذه الدراسة هو فريق أمل بلعائبة ومولودية بلدية برهوم وجمعية المطارفة لكرة القدم صنف أكابر وشملت العينة 33 لاعبا، اعتمد في دراسته هذه على المنهج الوصفي، أدوات الدراسة تتمثل في الاستبيان، نتائج الدراسة، هناك علاقة طردية (موجبة) ذات دلالة إحصائية بين السلوك التنافسي وأنماط التفكير الإيجابية، هناك علاقة عكسية (سالبة) ذات دلالة إحصائية بين السلوك التنافسي وأنماط التفكير السلبية، التفكير الجيد يقود إلى قرارات أكثر نضجا، ورشدا بما يحسن حياة الشخص الذي ينجح في إصدار قراراته.

1-6-6-دراسة فاضل كردي شلاكة 2013: لنيل شهادة الماجستير.

عنوان الدراسة" السلوك التنافسي وعلاقته بالتردد النفسي لدى لاعبي الكرة اليد الشباب"، هدف الدراسة لتعرف على العلاقة السلوك التنافسي والتردد النفسي لدى لاعبي الكرة اليد الشباب.، اعتمد في دراسته هذه على المنهج الوصفي، شملت عينة الدراسة 60لاعبا لكرة اليد الشباب، أدوات الدراسة مقياس السلوك التنافسي ومقياس التردد النفسي، نتائج الدراسة كانت هناك علاقة ارتباطيه حقيقية بين السلوك التنافسي والتردد النفسي مستوى السلوك التنافسي يتأثر بالتردد النفسي.

1-7- أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

أ- أوجه التشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

-تتشابه دراستنا مع معظم الدراسات من خلال متغير السلوك التنافسي أوالطاقة النفسية.

- تتشابه دراستنا مع معظم الدراسات في منهج الدراسة فمعظمها دراسات طبقت المنهج الوصفي.

- تتشابه دراستنا مع معظم الدراسات في أداة الدراسة وهي الاستبيان ومعظم الدراسات استخدمت الاستبيان.

ب- أوجه الاختلافبين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

تختلف دراستنا مع معظم الدراسات في المتغير التابع، حيث تهدف دراستنا إلى العلاقة بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، أما معظم الدراسات فتهدف إلى معرفة السلوك التنافسي وعلاقته بالمردود أثناء المنافسة الرياضية، والسلوك التنافسي وعلاقته بأبعاد التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي،والسلوك التنافسي وعلاقته بأنماط التفكير و الذات المهارية والبدنية وعلاقتهما ببعض القدرات

البدنية ودقة الأداء المهاري، والذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني، والذات المهارية وعلاقتها بدافعية الانجاز، والذات المهارية وعلاقتها بدقة أداء مهارتي الإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة تختلف دراستنا مع معظم الدراسات في عينة الدراسة.

1- 8- الإستفادة من الدراسات السابقة:

-إيضاح النقاط الأساسية المحددة لمشكلة الدراسة وأهدافها وصياغة الفروض التي تحقق الأهداف.
- تحديد المنهج المستخدم في الدراسة، فقد اعتمدت الدراسات على استخدام المنهج الوصفي.
- تحديد نوعية وحجم وكيفية اختيار العينة وجميع الخطوات الإجرائية لبحث هذه الظاهرة.
- إعداد المحتوى العلمي للإطار النظري لهذه الدراسة.

1- 9- مميزات الدراسة الحالية:

- لم يتناول من قبل بصفة واضحة وتفصيلية.
- حداثة الموضوع.
- موضوع شامل وحساس في المجال الرياضي عامة ومجال التدريب الرياضي خاصة موضوع يواكب تطور المجال الرياضي.
- أعطت لنا الدراسة ثراء في المعلومات والبيانات المتعلقة بمشكلة الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الثاني: الطاقة النفسية.

الفصل الثالث: السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الفصل الثانـي: الطاقة النفسيـة.

تمهيد

إن الإعداد النفسي الجيد في المجال الرياضي له دور كبير في تحديد مستوى الاستعداد النفسي وتجاوز الحالات النفسية التي يمر به االلاعب، لذا فمن خلال متابعنا لتدريب بعض الأندية الرياضية لاحظنا أن اللاعب يتعرض لدرجات مختلفة من الاستثارة الانفعالية خلال المنافسات، وفي نفس الوقت لاحظنا حدوث تغيرات ملحوظة في مستوى الطاقة النفسية لديه، ولأجل ذلك دأب الباحث إلي معرفة الطاقة النفسية لدى اللاعبين وعلاقتها بمستوى الأداء الرياضي لديهم، وهل تؤثر إحداهما على الأخرى من اجل تجاوز الحالات السلبية التي تحدث، وإيجاد المستوى المناسب من الطاقة النفسية للاعب والفريق ككل من اجل الوصول إلى مستوى الانجاز الجيد، و تؤثر الطاقة النفسية على مختلف الأنشطة الرياضية كونها احدي العناصر الأساسية لإنجاح الأداء الرياضي، وهي إحدى عوامل التفوق والتطور والمحافظة علي ديمومة النشاط، و إن عزل المؤثرات الخارجية السلبية التي سوف تؤثر في مستوى الرياضي، وتكيف أجهزة الجسم المختلفة وتأقلمه مع العبء البدني العصبي، وبالتالي نجاح الانجاز الرياضي.

2-1- تنظيم الطاقة النفسية:

يعتبر المدرب الناجع بمثابة إداري ماهر التنظيم الطاقة لدى الرياضيين، والهدف من تخطيط حمل التدريب هو تكييف أجهزة الجسم المختلفة مع العبء البدني العصبي الواقع على هذه الأجهزة وخاصة في غضون المنافسة، لذلك فإن المدرب يخص مرحلة ما قبل المنافسة بتهدئة الحمل بغرض زيادة مخزون الطاقة البدنية، كما أنه يكسب الرياضي المقدرة على تنظيم توزيع الطاقة التنظيم السرعة في مسابقات الجرى أو السياحة حتى يحقق الرياضي أفضل إنجاز رقمي ممكن، إنه من السهولة بمكان أن نشاهد أهمية تنظيم الطاقة البدنية وأثرها المباشر على الأداء الرياضي في المسابقات والأنشطة المختلفة، ولكن السؤال المطروح: هل هذه المسابقات والأنشطة الرياضية تتطلب كذلك تنظيم الطاقة النفسية؟ كما يبدو أن وجه الشبه كبير بين نوعى الطاقة البدنية والنفسية، ومادام الرياضي يحتاج إلى تدريب معين لأجهزة الجسم العضلية والفسيولوجية حتى يتكيف جسمه، ومن ثم زيادة طاقته البدنية، فإن الطاقة النفسية تكون في أفضل حالاتها من خلال التمرين الذهني، واكتساب الأفكار الواقعية البناءة المرتبطة بالأداء.

إن الطاقة البدنية تؤثر في الطاقة النفسية، باعتبار أن لياقة الجسم تعتبر جزءاً هاماً من الصحة العقلية، وإن التعب الجسمي قد يوهن من العزيمة لتحقيق المكتب، ومن ناحية أخرى فإن الطاقة النفسية تؤثر بدورها في الطاقة البدنية، فالذهن عندما يكون يقظاً أو هادئا فإن ذلك ينعكس على أعضاء الجسم . ومن هنا تتضح أهمية الدور الذي يقوم به المدرب لتحقيق التكامل بين الطاقة البدنية والنفسية حتى يصل الرياضي إلى الحالة النفسية البدنية المثلى، فعندما يفتقد الرياضي المقدار الملائم من الطاقة النفسية، فإن الحاجة تكون ملحة لتعبئة نفسيأي تحفيزه واستثارة الدافعية لديه، أما إذا كان الرياضي لديه طاقة نفسية مرتفعة جداً بسبب القلق أو الغضب على سبيل المثال، فإن الحاجة تصبح ضرورة تهدئته والبحث عن الأساليب الملائمة لتحقيق ذلك.

إن الرياضيين ذوي مستوى التدريب والخبرة يكون لديهم عادة مقدرة في إدراك طاقتهم البدنية، بل ويحسنون توجيه هذه الطاقة، فعلى سبيل المثال فإن لاعب الجري أو السباح للمسافات الطويلة نسبيا ينظم إخراج الطاقة من خلال تنظيم معدل سرعة الجري أو السباحة الوحدات المسافة وفقاً لخطة محددة، وربما إلا قرب عشر من الثانية، وهذا اللاعب أو السياح يمكنه أن يقيم أداءه من حيث مقدار الطاقة التي بذلها هل تتمشى مع قدراته، أم أنها أقل من كفاءته الفعلية والأمر يبدو كذلك بالنسبة للطاقة النفسية.

وتتحقق الطاقة النفسية من خلال تعلم الرياضي كيف يسيطر على أفكاره (ذهنه) وهو ما يهدف إليه أساسا تدريب المهارات النفسية، إنه غالبا ما يعتقد المدرب أن الاهتمام بالجانب الذهني للرياضي ليس من اختصاصه، ومن ثم لا تتضمن إجراءات التدريب الاهتمام بذلك والواقع أن نجاح عملية التدريب لا تتحقق من خلال اكتساب الرياضي القدرة على السيطرة والتحكم في تنظيم طاقته البدنية فحسب، وإنما من خلال السيطرة والتحكم في الطاقة النفسية كذلك.

وعلى ضوء ماسبق يجب أن يتعلم الرياضيون كيفية السيطرة والتحكم في أفكارهم ومشاعرهم، إن الأداء أو الأفعال لا تحدث من فراغ ... نحن نفكر نخطط نتصور ثم نقرر في أذهاننا الأجزاء أو العمل الذي تقوم به، وعندما يستطيع الرياضي أن يستخدم المزيد من مصدر الطاقة الذهنية، يستطيع أن يحقق أفضل أداء له.

كذلك فإن الطاقة النفسية المحتاج إلى توجيه لأنها يمكن أن تكون بناءة أو هدامة إيجابية أو سلبية، ويتحقق ذلك من خلال مساعدة الرياضيين على توجيه طاقاتهم النفسية وتعليمهم التركيز على الواجبات الحركية والأداء، وتجنب تشتت الانتباه في أشياء غير مرتبطة بالأداء الذي يقومون به بمعنى آخر: كيف تساعد الرياضي أن يفكر في الأداء الذي يقوم به، ولا ينشغل في الأداء السابق، أو التفكير في أداء لا يستطيع إنجازه.

إن الخطوة الأساسية التي يجب أن يبدأ بها الرياضيون لتحقيق السيطرة على طاقاتهم النفسية هي المزيد من الوعي الذاتيوذلك بمعرفة المزيد عن العلاقة بين الجانبين العقلي والجسمي وكيف يستجيب كل منهما في المواقف الرياضية المختلفة **(أسامة كامل راتب 2007، ص125، 126)**.

2-2- مفهوم الطاقة النفسية:

مصطلح الطاقة النفسية في مجال علم النفس على نحو مرادف المصطلحات أخرى عديدة مثل : الدافع، التنشيط، الاستثارة، لكل من العقل والجسم، ولكن كما يتضح أن هذه المصطلحات تخلط بين كل من العقل والجسم، ولذلك فإن استخدمها في مجال التدريب الرياضي وتدريب المهارات النفسية للرياضيين يسبب نوعا من الغموض وعدم الفهم، في الوقت الذي يعتبر فيه مصطلح الطاقة النفسية أيسر فهما وتحديداً، حيث المطلوب في مجال التدريب النفسي تمرين الذهن وتنشيطه مستقلا عن الجسم، وبالرغم من أننا لا نستطيع أن نغفل النظرة المتكاملة من حيث التأثير والتأثر بين العقل والجسم ولكن يجب أن يؤخذ في الاعتبار أن تنشيط الذهن قد يسبب تنشيط الجسم، ولكن قد لا يكون سببا لذلك، إضافة إلى ما سبق فإن استخدام مصطلح الطاقة النفسية يعتبر أكثر ارتباطا بمصطلحات التدريب فهو يناظر مصطلح الطاقة البدنية، الأمر الذي يجعل تنظيم الطاقة النفسية أكثر فهما وقبولا في المجال الرياضي.

هذا، وينظر إلى الطاقة النفسية على أنها أكثر من كونها نوعا من النشاطأو الحيوية والشدة لوظائف العقل وأساسا للدافعية، كما أن الطاقة النفسية يمكن أن تتخذ الشكل الإيجابي أو السلبي، ويتوقف ذلك على طبيعة الانفعالات مصدر الطاقة، فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الإيجابية، أما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية و من المتوقع أن توجد بعض الواجبات أو المواقف تتطلب طاقة نفسية منخفضة نسبيا مثل مشاهدة التليفزيون الحديث مع بعض الأصدقاء، بينما بعض الواجبات أو المواقف الأخرى تتطلب طاقة نفسية عالية مثل إلقاء خطاب أمام حشد كبير من الجمهور أو الاشتراك في منافسة

رياضية هامة، يوجد في المجال الرياضي مصطلحان مرتبطان بالطاقة النفسية فعندما يتجه الرياضي من الطاقة النفسية المنخفضة إلى المرتفعة يطلق عليه التعبئة النفسية، وعندما تصل الطاقة النفسية إلى درجة مرتفعة تتجاوز الطاقة النفسية المثلى يطلق عليها انهيار التعبئة النفسية، ويهدف التدريب النفسي إلى تحقيق الرياضي المستوى الأمثل من التعبئة النفسية الطاقة النفسية التي تلاءم الموقف أو المنافسة أي الطاقة النفسية المثلى **(أسامة كامل راتب، 2007،ص 127)**.

إذن الطاقة النفسية تعني: محصلة كل من الاستثارة والتنشيط والدافع المتولد لدى اللاعب خلال الأداء الرياضي ويرتبط بمفهوم الطاقة النفسية ثلاثة مصطلحات رئيسية هي:

2-3- تعبئة الطاقة النفسية:

ويعني الأساليب والإجراءات التي يتبعها المدرب مع اللاعب أو اللاعب مع نفسه الزيادة مستوى الطاقة النفسية الايجابية بما يحقق وصول اللاعب إلى الطاقة النفسية المثلى وهذه الإجراءات تتضمن التدريب على المهارات النفسية مثل حديث الذات الإيجابي، التصور العقلي، التفكير المنطقي و ذالك لرفع الروح المعنوية للاعبين(الدافع) و يقصد أيضا بالتعبئة النفسية للاعب التنشيط الإيجابي المعرفي والانفعالي و الدافعي بصورة تسهم في المساعدة على الأداء الأفضل في المنافسة الرياضية.

- **التنشيط المعرفي:** محاولة الارتقاء بعمليات الإدراك والتصورو الانتباه والتذكر والتفكير وغيرها من العمليات العقلية أو المعرفية.
- **التنشيط الانفعالي:** محاولة اكتساب السعادة والفرح والسرور والتفاؤل والحماس ومواجهة الضغط والقلق المعوق للوصول إلى الحالة الانفعالية الأفضل.
- **التنشيط الدافعي:** يتضمن إثارة وتوجيه قوى واستعدادات اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة ومحاولة الأداء بأقصى ما تسمح به قدراته والكفاح من أجل التفوق والنجاح.

و يحتاج أي لاعب رياضي إلى تعبئة طاقته النفسية بقدر حاجته لتعبئة قواه البدنية للمنافسة، و أن أي اختلال في التوازن بينهما يؤدي إلى عدم الوصول إلى التعبئة البدنية النفسية المثلى، فمثل حاجة للاستشفاء بعد الجهد البدني يحتاج إلى تنظيم طاقته النفسية بما يضمن التخلص من التراكمات السلبية للمنافسات السابقة و أن تعبئة طاقته النفسية هي أفضل حالة لدى الرياضي من حيث الاستعداد النفسي لوصول اللاعب إلى مستوى الطاقة النفسية الإيجابية بما يساعد على الوصول إلى الحالة المثلى من

التعبئة أو ما يطلق عليها الطاقة النفسية المثلى : لغرض التحكم بالدافعية و شدة و حيوية الوظائف العقلية للاعب إذ يتضح ذالك من خلال تنمية مهارة السيطرة على الأفكار و الانفعالات، وتقليل أثر المؤثرات السلبية وتدعيم ما هو إيجابي منها(**أحمد عزت راجح، 1970، ص 76**).

2-4- مصادر تعبئة الطاقة النفسية في المجال الرياضي:

اتفق معظم علماء النفس الرياضي على تحديد مصدرين لتعبئة الطاقة النفسية السلبية والايجابية.

2-4-1-المصادر الايجابية:

وهي المصادر التي تجعل الممارسة الرياضية مصدرا للراحة النفسية والثقة بالنفس والسعي للنجاح وتحقيق الطموح من خلال أهداف تتضمن: الإثارة، المتعة، التحدي، القلق الميسر، الثقة بالنفس، الطموح، التصور.

2-4-2- المصادر السلبية:

مثل التوتر ويحدث نتيجة إدراك اللاعب بعدم التوازن بين قدرته وبين ما هو مطلوب عمله مع شعوره بأهمية المنافسة وكذلك القلق المعسر أو قوة دافعة سلبية عند تجاوز حدود القلق المثلى الملائمة للأداء ويكاد يكون عاملا رئيسا في التأثير بتعبئة الطاقة النفسية، والغضب والتي يثيرها مواقف العدوان والتعب وهو إنفاق الجهد البدني للاعب وقد يكون عضليا أونفسيا، والنتائج السلبية في المنافسات عندما تتعاقب تولد فقدان الثقة بالنفس وانهيار متطلبات الأداءالجيد وحدوث تكيفات سلبية

(John.2003P 103,)

إن الجزء الايجابي من الطاقة النفسية هو الطلاقة أي هي الحالة التي يعيش فيها الرياضي أعلى درجات الثقة بالنفس حتى إزاءالأهداف العالية، مما يؤشر انقياد الرياضيين الذين لديهم طلاقة نفسية لممارسة الرياضة بشكل أكثر استمتاعا وبانفعالات ايجابية ممكن أن تساعد بشكل كبير في ظهور مستوى مميز لهم أثناءالأداء، كما يمكن أن ندرك أن الطلاقة النفسية تعني التهيئة النفسية الأفضل للرياضي لبذل الجهود والتفوق في المنافسات الرياضية، ولذلك يشير (علاوي) إلى ضرورة كبت مصادر الطاقة النفسية السلبية من خوف وقلق وغير ذلك عند الرياضي للوصول إلى الطاقة النفسية المثلى فضلا عن إظهاره في أحسن حالاته للأداء وبذل الجهد (**علاوي،1998،ص67**).

2-5- فهم الطاقة النفسية:

يتم الاستفادة من الطاقة النفسية بتعليم الرياضيين كيفية التحكم في أفكارهم الذهنية، وهو محور اهتمام برنامج التدريب في المهارات النفسية، وغالباً ما يتعامل المدرب مع ذهن الرياضي وكأنه في نطاق مسئوليته، ولكي تتحكم في الطاقة بفاعلية لابد أن تساعد الرياضي على اكتساب القدرة على التحكم في

التحكم في الطاقة البدنية والنفسية وعند أقول أنه ينبغي على الرياضيين تعلم التحكم في أفكارهم فإنني أشير إلى الوعي أي الأنشطة الداخلية يعيها الفرد في داخل نفسه وجميعنا نميل إلى الاعتقاد بأن الواقع فقط هو ما نلاحظه، إلا أن حياتنا الداخلية هي الأخرى واقعية ، فكل سلوكياتنا تعد تعبيراً عن خبراتنا الداخلية، نحن لا نقوم فقط بسلوك أو أداء معين، نحن نفكر نتخيل، ثم نقرر في عقولنا أي الأفعال نتخذها، وعندما يستطيع الرياضيون استخدام مصدر أكبر من الطاقة الذهنية، كلما استطاعوا تحقيق أداء أفضل الطاقة النفسية البشرية والبدنية ينبغي توجيهها إلى التحكم فيها، فأنت تدرب الرياضيين على تجنب إهدار الطاقة في أفعال غير ضرورية، وتقوم بتوجيه تلك الطاقة بتعليمهم كيف يقومون بالعدو بصورة فعالة وماهرة أو كيف يذهبون إلى البقعة المناسبة من الملعب لرد رمية الخصم بدلاً من مطاردة الكرة في الملعب الطاقة النفسية أيضاً لابد من توجيهها حيث أنها قد تكون سلبية أو إيجابية فأنت تساعد الرياضيين على توجيه طاقاتهم النفسية بالتركيز على مهمة معينة دون غيرها كما تساعدهم على أن يفكروا فيما يمكن أداؤه بدلاً من التفكير فيما يصعب القيام به وعند الأداء يحتاج الرياضيون الى التفكير في الحاضر وليس في الماضي أو المستقبل، ومتى يقومون بتحليل أنفسهم أو أدائهم ومتى لا يقومون بذلك . يقوم الرياضيون بأولى خطوات التحكم في التحكم في طاقاتهم النفسية من خلال الوعي النفسي أي بأن يكونوا على وعي بعقولهم وأجسادهم وبكيفية التعامل مع المواقف المختلفة، والخطوة الثانية هي تدريب عقولهم على تعلم المهارات النفسية مع التحكم في أنفسهم وتحمل مسئولية أكبر **(مصطفى باهي، 2006، ص 127)**.

2-6- التحكم في الطاقة النفسية:

أن المدربين الممتازين هم الذين يديرون بمهارة طاقة الرياضيين، وكمدير للطاقة يستطيع مساعدة الرياضيين في التحكم في أجسادهم لزيادة مخزونهم من الطاقة البدنية فأنت ترمي إلى تنخفض فترة التدريب الشاق عند الإعداد لحدث رياضي هام للحفاظ على مخزون الطاقة، فتقوم بتنظيم سباق أو مباراة لاستخدام الطاقة بشكل معين، حيث انك نرى أن الجري في ماراطون يشكل تحدياً للرياضيين للتحكم في طاقاتهم، والسباق الطويل لمدة يومين يعتبر غير عادي من أنواع التحكم في الطاقة، فأنت تدرك جيداً أهمية التحكم في الطاقة البدنية، ولكن هل تدرك أهمية الطاقة النفسية عند المشاركة في الإحداث الرياضية المختلفة، يستطيعون التحكم في عقولهم لزيادةالطاقة النفسية فالطاقة البدنية هي نتيجة التدريب المناسب للجسد والتغذية الجيدة مما يعمل على زيادة فترة الجسد على إطلاق الطاقة المخزونة مثل الجليسرجين والكربوهيدرات والدهون، أما الطاقة النفسية فيتم إنتاجها بفاعلية أكبر بالتدريب الجيد للذهن على الأفكار البناءة الواقعية، كمدير لطاقة، وتحتاج إلى معرفة أن الطاقة البدنية تؤثر على الطاقة

النفسية فالعقل السليم في الجسم السليم، والتعب البدني يضعف من إرادة الفوز، كما أن الطاقة النفسية تؤثر على الطاقة البدنية، فعندما تزداد طاقة الذهن تزداد طاقة الجسد في حين يتبع الجسد الذهن في حالة هدوءه ... لذا كمدير للطاقة حاول جاهداً تحقيق الوحدة بين الطاقة النفسية والبدنية، وهي أفضل حالة نفسية بدنية و عندما نكون الطاقة النفسية للرياضيين غير كافية فابحث عن طريقة لحثهم على زيادتها، وعندما تكون طاقاتهم النفسية زائدة في صورة قلق أو غضب مثلاً، حاول التهدئة من روعهم، فالرياضيين المدربون جيداً، وذوي الخبرات العالية يكونون ماهرون في التعرف على مخزونهم من الطاقة وتحديد ما ينفقونه منها،فإبطال العدو الطويل قادرون عللا تحديد سرعة العدو بصورة دقيقة في أجزاء قليلة من الثانية، فهم قادرون على العدو في إطار تلك السرعة **(مصطفى باهي وآخرون،2006، ص127).**

2-7- طبيعة العلاقة بين تعبئة الطاقة النفسية والأداء الرياضي:

إن أهمية تنظيم الطاقة البدنية لها أثر كبير على الأداء الرياضي في الألعاب الرياضية المختلفة وهناك تساؤل مطروح هل هذه النشاطات والمسابقات تحتاج إلى تنظيم الطاقة النفسية؟

إن وجه الشبه بين نوعي الطاقة البدنية والطاقة النفسية كبير، طالما أن الرياضي بحاجة إلى تدريب معين لأجهزة جسمه العضلية والفسيولوجية حتى تحدث عملية التكيف وبناء على ذلك تزداد الطاقة البدنية، وليس من شك أن الطاقة البدنية لها تأثير في الطاقة النفسية على أساس أن لياقة الجسم تزيد من القدرة على تحقيق الانجاز بينما التعب البدني يقلل من العزيمة نحو تحقيق الانجاز، وبالمقابل فإن الطاقة النفسية تؤثر بدورها في الطاقة البدنية ومن المؤكد أن الذهن عندما يكون يقظا أو هادئا فان ذلك سوف يكون له انعكاس على أعضاء الجسم، وعليه يمكن فهم مدى التكامل بين الطاقة البدنية والنفسية الذي يمكن من خلالها الوصول إلى الحالة النفسية والبدنية المثلى، والرياضيون من ذوي الخبرة يمكنهم القدرة على إدراك الطاقة البدنية وتوجيهها بشكل صحيح، كما في إمكانية التحكم والسيطرة في تنظيم إخراج الطاقة عن طريق تنظيم ما يبذله من مجهود حسب احتياجات المنافسة الرياضية المعينة بحيث يمكن للرياضي تنظيم طاقته وقدراته التي يمتلكها ومن الخطأ عدم الاهتمام بالجانب الذهني، لان نجاح عملية التدريب لا يمكن تحقيقها من خلال إكساب الرياضي القدرة على السيطرة والتحكم بالطاقة البدنية فقط، بل يحتاج إلى السيطرة والتحكم في الطاقة النفسية أيضا والطاقة النفسية تحتاج إلى توجيه لأنها يمكن أن تكون بناءة أو هدامة بمعنى ايجابية أوسلبية وهذا يتحقق من خلال مساعدة الرياضيين على توجيه طاقتهم النفسية وتعليمهم التركيز على الواجبات الحركية والأداء والابتعاد عن تشتت الانتباه ومن ذلك يتسنى لنا طبيعة العلاقة بين الطاقة النفسية والأداء الرياضي **(المهاجر،2006، انترنت).**

2-8- التعبئة النفسية في ضوء خصائص الأداء:

أشارت العديد من البحوث في مجال علم النفس الرياضي إلىأن هناك علاقة واضحة بين مستوى التعبئة النفسية للاعب الرياضي وبين خصائص الأداء في بعض الأنشطة الرياضية، إذأشارت نتائج هذه البحوث إلى أن الأنشطة الرياضية التي تتميز بدرجة عالية من تركيز الانتباه الضيق تتطلب مستويات منخفضة نسبيا من التعبئة النفسية، في حين أن الأنشطة الرياضية التي تتطلب مهارات التحكم درجة متوسطة من التعبئة النفسية، أماالأنشطة الرياضية التي تتميز بدرجة عالية من القوة والقوة المميزة بالسرعة فإنها تتطلب درجة مرتفعة نسبيا من التعبئة النفسية، وأشارت بعض البحوث إلى أن اللاعب الذي يتميز بالمستوى المتقدم والذي يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب بصورة متقنة يحتاج إلى المزيد من التعبئة النفسية والدليل على ذلك أن مثل هذا اللاعب يستطيع الأداء بصورة أفضل في حالات المنافسة التي ترتبط بالمزيد من العبء النفسي، عن حالات التدريب الرياضي الذي يرتبط بقلة العبء النفسي الواقع على اللاعب وأظهرت الخبرات التطبيقية ضرورة النظر إلى العلاقة بين مستوى التعبئة النفسية وبين مستوى جودة الأداء في المنافسات الرياضية في ضوء عامل الفروق الفردية بين اللاعبين، فكانت حالة التعبئة النفسية الأفضل ناحية فردية لأبعد مدى نظرا لان الخبرات التطبيقية أشارت إلىأن هناك بعض اللاعبين يحتاجون إلى المزيد من التعبئة النفسية لإظهارأفضل مستوياتهم، في حين يحتاج بعض اللاعبين الآخرين درجات اقل من التعبئة النفسية لمساعدتهم على الأداءالأفضل (**علاوي،2002، ص321 - 323).**

2-9 - التوجيهات المساعدة لزيادة التعبئة للاعب قبل المنافسة:

- مساعدة اللاعب على إنجاز أهداف شخصية تتميز بالصعوبة والواقعية.
- توجيه انتباه اللاعب إلى أهمية اللعبة.
- المشاركة الايجابية للجمهور في مساعدة اللاعبين أثناء جرعات التدريبالتي تسبق المنافسة وكذالك أثناء المنافسة.
- يطلب من اللاعب استخدام التفكير الذاتي الايجابي أي إجراءاللاعب حوار مع نفسه يركز على أهمية الفوز وقيمة المكسب.
- المساهمة الايجابية لوسائل الإعلام في توضيح أهمية اللعبة.
- استخدام التدريب البدني (الإحماء) قبل المنافسة يساعد على تعبئة الطاقة النفسية و
- المساهمة الايجابية لأسرة اللاعب والتعاون مع المدرب لتوضيح أهمية اللعبة.
- ينقص التوتر **(خدابخش وفاتن علي أكبر، 2017، صفحة 21).**

2- 10- الطاقة النفسية والأداء الرياضي:

لقد بدأ في العقود الأخيرة إدراك الكثير من المدربين والرياضيين أهمية الجانب العقلي للأداء الرياضي خاصة لدى الرياضيين الذين يفهمون أن الأداء الرياضي يتطلب استخدام عدد من المهارات النفسية، لذا اهتم المدربونعلى المستوى العالمي بتحسين المهارات النفسية للرياضيين، و قد أصبحت برامج التدريب العقلي منذ السنوات الأخيرة شائعة الاستخدام، كما أصبح شائعا أن يشار إليها على أنها برامج تدريب المهارات النفسية متعددة و بهذا يتحقق أفضلية مسبقة لتحسين قدرات الرياضي في مجال المهارات النفسية و منها الطاقة النفسية التي يؤثرضعفها على ضعف الأداء، كما أن الزيادة المبالغ فيها لمستوى الطاقة النفسية يعوق و يؤثر سلبا على الأداء، لذا فإن المدرب الجيد هو الذي يهتم بالإعداد النفسي المناسب لتحقيق أفضل أداء رياضي دون زيادة أو نقصان، وفي هذا المجال نرى هناك تفسيرين مهمين الأول يرى أن أفضل أداء يحدث عندما يكون لدى اللاعب درجة متوسطة من الطاقة النفسية و بناء على ذالك يعتقد الكثير من المدربين أن المستويات المعتدلة من التوتر تؤدي إلى تحقيق أفضل أداء رياضي.

والثاني يرى أن أفضل أداء رياضي يتحقق عندما يتميز اللاعب بدرجة عالية للطاقة النفسية وليست الدرجة المعتدلة كما هو الحل في التفسير الأول مع ملاحظة أن هذا المستوى العالي من الطاقة النفسية يكون نتيجة مصادر ايجابية للطاقة ودون التوتر، مع عدم إغفال أن الطاقة النفسية تتأثر بالعديد من مصادر الانفعال والدافعية هل تشعر بالاسترخاء أم القلق وهل المصادر الانفعالية أو الدافعية قد تكون إيجابية أو سلبية.

إن المصادر السلبية للطاقة النفسية تعوق الأداء لأنها تؤدي إلى زيادة التوتر العضلي فتجعل الانتباه محدودا والتركيز ضعيفا، أما المصادر الايجابية للطاقة النفسية فإنها تساعد على الاندماج في الأداء وتركيز الانتباه والتخلص من مصادرالأفكار السلبية **(أسامة كامل راتب، 1995).**

2-11- متطلبات الطاقة النفسية حسب نوع الرياضة:

كما هو معلوم فإن نوع الرياضة من حيث طبيعة الأداء وقوانين اللعب والمهام الحركية والجهد المبذول وطبيعة المنافسة مع الخصم والأدوات التي تتطلبها الفعالية الرياضية كلها عوامل تحدد مستوى الطاقة النفسية المطلوب للوصول إليها، هذا فضلا عن الخبرات الخاصة للاعبين سواء كانت ايجابية أو

سلبية، من هنا عمد خبراء علم النفس الرياضي إلى تقسيم الفعاليات الرياضية إلى ثلاثة أقسام حسب صعوبة الأداء والعضلات المشتركة خلال الأداء والزمن المستغرق وهي كما يأتي:

2-11-1- مهام الأداء البسيطة مقابل المعقدة:

الاختلاف الرئيسي بين مهام الأداء البسيطة عن المعقدة هو أن مهام الأداء البسيطة تحتاج إلى مستوى منخفض من الأداء لنجاح التنفيذ، وبذلك فإن الأداء البسيط يشمل منطقة واسعة للطاقة النفسية المثلى أما مهام الأداء المعقدة فتحتاج إلى مستوى مرتفع من الأداء لتحقيق النجاح، وبالتالي فإن مهام الأداء المعقدة تحتل منطقة ضيقة للطاقة النفسية المثلى.

2-11-2- مهام أداء العضلات الدقيقة مقابل العضلات الكبيرة:

إن كل من الأنشطة الحركية التي تتطلب عمل العضلات الدقيقة مثل الرماية و المبارزة و القوس والسهم و الرمية الحرة بالسلة و الأنشطة الحركية التي تتطلب عمل العضلات الكبيرة مثل رمي الثقل، المطرقة، القفز العالي، رفع الأثقال و ألعاب المنازلات تستفيد بدرجة متساوية من أقصى طاقة نفسية ايجابية و لكن الاختلاف بينهما أن الأنشطة الحركية التي تتطلب عمل العضلات الكبيرة تكون دقة الأداء فيها أقل أو يسمح إلى حد ما بحدوث الخطأ، عكس النشاط الحركي الدقيق يتحمل درجة أقل من الطاقة النفسية السلبية مقارنة بالأداء الذي يتطلب اشتراك العضلات الكبيرة.

2-11- 3- مهام الأداء التي تتطلب فترة زمنية قصيرة مقابل الفترة الزمنية الطويلة:

إن المسابقات التي تستغرق فترة زمنية طويلة كما هو الحال في الركض لمسافات طويلة أو السباحة أو التجديف أو الدراجات تتميز بأن الأداء فيها يكون أليا و سهل التنفيذ، لذالك يتوقع أن تحتل مساحة أكبر من الطاقة النفسية المثالية حالها حال الأداء البسيط، بالرغم من أن الأداء يستغرق فترة زمنية طويلة يحتاج إلى المزيد من القدرةعلى تنظيم الطاقة و الاقتصاد في بذل الجهد أي أن المطلوب من اللاعب هو الاحتفاظ بالطاقة البدنية، و في نفس الوقت إكمال المسابقة بأسرع ما يمكن و هنا تظهر أهمية أن يمتلك اللاعب مهارات نفسية تساعده على مواجهة الأفكار السلبية التي قد تستحوذ على تفكيره كالإحساس بالتعب أو الألم نظرا لطول فترة الأداء، أما المسابقات ذات الزمن القصير فتتطلب طاقة نفسية ايجابية لتحقيق التركيز الشديد خلال فترة الأداء القصيرة، أما اللاعبين الذين يشتركون في المسابقات التي تستغرق زمن قصير لكنه متكرر مثل ألعاب الساحة والمضمار، التنس المنضدة فيجب أن يكتسبوا مهارة

تعبئة الطاقة النفسية وحفظها وفقا لمتطلبات الأداء وفترات التوقف، فاللاعب الذي لايمارس الاسترخاء في فترت الراحة البينية أو فترة الانتظار ويحتفظ بمستوى عالي من الطاقة النفسية في وقت لايحتاجها يكونون معرضين للتعب النفسي **(عكلة سليمان الحوري، 2019، ص 171-173).**

2-12- التوتر النفسي والطاقة النفسية:

يرتبط التوتر النفسي بالطاقة النفسية ولكن التوتر النفسي ليس هو الطاقة النفسية فالتوتر النفسي يحدث عندما يدرك الرياضي عدم التوازن بين إدراك ما هو مطلوب عمله ومدى إدراك قدراته على إنجاز هذا العمل مع الأخذ في الاعتبار أن هذا العمل يمثل أهمية وقيمة للرياضي، في منطقة الطاقة المثلى يحدث التوتر عندما يدرك الرياضي عدم التوازن بين الواجبات المطلوب إنجازها و مقدرته الفعلية على الانجاز، كما يمكن أن يحدث التوتر عندما يدرك الرياضي أن المطلوب إنجازه يقل عن مستواهيتبين من الشكل السابق أن الرياضي عندما يواجه موقفا معينا كما هو الحال في إحدى المسابقات الرياضية يتكونلديه إدراك لمتطلبات هذا الموقف ثم يحدث أنه يقارن هذه المتطلبات بمدى مقدرته على إنجازها، و عندما يدركأنها أكثر من قدراته فإنه عندئذ يعاني نوعا من التوتر الناتج عن القلق مع الأخذ في الاعتبار أن هذا التوتر تزداد شدته كلما كانت نتيجة الموقف(المسابقة) تمثل أهمية أكبر بالنسبة للرياضي و من ناحية أخرى عندما يواجه الرياضي موقفا معينا يدرك فيه أن قدراته تزيد بكثير عن متطلبات الموقف، فإنه يحدث لديه أيضا نوع من التوتر الناتج عن الملل هذا مع الأخذ في الاعتبار أنه من غير الشائع أن يصبح الملل مصدرا لحدوث درجة عالية من التوتر في (الرياضة ومن هاتين المنطقتين من التوتر) التوتر الناتج عن القلق والتوتر الناتج عن الملل توجد المنطقة المثلى والتي تسمى بحالة الطلاقة و تشير الإشارة إلى أن هناك خطأ شائعا بين المدربين والمهتمين بالرعاية النفسية هو التعامل مع كل من التوتر و الطاقة النفسية كمفاهيم متماثلة، فهم يرون أن التوتر المرتفع يرتبط بالطاقة النفسية العالية و أن التوتر المنخفض يرتبط بالطاقة النفسية المنخفضة و لكن الحقيقة غير ذالك كماأن الفشل في فهم الفرق بين كل منهما يعوق كلا من عمل المدرب أو الأخصائي النفسي الرياضي في مساعدة الرياضيين للوصول إلى منطقة الطاقة المثلى حيث تزداد فرصة الأداء المثالي **(ماجد محمد الخياط وصالح محمد الزغبي ،2011، ص 87).**

إن العلاقة بين الطاقة النفسية والتوتر حيث يتضح أن الطاقة النفسية العالية الناتجة عن الإثارة

والسعادة مع انخفاض التوتر هي الطاقة الإيجابية المثلى المطلوب إعداد الرياضي على أساسها تبين أن كلا من التوتر و الطاقة النفسية لها علاقة المتوقعة بين ارتفاع الطاقة النفسية وارتفاع التوتر التي تظهر في حالات انفعاله مثل القلق و الغضب في حين أن الرياضي يمكن أن يتميز بارتفاع درجة توتره الناتج عن الملل أو التعب الذهني، ولكن في نفس الوقت يمكن أن تظل الطاقة النفسية منخفضة يظهر أن الرياضي يكون في حالة استرخاء أو كسل ولكن لا تسم بالتوتر أو الطاقة النفسية العالية و أخيرا فإن الرياضي يتميز بارتفاع الطاقة النفسية و لكن غير متوتر أي يتميز بالطاقة النفسية الايجابية و التي يكون مصدرها الإثارة و السعادة و يمكن أن تسمى حالة الطاقة النفسية.

2-13- الطاقة النفسية المثلى:

تعني الطاقة النفسية المثلى الحالة التي يكون فيها الرياضي في أفضل حالته النفسية من حيث مقدار الطاقة اللازمة لتحقيق أفضل أداء رياضي الأداء الأقصى، مع الأخذ في الاعتبار أن مصدر الطاقة يتخذ الشكل الإيجابي للمتعة والسعادة وليس المصدر السلبي مثل التوتر أو القلق أو الملل.

ويستخدم مصطلح تعبئة الطاقة النفسية للتعبير عن الأساليب أو الإجراءات التي يستخدمها المدرب مع الرياضي أو الرياضي مع نفسه لزيادة الطاقة النفسية إلى الدرجة المثلى التي تلاءم الأداء.

كما يستخدم مصطلح تجاوز المستوى الأمثل للطاقة النفسية عندما يحدث أن مستوى الطاقة النفسية لدى الرياضيين يزيد من الدرجة المثلى المطلوبة لتحقيق الأداء الأقصى أو أفضل أداء رياضي ممكن، كما يمكن أن يحدث عندما يكون مصدر زيادة الطاقة النفسية لدى الرياضي نتيجة بعض المصادر السلبية مثل التوتر أو القلق أو الملل، هذا و حتى يستطيع الرياضي أن يحقق الأداء الأقصى فإنه يحتاج إلى معرفة الخصائص المميزة لحالة الطاقة النفسية المثلى هذا من ناحية و معرفة العوامل التي تعوق وصول إلى حالة الطاقة النفسية المثلى من ناحية أخرى، ولقد اهتم بعض الباحثين بمعرفة الخصائص النفسية المرتبطة بمستوى الطاقة النفسية المثلى كما عبر عنها الرياضيون أنفسهم ربما أمكن تلخيص أهمها كما يلي:

- الطاقة العالية الناتجة عن المتعة والإثارة وليس القلق والتوت.
- الاندماج التام في الأداء.
- تركيز الانتباه في الأداء الحالي وعدم التفكير في الأداء السابق أو المستقبل.
- الاسترخاء البدني والإحساس أن العضلات تعمل بطلاقة وانسيابية دون عناء أو جهد.
- التآزر والتكامل الواضحان بين الخصائص المختلفة للأداء.
- السيطرة على الأفكار والانفعالات المختلفة وعدم التفكير في نقد الذات أو تقييم الذات.
- الثقة التامة والتفاؤل.
- الاسترخاء الذهني.

- عدم الخوف من الفشل.

وبتحديد أكثر فانه حتى يستطيع اللاعب أداء أفضل ما عنده فهو يحتاج إلى اكتشاف ومعرفة الخصائص المرتبطة بالطاقة النفسية المثلى، إذ انه كلما عرف اللاعب كيف يشعر في إطار هذا النطاق كلما كان قادراً على تحقيق هذا المستوى من الطاقة, كذلك كلما عرف ما يمنع وصوله إلى هذا المستوى استطاع تجاوز العقبات التي تحول دون ذلك والتخلص منها، وبهذا الصدد تشير الدراسات الحديثة إلى انه بإمكان اللاعب الوصول إلى هذا النطاق عندما يكون في حالة الانسيابية، وهو الشعور بان كل شيء على ما يرام والاستمتاع بالأداء والجهد والاستغراق التام في الأداء، فهي تعني أفضل تهيئة نفسية والتي يمكن فيها اللاعب من حشد طاقاته البدنية والذهنية من اجل الوصول إلى التميز والإبداع، وطبقاً لنتائج الدراسات فان هناك (خمس) سمات تتحقق فيها حالة الانسيابية بالنسبة إلى اللاعبين وهي:

- يكون اللاعبون على وعي بأفعالهم عند اللعب ومستغرقون تماماً في الأداء فليس هناك تقييم سلبي أو إيجابي.
- يركز اللاعبون انتباههم تماماً على النشاط الذي يقيمون به ويزداد تركيزهم بالتدرج.
- يفقد اللاعبون إحساسهم بالغرور وإحساسهم بذاتهم ولا يهتمون بالنتائج عند قيامهم بالأداء.
- يشعر اللاعبون التحكم في أفعالهم.
- يمتد النشاط الرياضي بتغذية استرجاعي واضح **(أسامة كامل راتب،2007، ص 131)**.

خلاصة:

إن دراسة الطاقة النفسية تهدف أساسا إلى معرفة الحالة النفسية، والعوامل المؤثرة على الأداء الرياضي، وتحديد طرق علاجها للحصول على أفضل وأحسن النتائج في المنافسات الرياضية، نظرا لمميزات كل نشاط رياضي وتأثيرها على الجانب البدني و التنشيط الدافعي الايجابي يتضمن إثارة وتوجيه قوي لاستعدادات الفرد الرياضي ومحاولة أداء بأقصى ما تسمح به قدرات الكفاح والنضال من اجل التفوق والنجاح لتحقيق الأهداف المرجوة.

الفصل الثالث:

السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

تمهيد:

تتميز الرياضة بطابعها التنافسي حيث تعتبر المنافسة الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي إذ يعد السلوك التنافسي في لعبة الكرة الطائرة من الأمور المهمة والمؤثرة في تحقيق الانجاز، وتبرز مشكلة البحث في أن الرياضي الذي لديه دوافع ايجابية للإنجاز سوف يشكل اعتقاداً سليماً حول ما يستطيع فعله من اجل بذل الجهد والمثابرة للوصول إلى الأداء المهاري المطلوب واتخاذ السلوك المناسب خلال المنافسة، ولأن لعبة الكرة الطائرة تتطلب من اللاعب أن يبذل أقصى ما يمكنه من مهارات بدنية ونفسية لأنه يواجه منافسه عالية، الأمر الذي يتطلب منه تقيماً وتنظيماً لأفكاره وأعماله وانفعالاته تنظيماً ذاتياً لأنه يؤثر بشكل كبير على تحقيق أي أداء مما يفقده الشعور بالقدرة على التقدم للأمام ومواجهة المخاوف، ويكون إدراك النجاح قليل لديه مما يؤثر على مستوى أدائه وسلوكه خلال المنافسة، الأمر الذي يتطلب قياس سلوكه التنافسي أثناء المنافسة.

3-1- السلوك التنافسي:

3-1-1-مفهوم المنافسة الرياضية:

المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك و هذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات عقلية و بدنية و انفعالية من اجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرة و تمييزها عن قدرات من ينازلهم **(أحمد أمين فوزي، 2003، ص 211)**، و يتفق هذا المفهوم السيكولوجي للمنافسة مع الرأي القائل بان المنافسة ما هي إلا استجابة لدافعين لدى الفرد الأول لتأكيد الذات، والثاني لتقييمها وتحقيقها، وعلى ضوء ذلك تعتبر المنافسة موقفا اختياريا لما استطاع اللاعب أن يحققه من التدريب، ويجب ألا يكون هو الهدف الوحيد بالنسبة للمدرب إذ يجب عليه أن ينظر إلى المنافسة بأنها موقف تدريبي تساهم في تطوير وتنمية قدرات الرياضي و المنافسة الرياضية لا تعني بالضرورة و في كل الحالات وجود الخصم المنافس أو جود المنافسة بقواعد ا يضبطها الحكم، و لكن المنافسة الرياضية قد تكون أثناء التدريب حين يحاول اللاعب الارتقاء بمستوى أدائه الحالي على ضوء أدائه السابق وهنا يكون التنافس ذاتي من اجل تقدير الذات.

المنافسة يعرفها **مورثون دوتش** أن المنافسة الرياضية وضعية يميز فيها الرياضي قدراته عن قدرات خصمه وتنتهي بإعطاء جوائز تكميلية للمشاركين".

ويرجع الفضل لـ " دوتش الذي كان أول المجتهدين في دراسة موضوع المنافسة، وفي سنة 1975 تطرق "ريني مارتن" إلى دراسة القانون في فلسفته على كون المنافسة في حد ذاتها ليست استراتيجية منتجة وليست استراتيجية مهدمة وإنما هي مجرد عملية فقط، **(R.C wernberg, 1997: p 116.117)**

3-1-2-تعريف المنافسة الرياضية:

كلمة منافسة هي كلمة لاتينية والتي تعني البحث المتواصل من طرف أشخاص لنفس المنصب ونفس المنفعة، وحسب ماتيف فإن المنافسة هي كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن الفوز في مقابلة رياضية أو هي النشاط الذي يحصل داخل مسابقة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الدقة القصوى **(MATVEEV ,1983 , P 13)**

حيث يرى علاوي انه يمكن تعريف المنافسة الرياضية بأنها: موقف او حدث رياضي محدد بقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها، وفيها يحاول اللاعب الرياضي أو الفريق الرياضي إظهار أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة لمحاولة تحقيق النجاح او الفوز على منافس أو منافسين أو لمحاولة تحقيق مستوى الاداء الموضوعي المتوقع من اللاعب أو الفريق الرياضي.

فالمنافسة هي المرحلة العليا في تركيب النشاط الرياضي فهي تسمح للجميع بمشاهدة جوانب القوة والضعف للرياضيين من الناحية البدنية والمهارية والنفسية، كما أنها تنمي وتصقل الصفات البدنية للرياضي **(Échevin 1990 P 95)**.

3-1-3- الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية:

3-1-3-1-الخصائص السيكولوجية العامة:

يتعامل الفرد خلال المنافسات الرياضية بقدراته البدنية والعقلية والانفعالية المرتبطة بنوع النشاط الذي يتنافس فيه، ويتوقف إظهار لهذه القدرات على قوة دوافعه. كما تتميز المنافسات الرياضية بكثرة وشدة وتنوع الانفعالات فهناك انفعالات تسبق الاشتراك في المنافسة ترتبط بالنتيجة التي تحققت في المنافسة، وتقام المنافسات الرياضية في ظل قواعد وقوانين محددة تنظم سلوك اللاعبين والمدربين والإداريين والمشاهدين وذلك من اجل ضمان المقارنة العادلة بين كل مستوى أداء رياضيو مستوى أخر، وتتميز المنافسات الرياضية عن كل مواقف الحياة بحضور مشاهدين ومتابعين للسلوك الحركي وهؤلاء المشاهدين حتى إذا كانوا مؤازرين ومشجعين فإن وجودهم يؤثر بالسلب أو بالإيجاب على أداء اللاعبين، وتتميز المنافسات الرياضية عن كثير من مواقف الحياة بارتباطها بالفوز أو الهزيمة ومن ثم النجاح والفشل ونادرا ما يكون في تاريخ حياة الفرد أو الجماعة ما يحظى بالثناء والتشجيع والمدح مثل الفوز والنجاح.

ومن أهم خصائص المنافسات الرياضية أنها بمثابة اختبارات للفرد وللمربي الرياضي أيضا يتعرفون من خلالها عن نتيجة جهودهم ومثابرتهم وما استطاعوا أن يحققوه من التدريب.

3-1-3-2- الخصائص السيكولوجية الايجابية:

تعتبر المنافسات الرياضية حتى في بعض حالات الهزيمة مجالا للإشباع النفسي، حيث يستطيع الفرد من خلالها إظهار قدراته والإحساس بتميزه عن قدرات الآخرين سواء كانوا مشاهدين أو زملاء أو منافسين.

تعمل المنافسات الرياضية على تنمية الدوافع الشخصية والاجتماعية لدى الفرد مما يؤثر بصورة ايجابية على سلوكه الشخصي والاجتماعي في الحياة.

تساهم المنافسات الرياضية في تنمية وتطوير قدرات اللاعبين من خلال المنافسات الرياضية وما يرتبط بكل موقف من نتيجة.

إن تعود الرياضي على احترام قواعد وقوانين التنافس يقوده إلى احترام القوانين التي تنظم المجتمع الذي يعيش فيه. تؤثر المنافسات الرياضية التي تتم حضور مشاهدين ومشجعين تأثيرا ايجابيا أو سلبيا على الأداء الرياضي.

تعتبر المنافسات الرياضية من أفضل الوسائل الإجرائية للكشف عن الجوانب الشعورية واللاشعورية من الشخصية، هذه بالإضافة إلى إمكانية استخدامها في علاج كثير من الاضطرابات الشخصية **(محمد حسن علاوي، 1992، ص 280).**

3-1-3-3- الخصائص السيكولوجية السلبية:

بالرغم من كل الخصائص الايجابية للمنافسات الرياضية إلا أن هناك خصائص سلبية تميز المنافسات الرياضية تذكر منها:

تتسم المنافسات غير الواعية بالتعصب وهو اتجاه عدائي دون مبررات منطقية وهو حالة يتغلب عليها الانفعال على العقل، مما يؤثر بدوره على مستوى الأداء الذي غالبا ما يتميز بالارتباط وعدم الدقة والسرعة غير المطلوبة بالإضافة إلى الميل للعدوان.

قد تؤدي المنافسات الغير تربوية إلى استخدام الرياضي لأساليب وإجراءات غير مقبولة رياضيا أو اجتماعيا مثل: تعاطي الحبوب أو العقاقير المنشطة، وفي ابسط الحالات اللجوء إلى التحايل على قانون اللعببأسلوب يتنافى مع العرف الرياضي.

تتسم المنافسات غير الموجهة تربويا وغير متكافئة الأطراف بالعنف الذي ينتج عنه اضطرابات الفعالية لدى المنافسين وقد يصل إلى إصابات نفسية.

غالبا ما تؤدى حدة التنافس الغير واعي إلى التطرف في الأحمال البدنية أثناء التدريب وفي المنافسات أيضا، مما يشكل تحديد صحة اللاعبين البدنية والنفسية.

يؤثر الفشل في المنافسات غير التربوية تأثيرا سلبيا بالغا في حياة الرياضي نظرا لارتباط التنافس في هذه الحالة وأهداف متطرفة من الصعب تجنبها **(أحمد أمين فوزي، 2006،ص: 213-214)**

3-1-4-مفهوم السلوك التنافسي الرياضي:

إن الفريق الرياضي هو جماعة تسعى من خلال توحيد جهودها الى تحقيق هدف مشترك وأن التعاون يجب ان يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، إلا أن التنافس لا غنى عنه في طريق وأن أسباب السلوك التنافسي تكمن في الدوافع وخبرات التعلم، وتغيرات النضج فالسلوك قصدي وليس عشوائي، فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات غرض يعمل السلوك إلى تحقيقه **(عدس قطامي، 2000، ص45)**

والسلوك التنافسي ذو طبيعة إنجازية هادفة إلى الإشباع النفسي، ولهذا تختلف دوافعه من حيث النوع والقوة وعن ذلك السلوك في التدريب والترويح، فحالة هادفة الاستعداد للتنافس ووجود الخصم والمشاهدين وغيرها من متغيرات الموقف التنافسي تستثير دافعية السلوك الرياضي لإنجاز بطريقة تختلف تماما عن تلك الحالة التي تستثيره في التدريب والترويح الرياضي، وهذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكا انجازيا يتمثل في إشباع بعض الحاجات النفسية **(فوزي، 2006، ص 235).**

3-1-5- تعريف السلوك التنافسي الرياضي:

يعرفه الشافعي 1997 بأنه أوجه النشاط الظاهر الذي يمكن ملاحظته بوساطة الغير بالعين المجردة أو تسجله ورصده بالأدوات المختلفة كالكاميرا العادية والسينمائية وتشمل النشاط اللفظي والحركي والاشاري وهذه الأشياء مادية محسوسة أي موضوعية يعرفه عنان : السلوك التنافسي جزء من مركب الشخصية الكلية للاعب، ويضيف أن السلوك التنافسي الناجح لجماعة الفريق هو حصيلة كفاءات أفراد جماعة الفريق وتؤثر دافعية الانجاز في رفع مستوى طموح الفريق كجماعة لها هدف واحد، ويؤكد عنان أن السلوك التنافسي يعتمد جزئيا على الطبقة الاجتماعية والاقتصادية للفرد ويبدو التنافس تفرق منخفضة المستوى أو الطبقة في كثير من المواقف بصورة الأكثر فعالية من جماعة أو فرق مرتفعة المستوى أو الطبقة **(عنان،1995، ص 422)**.

ويشير علاوي إلى أن السلوك الدافعي لممارسة الرياضة لا ينجم عن العوامل الشخصية بمفردها أو العوامل الموقفية بمفردها، ولكنه ينجم عن تفاعل بين هذين المتغيرين **(علاوي،2002، 146ص)**.

ويضيف فوزي أن السلوك التنافسي يكون نتاجا للتفاعل بين الدافعين متضادين، حيث يرتبط بكل سلوك إمكانية النجاح وما يستثيره من الاحساس بالفخر، وإمكانية الفشل وما يصاحبه من الاحساس بالخجل، بمعنى أن السلوك التنافسي ينظر إليه كنتاج للصراع والتفاعل الانفعالي بين أماني الفوز ومخاوف الهزيمة **(فوزي، 2006، ص 242)**.

3-1-6-الفروق الفردية المؤثرة على السلوك التنافسي:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر على اللاعب أثناء محاولته الأداء والذي يمكن القول بأنه سلوكه تنافسيا، وبالتالي فإن هذه العوامل هي التي تسبب الفروق الفردية في سلوك اللاعب في المواقف التنافسية عامة، فعند ملاحظة عدد كبير من اللاعبين وهم يؤدون هذه المحاولات في نشاط رياضي نجد أن بعضهم يسجل باستمرار والبعض الآخر يخفق في التسجيل، ويعزي ذلك الى الفروق الفردية فيما بينهم وهي:

- **العمر:** لا يظهر السلوك التنافسي واضحا في المراحل العمرية المختلفة فدرجة الرغبة أو الفوز في المنافسة تزداد مع زيادة العمر، كما أنها كنتيجة وظيفية لعوامل منها (الواجبات الخاصة بالمنافسة، عوامل اجتماعية دافعية نحو ممارسة النشاط التنافسي).
- **الثقافة:** أن السلوك التنافسي مسيطر على الرياضي يعكس وجهة النظر التي يقرها المجتمع ويدعمها فهناك المجتمع الأوروبي الذي يشجع السلوك نحو الصراع والامتياز والنجاح، بينما المجتمع الهندي مثلا يرجع سلوك التعاون بين أفرادالجنس نلاحظ أن المكافأة المراكز والشهرة، المكانة الاجتماعية تكون مناسبة للذكور أكثر من الإناث إذا أن العادات والتقاليد تحول دون ممارسة النساء للرياضة وخاصة عند اقتراب سن الزواج.

السمات الشخصية: إن معظم العوامل التي تؤثر على السلوك التنافسي ترجع لوظيفة شخصية اللاعب إذ أن اللاعبين المتنافسين شخصياتهم هي التي تميز سلوكهم**(مطاوع، 1977،120ص)** .

3-1-7- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية:

يمكن تلخيص أهم الخصائص النفسية التي تتميز بها المنافسة الرياضية على النحو التالي:

المنافسة اختبار وتقييم لعمليات التدريب والإعداد: إن عمليات تدريب الرياضي بمفردها لا تنطوي على أي معنى ولكنا تكتسب معناها من ارتباطها بإعداد اللاعب بدنيا،ومهارياوخططيا ونفسيا لكي يحقق أفضل ما يمكن من مستوى المنافسة مباراة أو المنازلة الرياضية، وفي ضوء هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا اختبار وتقييم النتائج عمليات التدريب والإعدادالرياضي المتعدد الأوجه.

المنافسة نوع هام من العمل التربوي: ينبغي أن لا ننظر الى المنافسة الرياضية على أنها نوع من الاختبار والتقييم لعمليات التدريب الرياضي، الذي يحاول المدرب الرياضي أو الفريق الرياضي العديد من المهارات والقدرات والسمات الخلقية والإرادية ومحاولة التطوير وتنمية مختلف السمات الايجابية للاعب الرياضي كسمات المنافسة الشريفة واللعب النظيف والخلق الرياضي واحترامالمنافسين والحكام **(علاوي 2002، ص 32).**

إسهام المنافسة الرياضية في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب : إن إعداد اللاعب أو الفريق الرياضي للاشتراك في المنافسات الرياضية يتطلب ضرورة الارتقاء بمستوى أجهزة الجسم كالجهاز العضلي والجهاز الدوري العصبي وغير ذلك من مختلف أجهزة الجسم، وبالتالي الارتقاء بمستوى جميع الوظائف البدنية والحركية والعقلية والنفسية، حتى يستطيع اللاعب استخدام هذه الوظائف المختلفة بنفس القدر من الفعالية لتحقيق أفضل ما يمكن من مستوى في ضوء هذه التنمية الشاملة والمتزنة والمتكاملة لجميع الأجهزة والوظائف الحيوية للاعب.

ترتبط المنافسة الرياضية بالانفعالات المتعددة : قد لا يحدث في أي نوع من أنواع النشاط ظهور العديد من الاستجابات الانفعالية التي تختلف في نوعيتها وشدتها وقوتها مثلما يحدث في المنافسات الرياضية، لأن الأخيرة مصدر خصب للعديد من المواقف الانفعالية المتعددة والمتغيرة نظرا لارتباطها بتعدد خبرات النجاح و الفشل وتعدد المواقف الفوز أو التعادل أو الهزيمة من لحظة إلى أخرى أثناء التنافس نوقد يكون لهذه الجوانب الانفعالية فائدتها، إلا أن المجهود الذي يبذله اللاعب في المنافسة الرياضية وما يرتبط بذلك من تغيرات فيسيولوجية مصاحبة لانفعالات تساعد على تقوية مختلف الأجهزة الحيوية للاعب، ومن الناحية الأخرى قد تكون هذه الجوانب الانفعالية مضارها حيث التأثير السلبي على سلوك أو أداء الرياضي أو الفريق. **(علاوي،2002، ص 32-33).**

المنافسة الرياضية تثير الاهتمام والتشجيع نادرا ما يكون في حياة الفرد والجماعات ما يحظى من الاهتمام والتشجيع والاعتراف مثلما يحدث في مجال المنافسة الرياضية، وخاصة على مستوى القومي أو الدولي أو العالمي، المنافسة الرياضية تحدث في وجود مشاهدين : تتميز المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور

جماهير المشاهدين، الأمر الذي قد لا يحدث في كثير من الفروع والأنشطة الإنسانية، بالإضافة الى الإعداد الهائلة من المشاهدين الذين يحضرون المنافسات الرياضية في بعض الأنشطة الرياضية ذات الشعبية الجارفة كالكرة القدم.

المنافسة تجري طبقا لقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها : تجرى المنافسات الرياضية طبقا القوانين ولوائح وأنظمة معترف بها وثابتة معروفة والتي تحدد الأسس والقواعد المختلفة للجوانب الفنية والتنظيمية لأنواع النشاط وسلوك الرياضيين، بذلك تجبر اللاعبين والفرق الرياضية على احترامها والعمل بمقتضاها، ومن ناحية اخرى تضمن مقارنة العادلة والتنافس الشريفة والمتكافئ بين المستويات الرياضية بعضها بالبعض الآخر **(علاوي، 2002، ص 34)**.

3-1-8-أهداف التنافس الرياضي:

إن عملية التنافس ضرورة اجتماعية لا بد منها لأنها تجعل أفراد المجتمع في حركة ديناميكية دائمة ومستمرة وتسعى الى تحقيق أهداف ايجابية التي من شأنها أن تخلق لنا مجتمع متماسك من جميع الجوانب وتدفعه الى الاستمرار في التطور البحث التحديد والابتكار، ومن الأهداف نذكر:

- التهيئة والتربية والإدماج الاجتماعي لكافة الشباب عن طريق تنافس سليم.
- المساعدة الكاملة على كشف وإبراز المواهب والقدرات الرياضية الخفية. بلوغ التفوق في جميع الميادين من أجل ضمان التأهل والفوز
- خلق جو رياضي يسوده التفاهم والحركة والنشاط والحيوية طيلة فترات الأداء. تنظيم وتطوير وتدعيم جميع الألعاب والنشاطات ضمن الاختصاصات الرياضية.
- تعزيز وتطوير جميع الألعاب**(الجريدة الرسمية، 1995، المادة 11)**.

3-1-9- تأثير المنافسة الرياضية على النتائج:

لا يتوقف أثر المنافسة الرياضية على نتائج المنافسة مثل الفوز الهزيمة، بل يمتد إلى الجانب التربوي الذي يسهم في التأثير على تطوير وتشكيل قدرات الرياضي المختلفة المعرفية، البدنية، المهارية.

ولقد تناولت العديد من دراسات التأثير النفسي للمنافسات ويذكر (ماير)إن تلك الدراسات قد تركزت فيثلاث مجالات رئيسية هي:

- أداء اللاعب في الموقف التنافسي.
- النتائج الشخصية المترتبة على الاشتراك في المنافسة.
- عملية اتخاذ القرار تحت ظروف المنافسة.

إن الموقف التنافسي بعد أكثر إثارة من الموقف غير التنافسي، ومن خلال زيادة الدافعية إن الأفراد سوف يبذلون جهد أكبر وأداء أفضل في الموقف التنافسي وهذا ما يحدث في الكثير من الأحوال،

وقد تلعب الضغوط النفسية دورا حيويا في تقدم المستوى المهاري، فالضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة الرياضية توضح أن المنافسة الرياضية ينظر إليها كمصدر من مصادر الضغوط على الرغم من أنها موقف اختبار ذو شدة عالية يظهر فيها اللاعب جميع خبراته وقدراته ويتم من خلالها تقييم الرياضي.

3-1-10- أهمية التحضير السيكولوجي للمنافسة:

كل المدربين يحققون تحضيرا سيكولوجيا قبل أي لقاء مهما يكون مستوى المنافسين إلا أن المشكل يختلف بطبيعة الحال، يمكن القول إن التحضير للمنافسة المقبلة يبدأ عند انتهاء المنافسة السابقة ويمكن أن تلخص أهميةالتحضير السيكولوجي للمنافسة فيما يلي:

- تشكيل فريق متكامل مع خلق جو ملائم لتحسين النتائج.
- خلق حيوية وخاصة العوامل التي تساعد على الفوز.
- دعم اللاعبين كي تكون الثقة في النفس في قدراتهم على تحقيق النتائج ونظرته الخاصة للسلوك أثناء المنافسة للفريق الخصم.
- الأخذ بعين الاعتبار لبعض العوامل الخاصة بالجو قبل وأثناء المنافسة.

لذا فإن التحضير السيكولوجي للمنافسة شيء رئيسي وأساسي لكل رياضة تنافسية، فالمدرب يستعمل هذا النوع من التحضير لتهيئة اللاعبين نفسيا وكذلك بخلق الدافعية والانسجام والثقة في قدراتهم على تحقيق النتائج المرضية.

3-1-11- التحضير النفسي قبل المنافسة:

مهما كانت درجة التحضير النفسي التمهيدي للرياضي ضرورية لاتخاذ التدابير المثيرة للمزاج المناسب عند الرياضيين ولذا ينبغي في المقام الأول تحديد موقف الرياضي في المسابقة، وكلما يكون نطاق المسابقات أكبر وقلق المنافسة الرياضية مستوى مهارة المنافسين أعلى كلما كان تأثير المسابقات المتوقعة اشد على الرياضيين و تبدأ الأفكار والتساؤلات علن هذه المسابقة الهامة تهيج الرياضي، أو تقبض صدره قبل عدة أسابيع من المنافسة، وسميت هذه الحالة(مرحلة ما قبل المنافسة).

كما تتوقف حالة الرياضي ما قبل الانطلاق على خلقه و مدى كفاءته الرياضية و مدى ثقته بإمكاناته، لذا يجب على المدرب في هذه الحالة مساعدة الرياضي كي لا يفكر في شيء آخر إلا في ضرورة تحقيق الهدف المسطر ومكافحة التعب و يجب أن تتحقق عملية إثارة المزاج المناسب في الرياضي، وتوجيه نفسية المجرى المطلوب معو يجب على المدرب أن يوجه قوة وإرادة الرياضي إلى بذل جهود تكون قوية إلى أقصى حد و يتطلب الأمر توجيه نفسية ومعنويات الرياضي لضرورة إجهاد الإرادة لمدة طويلة، وإلى إبقاء القدرة على تقديم أعمال المنافس مراعاة الخصائص الفردية، وإذا لم يؤخذ القرار

الشخصي للرياضي وحالته بعين الاعتبار قد تؤدي نصائح المدرب إلى نتائج سلبية، فتوصيات المدرب قبل المنافسة قد تساعد الرياضي في رفع حالة الانتباه والتركيز قصد خوض المنافسة.

3-1-12-التحضير النفسي أثناء المنافسة:

أثناء المنافسة يجب على المدرب أن يلهم و يهدئ الرياضي، و أن يصحح أخطاءه في التقنية أو في التكتيك و عند الضرورة و أن يحيطه علما بوضعه في المسابقات و ما إلى ذلك و على المدرب أن يكون واثقا أن التعليمات والإرشادات التي يوجهها للرياضي في المسابقات لن تتعارض مع القرارات التي يتخذها الرياضي لان ذلك قد يسبب ارتباكا في وعيه، و على المدرب و الأخصائي النفساني ضرورة العمل على تعليم اللاعب كيفية التحكم في حالة الانفعالية المزاجية و يوجهها منذ بداية المنافسة لذا يجب على اللاعب ترديد بعض العبارات والكلمات التي تساعده في رفع استعداده وتعبئة قدراته النفسية لبدأ المنافسة والبطولة، ومن بين هذه الكلمات مثلا: أنا منتبه و متحفز و منتعش بشكل كامل من الأداء، أنا اشعر بالسعادة لمشاركتي في المنافسة، أنا مستعد مهما كان نوع المنافس ... الخ.
وأيضا عند أداء الإحماء والتسخين في يوم المنافسة يجب أن يستخدم اللاعب بعض العبارات كمؤشر نفسي هادف لرفع درجة الاستعداد والتعبئة **(ناهد رسن سكر، 2002، ص: 64-65)**.

3-2-الكرة الطائرة:

3-2-1-تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة رياضة جماعية تلعب في إطار تنافسي بين فريقين، كل فريق مكون من ستة لاعبين فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18 م وعرضه 9 م وتقسمه شبكة إلى جزئين متساويين، وارتفاع الشبكة هو 2.43 م للذكور و 2.33م للإناث، الهدف من اللعبة هو رمي الكرة فوق الشبكة بغرض إسقاطها في منطقة المنافس وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به، يبدأ اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة، وذلك بإرسالها فوق الشبكة إلى منطقة الفريق الخصم و هو ما يسمى بالإرسال ولكل فريق الحق في المس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت، وتحسب نقاط المباراة في الكرة الطائرة حسب نظام التسجيل المستمر وعند اكتساب الفريق للإرسال يقوم عناصره بالدوران وفق عقارب الساعة، وبهذا التغيير يكون عناصر الفريق قد لعبوا في مختلف الوضعيات.

وللوصول إلى شوط المباراة فإن الفريق الذي يحصل أولا على مجموع 25 نقطة وبشرط أن يكون الفارق نقطتين على الأقل عن الخصم، وفي حالة التعادل أي مثلا 24-24 نقطة فإن اللعب يستمر إلى غاية نقطتين كفارق في النتيجة، أما عن عدد الأشواط التي تمكن أي فريق من الفوز هي 03 أشواط.

3-2-2- نشأةالكرة الطائرة في العالم:

إن الكرة الطائرة لعبة قديمة جدا ظهرت منذ 3000 سنة قبل الميلاد، وهو ما تدل عليه الآثار الموجودة في مقبرة الفراعنة في بني حسن بمصر، وهناك صور قديمة في أمريكا واندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفها من جانب آخر، أما في اليابان قديما كانت محاولات لعبة الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف ما وهناك معلومات وتقارير بين الفريقين وكل منهما يحاول الحصول على الكرة ورميها لفريقه. أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي هو الذي نشأت عنده الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى ثم انتقلت إلى ألمانيا سنة 1893، وكانت تسمى آنذاك فوت بول FOOT BALL ، وذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي للكرة الطائرة يراهن في الألعاب الحديثة التي جاءت عن طريق البحث لطرق جديدة لأجل قضاء أوقات الفراغ ويرجع نشأة الكرة الطائرة إلى وليام مورجان مدرس التربية الرياضية والبدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية بهوليود بولاية "ماساشوستس "بأمريكا وقد أطلق عليها اسم "مينتونات " "MINTONETTEسنة 1894م وهذا الاسم لم يدم طويلا وفي سنة 1896م اقترح السيد "هانستيد تسميتها بـ "الكرة الطائرة "VOLLE BALL" "لأن الفكرة الرئيسية لهذه اللعبة هي طيران الكرة **(مصطفى طه، 1999، ص 11)**، وسرعان ما انتشرت هذه اللعبة في أواسط الجامعات الأمريكية ومارستها عدة جمعيات ومنظمات شبانية ولم تبقى لعبة ترفيهية بل أصبحت لها فرق ومشجعين، في البداية إستعمل وليام مورقان " شبكة لعبة التنس وقام بتثبيتها على ارتفاع 1.84م واستعمل الكرة السلة، وكانت تلعب بعدد غير محدود من اللاعبين المهم أن يكون للفريقين نفس العدد من اللاعبين، وانتشرت هذه اللعبة بصفة سريعة عبر دول العالم، وقد دخلت الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى فتعتبر كندا أول دولة مارست هذه اللعبة ثم انتقلت إلى الفيلبين والهند والبيرو ثم كوبا بفضل فرق جمعيات الشبان المسيحيين وفرق الكشافة، ثم وصلت إلى انجلترا عام 1914م، وفي سنة 1923م وصلت الكرة الطائرة إلى إفريقيا عن طريق مصر و تونس و المغرب وفي سنة 1929م اللجنة الأولمبية الوطنية لأمريكا الوسطى تدخل الكرة الطائرة للرجال في الألعاب الأولمبية في كوبا (**عصام الوشاحي، 1994، ص 66-67)**.

وبعد الانتشار الواسع الذي عرفته بدأ التفكير في إنشاء اتحاد دولي يرعى هذه الرياضة ويقوم بتطويرها، فكانت أول محاولة سنة 1928 لكنها فشلت بسبب الظروف السياسية العصيبة التي كانت في تلك الفترة، وفي سنة 1947 أنشأ الاتحاد الدولي للكرة الطائرة (FIVB) برئاسة الفرنسي باول لباد PAUL LIBAUD وكان مقرها باريس، حيث أقام الإتحاد الدولي لكرة الطاولة أول بطولة عام 1948م في "روما" ومن ثم بطولة ثانية في "براغ" عام 1949م وفي عام 1952م في موسكو اشتركت في البطولة 26 دولة من بينها 17 دولة إشتركت بفرق السيدات وفي عام 1958م قامت المنظمة بإدخال اللعبة ضمن برنامج الألعاب الأولمبية وتقرر إدخالها لأول مرة في دورة طوكيو عام 1964م، أدخل الجيش الفرنسي

هذه اللعبة إلى المغرب العربي، وقد أنشأت البلدان العربية في شمال إفريقيا عدة فرق في هذه اللعبة، وانطلقت في كل من مصر ولبنان عام 1954م حيث أقيمت عدة مباريات في القاهرة و بيروت **(محمود صقلي، 1996، ص 11-18)**.

3-2-3- تاريخ الكرة الطائرة في الجزائر وتأسيس الاتحادية الجزائرية للكرة الطائرة:

ظهرت الكرة الطائرة في الجزائر بعد الحرب العالمية الأولى، وكانت هناك فرق قليلة موجودة داخل فدرالية جمعيات الجمباز الإفريقية لكنها لم تلعب رسميا إلا عام 1936م وذلك بعد ظهور الفدرالية الإفريقية الشمالية، حيث بدأتممارستها في الجزائر العاصمة ثم اتجهت نحو الغرب ثم نحو الشرق الجزائري، وفي بداية عهدة الاستقلال أنشأت الإتحادية الجزائرية لالكرة الطائرة في 08 ديسمبر 1962م وكان عدد المنخرطين 120منخرط فقط، لأنها لم تكن تمارس إلا من طرف فئة معينة من المجتمع.

وكانت من بين الأهداف التي وضعتها الإتحادية بعث هذه الرياضة إلى داخل المجتمع بحيث تشمل جميع فئات الشعب، فقامت ببناء العديد من الملاعب والقاعات الرياضية التي تضم هذه الرياضية كما عملت على وضعها ضمن المناهج المدرسية لتدرس نظريا وتطبيقيا في المدارس**(علي معوش، 1994، ص 08)**.

3-2-4-بعض التواريخ عن تطور الكرة الطائرة:

1922: أول بطولة دولية للكرة الطائرة للرجال بتشيكوسلوفاكيا.

1928: أول خطوة لإنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

1932: الكرة الطائرة للسيدات أدرجت ضمن الألعاب الأولمبية في السلفادور.

1947:18-20 أفريل إنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.(FIVB)

1949: تنظيم أول بطولة عالمية للذكور ببراغ.

1996: ظهور رياضة الكرة الطائرة الشاطئية بأطلنطا.

1999: تحديد مدة القيام بالإرسال لا تتجاوز 08 ثواني من صفارة الحكم.

(د/ علي مصطفى طه، 1999، ص 12)

3-2-5-اللعبة في الجزائر:

قبل الاستقلال كانت الكرة الطائرة تمارس من طرف المستوطنين ونادرا ما تمارس من طرف الجزائريين، وفي سنة 1962م تم إنشاء الفيدرالية الجزائرية للكرة الطائرة على يد الدكتور "بوركايب" وفي نفس السنة إنشاء المنتخب الوطني للذكور، وسنتين بعد ذلك إنشاء المنتخب الوطني للإناث أما فيالسنوات الأخيرة فقد أصبحت تمارس في أغلبية التراب الوطني **(smath،1988)**.

وهذه بعض نتائج المشاركات للفريق الوطني في المحافل الدولية.

1991 :أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في كأس العالم واحتل المركز التاسع.

1991 :أول مشاركة للفريق الوطني للناشئات في بطولة العالم واحتلن المركز الثاني عشر.

1992: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في الألعاب الأولمبية واحتل المركز الثاني عشر.

1994: أول مشاركة للفريق الوطني في البطولة العالمية واحتل المركز الثالث عشر**(د علي مصطفى طه، 1999، ص 11)**.

أما بالنسبة للمحافل القارية:

1989 :احتلال الجزائر المركز الثاني البلد المنظم كوت ديفوار.

1991 :الجزائر تحتل المرتبة الأولى البلد المنظم مصر.

1993 :الجزائر تحتل المرتبة الأولى على التوالي البلد المنظم الجزائر.

1997 :الجزائر تحتل المركز الثالث البلد المنظم نيجيريا.

أما بالنسبة للأندية:**(ألين وديع،2004 ، ص 123)**

1988 :مولودية الجزائر تفوز بالبطولة الإفريقية للأندية.

(www.google.com. www.volley ball.com.)

3-2-6-خصائص لعبة الكرةالطائرة:

ما يميز الكرة الطائرة عن باقي الألعاب المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني، ففي كل حركات الكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر ويوافق بين كل من الجهاز العصبي والعضلي ويعرف كيف يحلل مواقف اللعب، متى يسرع ومتى يبطئ وأين يتم تغيير اللاعبين لمراكزهم ومتى وكيف يتمكن من لعب الكرة المرتدة من الشبكة في الوقت المناسب، وهل يتم الدفاع المنخفض من الوقوف في وضع نصف القرفصاء أم من الطيران أماما حسب متطلبات الموقف **(عصام الوشاحي، 1994، ص 58)**.

كما يوضح علي مصطفى بعض الخصائص الأخرى تمثلت في:

- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.
- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه.
- اللعبة الجماعية الوحيدة التي تمس الكرة الأرض.
- يمكن إعادة الكرة الطائرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب.
- يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية والخلفية ما عدا اللاعب الحر (الليبيرو) فهو يلعب في المراكز الخلفية فقط.
- لكل فريق ملعب خاص به لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس.
- لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد.
- حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق.

- تتميز بعدم وجود احتكاك جسماني أثناء الأداء.
- يعد الشوط وحده مستقل بذاته.
- سهلة التكاليف.
- لابد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.
- لا يمكن التقدم بالكرة للأمام حيث أنها لا تمسك ولا تحمل.
-لا يوجد بها تسليم وتسلم **(د/ علي مصطفى طه، 1999، ص 11)**.

3-2-7-المهارات الأساسية في الكرة الطائرة:

3-2-7-1- وقفة الإستعداد:

تعريف: هو الوضع الذي يتخذه اللاعب ومنه يستطيع التحرك بسهولة ويسير إلى جميع الاتجاهات في الملعب، فيستطيع اللاعب أن يتخذ أوضاعا معينة تتناسب مع ظروف وصول الكرة إليه ومن هذه الأوضاع ما يلي :

- **الوقفة المنخفضة:** والتي تتناسب التغطية للهجوم.
- **الوقفة المتوسطة:** وهي الأكثر استعمالا وتناسب التمرير والإعداد.
- **الوقفة المرتفعة:** وهي تناسب التمرير والإعداد للخلف. **(علي مصطفى طه، 1999، ص 55)**.

3-2-7-2- مهارة الإرسال:

الإرسال في رياضة الكرة الطائرة الحديثة يمثل أحد المهارات على الأقل التي يجب أن توضع في الاعتبار و تكون محور اهتمام لكثير من المدربين ومساعديهم وكذا اللاعبين، و يقول البعض أن الإرسال أحد الأسلحة المؤثرة و الفعالة الذي إذا ما استخدم بطريقة ملائمة أو مناسبة، تستطيع أن تشق طريقك من خلاله فيالمباراة (**زكي محمد حسن، 2006، ص 77-78**)، وهو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن رقم (01) المتواجد في منطقة الإرسال، حيث يجب أن يضرب الكرة بيد واحدة، أو بأي جزء من الذراع و يسمح بقذف الكرة مرة واحدة، و يجب على المرسل عند لحظة الإرسال أو الإرتقاء للإرسال بالقفز عدم لمس خط حافة الملعب، ومن الطبيعي أن يختارالمرسل بين أسلوبين لأداء الإرسال إما من الثبات أو الوثب وسرعة الكرة المرسلة وقوتها من العوامل الهامة لأداء إرسال مؤثر، فالإرسال هو الأداء أو التصرف الذي يبدأ به اللعب في لعبة الكرة الطائرة، وفرصة الفريق الأولى ليسجل نقطة **(عصام الوشاحي، 1991، ص 141)**.

أنواع الإرسال: نستطيع من خلال التكتيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال من حيث الطريقة أن نقسم الإرسال إلى نوعين:

- **الإرسال من الأعلى:** الإرسال من الأعلى يتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة بعد قذفها إلى الأعلى، بحيث تقابل اليد الكرة وهي أعلى من مستوى الكتف وتكون رجل متقدمة على الأخرى حسب المنقذ باليمني أو باليسرى، ويشبه عملية الإرسال في لعبة التنس الذي يسمى بإرسال التنس وينقسم الإرسال من الأعلى إلى ما يلي:

أ- الإرسال المتأرجح :في هذا الإرسال يكون الكتفان في وضعية متعامدة للشبكة، حيث تنفذ الحركة بعد حركة دائرية من الأسفل إلى الأعلى مع إبقاء الذراع مستقيمة.

ب- الإرسال المتموج الطافئ :يتم بتنفيذ ضربة موجهة نحو الخصم مع تفادي التوازن العمودي للكرةوهذا لمنع دوراتها حول نفسها.

ج- إرسال السحق :يتم بتنفيذ ضربة بعد القيام بقفزة إلى الأعلى "الإرتقاء" الذي يتبع حركة اليد حيث أنه يحقق فالكرة الإرسال وهوعبارة عن هجوم **(مصطفى طه، 1999، ص61).**

- **الإرسال من الأسفل** : هو الإرسال العادي البسيط و يعتبر من أسهل أنواع الإرسال و يتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة أو المقبوضة بعد تركها من اليد الأخرى، بحيث أن اليد الضاربة تتجه من الأسفل إلى الأعلى، يستعمله المبتدئين لسهولة أدائه وعدم حاجته إلى قوة كبيرة فهو في أغلب الأحيان مضمون النجاح إلاأن من السهل على الفريق المنافس استقباله و الدفاع عنهوهذه نقطة ضعف فيه إلا أن اللاعب يستطيع توجيه هذا النوع من الإرسال بسهولة إلى أماكن اللعب الخالية في ملعب الفريق الخصم، و يتم فيه قذف الكرة باليد بارتفاع مستوى الكتف وينقسم الإرسال إلى ثلاثة أنواع هي من الأسفل إلى الأعلى كما يلي:

أ- الإرسال القاعدي:(حسن عبد الجواد، 1987، ص45) يكون تنفيذ ضربة الإرسال بعد تحريك أو إرجاع اليد للمستعدة للإرسال إلى الخلف ثم إلى الأمام.

ب- الإرسال الجبهي من الأسفل: يكون فيه الذراع الفعال مستقيم بحيث يؤدي حركة إلى الأمام، حيث اليد تضرب الكرة على مستوى الحزام.

ج- الإرسال الجانبي من الأسفل:

اللاعب المنقذ يوجه الكتفين بتعامل مع الشبكة، واليد المنفذة تؤدي حركة جانبية من الخلف إلى الأمام، ومن الأسفل إلى الأعلى **(على مصطفى طه، 1999، ص 61).**

أهمية ومميزات الإرسال:(أحمد عبد الدايم الوزير، على مصطفى طه، 1999، ص 35)

ترجع أهمية الإرسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي، حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال الإرسال، ولاعب الإرسال يكون أداؤه مستقل وبدون التأثير من زملائه ولاعبي الخصم.

الأخطاء الشائعة في الإرسال: (زكي محمد محمد حسن، 1997، ص 45)

- ضرب الكرة بأصابع اليد.
- عدم ضرب الكرة بالقوة اللازمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبكة.
- قذف الكرة بعيدا إلى الأمام حيث لا يستطيع اللاعب ضربها باليد كاملة.
- عدم نقل الجسم أثناء الأرجحة للخلف على القدم الخلفية، وأثناء الضرب على القدم الأمامية.
- القذف المبكر قبل أرجحة الذراع خلفا.
- قذف الكرة بعيدا عن الجسم أو خلفه أو يجالبه مما يؤدي بالمرسل إلى تغيير وضع الامتداد والسيطرة عليها.
- عدم امتداد الجسم والذراع أثناء الضرب.
- عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرةو حركة الضرب.
- أرجحة الذراع بقوة كبيرة لضرب الكرة مما يؤدي إلى خروج الكرة خارج الملعب.
- عدم الدخول إلى الملعب بعد القيام بالإرسال مباشرة، وعدم متابعة الجسم لاستمرارية الحركة.

3-2-7-3- مهارة الاستقبال:

تعريف: هو استقبال الكرة المرسلة من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب، وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وبتمريرها من أسفل إلى أعلى بالساعدين أو بالتمرير أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل.

- طريقة استقبال الإرسال:

الإستعداد: يتحرك اللاعب إلى المكان الصحيح بطريقة سريعة، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدتان أوسع من الحوض قليلا والركبتان مثنيتان قليلا، وتشكلان زاوية قائمة تقريبا مع الحوض، ميل الجذع قليلا للأمام الرأس عمودي على مستوى الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة حوالي اتساع الكتفين وممدودتان للأمام ومائلتان للأسفل. **(د) علي مصطفى طه، 1999ص91)**

أنواع الاستقبال:

أ- الإستقبال من الأسفل :هو الأكثر استعمالاً وتكون مساحة الاستعمال أو الإرجاع بمقدمة اليدين، ويكون اللاعب مقابل للكرة مع ضرورة استقامة اليدين.

ب - الإستقبال من الأعلى :هو استقبال الكرة القادمة من الخصم بمقدمة البدين، وهذا من وضعية عالية "فوق الرأس".

ج - الاستقبال الجانبي :يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين، وهذا عندما يكون اتجاه الكرة على جانب الجسم.

د- الاستقبال مع الانبطاح :يكون بيد واحدة أو يكلنا اليدين وهذا عند محاولة إنقاذ الكرة من زاوية ميتة، ويكون استقبال الكرة بعد القيام بانبطاح أو ارتماء نحو الأرض.

الأخطاء الشائعة في الإستقبال:

- الأرجحة الزائدة للذراعين أماما، وللأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدودالملعب.
- عدم تساوي السطح الداخلي للمساعدين عند ضرب الكرة، مما يؤدي إلى طيرانها جانبا.
- وضع الذراعين بمستوى عال جدا، مما يجعل طيران الكرة عموديا وقصير المسافة.
- ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.
- عدم المحافظة على استقامة الظهر **(زكي محمد محمد حسن، 2006، ص 316).**
- ضرب الكرة باليد على سطح المساعدين، مما يؤدي إلى طيرانها لأحد الجانبين.
- عملية امتصاص قوة الكرة على الساعدين كبيرة، مما يؤدي إلى طيرانها المسافة قصيرة.

3-2-7-4-التمرير:

أ- تعريف: يعتبر التمرير من أهم العناصر الأساسية والرئيسية لتكتيك رياضة الكرة الطائرة، فبدون إتقان هذا العنصر لا يستطيع اللاعب أن يوجه الكرة إلى زميله بطريقة صحيحة، كما لا يستطيع الإعداد للهجوم بالسحق تستطيع أن نقول أن التمرير هو قاعدة اللاعب بحيث يتطلب تنقل سريع وتمركز جيد بدون الكرة وتحريك كبير للذراعين خاصة تحرك جيد للأصابع، فبدونها لا يمكن أن يكون هناك لعب.

ب- أهمية التمرير: التمرير هو الأساس في لعب الكرة الطائرة، حيث يتوقف نجاح الفريق على مدى قدرة لاعبيه في السيطرة والتحكم وتوجيه الكرة في كل الإتجاهات وبطريقة صحيحة وقانونية، خاصة تلك التي تمرر نحو المعد، وهو دقة نظرا لضرورة سير الكرة في طريق محدودة في الهواء و مرتبطة بالضربة الهجومية والتمرير من الأعلى بالأصابع هي اللمسة الهامة التي يجب أن تتقن إتقانا تاما الأمر الذي يؤدي الوصول الكرة إلى الزميل بطريقة تمكنه من المهارة الأهم بالنسبة لخطط الدفاع والهجوم التي يستخدمها الفريق، يستخدم اللاعب في مهارة التمرير أطراف الأصابع والأيدي والأذرع على الأغلب أكثر من أي جزء من الجسم ويمكن أن تعتبر الإعداد تمريرا، ولكن بأكثرإحراز نقطة أو كسب إرسال**(زينب فهمي وآخرون، 1994، ص 84).**

ج- أنواع التمرير: لقد تنوع و تعدد التمرير في الكرة الطائرة، حيث يمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات و تمرير من الحركة، ونقسمه من حيث المستوى الذي تصل فيه الكرة إلى تمرير من الأعلى و تمرير من الأسفل، كما يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليدين أو تمرير باليد الواحدة،وعموما يمكننا أن نقسم التمرير إلى نوعين هما:

التمرير العالي:ويشتمل على:

ا- **التمرير إلى الأمام:** التمريرة الصدرية هي الأكثر استعمالا في اللعب للمسافات القصيرة والطويلة، فإتقانها هو الخطوة الأولى نحو التقدم والاندماج وذلك برفع اللاعب الذراعين أمام الوجه في وضع التكور، وعند وصول الكرة إلى ارتفاع 15 إلى 20 سم تقريبا على مستوى الرأس، تتحرك اليدان إلى الأعلى لاستقبال الكرة وعندما تلامسها الأصابع تقوم الذراعان بحركة رجوع خفيفة تمهيدا لدفعها للاتجاه المرغوب فيه.

ب -التمرير إلى الأمام بعد الدوران: وفيه يدور اللاعب على مشط القدم الأمامية لوجه اللاعب الذي سيعد له الكرة على أن يعود الجسم إلى وضع الاتزان.

ج - التمرير إلى الأمام من وضع الطعن: فيه تمتد الرجل الخلفية إلى أقصى مداها بينما تكون الساق مع الفخذ في الرجل الأمامية بزاوية قائمة، على اللاعب العودة بأقصى سرعة إلى وضع الاستقبال الأصلي.

د- التمرير للجانبين: يقف اللاعب مواجها للشبكة أو ظهره للشبكة، ويرفع الكرة بعد ثني اليد في الاتجاه المعاكس لاتجاه الكرة،وهي تمريرة صعبة تحتاج إلى تدريب مكثف.

هـ - التمرير مع الدحرجة: يستخدم هذا النوع عند استقبال الكرة قوية وسريعة نتيجة ضربة هجومية والمقصود امتصاص قوتها يلزم اللاعب مرونة بحيث يؤديها دون أن يصاب بأذى، ويمكنه العودة إلى الوضع الأصلي بأقصى سرعة **(على مصطفى طه، 1999،ص 72-73)**

و- التمرير مع الوثب: عبارة عن عملية خداع المواجهة عملية الصد التي يقوم بها الفريق المضاد بشكل يظهر وثبة اللاعب الأداء التمرير، كأن ينوي أداء ضربة هجومية فيقوم بإعدادها للزميل الآخر.

ي- التمرير من الأسفل: يمكن أن نطلق على مهارة التمرير من الأسفل بالساعدين بأنها حركة إيجابية للرجلين باتجاه الهدف، وذلك بمواجهة اللاعب للكرة متحركا إليها بالسرعة المناسبة التي تتفق مع مسافة أو بعد الكرة، وكذلك في الاتجاه الذي ستلعب إليه الكرة دافعا إياها بيديه بالقدر المناسب و يتوقف نجاح الفريق أو فشله إلى حد كبير على مهارته في تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين حيث أنها من الطرق في جميع حالات ومواقف اللعب، ويجب أن نميز بين ثلاثة أنواع من التمرير من الأسفل:

ا - **التمرير باليدين يتم التنفيذ بطرق مختلفة:** يجرى بتلاصق الكفين جنبا إلى جنب، ويتجهان إلى أعلى امتداد الأصابع فتلامس الكرة الجزء العرضي من مؤخرة اليدين قرب الرسغ.

- يتلاصق الكفين جنبا إلى جنب ويتجهان إلى الأسفل مع امتداد الأصابع فتلامس الكرة ظهر الكفين.

- يتلاصق الكفين وجها لوجه مع إثناء أصابع إحدى اليدين حول أصابع اليد الأخرى، فتلامس سطح الإبهامين والسبابتين.

ب - التمرير باليد الواحدة: تستعمل عادة للتخلص من موقف حرج، خاصة في الظروف التي لاتسمح باستخدام اليدين معا

ج- التمرير مع الانبطاح: يتم ذلك عند وصول الكرة إلى مكان قريب من اللعب بحيث يمررها اللاعب بالطريقة العادية فيندفع لإنقاذها من السقوط على الأرض، فيلامس الكرة قبل وصولها إلى الأرض فيرفعها قليلا.

3-2-7-5- مهارة الإعداد:

الإعداد وتعنى به إعداد أو تجهيز أو تحضير الكرة للاعب المهاجم بطريقة ملائمة أو مناسبة مستخدمين في ذلك المهارة الملائمة والمناسبة لتنفيذ هذا العمل**(زكى محمد حسن، 2004م، ص 30)**، وفي الحقيقة فإنه معظم أنواع الإعداد التي تنفذ لحد أنها عادة ما تستخدم التمرير من أعلى فوق الرأس أو من الأعلى للخلف، ولكن هذا لا يمنع أنه في أحيانا أخرى قد نلجأ إلى استخدامه من الأسفل (بالساعدين) وذلك كله بهدف إعداد الكرة.

أهمية الإعداد: مهارة الإعداد من المهارات الضرورية الهامة في الكرة الطائرة، وهي الخطوة التي يرتكز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة، ويعتمد الإعداد كليا على التمرير من الأعلى فإجادة التمريرات العلوية يساعد على أداء الإعداد الجيد، ويعتبر الإعداد من أكثر مواقف اللعب الحساسة والمهمة حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه، ولذا يجب على المدربين تهيئة لاعبيهم على إجادة أنواع الإعداد في جميع مواقف اللعب المختلفة **(مصطفى طه، 1999، ص 139)**.

أنواع الإعداد:

أ - **الإعداد الأمامي :هو** أكثر الإعداد استعمالا لسهولة أدائه، و هو أساس الجميع أنواع الإعداد الأخرى، ويؤدى من وقفة الاستعدادمع ملاحظة عملية امتداد الذراعين والرجلين مع المحافظة على توازن الجسم في نهاية الحركة.

ب - الإعداد الخلفي من فوق الرأس: يستعمل في الأغراض الخططية ويتطلب درجة عالية من الإحساس بالحركة، حيث أن اللاعب لا يرى الهدف المراد التوجيه إليه لحظة أداء الإعداد وهو يشبه الإعداد الأمامي في طريقة الأداء.

ج- الإعداد الجانبي: يستخدم عندما يكون اللاعب قريبا من الشبكة، ولا يوجد مكان ووقت كافي للدوران يستعمل عند الرميةالخداع حيث يقف اللاعب وقفة الاستعداد جانبا لاتجاه الإعداد.

د- الإعداد بالوثب :يستعمل هذا الإعداد للكرات العالية في عملية الخدع الهجومية، ويعتمد على استعمال الذراعين والأصابع، ويستخدم فيه الوثب بالرجلين، وعلى اللاعب ملاقاة الكرة في الوقت المناسب.

3-2-7-6-مهارة الضرب الساحق:

تعريف: هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة، وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية.

طريقة الأداء:

تنقسم طريقة أداء الضربة الساحقة إلى أربعة مراحل متتالية:

- الاقتراب.
- الارتقاء.
- الضرب.
- الهبوط. **(علي مصطفى طه، 1999، ص 136).**

أهمية السحق: الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال و تتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بالسرعة وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين و السرعة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق العصبي العضلي، و القوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات إلى نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح، ولهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية، فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق الأداء هذه المهارة ثم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائهاأثناء المباريات(**على مصطفى طه، 1999، ص 101).**

أنواع السحق: هناك أنواع عدة

ا – **السحق الأمامي:** هو أسهل أنواع السحق وأهمهم، لذلك تجد المدربين يعطونه اهتماما كبيرا خاصة عند المبتدئين، ويكون توجيه الكرة عند أدائها في خط مستقيم مع خط حري اللاعب الضارب.

ب السحق الجانبي: يؤدى هذا النوع من السحق عندما يكون اللاعب بين الشبكة والكرةويكون الاقتراب يأخذ الخطوة والوثبة بالموازاة مع الشبكة ويتم الإرتقاء في الضرب الأمامي ويطلق عليه بعض المدربين"الضرب الخطافي" أو "الضرب بدوران الذراع".

ج – السحق الخلفي: يؤدى عندما يكون الظهر موجه للشبكة فيوثب اللاعب ويدور في الهواء حتى يواجه الشبكة ثم يقوم يضرب الكرة بقوة وبسرعة في أعلى أجزائها، ويعتبر من أصعب أنواع السحق من حيثالأداء. **(عقيل عبد الله، 1987، ص 93).**

3-2-7-7-الصد:

تعريفه :حائط الصد هو عملية يقوم بها اللاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجها للشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب للأعلى مع مد الذراع أو الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة الساحقة من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة ويتمثل الصد أيضا: أنه مهارة تتم عند الشبكة لاعتراض سير الكرة الآتية من جهة الخصوم فإذا كان مركز اللاعب قرب الشبكة يتعين عليه أن

يعترض سير الكرة وذلك برفع أي جزء من جسده، من الخصر وما فوقه فوق الشبكة **(عصام الدين الوشاحي، ص 126)**.

أهمية الصد: يعتبر الصد من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة **(على مصطفى طه، 1999، ص 136)**.

أنواع الصد:

أ –**الصد الهجومي:** عند أداء الصد الهجومي تكون الأيدي المكونة الحائط الصد متوازنة قريبة من الشبكة، وفيها انثناء نحو ملعب المنافس فتتحرك الذراعان والبدن أثناء الصد المحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس.

ب –الصد الدفاعي: وفيه يتم سقوط الكرة بعد عملية الصد في نفس ملعب الفريق المدافع، بعد أن تكون قد قلت قوتها وفقدت خطورتها بحيث يمكن للفريق أن يستغلها في الإعداد الضربات ساحقة.

أشكال الصد: ينقسم إلى ثلاثة أقسام هي:

1–الصد بلاعب واحد **2** – الصد بلاعبين **3**– الصد بثلاثة لاعبين.

3–2–7–8–مهارة الدفاع عن اللعب:

تعريف: الدفاع عن الملعب هو استقبال الكرة المضروبة ضربا ساحقا من الفريق المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتمريرها من أسفل لأعلى بتوجيهها لزميل من الملعب.

أ– أنواع الدفاع عن الملعب:

–الدفاع باليدين من الوقوف.

–الدفاع بيد واحدة من الوقوف.

– الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المحرج.

– الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط الغاطس **(د) علي مصطفى طه، 1999، ص 150)**.

3–2–8–الاختبارات المهارية الأساسية في الكرةالطائرة:

من أهم واجبات المدرب قياس وتقويم المهارات الأساسية كالتمرير والاستقبال والإرسال والصد والضرب ... الخ، ويجب على المدرب أن يقوم بقياس هذه المهارات على فترات دورية لتتبع مستويات اللاعبين ومعدلات تقدمهم.

ومن الأهمية بمكان أن يتمتع اللاعب بمستوى متوازن في جميع مهارات اللعبة، حيث تشير الملاحظات الميدانية الى أن بعض اللاعبين المتقدمين ذوي القدرات البدنية والمهارية والفنية المرتفعة غالبا ما يسعون بأسلوب أو بآخر الى التفوق في مهارة واحدة أو إثنين على الأكثر مثل الضرب الساحق أو الدفاع، وعادة ما يكون هذا التفوق على حساب مستواهم في المهارت الأخرى.

وهذا أمر غير مستحب ويعمل على أن يفقد ما يعرف باللاعب المتكامل، وبروز هذه المشكلة يجعل من اللاعب سجينا داخل حدود مهاراته البارزة دون غيرها مما قد يتسبب في عدم القدرة على الأداء المتكامل ... وهذا أمر لا يخلو من النقد وعواقبه سلبية على الفرد نفسه وعلى الفريق كله.

ويجب على اللاعبين جميعهم أن يؤدوا المهارات الأساسية جميعها بمستوى متكافئ لكي يتمكن كل لاعب من تنفيذ واجبه أثناء اللعب، وعليه يتحتم تحليل المهارات الى مراحلها حتى يسهل تعلمها بصورة دقيقة وصحيحة ومع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة، وعلى الرغم من أن المهارات تبدوا سهلة الأداء إلا أنها تتطلب بذل جهد كبير في دقة إتقانها وذلك لما يفرضه قانون اللعبة من حيث قصر مدة لمس الكرة وتحديد لمس الكرة بأطراف الأصابع وصغر حجم الملعب وسرعة طيران الكرة وغيرها من النواحي القانونية الأخرى **(سعد حماد الجميلي، 2007، ص 29).**

3-2-9-التحضير النفسي في رياضة الكرة الطائرة:

إن الهدف العام من الإعداد النفسي هو تطوير الصفات النفسية الهامة للشخص أو الرياضي للوصول إلى مستوى عالفي تحكم الرياضي للاستقرار النفسي والاستعداد للمنافسة، والتحضير النفسي في الكرة الطائرة يتوقف عموما على فحص مختلف الجوانب الخاصة، وكل يساهم على رفع فرصة نجاحه في المنافسة ويعتبر الجانب النفسي احد الجوانب كما هو معروف من قبل وهو متغير هام في تحقيق الأداء الرياضي وبعد التحضير النفسي عاملا فعالا في تحقيق النتائج الرياضية العالية خاصة في المنافسات، والتحضير النفسي الجيد يعمل على مساعدة الرياضيين على اكتساب دوافع قوية تساعده على الكفاح وبذل المزيد من الجهد مما يؤدي تثبيت مكونات الشخصية خاصة منها الانفعالية ويشترط للتفوق في رياضة الكرة الطائرة توفر الخصائص التالية:

- اتساع حجم ومدى رؤية اللاعب فيما يعرف بعنصر الإدراك البصري.
- سرعة تغيير الانتباه.
- التوافق الحركي بين أجزاء الجسم المختلفة كخاصية تعتمد على الجهاز العصبي المركزي.
- توفر قدر عالي من الإحساس بالكرة.
- ارتفاع معدل إيقاع سرعة رد الفعل.
- توفر مستوى عالي من القدرة على حفظ التوازن.
- توفر مستوى عالي من الثبات العاطفي.

3-2-10- خصائص التحضير النفسي في الكرة الطائرة:

ويرى علماء النفس أن لتنمية هذه الخصائص يفضل أن يحدث ذلك بشكل متزامن من خلال التدريب على النماذج والمواقف التدريبية السابقة في الإعداد، بحيث تكون هذه المواقف عاملا هاما في تكييف اللاعب مع كافة الظروف المتوقعة والمفاجئة في المعلب.

ويشترط أن يكون الإعداد النفسي للاعبين جماعيا نظرا لكون اللعبة جماعية، ويجب على مدرب الكرة الطائرة أن يركز خلال تدريبه الشامل، تدريب اللاعب (بدنيا نفسيا، مهاريا، وخططيا)، ومركزا على ما يلي:

أ- ضرورة تنمية وتطوير عنصر الإدراك البصري نظرا لأهمية هذا العنصر.

ب- تنمية عنصر الرؤية لدى اللاعب بحيث يكون قادر على تمييز مكان الكرةولاعبي الفريق المنافس.

ج- تنمية القدرة لدى اللاعبين على التغيير السريع واللحظي العامل تركيز الانتباه.

د- تنمية وتطوير الإحساس الفائق باستلام اللاعب للكرة.

و قد توصل جان شوروف الروسي عام 1988 إلى عدم الانفصام أو التجزئة المصنفة بجوانب الإعداد المختلفة و التي من خلالها يتعرض اللاعب لمختلف المواقف والظروف و يمكن أن يصل فيها اللاعب لدرجة إعداد كاملة يحقق له التنبيه ورفع درجة الاستعداد قبل المنافسة واثناءها، وعلى اللاعب أن يستعمل بعض العبارات التي تعدكمؤشر الرفع الحالة المزاجية والنفسية **(عزت محمود الكاشف، 1991، ص 42-43).**

3-2-11- كيفية التحضير النفسي:

يعتبر التشخيص النفسي مرحلة أساسية للتحضير النفسي للرياضي ويكون لديه الصفات المميزة لتحقيق نتائج ايجابية، وهنا يكمن دور المدرب في إظهار الخبرة أو المعرفة في ميدان علم النفس ولاطلاعه على كتب المواضيع السيكولوجية وإتقان أسسها ومناهجها لدراسة وحصر شخصية الرياضي، ومن جانب النمو الذهبي للحالات النفسية الخاصة والحالات النفسية الاجتماعية، وبالتالي فالتحضير النفسي ينطلق من معلومات يمكن اكتسابها من خلال تقييم وملاحظة شخصية الرياضي من كل الجوانب النفسية، وذلك اعتمادا على تقنيات ووسائل البحث العلم النفس العام، وإذا كانت المرحلة الأولى للتشخيص عبارة عن تقييم ودراسة، فإن المرحلة الثانية والثالثة هي التحضير والتنظيم الذاتي على التوالي مشتركة، وخلال التحضير يمكن الرجوع لتشخيص الإدراك وملاحظة الحالة النفسية للرياضي فالتحضير النفسي لا يمكن اعتباره كعامل لظرف معين متعلق بتحضير منافسة، كما يتصور الكثير من المدربين بل هو تدريب وتحضير يدوم لعدة سنين من العمل ويشمل الطابع والعلاج النفسي قبل تحضير الرياضي للحالات المركبة والمعقدة وتسديد الاضطرابات كمنافسة يجب تكوينا طويلا على تحمل الصعوبات والتدريبات الشاقة والمملة، لأن عدد كبير من الرياضيين الموهوبين لا يتمكنون من الوصول إلى القمة والنخبة بسبب عدم تحضيرهم النفسي**(أسامة كامل راتب، 1997، ص 57-58).**

خلاصة:

خلال ما تقدم في هذا الفصل نلاحظ أن الكرة الطائرة شهدت انتشارا وتطورا ملحوظا، شمل جميع أنحاء العالم سواء من حيث المكانة التي أصبحت تحتلها بين الرياضات الأخرى، والتي ميزتها عن مختلف الألعاب الجماعية الأخرى أو من ناحية قوانينها التي شهدت تعديلات متواصلة بالإضافة إلى تطور طرق لعبها، كما يزداد الاهتمام بما يوما بعد يوم بالسلوك التنافسي يعمل على تحسين وتطوير الجانب البدني والمهاري للعبة والارتقاء للمستوى العالي وتحقيق الفوز بالمنافسات.

استعراضنا في هذا الفصل تعريف وتاريخ ونشأة الكرة الطائرة وكذا المهارات الأساسية الخاصة بها كان لزاما الخوض في الخصائص والحالة النفسية للاعبين والتحضير النفسي للاعبي الكرة الطائرة، والذي يعد عملية ضرورية وهامة جدا في التدريب الجميع المراحل العمرية، ولكافة فترات التدريب، فالمشاكل التي يواجهها اللاعب في عملية التدريب والمنافسات والتغيرات التي تطرأ عليه هي تغييرات بدنية وفسيولوجية واجتماعية ونفسية، مما تحتمعلى المدرب أن يهتم برعاية لاعبيه من جميع هذه النواحي وبالتالي ينعكس ايجابيا على تطوير الجانب النفسي، الشيء الذي يؤدي إلى الارتقاء بمستوى القدرات البدنية و المهارية والخططية للاعبين وهذا ما يسمى بالإعداد المتكامل، وتجدر الإشارة إلى أن التحضير النفسي يتميز بفترات ومراحل حسب الحالة النفسية للرياضي وحالة المنافسة، وهو عمل جماعي يحتاج إلى تنسيق بين الأخصائيين في الميدان العملي والميدان النظري من أجل الرقي بمستوى الرياضي فهو يحتاج إلى معرفة واسعة ومتمكنة في الميدان النفسي.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية الدراسة.

الفصل الخامس: تحليل ومناقشة النتائج.

الفصل السادس: الإستنتاجات والاقتراحات.

الفصل الرابع: منهجية الدراسة.

تمهيد:

إن الإشكالية التي يطرحها بحثنا تستوجب علينا التأكد من صحة أو خطأ الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، لذا استوجب علينا القيام بدراسة ميدانية بالإضافة إلى الدراسة النظرية لان البحث يشترط تأكيده ميدانيا إذا كان قابلا للدراسة.

وتعتبر عملية جمع البيانات لأغراض التقويم والبحث العلمي من مراحل هامة التي تحتاج إلى عناية خاصة من قبل الباحث، ويؤكد الباحثون على أهمية المنهجية في البحوث العلمية، ذلك أن قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث على الباحث أن يصمم بحثه ويحدد الأدوات التي سوف يستخدمها بطريقة واضحة حتى يتمكن من تطبيق أهداف بحثه ويحدد الأدوات التي سوف يستخدمها وكذا تحديد جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستخدمها في كل مرحلة من مراحلبحثه، كما تعتبر عينة البحث من الخطوات الرئيسية في جمع البيانات.

4-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية أساسا جوهريا لبناء البحث ككل وهي مرحلة أساسية وهامة مرحلة في البحث العلمي، فمن خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها(**عليا ربحي وآخرون، 2008،ص 45**)حول موضوع بحثنا،حيث تهدف هذه الدراسة إلى جمع المعلومات التي لها علاقة وارتباط بموضوع الدراسة والتوصلإلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات، وتجنب العراقيل والمشاكل التي يمكن أن تواجهنا خلال العمل الميداني، توجهنا لنادي الكرة الطائرة (**N. V. B**) ببوسعادة ولاية المسيلة يوم: **27 جانفي 2024**، وأجرينا دراسة استطلاعية لمعرفة مدى تطابق موضوع دراستنا مع الواقع، وقمنا بصياغة مشكلة البحث صياغة دقيقة تمهيدا للبحث بطريقة معمقة والتعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها للبحث العلمي، حيث تم تقديم أداة البحث (مقياس)، وهنا تم اختيار 20 لاعب من النادي وذلك من أجل التعرف على ملائمة الأداة وصلاحيتها لقياس ما وضع من اجله، وكذا مناسبته لخصائص عينة البحث.

وتعد الدراسة الاستطلاعية الأولية التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة من اجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، وبما إننا بصدد إجراء دراسة ميدانية لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بدايتها: التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة والتعرف على كل ما يمكنه عرقلة عملنا، ومختلف الصعوبات المحتمل مواجهتها تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها، ومختلف ظروفها التقرب من أفراد العينة.

فبعد الاطلاع على كل جوانب الدراسة النظرية قامنا بزيارةٍ لنوادي الكرة الطائرة بولاية برج بوعريريج التي تنشط في القسم الأول والثاني، أين اتفقنا مع رؤساء النوادي وإدارتهم وكذا المدربين وأخذ الإذن منهم لمباشرة العمل قصد القيام بالدراسة الأساسية لموضوعنا.

4-2- منهج الدراسة:

إن كل مشكلة بحثية بحاجة إلى منهج مناسب يساعد الباحث على تقصي حقائقها ونظراً لطبيعة موضوع البحث، وسعيا منا لإيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة، فقد اعتمد على الباحث في هذه الدراسة على **المنهج الوصفي**، كمنهج مناسب وملائم **لدراسة العلاقة الارتباطية**.

حيث يرتكز هذا المنهج على وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية، وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم في فترة زمنية محددة أو تطوير يشمل فترات زمنية عدة، ويعرف المنهج الوصفي بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرةأو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة، وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية

تمتفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم والمعطيات الفعلية للظاهرة **(عبيدات وآخرون 1999، ص 36)**.

4-3- متغيرات الدراسة:

ضبط متغيرات الدراسة يعتبر عنصر ضروري في أي دراسة ميدانية، وهذا بغرض التحكم فيها قدر المستطاع بحيث يكون هذا الضبط مساعدا على تفسير وتحليل نتائج الدراسة الميدانية دون الوقوع فيالعراقيل والصعوبات وقد جاء ضبط متغيرات بحثنا كما يلي:

عنوان الدراسة:الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

تتمثل متغيرات الدراسة في:

- **المتغير المستقل:** المتغير المستقل هو المتغير الذي يعتقد الباحث أنه أحد الأسباب التي تؤدي لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي إلىمعرفة تأثيره على متغير واحد**(ثابت 1984، ص58)**، ويتمثل في دراستنا في **: الطاقة النفسية.**

- **المتغير التابع:** هو الذي يتأثر بالمتغير المستقل والتي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع **(علاوي وكامل راتب، 1999، ص219)** ويتمثل في هذه الدراسة في: **السلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.**

4-4- مجتمع وعينة الدراسة:

4- 4-1- مجتمع البحث: يقصد بمجتمع الدراسة جميع مفردات المعاينة التي نأخذ منها العينة فقد يكون هذا مكونا من سكان مدينة أو مجموعة من التنظيمات **(مزيان، 2006، ص 165)**، يشمل المجتمع كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، حيث قام الباحث بزيارة عدة نوادي رياضية للكرة الطائرة والتي تنشط بالقسم الوطني الأول والثاني للرجال منها النادي **الرياضي البرايجي للكرة الطائرة NRBBA**، ونادي **نجم البيبان برج بوعريريج للكرةالطائرة EBBBA**، وحدد مجتمع البحث الذي يشمل لاعبي الكرة الطائرة الذين ينتسبون للقسم الوطني الأول والثاني وبعد التأكد من صدق الأداة المستعملة تمت عملية توزيع مقياس **الطاقة النفسية** ومقياس **السلوك التنافسي** على العينة الأصلية للبحث أثناء الدراسة الأساسية.

4-4 -2- عينة الدراسة: هي جزء أو شريحة من المجتمع، تتضمن خصائص المجتمع الأصلي المراد معرفة خصائصه، أوأنها جزء من الكل أو البعض من الجميع في محاولة الوصول إلى تعميمات الظاهرة معينة ومن أجل القيام بهذه الدراسة قام الباحث باختيار عينة البحث قصدية مسحية التي تعتبر أكثر

العينات موضوعية ومصداقية في النتائج وهذا من أجل تحقيق أهدف الدراسة المطلوبة ويتم اختيار هذه العينة من بين الوسط من نوعيات معينة أي ان هناك تحيزا في الاختيار اذ يختار الباحث هذه العينة كونه يعرف أنها تمثل تمثيلا سليما بناء على معلومات سابقة(**مروان عبد المجيد، ص 163**).

وشملت العينة **38 لاعبا** من مجتمع البحث من النادي **الرياضي البرايجي للكرة الطائرة NRBBA**ونادي **نجم البيبان برج بوعريريج للكرة الطائرة EBBBA**.

4-5- أساليب جمع البيانات أدوات(جمع البيانات والمعلومات):

4-5-1- مصادر جمع المادة العلمية النظرية: من خلال إشكالية بحثنا ودراستها والتي هي بعنوان: الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، قمنا بالاعتماد في تحديد المفاهيم الأساسية على مجموعة من الكتب التي لها صلة بدراستنا وبعض المذكرات العلمية والمجلات.

4-5-2- مصادر جمع المادة العلمية التطبيقية: بالاعتماد على نوع المعلومات والبيانات التي نحن بصدد جمعها، وعلى الدراسة الاستطلاعية التي أجريناها، وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة لإجراء هذه الدراسة هي:

- **مقياس الطاقة النفسية.**
- **مقياس السلوك التنافسي.**

4-5-2-1- مقياس الطاقة النفسية:

لقد تطلبت الدراسة إلى إيجاد درجة الطاقة النفسية لكل لاعب وهذا ما أدى بالباحث إلى استخدام مقياس الطاقة النفسية لدى لاعبي منتخب جامعة الموصل لكرة اليد من قبل الباحثة نجاة سعيد علي، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل لسنة (2009) وقد قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم القياس والتقويم وفي مجال علم النفس الرياضي، لرؤية مدى ملائمة المقياس لعينة البحث الحالي أو تعديل ما يرونه مناسبا أوإضافة أو حذف بعض الفقرات وأصبح المقياس الذي اعتمدناه في شكله النهائي.

4- 5-2-1-1-وصف المقياس: المقياس عبارة عن استمارة تحوي على (37) فقرة ويتضمن (6) أبعاد وهي:

- **بعد السيطرة على الاستثارة:** يتضمن هذا البعد (06) فقرات وهي (22/13/03/02/01).
- **بعد الوعي الذاتي:** يتضمن هذا البعد (06) فقرات وهي (19/15/08/07/06/05).
- **بعد تركيز الطاقة العقلية:** يتضمن هذا البعد (06) فقرات وهي (17/16/14/12/10/09).
- **بعد المحادثة الإيجابيةللذات:** يتضمن هذا البعد (07) فقرات وهي (35/27/21/20/18/11/04).
- **بعدالكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل:** يتضمن هذا البعد (05) فقراتوهي(28/26/25/24/23).
- **بعد مستوى الطموح:** يتضمن هذا البعد (08) فقرات وهي (37/36/34/33/32/31/30/29).

4-5-2-1-2- طريقة تصحيح المقياس:

ويتكون من (20) فقرة سلبية و(17) فقرة ايجابية وكانت الإجابة على فقرات المقياس بأربعة بدائل هي:

جدول رقم (01) يمثل طريقة تصحيح مقياس الطاقة النفسية

أبعاد المقياس	تنطبق علي دائما	تنطبق علي بشكل كبير	تنطبق علي إلى حد ما	لا تنطبق علي
العبارات الايجابية	04	03	02	01
العبارات السلبية	01	02	03	04

وعليه تتراوح أعلى درجة للمقياس هي (138) وأدنى درجة للمقياس هي (37) درجة

4- 5-2- 2- مقياس السلوك التنافسي:

4- 5-2-2-1- وصف المقياس: قام دورثي هاريس 1984 بتصميم استخبار السلوك التنافسي لمحاولة التعرف على السلوك التنافسي للاعب الرياضي الذي يحتاج إلى الرعاية والتوجيه والى التدريب على المهارات النفسية، ويتضمن الاستخبار في صورته الأصلية 50 عبارة يقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة لعباراتالاستخبار على مقياس ثلاثي تدريجي (دائما أحيانا أبدا)، وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس الاستخبار وتعريبه واختصاره إلى عشرين عبارة فقط في ضوءبعض الدراسات التي أجريت على الصورة الأصلية للاستخبار**(مقياس السلوك التنافسي صممه دورثي هاريس1984، اقتبسه وعربه محمد حسن علاوي)، (محمد حسان علاوي، 1998، ص 42)**

5-2-1-2- تصحيح المقياس:

ويتكون المقياس من (11) فقرات سلبية و(09) فقرات ايجابية وكانت الإجابة على فقرات المقياس بثلاث بدائل هي: **(الخزاعي،2004، ص 34).**

جدول رقم (02) يمثل طريقة تصحيح مقياس السلوك التنافسي

ابعاد المقياس	دائما	أحيانا	أبدا
العبارات الايجابية	03	02	01
العبارات السلبية	01	02	03

تعليمات المقياس:

- فيما يخص بعض الأنواع من السلوك التي قد تقوم بها أو تحدث لك في المنافسة الرياضية.
- ارسم دائرة حول الرقم المناسب لحالتك أمام كل عبارة من العبارات التالية.
- حاول أن تكون صريحا مع نفسك وأن تحدد إجابتك بكل صدق وأمانة.
- ارسم دائرة واحدة فقط أمام كل عبارة ولا تترك أي عبارة دون إجابة.

- لاحظ أنه لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما المهم هو إجابتك بما يتناسب مع حالتك **(محمد حسن علاوي، 1998، ص 43 – 44- 45).**

5-3- الشروط العلمية لادوات الدراسة:

إن الاختبارات المستخدمة في البحث هي اختبارات مقننة حسب الصادر العلمية في مجال الاختبارات والمقاييس والاختبار المقنن هو الذي إذاماجرب استخدامه لعينات مشابهة للعينة المراد اختبارها أثبتت درجة عالية من المعنوية من حيث الصدق والثبات والموضوعية تحت الظروف والإمكانات المتاحة نفسها **(بسطويسي،1999، ص388).**

5-3-1- مقياس الطاقة النفسية:

5-3-1-1-الصدق:

5-3-1-1-1- صدق الاتساق الداخلي او الصدق البنائي للمقياس:

يشير صدق الاتساق الداخلي إلي قوه ارتباط درجه العبارة أو البند من الأداة والدرجة الكلية **(الأغا،2002، ص 124).**

وقد تم التحقق من صدق اتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيقها على عينه استطلاعيه بلغت 20 فردا عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها: تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، والنتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (03) يمثل الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها

المحور الاول: السيطرة			المحور الثاني: الوعي الذاتي		
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0,418*	0,05	05	0,458**	0,01
02	0,471**	0,01	06	0,646**	0,01
03	0,581**	0,01	07	0,382*	0,05
13	0,707**	0,01	08	0,588**	0,01
22	0,433*	0,05	15	0,666**	0,01

			19	0,512**	0,01
المحور الثالث: الطاقة العقلية			المحور الرابع: المحاثة		
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
09	0,370*	0,05	11	0,667**	0,01
10	0,502**	0,01	20	0,424*	0,05
12	0,578**	0,01	21	0,557**	0,01
14	0,391*	0,05	27	0,559**	0,01
17	0,507**	0,01	18	0,579**	0,01
17	0,442*	0,05	35	0,422*	0,05
المحور الخامس: الكفاح			المحور السادس: الطموح		
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
25	0,746**	0,01	29	0,438*	0,05
26	0,486**	0,01	36	0,379*	0,05
28	0,387*	0,05	37	0,573**	0,01
23	0,396*	0,05	31	0,514**	0,01
24	0,424*	0,05	32	0,565**	0,01
دالة عند 0,01 * دالة عند 0.05**			33	0,395*	0,05
			34	0,595**	0,01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن جميع عباراتالمقياس دالة عند مستوى الدلالة (0,01) و (0.05)، ففي المحور الأول جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (13) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,707)، وأدنى معامل ارتباط

للعبارة رقم (01) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,418)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الأول "**السيطرة على الاستثارة**" تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

اما في المحور الثاني جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (15) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,666)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (07) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,382)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثاني "**الوعي**"تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

اما في المحور الثالث جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (12) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,572)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (09) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,370)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثالث "**الطاقة العقلية**" تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

أما في المحور الرابع جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (11) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,667)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (35) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,422)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الرابع "**المحاثة الإيجابية للذات**" تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

أما في المحور الخامس جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (25) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,746)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (23) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,387)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الخامس"**الكفاح**" تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

أما في المحور السادس جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (34) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,595)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (36) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,379)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور السادس"**الطموح**" تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

وبالتالي فان المقياس صادق لما وضع لقياسه من اجله ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة التطبيقية.

الارتباط بين الدرجات الكلية لأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون وجاءت نتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لابعاد مقياس الطاقة النفسية مع درجته الكلية

الأبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الأول: السيطرة	0,701**	**0,01**
المحور الثاني: الوعي الذاتي	0,871*	**0,05**
المحور الثالث: الطاقة العقلية	0,904**	**0,01**
المحور الرابع: المحادثة الإيجابية لذات	0,632**	**0,01**
المحور الخامس: الكفاح	0,876**	**0,01**
المحور السادس: الطموح	0,882*	**0,05**

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن جميع أبعاد المقياسدالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، ولقد جاء معامل الارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط لبعد **الطاقة العقلية** والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,904)، وأدنى معامل ارتباط لبعد **المحادثة الإيجابية للذات**بمعامل ارتباط قدر بـ (0,632)، وهذا ما يؤكد أن ابعاد المقياستتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي وبالتالي فان المقياس صادق لما وضع لقياسه من اجله ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة التطبيقية.

5-3-1-1-3-الصدق التمييزي: تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية وعددها (20) فراد، وتستخدم هذه الطريقة في حساب صدق المقياس من خلال قدراته على التمييز بين طرفي المقياس أي بين المجموعتين الدنيا والعليا، وهذه الطريقة تستخدم في حساب الصدق التكويني وصـدق المحتوى، حيث قمنا بترتيب درجات العينة تنازليا وأخذت نسبة 27 % من طرفي التوزيع **(100/20x27= 05,40 بالتقريب يساوي 05 أفراد)** وحساب الفرق باختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (05) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الطاقة النفسية

ابعاد المقياس	المجموعة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة

السيطرة	العليا	05	18.00	02.12	08	02.801	0,0001
	الدنيا	05	14.20	02.16			
الوعي الذاتي	العليا	05	21.40	01.67	08	05.488	0.0001
	الدنيا	05	15.00	02.00			
الطاقة العقلية	العليا	05	21.80	01.48	08	07.47	0.0001
	الدنيا	05	15.20	01.30			
المحادثة	العليا	05	25.80	02.28	08	04.87	0.0001
	الدنيا	05	22.60	03.04			
الكفاح	العليا	05	18.60	0.89	08	06.78	0.0001
	الدنيا	05	13.80	01.30			
الطموح	العليا	05	30.20	01.78	08	08.00	0.0001
	الدنيا	05	20.80	01.92			
المقياس ككل	العليا	05	135.80	04.49	08	08.10	0.0001
	الدنيا	05	101.40	08.35			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم (05) تبين لنا أن قيمة (ت) المحسوبة على جميع ابعاد المقياس والمقياس ككل كلها دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، حيث بلغت قيمة "ت" للمقياس ككل بـ **(08.10)** مما يشير على أن المقياس بأبعاده قادر على التمييز بين مجموعتين،وهوما يؤكد على صدق المقياس، وهذا ما يطمئن الباحث على تطبيقه في الدراسة الأساسية.

5-3-1-2-الثبات: وقد تم التحقق من ثبات المقياس بالطرق التالية:

5-3-1-2-1- ثبات بطريقة الفا كرومباخ: استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، وهي طريقة ألفا كرومباخ والنتائج كما هي ممثلة في الجدول التالي:

جدول (06) يوضح ثبات الفا كرومباخ لمقياس الطاقة النفسية

أبعاد مقياس الطاقة النفسية	عدد العبارت	معامل الفا كرومباخ
بعد السيطرة	05	0.611
بعد الوعي الذاتي	06	0.774
بعد الطاقة العقلية	06	0.744
بعد المحادثة الإيجابية للذات	07	0.703
بعد الكفاح	05	0.630
بعد الطموح	08	0.861
مقياس الطاقة النفسية	37	0.720

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول(06) يتضح أن معامل الثبات بطريقة ألفا كرومباخ لأبعاد المقياس كلها جاءت محصورة بين اعلى معامل الثبات في المحور الطموح والذي بلغ معامل الفا كرومباخ ب (0.861)، اما أدني معامل الثبات في المحور السيطرة بقيمة ثبات (0.611)، في حين بلغ معامل الثبات الفا كرومباخ للمقياس ككل بـ **(0,720)**، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية وجيدة ومقبولة من الثبات تطمئن الباحث على تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

5-3-1- الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك التنافسي:

5-3-1-1-الصدق:

5-3-2-1-1- صدق الاتساق الداخلي او الصدق البنائي للمقياس:

يشير صدق الاتساق الداخلي إلى قوة ارتباط درجة العبارة أو البند من الأداة والدرجة الكلية **(الأغا،2002، ص 124).**

وقد تم التحقق من صدق اتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيقها علىعينه استطلاعيه بلغت 20 فرداعن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة المحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها: تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، والنتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (07) يمثل الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها (مقياس السلوك التنافسي)

المحور الاول: السلوك التنافسي السلبي			المحور الثاني: السلوك التنافسي الايجابي		
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0,856*	0,05	02	0,657**	0,01
04	0,471**	0,001	03	0,635**	0,01
05	0,825**	0,01	06	0,563*	0,05
07	0,832**	0,01	08	0,578**	0,01
09	0,475*	0,05	10	0,494*	0,05
14	0,519*	0.05	11	0,512*	0,05
15	0,628**	0,01	12	0,668**	0,01

16	0,558**	0,01	13	0,850**	0,01
18	0,578**	0,01	17	0,734**	0,01
19	0,458*	0,05			
20	0,526**	0,01			

** دالة عند 0.05 * دالة عند 0,01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن جميع عباراتالمقياس دالة عند مستوى الدلالة (0,01) و (0.05)، ففي المحور الأول جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (01) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,856)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (19) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,458)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الأول **السلوك التنافسي السلبي** تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

اما في المحور الثاني جاء معامل الارتباط كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط للعبارة رقم (13) والذي قدر معامل الارتباط بها بـ (0,850)، وأدنى معامل ارتباط للعبارة رقم (10) بمعامل ارتباط قدر بـ (0,494)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثاني **السلوك التنافسي الايجابي** تتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

وبالتالي فان المقياس صادق لما وضع لقياسه من اجله ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة التطبيقية.

- **الارتباط بين الدرجات الكلية لأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ككل:**

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون وجاءت نتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور مقياس السلوك التنافسي مع درجته الكلية.

محاور المقياس	عدد العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الأول: السلوك التنافسي السلبي	11	0,919**	0,0001
المحور الثاني: السلوك التنافسي الايجابي	09	0,888**	0,0001

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن جميع أبعاد المقياسدالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، ولقد جاء معامل الارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه محصورة بين أعلى معامل ارتباط لبعد **السلوك التنافسي السلبي** والذي قدر معامل الارتباط به بـ (0,919)، وأدنى معامل ارتباط لبعد **السلوك التنافسي الإيجابي** بمعامل ارتباط قدر بـ (0,888)، وهذا ما يؤكد أن ابعاد المقياستتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي وبالتالي فان المقياس صادق لما وضع لقياسه من اجله ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة التطبيقية.

5-4- الصدق التمييزي: تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية وعددها (20) فراد، وتستخدم هذه الطريقة في حساب صدق المقياس من خلال قدراته على التمييز بين طرفي المقياس أي بين المجموعتين الدنيا والعليا، وهذه الطريقة تستخدم في حساب الصدق التكويني وصـدق المحتوى، حيث قمنا بترتيب درجات العينة تنازليا وأخذت نسبة 27 % من طرفي التوزيع **(100/20x27= 05,40 بالتقريب يساوي 05 أفراد)** وحساب الفرق باختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (09) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس السلوك التنافسي

محاور المقياس	المجموعة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
السلوك التنافسي السلبي	العليا	05	30.40	01.67	08	05.378	0,0001
	الدنيا	05	20.60	03.71			
السلوك التنافسي الايجابي	العليا	05	23.60	02.30	08	07.374	0.0001
	الدنيا	05	15.00	01.22			
المقياس ككل	العليا	05	54.00	02.64	08	09.618	0.0001
	الدنيا	05	35.60	03.36			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم (09) تبين لنا أن قيمة (ت) المحسوبة على جميع ابعاد المقياس والمقياس ككل كلها دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، حيث بلغت قيمة "ت" للمقياس ككل بـ **(09.618)** مما

يشير على أن المقياس بأبعاده قادر على التمييز بين مجموعتين، وهوما يؤكد على صدق المقياس، وهذا ما يطمئن الباحث على تطبيقه في الدراسة الأساسية.

6- الثبات: وقد تم التحقق من ثبات المقياس بالطرق التالية:

6-3- ثبات بطريقة الفا كرومباخ: استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، وهي طريقة ألفا كرومباخ والنتائج كما هي ممثلة في الجدول التالي:

جدول (10) يوضح ثبات الفا كرومباخ لمقياس السلوك التنافسي

محاور مقياس	عدد العبارت	معامل الفا كرومباخ
السلوك التنافسي السلبي	11	0.782
السلوك التنافسي الايجابي	09	0.726
مقياس السلوك التنافسي	20	0.754

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول(10) يتضح أن معامل الثبات بطريقة ألفا كرومباخ لأبعاد المقياس كلها جاءت محصورة بين اعلى معامل الثبات في المحور السلوك التنافسي السلبي والذي بلغ معامل الفا كرومباخ ب (0.782)، اما أدني معامل الثبات في المحور السلوك التنافسي الايجابي بقيمة ثبات (0.726)، في حين بلغ معامل الثبات الفا كرومباخ للمقياس ككل بـ **(0,754)**، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية وجيدة ومقبولة من الثبات تطمئن الباحث على تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

4-5-5- خطوات اجراء الدراسة الميدانية:

المجال الزماني والمكاني:

التجربة الاستطلاعية:

أجرينا خلال بحثنا تجربة استطلاعية على**20** لاعبين من نادي بوسعادة في ولاية المسيلة بتاريخ**2024/01/31** وكان الهدف من هذه التجربة ما يأتي:

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- التأكد من سهولة الاختبار ومدى ملاءمته للعينة.
- معرفة المعوقات التي تظهر وتلاقي حدوث الخطأ.
- حساب الوقت أو المدة اللازمة لتنفيذ الاختبار.

تجربة البحث النهائية:

قامنا كباحثين بتوزيع مقياس الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الرياضي على نوادي القسم الوطني الأول والثاني الكرة الطائرة لولاية برج بوعريريج بتاريخ **2024/02/13** قصد قياس مستوى الطاقة النفسية ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة ومعرفة العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي والسلبي.

الجانب النظري: بدأنا في دراسة موضوعنا في بداية شهر ديسمبر 2023 لتجميع المادة العلمية.

4-5-5-تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

لا شك أن أي دراسة لا تكاد تخلو من الجانب الإحصائي الذي يعد أحد ركائز البحث العلمي وهذا بالنظر إلى إسهامات علم الإحصاء في تحليل النتائج بالدقة المطلوبة والمراد الوصول إليها، من هنا اعتمدناعلى جملة من الأساليب الإحصائية في معالجة بيانات هذه الدراسة وذلك بالاستعانة ببرنامج (Excel) وبرنامج ($SPSS_{V28}$) في نسخته الـ 28 في تطبيق الأساليب التالية:

فيما يخص الخصائص السيكومترية:

- معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات.
- صدق الاتساق الداخلي عن طريق معامل الارتباط بيرسون.
- صدق المقارنة الطرفية أو ما يسمى بالصدق التمييزي عن طريق اختبار لعينتين مستقلتين (Ttest).

فيما يخص وصف متغيرات الدراسة اعتمدنا على:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات والمعيارية.

- **فيما يخص نتائج الدراسة:**

- تم الاعتماد على المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري
- اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) لعينة واحدة
- معامل الارتباط بيرسون

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل نكون قد وضحنا أهم الإجراءات المنهجية التي يتبعها الباحث في دراسته الميدانية، فهي بذلك تسهل له عملية جمع البيانات ومعالجتها بطرق علمية بحيث يمكن الاعتماد على نتائجها، حيث يبدأ الباحث دراسته الميدانية بدراسة استطلاعية تمهيدية لدراسته الأساسية، ثم التعريف بالمنهج المستخدم في الدراسة، بالإضافة إلى مجالاتها والأدوات المستخدمة إلى جانب الأساليب الإحصائية المستعملة.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

عرض وتحليل نتائج الدراسة:

6-1- قراءة وصفية لمتغيرات الدراسة:

6-1-1- متغير الطاقة النفسية: يتكون هذا الاستبيان من 37 عبارة ويندرج تحت هذا الاستبيان ستة (06) ابعاد، وبعد المعالجة الإحصائية بينت نتائج كل محور على النحو التالي:

تحليل نتائج لبعد السيطرة على الاستثارة: ويتكون هذا البعد من 05 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (11): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الأول (السيطرة على الاستثارة).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة 01	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي عندما يستثيرني الخصم	**03.50**	**0.79**	**02**
عبارة 02	أفقد السيطرة على هدوئي قبل المنافسة عندما العب مع خصوم اقوياء	**03.24**	**0.97**	**04**
عبارة 03	اتعصب بسرعة عندما يخطئ الحكم اثناء المنافسة	**03.18**	**0.92**	**05**
عبارة 13	صراخ الجمهور يثيرني ويمنعني من التركيز على ادائي	**03.39**	**0.79**	**03**
عبارة 22	يزداد ادائي قوة كلما زادت اثارة المباراة	**03.58**	**0.59**	**01**
	البعد ككـــــل	**03.38**	**0.52**	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

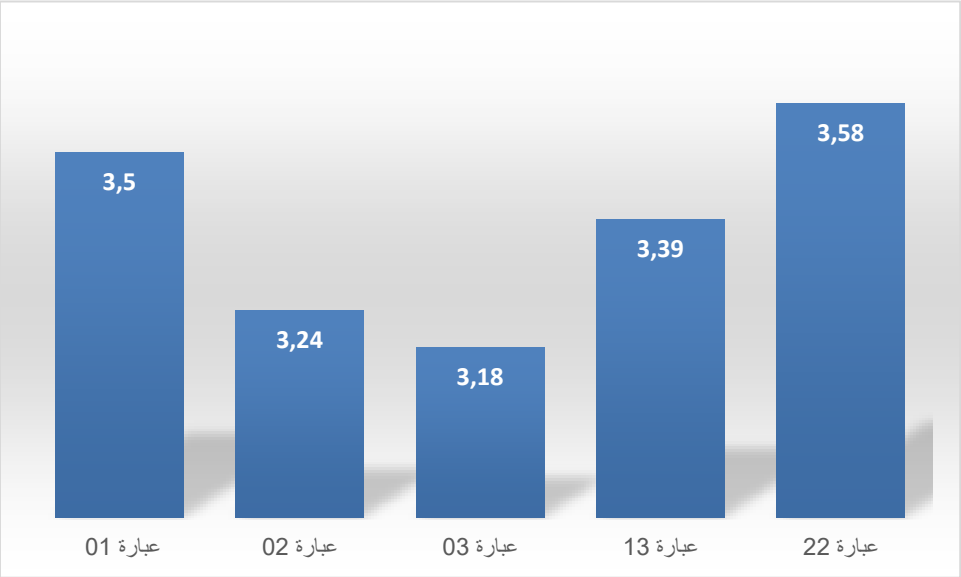
من خلال الجدول أعلاه(11) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة **لبعد السيطرة على الاستثارة:** أن معظم الإجابات الأفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على البعد الأول بـ 03.38، وانحراف معياري قدره 0.52 كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (03.18و03.58) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (22) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.58 وانحراف معياري قدره 0.59.
- العبارة رقم (01) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.50وانحراف معياري قدره 0.79.
- العبارة رقم (13) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.39وانحراف معياري قدره 0.79.

العبارة رقم (02) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.24وانحراف معياري قدره 0.97.

العبارة رقم (03) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.18 وانحراف معياري قدره 0.92.

كما هو مبين في الشكل التالي:



الشكل رقم (01): يمثل الأعمدة البيانية لبعد السيطرة على الاستثارة.

تحليل نتائج لبعد الوعي الذاتي: ويتكون هذا البعد من 06 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

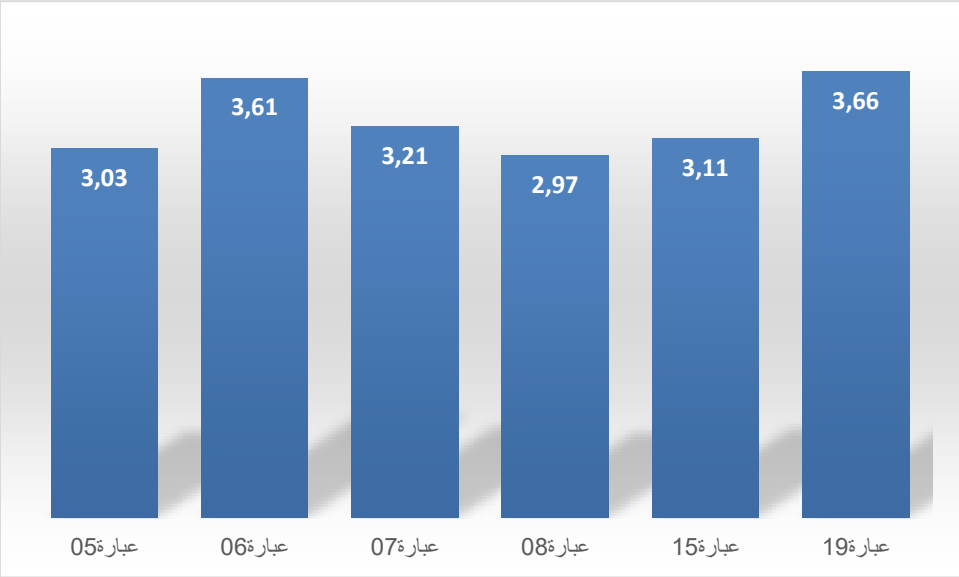
جدول رقم(12): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثاني (الوعي الذاتي).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة05	أفكر في أدائي المهاري أثناء التدريب أو المباراة واعمل على تطويره بشكل مستمر	03.03	0.822	05
عبارة06	أجيد التحليل السريع لتحركات خصمي وخصوصا في المباريات الصعبة.	03.61	0.638	02
عبارة07	أنظم جهدي لأداء نهاية جيدة للمباراة.	03.21	0.777	03
عبارة08	أحاول المحافظة على هدوني في المباريات الصعبة.	02.97	0.915	06
عبارة15	إذا سجل الخصم نقطة أول الأمر فإن ذلك يشعرني باليأس.	03.11	1.008	04
عبارة19	في المباريات المهمة لا أثق بقدراتي على الأداء الجيد.	03.66	0.582	01
البعد ككـــــــــل		03.26	0.54	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال الجدول أعلاه (12) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة **لبعد الوعي الذاتي** أن معظم الإجابات الأفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على البعد الثاني بـ 03.26، وانحراف معياري قدره 0.54. كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (03.66و02,97) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (19) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.66 وانحراف معياري قدره 0.58.
- العبارة رقم (06) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.61 وانحراف معياري قدره 0.63.
- العبارة رقم (07) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.21و انحراف معياري قدره 0.77.
- العبارة رقم (15) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.11وانحراف معياري قدره 01.00.
- العبارة رقم (05) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.03 انحراف معياري قدره 0.82.
- العبارة رقم (08) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.97وانحراف معياري قدره 0.91.



الشكل رقم (02): يمثل الاعمدة البيانية لبعد الوعي الذاتي.

تحليل نتائج لبعد الطاقة العقلية: ويتكون هذا البعد من 06 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

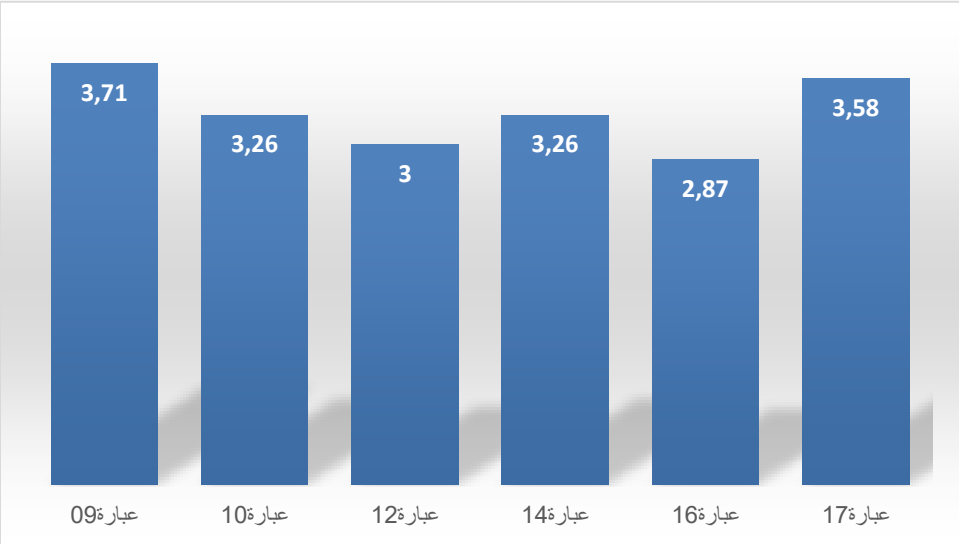
جدول رقم (13): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثالث (الطاقة العقلية).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة09	لا أستطيع أن أشعر بالصورة الواقعية لأدائي.	**03.71**	**0.460**	**01**
عبارة10	اشعر بالارتباك عند مواجهة الخصوم الأقوياء.	**03.26**	**0.795**	**03**
عبارة12	لا أتذكر كافة توجيهات المدرب في أثناء المنافسة.	**03.00**	**0.870**	**05**
عبارة14	الخوف من الإصابة يشغل تفكيري ويجعلني أتحاشى المواقفالصعبة.	**03.26**	**0.790**	**04**
عبارة16	أفكر كثيرا بضرورة مجارات المنافس حتى وان ارتقى مستواه	**02.87**	**0.963**	**06**
عبارة17	أفكر دائما بضرورة الأداء الجيد حتى انقضاء المباراة.	**03.58**	**0.642**	**02**
البعد ككل		**03.28**	**0.52**	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال الجدول أعلاه(13) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد الطاقة العقلية** بـ 03.28، وانحراف معياري قدره 0.52. كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (03.71 و02,87) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (09) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.71وانحراف معياري قدره 0.46.
- العبارة رقم (17) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.58 وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (10) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.26وانحراف معياري قدره 0.79.
- العبارة رقم (14) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.26 وانحراف معياري قدره 0.79.
- العبارة رقم (12) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.00 وانحراف معياري قدره 0.87.
- العبارة رقم (16) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.87 وانحراف معياري قدره 0.96.



الشكل رقم (03): يمثل الاعمدة البيانية لبعد الطاقة العقلية.

تحليل نتائج لبعد المحادثة: ويتكون هذا البعد من 07 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (14): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الرابع(المحادثة).

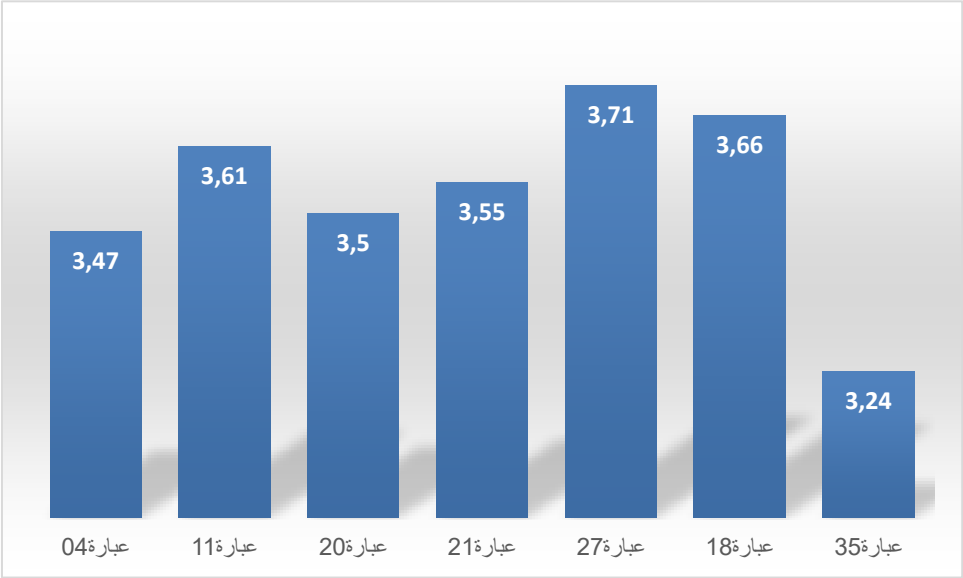
رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة04	اتعصب بشكل كبير عند شعوري بالتعب.	**03.47**	**0.725**	**06**
عبارة11	لا أستطيع توزيع جهدي على مجريات أشواط المباراة.	**03.61**	**0.595**	**03**
عبارة20	لا ألعب ضربة السحق لأني لا أجيدها بدقة.	**03.50**	**0.688**	**05**
عبارة21	لا أعير اهتماما للتشجيع الذاتي واراه غير مجدي لزيادة الدفاعي في اللعب في تكملة أشواط المباراة.	**03.55**	**0.645**	**04**
عبارة27	اشعر بان حماسي باللعب يقل كثيرا بانتهاء الشوط الأول من المباراة.	**03.71**	**0.460**	**01**
عبارة18	أفكر كثيرا بكيفية قطع الكرة من الخصم مهما كانت مهاراته في الخداع.	**03.66**	**0.481**	**02**
عبارة35	اشعر بالرضا كوني لاعبا أساسيا بالفريق.	**03.24**	**0.943**	**07**
	البعد ككـــــل	**03.53**	**0.39**	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول أعلاه (14) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد المحادثة** بـ 03.53، وانحراف معياري قدره 0.39، كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط

حسابها محصور بين (03.71 و03.47) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (27) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.71وانحراف معياري قدره 0.46.
- العبارة رقم (18) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.66 وانحراف معياري قدره 0.48.
- العبارة رقم (11) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.61 وانحراف معياري قدره 0.59.
- العبارة رقم (21) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.55 وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (20) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.50 وانحراف معياري قدره 0.68.
- العبارة رقم (04) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.47 وانحراف معياري قدره 0.72.
- العبارة رقم (35) احتلت الترتيب السابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.24 وانحراف معياري قدره 0.94.



الشكل رقم (04): يمثل الاعمدة البيانية لبعد المحادثة.

تحليل نتائج لبعد الكفاح: ويتكون هذا البعد من 05 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

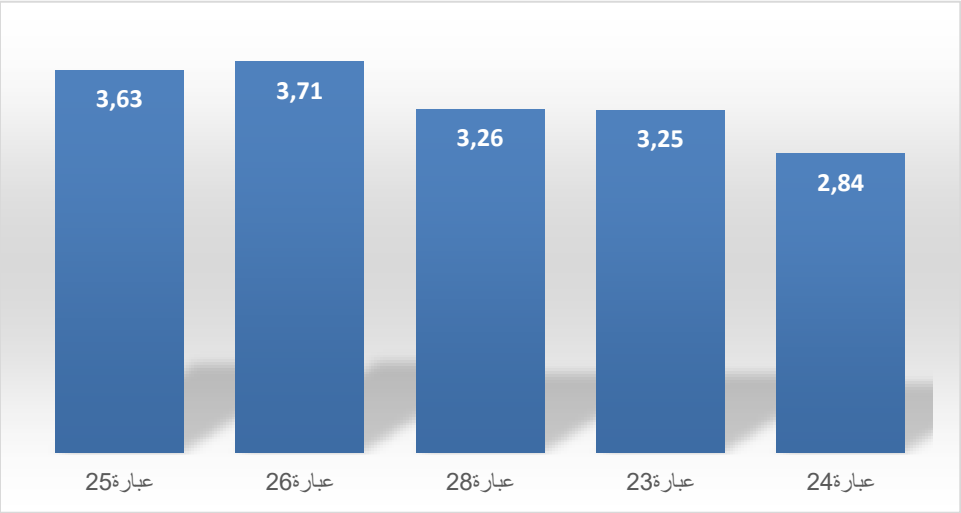
جدول رقم (15): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الخامس (الكفاح).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة25	تشجيع المدرب يزيد كفاحي واجتهادي لتحقيق المستوى الأمثل	**03.63**	**0.54**	**02**
عبارة26	لا أستطيع بذل كل طاقتي حتى إذا كانت المباراة مهمة.	**03.71**	**0.46**	**01**
عبارة28	لا أستطيع اللعب بجدية في ملعب الخصم وأمام جمهوره.	**03.26**	**0.79**	**03**
عبارة23	يهمني جدا الأداء بأقصى طاقتي إذا كان خصمي قويا.	**03.25**	**0.75**	**04**
عبارة24	عندما يبد أ الفريق الخصم بالتهديف ابذل جهد مضاعفا لتعديل النتيجة	**02.84**	**0.94**	**05**
	البعد ككـــــل	**03.34**	**0.43**	**عالية**

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول أعلاه (15) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد الكفاح** بـ 03.34، وانحراف معياري قدره 0.43. كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (02.84 و03.71) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (26) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.71 وانحراف معياري قدره 0.46.
- العبارة رقم (25) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.63 وانحراف معياري قدره 0.54.
- العبارة رقم (28) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.26 وانحراف معياري قدره 0.79.
- العبارة رقم (23) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.25 وانحراف معياري قدره 0.79.
- العبارة رقم (24) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.84 وانحراف معياري قدره 0.94.



الشكل رقم (05): يمثل الاعمدة البيانية لبعد الكفاح.

تحليل نتائج البعد السادس الطموح: ويتكون هذا البعد من 08 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

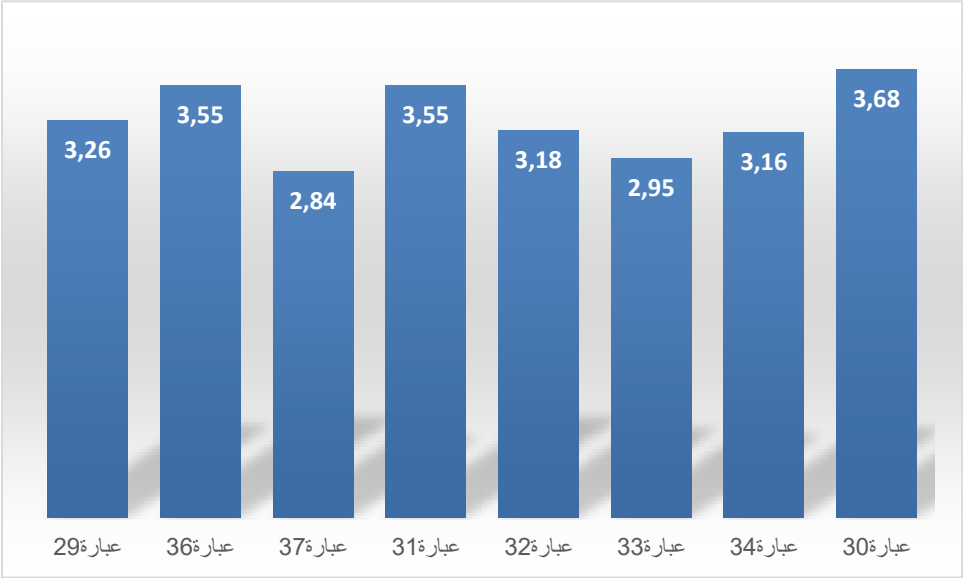
جدول رقم (16): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد السادس(الطموح).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة29	ليس من السهل على مجارات الخصم لأنه أكثر مني خبرة.	03.26	0.64	04
عبارة36	أتخلص من الكرة بأسرع وقت ممكن لان مهارتي غير جيدة.	03.55	0.64	02
عبارة37	لا اهتم بين كوني أساسيا أو اجلس على دكة البدلاء.	02.84	0.94	08
عبارة31	لابد وان أتألق في التدريب والمنافسات.	03.55	0.63	03
عبارة32	اعمل بشكل مجد للتفوق على الخصوم الأقوياء.	03.18	0.76	05
عبارة33	أواظب على التدريب بجدية لأنه طريق الشهرة الوحيد.	02.95	0.89	07
عبارة34	أحاول الظهور بمستوى يؤهلني لتمثيل المنتخب الوطني.	03.16	0.94	06
عبارة30	أحاول التفوق على خصمي على الرغم من مستواه الجيد	03.68	0.47	01
البعد ككـــــــــل		03.07	0.49	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول أعلاه (16) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد الطموح** بـ 03.07، وانحراف معياري قدره 0.49. كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (03.68 و02,84) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (30) احتلت الترتيب الأول بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.68وانحراف معياري قدره 0.47.
- العبارة رقم (36) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.55 وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (31) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.55 وانحراف معياري قدره 0.63.
- العبارة رقم (29) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.26 وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (32) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.18 وانحراف معياري قدره 0.76.
- العبارة رقم (34) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 03.16 وانحراف معياري قدره 0.94.
- العبارة رقم (33) احتلت الترتيب السابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.95 وانحراف معياري قدره 0.89.
- العبارة رقم (37) احتلت الترتيب الثامن بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.84 وانحراف معياري قدره 0.94.



الشكل رقم (06): يمثل الاعمدة البيانية لبعد الطموح.

6-1-2- متغير السلوك التنافسي:

يتكون هذا الاستبيان من 20 عبارة ويندرج تحت هذا الاستبيان بعدين (02) وهي:

- **البعد الأول:** السلوك التنافسي الايجابي.
- **البعد الثاني:** السلوك التنافسي السلبي.

وبعد المعالجة الإحصائية بينت نتائج كل محور على النحو التالي:

تحليل نتائج لبعد السلوك التنافسي الايجابي:ويتكون هذا البعد من 09 عبارات، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (18): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الأول (السلوك التنافسي الايجابي).

رقم العبارة	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة 02	عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإنني لا أجد صعوبة في استعادة تركيزانتباهي.	**2.24**	**0.63**	**03**
عبارة 03	تزداد ثقتي عند اقتراب موعد المنافسة.	**2.24**	**0.60**	**04**
عبارة 06	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة	**2.29**	**0.61**	**01**
عبارة 08	قبل اشتراكي في المنافسة لا احتاج للمزيد من الوقت لكي أستعد نفسيا وذهنيا.	**2.08**	**0.67**	**06**
عبارة 10	عندما تسوء الأمور في المنافسة أفضل فإن ذلك لا يسبب في الارتباك أو القلق.	**2.05**	**0.69**	**07**
عبارة 11	أدائي في المنافسة الرياضية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.	**2.03**	**0.63**	**08**
عبارة 12	أثناء المنافسة عندما أعتقد أن الحكم قد أخطأ في بعض قراراته بالنسبة لي أولزملائي فإنني لا أنفعل.	**1.95**	**0.73**	**09**
عبارة 13	بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة.	**2.11**	**0.64**	**05**
عبارة 17	مستوى أدائي ثابت في المنافسات وفي حدود أقصى قدراتي.	**2.29**	**0.56**	**02**
البعد ككـــــل		**03.26**	**0.54**	//

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول أعلاه(18) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد السلوك التنافسي الايجابي** بـ 03.26، وانحراف معياري قدره 0.54 كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (01.95 و02.29) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

-العبارة رقم (06) احتلت الترتيب الاول بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.29 وانحراف معياري قدره 0.61

-العبارة رقم (17) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.29 وانحراف معياري قدره 0.56

-العبارة رقم (02) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.24 وانحراف معياري قدره 0.63

-العبارة رقم (03) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.24 وانحراف معياري قدره 0.60

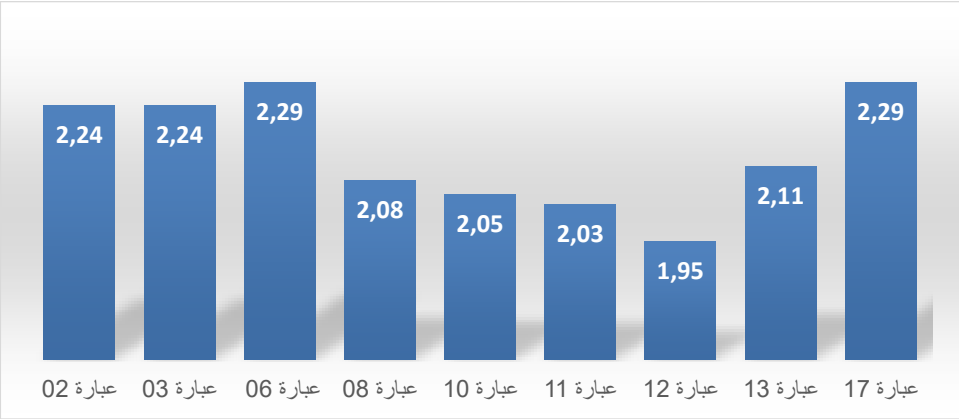
-العبارة رقم (13) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.11 وانحراف معياري قدره 0.64

-العبارة رقم (08) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.08 وانحراف معياري قدره 0.67

-العبارة رقم (10) احتلت الترتيب السابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.05 وانحراف معياري قدره 0.69

-العبارة رقم (11) احتلت الترتيب الثامن بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.03 وانحراف معياري قدره 0.63

- العبارة رقم (12) احتلت الترتيب الثامن بمتوسط حسابي يقدر بـ 01.95 وانحراف معياري قدره 0.73



الشكل رقم (08): يمثل الاعمدة البيانية لبعد السلوك التنافسي الايجابي.

تحليل نتائج بعد السلوك التنافسي السلبي: ويتكون هذا البعد من 11 عبارة، ولقد جاءت نتائج في هذا البعد، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (17): يمثل مؤشرات إجابات أفراد العينة للبعد الثاني (السلوك التنافسي السلبي).

العبارات	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب كل فقرة
عبارة 01	ينخفض مستوى أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص المهمين.	**2.34**	**0.58**	**06**
عبارة 04	أعنف نفسي عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة.	**2.55**	**0.64**	**01**
عبارة 05	عندما ينتقدني مدربي أو احد زملائي أثناء المنافسة فإنني أجد صعوبة في تركيزانتباهي طوال الفترة الباقية من المنافسة.	**2.26**	**0.72**	**07**
عبارة 07	في المنافسات الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء	**2.42**	**0.68**	**04**

	بصورة جيدة.			
عبارة 09	ينتابني قلق شديد قبل اشتراكي في منافسة هامة.	**2.21**	**0.74**	**09**
عبارة 14	أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة	**2.13**	**0.81**	**11**
عبارة 15	أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي المزيد من الضيق.	**2.47**	**0.64**	**03**
عبارة 16	قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة أشعر بأنني لا استطيع تذكر شيء .	**2.47**	**0.68**	**02**
عبارة 18	بعد انتهاء المنافسة أشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل.	**2.16**	**0.82**	**10**
عبارة 19	أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة.	**2.39**	**0.67**	**05**
عبارة 20	ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة.	**2.24**	**0.49**	**08**
البعد ككـــــل		**02.33**	**0.37**	//

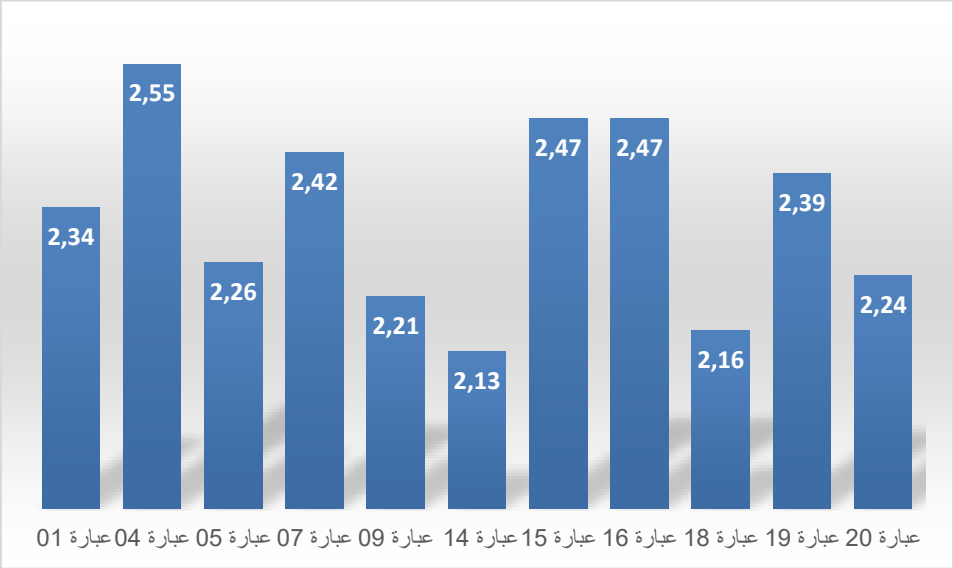
المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال الجدول أعلاه (17) نلاحظ أن إجابات أفراد العينة بلغ المتوسط الكلي لإجاباتهم على **بعد السلوك التنافسي السلبي** بـ 02.33، وانحراف معياري قدره 0.37 كما نلاحظ أن إجابات أفراد العينة كان متوسط حسابها محصور بين (02.55 و02.13) ويمكن استخلاص النتائج التالية حسب ترتيب كل عبارة كما يلي:

- العبارة رقم (04) احتلت الترتيب الثاني بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.55وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (15) احتلت الترتيب الثالث بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.47وانحراف معياري قدره 0.64.
- العبارة رقم (07) احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.42وانحراف معياري قدره 0.68
- العبارة رقم (19) احتلت الترتيب الخامس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.39وانحراف معياري قدره 0.67
- العبارة رقم (01) احتلت الترتيب السادس بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.34 وانحراف معياري قدره 0.58
- العبارة رقم (05) احتلت الترتيب السابع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.26 وانحراف معياري قدره 0.72.
- العبارة رقم (20) احتلت الترتيب الثامن بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.24 وانحراف معياري قدره 0.49.
- العبارة رقم (09) احتلت الترتيب التاسع بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.21 وانحراف معياري قدره 0.74.

- العبارة رقم (18) احتلت الترتيب العاشر بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.16 وانحراف معياري قدره 0.82.

- العبارة رقم (14) احتلت الترتيب الحادي عشر بمتوسط حسابي يقدر بـ 02.13 وانحراف معياري قدره 0.81.



الشكل رقم (07): يمثل الاعمدة البيانية لبعد السلوك التنافسي السلبي.

ثانيا: اختبار اعتدالية التوزيع:

لتحديد الأسلوب الإحصائي المناسب لاختبار فرضيات الدراسة يجب تحديد ما إذا كانت بيانات أفراد العينة لإجابتهم على أدوات الدراسة التي يتم دراستها هل تتبع التوزيع الطبيعي أم لا.

وهناك عدة طرق إحصائية للكشف عن نوع التوزيع طريقة اختبار Kolmogorov-Smirnov، وطريقة اختبار Shapiro–Wilk, كما أن اختبار Kolmogorov-Smirnovيستخدم إذا كان عدد العينة أكبر من 50، كما يستخدم اختبار Shapiro-WilK إذا كان عدد الحالات اقل من 50 وفي دراستنا نستخدم **طريقة إختبار Shapiro–Wilk لان عدد العينة اقل من 50 فرد.**

جدول رقم (19): يبين نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات إجابات أفراد العينة.

ادوات الدراسة	ابعاد المقياس	Shapiro-Wilk (شابير ويلك)			النتيجة الاختبار
		Statistique الاحصاءة	Df درجة الحرية	Sig. مستوى الدلالة	
مقياس الطاقة النفسية	بعد السيطرة على الاستثارة	0.949	38	0.600	البيانات تتبع التوزيع الطبيعي
	بعد الوعي الذاتي	0.940		0.520	
	بعد الطاقة العقلية	0.943		0.562	
	بعد المحادثة الإيجابية للذات	0.898		0.510	
	بعد الكفاح للوصول الى المستوى الامثل	0.942		0.500	
	بعد الطموح	0.972		0.570	
	مقياس الطاقة ككل	0.945		0.734	
السلوك التنافسي	السلوك التنافسي السلبي	0.960	38	0.185	البيانات تتبع التوزيع الطبيعي
	السلوك التنافسي الايجابي	0.965		0.273	
	مقياس السلوك التنافسي ككل	0.968		0.338	
	القاعدة: هي إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ أو (مستوى المعنوية sig) أكبر من 0.05 فان البيانات تتبع توزيع طبيعي.				

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال الجدول أعلاه (19) نجد نتائج اختبار Shapiro-Wilkنلاحظ أن:

- بيانات إجابات العينة على مقياس الطاقة النفسية وجميع أبعاده تظهر أن مستوى المعنوية (SIG) لجميع ابعاد المقياس جاءت محصورة بين (0.500 و0.600) وهي قيم أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، اما مستوى المعنوية (SIG) لمقياس الطاقة النفسية ككل فقد بلغت بـ (0.734) وهذاما يدل على أن بيانات إجابات أفراد العينةعلى مقياس الطاقة النفسية وجميع أبعاد تتبع التوزيع الطبيعي، ولهذا يجب استخدام الإحصاءات المعملية.
- بيانات إجابات العينة على مقياس السلوك التنافسي وجميع أبعاده تظهر أن مستوى المعنوية (SIG) لجميع ابعاد المقياس جاءت محصورة بين (0.185و0.273) وهي قيم أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، اما مستوى المعنوية (SIG) لمقياس السلوك التنافسي ككل فقد بلغت بـ (0.338) وهذاما يدل على أن بيانات إجابات أفراد العينة على مقياس السلوك التنافسي وجميع أبعاد تتبع التوزيع الطبيعي، ولهذا يجب استخدام الإحصاءات المعملية.

5-1-3- اختبار فرضيات الدراسة:

5-1-3-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:

والتي تنص على أنه:" **توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة** "، ولاختبار والتحقق من صحة الفرضية العامة استخدمنا الأسلوب الإحصائي **معامل الارتباط بيرسون**، والنتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (20) يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي

المتغيرات	السلوك التنافسي		
ابعاد الطاقة النفسية	العينة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
بعد السيطرة على الاستثارة	38	0.326*	0.023
بعد الوعي الذاتي	38	0.365*	0.032
بعد الطاقة العقلية	38	0.387*	0.031
بعد المحادثة الإيجابية للذات	38	0.330*	0.0380
بعد الكفاح للوصول الى المستوى الامثل	38	0.409*	0.011
بعد الطموح	38	0.346*	0.017
مقياس الطاقة ككل	38	0.362*	0.026

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم **(20)** نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين أبعاد متغيرالطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، كانت كما يلي:

- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد السيطرة على الاستثارة والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.326)، عند مستوى الدلالة 0.023، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة

0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد السيطرة على الاستثارة والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد الوعي الذاتي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.365)، عند مستوى الدلالة 0.032، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد الوعي الذاتي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد الطاقة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.387)، عند مستوى الدلالة 0.031، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد المحادثة الإيجابية للذات والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.330)، عند مستوى الدلالة 0.038، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد المحادثة الإيجابية للذات والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد الكفاح للوصول الى المستوى الامثل والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.409)، عند مستوى الدلالة 0.011، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد الكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين بعد الطموح والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.346)، عند مستوى الدلالة 0.017،وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05،مما يمكنا لقول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين بعد الكفاح الطموح والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة بـ (0.362)، عند مستوى الدلالة 0.026، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-1-3-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

والتي تنص على:" **يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عال من الطاقة النفسية** " ولاختبار والتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمنا المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة اختبار" **ت**"لعينة واحدة للحكم على النتيجة، والنتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (21): يمثل مستوى الطاقة النفسية لدى عينة الدراسة.

ابعاد المقياس	العينة	عدد العبارات	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى المعنوية
السيطرة	38	05	20	16.89	02.65	10	37	39.16	0.0001 دال عند 0.01
الوعي	38	06	24	19.58	03.26	12	37	37.02	0.0001 دال عند 0.01
الطاقة العقلية	38	06	24	19.68	03.14	12	37	38.57	0.0001 دال عند 0.01
المحادثة	38	07	28	24.74	02.77	14	37	54.90	0.0001 دال عند 0.01
الكفاح	38	05	20	16.71	02.18	10	37	47.25	0.0001 دال عند 0.01
الطموح	38	08	32	26.18	04.10	16	37	39.31	0.0001 دال عند 0.01
الطاقة النفسية	38	37	148	123.79	15.28	74	37	42.70	0.0001 دال عند 0.01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال جدول رقم (21) يتضح أن: استجابات أفراد العينة الدراسة على مقياس **الطاقة النفسية بأبعاده**، والبالغ عددهم (38) فردا، نلاحظ أن:

❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد السيطرة على الاستثارة بـ (16.89) وانحراف معياري قدر بـ (02.65) ومتوسط الفرضي قدر بـ (10)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى السيطرة لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (39.16)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد الوعي الذاتي بـ (19.58) وانحراف معياري قدر بـ (03.26) ومتوسط الفرضي قدر بـ (12)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى الوعي الذاتي لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت" والتي بلغت قيمتها (37.02)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

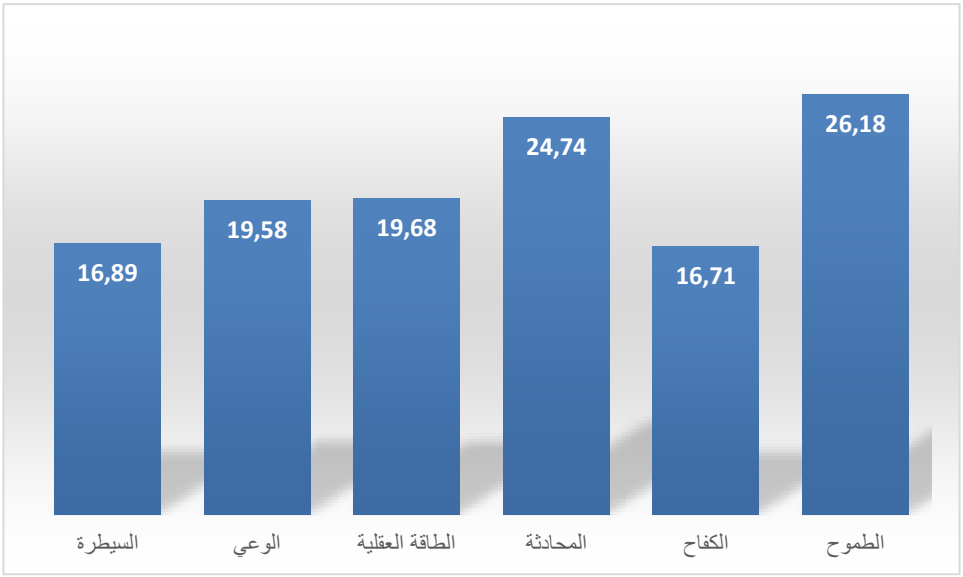
❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد تركيز الطاقة العقلية بـ (19.68) وانحراف معياري قدر بـ (03.14) ومتوسط الفرضي قدر بـ (12)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى تركيز الطاقة العقلية لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت" والتيبلغت قيمتها (38.57)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد المحادثة الإيجابية للذات بـ (24.74) وانحراف معياري قدر بـ (02.77) ومتوسط الفرضي قدر بـ (14)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى المحادثة الإيجابية للذات لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت" والتي بلغت قيمتها (54.90)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد الكفاح للوصول الى المستوى الامثل بـ (16.71) وانحراف معياري قدر بـ (02.18) ومتوسط الفرضي قدر بـ (10)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى الكفاح للوصول الى المستوى الامثل لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت" والتيبلغت قيمتها (47.25)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد مستوى الطموحبـ (26.18) وانحراف معياري قدر بـ (04.10) ومتوسط الفرضي قدر بـ (16)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى الطموح لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (39.31)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على مقياس الطاقة النفسية بـ(123.79) وانحراف معياري قدر بـ (15.28) ومتوسط الفرضي قدر بـ (74)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة عالٍ، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (42.70)، عند مستوى الدلالة (0.0001).



الشكل رقم (09): يمثل الاعمدة البيانية مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-1-3-3-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

والتي تنص على:" **يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عال من السلوك التنافسي**" ولاختبار والتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمنا المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة اختبار " **ت**"لعينة واحدة للحكم على النتيجة، والنتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (22): يمثل مستوى السلوك التنافسي لدى عينة الدراسة.

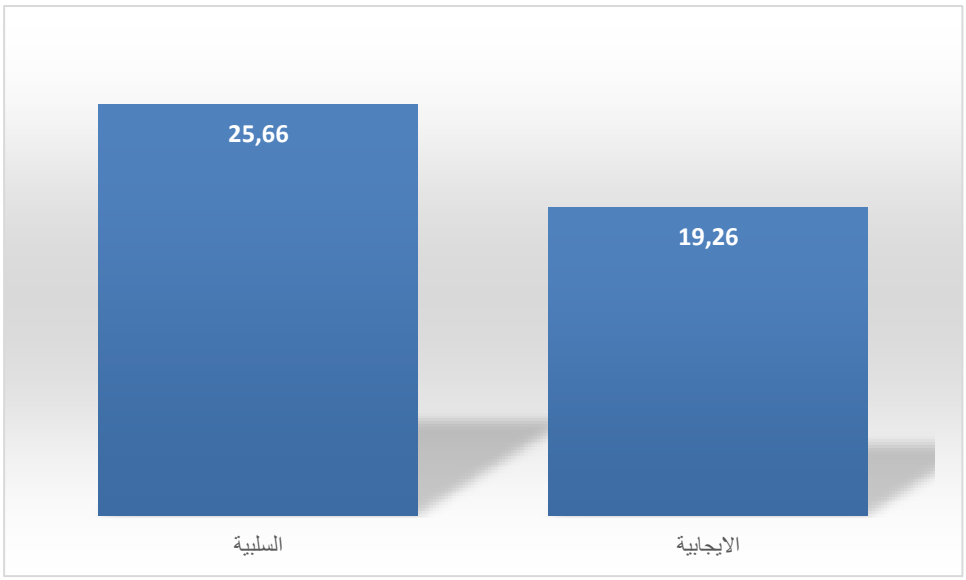
ابعاد المقياس	العينة	عدد العبارات	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى المعنوية
السلبية	38	11	33	25.66	04.08	22	37	38.68	0.0001 دال عند 0.01
الايجابية	38	09	27	19.26	03.50	18	37	33.92	0.0001 دال عند 0.01
السلوك التنافسي	38	20	148	44.92	06.88	40	37	40.21	0.0001 دال عند 0.01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال جدول (22) يتضح أن: استجابات أفراد العينة الدراسة على مقياس**السلوك التنافسي بأبعاده**، والبالغ عددهم (38) فردا، نلاحظ أن:

- ❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد السلوك التنافسي السلبي بـ (25.66) وانحراف معياري قدر بـ (04.08) ومتوسط الفرضي قدر بـ (22)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى السلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (38.68)، عند مستوى الدلالة (0.0001).
- ❖ بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على بعد السلوك التنافسي الايجابي بـ (19.26) وانحراف معياري قدر بـ (03.50) ومتوسط الفرضي قدر بـ (18)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوى السلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (33.92)، عند مستوى الدلالة (0.0001).

بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة الدراسة على مقياس السلوك التنافسي بـ(44.92) وانحراف معياري قدر بـ (06.88) ومتوسط الفرضي قدر بـ (40)، كما أن قيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وهذا ما يدل أن مستوىالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة عالٍ، وهذا ما دلت عليه قيمة اختبار "ت"والتي بلغت قيمتها (40.21)، عند مستوى الدلالة (0.0001).



الشكل رقم (10): يمثل الاعمدة البيانية مستوى السلوك التنافسي الإيجابي والسلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-1-3-4-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص على أن:" **توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة**"، ولاختبار والتحقق من صحة الفرضية العامة استخدمنا الأسلوب الاحصائي معامل الارتباط بيرسون، والنتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (24): يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي.

المتغيرات الدراسة	العينة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي	**38**	**0.353***	**0.030**

من خلال الجدول رقم (24) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرةالطائرة قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بـ (0.353)، عند مستوى الدلالة 0.030،وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05،مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-1-3-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

والتي تنص على أنه:" **توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة**"، ولاختبار والتحقق من صحة الفرضيةالعامة استخدمنا الأسلوب الإحصائي معامل الارتباط بيرسون، والنتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (23): يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون بين كل من الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي.

متغيرات الدراسة	العينة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي	38	0.307*	0.038

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال الجدول رقم(23) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين المتغير الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرةالطائرةقدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بـ (0.307)، عند مستوى الدلالة 0.038، وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05، مما يمكن القول انه: توجد علاقة ارتباطيه موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-2- مناقشة نتائج الفرضيات:

5-2-1- مناقشة الفرضية العامة:

ان التحكم والسيطرة في الطاقة النفسية وتنظيم الاستثارة اثناء المنافسة يجعل من اللاعبين في حالة من التهيئة النفسية والبدنية مما يعطي للفريق سلوك تنافسي إيجابي، كما ان الخبرة التي يحملها اللاعبين في مجال الكرة الطائرة تجعلهم يمتلكون درجة من الطاقة النفسية والاستثارة الإيجابية العالية والتحكم في الانفعالات ولا يفقدون للسيطرة ولا يتعصبون خاصة في حالة التنافس العالي ويفكرون في أدائهم في المنافسة وتنظيمه حتى نهاية المباراة مما يسمح للاعبين التحكم في سلوكهم التنافسي.

كما ان توجيهات المدرب تلعب دورا مهما في ارشاد اللاعبين سواء قبل المنافسة او اثناءها او بعدها خاصة فيما يتعلق في توزيع الجهد وتنظيم والتحلي بالروح الرياضيةوالطموحوالتفاؤلوالقدرة على مواجهة مواقف التحدي الصعبةوالتركيزفي الأداء الراهن وعدم التفكير في الماضي أو المستقبل، يجعلهم من درجة الوعي والادراك بآدائهم وأداء الآخرين مما يزيدهم الكفاح والاجتهاد وتحقيق المستوى الأمثل وهو ما يساهم في سلوك التنافسي.

كما ان تهيئة البيئة للاعبين تلعب دور مهم في التحكم في الطاقة النفسية خاصة أثناء المباراة كي لا يتاثر اللاعبين بصراخ الجمهور ولا يتأثرون من التركيز في الأداء، ولا يتحاشون الخصم، وزيادة الجهد ومراقبة تحركات الخصم ومنعه من التسجيل كي لا يشعر الفريق باليأس ولا ينخفض مستواهم وتفادي ارتكاب الأخطاء، وتجنب الارتباك والقلق وعدم الانفعال من قرارات الحكم واللعب بالجدية وبذل كل جهودهم وطاقاتهم والتحمس في المباراة، وعدم احتقار الخصم ومحاولة التغلب عليه وتحقيق الفوز والنجاح، وعليه فان الطاقة النفسية الجيد والايجابية التي يمتاز بها لاعبيالكرة الطائرة أعطتهم سلوك تنافسي جيد، وهذا ما يوصلنا الى ان للطاقة النفسية علاقة إيجابية بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

5-2-2- مناقشة فرضية مستوى الطاقة النفسية:

- والتي تنص على أن:" **يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عال من الطاقة النفسية**"، وبعد المعالجة الإحصائية للفرضية تبين لنا أن مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع،أي بمعنى ان فريق الكرة الطائرة يمتلك طاقة نفسية كبيرة ويمتلك مقدرة على التحكم في انفعالاته وتوجيه سلوكه في المواقف التي تتميز بالاستثارة العالية اثناء وضبط الاداء، ويعزو الباحث السبب ان لكل لعبة معينةاومهارة مستوى معين من الاستثارة وتنظيمها اثناء المنافسة، والهدف الاساس للاعب هو الاداء بذهن غير مثقل عند مواجهة الشدة الذهنية والبدنية بحيث يمكن عزل كل المؤثرات الخارجية والظهور بمستوى معين واسباب ذلك المستوى وكيفية السيطرة عليه لكي يكون ملائما للمواقف الرياضة بغية الوصول الى درجة متميزة من الأداء.

كما أن الخبرة الإيجابية التي تحدث عندما يكون الفريق مرتبطا كليا بالأداء في موقف ما تتساوى فيه المهارات الشخصية مع التحديات المطلوبة، لهذا الموقف خاصة وان الفريق إذا كان على دراية من الفهم بالتحديات المقدرة عليهم ومعرفة المهارات التي يعمل بها الفريق تجعله يتميز ويمتلك أهداف واضحة في التركيز العميق والتحكم و السيطرة وفقدان الإحساس بالزمن والأداء العالي وعدم الخوف من الفشل وعدم التفكير في الأداء، ولديه الاندماج الكلي في النشاط والتركيز في مجال محدودية الاداء دون جهد وعناء والسيطرة الكاملة وتغير الإحساس بالزمن، وأن كل شيء يبدو أنه يسير ابطأ من المعتاد والتزامن والتكامل لجميع الأشياء ولهم مجال ضيق للتركيز على فالكرة أو اداء معين والاندماج في الحاضروالسيطرة على الانفعالات، ولديهمدرجة عالية من الثقة بالنفس و الاسترخاء البدني أي عمل العضلات بطلاقة وانسيابية وقوة والاسترخاء العقلي أي لهم الهدوء الداخلي و التركيز.

كما أن الطاقة النفسية العالية التي يبذلها الفريق خاصة في مجال الاستمتاع، والنشوة، والتصميم، والطموح والتفاؤل والقدرة على مواجهة مواقف التحدي الصعبة، والتركيز في الأداء الراهن وعدم التفكير في الماضي أو المستقبل، يجعلهم من درجة الوعي و الادراك بآدائهم و أداء الآخرين، و التوافق مع مثيرات البيئة المختلفة الامر الذي يزيدهم من السيطرة و التحكم أي يعمل كل من الجسم و العقل بشكل آلي، كل شيء يؤدي على نحو صحيح و لا يوجد شيء يخرج عن السيطرةو الاندماج التام والارتباط الكلي بالأداء، والانعزال عن مصادر التشتت للبيئة الخارجية، وتجنب مصادر التوتر.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة نجاة سعيد علي 2009 التي بينت نتائجها، أن أفراد عينة البحث يمتلكون طاقة نفسية كبيرة، وتختلف الدراسة الحالية مع دراسة ختام علي كريم الزبيدي(2016)أن مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة اليد جاءت بمستوى متوسط .

5-2-3- مناقشة فرضية مستوى السلوك التنافسي:

- والتي تنص على أن:" **يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عال من الطاقة النفسية**"، وبعد المعالجة الإحصائية للفرضية تبين لنا أن مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة مرتفع، أي بمعنى ان فريق الكرة الطائرة يمتلك توحيد جهوده الى تحقيق هدف مشترك وأن التعاون بينهم هو الصفة الغالبة، ذو طبيعة إنجازية هادفة الى الاشباع النفسي،حيث ان الفريق دائما يكون في درجة من الاستعداد للتنافس وهم على دراية بأن هناك فريق خصم لديهم و ان هناك مشاهدين من الجمهور، الامر الذي يجعل الفريق في موقف تنافسي تستثير دافعيته تختلف تماما عن تلك الحالة التي تستثيره في التدريب والترويح، كما ان الفريق الرياضي يعتبر سلوكالتنافسي انجازا يتمثل في إشباع بعض الحاجات النفسية، خاصة وان الفريق يتميز بمرحلة عمرية تزداد فيه السلوك التنافسي.

وكذلك يعزو الباحث نتيجة الى أن التحضير النفسي قبل المنافسة للفريق فانه يتخذ التدابير المثيرة للمزاج المناسب ومحدد اللموقف الرياضي للمنافسة، تبدأ الأفكار والتساؤلات مما تهيج هو تقبض صدره،

كما ان خلق الرياضي لمدى كفاءته الرياضية و مدى ثقته بإمكاناته، والمساعدة التي يتلقاها من المدرب كي لا يفكر في شيء آخر إلا في ضرورة تحقيق الهدف المسطر ومكافحة التعب تحقق إثارة المزاج المناسب وتوجيه قوة وإرادة اللاعبين إلى بذل جهد قوي إلى أقصى حد من خلال رفع معنويات وإبقاء القدرة على تقديم أعمال المنافس قد تساعد الرياضي في رفع حالة الانتباه والتركيز قصد خوضالمنافسة.

كما يعزو الباحث كذلك الى الدور الكبير الذي يلعبه المدرب أثناء المنافسة من خلال إلهام اللاعبين وتهدئتهم، وتصحيح الاخطاء في التقنية و التكتيك وان يكون واثقا أن التعليمات والإرشادات التي

يوجهها للاعبين متوافقة مع القرارات التي يتخذها اللاعبينمن اجل تفادي الارتباك،و ضرورة العمل على تعليم اللاعب كيفية التحكم في حالة الانفعالية المزاجية منذ بداية المنافسة مما تساعد اللاعبين في رفع استعدادهم وتعبئة قدراتهم النفسية لبدأ المنافسة والبطولة، خاصة عند أداء الإحماء والتسخين في يوم المنافسة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بن تومي بلال وآخرون 2021 التي بينت ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي خاصة مع ارتفاع مستوياته ومسبباته، ودراسة بن سعيد ناجي 2016 التي بينت التفكير الجيد يقود إلى قرارات أكثر نضجا، ورشدا بما يحسن حياة الشخص الذي ينجح فيإصدار قراراته، ودراسة فاضل كردي شلاكة 2013: التي بينت ان مستوى السلوك التنافسي يتاثر بالتردد النفسي.

5-2-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص على أن:" **توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة**"، وبعد اختبار الفرضية تبين لنا انه توجد علاقة طردية ضعيفة بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

ويعزو الباحث نتيجة الدراسة الى هناك عوامل تجعل الممارسة الرياضية مصدراً للراحة النفسية والثقة بالنفس والسعي للنجاح وتحقيق الطموح من خلال اهداف موضوعية فالإثارة التي يتلقاها اللاعب من المدرب خاصة في التكيف مع البيئة الرياضية تجعل اللاعب اكثر تشويقا ومتعة له وهذا من خلال تصوير العملية التدريبية والممارسة العملية السهلة تجعل اللاعب يشعر من خلالها بالسرور في اداء واجبات وهو بحاجة اليها وليست مفروضة عليه، الامر الذي يجعل اللاعب في في حالة من التحدي من خلال رسم أهدافه في حدود قدراته والتي تجعله جاهزا للتحدي، كما يعزو الباحث نتيجة الى ان اللاعب الذي يستثمر القلق كقوة دافعة إيجابية خاصة من طرف المدرب الذي بدوره يعمل على عدم تخطي اللاعب الحد الفاصل الذي ينتقل بالقلق الى قوة دافعة سلبية، ويجب ان يؤمن اللاعب بقدراته على النجاح والتفوق وان اداءه سيكون حسناً في المنافسة وان قدراته تؤهله لذلك، أي أن اللاعب لديه الثقة بالنفس، بعيدا عن المبالغة ولديه طموح عالي يمكنه من الوصول الى تحقيق النجاح والفوز، كما ان اللعب الذي يكون يتسم بدرجة عالية من التصور العقلي من خلال محاولة استرجاع الاحداث او الخبرات السابقة او بناء صورة جديدة لحدث جديد ويستخدم التصور لغرض تحسين الاداء عن طريق مراجعة المهارة عقلياً ويتضمن ذلك التخلص من الاخطاء بتصور الاسلوب الصحيح للأداء الفني.

5-2-5- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة :

والتي تنص على أنه:" **توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة**"، وبعد اختبار الفرضية تبين لنا انه توجد علاقة طردية ضعيفة بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى ان التوترالذي يحدث نتيجة إدراك اللاعب بعدم التوازن بين قدراته وما بين ما هو مطلوب منه مع شعوره بأهمية المنافسة، وكذلك الى القلق المعسر الذي يعتبرالقوة الدافعة السلبية عند تجاوز حدود القلق المثلى الملائمة للأداء، كما ان دخول اللاعب فب حالة من الغضب كاستثارة انفعالية مما يثير عنه مواقف العدوان والتهديد في الساحة اللعب وتدفعه للاستثارة العالية، وقد يكونالتعبالذي يعاني منه اللاعب في مختلف الاعضاء والانظمة وفي الجسم كله، خلال فترة اداء العمل البدني، التي تقود في النهاية الى استحالة استمرارها وقد يكون التعب نفسياً او عضلياً وكلاهما يؤثر على الاستثارة العالية، كما ان الفريق اذا كان يحقق نتائج سلبية يتولد عند اللاعبين فقدان الثقة بالنفس ولذلك اللاعب نجده لاينسى النتيجة ولا يتلقى من المدرب الشكرولايدعو الفريق لمناقشة المباراة ولا يقوم بتحليل وتقويم اداء الفريق ككل.

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تمكنا من إعطاء القيمة العلمية لنتائج أفراد العينة، وكذا مناقشتها وتحليلها لمعرفة أهم الجوانب المتداخلة في هذه العملية والخروج باستنتاج لكل فرضية من فرضيات الدراسة.

كما ضم هذا الفصل نتائج الاستبيان الخاص بلاعبي الكرة الطائرة والذي أردنا من خلاله التعرف على مستوى التعرف على مستوى الطاقة النفسية و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة وكذاالتعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة والتي كانت بطريقة دقيقة وعلمية حيث تم تفريغ النتائج ومعالجتها بطريقة إحصائية والتي وجدنا من خلالها ان لاعبي الكرة الطائرة يمتازون بمستوى مرتفع من الطاقة النفسية و السلوك التنافسي، ووجود علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي والايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الفصل السادس

الاستنتاجات والاقتراحات

الاستنتاج العام:

بعد محاولتنا في هذه الدراسة معرفة العلاقة بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، وبعد التطرق الى الإطار المنهجي والإطار النظري والإطار التطبيقي، ومن خلال عرض وتحليل وتفسير النتائج المحصل عليها توصلنا إلى النتائج التالية:

- ✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- ✓ يمتاز لاعبو الكرة الطائرة مستوى عالٍ من الطاقة النفسية.
- ✓ يمتاز لاعبو الكرة الطائرة مستوى عالٍ من السلوك التنافسي.
- ✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- ✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

6-2- الاقتراحات والتوصيات:

في ضوء النتائج التي أسفرت عليها الدراسة الميدانية نوصي بالآتي:

1- ضرورة الإهتمام بالناحية النفسية للاعبين من قبل المدرب والهيئة الإدارية والعمل على تحسين مستوى الطاقة النفسية الايجابية وكذا تحسين مستوى السلوك التنافسي الايجابي لما لهما من مردود ايجابي في التدريب والمنافسة الرياضية.

2- ضرورة تواجد مرشد نفسي داخل الفريق طيلة فترات الموسم الرياضي وكذا المدرب البدني كضرورة لنجاح العملية التدريبية ومواجهة الحالات النفسية التي يتعرض لها اللاعب في الأندية قيد البحث.

3- منح الوقت الكافي واستخدام التقنيات والوسائل الحديثة للأخصائيين النفسيين لأجل تحسين الجانب النفسي للرياضيين.

4- إجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية وبعض المتغيرات الأخرى.

5- إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى وكذا اجراء تربصات وتكوينات داخل وخارج الوطن لتوسيع الخبرة في الجانب النفسي للرياضيين.

6-3- الفرضيات المستقبلية:

- ➢ دراسات مستقبلية لمتغير الطاقة النفسية مقارنة بمتغيرات نفسية اخرى واسقاطها على اللاعبي ورياضيي الالعاب الجماعية والفردية في الجزائر.

- دراسة الفروق الفردية للطاقة النفسية او السلوك التنافسي بناء عالى عوامل أخرى كالخبرة، العمر، الجنس.
- دراسة دور الاستراتيجيات التنظيمية الفعالة (مثل التدريب والدعم المهني) في تعزيز الطاقة النفسية والسلوك التنافسي.
- دراسة تاثير العوامل البيئية (مثل البيئة المادية والمناخ التنظيمي) على الطاقة النفسية والسلوك التنافسي .

الخاتمة

الخاتمة:

يعتبر علم التدريب الرياضي من العلوم التي تساهم في إعداد الرياضي والتطور البدني والمهاري والخططي الذي بلغته الأنشطة الرياضية المختلفة، فقد اخذ المدربون البحث في أدق الأمور عن أسباب التفوق والتطور والمحافظة على ديمومة نشاط اللاعب والفريق خلال المباراة بالكامل والاستفادة المثلى من ظروف الإعداد وعزل المؤثرات الخارجية السلبية التي ستؤثر في مستوى الرياضي، وأن الهدف الأساسي من عملية تخطيط والتدريب هو الوصول إلى عملية تكيف أجهزة الجسم المختلفة وتأقلمها مع العبء البدني العصبي الواقع على الرياضي، الذي جعل المدربين يهتمون بالنواحي البدنية والمهارية والخططية والقدرات النفسية، والذهنية للاعبين وبرمجة حصص لتنمية الطاقة النفسية مما يزيد في السلوك التنافسي الإيجابي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1- **الكتب باللغة العربية:**

2- أحمد أمين فوزي، (2003): **مبادئ علم النفس الرياضي (المفاهيم- التطبيقات)**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

3- أحمد أمين فوزي، (2006): **علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات)**، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.

4- أحمد عزت راجح، (1970): **أصول علم النفس**، ط8، المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر، الإسكندرية (مصر).

5- أسامة كامل راتب، (2007): **علم نفس الرياضة –المفاهيم، التطبيقات**،ط4 ، القاهرة، دار الفكر العربي، القاهرة.

6- أسامة كامل راتب، (2000): **تدريب المهارات النفسية وتطبيقها في المجال الرياضي**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

7- أسامة كامل راتب، (1995): **علم نفس الرياضة: المفاهيم والتطبيقات**، ب ط، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.

8- أكرم زكي خطابية، (1996): **موسوعة الكرة الطائرة الحديثة**، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

9- ألين وديع فرج،(2004): **أسس تدريب الكرة الطائرة للناشئين**، ب ط، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر، مصر.

10- حسن عبد الجواد، (1987): **الكرةالطائرة: المبادئ الأساسية- اللألعاب الإعدادية- القانون الدولي**، ط5، دار العلم للملايين، بيروت.

11- رشيد زرواتي،(2002): **تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، ط1، دار هومة، الجزائر.

12- زكي محمد حسن، (2006): **الكرة الطائرة: بناء المهارات الفنية والخططية**، ب ط، دار المعارف، الإسكندرية.

13- زينب فهمي وآخرون، (1994): الكرة **الطائرة الجزء2**، ط1، دار المعارف، الإسكندرية.

14- صالح محمد الزغبي وماجد محمد الخياط، (2011): **علم النفس الرياضي**، ط1، دار الحرية، الأردن.

15- عدس عبد الرحمان وقطامي نايف، (2000): **مبادئ علم النفس**،ط1، الأردن، دار الفكر للطباعة.

16- عكلة سليمان الحوري، (2019): **مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي**، ط1، دار الأكاديميون للنشر والتوزيع، الأردن.

17- عمار بوحوش، محمد محمود الذنيبات (2001): **مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث**،ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

18- علاوي محمد حسن، (2002): **علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية**، (بدون طبعة) دار الفكر العربي، القاهرة.

19- علاوي محمد حسن (1998): **مدخل في علم النفس الرياضي**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

20- علاوي محمد حسن، (1992): سيكولوجية **التدريب والمنافسات**، ب ط، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر، مصر.

21- علي مصطفى طه، (1999): **الكرةالطائرة: تاريخ– تعليم – تدريب – تحليل –قانون**، ب ط، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.

22- علاوي محمد حسن، (1998): **موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

23- عنان محمود، (1995): سيكولوجية **التربية البدنية والرياضية**، (بدون طبعة)، دار الفكر العربي، القاهرة.

24- علي معوش،(1994):**الكرة الطائرة**، دار الهدى، عين مليلة الجزائر.

25- عقيل عبد اللهرشيد،(1987):**الكرة الطائرة–التكتيك الفردي–**، ب ط، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية، العراق.

26- عزت محمود الكاشف، (1991): **الإعداد النفسي للرياضيين**،ب ط، دار الفكر العربي، القاهرة.

27- فوزي أحمد، (2006): **علم النفس الرياضي (مفاهيم وتطبيقات)**، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.

28- محمد عصام الدين الوشاحي، (1994): **الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول للمستوى العالمي**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

29- مجيد خدابخش وفاتن علي أكبر (2017): **الظواهر النفسية في المجال الرياضي**، ط1، الدر المنهجية للنشر والتوزيع، عمان.

30- مصطفى باهي (2006): **سيكولوجيةالأداء الرياضي، نظريات، تحليلات،تطبيقات**، ط 1، مكتبة الأنجلو المصرية،القاهرة).

31- مصطفى حسين باهي، حسين أحمد حشمت، نبيل السيد حسن، (2013): **علم النفس الفسيولوجي (نظريات تحليلات تطبيقات)**، ط1، مكتبة الإخوة أنجلو المصرية.

32- محمود صقلي، (1996): **الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة**، بط، دار الفكر العربي، القاهرة.

33- مروان عبد المجيد ابراهيم (2000): **أسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية**، ط1، الوراق للنشر والتوزيع، عمان.

34- ناهد رسن سكر،(2002): **علم النفس الرياضي، ب** ط، دار العلوم للتحقيق والطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

35- **القوانين والمراسيم:**

36- **الجريدة الرسمية**، 1995، المادة 11، العدد 06.

2- المراجع باللغة الأجنبية:

37- Matveev (1983) : **Aspects fondamentaux de la formation**, Imprimerie et Édition Vigo, Paris (France).

38- Échevin (1990) : **Manuel de psychologie du sport**, Paris, Vigo Imprimeries et Éditions

3- الأطروحات والرسائل:

39- نجاة سعيد علي، (2009): " **الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي جامعة الموصل لكرة اليد**"، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، العراق، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد9، العدد 2.

40- **مواقع الانترنت:**

41- (www.google.com. **www.volley**ball.com.)

42- المهاجر، (2006): **طبيعة العلاقة بين الطاقة النفسية ولأداء الرياضي**، منتديات الحصن النفسي.www.djelfa.info .

الملاحق

جامعة محمد بوضياف – المسيلة -

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

- قسم التدريب الرياضي-

إستمارة مقياس

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تحية طيبة وبعد:

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الماستر في التدريب الرياضي تخصص **تحضير بدني رياضي** تحت عنوان:" **الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة**".

نرجو من سيادتكم ملا هذه الاستمارة بصدق وموضوعية، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة.

وشكراعلى تعاونكم.

ملاحظة :الرجاء الإجابة على كل العبارات بوضع علامة (×) أمام العبارة.

السنة الجامعية: 2024/2023

الرقم	العبارات : مقياس الطاقة النفسية	تنطبق علي دائما	تنطبق علي بشكل كبير	تنطبق علي إلى حد ما	لا تنطبق علي
01	لا استطيع التحكم في انفعالاتي عندما يستثيرني الخصم.				
02	افقد السيطرة على هدوئي قبل المنافسة عندما العب مع خصوم أقوياء.				
03	أتعصب بسرعة عندما يخطئ الحكم أثناء المنافسة.				
04	أتعصب بشكل كبير عند شعوري بالتعب.				
05	أفكر في أدائي المهاري في أثناء التدريب أو المباراة واعمل على تطويره بشكل مستمر.				
06	أجيد التحليل السريع لتحركات خصمي وخصوصا في المباريات الصعبة.				
07	انظم جهدي لأداء نهاية جيدة للمباراة.				
08	أحاول المحافظة على هدوئي في المباريات الصعبة.				
09	لا استطيع أن أشعر بالصورة الواقعية لأدائي.				

10	اشعر بالارتباك عند مواجهة الخصوم الأقوياء.				
11	لا استطيع توزيع جهدي على مجريات أشواط المباراة.				
12	لا أتذكر كافة توجيهات المدرب في أثناء المنافسة.				
13	صراخ الجمهور يثيرني ويمنعني من التركيز على أدائي.				
14	الخوف من الإصابة يشغل تفكيري ويجعلني أتحاشى المواقف الصعبة.				
15	إذا سجل الخصم نقطة أول الأمر فان ذلك يشعرني باليأس.				
16	أفكر كثيرا بضرورة مجارات المنافس حتى وان ارتقى مستواه.				
17	أفكر دائما بضرورة الأداء الجيد حتى انقضاء المباراة.				
18	أفكر كثيرا بكيفية قطع الكرة من الخصم مهما كانت مهاراته في الخداع.				
19	في المباريات المهمة لا أثق بقدراتي على الأداء الجيد.				
20	لا ألعب ضربة السحق لأني لا أجيدها بدقة.				
21	لا أعير اهتماما للتشجيع الذاتي واراه غير مجدي لزيادة اندفاعي في اللعب في تكملة أشواط المباراة.				
22	يزداد أدائي قوة كلما زادت إثارة المباراة.				
23	يهمني جدا الأداء بأقصى طاقتي إذا كان خصمي قويا.				
24	عندما يبدأ الفريق الخصم بالتهديف ابذل جهد				

	مضاعفا لتعديل النتيجة.				
25	تشجيع المدرب يزيد كفاحي واجتهادي لتحقيق المستوى الأمثل				
26	لا استطيع بذل كل طاقتي حتى إذا كانت المباراة مهمة.				
27	اشعر بان حماسي باللعب يقل كثيرا بانتهاء الشوط الأول من المباراة.				
28	لا استطيع اللعب بجدية في ملعب الخصم وأمام جمهوره.				
29	ليس من السهل على مجارات الخصم لأنه أكثر مني خبرة.				
30	أحاول التفوق على خصمي على الرغم من مستواه الجيد.				
31	لابد وان أتألق في التدريب والمنافسات.				
32	اعمل بشكل مجد للتفوق على الخصوم الأقوياء.				
33	أواظب على التدريب بجدية لأنه طريق الشهرة الوحيد.				
34	أحاول الظهور بمستوى يؤهلني لتمثيل المنتخب الوطني.				
35	اشعر بالرضا كوني لاعبا أساسيا بالفريق.				
36	أتخلص من الكرة بأسرع وقت ممكن لان مهارتي غير جيدة.				
37	لا اهتم بين كوني أساسيا أو اجلس على دكة البدلاء.				

مقياس السلوك التنافسي

الرقم	العبارات: مقياس السلوك التنافسي	دائمًا	أحيانًا	أبدًا
01	ينخفض مستوى أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص المهمين.			
02	عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإنني لا أجد صعوبة في استعادة تركيزانتباهي.			
03	تزداد ثقتي عند اقتراب موعد المنافسة.			
04	أعنف نفسي عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة.			
05	عندما ينتقدني مدربي أو أحد زملائي أثناء المنافسة فإنني أجد صعوبة في تركيزانتباهي طوال الفترة الباقية من المنافسة.			
06	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة.			
07	في المنافسات الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة.			
08	قبل اشتراكي في المنافسة لا احتاج للمزيد من الوقت لكي أستعد نفسيا وذهنيا.			
09	ينتابني قلق شديد قبل اشتراكي في منافسة هامة.			
10	عندما تسوء الأمور في المنافسة أفضل فإن ذلك لا يسبب في الارتباك أو القلق.			
11	أدائي في المنافسة الرياضية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.			
12	أثناء المنافسة عندما أعتقد أن الحكم قد أخطأ في بعض قراراته بالنسبة لي أولزملائي فإنني لا أنفعل.			
13	بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة.			
14	أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة.			

15	أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي المزيد من الضيق.			
16	قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة أشعر بأنني لا استطيع تذكر شيء .			
17	مستوى أدائي ثابت في المنافسات وفي حدود أقصى قدراتي.			
18	بعد انتهاء المنافسة أشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل.			
19	أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة.			
20	ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة.			

ملاحق نتائج الدراسة الأساسية:

وصف بيانات متغير الطاقة النفسية

بعد السيطرة على الاستثارة

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	38	2	4	3.50	.797
س2	38	1	4	3.24	.971
س3	38	1	4	3.18	.926
س13	38	1	4	3.39	.790
س22	38	2	4	3.58	.599
السيطرة	38	11	20	16.89	2.659
Valid N (listwise)	38				

بعد الوعي الذاتي

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
س5	38	1	4	3.03	.822
س6	38	1	4	3.61	.638
س7	38	2	4	3.21	.777
س8	38	1	4	2.97	.915
س15	38	1	4	3.11	1.008
س19	38	2	4	3.66	.582
الوعي	38	13	24	19.58	3.260

Valid N (listwise)	38				

بعد الطاقة العقلية

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
س09	38	3	4	3.71	.460
س10	38	2	4	3.26	.795
س12	38	1	4	3.00	.870
س14	38	1	4	3.26	.795
س16	38	1	4	2.87	.963
س17	38	1	4	3.58	.642
العقلية	38	13	24	19.68	3.146
Valid N (listwise)	38				

بعد المحادثة

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
س4	38	1	4	3.47	.725
س11	38	2	4	3.61	.595
س20	38	1	4	3.50	.688
س21	38	2	4	3.55	.645
س27	38	3	4	3.71	.460
س18	38	3	4	3.66	.481
س35	38	1	4	3.24	.943
المحادثة	38	18	28	24.74	2.777
Valid N (listwise)	38				

بعد الكفاح

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
س25	38	2	4	3.63	.541
س26	38	3	4	3.71	.460
س28	38	2	4	3.26	.795
س23	38	1	4	3.26	.795
س24	38	1	4	2.84	.945
الكفاح	38	12	20	16.71	2.180
Valid N (listwise)	38				

بعد الطموح

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
س29	38	2	4	3.26	.644
س36	38	2	4	3.55	.645
س37	38	1	4	2.84	.945
س31	38	2	4	3.55	.645
س32	38	2	4	3.18	.766
س33	38	1	4	2.95	.899
س34	38	1	4	3.16	.945
س39	38	3	4	3.68	.471
الطموح	38	18	32	26.18	4.106
Valid N (listwise)	38				

السلوك التنافسي السلبي

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ع1	38	1	3	2.34	.582
ع4	38	1	3	2.55	.645
ع5	38	1	3	2.26	.724
ع7	38	1	3	2.42	.683
ع9	38	1	3	2.21	.741
ع14	38	1	3	2.13	.811
ع15	38	1	3	2.47	.647
ع16	38	1	3	2.47	.687
ع18	38	1	3	2.16	.823
ع19	38	1	3	2.39	.679
ع20	38	1	3	2.24	.490
السلبية	38	16	33	25.66	4.089
Valid N (listwise)	38				

السلوك التنافسي الايجابي

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ع2	38	1	3	2.24	.634
ع3	38	1	3	2.24	.634
ع6	38	1	3	2.29	.611

ع8	38	1	3	2.08	.673
ع10	38	1	3	2.05	.695
ع11	38	1	3	2.03	.636
ع12	38	1	3	1.95	.733
ع13	38	1	3	2.11	.649
ع17	38	1	3	2.29	.565
الإيجابية	38	13	27	19.26	3.500
Valid N (listwise)	38				

علاقة بين ابعاد الطاقة النفسية والسلوك التنافسي

		السلوك التنافسي
السيطرة	Pearson Correlation	.326*.
	Sig. (2-tailed)	.023
	N	38
الوعي	Pearson Correlation	.365*.
	Sig. (2-tailed)	.032
	N	38
العقلية	Pearson Correlation	.387*
	Sig. (2-tailed)	.031
	N	38
المحادثة	Pearson Correlation	.330*.
	Sig. (2-tailed)	.038
	N	38
الكفاح	Pearson Correlation	.409*
	Sig. (2-tailed)	.011
	N	38
الطموح	Pearson Correlation	.346*
	Sig. (2-tailed)	.017
	N	38
السلوك التنافسي	Pearson Correlation	.362*
	Sig. (2-tailed)	.026
	N	38

مستوى الطاقة النفسية

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
السيطرة	38	16.89	2.659	.431
الوعي	38	19.58	3.260	.529
العقلية	38	19.68	3.146	.510
المحادثة	38	24.74	2.777	.451
الكفاح	38	16.71	2.180	.354
الطموح	38	26.18	4.106	.666
الطاقة النفسية	38	123.79	15.285	2.480

One-Sample Test						
	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
السيطرة	39.169	37	.000	16.895	16.02	17.77
الوعي	37.020	37	.000	19.579	18.51	20.65
العقلية	38.570	37	.000	19.684	18.65	20.72
المحادثة	54.908	37	.000	24.737	23.82	25.65
الكفاح	47.256	37	.000	16.711	15.99	17.43
الطموح	39.313	37	.000	26.184	24.83	27.53
الطاقة النفسية	49.924	37	.000	123.789	118.77	128.81

مستوى السلوك التنافسي

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
السلبية	38	25.66	4.089	.663
الإيجابية	38	19.26	3.500	.568
السلوك التنافسي	38	44.92	6.887	1.117

One-Sample Test					
	Test Value = 0				
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean	95% Confidence Interval of the

				Difference	Difference	
					Lower	Upper
السلبية	38.683	37	.000	25.658	24.31	27.00
الإيجابية	33.923	37	.000	19.263	18.11	20.41
السلوك التنافسي	40.210	37	.000	44.921	42.66	47.18

علاقة الطاقة النفسية بالسلوك التنافسي السلبي

Correlations			
		الطاقة النفسية	السلبية
الطاقة النفسية	Pearson Correlation	1	. 307*
	Sig. (2-tailed)		.038
	N	38	38
السلبية	Pearson Correlation	. 307*	1
	Sig. (2-tailed)	.038	
	N	38	38

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

علاقة الطاقة النفسية بالسلوك التنافسي الايجابي

Correlations			
		الطاقة النفسية	الإيجابية
الطاقة النفسية	Pearson Correlation	1	.353*
	Sig. (2-tailed)		.030
	N	38	38
الإيجابية	Pearson Correlation	.353*	1
	Sig. (2-tailed)	.030	
	N	38	38
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

كشاف جامعة " محمد بوضياف " بالمسيلة

لمذكرات الماستر

للسنة الجامعية " 2024 "

- **معهد: علوم وتقنيات النشطات البدنية و الرياضية.**

- قسم: التدريب الرياضي.
- رقم التسلسل: 20063099507
- رقم التسجيل: UN2801202320630995O7
- الطالب: شاوش بومدين.
- تاريخ المناقشة: 05 جوان 2024.
- عنوان المذكرة: الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة "دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية برج بوعريريج- صنف أكابر- ".
- لغة المذكرة : اللغة العربية.
- نوع المذكرة: ماستر.
- البلد : الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية – ولاية المسيلة -
- الجامعة : جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- إشراف الأستاذ: الدكتور بن التومي بلال.
- عدد الصفحات : 100 ص .
- ملف إلكتروني : (Excel * word * PDF)
- الشعبة: تدريب رياضي.
- التخصص: تحضير بدني رياضي.

الملخص :

- الملخص باللغة العربية :

الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي، لدى لاعبي الكرة الطائرة "دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية برج بوعريريج- صنف أكابر- ".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الطاقة النفسية و مستوى السلوك التنافسي، لدى لاعبي الكرة الطائرة لدى لاعبي الكرة الطائرة، وكذا التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي ، والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة ، وهذا باستخدام المنهج الوصفي لدراسة العلاقة الارتباطية، على عينة دراسة شملت 38 لاعبا، ينتسبون الى القسم الوطني الأول والثاني الممتاز للكرة الطائرة ، وقد اعتمد الباحث على مقياس الطاقة النفسية ومقياس السلوك التنافسي على العينة الأصلية للبحث أثناء الدراسة الأساسية لجمع البيانات، إذ توصل الباحث إلى النتائج التالية: يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية و السلوك التنافسي، وكذا وجود علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي والسلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة، في ضوء النتائج التي أسفرت عليها الدراسة الميدانية نوصي بالآتي: ضرورة الاهتمام بالناحية النفسية للاعبين من قبل المدرب والهيئة الإدارية، و ضرورة تواجد مدرب نفسي والمدرب البدني، كضرورة لنجاح العملية التدريبية، ومواجهة الحالات النفسية التي يتعرض لها اللاعب في الأندية قيد البحث، وإجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية وبعض المتغيرات الأخرى ، و إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى.

عنوان الدراسة : الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي، لدى لاعبي الكرة الطائرة "دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية برج بوعريريج- صنف أكابر- "

أهداف الدراسة :

- التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة .
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة .
- أهمية التحضير النفسي في غرس الثقة بالنفس، وإعطاء طاقة نفسية نحو تقديم الأفضل في المنافسات، مع إبراز الأهمية التي يلعبها التحضير النفسي على المردود الرياضي في المنافسات الرياضية والوصول إلى مختلف قيم التحضير النفسي.
- مدى مساهمة الدوافع الداخلية النفسية والخارجية الاجتماعية في تحفيز اللاعب الممارس للكرة الطائرة.

التساؤل العام الدراسة:

-هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

التساؤلات الجزئية :

1- ما مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

2- ما مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

3- هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الإيجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

4- هل توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

الفرضية العامة للدراسة :

توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الفرضيات الجزئية

1- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية.

2- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من السلوك التنافسي.

3- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

4- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

المنهج المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي (العلاقة الارتباطية).

الأدوات المستخدمة في الدراسة : مقياس الطاقة النفسية، مقياس السلك التنافسي.

الكلمات المفتاحية:

- **بالعربية** : الطاقة النفسية، السلوك التنافسي، لاعبوالكرة الطائرة.
- **بالإنجليزية:** psychological energy, competitive behavior, volleyball players .

جاء هذا البحث في فصول :

- **الفصل الأول**: الإطار العام للدراسة من خلال التطرق الى إشكالية الدراسة وأهدافها واهميتها، وتحديد مصطلحات الدراسة، والتطرق الى الدراسات السابقة التي لها علاقة بالموضوع.
- **الفصل الثاني:** تناولنا فيه الطاقة النفسية.

- **الفصل الثالث:** تطرقنا فيه إلى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- **الفصل الرابع:** بعنوان منهجية الدراسة.
- **الفصل الخامس:** عرض وتحليل ومناقشة النتائج الدراسة.
- **الفصل السادس:** يضم الاستنتاجات والاقتراحات.

من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث:

- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية.
- يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من السلوك التنافسي.
- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

أهم التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالناحية النفسية للاعبين من قبل المدرب والهيئة الإدارية والعمل على تحسين مستوى الطاقة النفسية الايجابية وكذا تحسين مستوى السلوك التنافسي الايجابي لما لهما من مردود ايجابي في التدريب والمنافسة الرياضية.
- ضرورة تواجد مرشد نفسي داخل الفريق طيلة فترات الموسم الرياضي وكذا المدرب البدني كضرورة لنجاح العملية التدريبية ومواجهة الحالات النفسية التي يتعرض لها اللاعب في الأندية قيد البحث.
- منح الوقت الكافي واستخدام التقنيات والوسائل الحديثة للأخصائيين النفسيين لأجل تحسين الجانب النفسي للرياضيين.
- إجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية وبعض المتغيرات الأخرى.
- إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى وكذا اجراء تربصات وتكوينات داخل وخارج الوطن لتوسيع الخبرة في الجانب النفسي للرياضيين.

Searchlight in English

- **Faculty Institute of Sciences and Sports and Technical and Physical Activities Department**
- **Order No: 20063099507**
- **No. d 'registration : UN2801202320630995O7**
- **Searcher : Chaouche Boumediene.**
- **Publicly supported on : June 5,2024**

Title of the thesis (dissertation): The relationship between Psychological energy and competitive sports behavior among volleyball players.

"A field study Bordj Bou Arreridj state's teams – adults 'class -"

- **Language of the thesis**: Arabic.
- **Model of the thesis**: Master
- **Country:** REPUBLIC OF ALGERIA-M'SILA
- **University**: University of M'sila
- **Surname and first name of the supervisor: Dr Bentoumi Bilal .**
- **Lecturer Number of pages: 100 p**
- **Option**: Word-PDF-Excel*
- **Summary**:

The aim of this study is to identify the level of psychological energy and the level of competitive behavior among volleyball players, to identify the correlation between psychological energy, negative and positive competitive behavior among volleyball players, using the descriptive approach on a sample

study that included **38** players belonging to the first and second national volleyball division. The researcher relied on the psychological energy scale and the behavior scale. Competitiveness on the original sample of the research during the basic study to collect data, as the researcher reached the following results: There is a correlation between psychological energy and competitive behavior among volleyball players. Volleyball players have a high level of psychological energy and competitive behavior ,and negative and positive competitive behavior among volleyball players. In light of the results of the field study, we recommend the following: the necessity of paying attention to the psychological aspect of the players by the coach and the administrative body, and the necessity of the presence of a psychological coach and physical trainer as a necessity for the success of the training process and confronting the psychological conditions to which the player is exposed in the clubs under study ,Conducting other studies to identify the relationship between psychological energy and some other variables, and conducting similar studies in other sporting events.

- **Title of the study**: Psychological energy and competitive sports behavior among volleyball players. "A field study Bordj Bou Arreridj state's teams – adults 'class"
- **The purpose of the study**:
  - Identifying the psychological energy's level among volleyball players.
  - Identifying the competitive sports behavior's level among volleyball players.
  - Identify the correlation between psychological energy, negative and positive competitive behavior among volleyball players.
- **Problem:** What is a correlation between psychological energy, negative and positive competitive behavior among volleyball players?
- **Hypotheses:**
  - Volleyball players have a high level of psychological energy.

- Volleyball players have a high level of competitive sports behavior.
- There is a correlation between psychological energy and positive competitive behavior among volleyball players.
- There is a correlation between psychological energy and negative competitive behavior among volleyball players.

Key words : psychological energy, competitive behavior , volleyball players .

The most important results achieved are:

There is a correlation between psychological energy and competitive behavior among volleyball players. Volleyball players have a high level of psychological energy and competitive behavior ,and negative and positive competitive behavior among volleyball players. In light of the results of the field study, we recommend the following: the necessity of paying attention to the psychological aspect of the players by the coach and the administrative body, and the necessity of the presence of a psychological coach and physical trainer as a necessity for the success of the training process and confronting the psychological conditions to which the player is exposed in the clubs under study ,Conducting other studies to identify the relationship between psychological energy and some other variables, and conducting similar studies in other sporting events.

- **ملخص الدراسة:**
- **العنوان:**الطاقة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

"دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية برج بوعريريج– صنف أكابر – "

- **أهداف الدراسة:** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الطاقة النفسية ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة لدى لاعبي الكرة الطائرة وكذاالتعرف على العلاقة الارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- **منهج الدراسة:** استخدام الباحث المنهج الوصفي(العلاقة الارتباطية).

- **مجتمع وعينة الدراسة:** عينة دراسة شملت 38 لاعبا ينتسبون لبعض فرق ولاية برج بوعريريج– صنف أكابر – وينشطون القسم الوطني الأول والثاني للكرة الطائرة.

- **اساليب جمع البيانات:** مقياس **الطاقة النفسية** ومقياس **السلوك التنافسي**.

- **نتائج الدراسة:** ومن خلال عرض وتحليل وتفسير النتائج المحصل عليها توصلنا إلى النتائج التالية:

✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

✓ يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من الطاقة النفسية.

✓ يمتاز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى عالٍ من السلوك التنافسي.

✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

✓ توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- **الاقتراحات والتوصيات:** في ضوء النتائج التي أسفرت عليها الدراسة الميدانية نوصي بالآتي:

- ضرورة الإهتمام بالناحية النفسية للاعبين من قبل المدرب والهيئة الإدارية والعمل على تحسين مستوى الطاقة النفسية الايجابية وكذا تحسين مستوى السلوك التنافسي الايجابي لما لهما من مردود ايجابي في التدريب والمنافسة الرياضية.

➢ ضرورة تواجد مرشد نفسي داخل الفريق طيلة فترات الموسم الرياضي وكذا المدرب البدني كضرورة لنجاح العملية التدريبية ومواجهة الحالات النفسية التي يتعرض لها اللاعب في الأندية قيد البحث.

➢ منح الوقت الكافي واستخدام التقنيات والوسائل الحديثة للأخصائيين النفسيين لأجل تحسين الجانب النفسي للرياضيين.

➢ إجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية وبعض المتغيرات الأخرى.

➢ إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى وكذا اجراء تربصات وتكوينات داخل وخارج الوطن لتوسيع الخبرة في الجانب النفسي للرياضيين.

الفرضيات المستقبلية:

- دراسات مستقبلية لمتغير الطاقة النفسية مقارنة بمتغيرات نفسية اخرى واسقاطها على اللاعبي ورياضيي الالعاب الجماعية والفردية في الجزائر.
- دراسة الفروق الفردية للطاقة النفسية او السلوك التنافسي بناء عالى عوامل أخرى كالخبرة، العمر، الجنس.
- دراسة دور الاستراتيجيات التنظيمية الفعالة (مثل التدريب والدعم المهني) في تعزيز الطاقة النفسية والسلوك التنافسي.
- دراسة تاثير العوامل البيئية (مثل البيئة المادية والمناخ التنظيمي) على الطاقة النفسية والسلوك التنافسي.