

الذات المهارية وعلاقتها بالسمات الدافعية ومستوى الاداء المهارى لطالبات تخصص تدريب التمرينات الايقاعية

أ.م.د/ بسمة شريف حيدر

المقدمة :

أن القدرة على معرفة الذات ووضعها فى الموضوع اللائق من نعم الله على الفرد اذ ان عدم معرفة الفرد لقدراته يجعله يقيم ذاته تقيما خاطئا فأما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها وأما أن يعطيها أقل مما تستحق فيقلل من قيمتها وبالتالي يتكون لدى الفرد الشعور بالنقص ويشك فى قدراته مما يؤدى الى بذل قليل من الجهد فى أنشطته اليومية.

ويعتبر مفهوم الذات بالاضافة الى تقدير الذات من عناصر الشخصية المثيرة للاهتمام والتي لها تأثير فى الطريقة التى من خلالها نشارك وتعلم ونمارس الانشطة الرياضية (١٦ : ٢٣٨)

يشير "مصطفى باهى، سمير جاد (٢٠٠٤)، عبد الواحد وآخرون" (٢٠٠٧) إلى ان الذات هي الشعور والوعى بكيان الفرد وأنها تنمو وتتطور نتيجة للنضج والتعلم، الخبرات التى يمر بها الفرد والتفاعل مع البيئة المحيطة به، وأن تقدير الذات هو مدى تقبل الفرد لنفسه لما فيها من ايجابيات وسلبيات وهو يتضمن تقييم شامل لكل جوانبها الشخصية والاجتماعية والتربوية والمهنية (١٦ : ٢٣٩) (٤)

يوضح "كمال عارف وآخرون (٢٠٠١)، غادة خصاونة" (٢٠١١) أن فكرة الفرد عن ذاته تعتمد فى تكوينها وتشكيلها على البناء البيولوجى الخاص بالفرد ولكنها عرضة للتعديل نتيجة للظروف البيئية و الاجتماعية التى قد تحيط به، مفهوم الذات يتطور لدى الشخص من خلال الخبرات والمواقف التى يمر بها الفرد أثناء محاولته التكيف مع البيئة المحيطة به حيث أنه كلما زادت

معرفة الفرد لحدود قدراته زادت فعاليتها فى التعامل مع مواقف الحياة المختلفة
(١٨) (١٣)

يشير "عبد الحكيم رزق (٢٠١٥) وستيوارت Stuart" (٢٠٠٨) إلى أن الاحساس بقيمة الذات يجب أن يعتمد على التقييم فى ضوء الجهد الذى يبذل من اجل تحقيق الاهداف الخاصة بالرياضى وليس فى ضوء أداء الاخرين كما يجب التركيز على أهداف الاداء الخاصة لكل رياضى وليس نتائج المكسب والخسارة (١١ : ١٨٧) (٢٣ : ١٨١)

ويتفق كل من "الكاشف (٢٠٠٤)، مصطفى باهى، سمير جاد" (٢٠٠٦) إلى أن مواجهة خبرات نجاح واحداث سارة بالاضافة الى الاتجاهات الايجابية يؤدى الى مفهوم ذات ايجابي وتقدير ذات عالى أما الشعور بالاحباط وعدم الكفاءة والاتجاهات السلبية يؤدى الى مفهوم ذات سلبي وتقدير ذات منخفض. (٢ : ٣٢٢) (١٦ : ٢٤٠)

يشير "أسامة راتب، ابراهيم خليفة" (٢٠٠٥) الى أن المربى الرياضى له دورا هاما فى أن تكون الممارسة الرياضية مصدرا لقيمة الذات وذلك من خلال توفير خبرات النجاح أثناء ممارسة النشاط الرياضى، الاطلاع على مؤشرات تقدم القدرات البدنية والمهارية بالاضافة الى استخدام أسلوب التشجيع والثناء (٣ : ١٥٠)

يشير كل من "أسامة راتب، إبراهيم خليفة (١٩٩٩)، عبد الحكيم رزق، أحمد عبده" (٢٠١٥) إلى أن الدافعية من الموضوعات الهامة فى مجال علم النفس الرياضى التى توضح مدى استعداد المتعلم لبذل الجهد من اجل أن يصل الى هدف معين كما أنها تساعد المربى الرياضى فى التعرف على مدى استعداد المتعلم للمشاركة الايجابية فى درس التربية الرياضية والنشاط الرياضى للدرس بانواعه المختلفة (٣ : ١٣٧) (١١ : ١٣٨)

وتتمثل وظيفة الدوافع فى انها تعمل على تزويد السلوك بالطاقة واثارة النشاط فتتعاون المثيرات والحوافز الخارجية مع الدوافع الداخلية على استثارة وتحريك السلوك وتوجيهه نحو الهدف، اختيار النشاط وتحديد الدوافع والحوافز تجعل الفرد يستجيب لموضوعات ومواقف معينة ويهمل غيرها وتحدد الطريقة والاسلوب للاستجابة، وتوجيه السلوك بالطاقة التى يطلقها الدافع لا تكفى بل تتطلب تحريك السلوك باتجاه اهداف محددة وواضحة. (١٦٩:٧) (١٣٩:٣) (١٧:١٩)

وأوضح كل من "أحمد أمين فوزى، بثينة محمد كامل" (٢٠١٤) أن سلوك الشخصية الرياضية فى التدريب، المنافسات أو أثناء الترويح الرياضى لا يصدر من دافع واحد ولكن ينتج من مجموعة من السمات الدافعية التى تكون نابعة من حاجات، ميول واتجاهات الفرد التى تعد من السمات النفسية الاساسية للممارسة الرياضية. (١٥٠:١)

مشكلة البحث :

من خلال عمل الباحثة وخبرتها الميدانية فى التدريس لطالبات الكلية من الفرق المختلفة لاحظت الباحثة انخفاض تقدير الذات المهارية للطالبات مما يؤثر بالسلب على مستوى الاداء المهارى. ويتطلب الوصول لمستوى أداء أفضل فهم الطالبة الايجابى لذاتها و تقديرها لنقاط قوتها واستثمارها وتحسينها. ولما كانت السمات الدافعية مثل (الحاجة للانجاز - الثقة بالنفس-التصميم- ضبط النفس- التدريبية) التى تتمتع بها الطالبة تساهم فى وصولها لمستوى أفضل لذا فكرت الباحثة فى ايجاد العلاقة بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية ومستوى الاداء للطالبات كمحاولة منها للوصول بالطالبات الى أعلى مستوى ممكن.

هدف البحث:

١- التعرف على العلاقة بين تقدير الذات المهارية ومستوى الاداء المهارى لطالبات تخصص تدريب التمرينات الايقاعية.

٢- التعرف على العلاقة بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية لطالبات تخصص تدريب التمرينات الايقاعية.

فروض البحث:

١- يوجد ارتباط دال احصائيا بين تقدير الذات المهارية ومستوى الاداء المهارى للعينة قيد البحث.

٢- يوجد ارتباط دال احصائيا بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية للعينة قيد البحث.

اجراءات البحث :

المنهج :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

يشتمل مجتمع البحث طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعه حلوان للعام الجامعى (٢٠١٥-٢٠١٦) البالغ عددهم (١٥٢) وتم تطبيق نظام التخصص عليهن.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث عمديا من طالبات تخصص تدريب التمرينات الايقاعية فى الفصل الدراسى الاول للعام الدراسى ٢٠١٥-٢٠١٦ وعددهن (٨) طالبات فقد اكتسبن العديد من صعوبات حركات الجسم وأصبحوا أكثر قدرة على العمل بالأدوات وحققوا أعلى المستويات الفنية والمهارية مما قد يؤهلهم الى الحكم بفعالية على المستوى المهارى بالاضافة الى الخبرات التى اكتسبوها من دراستهم لمادة التمرينات الايقاعية فى السنوات الدراسية السابقة مما قد يؤثر ايجابيا على سماتهم الدافعية التى بالتالى تؤثر على مستواهم المهارى.

جدول (١)
المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل الالتواء لكل من السن
والطول والوزن لعينة البحث (ن=٨)

م	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	٢٠.٨٨	٠.٧٨١	٠.٢١٩
٢	الطول	١٦٥.٢٤	٤.٣٢٣	٠.٠٩٢
٣	الوزن	٧١.٩٤	٩.٣٧٠	- ١.٢٤٨

يوضح جدول (١) أن معامل الالتواء لعينة البحث قد ترواح بين (+٣)

أدوات البحث :

- ١- مقياس تقدير الذات المهارية (من تصميم الباحثة) مرفق (١)
 - ٢- مقياس السمات الدافعية للرياضيين (تصميم محمد حسن علاوى) (١٤)
- مرفق (٢)

٣- مستوى الاداء المهارى :

تم تقييم مستوى الاداء المهارى بواسطة استمارة التقييم المعتمدة من وحدة القياس والتقويم بكلية التربية الرياضية ومن خلال لجنة مكونة من (٨) أساتذة بقسم تدريب التمرينات الايقاعية وذلك فى الامتحان التطبيقى لطالبات التخصص. (مرفق ٣)

الدراسة الاستطلاعية

تم اجراء الدراسة الاستطلاعية لكل من مقياس تقدير الذات المهارية ومقياس السمات الدافعية على عينة من طالبات الفرقة الرابعة شعبة تعليم وعددهن (١٠) طالبة وذلك فى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠/١٠/٢٠١٥.

- مقياس تقدير الذات المهارية

استخدمت الباحثة مقياس لتقدير الذات المهارية من تصميم الباحثة على

أساس محورين :

*محور صعوبات الجسم.

*محور الاداء الفنى.

وذلك حتى يتسنى للباحثة تقييم الذات المهارية لدى طالبات التخصص،بالاضافة لحساب صدق وثبات المقياس والقدرة على تحليل النتائج. تضمن المحور الاول عدد (٤٩) عبارة منها (٤١) عبارة ايجابية و(٨) عبارة سلبية واشتمل المحور الثانى على عدد (٢٢) عبارة منها (١٧) عبارة ايجابية و(٥) عبارة سلبيةو بذلك أصبح المقياس يتكون من (٧١) عبارة (٥٨) عبارة ايجابية و(١٣) عبارة سلبية.

وقد استخدمت الباحثة ميزان تقدير خماسي لتبدى الطالبة رأيها وفقا له وهو (أبدا- نادرا- أحيانا- غالبا- دائما) وذلك لكل عبارة من عبارات المقياس وتحتيب درجات العبارات الايجابية (١-٢-٣-٤-٥) كما تحتسب العبارات السلبية (٥-٤-٣-٢-١)

حساب المعاملات العلمية للمقياس :

صدق الاتساق الداخلى :

استخدمت الباحثة صدق الاتساق الداخلى للتحقق من صدق المقياس وذلك عن طريق ايجاد الارتباط بين درجة كل عبارة و الدرجة الكلية للمحور والمجموع الكلى للمقياس.

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات المهارية (ن = ١٠)

معامل الارتباط	المحاور	م
**٠.٩٧٦	صعوبات حركات الجسم	١
**٠.٩٥٢	الاداء الفنى	٢

(**) دالة عند مستوى ٠.٠١

(*) دالة عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يشير الى اتساق هذه المحاور وبالتالي يدل على صدقها.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات المهارية (ن=١٠)

محور الأداء الفني		م	محور صعوبات حركات الجسم								م
العبارة مع الدرجة الكلية	العبارة مع المحور		العبارة مع الدرجة الكلية	العبارة مع المحور	م	العبارة مع الدرجة الكلية	العبارة مع المحور	م	العبارة مع الدرجة الكلية	العبارة مع المحور	
٠.٨٥٥	٠.٩١٣	١	٠.٩٢٤	٠.٩٢٤	٤٣	٠.٨٨٣	٠.٨٩٤	٢٢	٠.٨٠٠	٠.٨٢٦	١
٠.٨٠٠	٠.٨٥٤	٢	٠.٩٠٧	٠.٩٠٧	٤٤	٠.٨٥٥	٠.٨٦٦	٢٣	٠.٦٩٨	٠.٧٢١	٢
٠.٨٠٠	٠.٨٥٤	٣	٠.٨٠٠	٠.٨١٠	٤٥	٠.٨٠٠	٠.٨١٠	٢٤	٠.٨٠٠	٠.٨١٠	٣
٠.٨٠٠	٠.٨٥٤	٤	٠.٩٢٤	٠.٩٢٧	٤٦	٠.٩٢٤	٠.٩٣٥	٢٥	٠.٨٥٥	٠.٨٦٦	٤
٠.٦٩٨	٠.٧٤٥	٥	٠.٦٩٨	٠.٧٢١	٤٧	٠.٨٠٠	٠.٨٠٨	٢٦	٠.٦٩٨	٠.٧٢١	٥
٠.٨٠٠	٠.٨٥٤	٦	٠.٨٠٠	٠.٨٠٣	٤٨	٠.٩٢٤	٠.٩٣٥	٢٧	٠.٩٤٢	٠.٩٥٣	٦
٠.٧٠٣	٠.٧٢٥	٧	٠.٨٠٠	٠.٨٠٣	٤٩	٠.٩٣٧	٠.٩٤٠	٢٨	٠.٩٢٤	٠.٩٢٧	٧
٠.٨٨٣	٠.٩١١	٨				٠.٨٥٥	٠.٧٨٧	٢٩	٠.٨٥٥	٠.٩٥٣	٨
٠.٨٧٧	٠.٨٠٨	٩				٠.٩٢٤	٠.٩٢٧	٣٠	٠.٩٣٧	٠.٩٦٧	٩
٠.٨٠٠	٠.٨٢٦	١٠				٠.٨٠٠	٠.٨٠٣	٣١	٠.٦٩٨	٠.٧٢١	١٠
٠.٨٠٠	٠.٨٢٦	١١				٠.٩٤٢	٠.٩٥٣	٣٢	٠.٨١٢	٠.٨٣٧	١١
٠.٧٠٣	٠.٧٠٨	١٢				٠.٨٥٥	٠.٨٥٨	٣٣	٠.٨٠٠	٠.٨٢٦	١٢
٠.٨٨٣	٠.٨٦٦	١٣				٠.٨٠٠	٠.٨٠٣	٣٤	٠.٩٢٤	٠.٩٥٣	١٣
٠.٩٣٧	٠.٨٩٨	١٤				٠.٧٢١	٠.٧٣٦	٣٥	٠.٧٢١	٠.٧٣٦	١٤
٠.٩٢٤	٠.٨٣٣	١٥				٠.٩٢٤	٠.٩٢٤	٣٦	٠.٨٠٠	٠.٨٢٦	١٥
٠.٩٤٧	٠.٨٤٩	١٦				٠.٨٧٧	٠.٨٧٧	٣٧	٠.٨٦٣	٠.٨٩٠	١٦
٠.٩٤٧	٠.٨٧٩	١٧				٠.٩٢٤	٠.٩٢٤	٣٨	٠.٩٢٤	٠.٩٣٥	١٧
٠.٩٢٤	٠.٧٧٣	١٨				٠.٨٠٠	٠.٨٠٠	٣٩	٠.٨٥٥	٠.٨٦٦	١٨
٠.٨٧٣	٠.٨٩٤	١٩				٠.٩٢٤	٠.٩٢٤	٤٠	٠.٩٢٤	٠.٩٣٥	١٩
٠.٨٨٣	٠.٧٧٥	٢٠				٠.٨٨٣	٠.٨٣٣	٤١	٠.٦٩٨	٠.٧٢١	٢٠
٠.٩٤٧	٠.٩٥٠	٢١				٠.٨٥٥	٠.٨٥٥	٤٢	٠.٩٢٤	٠.٩٣٥	٢١

يتضح من جدول (٣) ان قيم معاملات الارتباط بين عبارات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠٥) للعبارات (٢،٥،١٠،١٤،٢٠،٣٥،٤٧) ودالة عند مستوى (٠.٠١) لباقي العبارات.

كما يتضح أن قيم معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثانى والدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) للعبارات (١٢,٧,٥) وجاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) لباقي العبارات مع المحاور والدرجة الكلية للمقياس وبالتالي يدل على صدق المقياس.

حساب معامل الثبات :

تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة الفاكرونباخ للتحقق من ثبات مقياس تقدير الذات المهارية

جدول (٤)

قيم معاملات الفا كرونباخ لحساب ثبات محاور مقياس تقدير الذات المهارية
(ن=١٠)

م	محاور الاستبيان	معامل الارتباط بين الجزئين	معامل جتمان	معامل الفا للجزء الاول	معامل الفا للجزء الثانى
١	صعوبات حركات الجسم	**٠.٨٦٨	**٠.٩٢٢	**٠.٩٥٥	**٠.٩٧٠
٢	الاداء الفنى	**٠.٩٧٢	**٠.٩٨١	**٠.٩٧٠	**٠.٩٤٣

(*) دال عند مستوى ٠.٠٥ (** دال عند مستوى ٠.٠١)
يوضح جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين محورى صعوبات حركات الجسم، الاداء الفنى جاءت على التوالى (**٠.٨٦٨-**٠.٩٧٢) و أن معامل الفا للجزء الاول (**٠.٩٥٥-**٠.٩٧٠) ومعامل الفا للجزء الثانى (**٠.٩٧٠-**٠.٩٤٣) كما أن معامل جتمان (**٠.٩٢٢-**٠.٩٨١) وانها جميعا دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١) وهى قيم تشير الى ثبات مقياس تقدير الذات المهارية وصالح للتطبيق.

٢- مقياس السمات الدافعية للرياضيين: (اعداد محمد حسن علاوي)

يتكون من (٥) أبعاد هم (الحاجة للانجاز- الثقة بالنفس- التصميم- ضبط النفس- التدريبية، يشتمل على (٤٠) عبارة كل بعد يتم قياسه ب (٨)

عبارات، يتم حساب المقياس وفقا لميزان ثلاثى (نعم- غير متأكد- لا) يتم جمع درجات كل بعد على حدة اذ أن المقياس ليس له درجة كلية و الدرجة العالية تشير الى تميز اللاعب بالسمة التى يقيسها
*حساب صدق المقياس :

تم حساب صدق التمايز عن طريق ايجاد دلالة الفروق بين الربيع الاعلى والادنى لدرجات المقياس باستخدام اختبار ت.

جدول (٥)

صدق التمايز لمقياس السمات الدافعية (ن=١ ن=٢=١٠)

قيمة ت	الربيع الادنى		الربيع الاعلى		الابعاد
	ع	م	ع	م	
*٦.٧٠٨	٠.٧٠٧	٢٢.٥	١.٤١٤	١٥	الحاجة للانجاز
*٥.٨١٤	١.٤١١	٢٣	٠.٧٠٧	١٦.٥	الثقة بالنفس
*٥.٠٦٠	٠.٧٠٧	٢٣.٥	٢.١٢١	١٥.٥	التصميم
**١٢.٧٢٨	٠.٧٠٧	٢١.٥	٠.٧٠٧	١٢.٥	ضبط النفس
**٧.٦٠٣	١.٤١٤	٢٢	٠.٧٠٧	١٣.٥	التدريبية

**مستوى الدلالة عند (٠.٠١) * مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين المميزة والغير مميزة فى كلا من (ضبط النفس- التدريبية) عند مستوى دلالة (٠.٠١) كما توجد فروق دالة احصائيا فى كل من (الحاجة للانجاز-الثقة بالنفس- التصميم) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل على صدق المقياس
*حساب ثبات مقياس السمات الدافعية

تم حساب ثبات المقياس بطريقة تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه بعد (١٠) أيام من التطبيق الاوول

جدول (٦) معامل الثبات بطريقة (Test –Retest) لمقياس السمات الدافعية (ن = ١٠)

معاملان الارتباط	القياس الثانى		القياس الاول		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
**٠.٩٩٧	٤.٠٢٧	١٨.٧٥	٣.٨٨٩	١٨.٦٢٥	الحاجة للانجاز
**٠.٩٨٧	٢.٧٢٣	١٩.٣٧٥	٢.٥٣٢	١٩.١٢٥	الثقة بالنفس
**٠.٩٨٤	٢.١٩٩	٢٠.٣٧٥	٢.٤١٦	٢٠.١٢٥	التصميم
**٠.٩٩٣	٢.٧٢٥	١٦	٣.١١٤	١٦.٣٧٥	ضبط النفس
**٠.٩٤٠	٢.٠٧	١٨.٣٧٥	١.٨٨٥	١٩.١٢٥	التدريبية

*مستوى الدلالة عند (٠.٠١) *مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط دا احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) فى جميع سمات الدافعية مما يدل على ثبات المقياس.

تطبيق البحث :

تم تطبيق المقاييس المستخدمة فى يوم الثلاثاء ١٢/١/٢٠١٥ على طالبات تخصص تدريب التمرينات الايقاعية وعددهن (٨) طالبات
*عرض النتائج :

جدول (٧) معاملات الارتباط بين كل من تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية ومستوى الاداء المهارى (ن = ٨)

مستوى الاداء	التدريبية	ضبط النفس	التصميم	الثقة بالنفس	الحاجة للانجاز	تقدير الذات المهارية	المتغيرات
**٠.٩٨٢	**٠.٩٧٠	**٠.٩٠٣	**٠.٩٣٤	**٠.٨٤٣	*٠.٨٠٧		تقدير الذات المهارية
**٠.٨٩٦	**٠.٨٥١	**٠.٩٣٨	**٠.٩٠٩	**٠.٩٠٩			الحاجة للانجاز
**٠.٨٩٦	**٠.٨٨٨	*٠.٨٢٧	**٠.٩٣٩				الثقة بالنفس
**٠.٩٧٠	**٠.٩٥٧	**٠.٩٢٠					التصميم
**٠.٩٥٧	**٠.٨٩٣						ضبط النفس
**٠.٩٦٣							التدريبية
							مستوى الاداء

**مستوى الدلالة عند (٠.٠١) * مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباطا دالا احصائيا بين كل من (تقدير الذات المهارية- السمات الدافعية) ومستوى الاداء المهارى عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما يوجد ارتباط دالا احصائيا بين تقدير الذات المهارية وكل من (الثقة بالنفس- التصميم- ضبط النفس، التدريبية ومستوى الاداء المهارى) عند مستوى دلالة (٠.٠١) بينما يوجد ارتباطا دالا احصائيا بين تقدير الذات المهارية و الحاجة للانجاز عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

مناقشة النتائج :

يوضح جدول (٧) ارتباط دال احصائيا بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية متمثلة فى (الثقة بالنفس، التصميم، ضبط النفس، والتدريبية) عند مستوى دلالة (٠.٠١) حيث ان سمة التدريبية حققت أعلى ارتباط (٠.٩٧٠) يليها التصميم (٠.٩٣٤) ثم ضبط النفس (٠.٩٠٣) واخيرا الثقة بالنفس (٠.٨٣٤) بينما يوجد ارتباط دال احصائيا بين تقدير الذات المهارية والحاجة للانجاز عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بقيم (٠.٨٠٧).

كما ان مفهوم الذات يتأثر بعوامل البيئة الخارجية المحيطة بالفرد وكذلك الداخلية مثل نظرته لنفسه من خلال قدراته الجسمية والبدنية وسماته الشخصية (٢٢٦٠:١٣)

ويشير "مصطفى باهى، سمير جاد" (٢٠٠٦) أن المستويات المختلفة لتقدير الذات تؤدي الى ظهور بروفيلات شخصية مختلفة فالناس ذوو تقدير ذات مرتفع يميلون الى التفاؤل والمرونة وحب المغامرة والرغبة فى التحدى، أما اصحاب تقدير ذات منخفض تكون ثقتهم بالنفس منخفضة ولديهم حساسية من انتقاد الاخرين (٢٤٠: ١٦)

يشير كل من "كولتر (٢٠١٠)، سعدى، آخرون (٢٠٠٥)، علاوى" (١٩٩٨) إلى ان الرياضى الذى لديه مفهوم ايجابي عن ذاته يتسم بالثقة فى نفسه وفى قدراته ومهاراته. (٢٠) (٨) (١٥ : ١٣٣)

أوضح "ظاهر، عبد الكريم (٢٠٠١)، منى عبد الحليم" (٢٠٠٠) ان مفهوم الذات يتطور لدى الشخص من خلال الخبرات والمواقف التى يمر بها الفرد أثناء محاولته للتكيف مع البيئة المحيطة به حيث انه كلما زادت معلافة الفرد بحدود قدراته زادت فعاليته فى التعامل مع مواقف الحياة المختلفة (٤) (١٧)

توقع الرياضى لنتائج ادائه يعتبر محددًا هاما لسلوكه فالدافع يقوى وينشط ويتضح أثناء التدريب أو فى المنافسة عندما تزداد درجة الثقة لديه أن التدريب يمثل عاملا هاما يساعده فى الوصول للهدف، كما أن الانجاز يعتمد على تطوير الاستعدادات والقدرة على اظهارها فى الوقت المناسب (١١): (١٤٠)

من الأهمية امتلاك الصفات البدنية والجسمية المؤهلة لمتطلبات النشاط الرياضية بالاضافة الى تحقيق النضج النفسى للاقبال على ممارسة النشاط الرياضى وتحمل العبء البدنى والنفسى الناتج عن عملية التدريب والمنافسة (١١)

ومما سبق نجد انه تم تحقيق الفرض الاول والذى ينص على: يوجد ارتباط دال احصائيا بين تقدير الذات المهارية ومستوى الاداء المهارى للعينة قيد البحث.

كما ترجع الباحثة الارتباط الدال بين السمات الدافعية ومستوى الاداء المهارى الى أن طالبات الفرقة الرابعية صبح لديهن دراية بقدراتهم ونقاط ضعفهم سواء كانت جسمية أو عقلية، مما قد يسهم فى ارتفاع قيمة الذات لديهم بالاضافة الى تمتعهم بقدر من الادراك مما يسهم فى ابراز الذات

الادراكية مشيرة الى مدى تحمل المسؤولية والطموح المهني، بالإضافة الى توافر الخبرة لدى طالبات التخصص كما انهم يواجهوا خلال سنوات دراستهم العديد من الخبرات والمواقف مما يعمل على التأثير على السمات الدافعية لديهم وهذا كله يؤدي الى تحسين وتطوير مستوى الاداء الفنى لدى طالبات التخصص.

فالتصور الجيد للذات يجعل الفرد أكثر ثقة فى تعامله مع الاخرين وفى أدائه ويؤثر فى مدى نجاحه وهذا يظهر بوضوح فى الثقة بالنفس التى تظهر لدى الطالبات فى نتائج تقييمهم لتصور انفسهن أو مفهومهن عن ذاتهن. والشعور بقيمة الذات من أهم العوامل التى تدفع الفرد الى ان ينمو ويتجسّن ويعبر عن نفسه وتزداد قدرته على الانتاج والابتكار بالإضافة الى أن ما يتوافر لدى الفرد من قدرات و استعدادات يؤدي الى تقبل الفرد لذاته ويزيد من نشاطه فى العمل والانجاز (٢: ٣٢٦).

ويشير "أسامة راتب، ابراهيم خليفة" (٢٠٠٥) الى تعدد الخبرات التدريبية والتنافسية فى مجال النشاط الرياضى فيتم تفسير الفوز على انه نجاح والخسارة تعني الفشل لذلك النجاح فى تحقيق المهام والواجبات وأداء المهارات المطلوبة يدعم الشعور بالقيمة والكفاية ويزداد الاقبال على الممارسة الرياضية مما يسهم فى ارتفاع مستوى الاداء (٣: ١٤٩)

وتعتبر عملية بناء وتنمية الدافعية لدى اللاعب الرياضى من بين أهم العوامل التى تسهم فى الارتقاء بمستواه الرياضى و تساعده على تحمل شدة الاحمال البدنية خلال عمليات التدريب الرياضى و كذلك تساعد على الاستمرارية فى التدريب طوال العام دون ملل أو كلل كما تسهم فى المحاولات الجادة لتحقيق اهداف النجاح والفوز وتحقيق اعلى المستويات. (١٥: ١٣٥)

وأوضحت دراسة كلا من "عبد الحفيظ اسماعيل (٢٠٠١)، شريف محمد أحمد" (٢٠٠١) وجود علاقة دالة موجبة بين تقدير الذات المهارية وكل من

السمات الدافعية (الدافع- التصميم- الثقة بالنفس -الضبط الانفعالي- القابلية للتدريب) (١٠) (٨)

كما أظهرت دراسة "سالييتسكي Salitsky" (٢٠٠٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات السمات الدافعية ونحسن نتيجة المنافسة. (٢١)

كما اشار "ايهاب شحاتة" (٢٠٠٩) الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين متغيرات السمات الدافعية ومستوى الانجاز الرياضى لدى الفرق المتقدمة والاخيرة. (٥)

كما يري "سنجر Singer" (٢٠٠٠) الدافعية من العوامل التى يتأثر بها الاداء الرياضى ويستمرتاثيرها قبل وأثناء أداء المهارة يمتد عند أداء المهارات أثناء المنافسة. (٢٢)

مما سبق نجد انه تم تحقيق الفرض الثانى والذى ينص على: "يوجد

ارتباط دال احصائياً بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية"

الاستنتاجات :

١- وجود ارتباط دال احصائياً بين تقدير الذات المهارية والسمات الدافعية بمحاورها المختلفة حيث بلغ الارتباط فى محور الحاجة للانجاز (٠.٨٠٧)، والثقة بالنفس (٠.٨٤٣)، التصميم (٠.٩٣٤)، ضبط النفس (٠.٩٠٣) والتدريبية (٠.٩٧٠).

٢- وجود ارتباط دال بين كل من تقدير الذات المهارية و مستوى الاداء المهارى و بلغ معامل الارتباط (٠.٩٨٢)

التوصيات :

١- الاعتماد على المقاييس النفسية كأحد الجوانب الهامة عند وضع أو تطوير المنهج التطبيقي لطالبات التخصص بشكل دوري.

- ٢- اجراء مزيد من البحوث العلمية عن علاقة تقدير الذات المهارية وبعض الانماط المزاجية، الجوانب الانفعالية.
- ٣- التعرف على أفضل الطرق والاجراءات التي تعمل على استثارة السمات الدافعية الى المستوى الامثل وبالتالي الاستفادة منها لتحسين وتطوير الاداء الفنى.
- ٤- الربط بين الحالة التدريبية والمزاجية والقدرات العقلية والسمات الدافعية لتحقيق اعلى مستوى اداء فنى.
- ٥- الربط بين المتغيرات البيئية الرياضية واثرها على مستوى الاداء فى المنافسات الرياضية.
- ٦- العلاقة بين تقدير الذات المهارية و السمات الدافعية والفروق بينهما فى الالعب الفردية والجماعية.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية

- ١- أحمد امين فوزى، بثينة محمد فاضل: الشخصية الرياضية (أبعادها وملامحها الشخصية)، دار الوفاء لنديا الطباعة، ٢٠١٤.
- ٢- أحمد كاشف: "تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الاكاديمي"، مجلة دراسات الجامعة الاردنية، مؤتمر الرياضة نموذج للحياة المعاصرة ٣٢١-٣٢٩، ٢٠٠٤.
- ٣- أسامة كامل راتب، ابراهيم عبد ربه خليفة: النمو والدافعية، دار الفكر العربى، ٢٠٠٥.
- ٤- أميرة عبد الواحد واخرون: " تقدير الذات وأثره على مستوى أداء بعض المهارات الحركية فى الجمناستيك"، علوم الرياضة،

ع ١، موقع كلية التربية الرياضية الالكترونى بغداد،
٢٠٠٧.

٥- ايهاب محمد عبد الفتاح شحاتة: "السمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الانجاز الرياضى للاعبى الكرة الطائرة"، مجلة علوم وفنون الرياضة، مجلد ٢٠٠٤، ٢٤م.

٦- بسمة شريف حيدر: "بناء مقياس لتقدير الذات المهارية للاعبات الجمباز الايقاعى"، مجلة علم النفس المعاصر، المجلد ١٩، ٢٠٠٨
٧- سامى محمد ملحم: سيكولوجية التعلم والتعليم، الاسس النظرية والتطبيقية دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط ٢، ٢٠٠١.

٨- شريف محمد أحمد: "السمات الدافعية وعلاقتها بادراك الجهد والانجاز الرقمى لاختبار كوبر، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين بالقاهرة، ٢٠٠١م.

٩- عامر السعدى وآخرون: "دراسة مستوى تقدير الذات البدنية والمهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، مجلد ٤، العدد ١، موقع كلية التربية الرياضية الالكترونى، بغداد، ٢٠٠٥.

١٠- عبد الحفيظ اسماعيل أحمد: السمات الدافعية وعلاقتها بتقدير الذات المهارية لدى الملاكمين، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، ع ٣٨ يوليو ٢٠٠١.

١١- عبد الحكيم رزق عبد الحكيم، أحمد عبده حسن: المحددات النفسية والجوانب العقلية لانتقاء الناشئين فى المجال الرياضى، دار الوفاء لدنيا النشر، ٢٠١٥.

١٢- عبد العزيز عبد المجيد محمد: سيكولوجية مواجهة الضغوط فى المجال الرياضى، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٥.

١٣- **غادة خصاونة:** "دراسة مستوى تقدير الذات لدى الطلبة المسجلين لمساق الجمناز فى كلية التربية الرياضية" سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد ٢٧، العدد ٣، جامعة اليرموك، ٢٠١١.

١٤- **محمد حسن علاوى:** موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨.

١٥- **محمد حسن علاوى:** سيكولوجية القيادة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨.

١٦- **مصطفى باهى، سمير جاد:** سيكولوجية الاداء الرياضى، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠٠٦.

١٧- **منى عبد الحليم:** "الصفحة النفسية لادراك أهمية الذات البدنية وعلاقتها بمستوى الاداء فى الجمناز الايقاعى لدى طالبات كلية التربية الرياضية بالاسكندرية" مجلة علوم الرياضة والتربية الرياضية، جامعة المنيا، ٢٠٠٠.

١٨- **كمال عارف واخرون:** "مقارنة تقدير الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة مجلة التربية الرياضية، مجلد ١٠، العدد ٤، موقع كلية التربية الرياضية الالكترونى، ٢٠٠١.

ثانياً: المراجع الأجنبية

19- **David Tod, Joanne Hatcher:** Sport Psychology, printed in Great Britain Macmillan pub, 2010

20- **Fred Coalter & Tania William :**The Social Benefits Of Sports, Scotland Research Report no 98 ,vol 1, 2010.

- 21- Salitsky:** "Effect of time- out on psychological momentum in inter collegiate women's volley ball" ,unv of Oregon, Newyork, 2003.
- 22- Singer,R.S:** "The socio-psychological determination of individual performance in volley ball ,Journal of sport & exercise psychology England, 2000.
- 23- Stuart G.H & Nanette Mutrie:** Psychology of physical Activity ,2nd ed ,byRouttedge,2008