

الأنفعال الرياضي وعلاقته بدقة التهديد من علامة الجزاء بكرة القدم

م.م. علي عباس فاضل Ali23aldulimy@gmail.com

الكلمات المفتاحية : الانفعال , دقة التهديد

Key word: Passion, scoring accuracy

تاريخ استلام البحث : 2020/6/5

ملخص البحث

هدفت الدراسة الى التعرف على الانفعال وعلاقته بدقة التهديد من علامة الجزاء لطلبة المرحلة الرابعة وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة مشكلة البحث التي تعني الربط بين المتغيرات مع بعضها وتحديد العوامل المشتركة وهي تهدف بصفة عامة من خلال الارتباط الى تحليل الاسباب وقد اشتمل البحث مجتمع البحث على طلاب المرحلة الرابعة والبالغ عددهم (35) و (15) طالب للتجربة الاستطلاعية وبعد اتمام التجربة جاءت الاستنتاجات ان الطلاب الذين يتمتعون بضبط سرعة الانفعال لجمع القدرة على اداء مهارة التهديد بشكل افضل .واهم التوصيات: ضرورة العناية بالجوانب النفسية ومنها سرعة الانفعال الرياضي واثره في اداء المهارات الاساسية في كرة القدم .

Athletic emotion and its relationship to the scoring accuracy of the penalty mark football

Ali Abbas Fadhil

Research

The study aimed to identify the emotion and its relationship to the scoring accuracy from the penalty mark for the fourth stage students. The researcher used the descriptive approach in a way of appropriate correlative relations to the nature of the research problem, which means linking the variables with each other and identifying common factors, and it aims in general through the link to analyze the causes . The research included the research

community for the fourth stage students (35) and (15) students for the survey experience, and after completing the experiment, the conclusions rounded off that the students enjoy controlling the emotional speed to collect the ability to perform the scoring skill better. The conclusions asserts the necessity of caring for the psychological aspects and the sport emotion and its role in performing the basic skills in football.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

ترتقي الأمم والشعوب ويتعاضم دورها التاريخي في بناء الحضارة الإنسانية بمقدار مستوى التفكير الذي يعمل فيه أفرادها بوصفه أساس التقدم البشري وأذا كان الاعداد البدني يجري التدريب عليه من خلال التحكم في أحمال التدريب من حيث درجة الجهد المبذول ومقدار الراحة المناسبة ومعرفة تأثير ذلك على أجهزة الجسم المختلفة للاعب . فإن الاعداد العقلي يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب في السيطرة على افكاره ؛ أي تركيز الانتباه ، والتحكم بالانفعالات ، وعدم التوتر أو الخوف الزائد عند المنافسة . وتتطلب طبيعة المستويات الرياضية العالية من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطئية والعقلية بصورة متكاملة وذلك لمحاولة احراز افضل مستوى ممكن .

ويعد علم النفس الرياضي جانبا مهما في حياة الرياضي ومما تتعرض له من متغيرات نفسية تؤثر في مستواه .

ويعرف الانفعال على انه حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية تعبر غالبا عن نوع الانفعال. كما تعرف بانها اضطراب جاد ويشمل الفرد كله ويؤثر في سلوكه وخبرته الشعورية ووظيفته الحيوية وهو ينشأ في الاصل عن مصدر نفسي. و تعد مهارة التهديف في كرة القدم من المهارات المهمة التي تحتاج الى تركيز عالي وخاصة عند أداء ركلة الجزاء نتيجة المباراة وهو هدف كل مدرب او فريق. إذ ان لاعب كرة القدم يتطلب منه دقة عالية في اداء مهارة التهديف وخاصة في ركلات الجزاء لان "الدقة متغير مهم في مجال التعلم الحركي والسلوك الحركي لان الكثير من المهارات الحركية تتطلب تنفيذ حركي بأقل اخطاء ممكنة" ومن هنا تكمن اهمية هذا البحث في معرفة العلاقة بين سرعة الانفعال ودقة التهديف في ركلات الجزاء.

2-1 مشكلة البحث

تعد عملية التهديف من علامة الجزاء الوسيلة الاساسية في احراز الاهداف. إذ ان عملية تنفيذ ركلات الجزاء يحتاج الى دقة عالية و كذلك مراعاة الجوانب الاخرى التي تؤثر بشكل مباشر في عملية تنفيذ ركلات الجزاء.

ومن خلال خبرة الباحث الميدانية واطلاعه على الكتب والمصادر في هذا المجال .
اراد دراسة مشكلة الانفعال ودراسة علاقته بدقة التهديد من خلال ركلات الجزاء

3-1 اهداف البحث

يهدف البحث الى :-
ايجاد العلاقة بين الانفعال ودقة التصويب من علامة الجزاء .

4-1 فروض البحث

توجد علاقة موجبة او سالبة بين الانفعال ودقة التصويب من علامة الجزاء

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري:- طلاب المرحلة الرابعة في كلية بلاد الرافدين الجامعة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2-5-1 المجال الزمني:- من 2020/1/15 ولغاية 2020/1/29
- 3-5-1 المجال المكاني :- ملعب كرة القدم في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية بلاد الرافدين الجامعة

منهج البحث وأجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة مشكلة البحث التي تعني الربط بين المتغيرات مع بعضها وتحديد العوامل المشتركة وهي تهدف بصفة عامة من خلال الارتباط الى تحليل الاسباب(وديع وحسن,1999 (22:

2-3 عينة البحث

أختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية بالاسلوب العشوائي (قرعة) من طلاب المرحلة الرابعة والبالغ عددهم (35) طالب تم تطبيق الاختبارات عليهم.

3-3 وسائل جمع البيانات

استخدم الباحث عدة وسائل لجمع البيانات المطلوبة في بحثه
1- استبانة لقياس الانفعال الرياضي.(راتب, 1998: 490)
2- المصادر والمراجع العربية.

3-1-3 الادوات والاجهزة المستعملة في البحث

1- ملعب كرة قدم

2- كرة قدم عدد (5)

3- شريط قياس

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 مقياس الانفعال الرياضي

يتكون مقياس الانفعال الرياضي* من (41) فقرة والاجابة عن (5) بدائل مختلفة وهي (دائماً ، غالباً ، احياناً ، نادراً ، أبداً) .

وان اعلى درجة يحصل عليها الختبر (205) درجة واطل درجة يحصل عليها المختبر هي (41) درجة .

3-4-2 اختبار التهديد من علامة الجزاء.

التهديد نحو المرمى مقسم الى مربعات:- (حمادة , 1994 : 260)

- هدف الاختبار :قياس دقة التهديد نحو المرمى

- الادوات المستعملة

• شريط لتعيين منطقة التهديد

• هدف كرة قدم قانوني

• ملعب كرة قدم

• كرات قدم عدد (5)

- طريقة الاداء:-

توضع (5) كرات على خط الجزاء الذي يبعد 11 يارد عن خط المرمى والمسافة بين كل كرة واخرى (1) يارد ،اذ يقوم اللاعب بالتهديد في المناطق المؤشرة في الاختبار وحسب اهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الكرة بعد الاخرى على ان يجري الاختبار من وضع الركض.

- طريقة التسجيل :-

تحتسب عدد الاصبات التي تدخل الاهداف المحددة من الجانبين كلاهما إذ تحتسب درجات كل كرة من الكرات الخمس كالاتي:

• (5) درجات الى المنطقة رقم (5)

• (4) درجات الى المنطقة رقم (4)

• (3) درجات الى المنطقة رقم (3)

• درجتان الى المنطقة رقم (2)

• درجة واحدة الى المنطقة رقم (1)

• صفر الى خارج حدود المرمى

تحتسب كل كرة بالنقاط المحددة للمنطقة المحسوبة مع مراعاة في حال مس الكرة للشريط تحتسب للمنطقة الاعلى حسب المناطق المرقمة وصفر عند خروجها خارج المرمى .

3-5 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2020/1/8) على مجموعة من طلاب المرحلة الرابعة من غير المشمولين بالتجربة الرئيسية ولكن من نفس مجتمع الأصل اذ بلغت العينة الاستطلاعية (15) لاعبين وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو:

- معرفة الوقت الكافي للإجابة عن الاستبانة

- معرفة مدى تفاعل العينة مع الاستبانة

* ينظر الملحق رقم (1)

- التقليل من المعوقات التي قد تحصل في التجربة الرئيسية

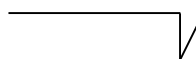
3-6 التجربة الرئيسية

قام الباحث بتوزيع استبانات لقياس الانفعال على عينة البحث الاساسية باتباع اسلوب الاتصال المباشر مع افراد العينة. وجرى شرح اهداف البحث لهم وأهمية وضرورة الاجابة عن جميع العبارات بدقة وصدق عاليين وبعد ذلك قامت العينة بإجراء وتطبيق اختبار دقة التهيف بعد الاختبار عليها لكل الانفعال لغرض المعالج الاحصائية.

3-7 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لموضوع البحث وكانت على وفق الحقبة الاحصائية.

$$1- \text{الوسط الحسابي} = \left(\frac{\sum x}{n} \right)$$



عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض النتائج

من اجل التوصل الى الصورة العلمية الواضحة والدقيقة نتائج البحث فقد قام الباحث بعرض النتائج التي توصل اليها إذ جرى استخراج معامل الارتباط بين تركيز الانفعال ودقة التهيف .

جدول رقم (1)

متغيرات البحث	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ر المحسوبة	ر الجدولية	نوع العلاقة
دقة التهيف	13.93	2.37	0.306	0.361	غير معنوي
الانفعال	143.6	22.47			

4-2 تحليل نتائج علاقة الانفعال ودقة التهديد من علامة الجراء بكرة القدم .
يوضح الجدول رقم (1) الاوساط الحسابية بين الانفعال ودقة التهديد لدى عينة
البحث إذ كان الوسط الحسابي لدرجة سرعة الانفعال (143.6) والانحراف
المعياري (22.47) بينما بلغ الوسط الحسابي بدقة التهديد (13.9)
والانحراف المعياري (2.37) اما قيمة الارتباط بين هذين المتغيرين فبلغت
(0.306) وهي علاقة غير معنوية ، اذ ان القيمة المحتسبة اقل من القيمة الجدولية
البالغة (0.361) فهذا يعني ان درجة علاقة ارتباط غير معنوية بين اختبار سرعة
الانفعال ودقة التهديد من ضربة الجراء .

4-3 مناقشة النتائج بين الانفعال ودقة التهديد في لعبة كرة القدم.
من خلال النظر الى الجدول (1) الذي يبين علاقة الارتباط بين الانفعال ودقة التهديد
من علامة الجراء والتي كانت غير معنوية ويعزو الباحثان سبب ذلك الى تأثير
الجانب النفسي على الاداء المهاري لعينة البحث لكونهم طلبة ولم يمارسوا اللعبة
لفترة طويلة ضمن فرق تتدرب تحت ضغوط المباريات والجمهير وذلك لارتباط
النشاط الرياضي بحالات الانفعال المختلفة وتؤثر فيها وهذا يتفق مع ما جاء به
(علاوي, 1998: 367) الذي اكد ان الانفعالات الناجمة عن النشاط الرياضي ذات
تأثير في مواصلة النشاط لكون الانفعالات تعد حافزاً على زيادته ، او قد تصدهم
عنه ، اذ تؤثر العواطف في سلوك محدد للإنجاز الرياضي . وهنا يتضح فقدان
العلاقة بين نوعية وكمية الانفعالات وبين استمرار سلوك الرياضي نتيجة الشعور
السلبى وحالات اليأس أثناء الفشل ، لهذا وجب على اللاعبين المثابرة بطاقة متزايدة
حتى يستطيع التغلب على الفشل الذي واجهه

5-1 الاستنتاجات

استنتج الباحث مايلي :

- 1- حصل افراد عينة البحث على تقديرات مقبولة نوعا ما في اداء مهارة التهديد.
- 2- يتمتع افراد عينة البحث بانفعالات مناسبة.
- 3- ان الطلاب الذين يتمتعون بضبط الانفعال لجمع القدرة على اداء مهارة التهديد بشكل افضل .
- 4- تشير النتائج الى تحسن التصويب كلما قل الانفعال

5-2 التوصيات

اوصى الباحث بمايلي :

- ضرورة العناية بالجوانب النفسية ومنها سرعة الانفعال الرياضي واثره في اداء المهارات الاساسية في كرة القدم .
- ضرورة اجراء اختبارات نفسية دورية على الطلبة .
- ضرورة تفعيل الجانب النفسي في عملية الاداء المهاري خلال الدروس العملية

المصادر

1. احمد خاطر نجم ، دليل الباحث الرياضي ، دار المريخ للنشر ، 1988.
2. اسامة كامل راتب: علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات)، القاهرة، ط2، دار الفكر العربي، 1998.
3. بثينة منصور الحلو : قوة تحمل الشخصية واساليب التعامل مع ضغوط الحياة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة بغداد ، كلية الاداب ، 1995.
4. بوب ويلسون . كرة القدم اصولها ... فنونها ، (ترجمة) سلطان جرجيس حامد ، بغداد : مطبعة منير، 1981.
5. ثامر محسن : الاعداد النفسي بكرة القدم ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1990.
6. ثامر محسن وموفق المولى : التمارين التطويرية بكرة القدم ، ط1 ، دار الفكر ، عمان ، 1999 .
7. جارلس هيوز : كرة القدم الخطط والمهارات : ترجمة موفق المولى ، ط1 ، الموصل ، 1990.
8. راضي الوقفي : مقدمة في علم النفس ، ط3 ، عمان ، دار الشؤون للنشر والتوزيع ، 1998.
9. زينب حسن . (استثارة انفعالية والسمات الشخصية لدى لاعبي الشباب والمتقدمين في العاب الساحة والميدان في العراق، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل كلية التربية الرياضية).
10. سعاده عبد عيد الزبيدي : علم النفس التربوي الرياضي ، ط1 ، جامعة قاريونس (بنغازي) ، 1994.
11. صالح راضي : تأثير اهم عناصر اللياقة البدنية والمهارية الرياضية في مستوى الانجاز ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1990.
12. غازي صالح واخرون : الانفعالات ، بحث مقدم ضمن متطلبات مادة علم النفس ، لطلبة الدكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1008 .
13. كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، ج1 ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، 1981 .
14. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط7 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1992.
15. محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998.
16. محمد صالح ، منهج تدريبي مقترح في الانتقال ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، عام 1995 .
17. محمود بسيوني وباسم فاضل : الاعداد النفسي بكرة القدم ، القاهرة ، 1995 .
18. محمود كاظم محمود : خبرات الاسر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي ، اطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة بغداد ، كلية الاداب ، 1999.

19. وديع ياسين وحسن محمد عبد ، تطبيقات الاحصاء واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999.
 20. يوسف موسى المقدادي وعلي محمد العميرة : علم النفس الرياضي ، عمان ، مطبعة المكتبة الوطنية ، 2002 .

الملاحق

ملحق رقم (1)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
 كلية بلاد الرافدين الجامعة
 قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
 عزيزي الطالب
 تحية طيبة ...

يروم الباحث اجراء بحثه الموسوم (سرعة الانفعال وعلاقته بدقة التهديف من علامة الجراء)علما ان هذا الاستبيان يقع ضمن متطلبات حصول الطالب على درجة البكالوريوس في علوم التربية الرياضية لذا نعرض بين يديك استمارة استبيان تمثل مقياس الانفعال تتضمن مجموعة فقرات على شكل أسئلة ولكل سؤال (5) اختيارات (بدائل) هي (دائما،غالبا، احيانا، نادرا، ابداء)،يرجو الباحث قراءة الفقرات بدقة ثم الإجابة عنها بكل صدق وصراحة بوضع علامة (√) امام الاختيار الذي ينطبق على حالتك.

مقياس الانفعال الرياضي

ت	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1	لا اعتبر لعبي ذا قيمة مالم يقترب من احسن مستوى لي					
2	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني					
3	المضايقات البسيطة يمكن ان تشتت تركيزي اثناء المباراة					
4	استطيع الاحتفاظ بتفكيري هادئا اثناء المباراة					
5	انا واثق كل الثقة في قدرتي على الاداء					
6	اعتذر عندما اخطئ او حينما اكون غير موفق في اللعب					
7	افكر في خطة اللعب قبل المباراة					
8	امارس اللعب اساسا بقصد الترويح					
9	ابدي رأيي بصراحة اذا كان لي بعض الملاحظات على المباراة					

					10	تكون اعصابي قوية (من حديد) اثناء المباراة
					11	تكثر اخطائي في اثناء الوقت الحرج من المباراة
					12	افنقر الى الثقة في ادائي اثناء المباراة
					13	لا اهتم بما ارتكبه من اخطاء
					14	العب ارتجالا دون ان يكون في ذهني خطة للعب
					15	اريد ان اكون احسن لاعب بالملعب
					16	افضل الابتسامه في مواجهة غضب المنافسين حرصا على عدم تماديهم في ذلك
					17	اتاثر براء الاخرين في مستوى ادائي الرياضي
					18	اتوقع الفوز قبل المباراة
					19	اخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة ايام
					20	التزم بنظام ثابت سواء في التدريب او في المباريات
					21	افضل اللعب مع اللاعبين الذين لايجعلون المباراة صراعا
					22	اتحمل المسؤولية كاملة في اللعب
					23	يمتلكني الشعور بعدم المبالاة اثناء المباراة
					24	عصبيتي (نرفزتي) تؤثر على ادائي في المباراة
					25	اخشى الهزيمة حتى قبل ان تبدا المباراة
					26	افكر في الاخطاء التي يقع فيها المنافس اكثر من تفكيري باللعب
					27	اتجعل الانتقال من طريقة الى اخرى محاولا تحسين مستواي
					28	لا اشعر بالميل للعب الا في حالة وجود التحدي
					29	عندما يظهر الغضب على المنافسين احاول تجاهلهم خشية زيادة غضبهم
					30	اي تعليق جارح يمكن ان يؤثر على ادائي اثناء المباراة
					31	استمتع بالوقت الحرج في المباراة

					لاني احسن التصرف فيه	
					اميل الى تحدي المنافسين الاقوياء	32
					اشعر بالضيق عند الفشل اكثر من شعوري بالفرح عند النجاح	33
					احاول البحث عن طرق متعددة لكي يكون اكثر كفاءة في لعبي	34
					استمتع في اللعب بالمباراة على الرغم من ارتكابي العديد من الاخطاء	35
					اتصف بالاصرار في الملعب	36
					اثناء المباراة احاول عزل تفكيري كلياً عن ما يدور حولي	37
					اخشى الوقوف في المواقف الحرجة قبل حدوثها بوقت طويل	38
					يضايقني ان المنافس سوف يهزمني	39
					احاول ان اتجنب التفكير فيما وقعت فيه من اخطاء	40
					لا اعرف ما ينبغي على عمله حتى تبدأ المباراة	41