

المهارات النفسية المميزة للاعبين كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية

م.د نبيلة أحمد محمود
مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية

مقدمة ومشكلة البحث

تتطلب طبيعة المستويات الرياضية العالية من الفرد الرياضى ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطوية والنفسية بصورة متكاملة وذلك لمحاولة احراز افضل مستوى ممكن.

ولقد تقاربت طرق الإعداد البدنى والمهارى والخططى ومبادئه الى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة ولذا فقد ظهرت الحاجة الى المزيد من الاهتمامات بالناحية النفسية. (8: 331)

والتفوق الرياضى يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية. فالقدرات النفسية تساعد الأفراد على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضى، و يمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض هى (برامج التدريب للمهارات النفسية). (7: 3)

والمهارات النفسية تمثل بعدا هاما فى إعداد اللاعبين فهى تلعب دورا أساسيا فى تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التى يجب العناية بها جنبا الى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطوية فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولى يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدنى والمهارى والخططى ويحدد العامل النفسى نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا فى تحقيق الفوز. (22: 35)

ويشير الواقع الى اهتمام المدربين وجميع العاملين على النواحي البدنية والمهارية والخطوية دون أى اعتبار للجانب النفسى من الشخصية للاعبين وذلك بالرغم من أن الأداء الرياضى بصفة عامة يعتمد على ما لدى اللاعب من قدرات بدنية ومهارية وخطوية ومهارات نفسية أيضا.

ويضيف محمد حسن أبو عيبة (1986) أن لكل نشاط من الأنشطة الرياضية متطلبات خاصة فى بناء الشخصية الرياضية، والنشاط الرياضى فى مجموعة له خصائص مميزة، ومن أجل النجاح فى نشاط رياضى محدد لا بد من توافر سمات معينة فى الشخصية، فالفرد الرياضى الذى يفتقر الى السمات النفسية الإيجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق أعلى المستويات نظرا لأن هذه السمات تؤثر بصورة مباشرة فى مستوى الشخصية. (21: 185)

ويشير العربى شمعون (1996) الى أن تنمية المهارات النفسية والتى تتمثل فى الاسترخاء- تركيز الانتباه- التصور العقلى- الاسترجاع العقلى. يجب أن تسير جنبا الى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال فى المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (20: 362)

وفى المراحل الأولى من إعداد اللاعبين يتطلب التكامل بحيث يعمل على تطوير القدرات البدنية والمهارية الى جانب المهارات النفسية حتى يمكن تحقيق الاستفادة من تطبيق هذه المهارات فى المجال التنافسى، وعدم إغفالها حتى لا تعوق تحقيق الإنجاز على المستوى العالى. (4: 213)

ولقد أشارت العديد من البحوث والدراسات الى تعدد واختلاف العوامل التى يمكن ان تدفع الفرد للممارسة الرياضية وينبغى على المدرب الرياضى التعرف على تلك العوامل حتى يمكن توجيه الفرد لمساعدته على بناء الدافعية نحو الممارسة الرياضية (25: 235)، حيث تعد الدافعية بمثابة محرك داخلى ينشط السلوك ويكون بدوره مسئولا عن استمرارية وجهته وتحديدها.

ويذكر مصطفى أبو زيد عن لندزالى Lindsly الى الدافعية باعتبارها محرك ناتج عن مجموعة القوى التى تحرك السلوك سواء القوى الداخلية أو الخارجية. (32: 9-24)

وتتأثر مستويات الدافعية لدى الرياضيين نتيجة لدوافع معينة وهذا التأثير لا يكون بنفس النمو بل يختلف من رياضى الى آخر، فبعضهم يستجيب بشكل أفضل عند سماعه لتعليمات المدرب لهم أو تحريضه لهم على بذل المجهود، فمنح المكافآت أو تغيير مواقع اللاعبين فى خطة اللعب أو تكليف الرياضى بمسئولية معينة، أو توجيه العقاب له أو تحذيره... الخ كلها أساليب يمكن استخدامها مع الرياضيين لذا يفضل التعرف على شخصية الرياضى وطبيعته حتى نستطيع اختيار الوسيلة المناسبة للدافعية لاستخدامها عند الحاجة دون أن نلجأ الى وضع جميع أفراد المجموعة تحت نفس المعاملة. (34: 107)

وكما ذكرنا سابقا أن طبيعة المستويات الرياضية العالية تتطلب من الفرد الرياضى ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطوية والنفسية لأقصى درجة ممكنة وذلك لمحاولة إحراز أفضل مستوى ممكن والتكامل بين جوانب الشخصية والذى يتمثل فى المهارات النفسية كجانب عقلى بجانب السمات الدافعية يمثلا بعدا هاما فى الإعداد النفسى للاعبين حيث تلعب دورا هاما فى تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات النفسية التى يجب العناية بها جنبا الى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطوية. (22: 16)

وتعتبر كرة السلة أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التى تتميز بالأداء الحركى المتغير والذى يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة، كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين، بالإضافة الى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التى تتميز بشدتها وسرعة تغيرها، والذى من شأنه أن يؤثر على الأداء المهارى والخطوى للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لزاما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعب كرة السلة حتى تمكنهم من تحقيق الفوز فى المنافسات بجانب إعدادهم البدنى والمهارى والخطوى.

ومن هذا المنطلق اتجهت الباحثة الى هذه الدراسة التى تهدف الى التعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية التى تتصف بها لاعبات كرة السلة مما قد يسهم فى الاستفادة من برامج الإعداد النفسى لزيادة الدافعية الرياضية للاعبات مما يؤثر بصورة جيدة فى أدائهن ونتائج المباريات.

أهداف الدراسة

1. تحديد المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة.
2. تحديد السمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة.
3. التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبات كرة السلة.

الدراسات السابقة

فى ضوء المسح المكتبى للدراسات والبحوث المشابهة السابقة توصلت الباحثة الى بعض الدراسات التى تناولت كلا من المهارات النفسية والسمات الدافعية وتم تحديدها فيما يلى:

أولاً: دراسات تناولت المهارات النفسية

– دراسة بثينة فاضل (1999) (9)

" الفروق فى المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقاً لنتائج المباريات " ومن أهم نتائجها التعرف على المستوى الكمى للمهارات العقلية لدى المستويات الثلاثة لناشئات كرة اليد ووجود فروق دالة إحصائياً بين المستويات الثلاثة للناشئات فى المهارات العقلية لصالح المستوى المتقدم (المستوى الأول).

– دراسة شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) (13)

" العوامل النفسية المسهمة فى الإنجاز الرياضى للاعبى كرة السلة " ومن أهم نتائجها أن ممارسة كرة السلة بانتظام ولسنوات طويلة تؤدى الى تنمية وتطوير العوامل النفسية (طموح الإنجاز – التحمل النفسى – هادفية الاستجابة – القبول أو الانتماء الاجتماعى) وأنه لا توجد فروق فى العوامل النفسية بين لاعبى المراكز المختلفة.

ثانياً: دراسات تناولت دراسة السمات الدافعية الرياضية

– دراسة إبراهيم عبد ربه خليفة (1985) (1)

" الصفات الحركية والقياسات الحسية والسمات الدافعية المميزة لمتسابقى الميدان والمضمار ومن أهم نتائجها وجود علاقة طردية بين السمات الدافعية والمستوى الرقمة لمتسابقى الوثب العالى ودفع الجلة وعلاقة عكسية بين سمات الدافعية والمستوى الرقمة لمتسابقى 100م عدو كما أشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة بين السمات الدافعية بين متسابقى المسابقات الثلاثة ذوى المستوى الرقمة الأعلى.

– دراسة أحمد أمين فوزى (1986) (2)

" بعض السمات الانفعالية المميزة للاعبى المراكز المختلفة فى كرة السلة، ومن أهم نتائجها تميز لاعبى كرة السلة بسمات الثقة بالنفس والحرص والحيوية والمثابرة والاتزان الانفعالى والاستعراض وأنه لا توجد اختلافات بين مراكز اللعب فى كرة السلة سوى فى الثقة بالنفس والثقة الحيوية.

– دراسة أسامة كامل راتب محمد (1991) (8)

" السمات الدافعية والخصائص الفسيولوجية لمتسابقى المسافات القصيرة للناشئين " وكان من أهم نتائجها أن أصحاب المستويات الرقمية الأعلى أظهروا نتائج مرتفعة فى سمات التحكم الانفعالى والتصميم والقابلية للتدريب.

- دراسة محمود محمود سالم (1999) (31)

" سمات الدافعية الرياضية المميزة لمراكز اللعب فى كرة السلة، وكان من أهم نتائجها أن كل مركز من مراكز اللعب فى كرة السلة يتطلب توافر سمات دافعية معينة لدى شاغليه من اللاعبين.

- دراسة نادية سلطان ونبيلة محمود (1999) (33)

" السلوك القيادى للمدرب الرياضى وعلاقته بالسمات الدافعية الرياضية لناشئات كرة اليد بمحافظة الإسكندرية " ومن أهم نتائجها تميز ناشئات كرة اليد قيد الدراسة بالسمات الدافعية الآتية: المسؤولية، الضمير الحى، الحالة التدريبية، الثقة بالآخرين، الحافز، القيادة، الثقة بالنفس.

التعليق على الدراسات المشابهة

- يتضح من خلال المسح المكتبى للدراسات المشابهة بموضوع البحث ما يلى:
1. لم تتناول الدراسات السابقة تحديد المهارات النفسية الخاصة بلاعبات كرة السلة.
 2. تناولت بعض الدراسات تحديد السمات الدافعية للاعبات كرة اليد ولم يتعرضن للاعبات كرة السلة.
 3. تناولت العديد من الدراسات السابقة فاعلية التدريب العقلى فى تعليم وتدريب المهارات النفسية أو العقلية وعلاقتها بالمهارات الرياضية المختلفة ولم تتعرض الدراسات للتعرف على طبيعة هذه المهارات النفسية بالنسبة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية.

فروض الدراسة

- تم صياغة فروض الدراسة على النحو التالى:
1. التعرف على المهارات النفسية التى تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية متمثلة فى نادى سموحة وسبورتنج الرياضى.
 2. التعرف على السمات الدافعية الرياضية التى تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية متمثلة فى نادى سموحة وسبورتنج الرياضى.
 3. هناك علاقة دالة إحصائياً بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية.

إجراءات الدراسة

1. منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفى (الدراسة المسحية) وذلك لملاءمته لأهداف البحث وفروضه.

2. عينة الدراسة

تم تطبيق أدوات القياس على عينة عمدية قوامها (45) لاعبة من لاعبات كرة السلة من نادى سموحة الرياضى ونادى سيورتنج الرياضى المشاركين فى دورى الدرجة الأولى للموسم (2001/2000) وقد بلغ متوسط العمر 18.11 سنة بانحراف معيارى 90.76، والعمر التدريبي بمتوسط 6.33 وبانحراف معيارى 20.40 والجدول التالى رقم (1) يوضح عدد أفراد فريق كرة السلة بالناديين.

جدول رقم (1)
التوصيف العددي لعينة الدراسة

م	النادى	عدد أفراد العينة
1	سموحة	20
2	سيورتنج	25
	اجمالي أفراد العينة	45

ولقد تم تطبيق أدوات البحث لجمع البيانات على أفراد العينة فى الفترة من 2001/5 الى 2001/6 والجدول التالى رقم (2) يبين تجانس أفراد العينة على متغيرى السن والعمر التدريبي.

جدول رقم (2)
المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الألتواء
لبيانات أفراد العينة ن=45

معامل الألتواء	الانحراف المعيارى (ع)	المتوسط الحسابى (س)	المعاملات الاحصائية متغيرات الدراسة
0.02	90.76	18.11	السن
0.16	20.40	6.33	العمر التدريبي

يتضح من الجدول السابق رقم (2) أن معاملى الألتواء لكلا من متغير السن والعمر التدريبي ينحصر فيما بين +3، -3 مما يشير الى تجانس أفراد العينة.

3. أدوات الدراسة

استخدمت الباحثة الأدوات الآتية:
أ. استخبارات المهارات النفسية:

ويسمى استخبار المهارات العقلية Mental Skills Questionnaire صممه كل من ستيفان بل Bull، وجون البنسون Albinson، وكريستوفر شامبروك Shambrook (1996) لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة للأداء الرياضى وهى تشتمل على الأبعاد التالية:

- القدرة على التصور.
- القدرة على تركيز الانتباه.
- القدرة على الاسترخاء.
- القدرة على مواجهة القلق.
- دافعية الإنجاز الرياضى.
- الثقة بالنفس.

ويتضمن الاستخبار 24 عبارة وكل بعد من الأبعاد الستة السابق توضيحها تمثله 4 عبارات ويقوم اللاعب الرياضى بالإجابة على عبارات الاستخبار على مقياس سداسى الدرجات وقد قام محمد حسن علاوى بإعداده وتعريبه. (26: 543-547) مرفق رقم (1)

ب. مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية تصميم " تنكو " و " ريتشارد " وتتضمن المقياس 55 عبارة تقيس 11 سمة وهى: الحافز، العدوان، التصميم، المسئولية، القيادة، الثقة بالنفس، التحكم الانفعالى، الصلابة، التدريبية، الضمير الحى، الثقة بالآخرين وقد قام بتعديله واقتباسه محمد حسن علاوى. (26: 17-26) مرفق رقم (2)

المعاملات العلمية (تقنين أدوات الدراسة)

على الرغم من أن أدوات الدراسة تم تقنينها من قبل فى البيئة المصرية على مختلف الأنشطة ولها معاملات علمية عالية، إلا أن الباحثة قامت بتقنين أدوات الدراسة وقد أسفر ذلك عن:

أولاً: ثبات المقياسيين

تم حساب معامل ثبات المقياسيين بحساب معامل ألفا وباستخدام طريقة إعادة الاختبار لأبعاد مقياس المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية على عينة قوامها (15) لاعبة من لاعبات كرة السلة بمحافظة الإسكندرية ثم أعيد التطبيق المقياسيين مرة ثانية على نفس العينة وفى نفس الظروف بعد مرور أسبوع من تاريخ القياس الأول وقد أسفر ذلك التطبيق عن النتائج التالية والتى توضحها الجداول (3)، (4).

أ. ثبات مقياس المهارات النفسية:

جدول (3) مصفوفة قيم معاملات ألفا (Alpha) لثبات أبعاد مقياس المهارات النفسية قيد الدراسة (ن=15)

م	أبعاد المقياس	التصور	الاسترخاء	الانتباه	القلق	الثقة بالنفس	دافعية الإنجاز
1.	التصور	-					
2.	الاسترخاء	0.5527	-				
3.	الانتباه	0.1095	0.3490	-			
4.	القلق	0.3406	0.3324	0.7430	-		
5.	الثقة بالنفس	0.1991	0.4564	0.3537	0.5395	-	
6.	دافعية الإنجاز	0.0915	0.4117	0.5412	0.5540	0.7708	

ألفا = 0.8052

يتضح من الجدول رقم (3) أن جميع قيم المعاملات للثبات بطريقة ألفا (Alpha) غير دالة معنوياً وقد تراوحت بين (0.0915 ، 0.7708) وهذا يعني عدم وجود علاقة بين أبعاد المقياس وبعضها مما يؤكد استقلال كل بعد على حدا في قياسه لأبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة. (9: 29)

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري (ع) لثبات مقياس المهارات النفسية للاعبين كرة السلة قيد الدراسة (ن=15)

معامل الارتباط	القياس الثاني		القياس الأول		المعالجات الإحصائية المهارات النفسية
	2ع	2س	1ع	س	
0.83	3.70	17.47	2.82	18.47	القدرة على التصور
0.68	3.05	16.80	5.06	15.20	القدرة على الاسترخاء
0.75	3.92	15.73	5.89	16.07	القدرة على تركيز الانتباه
0.71	4.04	14.07	4.04	13.93	القدرة على مواجهة القلق
0.78	4.28	15.93	3.58	17.40	الثقة بالنفس
0.68	3.18	18.87	3.81	19.60	دافعية الإنجاز الرياضي

مستوى الدلالة عند (0.01) = 0.592 عند (0.05) = 0.441

يتضح من الجدول رقم (4) أن معاملات الارتباط بين درجات القياس الأول ودرجات القياس الثاني لكل مهارة على حدة من المهارات النفسية دالة معنوياً عند (0.01). مما يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات

ب. ثبات مقياس سمات الدافعية الرياضية قيد الدراسة

جدول (5)

مصفوفة قيم معاملات ألفا (Alpha) لثبات
أبعاد مقياس السمات الدافعية الرياضية قيد الدراسة (ن = 15)

م	أبعاد المقياس	الحافز	العدوان	التصميم	المسئولية	القيادة	الثقة بالنفس	التحكم الانفعالي	الصلابة	التدريبية	الضمير الحى	الثقة بالآخرين
.1	الحافز	-										
.2	العدوان	0.198 7	-									
.3	التصميم	0.269 7	0.5358	-								
.4	المسئولية	0.213 2	0.5507	0.575 0	-							
.5	القيادة	0.000 0	0.4215	0.595 9	0.0315	-						
.6	الثقة بالنفس	0.316 2	0.6283	0.692 9	0.4214	0.5590	-					
.7	التحكم الانفعالي	0.485 4	0.6337	0.467 5	0.5026	0.0735	0.3837	-				
.8	الصلابة	0.525 2	0.5478	0.486 9	0.3219	0.0232	0.7266	0.6646	-			
.9	التدريبية	0.155 5	0.5357	0.419 5	0.1990	0.5683	0.2459	0.3451	0.040 8	-		
.10	الضمير الحى	0.152 5	0.1212	0.257 0	-	0.5122	0.4822	0.0740	0.290 3	0.427 0	-	
.11	الثقة بالآخرين	0.000 0	**0.7404	0.452 3	0.4767	0.3953	0.5303	0.4651	0.293 6	0.579 7	0.170 5	-

معامل ألفا = 0.8678

يتضح من الجدول رقم (5) أن جميع قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا (Alpha) غير دالة معنوياً وتراوحت بين (-0.2113، 0.7404) وهذا يعنى عدم وجود علاقة بين محاور المقياس وبعضها مما يؤكد استقلال كل بعد على حدا فى قياسه لأبعاد السمات الدافعية الرياضية قيد الدراسة. (29: 9)

جدول (6)
 المتوسط الحسابي والانحراف المعياري (ع) لثبات مقياس السمات الدافعية الرياضية
 للاعبات كرة السلة قيد الدراسة (ن = 15)

معامل الارتباط	القياس الثاني		القياس الأول		المعالجات الإحصائية السمات الدافعية الرياضية
	ع2	س2	ع1	س1	
0.84	1.80	19.6	1.96	17.87	الحافز
0.98	2.91	19.2	3.50	17.47	العدوانية
0.95	2.55	19.06	3.03	17.73	التصميم
0.85	1.82	20.8	2.12	19.9	المسئولية
0.98	2.81	18.9	3.67	18.07	القيادة
0.80	1.97	20.2	2.79	18.73	الثقة بالنفس
0.95	2.37	17.7	3.66	15.87	التحكم الانفعالي
0.75	2.90	18.5	3.011	17.27	الصلابة
0.95	3.48	20.33	4.48	20.4	التدريبية
0.78	2.99	20.06	2.70	20.8	الضمير الحي
0.92	3.46	18.6	3.70	19.74	الثقة بالآخرين

مستوى الدلالة عند (0.01) = 0.592 عند (0.05) = 0.441

يتضح من الجدول رقم (6) أن معاملات الارتباط بين درجات القياس الأول ودرجات القياس الثاني لكل مهارة على حدة من المهارات النفسية دالة معنوياً عند (0.01). مما يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات .

ثانياً: صدق المقاييس

أ. صدق مقياس المهارات النفسية

قامت الباحثة بإجراء الصدق للاستخبار باستخدام الصدق المرتبط بالمحك عند التطبيق بالالتزام مع بعض المقاييس التي تقيس بعض الأبعاد المشابهة (26: 543) وللتأكد من صدق المقياس مرة أخرى قامت الباحثة باستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لدرجات الاستخبار وذلك بعد تطبيقه على (40) لاعبة كرة سلة بأندية محافظة الإسكندرية وقد تم حساب دلالة الفروق بينهما. ويوضح ذلك جدول رقم (7)

جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأربعى الأعلى والأربعى الأدنى
القيمة ت المحسوبة لصدق اختبار المهارات النفسية

م	الفرق بين المهارات النفسية	الأربعى الأعلى		الأربعى الأدنى	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1.	القدرة على التصور	22.27	1.56	12.45	1.63
2.	القدرة على الاسترخاء	21.00	1.26	10.36	1.80
3.	القدرة على تركيز الانتباه	21.36	1.86	9.45	2.54
4.	القدرة على مواجهة القلق	19.45	1.75	8.23	2.67
5.	الثقة بالنفس	21.09	1.97	11.18	1.08
6.	دافعية الانجاز الرياضى	22.82	1.90	14.72	1.19

قيمة ت عند مستوى 0.01 = (2.66)

** = 0.01

يتضح من جدول (7) أن قيمة (ت) المحسوبة بين الأربعى الأعلى والأربعى الأدنى لدرجات لاعبات كرة السلة على الاختبار دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 وهذا يعنى قدرة الاختبار على التمييز وإظهار الفروق بين لاعبات كرة السلة وهذا يؤكد على صدق الاختبار قيد الدراسة.

ب. صدق مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية

بالرغم من أن للمقياس معاملات صدق عالية حيث تم حسابه عن طريق الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق المقياس بالتلازم مع كل من قائمة السمات الدافعية للرياضيين ومقياس الاستجابة الانفعالية فى الرياضة وقد أسفرت نتائج التطبيق عن وجود ارتباطات مقبولة بين الأبعاد المتشابهة فى هذه المقاييس الثلاثة. (26: 20)

ورغم أن للمقياس معاملات صدق عالية فى ضوء ما أشارت إليه الباحثة فقد قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس مرة أخرى وذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين الأربعى الأعلى والأربعى الأدنى لدرجات المقياس وذلك بعد تطبيقه على عينة قوامها (40) لاعبة خارج عينة البحث ورتبت درجاتهم ترتيباً تنازلياً وقد تم تحديد الأرباع الأعلى متمثلاً فى (20) لاعبة والأرباع الأدنى (20) لاعبة وتم حساب دلالة الفروق بينهما بواسطة اختبار (ت) ويوضح جدول (8) صدق مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية.

جدول (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأربعى الأعلى والأربعى الأدنى
القيمة ت المحسوبة لصدق مقياس سمات الدافعية الرياضية

م	الفرق بين سمات الدافعية الرياضية		الأربعى الأعلى		الأربعى الأدنى		قيمة ت المحسوبة
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	
1.	الحافز	4.16	0.389	2.75	0.45	10.93	
2.	العدوانية	4.36	0.50	2.72	0.64	9.26	
3.	التصميم	4.27	0.47	2.86	0.29	8.54	
4.	المسئولية	4.26	0.46	3.27	0.46	6.75	
5.	القيادة	4.36	0.50	2.55	0.52	10.77	
6.	الثقة بالنفس	4.18	0.40	2.66	0.50	10.55	
7.	التحكم الانفعالى	4.24	0.21	2.80	0.52	11.71	
8.	الصلابة	4.18	0.40	2.81	0.41	8.39	
9.	التدريبية	4.81	0.40	2.82	0.40	16.18	
10.	الضمير الحى	4.73	0.48	2.82	0.60	10.54	
11.	الثقة بالآخرين	4.45	0.52	3.09	0.30	10.96	

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.01 = 3.106 ** = 0.01

يتضح من جدول (8) أن قيمة ت المحسوبة بين الأربعى الأعلى والأربعى الأدنى للاعبات كرة السلة دالة احصائيا عند مستوى 0.01 وهذا يعنى قدرة المقياس على التمييز وإظهار الفروق بين اللاعبات وهذا يؤكد على صدق المقياس قيد الدراسة.
النتائج وتفسيرها

جدول (9)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري والنسبة المئوية للمهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وترتيبها تنازليا (ن = 45)

م	المعاملات الاحصائية	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	النسبة المئوية للمهارة %	ترتيب المهارات النفسية تنازليا
1.	دافعية الانجاز	18.69	3.50	77.9	الأولى
2.	القدرة على التصور	17.04	3.80	71.00	الثانية
3.	الثقة بالنفس	15.89	3.89	66.2	الثالثة
4.	القدرة على الاسترخاء	15.56	4.09	64.8	الرابعة
5.	القدرة على تركيز الانتباه	15.44	4.46	64.3	الخامسة
6.	القدرة على مواجهة القلق	13.75	4.42	57.3	السادسة

يتضح من الجدول (9) بعد دراسة قيم المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للمهارات النفسية المتميزة للاعبات كرة السلة ترتيبها تنازليا (ن = 45) على النحو التالي: دافعية الانجاز، الثقة بالنفس، القدرة على التصور، الثقة بالآخرين، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، القدرة على التحكم الانفعالى، الصلابة، التدريبية، الضمير الحى، القيادة، المسئولية، التصميم، العدوانية، الحافز، الثقة بالآخرين.

وتعزى الباحثة تصدر بعد دافعية الإنجاز فى الترتيب الأول لأبعاد المهارات النفسية الى أن لاعبات كرة السلة يبذلن جهدا كبيرا أثناء المنافسات من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن أى الوصول للتفوق فى الأداء مما يؤكد أن دافعية الانجاز أو دافعية التفوق تعتبر من أقوى الدوافع التى تكمن خلف كل نجاح أو تفوق فى الأداء الرياضى. (3:30)

ثم يأتى بعد ذلك القدرة على التصور حيث تستحضر كل لاعبة فى ذهنها الأحداث والخبرات والمواقف السابقة مستخدمة فى ذلك كل حواسها المختلفة مع اشتراك جميع خبراتها وانفعالاتها ومشاعرها. ويشير أسامة راتب (2000) أن التصور ذهنى النشاط لأداء مهارات معينة ينتج عنه نشاط عضلى، ربما يكون محددًا ولكن فائدته تتضح فى تقوية الممرات العصبية الخاصة بالإشارات العصبية المرسلّة من الجهاز العصبى الى هذه العضلات العاملة فلاعبة كرة السلة التى تحاول إتقان مهارة التصويب على السلة تحتاج الى أداء هذه المهارة عشرات المرات وهى بذلك تقوى وتدعم الممرات العصبية التى تسيطر على توجيه العضلات المسؤولة عن أداء المهارة، والتصور يمثل إحدى الطرق التى تعمل على تدعيم هذه الممرات العصبية فاللاعبة من خلال استحضار الصورة الذهنية للمهارة بشكل منظم يودى الى الاشتراك الفعلى لعضلات الجسم فى أداء هذه المهارة (6: 316-317). كما أن استحضار اللاعبة الصورة الذهنية لموقف المنافسة يحقق لها فرصة التفكير فى الأسلوب الملائم للتغلب على منافسيها وربما اقتراح البدائل المناسبة لتقديم العون لها فى أن تصبح أكثر ألفة بموقف المنافسة، ومن ثم اتخاذ القرارات والاستجابات الصحيحة والتطبيق الخططى والدفاعى والهجومى الصحيح.

(6: 317-316)

أما بالنسبة لبعد الثقة بالنفس فيأتى فى المرتبة الثالثة حيث تؤكد نتائج دراسة صدقى نور الدين محمد والى أشارت الى أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة فى المجال الرياضى نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضى فى قدراته تمثل مصدرا ايجابيا هاما لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية. (15: 98-99)

فلاعبات كرة السلة يتميزن بهذه المهارة حيث يساعدن ذلك على تطور أدائهن وتميز حركاتهن بالانسيابية والقوة والسرعة والتركيز أثناء المباراة وأيضا بذل الكثير من الجهد والمثابرة والبذل والعطاء نظرا لاختلاف طبيعة كرة السلة عن باقى الأنشطة الرياضية فى نظم المسابقات وظروف المباريات وصغر حجم الملعب وعدد اللاعبين وقانون اللعبة وتغير مواقف اللعب من فوز الى هزيمة أثناء المباراة.

وتأتى بعد ذلك مهارة الاسترخاء حيث يوضح محمد العربى شمعون (1995) أن الاسترخاء يودى الى خفض تأثير الاستجابة للضغط العصبى والمساعدة على الوصول الى المستوى الأمثل من التوتر ومنع تراكم الضغط العصبى بواسطة العمل على الوصول الى مستوى منخفض من التوتر القاعدى والوصول الى درجة من الاسترخاء العميق يقل فيها مستوى التوتر عن المستوى القاعدى (18: 66) وهذا ما تحتاج اليه لاعبات كرة السلة حيث يساعدن ذلك على رفع الروح المعنوية لهن وتحسين مستوى الأداء وبالتالي تحقيق الفوز.

ويتفق ذلك ما ذكره أسامة راتب (1997) من أن اللاعب الذى يتميز بزيادة التوتر يظهر فى مستوى أقل من قدراته الحقيقية. (5: 219)

وتتميز لاعبات كرة السلة بالقدرة على تركيز الانتباه حيث يعد الانتباه بعدا حيويا فى مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها، وتعد قدرة الرياضى على توظيف كل من الانتباه والتركيز من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة. (30: 219)

ويرى عبد العزيز النمر، مدحت صالح أنه لتحسين نسبة التصويب للاعبين يجب تنمية اتجاهات صحيحة نحو التصويب من خلال تركيز الانتباه أثناء كل تصويبه وتعليم اللاعبين كيفية إغفال الأمور التى تشتت الانتباه وأن يروا فقط الكرة والحلقة فى أذهانهم أثناء التصويب، بالإضافة الى بناء الثقة بالنفس ومحاولة تصحيح الأخطاء عن طريق تركيز وتعزيز التصويبات الناجحة أما التصويبات الفاشلة فيتم تحليلها والاستفادة من تحليل أخطائها. (16: 35)

ويعضد ذلك ما ذكره محمد العربى شمعون أن حدوث الإنجازات الرياضية يرتبط بوجود اللاعب فى منطقة الطاقة النفسية المثلى وقد وجد أن أهم ما يميزها هو أن يكون الانتباه قد تم توجيهه كلية الى أداء المهارة. (19: 219)

ويأتى فى المرتبة الأخيرة القدرة على مواجهة القلق حيث تواجه لاعبات كرة السلة الكثير من المواقف التى ترتبط بالقلق وذلك أثناء التدريب أو المنافسات الرياضية حيث تعتبر بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوة الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليها كما قد يؤدي الى فقد التوازن النفسى. (27: 379)

ويفسر كراتى (Cratty) ذلك بأنه عند وصول القلق الى مستوى معين يبدأ معه الاضطراب والانهيار الفسيولوجى والنفسى للاعب مما يؤدي الى قلة كفاءة مستوى الأداء المهارى (35: 324). ولذلك نرى أنه جاء فى المرتبة الأخيرة بالنسبة لترتيب المهارات النفسية للاعبات كرة السلة حيث يعملن دائما على مواجهته والتخلص منه حتى لا ينخفض مستوى الأداء وتحقيق الإنجاز المطلوب.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج الدراسة التى أجرتها بثينة فاضل (1999) على ناشئات كرة اليد حيث توصلت الى تميزهن بدافعية الإنجاز الرياضى والقدرة على تركيز الانتباه والثقة بالنفس والقدرة على مواجهة القلق. (9)

وأیضا يتمشى ذلك مع نتائج الدراسة التى أجراها شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) وتوصلت الى أن ممارسة كرة السلة بانتظام ولسنوات طويلة تؤدي الى تنمية وتطور العوامل النفسية (طموح الإنجاز – التحمل النفسى – هادفية الاستجابة – القبول الاجتماعى). (13)

ومن خلال المناقشة السابقة يتضح لنا تفسير الفرض الأول للدراسة والخاص بالتعرف على المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة قيد الدراسة وترتيبها.

جدول (10)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى والنسبة المئوية للسمات
الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة وترتيبها تنازليا

م	المعاملات الاحصائية السمات الدافعية الرياضية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية للبعد %	ترتيب السمات الدافعية تنازليا
1.	الحالة التدريبية	3.96	0.85	79.2	الأولى
2.	الضمير الحى	3.89	0.78	77.8	الثانية
3.	المسئولية	3.88	0.49	77.6	الثالثة
4.	الثقة بالآخرين	3.82	0.72	76.4	الرابعة
5.	الحافز	3.80	0.69	76	الخامسة
6.	العدوان	3.49	0.79	69.8	السادسة
7.	التصميم	3.46	0.66	69.2	السابعة
8.	الصلابة	3.42	0.69	68.4	الثامنة
9.	الثقة بالنفس	3.40	0.75	68	التاسعة
10.	القيادة	3.37	0.81	67.4	العاشرة
11.	التحكم الانفعالى	3.22	0.64	64.4	الحادية عشر

تشير تعليمات مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية قيد الدراسة الى أن زيادة درجة اللاعب فى السمة تعنى مدة قوة تلك السمة التى يمتلكها الرياضى حيث يحدد المقياس للحد الأقصى لدرجة السمة = 5 . (26 : 20)

وبناء على ذلك يتضح من جدول (10) بعد دراسة قيم المتوسطات الحسابية للسمات الدافعية الرياضية للاعبات كرة السلة مقارنة بالحد الأقصى (5) لكل سمة على حده قد تم تحديد وترتيب السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة قيد الدراسة على النحو التالى: الحالة التدريبية، الضمير الحى، المسئولية، الثقة بالآخرين، الحافز، العدوان، التصميم، الصلابة، الثقة بالنفس، القيادة، التحكم الانفعالى.

وتعزى الباحثة تصدر سمة الحالة التدريبية فى الترتيب الأول بين سمات الدافعية قيد الدراسة الى أن لاعبات كرة السلة ينتظرن بشغف المنافسة القوية ويضعن لأنفسهن أهدافا عالية ويطمحون فى أن يكونوا دائما أفضل ويتقبلون المخاطر والصعاب على أمل أن ذلك سيساعدهن على إتمام الأعمال الموكلة إليهن بنجاح، ومن ثم يتسم سلوكهن بالإيجابية نحو المنافسة والسعى للارتفاع بمستواهن الرياضى. (108-108 : 1)

ولذلك ينتظمن فى التدريب بشغف ويولينه كل اهتمامهن مقتنعين بأن ممارستهن للعبة كرة السلة تشبع حاجاتهن، وتسعى كل لاعبة الى التدريب مع احترام قواعده بمحض إرادتها منفذه إرشادات وتعليمات المدرب واحترام وتقبل نصائحه (28 : 458). ومن هذا المنطلق يتضح للاعبات أن ما يقوم به المدرب إما يسهم فى الارتفاع بمستواهن المهارى والخططى بما يكلل مجهودهن بالنجاح الذى يبرزه أدائهن ونتائجهن مع نهاية المباراة، وتتأسس أيضا قابليتهن للتدريب فى التحدث مع المدرب وجها لوجه حيث ينشذن بل يتوقعن أن يسديهن النصح بما يزيد من قابليتهن ودوامهن على التدريب واستجابتهن لما يحتويه. (112 : 1)

ثم جاءت سمة الضمير الحى فى الترتيب الثانى للسمات وذلك يعنى تميز لاعبات كرة السلة قيد الدراسة بالإحساس بالواجب وعدم التملق للمدرب واتباع النظم والقواعد المقررة وكذلك تفضيل مصلحة الفريق فوق المصلحة الشخصية.

أما سمة المسؤولية فقد جاءت فى الترتيب الثالث وهذا يعنى تميز اللاعبات قيد الدراسة بتحمل المسؤولية فيما يسند اليهن من أعمال وواجبات وقوة ارادة خلال عمليات التدريب والمنافسة الرياضية.

وجاءت سمة الثقة بالآخرين فى الترتيب الرابع وهذا يعنى ثقة اللاعبات قيد الدراسة بأسلوب المدرب والجهاز التدريبي والزميلات فى الفريق ويتسمن بالعلاقات الطيبة معهن.

وجاءت سمة الحافز فى الترتيب الخامس حيث يعنى ذلك تميز اللاعبات برغبتهن الحقيقية فى الكسب والنجاح حيث تسعى كل لاعبة للفوز والإنجاز وتحقيق النجاح والاستمتاع بمواجهة التحدى (28: 454). وحيث أن الحافز (الدافع) هنا يمثل الدافع الشخصى لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز وبذلك يعتبر مقياسا لجدية المحاولة من قبل اللاعبة وأن تؤدى أفضل ما عندها. (18: 85)

أما سمة العدوان فقد جاءت فى الترتيب السادس حيث أن هذه السمة تفرض على أداء اللاعبة شئ من الخشونة فى اللعب ولا تهاب من احتمالية الإصابة. (28: 455)

فاللاعبة ذات السمة العدوانية تهتم كثيرا بعدم الاستسلام للهزيمة أو التقهقر وبذلك يسهل عليها أن تقدم على السلوك الهجومي وتقدم على المواجهة وتستمتع بها وتعتقد أن تحقيق المكسب يتطلب منها أن تكون عنيفة فى أدائها. (1: 109)

أما سمة التصميم فقد جاءت فى الترتيب السابع حيث أن اللاعبة التى تتميز بالتصميم لا تستسلم بسهولة وتقبل على التدريب الجاد لفترات طويلة بما يمكنها ذلك من تحقيق أهدافها أى تبذل مزيدا من الجهد سواء فى التدريب أو المنافسة وتستمر فى العطاء بجد بالغ الوضوح بغض النظر عن طول فترة التدريب أو ما يحيط بالمنافسة من ظروف متغيرة. (1: 109-110)

وتعتبر سمة الحالة التدريبية والضمير الحى والمسؤولية والثقة بالآخرين والحافز من أكثر السمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة فى ضوء دراسة قيم المتوسطات الحسابية لها وترجع الباحثة تميز لاعبات كرة السلة بتلك السمات أكثر من باقى السمات الأخرى الى طبيعة اللعبة.

وحيث يرى العلماء بأن الأمر يتطلب تنمية سمات ضرورية معينة والتى بدورها تسهم فى قدرة الفرد فى التغلب على العقبات الخاصة المرتبطة بنشاط رياضى معين أو تلك العقبات الخاصة المرتبطة بمحاولة الفرد الوصول إلى أعلى مستوى فى هذا النشاط من الأنشطة الرياضية. (23: 148)

وتتمشى هذه النتائج مع ما ذكره محمد الحماحمى (1983) نقلا عن "باركر" Barker أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد على تحقيق التوازن النفسى وتقلل من

التوتر حيث يترتب على الاشتراك فيها إشباع الميول والاتجاهات والحاجات النفسية والتعبير عن الذات وتفريغ الانفعالات المكبوتة. (17: 26)

ويتضح لنا من خلال المناقشة السابقة للنتائج تفسير الفرض الثاني للدراسة والخاص بالتعرف على السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين كرة السلة بمنطقة الإسكندرية.

جدول (11)

معامل الارتباط بين المهارات النفسية وأبعاد مقياس السمات الدافعية الرياضية

م	السمات الدافعية الرياضية	المهارات النفسية	الحافز	العنوان	التصميم	المسئولية	القيادة	الثقة بالنفس	الانفعالي التحكم	الصلابة	التدريبية	الضمير الحى	الثقة بالآخرين
1	القدرة على التصور		0.0 41	- 0.0 53	0.23 5	0.5 18	0.1 57	0.4 **16	0.0 52	0.1 92	0.1 48	0.1 56	0.0 378
2	القدرة على الاسترخاء		0.2 40	0.0 20	0.3 **80	0.4 **07	0.0 244	0.3 *54	0.3 *01	0.4 **21	0.3 **59	0.2 56	0.2 88
3	القدرة على تركيز الانتباه		0.2 *63	- 0.1 31	0.3 *46	0.2 53	0.0 513	0.2 *58	0.2 *97	0.2 31	0.1 78	0.3 **74	0.2 17
4	القدرة على مواجهة القلق		0.4 **12	0.0 81	0.1 20	0.2 *93	0.0 90	0.2 *81	0.2 23	0.2 *73	0.0 63	0.2 11	0.0 63
5	الثقة بالنفس		0.0 77	0.1 14	0.3 **80	0.4 **74	0.2 *67	0.4 **56	0.2 *59	0.3 *49	0.5 **01	0.3 **96	0.3 **88
6	دافعية الإنجاز الرياضى		0.4 **28	0.0 56	0.4 **30	0.3 *25	0.2 *59	0.1 31	0.2 36	0.4 **69	0.5 **59	0.4 **22	0.0 25

** دال عند 0.01 = 0.358
* دال عند 0.05 = 0.257

يتضح من الجدول رقم (11) أن هناك ارتباطات إيجابية بين بعض المهارات النفسية وبعض أبعاد مقياس السمات الدافعية لعينة الدراسة، وقد تراوحت تلك الارتباطات

ما بين (0.501)، (0.259) بدلالة معنوية تتراوح ما بين (0.01) ، (0.05) وظهرت تلك الارتباطات الإيجابية على النحو التالي :

أولاً : العلاقة بين القدرة على التصور وبضع السمات الدافعية

أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القدرة على التصور والثقة بالنفس وهذا يعنى أنه كلما ارتفع المستوى التنافسى كلما زادت فرصة استخدام القدرة على التصور فى التدريب وأن اللاعبين ذوى الخبرة يستفيدون من التصور العقلى بدرجة أكبر من اللاعبين الجدد. (30: 344)
فاللعبه حينما تعترض تمريرات الفريق المنافس يجب أن تكون واثقة من نفسها ومن قدرتها ومهارتها فى قطع الكرات وفى نفس الوقت لا يبدو عليها التردد أو القلق وخاصة فى المواقف غير المتوقعة. (28: 456)

وبذلك يداخلها الإيمان بقدرتها وثقتها فى مواهبها وتقبل التحديات التى تختبر حدود قدراتها وما يشملها من قوة أو ضعف مستخدمة إياها للوصول إلى أفضل النتائج ومن ثم تبرز استعدادها لمواجهة أى عقبات فى حدود قدراتها بل وتحسن التصرف فيها. (20: 86)

ولذلك يرى محمد العربى شمعون أن مستوى الأداء من أهم العوامل التى يجب العناية بها عند وضع برامج المهارات النفسية حيث يتباين مستوى الأداء وفقاً لتصنيف اللاعبين فى ضوء الخبرة وعدد سنوات الممارسة ويؤكد أيضاً على أهمية التقارب فى مستوى الأداء لتحقيق التفاعل المطلوب. (20: 81، 82)

ثانياً : العلاقة بين القدرة على الاسترخاء وبعض السمات الدافعية

أظهرت نتائج جدول رقم (11) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.01) بين القدرة على الاسترخاء وسمات (التصميم - المسئولية - الصلابه - التدريبية) بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.05) بين القدرة على الاسترخاء وسمتى (الثقة بالنفس - التحكم الانفعالى) ويؤكد هذه العلاقة الإيجابية ما أشار إليه العديد من العلماء أنه من خلال الاسترخاء يتمكن الفرد من توجيه انتباهه للعمل الذى سيقوم به أى يكون فى حالة انتباه مسترخى **Relaxed Attention** ويضيف محمود عنان نقلاً عن كوكس Cox (1994) أنه لا يمكن أن يوجد العقل القلق فى جسم مسترخياً حيث أنه يصعب أن يكون الفرد عصبياً ومتوتر حال استرخاء جزء من أجزاء جسمه استرخاء تاماً بمعنى أن العصبية وتوتر العضلات والأعضاء غير الإرادية يمكن تخفيضها إذا أصبحت العضلات الهيكلية فى حالة استرخاء. (30: 315)

ويؤكد ذلك أيضاً ما أوضحتته دراسة "ناش وسولين" Nash & Solin (1995) أن الاسترخاء يساعد على تنمية الجوانب الفسيولوجية والبدنية والنفسية ومنها زيادة القدرة على العمل فترات طويلة وتقليل التعب والقدرة على الاسترخاء العضلى أثناء الضغط

العصبى ، تحسين الثقة بالنفس ، تقليل الإحباط والتوتر والعدوان و تحسين التذكر والانتباه والتركيز. (7 :36) ، (20 :173)

وهذا ما تؤكدده سلوى عز الدين فكرى أن تدريبات الاسترخاء العضلى Muscular Relaxation تعد أساساً هاماً فى الإعداد النفسى للأنشطة التنافسية فهى تعمل على زيادة القوى المحركة للجسم، ورفع الروح المعنوية وتعمل على تنمية وتعميق الإحساس والشعور بالنجاح والفوز وبالتالي تسهم فى تحسين مستوى الأداء. (12 :83)

ثالثاً : العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه وبعض سمات الدافعية الرياضية

يتضح من الجدول رقم (11) وجود علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.01) بين القدرة على تركيز الانتباه وسمة الضمير الحى بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.05) بين القدرة على تركيز الانتباه وسمات (الحافز - التصميم - الثقة بالنفس - التحكم الانفعالى) وهذا يؤكد أن الانتباه يمثل بعداً حيويماً فى مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها وتعد قدرة الرياضى على توظيف كل من الانتباه Attention و التركيز Concentration من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة.

ويذكر محمد العربى شمعون أن حدوث الإنجازات الرياضية يرتبط بوجود اللاعب فى الطاقة النفسية المثلى وقد وجد أن أهم ما يميزها هو أن يكون الانتباه قد تم توجيهه كلية إلى أداء المهارة.

وتعتبر مهارات الانتباه إحدى المهارات النفسية الضرورية للأداء الناجح ، ويشير ندفير Nideffer فى هذا الصدد إلى أن الانتباه مهارة يمكن تعلمها وتنميتها من خلال التدريب وبذل الجهد المتواصل، حيث أنه غالباً ما يتقرر مصير المباراة من خلال الأخطاء الصغيرة التى فى كثير من الأحيان يمكن أن إرجاعها إلى فقدان تركيز الانتباه. (20 :258)

رابعاً : العلاقة بين القدرة على مواجهة القلق والسمات الدافعية الرياضية

أظهرت نتائج جدول رقم (11) وجود علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.01) بين مهارة القدرة على مواجهة القلق وسمة الحافز وعلاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.05) بين القدرة على مواجهة القلق وسمات (المسئولية - الثقة بالنفس - الصلابة) وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسات حسن السيد أبو عبده (11 :121)، صباح على صقر (14 :112) والتى أشارت إلى أن القلق Anxiety يعتبر من أهم الظواهر النفسية المصاحبة لتنظيم المنافسات الرياضية حيث يلعب دوراً هاماً فى التأثير على أداء اللاعبين وخاصة الناشئين منهم نتيجة لتطلعاتهم للفوز بنتيجة المباراة وعدم

خسارتها، وقد أوضح محمد حسن علاوى (24: 280) أن القلق قد يكون له قوة دافعة إيجابية تساعد الرياضى على بذل المزيد من الجهد وتعبئة كل قواه، وقد يكون له قوة دافعة سلبية إذ يسهم فى إعاقه الأداء.

وتشير النتائج التى تم التوصل إليها من دراسة سافوى سى Savoy, c (1993) (38) والتى تشير إلى أنه من الضرورى خفض حدة التوتر والقلق الذى يمهد الطريق إلى زيادة تركيز الانتباه وبالتالي تحقيق افضل الإنجازات الرياضية ويتم ذلك عن طريق برامج التدريب العقلى ويمثل الحافز الدافعى الشخصى لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز وبذلك يعتبر مقياساً لجدية المحاولة من قبل اللاعب للوصول للمستوى الأفضل. (31: 85) وعليه تنتظر اللاعبات بشغف المنافسة القوية ويضعن لأنفسهن أهدافاً عالية للوصول لمستوى أفضل، ويتقبلن المخاطر والصعاب على أمل أن ذلك يساعدهن على إتمام الأعمال الموكلة إليهن بنجاح كما يتميز سلوكهن بالإيجابية نحو المنافسة للوصول إلى مستوى البطولة (1: 108-109)، ويرتبط هذا بالقدرة على التغلب بفعالية على ما يعتريه من قلق ومواجهة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة إيجابية (18: 85) أى يتسم سلوكهن بالضبط الذاتى ونادراً ما يفقدوا أعصابهن ويظهرون قدراً كبيراً من الاستقرار والهدوء وعدم الاستثارة، وهذا ما يؤكد العلاقة بين القدرة على مواجهة القلق وبضع السمات الدافعية الرياضية.

خامساً : العلاقة بين مهارة الثقة بالنفس والسمات الدافعية الرياضية

يتضح من الجدول رقم (11) وجود علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.01) بين مهارة الثقة بالنفس وسمات (التصميم - المسئولية - الثقة بالنفس - التدريبية - الضمير الحى - الثقة بالآخرين) بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.05) بين مهارة الثقة بالنفس وسمات (القيادة - التحكم الانفعالى - الصلابه) وهذا يعنى أن مهارة الثقة بالنفس صفة شخصية ضرورية لتحقيق النجاح فهى تساعد اللاعبه على تطوير أدائها الرياضى، كما أن ارتباط هذه المهارة النفسية ببعض السمات الدافعية التى تتمثل فى سمات (المسئولية ، التصميم ، التدريبية ، الضمير الحى والثقة بالآخرين) أمر ضرورى حيث يشير أسامة كامل راتب أن الثقة بالنفس هى درجة الاعتقاد التى يمتلكها الرياضى عن مدى قدرته على تحقيق النجاح ولا شك أن توقع الرياضى لنتائج أدائه يعتبر عاملاً هاماً من حيث التأثير على نتائج الأداء، كما أن الثقة فى توقع النتائج تجعل الرياضى أكثر استعداداً للبذل والعطاء، وكلما زادت درجة التوقع وأصبح الرياضى أكثر ثقة كلما ضاعف ذلك من قدرته على التحمل والمثابرة والتصميم فى مواجهة العقبات التى تقابله أو المشكلات التى تعترضه ويصبح ليس من السهل عليه أن يستسلم للهزيمة أو أن يفقد الأمل وتساعده أيضاً على تركيز الانتباه فى المباراة وتستثير قدراته الكامنة، ويتميز أدائه بالانسيابية والمزيد من القوة والسرعة وتساعده على الاحتفاظ بالهدوء والاسترخاء ورباطة الجأش وخاصة فى مواقف المنافسة الضاغطة.

(6: 342-343)

سادساً : العلاقة بين مهارة دافعية الإنجاز والسمات الرياضية

يتضح من الجدول رقم (11) وجود علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.01) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضى وسمات (الحافز - التصميم - الصلابة - التدريبية - الضمير الحى)، بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوياً عند مستوى (0.05) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضى وسمتى (المسئولية - القيادة) ويعنى ذلك أن مهارة دافعية الإنجاز الرياضى كمهارة نفسية مميزة للاعبين كرة السلة "فيد الدراسة" تتأثر وترتبط ببعض السمات الدافعية كسمة الحافز والتصميم والصلابة والتدريبية والضمير الحى وأيضاً دافعية الإنجاز الرياضى والمسئولية والقيادة.

فرياضة كرة السلة تكون المنافسة فيها من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن ولا بد أن يتميز أفرادها بالسمات الدافعية السابقة لتحقيق هذا المستوى المطلوب وهذا ما يؤكد أسامة كامل راتب حين ذكر أن هناك خصائص عامة تميز الأشخاص الذين يتميزون بدرجة عالية من الإنجاز فى مناشط الحياة المختلفة ومنها النشاط الرياضى وهى :

1. المثابرة فى الأداء.
2. الأداء المتميز بالفاعلية.
3. الأداء بمعدل مرتفع.
4. معرفة اللاعبين لواجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين.
5. الواقعية فى المواقف التى تتطلب المغامرة أو المخاطرة.
6. الأداء فى المواقف التى تتطلب التحدى.
7. تحمل المسئولية فيما يقومون به من أعمال.
8. معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الأفضل.

(6: 78-79)

وهذا ما يؤكد لنا مدى ارتباط مهارة دافعية الإنجاز الرياضى كمهارة نفسية ببعض السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين كرة السلة والمساهمة فى الإنجاز الرياضى ويتمشى ذلك الاستنتاج مع ما أكده أوجيلفى Ogilive فى أنه من خلال الملاحظة الموضوعية والمقابلات الشخصية والبحوث التى تمت وأجريت للصفوة من الرياضيين وبدراسة البروفيل النفسى للرياضيين فى المستويات العالية أتضح تميزهم بالخصائص والسمات النفسية التالية : الدافع - الثقة بالنفس - التحكم الانفعالى - الضمير الحى - القيادة - التصميم - صلابة الرأى - العدوانية - الحساسية - القدرة التدريبية - الثقة بالآخرين. (10: 13)

ويتضح أيضاً من جدول رقم (11) وجود علاقة سالبة بين بعض المهارات النفسية كمهارة القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه وبعض السمات الدافعية الرياضية كسمة العدوان ويفسر ذلك أسامة كامل راتب بأن ارتفاع درجة الاستثارة الانفعالية وحالة التوتر لدى بعض اللاعبين أثناء المنافسة يتوقع منهم أن يكونوا أكثر استعداداً إلى إخراج السلوك العدوانى. (6: 22) ويذكر أيضاً أن السلوك العدوانى للاعب شأنه مثل أى نمط

سلوكى آخر فهو نتاج متغيرات تتكامل مع بعضها البعض، ويمكن تصنيف الأنشطة الرياضية على أساس درجة العدوانية التي تميز اللعبة أو الرياضة فى حدود القواعد والقوانين، كما يشير إلى أنه عادة ما ينظر إلى المنافسة الرياضية على أنها موقف اختبار، ويعنى ذلك أن نتائج المنافسة تحمل بين طياتها خبرة النجاح أو الفشل لبعض المنافسين، وهذا الفشل يمثل خبرة إحباط تجعل الرياضى أكثر تهيؤاً لظهور السلوك العدوانى وهذا التفسير يتفق مع تفسير نظرية الدافع التي تفسر العدوان على أنه يحل محل الإحباط الذى يلعب دوراً هاماً فى العدوان فهو يستثير الغضب ويتيح حالة من الاستعداد للقيام بالسلوك العدوانى. (6: 212-216)

ويشير محمد حسن علاوى إلى أنه فى المجال الرياضى قد يتخذ التنافس بين بعض الفرق الرياضية اتجاهاً سلبياً لسبب أو لآخر، وعندئذ يحدث العدوان بين الفريقين المتنافسين (23) وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكره أسامة كامل راتب إلى أن السلوك العدوانى مكتسب ومن ثم فإن التدعيم الإيجابى وتشجيعه يؤدى إلى زيادته، بينما التدعيم السلبى ورفضه يؤدى إلى نقصانه وعدم وجوده (6) وبالتالي فكلما زادت قدرة لاعبة كرة السلة على استخدام مهارة التصور بصورة جيدة أدى ذلك إلى عدم ظهور سمة العدوانية لديها حيث يمكن الاستفادة من التصور فى اكتساب اللاعبة القدرة على المواجهة والسيطرة على انفعالاتها وأيضاً العمل على تطوير وبناء ثقافتها فى نفسها وتدعيم التقدير الإيجابى لقدراتها البدنية والمهارية. (7: 119 - 120)

وأيضاً قدرتها على استخدام مهارة تركيز الانتباه يؤدى إلى الإقلال من ظهور سمة العدوانية حيث يعرف "ناش ، سولين" (1995) تركيز الانتباه بأنه " القدرة على عزل المشتتات الموجودة فى البيئة الخاصة بالنشاط الرياضى والمشتتات بالرياضى نفسه مثل التفكير السلبى الذى يظهر فى صورة العدوانية وعدم الراحة البدنية". (36: 12) وأيضاً كلما زادت مقدرة الرياضى على التركيز فى الشئ الذى يقوم بأدائه كلما حقق استجابة أفضل حيث أن الرياضى الذى يفتقد إلى التركيز ولو بنسبة ضئيلة فإن ذلك يؤثر سلباً على أدائه ويحول دون تحقيق أقصى أداء ممكن. (6: 361)

ومن خلال المناقشة السابقة يتضح لنا تفسير الفرض الثالث والذى أثبتت العلاقة الإيجابية بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية للاعبات كرة السلة. "قيد الدراسة" ما عدا مهارتى القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه وسمة العدوانية حيث ظهرت بينهما علاقة سلبية. ومما سبق يتضح لنا أنه لا بد من تزامن إجراءات تنمية المهارات النفسية والتي تمثل الجانب العقلى مع الإجراءات الخاصة لتنمية السمات الدافعية الرياضية والتي تمثل الجانب النفسى والتي يجب أن تستكمل مع نهاية مرحلة الإعداد النفسى الأساسى للرياضى.

الاستخلاصات :

فى حدود عينة البحث والنشاط الرياضى المختار ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستخلاصات التالية.

- تتميز لاعبات كرة السلة "قيد الدراسة" بالمهارات النفسية الآتية : مهارة دافعية الإنجاز الرياضى، مهارة القدرة على التصور، الثقة بالنفس، القدرة على الاسترخاء ، القدرة على تركيز الانتباه و القدرة على مواجهة القلق.
- تتميز لاعبات كرة السلة "قيد الدراسة" بسمات الدافعية الرياضية الآتية : الحالة التدريبية ، الضمير الحى ، المسئولية ، الثقة بالآخرين ، الحافز ، التصميم ، الصلابة، الثقة بالنفس، القيادة ، التحكم الانفعالى.
- أظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية عند مستوى (0.01) ، (0.05) بين المهارات النفسية وأبعاد السمات الدافعية الرياضية فيما عدا مهارة القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه فقد أظهرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين هاتين المهارتين وسمة العدوان حيث أنه كلما زادت قدرة اللاعب على استخدام مهارة التصور ومهارة تركيز الانتباه أثناء أدائها أدى ذلك إلى قدرتها على المواجهة والسيطرة على انفعالاتها وتقدير قدرتها البدنية والمهارية مما يقلل من إظهار سمة العدوان التى تعتبر رد فعل للإحباط والأداء غير الموفق. .

التوصيات :

- فى حدود ما أمكن التوصل إليه من استخلاصات يمكن التوصية بما يلى :
- الاسترشاد بأهمية المهارات النفسية كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.
- الاستعانة بالأخصائى النفسى الرياضى والتنسيق بينه وبين المدرب لنجاح العملية التدريبية.
- ضرورة قيام الأخصائى النفسى الرياضى بتنمية وتطوير المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبات كرة السلة مع الاهتمام بالتعرف على نواحى القوة والضعف وملاحظة تطورهما ومواصلة تقييمهما مع تسجيل معدلات كل لاعبة.
- أهمية التأكيد على أنه كلما أمكن تدريب المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية فى عمر مبكر كان ذلك أفضل.
- أن يقوم الأخصائى النفسى الرياضى بتدريب المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبين بما يتناسب مع أعمارهم و مستوياتهم.
- التأكيد على كل من الأخصائى النفسى الرياضى واللاعب بأن المهارات النفسية والسمات الدافعية تحتاج إلى تدريب متواصل حتى تصل إلى المستوى الذى يمكن به توظيفها فى المواقف التنافسية.
- إجراء دراسات أخرى مشابهة على لاعبي الأنشطة الأخرى للتعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية المميزة لكل نشاط من هذه الأنشطة.

أولاً: المراجع العربية :

1. إبراهيم عبد ربه خليفة : الصفات الحركية والقياسات الحسية والسمات الدافعية المميزة لمتسابقى الميدان والمضمار ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، 1985.
2. أحمد أمين فوزى : بعض السمات الانفعالية المميزة للاعبى المراكز المختلفة فى كرة السلة، المؤتمر الرياضى الأول ، كلية التربية الرياضية، جامعة الأردن، 1986.
3. أسامة كامل راتب : دوافع التفوق فى النشاط الرياضى، دار الفكر العربى ،القاهرة، 1990.
4. — : قلق المنافسة (ضغوط التدريب - احتراق الرياضى) ، دار الفكر العربى، القاهرة، 1997.
5. — : الإعداد النفسى لتدريب الناشئين - دليل المدربين وأولياء الأمور، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1997.
6. — : علم نفس الرياضة (المفاهيم - التطبيقات)، دار الفكر العربى، القاهرة ، 2000.
7. — : تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة، 2000.
8. أسامة كامل راتب ، مصطفى محمد مرسى : السمات الانفعالية لدى السباحين والسباحات الناشئين وعلاقتها بالإنجاز الرقمى، نظريات وتطبيقات، العدد الثانى عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين، بالإسكندرية، 1991.
9. بثينة محمد فاضل : الفروق فى المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقاً لنتائج المباريات ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا، العدد 27، 1999.
10. — : البروفيل النفسى للمستويات الرياضية العالية، مقال علمى مقدم للجنة العلمية الدائمة لترقية الأساتذة ، المجلس الأعلى للجامعات ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية، 2000.
11. حسن السيد أبو عبده : دراسة العلاقة بين سمة القلق التنافسى وبعض مصادر الضغط النفسى لدى ناشئى كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية البدنية

والرياضة فى الوطن العربى، كلية التربية الرياضية للبنين،
بالقاهرة، جامعة حلوان، 1993.

12. سلوى عز الدين فكرى : تأثير برنامج لتمارين الاسترخاء على تحسين كل من
القدرة على الاسترخاء ودقة تصويب الرمية الجزائية من السقوط
فى كرة اليد ، نظريات وتطبيقات، العدد العاشر، كلية التربية
الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1991.

13. شعبان إبراهيم ، طارق بدر الدين : العوامل النفسية المسهمة فى الإنجاز الرياضى
للاعبى كرة السلة، نظريات وتطبيقات، العدد 42 ، كلية التربية
الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 2001.

14. صباح على صقر : قلق المنافسة الرياضية والسمات الانفعالية وعلاقتها بنتائج
البطولات لدى المبارزين ، المجلة العلمية للتربية البدنية
والرياضة، بحوث مؤتمر الرياضة والمبادئ الأولمبية و
التراكمات والتحديات، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان، 1994.

15. صدقى نور الدين محمد : العلاقة بين الاتجاه التنافسى والثقة الرياضية كسمة
وكحالة لدى لاعبي كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية
والرياضة، المؤتمر العلمى للرياضة والمبادئ الأولمبية
والتراكمات والتحديات، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان ، 1994.

16. عبد العزيز النمر ، مدحت صالح سيد: كرة السلة، الأساتذة للنشر والتوزيع ،
القاهرة، 1998.

17. محمد الحماحمى : معوقات ممارسة الأنشطة والهوايات الترويحية لدى طلبة
الجامعة ، مجلة البحوث التربوية ، كلية التربية ، جامعة طنطا،
1983.

18. محمد العربى شمعون : السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين ،
رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين
بالقاهرة، جامعة حلوان، 1979.

19. — : التدريب العقلى - الطريق إلى البطولة، الاتحاد العربى للطب الرياضى ،
مجلة علوم الطب الرياضى، البحرين، العدد الثانى، 1995.

20. — : التدريب العقلى فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة،
1996.

21. محمد حسن أبو عبيبة : المنهج فى علم النفس الرياضى، دار المعارف، الإسكندرية،
1986.

22. محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضى، دار المعارف، القاهرة، 1979.

23. — : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط2 ، دار المعارف، 1983.

24. — : علم النفس الرياضى، ط9 ، دار المعارف، القاهرة، 1994.
25. — : علم نفس المدرب والتدريب الرياضى، دار المعارف، 1997.
26. — : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضة ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
27. — : مدخل فى علم النفس الرياضى، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، 1998.
28. محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة، 1987.
29. محمود عبد الحليم منسى : مقدمة فى الإحصاء النفسى والتربوى، دار المعارف، 1980.
30. محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة "النظرية والتطبيق والتجريب"، دار الفكر العربى، القاهرة، 1995.
31. محمود محمد سالم : سمات الدافعية الرياضية المميزة لمراكز اللعب فى كرة السلة، بحث منشور ، المجلد الحادى عشر، كلية التربية الرياضية للبنات ، بالقاهرة، جامعة حلوان، يناير 1999.
32. مصطفى أبو زيد : العوامل المرتبطة بالسلوك القيادى فى المجال الرياضى، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، 1990.
33. نادية سلطان ، نبيلة محمود : السلوك القيادى للمدرب الرياضى وعلاقته بالسمات الدافعية الرياضية لناشئات كرة اليد بمحافظة الإسكندرية، المؤتمر العلمى الدولى الثالث، رياضة المرأة وعلوم المستقبل بين التأثير والتأثر، 19-22/10/1999 ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 1999.
34. يحيى كاظم النقيب : علم النفس الرياضى ، معهد إعداد القادة، اللجنة السعودية للتربية البدنية والرياضة، 1990.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

35. Cratty, B., : Movement Behavior and Motor Learning , 3rd Lea & Febiger Publisher , Philadelphia, 1979.
36. Nash & Soline : A guide for Relaxation and Inner Mental Training , 1995.
37. Nideffer . R. : The Athletics and Practice of Applied, Sport Psychology , Mcnoughton Gnu, Michigan, 1981.

38. Savoy . C., : A yearly Mental Training Program for Psychologist (Champaign) (2), June , 1993, PP, (173- 190).

ملخص

المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية

م.د نبيلة أحمد محمود

مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية

تهدف الدراسة إلى تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة والمهارات النفسية المساهمة في تنميتها والتعرف على نوعية العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة قيد الدراسة.

وقد تم تطبيق مقياس السمات الدافعية الرياضية تصميم "تنكو" و "ريتشارد" اقتباس وتعديل د. محمد حسن علاوى.

ومقياس استخبارات المهارات النفسية صممه كل من "ستيفاتن بل" و "جون إلينسون" و "كريستوفر شامروك" وقد قام د. محمد حسن علاوى بإعداده وتعريبه.

وتم تطبيقهما على لاعبات كرة السلة بأندية منطقة الإسكندرية (سموحة - سبورتنج) وقد توصلت الدراسة إلى تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين بعض السمات الدافعية الرياضية والمهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة.

Summary

Discriminative Psychological Skills For Basketball Players And Its Relation With Sport Defensive Features

Dr. Nabila Ahmed Mahmoud

Lecturer Educational, Psychological & Social Department
Faculty of Physical Education for Girls

The study aims to specify the sport defensive features that discriminates Basketball players, and psychological skills that participates in developing it and recognizing the relation species between psychological and defensive skills that discriminates Basketball players in this study.

The estimation sport defensive measurement was applied, which is designed by "Ttko" and "Richard", modulated and quoted by Dr. Mohamed Hassan Alawy and inquiring psychological skills measurement was designed by "Stephan Bill" , "John Alinson" and "Christopher Shambrok" Dr. Mohamed Hassan Alawy had prepared and translated it in to Arabic Language.

It was applied on Basketball players in Alexandria Clubs (Smouha - Sporting) , and the study had reached to determine the sport defensive Features that discriminates Basketball players, the results that there is a positive relation between some sport defensive features and psychological skills which discriminates Basketball players.