



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة اليد المتقدمين وعلاقتها بترتيب الفرق

م. د سردار حكيم محمد امين

م. اياد كامل شعلان

مديرية تربية ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

sr31708856@gamil.com

aldlymaayd07@gmail.com

هاتف 07707720256

هاتف 07704851131

م.د مروة خالد جهاد

جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

gty212@gmail.com

هاتف 07716056463

الكلمات المفتاحية: الاستثارة الانفعالية ، التوتر النفسي ، كرة اليد

مستخلص البحث

لعبة كرة اليد هي احدى الالعاب الرياضية الفريقية المهمة ذات القاعدة الشعبية الواسعة الانتشار ، ويعتمد مستوى اللاعب على عدة علوم ومنها علم النفس الرياضي ذي التأثير المباشر عليه وخاصة أثناء المنافسات ، الا ان كرة اليد في العراق تتطلب الطموح الاكثر تطوراً مما يتطلب من الباحثين والمهتمين الوقوف على اهم المسببات الرئيسية التي تعمل دون تطورهما وبالتالي تلك التي تحول دون تقدم اللعبة في القطر ، ان عملية التطور اصبحت شاغلة تفكير المدربين واللاعبين والمختصين في لعبة كرة اليد وذلك من خلال الكشف عن العضلات ومسبباتها وبالتالي معالجتها لتطوير الحالة المطلوبة .

وتكمن مشكلة الباحث عدم معرفة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين كونهم اعلى مستوى يمثل اللعبة في القطر وكذلك لدى مدربيهم ومدى علاقتها بترتيب فرقهم .

ويرمي الباحثين الى معرفة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة اليد المتقدمين بدوري النخبة للموسم 2021 .

ويفترض الباحثين هناك تباين في مؤشرات الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى المدربين واللاعبين .

اما عينة البحث شملت عينة الدراسة على (42) شخصاً والمتمثلة (12) مدرباً موزعين (6) مدربين و (6) مساعدي مدربين وشملت عينة الدراسة على (30) لاعب ، اذ وزعت العينة على ستة منتديات هي (ديالى ، كربلاء ، الحشد ، الكهرياء ، الشرطة ، الجيش) ضمن دوري النخبة لكرة اليد للموسم (2021) ، وبالتجانس مدرب واحد ومساعد واحد و (5) لاعبين اساسيين من كل نادي .

1- المقدمة:

ان تطور المجال الرياضي يعتبر مرآة لتطور جميع الالعاب الرياضية الفرقية او الفردية ، ومن بين هذه الالعاب التي اشتملت التطور هي لعبة كرة اليد التي هي احدى الالعاب الرياضية الفرقية المهمة ذات القاعدة الشعبية الواسعة الانتشار ، ويعتمد مستوى اللاعب على عدة علوم ومنها علم النفس الرياضي ذي التأثير المباشر عليه وخاصة أثناء المنافسات ، الا ان كرة اليد في العراق تتطلب الطموح الاكثر تطوراً مما يتطلب من الباحثين والمهتمين الوقوف على اهم المسببات الرئيسية التي تعمل دون تطورها وبالتالي تلك التي تحول دون تقدم اللعبة في القطر .

وتكمن أهمية البحث في كونه يساعد على الكشف عن درجات الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى المدربين واللاعبين المتقدمين في لعبة كرة اليد لدوري النخبة ومدى علاقتهما في ترتيب الفرق ، وان تشخيصها بشكل علمي ودقيق سوف يساعدهم على الاهتمام الجاد بهذا الجانب المهم ، والحيوي للارتقاء بمستوى الفرق وتحقيق ترتيب افضل .

مشكلة البحث : من خلال المقابلات الشخصية مع مدربي كرة اليد العراقيين والبعض من المختصين اشر الباحثين بوجود ضعف لدى المدربين والمختصين في معرفة المتغيرات قيد البحث (قوة الاستثارة الانفعالية ودرجة التوتر النفسي) ، لدى لاعبي كرة السلة المتقدمين كونهم اعلى مستوى يمثل اللعبة بالقطر بالاضافة الى مدربيهم ومدى علاقة هذه المتغيرات بترتيب فرقهم ، لذا ارتأى الباحثين تناول هذه المشكلة ودراستها من خلال استخدام المقاييس الخاصة بكل من هذه المتغيرات على ما نحمله عينة البحث .

ويرمي الباحثين معرفة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة اليد المتقدمين بدوري النخبة للموسم ومدى علاقة هذه المتغيرات بترتيب الفريق في دوري النخبة. ويفترض الباحثين هناك تباين في مؤشرات الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مجاميع عينة البحث واللاعبين اكثر استثارة انفعالية وتوتر نفسي من المدربين وذلك لمحاكاتهم المباشرة مع المنافس .

منهجية البحث والاجراءات الميدانية: استعمل الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث حيث ان المنهج الوصفي هو " دراسة الظواهر والاحداث وجمع الحقائق والمعلومات ودراسة حالة النمو . (محجوب ،بدري ،2004، ص34)

مجتمع البحث وعينته :

تشكلت عينة البحث من عدد من اللاعبين والمدربين بلغ عددهم (42) فرداً توزعوا بالشكل الاتي :-

أ- المدريون :- تشكلت مجموعة المدربين من (12) مدرب ومساعد مدرب وبواقع مدرب ومساعد لكل فريق من الفرق الستة المشاركة في دوري النخبة وكانت النسبة المئوية لهم (100%) من عينة المدربين في دوري النخبة .

ب- اللاعبون :- تشكلت مجموعة اللاعبين من (30) لاعب وبواقع (5) لاعبين من كل فريق (ديالى ، كربلاء ، الحشد ، الكهرياء ، الشرطة ، الجيش) وبهذا كانت النسبة المئوية لمجموعة اللاعبين (42%) من عينة اللاعبين في دوري النخبة والبالغ عددهم (72) لاعب .

وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

المصادر والمراجع العربية والاجنبية ، الملاحظة ، الاستبانة ، التجارب الاستطلاعية، فريق العمل المساعد، الوسائل الإحصائية اما الأدوات والأجهزة المستخدمة حاسبة يدوية ، كمبيوتر ، ساعة توقيت .المقاييس

مقياس الاستثارة الانفعالية :

استعمل الباحثين مقياس الاستثارة الانفعالية الذي يهدف الى التعرف على درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي اعدة (اسامة كامل راتب 1997).(راتب ،1997،ص205)

ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس مستوى الاستثارة الانفعالية وله درجة عالية من الثبات والصدق والموضوعية . ويتكون هذا المقياس من (50) فقرة . والاجابة على هذه الفقرات تكون على ثلاثة بدائل وتقيم الدرجات كالآتي :-

(3 درجة) غالباً (2 درجة) احياناً (1 درجة) نادراً

وقد تم تعريف المقياس واخضاعه لبعض التعديلات لاجل تطبيقه على البيئة العراقية وعلى افراد اخرين غير اللاعبين وهم المدربين ، وذلك من خلال عرض المقياس على الخبراء المختصين وبذلك اصبح مقياس الاستثارة الانفعالية من (48) فقرة .

مقياس التوتر النفسي :

استعمل الباحثين مقياس التوتر النفسي الذي يهدف الى التعرف لدرجة التوتر النفسي لعينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي اعدته (هدى جلال محمد 2004) ويصلح هذا المقياس لمعرفة مستوى التوتر النفسي لدى عينة البحث . ويتكون هذا المقياس من (31) فقرة ، وتكون الاجابة على هذه الفقرات على خمسة بدائل .

تتطبق عليه
تتطبق عليه
تتطبق عليه
تتطبق عليه
تتطبق عليه

بدرجة قليلة
بدرجة متوسطة
بدرجة كبيرة
بدرجة كبيرة جداً
اطلاقاً

وقد عرف الباحثين المقياس من خلال عرضه على السادة الخبراء وبالمختصين الذين عرض عليهم مقياس الاستثارة الانفعالية حيث تمت الموافقة على جميع الفقرات عدا فقرة واحده لم تحصل على درجة ثقتهم وبذلك اصبح مقياس التوتر النفسي يتكون من (30) فقرة بدلاً من (31) فقرة تقسم الى مجموعتين ، مجموعة الفقرات الايجابية وعددها (16) ومجموعة الفقرات السلبية وعددها (14) .

وتكون الاجابة على الفقرات الايجابية تنازلياً من اعلى قيمة (5) وحتى اقل قيمة (1) ، اما الاجابة على الفقرات السلبية تكون تصاعدياً من اقل قيمة (1) وحتى اعلى قيمة (5) .

اجراءات البحث الميدانية :

التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الساعة الواحدة والنصف ظهراً يوم (21 / 12 / 2021) على القاعة المغلقة في محافظة ديالى على لاعبي كرة السليمانية المتقدمين في نادي البشمركة الرياضي والبالغ عددهم (12) لاعب وكذلك مدرب ومساعد المدرب وبهذا يكون مجموع العينة (14) فرداً . علماً بأن العينة الاستطلاعية تحمل نفس مواصفات العينة الرئيسية بكونها من فرق الدوري الممتاز بكرة اليد .

وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على :-

- 1- كفاءة فريق العمل المساعد.
 - 2- الوقت المستغرق بتسليم واستلام الاستمارات حتى يتلائم مع تدريب الفريق ووقت مبارياتهم
 - 3- الصعوبة التي تواجه الباحث أثناء تنفيذ التجربة الرئيسية .
 - 4- مدى استجابة عينة البحث لمحتويات استمارات المقياسين .
- التجربة الرئيسية :

بعد اعداد اداتي البحث بشكل نهائي وبعد تحديد العينة الاصلية والبالغ مجموعها (42) فرداً المتضمنة (12) مدرب و (30) لاعب من الاندية المشاركة في دوري النخبة بكرة السلة ، طبق المقياسين بصيغتهما النهائية في فترة اجراء دوري النخبة للفرق العراقية للدرجة الممتازة بكرة السلة حيث تمثل هذه العينة افضل مستوى تنافسي للعبة في القطر .

وقد وزعت الاستمارات الخاصة بالمقاسين على افراد عينة البحث قبل (60) دقيقة من بدء المباراة ، وبأسلوب الاتصال المباشر ، اذ اجري التطبيق من الباحث وفريق العمل المساعد وقام الباحثين بشرح اهداف البحث لافراد العينة مع التأكيد على ضرورة الاجابة عن جميع الفقرات في المقياسين بصدق . وقد استغرق وقت الاجابة على المقياسين بين (30- 40) دقيقة

الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات التي حصل عليها .

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية:

قام الباحثين بعرض النتائج التي توصل اليها ومناقشتها للتعرف على مدى تأثيرها على ترتيب الفرق بالدوري

وفيما يلي عرض لنتائج البحث وتحليلها ومناقشتها بعد عرض البيانات الاولية :-

عرض وتحليل نتائج الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي كرة اليد

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي للاعبين وترتيب الفرق في الدوري

ترتيب الفرق في الدوري	التوتر النفسي		الاستثارة الانفعالية		الفرق
	ع +	س	ع +	س	
الاول	2.1	94.2	1.9	104.2	الشرطة
الثاني	3.7	96.2	2.4	106.2	الجيش
الثالث	4.4	88.4	4.5	101.2	الحشد
الرابع	5.2	90	6.2	100.4	ديالى
الخامس	5.9	85.4	6.3	100.8	الكهرباء
السادس	11.5	91.6	6.7	100.2	كربلاء

يبين جدول (4) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي فرق الدوري الممتاز بكرة اليد وعلاقتها بترتيب الفرق النهائي لدوري النخبة .

اتضح من الجدول فيما يخص الاستثارة الانفعالية للاعبين وجود ثلاثة مستويات احداها عالية والاخرى منخفضة والثالثة متوسطة ، وكلما كانت قيمة الاستثارة الانفعالية للاعبين عالية تحقق فرقهم انجاز افضل .

وهذا يدل على انه كلما كانت قيمة الوسط الحسابي عالية في الاستثارة الانفعالية يحقق اللاعب انجاز افضل له والنتيجة النهائية في صالح الفريق الذي ينضم له اللاعب .

وهذا ما يؤكد حصول فريقا الشرطة والجيش على المركز الاول والثاني على التوالي وللذان يحملان وسطاً حسابياً في الاستثارة الانفعالية عالياً جداً ، في حين انت الفرق ذات الوسط الحسابي المتوسط (الحشد ، وديالى) على المركزين الثالث والرابع وكذلك الفرق التي تحمل وسطاً حسابياً منخفض (الكهرياء ، كربلاء) حصلت على المركزين الخامس والسادس في الترتيب العام لدوري النخبة .

حيث ان فريق الشرطة حصل على المركز الاول لانه يمتلك انحراف معياري في الاستثارة الانفعالية قليل وكانت قيمة (1.9) أي ان قيم الاستثارة الانفعالية تتحرف بمقدار (1.9) عن وسطها الحسابي البالغ (104.2) ، اما فريق نادي الجيش فقد حصل على قيمة اعلى من قيمة فريق نادي الشرطة في الانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية ولكن بنفس الوقت هي قيمة اقل من قيم الفرق الباقية والمشاركة في دوري النخبة ، وهذا ما جعل فريق نادي الحلة يحصل على المركز الثاني في الدوري .

اما قيمة الانحراف المعياري في الاستثارة الانفعالية لفريق نادي ديالى كانت (6.2) وهي قيمة اعلى من قيم الانحراف المعياري للفرق (الشرطة، الجيش ، الحشد) ولكن بنفس الوقت هي قيمة اقل من قيم الانحراف المعياري لفريقي (الكهرياء، كربلاء) ، لذلك حصل فريق نادي ديالى على المركز الرابع في الدوري .

اما قيمة الانحراف المعياري لفريق نادي الكهرياء كانت (6.3) وهي قيمة اعلى من قيم الانحراف المعياري لفرق (الشرطة ، الجيش ، الحشد ، ديالى) ولكن بنفس الوقت هي قيمة اقل من قيمة فريق نادي كربلاء ، وهذا دليل على ما حققه فريق نادي الكهرياء بحصوله على المركز الخامس في الدوري .

اما فريق نادي كربلاء فقد كانت قيمته للانحراف المعياري (6.7) وهي قيمة اعلى من باقي قيم الفرق المشاركة في دوري النخبة ، لذلك حقق فريق نادي كربلاء المركز السادس والاخير في دوري النخبة .

ويرى الباحثين بانه كلما كانت الاستثارة الانفعالية للاعب عالية من ناحية تشجيعه على الاداء الافضل لاجل الحصول على نتائج اعلى ، وبذلك يرى الباحثين انه من الضروري اشتثارة لاعبي كرة اليد في الدوري الممتاز والفرق المشاركة من اجل التنافس الافضل للحصول على نتائج اعلى .

يتضح مما سبق انه كلما كان الوسط الحسابي للتوتر النفسي عالي يحقق اللاعب انجاز افضل وبالتالي تكون محصلة هذا الانجاز الافضل الى الفريق الذي ينضم له اللاعب .
وهذا ما يؤكد حصول فريق نادي الشرطة على المركز الاول وفريق نادي الجيش على المركز الثاني ، وهما الفريقان اللذان يحملان وسطاً حسابياً عالياً في التوتر النفسي ، بينما باقي الاندية وخاصة (الكهرياء وكريلاء) يحملان وسطاً حسابياً منخفض جداً ، لذلك حققا المركزان الخامس والسادس في الترتيب العام لدوري النخبة .
وان الفريق الذي يحصل على وسط حسابي عالي وبنفس الوقت يحصل على انحراف معياري قليل يحقق افضل النتائج ، وذلك حيث ان فريق نادي الكرخ كان لديه وسط حسابي عالي وانحراف معياري قليل في التوتر النفسي حقق المركز الاول في الدوري .
ان التوتر النفسي العالي لدى فريقي (الشرطة ، الجيش) يدل على مدى حرص لاعبي الفريقين في الحصول على المركز الاول والثاني التي تعتبر من المراكز المتقدمة في الدوري ، وان حصول الفريقين على هذه المراكز ناتجة من بذل المجهود العالي في الاداء الافضل من حيث الاداء المهاري واللياقة البدنية وتطبيق الخطط الموضوعية التي تهدف الى تحقيق افضل النتائج وبالتالي الفوز بالمباراة .
ان حرص لاعبي فريقي (الشرطة ، الجيش) كان اعلى من بقية افراد الفرق الاخرى بسبب كونهم بطلَيّ الدوري للسنتين السابقتين ، مما ساهم حصول الفريقين على مراكز متقدمة مقارنة ببقية الفرق الاخرى ، وهذا يشير الى انه كلما كان التوتر النفسي عالي للاعبين كان افضل من خلال تشجيع اللاعبين لدفعهم للاداء الافضل .

عرض وتحليل نتائج الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مدربي فرق دوري النخبة بكرة السلة

جدول (5)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لمدربي فرق دوري النخبة بكرة السلة

ترتيب الفرق في الدوري	التوتر النفسي		الاستثارة الانفعالية		الفرق
	ع +	س	ع +	س	
الاول	0.5	91.5	صفر	89.5	الكرخ
الثاني	1	87	1	89	الحلة
الثالث	3	109	2	95	دهوك
الرابع	4	90	2	92	الكهرباء
الخامس	6.5	84.5	2.5	88	الشرطة
السادس	8	84	7.5	88.5	التضامن

يتبين من الجدول (5) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية وكذلك التوتر النفسي لدى مدربي دوري النخبة بكرة السلة ويرى الباحثين انه كلما كانت قيمة الاستثارة الانفعالية متوسطة بالنسبة للمدربين تحقق فرقهم انجازاً افضل .

وهذا ما يؤكد فريقا (الشرطة ، الجيش) في حصولهما على المركزين الاول والثاني على التوالي ، حيث يحمل مدربيهم وسطاً حسابياً متوسطاً في الاستثارة الانفعالية ، بينما تأتي الفرق ذات الوسط الحسابي المنخفض (الكهرباء ، كربلاء) والفرق اصحاب الوسط الحسابي المرتفع (دهوك ، الكهرباء) في مراكز لاحقة ومتأخرة في الترتيب العام لدوري النخبة .

ان الانحراف المعياري كلما كان قليلاً كان افضل أي ان انحراف القيمة عن وسطها الحسابي قليل ، وهذا ما حصل في دوري النخبة حيث حصل فريق نادي الشرطة على المركز الاول لان مدربيهم يمتلكون انحراف معياري في الاستثارة الانفعالية قليل ، اما مدربي فريق نادي الجيش فقد حصلوا على قيمة اعلى من قيمة مدربي فريق نادي الشرطة ولكن بنفس الوقت هي

قيمة اقل من قيم مدربي الفرق الباقية ، وهذا ما جعل فريق نادي الجيش يحصل على المركز الثاني في الدوري .

وكانت قيمة الانحراف المعياري لمدربي فريق نادي الحشد ومدربي فريق نادي اديالى متساوية ولكن هي اعلى من قيم مدربي فرق (الشرطة ، الجيش) ، وهي بنفس الوقت اقل من قيم باقي مدربي الفرق المشاركة في الدوري ، مما جعل فريق نادي الحشد وفريق نادي ديالى يحصلوا على المركز الثالث والرابع على التوالي في الدوري .

اما قيمة الانحراف المعياري لمدربي فريق نادي الكهرباء هي اعلى من قيم مدربي الفرق (الشرطة ، الجيش ، الحشد ، ديالى) ، ولكن بنفس الوقت اقل من قيمة الانحراف المعياري لمدربي فريق كربلاء ، وهذا ما جعل فريق نادي الكهرباء يحصل على المركز الخامس في الدوري .

ويؤكد الباحثين على مدى اهمية التوتر النفسي المتوسط لدى مدربي فرق دوري النخبة ، حيث كلما كان التوتر النفسي متوسطاً كانت نتائج فرقهم افضل من حيث ترتيب هذا الفرق في دوري النخبة .

عرض وتحليل ومناقشة الفروق في الاستثارة الانفعالية بين المدربين واللاعبين

جدول (6)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية بين المدربين واللاعبين

الدلالة الاحصائية	قيمة ت		درجة الحرية	حجم العينة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	اللاعبين
	المحسوبة	الجدولية					
غير معنوي	0.92	2.02	40	30	27.9	102.83	اللاعبين
				12	15	90.33	المدربين

يتبين من جدول (6) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستثارة الانفعالية لدى

كل من المدربين واللاعبين

وان ارتفاع مستوى الاستثارة الانفعالية لدى اللاعبين بسبب احتكاكهم المباشر والعالي مع

منافسيهم وكذلك بحرصهم على تحقيق غاياتهم في الفوز والحفاظ على ما حققوه في المواسم

السابقة من مراتب متقدمة في الدور الممتاز وهذا جعل استثارتهم الانفعالية عالية .

اما بالنسبة للمدربين فإن ارتفاع استناراتهم الانفعالية يدل على مدى حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه من خلال اداء كامل المباراة بكامل قواهم البدنية والنفسية من اجل الحصول على افضل النتائج والبقاء على هذا المستوى الجيد والمحافظة على سمعة ومركز الاندية العريقة التي ينتمون اليها ، ويعود سبب ارتفاع درجة الاستثارة للاعبين الى ان اغلبية لاعبي دوري النخبة يمثلون المنتخبات الوطنية ولهم مشاركات خارجية دولية ، ونتيجة لهذه المشاركات اصبحت لهم خبرة ميدانية ادت في النهاية الى ضبط الحالة النفسية اثناء المباراة مما جعل الاستثارة الانفعالية للاعبين مقاربة للاستثارة الانفعالية للمدربين .

عرض وتحليل ومناقشة الفروق في التوتر النفسي بين المدربين واللاعبين

جدول (7)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمدربين واللاعبين في التوتر النفسي

الدلالة الاحصائية	قيمة ت		درجة الحرية	حجم العينة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
	المحسوبة	الجدولية					
غير معنوي	2.02	0.06	40	30	32.8	93.96	اللاعبون
				12	23	91.83	المدربون

يتبين من جدول (7) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للتوتر النفسي لدى كل من المدربين واللاعبين

وان ارتفاع مستوى التوتر النفسي للمدربين يدل على حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه للحفاظ على مكانتهم العالية في تمثيل هذه اللعبة في دوري النخبة ، وهذا دليل على تنافسهم العالي مع الخصم وحرصهم الشديد على تحقيق افضل النتائج .

ان ارتفاع مستوى التوتر النفسي لدى اللاعبين بسبب ان ادارة النادي تطلب منهم الاداء الافضل وذلك بسبب ان رواتب اللاعبين عالية مما يؤدي الى الحرص الشديد للاعبين للفوز والبقاء على مستواهم .

اما بالنسبة للمدربين فان ارتفاع مستوى التوتر النفسي لهم يدل على مدى حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه من خلال اداء كامل المباراة بكامل قواهم

البدنية والنفسية من اجل حرصهم الشديد لعدم خسارتهم امام المنافس والبقاء على هذا المستوى الجيد والمحافظة على سمعة ومركز الاندية العريقة التي ينتمون اليها ، ودليل ذلك ما ورد في جدول (6) بعدم وجود فروق معنوية بين اللاعبين والمدربين في التوتر النفسي .

ويرى الباحثين سبب ذلك الى ان معظم مدربي ولاعبي الدوري هم من اصحاب التأهيل الاكاديمي المختص بالجانب الرياضي وبالتالي يمتلكون خلفية لا بأس بها عن الجانب والاعداد النفسي وكذلك ان عينة البحث كانت تمثل بأغلبها لاعبي المنتخب الوطني ومنتخب الشباب وكذلك الحالة بالنسبة للمدربين .

الخاتمة:

وتوصل الباحث الى الاستنتاجات التالية: ترتفع قيمة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتقدمة ، وتنخفض مع لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتأخرة وان قيمة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي للمدربين تكون متوسطة لدى مدربي الفرق المتقدمة لذا كانت الدلالة الاحصائية للاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي غير معنوية بين المدربين واللاعبين .

ويوصي الباحث: ان العمل على زيادة الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين من اجل الحصول على نتائج افضا و محاولة المحافظة على الاستثارة الانفعالية المتوسطة والتوتر النفسي بمستوى متوسط لدى مدربي كرة اليد وضرورة اجراء دراسة مشابهة على فئات عمرية لنفس اللعبة وكذلك استخدام مقاييس نفسية اخرى على نفس العينة.

المصادر:

- غازي محمود صالح ورياض مزهر؛ خماسي كرة القدم الصالات، ط1: (بغداد، مكتب النبراس للطباعة والصميم، 2014) .
- فرات جبار وهافال خورشيد؛ التدريب المعرفي والعقلي للاعبي كرة القدم، ط1 (عمان، دار دجلة، 2011) .
- مثنى ستار حسين؛ تأثير تمرينات خاصة بوسائل تدريبية مساعدة في تطوير سرعة الادراك الحركي واداء بعض المهارات الاساسية للاعبات كرة قدم الصالات بإعمار دون 19 سنة: (اطروحة دكتوراه غير منشورة، 2015).



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

- محسن علي وسلمان الحاج عكاب؛ أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر، 2013).
- محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : (النجف ، دار الباء للطباعة والتصميم ، 2010).
- مفتي ابراهيم؛ المرجع الشامل في التدريب الرياضي (التطبيقات العملية)، ط1: (القاهرة ، دار الكتاب الحديث، 2013) .
- مفتي إبراهيم؛ المرجع الشامل في كرة القدم، ط1: (القاهرة، دار الكتاب الحديث، 2013) .
- Dan Austin & Bryan Mann, The Complete Guide to train young soccer: (London, Ellis Harwood, 2015).

علوم الرياضة