العزو السببي وعلاقته بسمة الثقة الرياضية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية بجامعة بغداد للألعاب الفردية والفرقية

أ.د محمد جسام عرب م.د مها صبري م.د حمد عفات رشيد

2011م

ملخص البحث

تضمن البحث على المقدمة حيث تناول موضوع العزو السببي ففي المجال الرياضي نظرا لاثره الواضح على توقع مستوى الأداء وتضمن اهداف البحث في التعرف على العلاقة بين العزو السببي وسمة الثقة بالنفس الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات في الرياضات الفرقية لمنتخبات جامعة بغداد وكذلك تضمنت الرياضات الفردية ، وشملت عينة البحث (173)لاعب ولاعبة وكانت اهم الاستنتاجات هو وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العزو السببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفرقية وكذلك وجود علاقة سالبة بين العزو السببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفردية .

Causal attribution and its relationship to smile confidence with sports players, sports teams at the University of Baghdad

Abstract

Research has included an introduction where the theme Attribution causal in the sports field because of its impact is clear on the expected level of performance and ensure the objectives of the research to identify the relationship between attribution causal and feature self-confidence sports with players and players in sports Differential of the teams the University of Baghdad and also included individual sports, and included a sample of the research (173) for the player and the player and was the most important

conclusions is that there is a positive correlation between causal attribution and confidence to the players and sports players sports Differential as well as the existence of a negative relationship between causal attribution and confidence with sports players and individual sports athletes

الباب الأول

1- التعريف بالبحث .

1-1 مقدمة البحث وأهميته .

لقد أصبح التطور العلمي سمة هذا العصر لما يتصف به من سرعة تجعله يفتح أفاقاً متعددة وكثيرة للتعرف على كل ما هو جديد في مختلف المجالات ، وكما يتميز المجال التنافسي بالمواقف الانفعالية المتغيرة تبعاً لمواقف الفوز والهزيمة وتعتمد التربية الرياضية في مجالاتها بصفة خاصة على العديد من العلوم الطبيعية والسلوكية في دراسة وتحليل المشكلات التي تعوق الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية ، ولهذا يعتبر علم النفس الرياضي من العلوم الهامة التي تعتمد عليها التربية الرياضية في دراسة وتحليل المشكلات النفسية التي يتعرض لها الرياضيين أثناء فترة الأعداد وفي المنافسات ويعمل المسؤولين عن النشاط الرياضي بالجامعة على إتاحة الفرص لجميع فئات الطلبة باختلاف مستوياتهم وتقديم المساعدات الرياضية لهم وبث الروح الرياضية لديهم والعمل على تشجيعه ورفع مستوياتهم .

أهتم علم النفس الرياضي بموضوع العزو ألسببي في المجال الرياضي نضراً لأثره الواضح على الفوز والخسارة لجميع الرياضيين ومنهم الناشئين والمتقدمين ،ويشير أسامة كامل راتب (1995) إلى أن الكثير من الرياضيين يرون إن الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز

وهـذا الاعتقـاد خـاطئ أو ربمـا يقـود إلـى الافتقـاد إلـى الثقـة أو إلـى الثقـة الزائدة.

ولكـن المفهـوم الصـحيح للثقـة بـالنفس هـي يعنـي توقـع الرياضـي الـواقعي لتحقيـق النجـاح ، فالثقـة بـالنفس لا تعنـي مـاذا يأمـل أن يفعـل الرياضـي ولكـن ما هي الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها (1- 337)[1] .

ومـن خـلال مـا تقـدم يتضـح أهميـة العـزو ألسـببي وعلاقتـه بسـمة الثقـة الرياضـية لطلبـة الجامعـة مـن خـلال ارتبـاط العوامـل التـي تكـون مسـؤولة عـن نجاح أو فشل اللاعب في مهامه الرياضية .

2-1 مشكلة البحث

ان العـزو السـببي مـن المفـاهيم النفسـية الحديثـة فـي العلـوم النفسـية ونظـرا لمـا يتركـه هـذا المفهـوم فـي اهميـة معرفـة طبيعيـة السـلوك الانجـازي للرياضـيين ولكـي نـتمكن مـن معرفـة الاسـباب الحقيقيـة التـي تعـزى اليهـا نتـائج الفـوز والخسـارة وكـذلك حـالات النجـاح والفشـل وكـذلك التعـرف علـى العوامـل المـؤثرة فـي موقـع الـتحكم الـداخلي والخـارجي ومـا لـه مـن تـأثير علـى سـمة الثقـة بـالنفس للرياضـيين ومحاولـة تعزيـز نقـاط القـوة (الفـوز) والعمـل علـى تلافـي الضـعف (الفشـل).لـذا فـان المشـكلة تكمـن فـي العـزو السـببي وبعـد الفـوز والخسـارة فـي المنافسـات يـؤثر علـى نفسـه اللاعـب بنفسـة نحـو الأداء السـلبي او الايجابي.

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على...

1. **العلاقة بين العزو ألسببي وسمة الثقة بالنفس الرياضية لدى اللاعبين اللاعبات بالرياضات الفرقية والفردية لمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد.**

---

[1] - أسامة كامل راتب / علم النفس الرياضة ، (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995) ،ص337 .

4-1 فروض البحث

1. **هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين العزو ألسببي والثقة بالنفس الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفرقية والفردية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد .**

5-1 مجالات البحث .

1-5-1 المجال البشري...ويشمل على عينة من المنتخبات الرياضية لجامعة بغداد للعام الدراسي 2009-2010للالعاب الفردية والفرقية .

2-5-1 المجال المكاني...القاعات الرياضية التي تجري بها المنافسات الرياضية .

3-5-1 المجال الزماني.. الفترة الواقعة من 2010/11/1 لغاية 2010/12/1.

6-1 تحديد المصطلحات

العزو ألسببي casual attribution

((أن التعليل ألسببي للاعب الرياضي له أثره الواضح على واقعية الانجاز الرياضية أو التنافسية وعلى مستوى الحالة الانفعالية وعلى توقع مستوى الأداء المستقبلي بالنسبة للاعب الرياضي)) (1-375) [1].

سمة الثقة بالنفس

((الثقة بالنفس هي الاعتقاد أو درجة التأكد واليقينية بأن الفرد يملك القدرة لكي يكون ناجح في الرياضة وقد تكون الثقة الرياضية سمة مميزة للاعب كما قد تكون حالة تختلف من موقف إلى آخر))(2-340) [2].

---

1 - حمد حسن علاوي ، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية ، (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002) ، ص375 .
2 - محمد حسن علاوي ، مدخل علم النفس الرياضي ، (دار المعارف ، القاهرة ، 1982) ، ص 340 .

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية والمشابهة

2-1 مفهوم العزو في الرياضة

يعتبر هيدر (hieder 1958) هو أول من أوضح نموذج التعليل ألسببي عن طريق بعض الافتراضات الأساسية لسلوكية الأفراد حيث أشار إلى أن كل فرد يسعى إلى التنبؤ وفهم الأسباب للأحداث اليومية لكي يكتب له الاستقرار والقدرة على التنبؤ بنتائج الأحداث المستقبلية وقد أشار إلى وسائل أو نتائج السلوك كالنجاح أو الفشل مثلاً ويمكن أن تعزى أما إلى قوى شخصية فاعلة أو قوى بيئية فاعلة (10-60)[1] .

ويرى الباحثون أن العزو ألسببي هو تفاعل الرياضي أو الرياضية مع البيئة الاجتماعية المحيطة بهما عن طريق محاولة التعرف والوقوف على الأسباب الايجابية أوالسلبية التي تكمن وراء الأحداث الاجتماعية فضلاً عن سلوك الرياضيين الشخصية ليتمكنوا بصورة إرادية أو غير إرادية من الاستجابة المناسبة لهذه الأحداث و تفسيرها والفصل بينها في كل المواقف وكيفية تعامله مع الفرص الجديدة في الحياة .

أن دراسة (داينر) أشارت إلى التوقعات المستقبلية للإنجاز تتحد بثبات العزو ألسببي فعلى سبيل المثال إذا عزى الرياضي سبب خسارته إلى قابليته الضعيفة فلا يتوقع لهذا الرياضي الفوز في المستقبل وأن بعد الثبات يؤثر على الإصرار أو المثابرة فإذا اعتقد الرياضي أن فشله يعزى إلى ضعف الجهد المبذول أثناء المنافسة (عامل غير ثابت) فأنه يبذل جهداً أكبر ويثابر لفترات أطول مستقبلاً لأنه يعرف أن الجهد هو تحت سيطرته ، لذا فأن العزو بعد الفوز أو الخسارة يؤثر في واقعية الرياضي ويحدد سلوكه المستقبلي (1- 176)[2] .

---

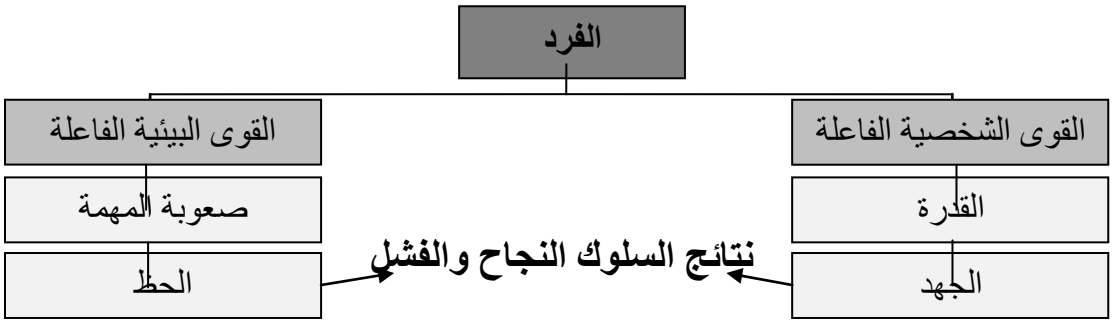
[1] عماد وأبو القاسم / دراسة مركز التحكم وعلاقته ببعض المتغيرات السيكولوجية والفسيولوجية .لدى لاعبي كرة اليد ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية / القاهرة ، 1996 ، ص 60 .

2 - Winer : sport psychology :concepts and application. Dobugue vcb 1985 pp 176.

2-2 مفهوم نظرية الفرد

لقد أشار(hieder) بأن هناك افتراضات أساسية هي أن كل فرد يسعى للتنبؤ وفهم الأحداث اليومية لكي يكتب له الاستقرار والقدرة على التنبؤ بالأحداث المستقبلية ، ولقد أشار هذا العالم النفسي أن حصيلة أو نتائج السلوك كالنجاح أو الفشل يمكن أن يعزى إلى قوى شخصية وقوى بيئية فاعلة والقوى الشخصية الفاعلة نقصد بها ..هي القوى الداخلية للفرد وتتكون من عنصرين هي قدرة الفرد ودافعية الفرد أي تكامل القدرة مع السعي لبذل الجهد ومحاولة الحصول على نتائج الأداء أو السلوك أما القوى البيئية نقصد بها القوى الخارجية والتي تشمل على عنصرين هي صعوبة المهمة والحظ وأعطى عنصر صعوبة المهمة الدرجة الكبرى من الأهمية نظراً لأن عنصر الحظ يصعب التنبؤ به بصورة واضحة (2-308) [1] .

(نموذج هيدر hieder في مجال العزو السببي)



ويرى الباحثين أن على المربين الرياضيين وعلماء النفس الرياضيين تثبيت وتأكيد الحالات التي يؤكدها الطلبة الرياضيين في الجامعة بأنها دائمة التأثير باتجاه الناحية الايجابية من الانجاز ومحاولة توفيرها للطلبة بصورة مستمرة قدر الإمكان وبعكسه فأن الحالات الثابتة التي يؤكد عليها الطلبة اللاعبين بأنها الأسباب التي أدت إلى خسارتهم لذا وجب على المدربين تجنب حدوث هذه المتغيرات السلبية التي تؤدي إلى خسارة اللاعبين بمجرد مواجهتهم لها .

3-2 تحيز العزو

---

1 - محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي (الطبعة الاولى ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة ، 1988) ، ص308 .

يقصد بتحيز العزو للاعب الرياضي هو تكرار إرجاع اللاعب لأسباب نجاحه في المنافسات الرياضية إلى عوامل التحكم الداخلي أو العوامل الثابتة وتكرار إرجاع أسباب الفشل إلى العوامل التي لا يستطيع التحكم فيها أو العوامل الغير ثابتة أو الخارجية .

وقد أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي أن تكرار عزو اللاعبين لنجاحهم في المنافسات الرياضية إلى عوامل داخلية مثل القدرات المهارية والخططية في المواقف التنافسية وكذلك أيضاً عزوهم للفشل إلى عوامل خارجية غير ثابتة مثل الحظ أو الصدفة وغيرها من العوامل التي تؤثر على النجاح والفشل(1-10) [1].

الباب الثالث

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

أن اختيار المنهج الصحيح الذي يتبع لحل كل المشكلات يعتمد بالدرجة الأولى والأساسية على المشكلة نفسها لذا تعد دراسة أي مشكلة من المشكلات من الأمور المهمة التي تحدد اختيار المنهج الذي أختار الباحثون وهو المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته

أشتمل مجتمع البحث على لاعبي ولاعبات الرياضات الفردية والفرقية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد للعام الدراسي 2010/2009وقد بلغ حجم المجتمع (173) لاعب ولاعبة منهم (110) لاعب ولاعبة للألعاب الجماعية و(56) لاعب ولاعبة للألعاب الفردية يمثلون نسبة 63.5% من مجتمع البحث وقد بلغ المتوسط الحسابي لعمر العينة (20.80) وبانحراف معياري قدره (1.42) والجدول التالي يوضح توزيع العينة للبحث على الرياضات الفردية

---

1 - أغاريد سالم عبد الرضا (العزو ألسببي للفوز والخسارة لدى المتقدمين في لعبة الرماية بالأسلحة الهوائية (البندقية والمسدس) رسالة ماجستير غير منشورة ، بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2001 ، ص 10 .

والجماعي كما موضح في الجدول (1). وقد قمن بعمل تكافؤ لعينة البحث كما موضح في جدول (2) .

جدول رقم (1)

يوضح توزيع العينة للبحث على الرياضات الفردية والفرقية.

نوع الفعاليات	الفعاليات الفرقية		الرياضات الفردية		
	لاعبين	لاعبات	لاعبين	لاعبات	المجموع
كرة السلة	15	10	-	-	25
كرة اليد	12	10	-	-	22
الكرة الطائرة	12	14	-	-	26
الساحة والميدان	-	-	6	6	12
تنس الطاولة	-	-	8	5	13
السكواش	-	-	6	6	12

ولغرض التكافؤ في العمر والوزن والطول للعمر التدريبي تم التوصيف الاحصائي وكما يلي :

التغيير	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار المحسوبةT
العمر (السنة)	اللاعبين	59	22،3	0،98	0000
	اللاعبات	51	21،4	1،15	
الوزن (كغم)	اللاعبين	59	69،5	5،46	0،82
	اللاعبات	51	71،3	7،71	
الطول (سم)	اللاعبين	59	176،1	5،9	0،23
	اللاعبات	51	174،2	6،1	
العمر التدريبي	اللاعبين	59	10،4	3،5	1،45
	اللاعبات	51	8،8	2،6	

القيمة الجدولية(2،06) تحت مستوى دلالة (0،05)

لقد تم التحقق من التكافؤ من خلال القيمة الجدولية وقد اشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة .

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المساعدة.

1- المصادر العربية والأجنبية .

2- استمارة مقياس العزو الرياضي (محمد علاوي 1997).

3- استمارة مقياس الثقة الرياضية (روبيه قبلي1986) .

4- فريق عمل مساعد.

3-4 تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث .

لقد قام الباحثون بعرض أستمارة الاستبيان لترشيح استمارات البحث حيث قاموا بعرض الاستمارتين على خبراء في علم النفس الرياضي وتمت الموافقة على الترشيح .

<u>مكونات القياس</u>

ان قياس العزو السببي ألسببي في الرياضة ويتكون من (32) فقرة موزعة بالتساوي على أربعة أبعاد رئيسية علما ان هذا المقياس قد وضع من قبل محمد حسن علاوي (1979).

- عزو الفوز ويتكون من ثمانية عبارات .
- عزو الهزيمة ويتكون من ثمانية عبارات .
- عزو الأداء الجيد ويتكون من ثمانية عبارات .
- عزو الأداء السيئ ويتكون من ثمانية عبارات .

ولكل عبارة من عبارات المقياس اختبارين (أ- ب) أحد الاختبارين يشير إلى أن اللاعب يعزو فوزه أو هزيمته أو أداءه السيئ إلى عوامل داخلية في نطاق تحكمه في حين يشير الاختبار الآخر إلى عزو اللاعب لأسباب فوزه أو هزيمته أو أداءه الجيد أو أداءه السيئ إلى عوامل خارجية خارج نطاق تحكمه ويقوم اللاعب باختبار واحد من بين(أ أو ب) ويضع علامة (√) أمام الاختبار الذي يتناسب مع حالته بالنسبة للمنافسات الرياضية .

مقياس الثقة الرياضي

قامت (روبيه قبلي1986) بتصميم المقياس وذلك بهدف تحديد الثقة الرياضية التي يتميز بها اللاعب عندما يتنافس في المجال الرياضي وقد قام محمد حسن علاوي بتعريب المقياس ويتكون من ثلاثة عشر فقرة تتراوح درجات المقياس ما بين (13-117) درجة وتشير الدرجة العالية على المقياس إلى تميز اللاعب أو اللاعبة بدرجة كبيرة منه الثقة الرياضية بينما تشير الدرجة المنخفضة على ضعف الثقة الرياضية للاعب أو اللاعبة.

لقد قام الباحثون بمعاملات الصدق لكلا المقياسين وقد حققا درجة مقبولة من الصدق أما الثبات فقد تم حسابه عن طريق أعادة تطبيق كلا المقياسين حيث بلغ معامل الثبات (0.93) و (0.91) .

3-5التجربة الاستطلاعية.

((وهي دراسة أولية يقوم بها الباحث لكي تكون تدريبية له ومن خلالها يتعرف الباحث ويستطلع الضروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب بدراستها ومعرفة صعوبتها و معوقاتها)) (1-95)[1].

لذا قام الباحثون بتوزيع استمارات المقياس على عينة البحث من خارج البحث لكي يتسنى للاعبين فهم فقرات البحث ومعرفة مدى قابلية الباحثون وفريق العمل المساعد في توضيح فقرات المقياس وشرحها للاعبين واللاعبات المختارين. وقام الباحثون بتطبيق الاختبارات على عينة من اللاعبين واللاعبات يمثلون الفرق الجماعية والفردية وكان التطبيق جماعياً للفترة من (20-25 /2009/10).

---

1 - وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه (وزارة التعليم البعالي والبحث العلمي ، 2002،) ص 95 .

3-6الوسائل الإحصائية..

1- المتوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

3- معامل ارتباط بيرسون .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وفق النتائج التي تم الحصول عليها .

جدول رقم (1)

ويمثل العلاقة بين العزو ألسببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفرقية والفردية

المتغيرات	الرياضات الفرقية				الرياضات الفردية			
	اللاعبين		اللاعبات		اللاعبين		اللاعبات	
	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع
العزو السببي	22.1	4.08	21.6	3.48	23.80	3.36	22.61	3.40
الثقة الرياضية	87.1	7.33	88.8	10.55	86.41	9.80	88.90	14.55

جدول رقم (2)

الجدول التالي يمثل معاملات الارتباط بين العزو ألسببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفرقية لمنتخبات جامعة بغداد

المتغير	الثقة بالنفس الرياضية	
	اللاعبين	اللاعبات
العزو ألسببي	0.382	0.373

قيمة – الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجة الحرية = 0.325

قيمة – الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجة الحرية = 0.348

ويتضح من الجدول أعلاه بأنه توجد علاقة أرتباطية موجبة ودالة إحصائية بين كل من العزو ألسببي والثقة بالنفس الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات للرياضات الفرقية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد ويعزو الباحثون تلك العلاقة الارتباطية إلى أن اللاعبين ذوي التحكم الداخلي يدركون تماماً ما يملكونه من قدرات وإمكانات مختلفة وبالتالي فأن لديهم القدرة على تقييم أنفسهم بطريقة موضوعية الأمر الذي ينعكس بطريقة ايجابية على تقديرهم الذاتي كما نجدهم يبذلون الجهد في المواقف التنافسية ويستخدمون قدرتهم وإمكاناتهم للوصول إلى الهدف منت خلال إحساسهم الواضح بذاتهم، كما أن معرفة اللاعبين لقدراتهم الذاتية سواء المهارية أو الخططية يعطيهم الثقة بالنفس والاطمئنان ويمكنهم التركيز على هذه النواحي في المنافسات التي يشتركون بها ، وإطلاق أكبر قدر من طاقتهم في حدود إمكانياتهم الحسية والعقلية ومما يتميزون به من أتزان انفعالي وعلاقات سوية لتحقيق الفوز وهذا ما أشار إليه (د. محمد عرب) في أن من الخصائص التي تميز الثقة الرياضية ذلك عندما يتمتع اللاعب الرياضي بالثقة فأن ذلك يساعده على أداءه الرياضي من خلال أثر العديد من الانفعالات الايجابية بحيث تبعث فيبه الشعور بالحيوية والحماس .(1)

جدول رقم (3)

الجدول التالي يمثل معاملات الارتباط بين العزو ألسببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفردية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد

المتغير	الثقة بالنفس الرياضية	
	اللاعبين	اللاعبات
العزو ألسببي	0.446	064-

قيمة – الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجة الحرية = 0.433

قيمة – الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجة الحرية = 0.497

ويتضح من الجدول أعلاه بأنه توجد علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية بين كل من العزو ألسببي والثقة بالنفس الرياضية لدى اللاعبين للرياضات الفردية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد أما بالنسبة للاعبات فلا توجد علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين كل من العزو ألسببي والثقة بالنفس الرياضية للمنتخبات الرياضية لجامعة بغداد ويعزو الباحثون ذلك بأن عدم وجود علاقة ارتباط ودالة إحصائية بين كل من العزو ألسببي والثقة بالنفس الرياضية لدى لاعبات منتخبات الجامعة للألعاب الفردية إلى بعض الأسباب الفسيولوجية والتي تؤثر بدورها على مستوى الثقة لدى اللاعبات فضلاً أن قلة وجود فرص منافسة مع منافسين ذات مستوى أعلى نظراً لقلة الإمكانات وعدم وجود مثل هذه الفرق ذات المستوى العالي من الأداء في الجامعة وقلة فرص التدريب ، الأمر الذي يجعل اللاعبات يفتقرن للثقة بالنفس ومن ثم لانخفاض درجة دافعية الانجاز لديهن حيث تعتمد الرياضات الفردية بدرجة كبيرة على تحكم اللاعب أو اللاعبة في سماتهم النفسية وبذلك تزيد من ثقتهم بأنفسهم وبالتالي يزداد عامل الانجاز لديهم .

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث أستخلص الباحثون ما يلي..

1. **وجود علاقة أرتباطية موجبة بين العزو ألسببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفرقية للمنتخبات الرياضية بجامعة بغداد .**
2. **وجود علاقة ارتباط سلبية دالة إحصائيا بين العزو ألسببي والثقة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات بالرياضات الفردية للمنتخبات الرياضية بجامعة بغداد .**

5-2 التوصيات

في ضوء نتائج البحث التي تم الوصول إليها يوصي الباحثون بما يلي...

1. **ضرورة التعرف على التعليلات السببية للفرق الرياضية باعتبارها أحد الجوانب النفسية الهامة التي يتطلبها الأداء الوظيفي المرتبط بشخصية اللاعبين واللاعبات .**
2. **الاهتمام بالأسباب التي يذكرها اللاعبين واللاعبات عند الفوز أو الهزيمة حتى يتمكن المدرب من تصحيح الأخطاء للاعبين وكذلك اتجاهاتهم الخاصة التي تتعلق بالمؤثرات الخارجية.**
3. **الاهتمام بتنمية الثقة الرياضية لدى اللاعبات وزيادة تنمية دافعية الانجاز لدى اللاعبين واللاعبات**
4. **الاهتمام بأعطاء دورات تدريبية للمدربين في الارشاد النفسي للاعبي المستويات العالية .**

المصادر

1- أسامة كامل راتب / علم النفس الرياضة ، (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995).

2- حمد حسن علاوي ، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية ، (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002) .

3- محمد حسن علاوي ، مدخل علم النفس الرياضي ، (دار المعارف ، القاهرة ، 1982).

4- محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي (الطبعة الاولى ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة ، 1998).

5- عماد وأبو القاسم / دراسة مركز التحكم وعلاقته ببعض المتغيرات السايكولوجية والفسيولوجية .لدى لاعبي كرة اليد ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلابية التربية الرياضية / القاهرة ، 1996 .

6- أغاريد سالم عبد الرضا (العزو ألسببي للفوز والخسارة لدى المتقدمين في لعبة الرماية بالأسلحة الهوائية (البندقية والمسدس) رسالة ماجستير غير منشورة ، بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2001.

7- وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2002).

8- محمد جسام عرب : دراسة حالة القلق النفسي لدى اللاعبين الممارسين للعبة الملاكمة /أطروحة دكتوراه غير منشورة / بولندا 1988 .

9 - Winer : sport psychology :concepts and application. Dobugue vcb 1985 .