

## معوّقات تعلم المهارات الرياضية الأساسية في رياضة السباحة لدى طلبة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2

دراسة ميدانية بمعهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية – جامعة باتنة 2-

نقاز محمد<sup>1</sup>، لغرور عبد الحميد<sup>2</sup>، شنوف خالد<sup>3</sup>

<sup>1</sup>معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة باتنة 2-باتنة.

<sup>2</sup>معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة باتنة 2-باتنة-

<sup>3</sup>معهد التربية البدنية والرياضية جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف-وهران-

### ملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة إن كان الجانب النفسي ( التردد النفسي ) عائق لتعلم المهارات الحركية في رياضة السباحة لدى طلبة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، أين اعتمدنا المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة، وتكوّن مجتمع الدراسة من طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة تخصص سباحة، وتكون مجتمع الدراسة من طلبة السنة أولى والسنة الثالثة تخصص سباحة، تم اختيار العينة بطريقة القصدية حيث تكونت من (22) طالب سنة أولى و(21) طالب سنة ثالثة اختصاص سباحة، أين تم استخدام استمارة استبيان لقياس التردد النفسي، أما المعالجة الإحصائية تمت بالاعتماد على الحزمة الإحصائية لمطبقة في العلوم الاجتماعية والإنسانية (SPSS)، وتم التوصل إلى أن كل من طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة تخصص سباحة يعانون كل منهم من التردد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال، وأيضاً لا يوجد فرق معنوي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب الخبرة السابقة في هذا المجال.

**الكلمات المفتاحية:** التردد النفسي، المهارات الرياضية الأساسية، السباحة، طلبة الجامعة.

Obstacles in learning basic sports skills in swimming sport for students of the Institute of Science and Techniques of Physical and Sports Activities at the University of Batna2

### Summary:

The study aimed to know if the psychological aspect (psychological frequency) is an obstacle to learning the motor skills in swimming sport among students of the Institute of science and techniques of physical and sports activities, where we adopted the descriptive approach to its suitability to the nature of the study, and the study population consisted of first year students and third year students specializing in swimming, and be the study population is among students of the first year and the third year of swimming specialization, the sample was chosen by intentionality method as

it consisted of (22) first year students and (21) students of the third year of swimming specialization, where a questionnaire was used to measure the psychological frequency, while the statistical treatment was done based on packages the statistical statistics are applied to the social and human sciences (spss), and it was concluded that both first year students and third year students specialize in swimming, each of whom suffers from psychological hesitation while practicing the swimming scale (application) due to their previous experience in this field, and also there is no a significant difference between first year students and third year students while practicing the swimming scale (application) due to previous experience in this field.

**Key words:** basic skills, psychological hesitation, swimming, university students.

### 1- مقدمة وإشكالية البحث:

إن التطور الذي يطرأ على مختلف الميادين ومنها ميدان التربية البدنية والرياضية يبرز الحاجة إلى مواكبة ما ظهر منه وخاصة بعد إن أصبحت التربية البدنية والرياضية تشكل أحد المقاييس المهمة بين الأمم ومفهومها الحضاري نتيجة للدور البارز الذي يأخذه مجال البحث العلمي من خلال الدراسة والتحليل والفهم لمختلف مجالات علوم التربية بما فيها مجال علم النفس الرياضي الذي يعد جانب مؤثر في مستوى تعلم المهارات الرياضية فضلا عن تأثيره المباشر في المنافسات، ويتجلى هذا التأثير بصورة واضحة عند ممارسة الفعاليات الرياضية التي تتسم بالخطورة والخوف من الإصابة المحتملة الوقوع فيها والتي تتصف أيضا بصعوبة تعلمها وأدائها فلا تكتمل العملية التدريبية دون وجود إعداد نفسي يضاف إلى الإعداد البدني والمهاري والخططية للرياضي، إذ نرى الكثير من الرياضيين قد يفشلون في تحقيق إنجاز رياضي معين أو تأخر تعلم مهارة رياضية نتيجة للواقع النفسي الذي يمر به اللاعب، إذ أكدت العديد من الدراسات والبحوث النفسية أن كثيرا من الأمراض النفسية والإخفاقات وعدم الحصول على نتائج رياضية راجع إلى عوائق وعوامل وأسباب نفسية كما يتجلى الأثر النفسي خاصة عند المبتدئين بصورة واضحة حيث نرى تفاوت في الخوف والقلق وغيرها. (ناهدة وآخرون، 1988، ص5)، ونظرا للعديد من المواقف النفسية التي تواجه الرياضيين في تعلم المهارات الرياضية أو وقت المنافسة والتي لعل أنها تشكل عائقا في تعلم المهارات الرياضية لدى ممارسي السباحة هي التردد النفسي الذي يعد صفة نفسية مؤقتة يمر بها الرياضي في بداية مشواره وكونها من حالات حمى البداية قبل بدء المنافسة، والذي يعرف على أنه "صفة من الصفات النفسية المهمة التي تلعب دورا أساسيا وفعالا بالتحكم والسيطرة على الأداء الرياضي، والذي يؤثر على الإنجاز والتردد النفسي لا يصاحب الفرد الرياضي في جميع الأوقات وإنما يظهر مع المواقف المختلفة الصعوبة والتي الجسم أو الجزم في تحديد القرار بالأداء المطلوب أو بتركه". (جواد، 2014، ص109)، هذا ونظرا للدور الذي يلعبه التردد النفسي لدى الرياضي أردنا أن نقيس درجته عن ممارسي رياضة السباحة التي تعرف على أنها "إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي، وسط يعتبر غريبا نوعا ما، تكمن الغرابة في الوضع الذي يتخذه الجسم في الماء ومحمل التأثيرات التي يتأثر بها مثل ضغط الماء على جسم السباح، التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات، وعليه فإن رياضة السباحة تنفرد عن قرائنها بإمكانية ممارستها لجميع الأعمار ولكلا الجنسين بدون تحديد،

فالسباحة رياضة جميلة للإنانث، مريحة لكبار السن، وليس بالضرورة أن تمارس بالقوة والسرعة التي تظهر في المنافسات وإنما يمكن تكيفها وفقا لقابليات الفرد، وتعد السباحة "جزءا أساسيا من الممارسات الرياضية المائية التي تشمل على الغطس، كرة الماء، السباحة الايقاعية..." (راتب، 1999، ص61)، كما نجد "طلاب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية عند الالتحاق بمادة السباحة الأغلبية لا يتقنون السباحة بنسبة تصل إلى 80% خاصة في الحصة التطبيقية نجد الأغلبية لا توجد لديهم الرغبة في تعلم السباحة". (نقلا عن: طاوسي سليمان، مصطفى سليمان، 2017، ص2)، إضافة إلى بعض الدراسات السابقة والمشاهدة المحلية والعربية التي تعرض لمتغيرات البحث الحالي إذ نذكر منها دراسة محلية لـ (مباركي قادة، جماعي مصطفى، 2014) بعنوان "قياس التردد النفسي وعلاقته برياضة السباحة"، وبعض الدراسات العربية منها دراسة (أسيل جليل كاطع وآخرون، 2018) بعنوان "التردد النفسي وعلاقته بادراك نقطة سقوط الكرة للاعب المنتخب الوطني لشباب البولنغ" ودراسة (نعمان هادي الخزرجي وآخرون، 2017) بعنوان "الصلابة النفسية وعلاقتها بالتردد النفسي لدى طالبات كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة"، أيضا دراسة (رعد رمضان احمد، 2016) بعنوان "الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي وعلاقتها بدقة التصويب بالهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات المباراة بسلاح الشيش" وغيرها من الدراسات المشاهدة، وبناء على ماتم تقديمه ومن أجل معرفة إن كان التردد النفسي يشكل عائق لدى طلبة معهد الرياضة أثناء مزاولتهم الحصة التطبيقية لمقياس السباحة ارتأينا إلى بلورة مشكلة البحث في التساؤل العام التالي: هل يعاني طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص في الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق)؟

### 1-1- التساؤلات الفرعية:

- \* هل يعاني طلبة السنة أولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص في الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق)؟
  - \* هل يعاني طلبة السنة الثالثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص في الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) رغم اكتسابهم لخبرة سابقة في السنة أولى؟
  - \* هل يوجد فرق معنوي في الاستعداد النفسي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يعزى للخبرة السابقة؟
- من خلال التساؤلات التي طرحت قمنا باقتراح فرضيات كحلول مؤقتة للإشكالية المطروحة.

### 2- الفرضية العامة:

- \* لا يعاني طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) إذا ما كانت لديهم خبرة سابقة في هذا المجال.

### 1-2- الفرضيات الفرعية:

- \* لا يعاني طلبة السنة أولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال.

\* لا يعاني طلبة السنة الثالثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال.

\* لا يوجد فرق معنوي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسبب الخبرة السابقة في هذا المجال.

### 3- أهداف البحث:

\* معرفة إن كان التردد النفسي عائق في تعلم المهارات الأساسية لدى طلبة معهد الرياضة.

\* معرفة ان كان هناك تردد نفسي عند طلبة السنة أولى أثناء مزاولتهم السباحة رغم اكتسابهم خبرة سابقة.

\* معرفة ان كان هناك تردد نفسي عند طلبة السنة الثالثة تخصص سباحة أثناء مزاولتهم السباحة رغم اكتسابهم خبرة سابقة.

\* معرفة ان كان هناك فرق بين طلبة السنة الأولى والسنة الثانية أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة بسبب الخبرة السابقة.

### 4- الإجراءات الميدانية للبحث:

#### 4-1- منهج البحث:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

#### 4-2- مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع الدراسة في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2 سنة أولى ليسانس وسنة ثالثة ليسانس اختصاص سباحة، حيث تكون مجتمع الدراسة من (53) طالبة وطالبة بين السنة أولى والسنة الثالثة تخصص سباحة، حيث كان اختيار العينة بطريقة القصدية وتمثلت في طلبة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2، حيث تكونت من (22) طالب سنة أولى و(21) طالب سنة ثالثة وتمثلت مانسبته (81.13%) من مجتمع البحث مع العلم أنه تم اختيار عشوائيا من مجتمع الدراسة (10) طلبة للدراسة الاستطلاعية.

#### 4-3- مجالات البحث:

##### 4-3-1- المجال البشري:

تمثل في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2- الجزائر.

##### 4-3-2- المجال الزمني:

تمثل في الموسم الدراسي 2018/2019.

##### 4-3-3- المجال المكاني:

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2 الشهيد مصطفى بن بولعيد..

## 4-4- أدوات البحث:

تم الاعتماد على استمارة استبيان أداة للدراسة بقياس التردد النفسي وذلك لجمع البيانات من مجتمع البحث وقد اشتملت استمارة الاستبيان المستعملة في الدراسة الميدانية على 32 سؤال موزع على خمسة محاور:

\* المحور الأول: (الأداء) يشمل على الأقسام التالية:

أ- قسم الاستعداد

ب- القسم الرئيسي

ج- القسم الختامي

\* المحور الثاني: (التعلمية)

\* المحور الثالث: (الجانب البدني)

\* المحور الرابع: (الثقة بالنفس)

\* المحور الخامس: (الدافعية)

## 4-4-1- الخصائص السيكمترية للأداة:

## 4-4-1-1- الثبات:

يقصد بالثبات الحصول على النتائج نفسها أو قريبة منها، كل مرة يعاد فيها تطبيق الاستبيان في ظروف مماثلة وهو يعني دقة الاستبيان. (تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لحساب الثبات من درجات العينة الاستطلاعية) وكانت النتائج كالتالي:

الجدول (1): يبين قيم معامل الثبات من خلال حساب درجة الارتباط بين محاور الأداة باستخدام معامل الارتباط

مستوى المعنوية	المحور الخامس	المحور الرابع	المحور الثالث	المحور الثاني	المحور الأول	البيانات
دالة معنوية عند مستوى 0.01 و 0.05	0.68	0.65	0.79	0.60	0.99	معامل

يتضح من نتائج الجدول رقم (1): أن قيم معامل الارتباط المحسوبة قد تراوحت (-1، 1) في كل المحاور، مما يدل على معنوية الارتباط بين محاور الأداة وهذا يشير إلى أن الأداة المستخدمة في الدراسة تتصف بدرجة عالية من الثبات.

## 4-4-1-2- الصدق الذاتي:

يقصد بالصدق قدرة الاستبيان على قياس الخاصية التي وضع لها الاستبيان فعلا ولا يقيس شيئا بديلا عنه أو بالإضافة إليه. (الاعتماد على الصدق الذاتي الذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات).

#### الجدول (2): يبين قيم معامل الصدق الذاتي لمحاور الأداة

المحور الخامس	المحور الرابع	المحور الثالث	المحور الثاني	في المحور الأول	البيانات
0.82	0.80	0.88	0.81	0.99	معامل الصدق

يتضح من نتائج الجدول رقم (2): أن قيم معامل الصدق الذاتي من خلال حساب جذر معامل الثبات للمحاور والتي اتصفت بدرجة عالية من الصدق فهي تدل على صدق الأداة المستخدمة في الدراسة.

#### 4-4-1-3- الموضوعية:

انطلاقا من نتائج ثبات وصدق الأداة، يمكننا أن نستخلص أن أفراد العينة الاستطلاعية قاموا بالإجابة على جميع فقرات الاستبيان دون صعوبة وبالتالي هذا يدل على سهولة ووضوح عبارات الاستبيان مما يجعل هذا الاستبيان مناسب للبحث الحالي.

#### 4-5- الوسائل الإحصائية:

تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية المطبقة في العلوم الانسانية والاجتماعية (spss20).

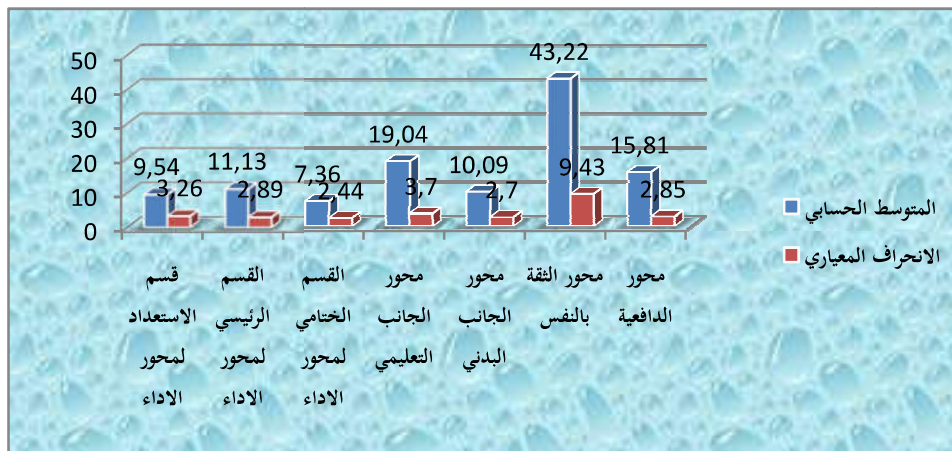
#### 5- عرض وتحليل النتائج:

5-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة أولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاوتهم مقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال.

#### الجدول (3): يبين نتائج الفروق بين متوسطات درجات لدى طلبة السنة أولى في محاور الأداة.

مستوى الدلالة	ت الجدولية	درجة الحرية	ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	المجموعات/المتغيرات
0.05	2.08	21	0.78	3.26	9.54	22	المحور
			*3.45	2.89	11.13		الاول
			*2.62	2.44	7.36		القسم الرئيسي
9							معدل درجة محور الاداء
0.05	2.08	21	*5.11	3.70	19.04	15	المحور الثاني
			معدل درجة محور الجانب				

0.05	2.08	21	1.89	2.70	10.09	التعليمي
9						المحور الثالث
0.05	2.08	21	*3.59	9.43	43.22	معدل درجة محور الجانب البدني
36						المحور الرابع
0.05	2.08	21	*6.27	2.85	15.81	معدل درجة محور الثقة بالنفس
12						المحور الخامس
						معدل درجة محور الدافعية



### الشكل (1): يبين نتائج طلبة السنة أولى ( الانحراف المعياري، المتوسط الحسابي) في محاور الأداة.

من خلال الجدول (3) والشكل (1) اللذان يوضحان لنا نتائج اختبار "ت" بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في أبعاد محاور الأداة لدى طلبة السنة أولى، والذي تحصل فيه الطلبة في محور الأداء عند درجة حرية (21) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (9) في قسم الاستعداد على متوسط حسابي قدره (9.54) وانحراف معياري (3.26) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (0.78) وتحصل القسم الرئيسي على متوسط حسابي قدره (11.13) وانحراف معياري قدره (2.89) وبلغت قيمة ت المحسوبة (3.45) أما القسم الختامي كانت نتيجة المتوسط الحسابي (7.36) والانحراف المعياري (2.44) وقيمة ت المحسوبة (2.62) وهي قيم أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.08) وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد كل من القسم الرئيسي والقسم الختامي كل على حدى وذلك لدى طلبة السنة أولى، أما المحور الثاني محور الجانب التعليمي والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (21) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (15) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (19.04) وانحراف معياري قدره (3.70) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.11)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.08) وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الجانب

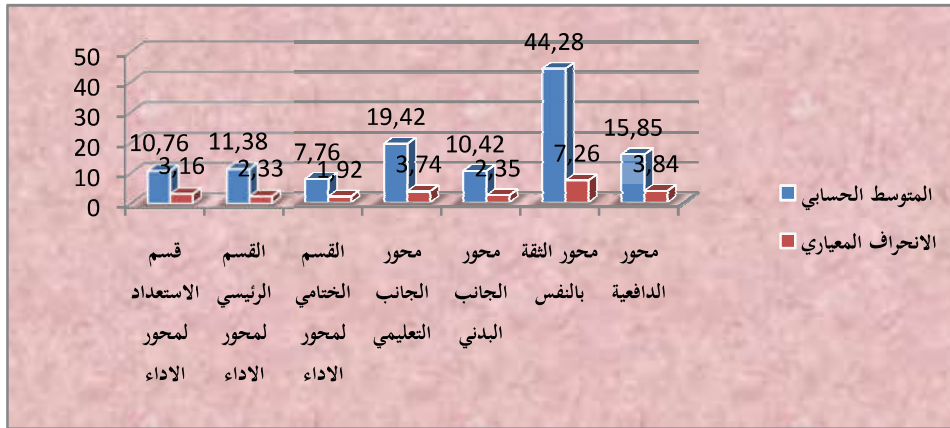
التعليمي، أما المحور الثالث محور الجانب البدني والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (21) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (9) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (10.09) وانحراف معياري قدره (2.70) وبلغت قيمة ت المحسوبة (1.89)، وهي قيمة أقل من قيمة ت الجدولية المقدره بـ (2.08) وهذا مايدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الجانب البدني، إضافة إلى المحور الرابع محور الثقة بالنفس والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (21) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (36) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (43.22) وانحراف معياري قدره (9.43) وبلغت قيمة ت المحسوبة (3.59)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره بـ (2.08) وهذا مايدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الثقة بالنفس، أخيرا المحور الخامس محور الدافعية والذي تحصل فيه الطلبة في محور الدافعية عند درجة حرية (21) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (12) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (15.81) وانحراف معياري قدره (2.85) وبلغت قيمة ت المحسوبة (6.27)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره بـ (2.08) وهذا مايدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الدافعية.

9-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة الثالثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال.

#### الجدول (4): يبين نتائج الفروق بين متوسطات درجات لدى طلبة السنة الثالثة في محاور الأداة.

مستوى الدلالة	ت الجدولية	درجة الحرية	ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	المجموعات/المتغيرات
0.05	2.09	20	2.55	*3.16	10.76	21	المحور الاول
			4.67	*2.33	11.38		قسم الاستعداد
			4.20	1.92	7.76		القسم الرئيسي
9							معدل درجة محور الاداء
0.05	2.09	20	5.41	*3.74	19.42		المحور الثاني
15							معدل درجة محور الجانب التعليمي
0.05	2.09	20	*2.77	2.35	10.42		المحور الثالث
9							معدل درجة محور الجانب البدني
0.05	2.09	20	*5.23	7.26	44.28		المحور الرابع
36							معدل درجة محور الثقة بالنفس
0.05	2.09	20	*5.07	3.48	15.85		المحور الخامس
12							معدل درجة محور الدافعية





## الشكل (2): يبين نتائج طلبة السنة الثالثة ( الانحراف المعياري، المتوسط الحسابي) في محاور الأداة.

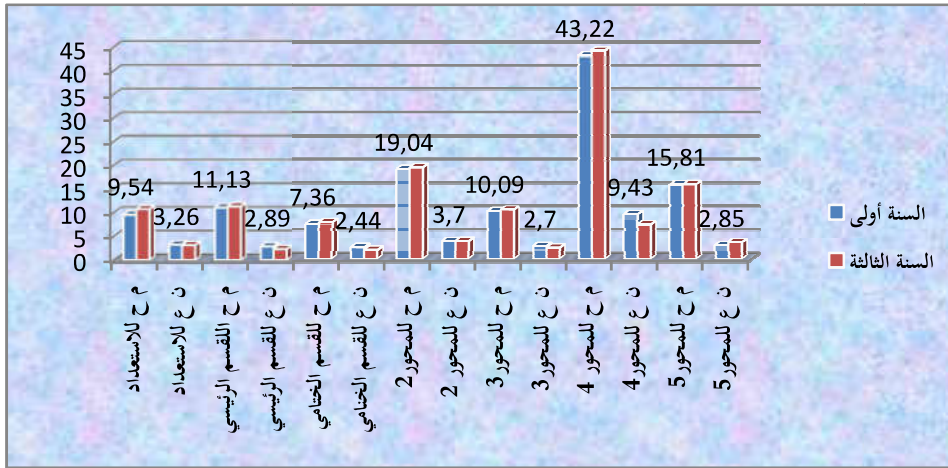
من خلال الجدول (4) والشكل (2) اللذان يوضحان لنا نتائج اختبار "ت" بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في أبعاد محاور الأداة لدى طلبة السنة الثالثة، والذي تحصل فيه الطلبة في محور الأداء عند درجة حرية (20) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (9) في قسم الاستعداد على متوسط حسابي قدره (10.76) وانحراف معياري (3.16) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.55) وتحصل القسم الرئيسي على متوسط حسابي قدره (11.38) وانحراف معياري قدره (2.33) وبلغت قيمة ت المحسوبة (4.64) أما القسم الختامي كانت نتيجة المتوسط الحسابي (7.76) والانحراف المعياري (1.91) وقيمة ت المحسوبة (4.20) وهي قيم أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.09) وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد كل من القسم الرئيسي والقسم الختامي كل على حدى وذلك لدى طلبة السنة الثالثة، أما المحور الثاني محور الجانب التعليمي والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (20) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (15) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (19.42) وانحراف معياري قدره (3.74) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.41)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.09) وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الجانب التعليمي، أما المحور الثالث محور الجانب البدني والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (20) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (9) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (10.42) وانحراف معياري قدره (2.35) وبلغت قيمة ت المحسوبة (2.77)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.09) وهذا مايدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الجانب البدني، إضافة إلى المحور الرابع محور الثقة بالنفس والذي تحصل فيه الطلبة في محور الجانب التعليمي عند درجة حرية (20) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (36) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (44.28) وانحراف معياري قدره (7.26) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.23)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.09) وهذا مايدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الثقة بالنفس، أخيرا المحور الخامس محور الدافعية والذي تحصل فيه الطلبة في محور الدافعية عند درجة حرية (20) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (12) أين بلغت قيمة المتوسط حسابي قدره (15.85) وانحراف معياري

قدره (3.48) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.07)، وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره ب (2.09) وهذا ما يدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أبعاد محور الدافعية.

3-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية الموسومة ب لا يوجد فرق معنوي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسبب الخبرة السابقة في هذا المجال.

الجدول (5): يبين نتائج الفروق بين متوسطات درجات لدى طلبة السنة الثالثة في محاور الأداة.

المجموعات/ المتغيرات	عدد العينة	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	درجة الحرية	ت الجدولية	مستوى الدلالة
محور الاداء	سنة أولى قسم الاستعداد	22	9.54	3.26	1.24	41	2.02	0.05
	سنة ثالثة قسم الاستعداد	21	10.76	3.16				
	سنة أولى القسم الرئيسي	22	11.13	2.89	0.30			
	سنة ثالثة القسم الرئيسي	21	11.38	2.33				
	سنة أولى القسم الختامي	22	7.36	2.44	0.59			
	سنة ثالثة القسم الختامي	21	7.76	1.92				
محور الجانب التعليمي	السنة أولى	22	19.04	3.70	0.33	41	2.02	0.05
	السنة الثالثة	21	19.42	3.74				
محور الجانب البدني	السنة أولى	22	10.09	2.70	0.43	41	2.02	0.05
	السنة الثالثة	11	10.42	2.35				
محور الثقة بالنفس	السنة أولى	22	43.22	9.43	0.41	41	2.02	0.05
	السنة الثالثة	21	44.28	7.26				
محور الدافعية	السنة أولى	22	15.81	2.85	0.4	41	2.02	0.05
	السنة الثالثة	21	15.85	3.48				



الشكل (3): يبين نتائج طلبة السنة الثالثة ( الانحراف المعياري، المتوسط الحسابي) في محاور الأداة.

من خلال الجدول (5) والشكل (3) اللذان يوضحان لنا نتائج اختبار "ت" بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في أبعاد محور الأداء بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة، وذلك عند درجة حرية (41) ومستوى الدلالة (0.05) وأمام معدل درجة (9) وقيمة ت الجدولية المقدره ب (2.02) والذي تحصل فيه قسم الاستعداد عند طلبة السنة أولى على متوسط حسابي قدره (9.54) وانحراف معياري (3.26)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (10.76) وانحراف معياري (3.16) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (1.24) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" في قسم الاستعداد بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، أما القسم الرئيسي تحصل طلبة السنة أولى على متوسط حسابي قدره (11.13) وانحراف معياري قدره (2.89) في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (11.38) وانحراف معياري (2.32) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (0.30) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" في القسم الرئيسي بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، أما القسم الختامي تحصل فيه طلبة السنة أولى على متوسط حسابي قدره (7.36) وانحراف معياري (2.44)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (7.76) وانحراف معياري (1.92) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين متوسطات الدرجات (0.59) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" في القسم الختامي بين متوسطات درجات طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، أما أبعاد المحور التعليمي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة، والذي تحصل فيه عند طلبة السنة أولى على متوسط حسابي قدره (19.04) وانحراف معياري (3.70)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (19.42) وانحراف معياري (3.74) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (0.33) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" بين متوسطات درجات أبعاد المحور التعليمي بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، أما فيما يخص أبعاد المحور البدني بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة، والذي تحصل فيه عند طلبة السنة أولى على متوسط حسابي قدره (10.09) وانحراف معياري (2.70)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (10.42) وانحراف معياري (2.35) أين

بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (0.43) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" بين متوسطات درجات أبعاد المحور البدني بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، إضافة إلى أبعاد محور الثقة بالنفس بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، والذي تحصل فيه عند طلبة السنة الأولى على متوسط حسابي قدره (43.22) وانحراف معياري (9.43)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (44.28) وانحراف معياري (7.26) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (0.41) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" بين متوسطات درجات أبعاد محور الثقة بالنفس بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، أخيرا أبعاد محور الدافعية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، والذي تحصل فيه عند طلبة السنة الأولى على متوسط حسابي قدره (15.81) وانحراف معياري (2.85)، في حين تحصل طلبة السنة الثالثة على متوسط حسابي قدره (15.85) وانحراف معياري (3.48) أين بلغت قيمة (ت) المحسوبة بين المتوسطات (0.4) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار "ت" بين متوسطات درجات أبعاد محور الدافعية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة.

## 6- مناقشة النتائج:

6-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة الأولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم مقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال.

تعزى النتائج المتوصل إليها في الجدول (3) والشكل (1) واللذان يوضحان بيّن نتائج الفروق بين متوسطات درجات لدى طلبة السنة الأولى في محاور الأداة. كل من بعد الاستعداد والمحور البدني إلى ما أشار إليه (وجدي وآخرون، 1999، ص 15-16) بأن "السباحة تعمل على اكتساب الفرد الصحة العقلية إذ أنها تعمل على تنمية الجهاز العصبي من خلال أداء مهارات توافقية وتحت قوانين ثابتة بالإضافة إلى ما لها من تأثير على الناحية النفسية فهي تزيل التوترات العصبية وتنمي الشجاعة والأقدام وتبعد الخوف وتزيد من تماسك الجماعة وتنمي القدرة على القيادة بالإضافة إلى الشعور بالثقة بالنفس والقدرة على مساعدة الآخرين والتكيف مع البيئة"، بالإضافة إلى أن "السباحة تساعد على النضج الانفعالي والحالة النفسية من خلال الثبات الانفعالي والذي يكون فيه متمتعاً بالتكيف مع الذات والبيئة المحيطة ومتسماً بالاتزان الانفعالي والذي يشجع على نمو القدرة على تحقيق الذات. (فاخر، 1981، ص 397)، في حين يؤكد (حامد، 1995، ص 407) "أن النضج الانفعالي هو الهدف الأساسي من وراء النمو النفسي أين يصل الطالب إلى درجة من الاتزان الانفعالي"، وتعود النتائج المتوصل إليها في مؤشر الاستعداد في الدراسة الحالية إلى ما ذكره (نقلا عن: مقراني إسلام 2017) بأن "حالة الاستثارة المعتدلة تسهم في المقدره على تعبئة الفرد لجمع قواه وطاقته في حالة إيجابية سارة مصحوبة بارتفاع درجة عمليات الإدراك والتفكير والتذكر وتميز بالتوازن بين عملية الإثارة والكف العصبي، ويسمح الإحماء الجيد قبل المنافسة للرياضي بالوصول إلى الحالة النفسية الثالثة (حالة الاستعداد للكفاح) حيث يصبح مستعداً للقيام بالجهد البدني المطلوب أو الدخول في أجواء المنافسة والتخلص من الشعور بالخوف والتردد في تنفيذ الفعل الحركي" أما الجانب التعليمي والثقة بالنفس والدافعية التي لا يتمتع بها طلبة السنة الأولى قد تعود إلى بعض العوامل منها ما يعود إلى الهدف من تعلمه للمهارات الحركية في

السباحة حيث " الرياضي الذي يتمرن نحو هدف معين، سيكون له حافز في عمله، وأن العمل من دون هدف هو عمل عقيم وممل، فيجب على المدرب أن يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة ولكي يعرف الرياضي مدى تقدمه (الطالب، 1993، ص124)، وأيضا الخبرة السابقة " التي لها الأثر المهم في تحديد الحالة التي يتصف بها الرياضي قبل المباريات فالخبرة والتجربة القليلة ستعرض الفرد إلى حالتي حمى البداية وعدم اللامبالاة التي عادة ما تكون سمة التردد النفسي ظاهرة أو مخفية فيها" . (عبد الوهاب وآخرون، 2005، ص23)

هذا واتفقت نتائج الدراسة الحالية إلى ماتوصلت إليه دراسة ( أسيل جليل كاطع وآخرون، 2017) بعنوان "التردد النفسي وعلاقته بادراك نقطة سقوط الكرة للاعب المنتخب الوطني لشباب البولنغ " التي توصلت إلى وجود تردد نفسي بدرجة متوسطة عند اللاعبين، وأيضا توجد علاقة معنوية بين التردد النفسي واختبار إدراك نقطة سقوط الكرة لدى لاعبي البولنغ "، إضافة إلى دراسة (مباركي قادة، جماعي مصطفى، 2014) بعنوان "قياس التردد النفسي وعلاقته برياضة السباحة"، أين توصلت هي الأخرى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية حيث تبين أن التردد النفسي له علاقة بالرياضة وخاصة رياضة السباحة كونه يؤثر في أداء السباح بينما يسبب عدم التركيز وقلة الثقة بالنفس أثناء المنافسة، وحتى نتجنب هذه السلوكيات التي لها سلبية على شخصية وأداء السباح يجب علينا أن نوفر جملة من التوجيهات، من أجل ذلك نرى أن الفرضية الجزئية الأولى الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة أولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم مقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال قد تحققت بشكل نسبي، حيث تبين لنا أن طلبة السنة أولى لا تعاني من نقص في قسم الاستعداد والجانب البدني، أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة أي أنها تتمتع بدرجة متوسطة من التردد النفسي في حين أنها تعاني بدرجة عالية من التردد النفسي رغم اكتسابهم خبرة سابقة وذلك في الجانب التعليمي والثقة بالنفس والدافعية أثناء ممارستهم السباحة، بأن قيمة ت المحسوبة أكبر من ت الجدولية في معظم المحاور فإننا نقبل الفرض البديل و نرفض الفرض الصفري.

## 6-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة الثالثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية من الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال. تعزى النتائج المتوصل إليها في الجدول (4) والشكل (2) واللذان يوضحان يبين نتائج الفروق بين متوسطات درجات لدى طلبة السنة الثالثة في محاور الأداة. والتي تبين إن طلبة السنة الثالثة يتميزون بدرجة تردد نفسي عالية في معظم المحاور (الأداء، البدني، التعليمي، الثقة بالنفس، الدافعية) إذ تعود هذه النتائج إلى بعض العوامل التي يتعرض لها الطالب والتي من أجلها تسبب له تردد نفسي أثناء مزاولته لمقياس السباحة تطبيق من بينها الملل الذي يقصد به " أن الشخص الذي يقوم بعمل معين لفترة طويلة سوف يتردد أو ينفر من القيام بنفس العمل أو حتى التفكير به لفترة ولو قصيرة بعد قيامه بذلك العمل أو حتى التفكير به لفترة ولو قصيرة بعد قيامه بذلك العمل، أن هذا الملل سوف يخف أو ينمحي خلال فترة الراحة ويكون المتعلم بعدها مستعدة من جديد لتقبل المعلومات. (الطالب، كامل، 1993، ص61)، بالإضافة إلى الخبرة السابقة للطلبة في مجال رياضة السباحة التي تعمل هي الأخرى على التخفيف من التردد النفسي حيث " لا شك أن الخبرة التي يصاحبها انفعال حاد تساعد على تكوين الاتجاه أكثر من الخبرة التي لا يصاحبها مثل هذا الانفعال، فالانفعال الحاد يعمق الخبرة ويجعلها أعمق أثرا في نفس الفرد وأكثر ارتباطا بسلوكه في المواقف الاجتماعية المرتبطة بمحتوى هذه الخبرة وبهذا تتكون العاطفة عند الفرد وتصبح ذات تأثير على أحكامه ومعايره. (نقلا عن : موسى بلبول 2009)، كما " إن دوافع

التنافس تجعل اللاعب يعيش في مستوى من التوترات والانفعالات النفسية التي تتحول إلى ضغوط تؤدي إلى اختلال في توافقه العصبي العضلي مما ينعكس على مستوى إنجازه سلبا أو إيجابيا أو يكون متماسكا في قدراته لمواجهة الضغوط، ولهذا الضغوطات النفسية مصادر منها الخارجية وتشمل الأحداث البسيطة التي توجه الفرد كحادث مزعج، وأخرى داخلية (شخصية) كالصراع. ( نقلا عن عماروش راضية 2012)

هذا واتفقت نتائج الدراسة الحالية من حيث الوصول إلى وجود نتائج إيجابية بين متغيرات الدراسة إلى ماتوصلت إليه نتائج دراسة ( أحمد، 2005) بعنوان " التردد النفسي لدى لاعبي الجمناستيك عند أداء مهارة القفزة الأمامية على حصان القفز" إذ توصل الباحث إلى ظهر وجود التردد النفسي عند العينة أثناء أداء مهارة قفزة اليدين الأمامية على حصان القفز، وأن عدم الثقة بالمساعد أو المدرب أدى في كثير من الأحيان إلى زيادة التردد النفسي، وأيضا أن للجوانب النفسية والتقنية والمادية مثل الثقة بالنفس والإحباط والتشجيع وبث روح الأمل والسخرية من الآخرين والرغبة والتفاؤل والخبرة العملية والنظرية والشخصية والمزاج والخوف من الفشل والإعداد الجيد والسيطرة والنمط الجسمي والتجهيزات وشكل الأداء وتعقيده ووجود الجهاز والثقة بالمساعد والمدرب دور مهم في أداء هذه الفعالية، إضافة إلى دراسة ( رعد رمضان أحمد، 2014) بعنوان "الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي وعلاقتها بدقة التصويب بالهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات المباراة بسلاح الشيش" حيث توصل إلى عدم وجود فروق معنوية في واقع الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي، أغلبية لاعبي أندية ديالى بالمبارزة يتميزون بدرجة فاعلية معتدلة (متوسطة) من الاستجابة الانفعالية وممتازة في التردد النفسي، ولم تؤكد النتائج على وجود علاقة ارتباط معنوية بين الاستجابة الانفعالية ودقة الهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات أندية ديالى بالمبارزة، وكذا في اختبارات الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي ودقة التصويب في هجمة المباشرة بين اللاعبين واللاعبات.

من أجل ذلك نرى أن لذلك نرى أن الفرضية الجزئية الثانية الموسومة بـ لا يعاني طلبة السنة الثالثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بسبب اكتسابهم خبرة سابقة في هذا المجال غير محققة لان قيمة ت المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية في كل المحاور فإننا نقبل الفرض البديل ونرفض الفرض الصفري ، حيث تبين لنا أن طلبة السنة الثالثة تعاني بدرجة عالية من التردد النفسي رغم اكتسابهم خبرة سابقة مزاولتهم لمقياس السباحة تطبيق.

**6-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة الموسومة بـ لا يوجد فرق معنوي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسبب الخبرة السابقة في هذا المجال.**

تعزى نتائج عدم وجود فروق بين طلبة السنة الأولى طلبة السنة الثالثة في الاستعداد النفسي من حيث جميع المحاور أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة تطبيق رغم اكتسابهم خبرة سابقة، حيث يعود ذلك إلى عامل الخبرة السابقة التي لها "أثر مهم في تحديد الحالة التي يتصف بها الرياضي قبل المباريات حيث أن الخبرة القليلة وقلة التجربة ستعرض الفرد لحالاتي حمى البداية وعدم المبالاة التي عادة ماتكون سمة التردد النفسي ظاهرة أو متخفية فيها، أما الرياضي الذي يتمتع بخبرة طويلة وبممارسات كثيرة فإنه سيكون مستعدا لخوض المباراة وعلى مختلف المستويات في درجة جيدة من الاستعداد".(طالب، 1993، ص247)، كما تؤثر أيضا جماعة الأصدقاء على بعضها البعض أين تولد هي الأخرى تردد نفسي عند الطالب لتعلمه مختلف المهارات الحركية في السباحة إذ " تجعل الرياضي أو الطالب بمعنى التأثير السلبي للآخرين حيث "تنتاب التلاميذ والرياضيين الضعفاء حالة من التردد واضحة عند أداء التمرينات بحضور بقية الأفراد أن هذا التردد ناجم عن الخوف من لوم

أو استهزاء الآخرين علاوة على الخوف من الفشل أو الخوف من الإصابة". (طالب، 1993، ص184)، إضافة إلى ذلك الحالة التدريبية للطلاب المبتدئ أو المتقدم في الأداء حيث "يتميز الرياضي المبتدئ بضعف الثقة بالنفس وتأثيره السريع بالمؤثرات الخارجية مما يجعله عرضة للعديد من الحالات كما في حمى البداية أكثر من الرياضي المتقدم يتميز باستقرار مستواه وعدم تأثره السريع بالمؤثرات الخارجية إذا قارناه بالرياضيين الآخرين" (طالب، 1993، ص149)، ومن بين الدراسات التي توصلت إلى عدم وجود فروق بين متغيرات دراستها من التردد النفسي وعلاقته بمتغير آخر (دراسة (ثامر محمود ذنون، منهل خطاب سلطان، 2012) بعنوان "التردد النفسي للاعبين منتخبات كليات جامعة الموصل للألعاب الفردية وعلاقته بمستوى انجازهم" حيث توصل الباحثان إلى وجود علاقة سلبية بين درجة التردد النفسي ومستوى الانجاز للاعبين الألعاب الفردية (الساحة والميدان، السباحة، التنس، الريشة، كرة المنضدة) إضافة إلى يعاني لاعبو بعض فرق كليات جامعة الموصل للألعاب الفردية من درجة عالية من التردد النفسي والتي تنعكس سلبا على مستوى الأداء والانجاز الرياضي لديهم من خلال ترتيبهم في مراكز الدوري، أما دراسة (دراسة رعد رمضان احمد، 2016) بعنوان " الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي وعلاقتهما بدقة التصويب بالهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات المبارزة بسلاح الشيش " توصلت الى عدم وجود فروق معنوية في واقع الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي، أغلبية لاعبي أندية ديالى بالمبارزة يتميزون بدرجة فاعلية معتدلة (متوسطة) من الاستجابة الانفعالية وممتازة في التردد النفسي، ولم تؤكد النتائج على وجود علاقة ارتباط معنوية بين الاستجابة الانفعالية ودقة الهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات أندية ديالى بالمبارزة، وكذا في اختبارات الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي ودقة التصويب في هجمة المباشرة بين اللاعبين واللاعبات.

من أجل ذلك يتضح لنا أن لذلك يرى الباحث أن الفرضية الجزئية الثالثة الموسومة بـ لا يوجد فرق معنوي بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسبب الخبرة السابقة في هذا المجال قد تحققت، لأن قيمة ت المحسوبة أقل من ت الجدولية في معظم المحاور فإننا نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري، حيث تبين لنا أنه لا توجد فروق معنوية بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة في الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تعزى لتغير الخبرة السابقة في هذا المجال أي كلاهما يتمتع بدرجة عالية من التردد النفسي.

## 7- خلاصة:

بناء على ماتم تقديمه خلصت نتائج البحث إلى مايلي:

\* عدم تحقق لدينا الفرضية الجزئية الأولى وتبين أن أن طلبة السنة أولى لا تعاني من نقص في قسم الاستعداد والجانب البدني، أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة أي أنها تتمتع بدرجة متوسطة من التردد النفسي في حين أنها تعاني بدرجة عالية من التردد النفسي رغم اكتسابهم خبرة سابقة وذلك في الجانب التعليمي والثقة بالنفس والدافعية أثناء ممارستهم السباحة.

\* عدم تحقق لدينا الفرضية الجزئية الثانية وتبين لنا أن طلبة السنة الثالثة تعاني بدرجة عالية من التردد النفسي رغم اكتسابهم لخبرة سابقة مزاولتهم لمقياس السباحة تطبيق.

\* تحقق الفرضية الجزئية الثالثة وتبين أنه لا توجد فروق معنوية بين طلبة السنة أولى وطلبة السنة الثالثة في الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تعزى لمتغير الخبرة السابقة في هذا المجال أي كلاهما يتمتع بدرجة عالية من التردد النفسي.

\* تحقق بشكل نسبي للفرضية العامة للدراسة والموسومة ب: لا يعاني طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من نقص الاستعداد النفسي أثناء مزاولتهم لمقياس السباحة (تطبيق) إذا ما كانت لديهم خبرة سابقة في هذا المجال محققة بشكل نسبي.

### وعلى إثر الاستنتاجات المتوصل إليها قمنا بطرح بعض الاقتراحات العامة منها:

- \* الاهتمام بعلم النفس الرياضي والعمل به في جميع الرياضات.
- \* الاهتمام بالإعداد النفسي في مرحلة ما قبل البداية عند تعلم المهارات الحركية أو الخضوع في منافسة.
- \* استخدام مقياس التردد النفسي وبناء آخر لقياسه في مختلف الرياضات.
- \* قياس التردد النفسي عند مختلف الفئات العمرية.
- \* إعداد دورات تكوينية حول الإعداد النفسي للرياضي للمشرفين على تعليم المهارات الحركية وفي مختلف الرياضات.
- \* اطلاع المشرفين على التدريس على مختلف الأساليب التشجيعية والحماسية للتخفيف من التردد النفسي للرياضي والطلاب.

\* إمكانية تخصيص بعض الجلسات من طرف المشرفين لإبراز أهمية التحضير النفسي قبل الأداء الحركي.

\* إجراء دراسات مشابهة وربط التردد النفسي بمختلف الجوانب المعرفية والعقلية والبدنية والمهارية.

## 8- قائمة المراجع:

### 1-8 الكتب:

- 1- أسامة كامل راتب. (1999). تعليم السباحة. ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 2- حامد عبد السلام زهران. (1995). علم النفس والنمو والطفولة. ط5. القاهرة: عالم الكتاب.
- 3- علي سلوم جواد، مازن حسن جاسم. (2014). البحث العلمي : اساسيات ومناهج اختبار الفرضيات وتصميم التجارب. ط1. عمان: 1 مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- 4- فاخر عاقل. (1981). معالم التربية. ط4. لبنان: دار العلم للملايين. لبنان.
- 5- ناهد محمود، سعد نيلي، رمزي فهم. (1985). طرق التدريس في التربية الرياضية. مركز الكاتب للنشر.
- 6- نزار الطالب، كامل طه لويس. (1993). علم النفس الرياضي. بغداد: دار الحكمة لطباعة والنشر.
- 7- وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي. (1999). دليل رياضة السباحة. ج1. دار الهدى للنشر والتوزيع.

### 2-8 المذكرات، الرسائل، الأطروحات:

- 8- جماعي مصطفى، مباركي قادة. (2014/2013). قياس التردد النفسي وعلاقته برياضة السباحة. مذكرة ماستر غير منشورة. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.



- 9- طاوسي سليمان، طاجين مصطفى منصور. (2017/2016). تأثير القلق على تعلم السباحة لدى الطلبة المبتدئين. مذكرة ماستر غير منشورة. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. جامعة زيان عاشور الحلفة.
- 10- عماروش راضية. (2011/2010). مظاهر السلوك العدواني عند الرياضيين أثناء المنافسة الرياضية. رسالة ماجستير غير منشورة. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة الجزائر. 3
- 11- موسى بلبول. (2009/2008). اتجاهات بعض الانماط الجسمية نحو إدراك لذات البدنية في حصة التربية البدنية والرياضية. رسالة ماجستير غير منشورة. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة الجزائر. 3.
- 8-3- المجالات العلمية:**
- 12- أسيل جليل كاطع، لقاء عبد الله علي، أسماء ابراهيم عباس. (2018). مستوى التردد النفسية علاقته بادراك نقطة سقوط الكرة للاعب المنتخب الوطني للشباب بالبولينغ. مجلة الانبار للعلوم البدنية والرياضية. جامعة الانبار. العراق. 4 (16). ص 11-20.
- 13- رعد رمضان احمد. (2016). الاستجابة الانفعالية والتردد النفسي بدقة التصويب بالهجمة المباشرة لدى لاعبي ولاعبات المبارزة بسلاح الشيش. مجلة علوم الرياضة. جامعة ديالى. العراق. 8 (27). ص 97-107.
- 14- محمد عبد الوهاب، سلام جابر عبد الله، ليث محمد حسين. (2005). تقويم التردد النفسي لدى لاعبي ولاعبات المبارزة وتأثيره ببعض المتغيرات الشخصية (العمر، العمر التدريبي، الجنس). مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية. جامعة القادسية. العراق. 7 (1). ص 104-119.
- 15- نعمان هادي الخزرجي، محسن محمد حسن، علي محمد جواد الصانع. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتردد النفسي لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة بكرة القدم ( الصالات). مجلة علوم التربية الرياضية. جامعة بابل. العراق. 10 (1). ص 31-51.