

## المهارات النفسية المميزة للاعبى السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية

(دراسة مسحية على عينة لاعبي كرة السلة لرابطة الجزائر)

جامعة الجزائر 3

شريفى محمد أمين

جامعة الجزائر 3

نافع سفيان

ملخص.

تعتبر كرة السلة أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير والذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة، كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين، إلى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها، وهو الذي من شأنه أن يؤثر على الأداء المهاري والخططي للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لا زما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعب كرة السلة حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهاري والخططي. ومن هذا المنطق اتجه الباحث إلى هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية التي يتصف بها لاعبي السلة مما قد يسهم في الاستفادة من برامج الإعداد النفسي لزيادة الدافعية الرياضية للاعبين مما يؤثر بصورة جيدة في أدائهم ونتائج المباريات. ومن هنا يمكن طرح الإشكالات التالية:

ماهي نوع العلاقة الموجودة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة السلة؟

الكلمات الدالة: المهارات النفسية - الدافعية الرياضية - كرة السلة

### الإطار النظري لإشكالية البحث

تتطلب طبيعة المستويات الرياضية العالية من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهاري والخططي والنفسية بصورة متكاملة وذلك لمحاولة إحراز أفضل مستوى ممكن. ولقد تقاربت طرق الإعداد البدني والمهاري والخططي ومبادئه إلى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة ولذا فقد ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمامات بالناحية النفسية. والتفوق الرياضي 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 رياضي، ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض هي (برامج التدريب للمهارات).

والمهارات النفسية تمثل بعدا هاما في إعداد اللاعبين فهي تلعب دورا أساسيا في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهاري والخططي فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسي نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز.

ويشير الواقع إلى إهتمام المدربين وجميع العاملين على النواحي البدنية والمهاري والخططي دون أي اعتبار للجانب النفسي من الشخصية للاعبين وذلك بالرغم من أن الأداء الرياضي بصفة عامة لدى اللاعب من قدرات بدنية ومهاري وخططي ومهارات نفسية أيضا.

ويضيف محمد حسن أبو عيبة أن لكل نشاط من الأنشطة الرياضية متطلبات خاصة في بناء الشخصية الرياضية، والنشاط الرياضي في مجموعة له خصائص مميزة، ومن أجل النجاح في نشاط رياضي محدد لابد من توافر سمات معينة في الشخصية، فالفرد الرياضي الذي يفتقر إلى السمات النفسية الإيجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق أعلى المستويات نظرا لأن هذه السمات تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الشخصية (محبسن، 1986)

ويشير محمود عبد الفتاح عنان إلى أن تنمية المهارات النفسية والتي تمثل في الاسترخاء -تركيز الانتباه- التصور العقلي - الاسترجاع العقلي، يجب أن تسير جنبا إلى جنب مع التنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (محمود عبد الفتاح، 1995)

ولقد أشارت العديد من البحوث والدراسات إلى تعدد واختلاف العوامل التي يمكن أن تدفع الفرد للممارسة الرياضية وينبغي على المدرب الرياضي التعرف على تلك العوامل حتى يمكن توجيه الفرد

لمساعدته على بناء الدافعية نحو الممارسة الرياضية، حيث تعد الدافعية بمثابة محرك داخلي ينشط السلوك ويكون بدوره مسؤولاً عن استمرارية وجهته وتحديدها. وتتأثر مستويات الدافعية لدى الرياضيين نتيجة لدوافع معينة وهذا التأثير لا يكون بنفس النمو بل يختلف من رياضي إلى آخر، فبعضهم يستجيب بشكل أفضل عند سماعه لتعليمات المدرب لهم أو تحريضه لهم على بذل الجهد، ففتح المكافآت أو تغيير مواقع اللاعبين في خطة اللعب أو تكليف الرياضي بمسؤولية معينة، أو توجيه العقاب له أو تحذيره... إلخ كلها أساليب يمكن استخدامها مع الرياضيين لذا يفضل التعرف على شخصية الرياضي وطبيعته حتى نستطيع اختيار الوسيلة المناسبة للدافعية لاستخدامها عند الحاجة دون أن نلجأ إلى وضع جميع أفراد المجموعة تحت نفس المعاملة وكما ذكرنا سابقاً أن طبيعة المستويات الرياضية العالية تتطلب من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطئية والنفسية لأقصى درجة ممكنة وذلك لمحاولة إحراز أفضل مستوى ممكن والتكامل بين جوانب الشخصية والذي يتمثل في المهارات النفسية كجانب عقلي بجانب السمات الدافعية يمثلها بعداً هاماً في الإعداد النفسي للاعبين حيث تلعب دوراً هاماً في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات النفسية التي يجب العناية بها جنباً إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطئية.

وتعتبر كرة السلة أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير والذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة، كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين، بالإضافة إلى أنها تزرخ بالعدد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها، والذي من شأنه أن يؤثر على الأداء المهارى والخطئي للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة، ولذلك كان لزاماً على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعب كرة السلة حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهارى والخطئي. ومن هذا المنطلق اتجه الباحث إلى هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية التي يتصف بها لاعبي كرة السلة وإيجاد نوع العلاقة الموجودة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية مما قد يسهم في الاستفادة من برامج الإعداد النفسي لزيادة الدافعية الرياضية للاعبين مما يؤثر بصورة جيدة في أدائهم ونتائج المباريات. أهداف الدراسة

- تحديد المهارات النفسية المميزة للاعبين كرة السلة.
- تحديد السمات الدافعية المميزة للاعبين كرة السلة.
- التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبين كرة السلة.

### فروض الدراسة الفرضية العامة

هناك علاقة دالة إحصائية بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة السلة.

### الفرضيات الجزئية

- هناك علاقة دالة إحصائية بين القدرة على التصور السمات الدافعية الرياضية.
- هناك علاقة دالة إحصائية بين القدرة على الاسترخاء السمات الدافعية الرياضية.
- هناك علاقة دالة إحصائية بين القدرة على تركيز الانتباه سمات الدافعية الرياضية.
- هناك علاقة دالة إحصائية بين القدرة على مواجهة القلق والسمات الدافعية الرياضية.
- هناك علاقة دالة إحصائية بين مهارة الثقة بالنفس والسمات الدافعية الرياضية.
- هناك علاقة دالة إحصائية بين مهارة دافعية الإنجاز والسمات الرياضية.

### إجراءات الدراسة

#### منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) وذلك لملائمته لأهداف البحث وفروضه.

#### عينة الدراسة

تم تطبيق القياس على عينة عمدية قوامها ( 45 ) لاعب من لاعبي كرة السلة من نادي رويبة ونادي الدار البيضاء وقد بلغ متوسط العمر 18.11 سنة بانحراف معياري 76.90، والعمر التدريبي بمتوسط 6.33 وانحراف معياري 20.40 والجداول التالي رقم (1) يوضح عدد أفراد فريق كرة السلة بالناديين.

جدول رقم (1) : التوصيف العددي لعينة الدراسة

م	النادي	عدد افراد العينة
1	نادي رويبة	20
2	نادي الدار البيضاء	25
اجمالي أفراد العينة		45

ولقد تم تطبيق أدوات البحث لجميع البيانات على أفراد العينة في الفترة من 2017/12 إلى 2018/2 والجدول التالي رقم (2) يبين تجانس أفراد العينة على متغيرا السنوات العمر التدريبي .  
 جدول رقم (2) : المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لبيانات أفراد العينة، ن=45

المعاملات الإحصائية متغيرات الدراسة	المتوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع)	معامل الالتواء
السن	11.18	76.90	02.0
العمر التدريبي	33.6	4.20	16.0

يتضح من الجدول السابق رقم (2) أن معامل الالتواء لكلا من متغير السن التدريبي ينحصر فيما بين +3، -3 مما يشير إلى تجانس أفراد العينة .

### أدوات الدراسة

استخدم الباحث 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 الرياضي وهي تشتمل على الأبعاد التالية :  
 القدرة على التصور ؛ القدرة على الاسترخاء ؛ القدرة على تركيز الانتباه ؛ القدرة على مواجهة القلق ؛ الثقة بالنفس ؛ دافعية الإنجاز الرياضي .

ب- أدوات الإحصائية

المتوسط الحسابي؛ معامل ألفا ؛ الانحراف المعياري ؛ معامل الارتباط سبيرمان ؛ معامل الالتواء- اختبار " ب "

### النتائج وتفسيرها

جدول (1) : المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري والنسبة المئوية للمهارات النفسية المميزة للاعبين كرة السلة وترتيبها تنازليا ، (ن = 45)

م	الفرق بين السمات الدافعية والرياضية	الارباعي الأعلى		الأربعاعي الأدنى	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي
1	الحافز	66.4	45.0	67.2	45.0
2	العدوانية	87.4	50.0	67.2	54.0
3	التصميم	65.4	98.0	98.2	19.0
4	المسؤولية	26.4	66.0	45.3	54.0
5	القيادة	36.4	50.0	34.2	87.0
6	الثقة بالنفس	45.4	40.0	76.2	97.0
7	التحكم الإنفعالي	14.4	34.0	34.2	45.0
8	الصلابة	18.4	40.0	89.2	41.0
9	التربية	67.4	33.0	82.2	40.0
10	الضمير الحي	78.4	34.0	82.2	73.0
11	الثقة بالآخرين	45.4	56.0	98.2	43.0

يتضح من الجدول 1 بعد دراسة قيم المتوسطات الحسابية ، وكذلك نسبة المنوية لكل بعد على حدة بالترتيب على نحو التالي : دافعية الإنجاز القدرة على التصور ، الثقة بالنفس القدرة على الاسترخاء ، القدرة على التركيز الانتباه ، القدرة على مواجهة القلق .  
 من خلال نتائج هذه الدراسة يتضح لنا تفسير الفرض الأول للدراسة والخاص بالتعرف على مهارات النفسية المميزة للاعب كرة الهللة قيد الدراسة وترتيبها .  
 جدول (2) : المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المنوية للسمات الدافعية الرياضية المميزة للاعب كرة الهللة وترتيبها تنازليا

م	السمات الدافعية للإحصائية للرياضة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المعيارية للبعد	ترتيب السمات الدافعية تنازليا
1	الحالة الترتيبية	69.3	85.0	2.79	الأولى
2	الضمير الحي	89.3	78.0	8.77	الثانية
3	المسؤولية	88.3	49.0	6.77	الثالثة
4	الثقة بالآخرين	82.3	72.0	4.76	الرابعة
5	الحافز	80.3	69.0	76	الخامسة
6	العدوان	49.3	79.0	4.69	السادسة
7	التصميم	46.3	66.0	2.69	السابعة
8	الصلابة	42.3	69.0	4.68	الثامنة
9	الثقة بالنفس	40.3	75.0	68	التاسعة
10	القيادة	37.3	81.0	4.67	العاشرة
11	التحكم الإنفعالي	22.3	64.0	4.64	الحادية عشر

تشير معلومات مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية إلى أن زيادة درجة اللاعب في السمة تعني مدة القوة تلك السمات التي يمتلكها الرياضي حيث يحدد مقياس الحد الأقصى لدرجة السمات = 5 وبناء على ذلك يتضح من الجدول ( 2 ) بعد دراسة قيم المتوسطات الحسابية للسمات الدافعية الرياضية للاعب كرة الهللة مقارنة بالحد الأقصى ( 5 ) لكل سمة على حدة قد تم تحديد وترتيب السمات الدافعية الرياضية للاعب كرة الهللة على النحو التالي : الحالة الترتيبية ، الضمير الحي ، المسؤولية ، الثقة بالآخرين ، الحافز ، العدوان ، التصميم ، الصلابة ، الثقة بالنفس ، القيادة التحكم الإنفعالي .  
 ومن خلال النتائج يمكن تفسير الفصل الثاني للدراسة والخاص بالتصرف على السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعب كرة الهللة برابطة الجزائر .

جدول (3) : معامل الارتباط بين المهارات النفسية وأبعاد مقياس السمات الدافعية الرياضية

م	السمات الدافعية الرياضية المهارات النفسية	الحافز	العدوان	التصميم	المسؤولية	القيادة	الثقة بالنفس	التحكم الإنفعالي	الصلابة	الترتيبية	الضمير الحي	الثقة بالآخرين
1	القدرة على التصور	0.041	0.053	0.235	0.518	0.157	*0.416	0.052	0.192	0.148	0.156	0.0378
2	القدرة على الاسترخاء	0.240	0.020	*0.380	*0.407	0.0244	*0.354	*0.301	*0.421	*0.359	0.256	0.288
3	القدرة على تركيز الانتباه	263.0*	131.0-	*0.346	0.253	0.0513	*0.258	*0.297	0.231	0.178	*0.374	0.217

0.063	0.211	0.063	*0.273	0.223	*0.281	0.090	*0.293	0.120	0.081.0	*412.0	4	القدرة على مواجهة القلق
*0.388	*0.396	*0.0501	*0.349	*0.259	*0.456	0.0267	*0.0474	*0.0380	114.0	0.077.0	5	الثقة بالنفس
0.025.0	*422.0	*559.0	*469.0	236.0	131.0	259.0	*325.0	*430.0	056.0	*428.0	6	دافعية الإنجاز الرياضي

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

يتضح من الجدول رقم (3) 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 وبعض السمات الدافعية

أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القدرة على التصور والثقة بالنفس وهذا يعني أنه كلما ارتفع المستوى التنافسي كلما زادت فرصة استخدام القدرة على التصور في التدريب وأن اللاعبين ذوي الخبرة يستفيدون من التصور العقلي بدرجة أكبر من اللاعبين الجدد. فاللاعب حينما يعترض تمريرات الفريق المنافس يجب أن تكون واثق من نفسه ومن قدراته ومهارته في قطع الكرات وفي نفس الوقت لا يبدو عليه التردد أو القلق وخاصة في المواقف غير المتوقعة. وبذلك يداخله الإيمان بقدرته وثقته في مواهبه وتقبل التحديات التي تختبر حدود قدراته وما يشمله من قوة أو ضعف مستخدماً إياها للوصول إلى أفضل النتائج ومن ثم تبرز استعداده لمواجهة أي عقبات في حدود قدراته بل وتحسن التصرف فيها:

#### ثانياً: العلاقة بين القدرة على الاسترخاء وبعض السمات الدافعية

أظهرت نتائج جدول رقم (3) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.01) بين القدرة على الاسترخاء وسمات (التصميم \_ المسؤولية \_ الصلابة \_ التدريبية) بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوية عند المستوى (0.05) بين القدرة على الاسترخاء وسمتي (الثقة بالنفس \_ التحكم الانفعالي) ويؤكد هذه العلاقة الإيجابية ما أشار إليه العديد من العلماء أنه من خلال الاسترخاء يتمكن الفرد من توجيه انتباهه للعمل الذي سيقوم به أي يكون في حالة انتباه مسترخي

#### ثالثاً: العلاقة بين القدرة على التركيز الانتباه وبعض سمات الدافعية الرياضية

يتضح من الجدول (3) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.01) بين القدرة على تركيز الانتباه وسمات (الحافز \_ التصميم \_ الثقة بالنفس \_ التحكم الانفعالي) وهذا يؤكد أن الانتباه يمثل بعداً حيويًا في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها وتعد قدرة الرياضي على توظيف كل الانتباه والتركيز من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة. وتعتبر مهارات الانتباه إحدى المهارات النفسية الضرورية للأداء الناجح، ويشير ندفير في 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 التي في كثير من الأحيان يمكن أن يرجعها إلى فقدان تركيز الانتباه.

#### رابعاً: العلاقة بين القدرة على مواجهة القلق والسمات الدافعية الرياضية

أظهرت نتائج جدول رقم (3) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند المستوى (0.01) بين مهارة القدرة على مواجهة القلق وسمات (الحافز وعلاقة إيجابية دالة معنوية عند المستوى (0.05) بين القدرة على مواجهة القلق وسمات (المسؤولية \_ الثقة بالنفس \_ الصلابة) وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسات والتي أشارت إلى أن القلق من أهم الظواهر النفسية الصاحبة لتنظيم المنافسات الرياضية حيث يلعب دوراً هاماً في التأثير على أداء اللاعبين وخاصة الناشئين منهم نتيجة لتطلعاتهم للفوز بنتيجة المباراة وعدم خسارتها.

فمن الضروري خفض حدة التوتر والقلق والذي يمهّد الطريق إلى زيادة تركيز الانتباه بالتالي تحقيق أفضل الإنجازات الرياضية ويتم ذلك عن طريق برامج التدريب العقلي ويمثل الحافز الدافعي الشخصي لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز وبذلك يعتبر مقياساً لجدية المحاولة من قبل

اللاعب للوصول للمستوى أفضل . وعليه ينتظر اللاعبون بشغف المنافسة القوية ويضعون لأنفسهم أهدافا عالية للوصول لمستوى أفضل، ويتقبلون المخاطر والمصاعب على أمل ، ذلك يساعدهم على إتمام الأعمال الموكلة إليهم بنجاح كما يتميز سلوكهم بالإيجابية نحو المنافسة للوصول إلى مستوى البطولة، ويرتبط هذا بالقدرة على التغلب بفعالية على ما يعترضه من قلق ومواجهة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة إيجابية أي يتسم سلوكهم بالضبط الذاتي ونادرا ما يفقدوا أعصابهم ويظهرون قدرا كبيرا من الاستقرار والهوء وعدم الاستثارة، وهذا ما يؤكد العلاقة بين القدرة على مواجهة القلق وبضع السمات الدافعية الرياضية .

#### خامسا : العلاقة بين مهارة الثقة بالنفس والسمات الدافعية الرياضية

يتضح من الجدول رقم (3) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.01) بين مهارة الثقة بالنفس وسمات (التصميم- المسؤولية - الثقة بالنفس - التدريبية - الضمير الحي - الثقة بالآخرين) بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.05) بين مهارة الثقة بالنفس (القيادة- التحكم الانفعالي- الصلابة) وهذا يعني أن مهارة الثقة بالنفس صفة شخصية ضرورية لتحقيق النجاح فهي تساعد اللاعب على تطوير أدائها الرياضي، كما أن ارتباط هذه المهارة النفسية ببعض السمات الدافعية التي تتمثل في سمات (المسؤولية ، التصميم ، التدريبية ، الضمير الحي والثقة بالآخرين) أمر ضروري .

#### سادسا : العلاقة بين مهارة دافعية الإنجاز والسمات الرياضية

يتضح من الجدول رقم (3) وجود علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.01) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضي وسمات (الحافز - التصميم- الصلابة- التدريبية- الضمير الحي) ، بينما ظهرت علاقة إيجابية دالة معنوية عند مستوى (0.05) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضي وسمتي (المسؤولية- القيادة) ويعني ذلك أن مهارة دافعية الإنجاز الرياضي كمهارة نفسية مميزة للاعب كرة السلة "فقد الدراسة" تتأثر وترتبط ببعض السمات الدافعية كسمة الحافز والتصميم والصلابة والتدريبية والضمير الحي وأيضا دافعية الإنجاز الرياضي والمسؤولية والقيادة .

فرياضة كرة السلة تكون المنافسة فيها من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن ولا بد أن تتميز أفرادها بالسمات الدافعية السابقة لتحقيق هذا المستوى المطلوب .

وهذا ما يؤكد لنا مدى ارتباط مهارة دافعية الإنجاز الرياضي كمهارة نفسية ببعض السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعب كرة السلة والمساهمة في الإنجاز الرياضي ويتمشى ذلك الاستنتاج مع ما أكده أوجيفلي Oglive في أنه من خلال الملاحظة الموضوعية والمقابلات الشخصية والبحوث التي تمت وأجريت للصفوة من الرياضيين وبدراسة البروقيل النفسي للرياضيين في المستويات العالية أتضح تميزهم بالخصائص والسمات النفسية التالية : الدافع - الثقة بالنفس - التحكم الانفعالي - الضمير الحي - القيادة - التصميم - صلابة الرأي - العدوانية - الحساسية - القدرة التدريبية - الثقة بالآخرين .

ويتضح أيضا من جدول رقم (3) وجود علاقة سالبة بين بعض المهارات النفسية كمهارة القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه وبعض السمات الدافعية الرياضية كسمة العدوان .

ومن خلال المناقشة السابقة يتضح لنا تفسير الفصل الثالث والذي أثبت العلاقة الإيجابية بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية للاعب كرة السلة . ما عدا مهارتي القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه وسمه العدوانية حيث ظهرت بينهما علاقة سلبية.

ومما سبق يتضح لنا أنه لا بد من تزامن إجراءات تنمية المهارات النفسية والتي تمثل الجانب العقلي مع الإجراءات الخاصة لتنمية السمات الدافعية الرياضية والتي تمثل الجانب النفسي والتي يجب أن تستكمل مع نهاية مرحلة الإعداد النفسي للرياضي .

#### الاستنتاجات

في حدود عينة البحث والنشاط الرياضي المختار ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستخلاصات التالية:

-يتميز لاعب كرة السلة بالمهارات النفسية الآتية: مهارة دافعية الإنجاز الرياضي ، مهارة القدرة على التصور ، الثقة بالنفس ، القدرة على الاسترخاء ، القدرة على تركيز الانتباه والقدرة على مواجهة القلق.

-يتميز لاعب كرة السلة بسمات الدافعية الرياضية الآتية : الحالة التدريبية ، الضمير الحي ، المسؤولية ، الثقة بالآخرين ، الحافز ، التصميم ، الصلابة ، الثقة بالنفس ، القيادة ، التحكم الانفعالي .

-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 مهارتين وسمه العدوان حيث انه كلما زادت قدرة اللاعب على استخدام مهارة التصور ومهارة تركيز الانتباه أثناء أدائه أدى ذلك إلى قدرته على مواجهة

والسيطرة على انفعالاته وتقدير قدرته البدنية والمهارية مما يقلل من إظهار سمة العدوان التي تعتبر رد فعل للإحباط والأداء غير الموفق .

### المراجع

- أسامة كامل راتب. (1990) . دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي.  
أسامة كامل راتب. (1996) . التدريب العقلي في المجال الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي.  
أسامة كامل راتب. (1997) . العداد النفسي لتدريب الناشئين – دليل المدربين وأولياء الأمور . القاهرة. دار الفكر العربي.  
أسامة كامل راتب. (1997) . قلق المنافسة (ضغوط التدريب- احتراق الرياضي). القاهرة. دار الفكر العربي.  
أسامة كامل راتب. (2000) . تدريب المهارات النفسية وتطبيقها في المجال الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي.  
أسامة كامل راتب. (2000) . علم نفس الرياضة (المفاهيم- التطبيقات). القاهرة. دار الفكر العربي.  
ريسان خريطمجيد. إبراهيم رحمة. (1988) . طرق اختبار الرياضيين. البصرة. دار الكتب للطباعة والنشر.  
محمد حسن أبو عبيدة. (1986) . المنهج في علم النفس الرياضي. الإسكندرية. دار المعارف.  
محمد حسن علاوى. (1979) . علم التدريب الرياضي. القاهرة. دار المعارف.  
محمد حسن علاوى. (1983) . سيكولوجية التدريب والمنافسات. ط2. دار المعارف.  
محمد حسن علاوى. (1994) . علم النفس الرياضي (ط9) . القاهرة. دار المعارف.  
محمد حسن علاوى. (1997) . علم نفس المدرب والتدريب الرياضي. دار المعارف.  
محمد حسن علاوى. (1998) . مدخل في علم النفس الرياضي. مركز الكتاب للنشر .  
محمد حسن علاوى. (1998) . موسوعة الاختبارات النفسية الرياضية. القاهرة. مركز الكتاب للنشر.  
محمد حسن علاوى. محمد نصر الدين رضوان. (1987) . الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي.  
محمود عبد الحلیم منسى. (1980) . مقدمة في الإحصاء النفسي والتربوي. دار المعارف.  
محمود عبد الفتاح عنان. (1995) . سيكولوجية التربية البدنية والرياضية " النظرية والتجريب " . القاهرة. دار الفكر العربي.