



The relationship of multidimensional anxiety to the performance of some basic skills in football for female students

Abstract

The study aimed to: Identify the level of multidimensional anxiety among third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences - University of Basra, as well as identify the relationship between multidimensional anxiety and learning some basic football skills among female students in the research sample. The researchers used the descriptive approach. The researchers defined the research community as first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Basra, numbering (50) students for the academic year 2023-2024. The research sample included (28) female students in Section H, representing (56%) of the research community. Multidimensional anxiety was measured among the research sample through a printed paper scale for this purpose. Basic skills were also measured through candidate tests presented to experts and specialists before they were applied. The researchers concluded that there is a significant correlation between multidimensional anxiety and basic football skills under study among female students in the research sample, and that the level of multidimensional anxiety was high among female students in the research sample, which negatively affected the performance of skills. The researchers recommend the need to pay attention to the psychological aspect as it is an integral part of other aspects of training. The instructor should also pay attention to the levels of anxiety that Accompanying the students, paying attention to them and guiding them in a way that serves performance and motivates the student to make an effort.

Keywords: sports psychology - multidimensional anxiety - football for female students



علاقة القلق المتعدد الابعاد في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطالبات

الباحث: م.م حذيفة نجم خزل / hothifa.najem@uobasrah.edu.iq

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة البصرة

الباحثة: م.م اسراء جاسم مهنا / esra.jassam@buog.edu.iq

كلية الهندسة للنفط والغاز-جامعة البصرة للنفط والغاز

Assistant Teacher/ Huthaifah Najem Khazaal/ <https://orcid.org/0000-0002-1109-9080>

College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra

Assistant Teacher/ Israa Jassim Muhanna/ <https://orcid.org/0009-0002-1237-9508>

College of Engineering for Oil and Gas / Basra University for Oil and Gas

المستخلص

هدفت الدراسة الى : التعرف على مستوى القلق المتعدد الابعاد لدى طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة البصرة كذلك التعرف على العلاقة بين القلق المتعدد الابعاد وبين تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طالبات عينة البحث استخدم الباحثان المنهج الوصفي, حدد الباحثان مجتمع البحث بطالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة والبالغ عددهن (50) طالبة للعام الدراسي 2023-2024 وشملت عينة البحث طالبات شعبة ح وعددهن (28) طالبة بنسبة (56%) من مجتمع البحث , وتم قياس القلق المتعدد الابعاد لدى عينة البحث من خلال مقياس مطبوع ورقيا لهذا الغرض كذلك تم قياس المهارات الأساسية من خلال اختبارات مرشحه عرضت على الخبراء والمختصين قبل تطبيقها , واستنتج الباحثان ان هنالك ارتباط معنوي بين القلق المتعدد الابعاد والمهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى طالبات عينة البحث وان مستوى القلق المتعدد الابعاد كان عاليا لدى طالبات عينة البحث مما اثر سلبا على أداء المهارات ويوصي الباحثان بضرورة الاهتمام بالجانب النفسي كونه جزء لا يتجزأ عن جوانب التدريب الأخرى كذلك يجب اهتمام التدريسي بمستويات القلق التي ترافق الطالبات والالتفات لها وتوجيهها بالشكل الذي يخدم الأداء ويدفع الطالبة الى بذل الجهد .

الكلمات المفتاحية : علم النفس الرياضي- القلق المتعدد الابعاد - كرة القدم للطالبات



1-التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

ان لعبة كرة القدم أصبحت منذ زمن بعيد الرياضة الأكثر شعبية في العالم والأكثر ممارسة حيث بدأت البطولات العالمية والقارية والمحلية منذ سنوات بعيدة , وان اغلب الفرق العالمية او الأندية خاصة في الزمن الماضي يكون ممارسيها من الرجال أي انه الطابع الاغلب على هذه الرياضة بان الجنس الذكري هو الممارس لها والذي يتقنها , اما في الزمن الحديث فقد برزت رياضة كرة القدم للنساء وظهرت البطولات العالمية سواء على مستوى المنتخبات الوطنية او الاندية الرياضية واتجه الفرق الى الاعداد المتكامل البدني والمهاري والخططي والنفسي للجنس الانثوي لممارسة واتقان هذه اللعبة رغم وجود بعض المصاعب لدى النساء في ممارستها مقارنة بالرجال الى انه وصلت الى مستويات متقدمة .

وأصبحت المدارس المتخصصة والاكاديميات الرياضية وكليات التربية البدنية تهتم بالعنصر النسوي لممارسة لعبة كرة القدم والتطور في المستوى والتغلب على كافة العوائق التي تواجه تلك الفئة واهمها العامل النفسي.

حيث ان الجانب النفسي اصبح جزء لا يتجزأ من جوانب التدريب الرياضي و التعلم الحركي بل اصبح في معظم الفرق المتقدمة والواصلة الى اعلى مراحل الاعداد البدني والمهاري والخططي اصبح العامل الحاسم في التفوق وترجيح كفة الفرق ذات الاعداد النفسي الأعلى لذا التجأت العديد من الفرق العالمية وفي مختلف التخصصات الرياضية الى الاهتمام بالجانب النفسي ووضع كوادرنفسية متخصصة إضافة الى الكادر الفني والكادر البدني في المنظومة التدريبية لتلك الفرق لخفض عوامل القلق والتوتر وشحن السمات النفسية الإيجابية لدى اللاعب حيث ان القلق من العوامل المهمة والمؤثرة في الأداء الرياضي حيث يشير (Kazem & Muhammad, 2010) " يحتل موضوع القلق مركزاً رئيساً في علم النفس عامة وعلم النفس الرياضي خاصة لما له من آثار واضحة في اختلال الوظائف النفسية أو الوظائف الجسمية أو كليهما معاً "

وان علماء النفس الرياضي يصنفون القلق في بعض الأحيان يكون قلق إيجابي لغرض الاستعداد الجيد والتهيئة النفسية والذهنية لأداء المجهود اما اذا كان هنالك افراط في القلق او يكون ملازم للأداء فهنا يكون القلق مؤثر سلبي , حيث يجب على اللاعب او اللاعبة كيفية التصرف وجعله بالشكل الإيجابي المحفز للأداء وبذل المجهود حيث استنتجت دراسة (Amin, 2021) " الى انه يجب تنمية الصفات



النفسية والسمات الإيجابية كالنظرة الى التفاؤل والامل وعدم الخوف الارتباك والتوجه الإيجابي نحو الأداء حتى يستطيع اللاعب او اللاعبة من الأداء بفاعلية والابتعاد عن الخوف والقلق" وان اتقان المهارات الأساسية يعد دعامة او أساس ترتكز عليه بعض الصفات الأخرى خلال مراحل التطور في لعبة كرة القدم وان العامل النفسي يعد من العوامل الأساسية في العملية التدريبية او التعليمية الى جوانب الاعداد الأخرى، وان معالجة نواحي القلق وتعبئة الطاقات النفسية لدى الطالبات العامل الهام في اكتساب المهارات والتقدم فيها حيث يشير (Osama Kamel Rateb, 2000) " إن أداء أي مهارة بكفاءة عالية يجب أن يكون عاملي نجاحها الاستعداد البدني والاستعداد النفسي".

وان القلق المتعدد الابعاد يعد عاملا رئيسيا في التأثير في مستوى الأداء خاصة لدى الطالبات كونهن على اختلاف جذري من ممارسة لعبة كرة القدم بعكس الطلاب الذين يمارسونها منذ الصغر حتى الوصول الى المراحل الجامعية اما الطالبات فقليل ما يمارسونها بحكم قلة وجود الأجواء والمحيط الإيجابي والعوامل الاجتماعية المناسبة لممارستها خاصة في المجتمعات العربية والعراقية لذا فإن القلق يكون عامل معيق لتعلم الأداء ويجب التعامل معه بجديه وكيفية تنمية الجانب النفسي للطالبات والتخلص من الخوف والقلق قبل الدخول في تطبيق او تعلم المهارات خلال المحاضرات الخاصة بمادة كرة القدم .

ومن خلال ما تقدم يجد الباحثان ضرورة البحث في هذا المجال النفسي المهم لما له تأثير وعلاقة بمستوى الأداء سواء كان البدني او المهاري حيث تكمن أهمية البحث في دراسة إثر القلق المتعدد الابعاد والتعرف عليه وعلى تأثيره على أداء المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة لأنه يعد من المتغيرات النفسية المهمة التي يجب المحافظة على اتزانه واستقراره وجعله كعامل ذات تأثير إيجابي في الأداء وليس العكس لتحقيق أفضل نتائج التعلم والتدريب.

1-2 مشكلة البحث:

ان تطوير العوامل البدنية والمهارية والخططية على أهمية كبيرة لتحقيق أفضل نتائج التقدم في المستويات الرياضية ولكن هنالك جانبا مهما يضاف الى تلك الجوانب ويعد الجانب المكمل والحاسم لتحقيق التفوق في المنافسات الرياضية خاصة في حال تساوي جوانب الاعداد الأخرى بين الفرق الا وهو العامل النفسي وما يتضمنه من عوامل وقدرات نفسية وذهنية ذات تأثير مباشر في مستوى الأداء



لمختلف التخصصات والفعاليات الرياضية، ومن تلك العوامل القلق وانواعه وتأثيراته السلبية والإيجابية تجاه الأداء.

حيث ان الطالبات وماذكرناه تجاههن من عوامل يؤدي الى ظهور مستويات عليا من القلق السلبي بحسب طبيعة الظروف التي تواجهها تلك الفئة على مستوى ممارسة تلك اللعبة، ووجودهن في بيئة تعليمية جديدة تختلف عن مراحل تعليمهن السابقة مما يسبب حاله من عدم الاستقرار وعدم الارتياح تؤدي الى إعاقة مستوى التعلم واكتساب المهارات وخاصة في كرة القدم،

مما دعا الباحثان الى دراسة هذا النوع من القلق (القلق المتعدد الابعاد) ومعرفة مدى تأثيره وعلاقته في أداء المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طالبات المرحلة الاولى، واصاغ الباحثان المشكلة على هيئة سؤال: هل القلق المتعدد الابعاد له علاقة بأداء المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طالبات المرحلة الاولى؟

1-3 هدف البحث:

يهدف البحث الى ما يلي:

1- التعرف على مستوى القلق المتعدد الابعاد لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

2- التعرف على العلاقة بين القلق المتعدد الابعاد وبين تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

1-4 فروض البحث: يفترض الباحثان ما يأتي:

1- وجود علاقة معنوية ذات دلالة إحصائية بين القلق المتعدد الابعاد وبين تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطالبات

1-5 مجالات البحث:

المجال البشري: قد شمل طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة للعام الدراسي 2023-2024

المجال المكاني: ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة المثل

المجال الزمني: الفترة من 2024/3/3 لغاية 2024/5/1

1-6 تحديد المصطلحات



القلق المتعدد الابعاد : يعرفه (Muhammad Hassan Allawi, 2002) (على انه احد أنواع القلق في علم النفس الذي ينظر الى القلق او يشير الى القلق من خلال ابعاد متعددة تتعلق بالجانب المعرفي والبدني والانفعالي)

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته حل مشكلة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث: حدد الباحثان مجتمع البحث بطالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة والبالغ عددهن (50) طالبة للعام الدراسي 2023-2024 وشملت عينة البحث طالبات شعبة ح وعددهن (28) طالبة بنسبة (56%) من مجتمع البحث.

2-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

لغرض تحقيق اجراءات البحث الميدانية فقد تم الاستعانة بوسائل جمع المعلومات وادوات البحث واجهزته وكما يلي:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات

1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية، الاختبارات والقياس، الشبكة العنكبوتية (شبكة الانترنت)، استمارة استبيان آراء الخبراء والمختصين، المقابلة

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

5- شواخص

1. ملعب كرة قدم مفتوح

6- ورق مطبوع فيه مقياس القلق المتعدد

2. شريط قياس

الابعاد

7- لا بتوب نوع (DELL)

3. مسطبات عدد (2)

8- ساعة توقيت + صافرة

4. كرة قدم عدد (8)

فريق العمل المساعد*

2-4 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث

* حسين عبد الغفار جواد : طالب ماجستير تربية بدنية
وسام محمد : طالب ماجستير تربية بدنية
م.م ساره سامي : ماجستير تربية بدنية



2-4-1 : مقياس القلق المتعدد الابعاد : استخدم الباحثان مقياس محمد حسن علاوي Allawi, (1994) محلق (3) يصلح هذا المقياس لقياس القلق المتعدد الابعاد في جميع المراحل العمرية ويتضمن مقياس القلق المتعدد الابعاد (45) عبارة عن ثلاثة أبعاد ويحتوي كل بعد على (15) عبارة ويقوم بالإجابة على العبارات بالتدرج من (أبداً تقريباً - أحياناً - غالباً - دائماً تقريباً). ويتم تصحيح المقياس للعبارات الايجابية بالدرجات التالية درجة واحد (أبداً تقريباً) ودرجتان (أحياناً) وثلاث درجات (غالباً) وأربع درجات (دائماً تقريباً) أما العبارات السلبية فيتم تصحيحاً على النحو التالي.

أربع درجات (أبداً تقريباً) وثلاث درجات (أحياناً) درجتان (غالباً) ودرجة واحد (دائماً تقريباً) وقد تمت عملية تصحيح الاستمارات بمعدل خمس دقائق لكل استمارة ولغرض معرفة الدرجة الكلية للمقياس تجمع الدرجات التي حصلت عليها الطالبة من خلال إجابتها على فقرات المقياس.

والجدول التالي يبين أرقام العبارات التي تقيس القلق المتعدد الابعاد بالعبارات الايجابية والسلبية.

جدول (1)

يبين أرقام العبارات الايجابية والسلبية التي تقيس القلق المتعدد الابعاد

المقياس	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية	المجموع
المعرفي	42,39,33,30,27,24,21,18,15,12,9,3	45,36,6	15
البدني	40,37,34,31,28,22,19,16,13,7,4	43,25,10,1	15
سهولة الانفعال	44,35,29,26,23,20,11,8,5,2	41,38,32,17,14	15
المجموع			45

2-4-2 الأسس العلمية للمقياس:

2-4-2-1 صدق المقياس:

هو اهم الوسائل الإحصائية في مجالات القياسات النفسية ويعرفه (Kazem & Muhammad, 2010) نقلا عن (مصطفى باهي) بأنه "قدرة المقياس على قياس ما وضع من اجله أو السمة المراد قياسها "



واستخدم الباحثان صدق المحتوى من خلال توزيع المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي (ملحق 1) لأبداء آراءهم وملاحظاتهم حول صلاحية فقرات المقياس المصمم لغرض قياس القلق المتعدد الأبعاد قبل تطبيقه على عينة الدراسة.

2-2-4-2 ثبات المقياس:

يعرفه (Amin, 2021) نقلا عن موسى النبهان بأنه " الاختبار الذي يعطي نفس النتائج فيما إذ تم إعادة اختبار مرة ثانية على نفس العينة وتحت نفس الظروف" وقام الباحثان بأعاده تطبيق المقياس بعد مرور سبعة أيام بعد التجربة الاستطلاعية على نفس العينة وب نفس ظروف الاختبار الأول، وتم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبارين وكما في جدول (2)

جدول (2)

يبين معامل الثبات لأبعاد القلق

الابعاد القلق	الثبات
المعرفي	0.91
البدني	0.89
سهولة الانفعال	0,88

2-4-3: الاختبارات المهارية

عرض الباحثان مجموعه من الاختبارات لقياس المهارات الأساسية قيد الدراسة على عدد من الخبراء والمختصين في مجال الاختبارات والقياس وكرة القدم (ملحق 2) وتم واختار الباحثان الاختبارات ادناه والتي حصلت على اعلى نسبة توافق بين الخبراء.

أولا : اختبار دقة المناولة القصيرة (Qadir, 2020)

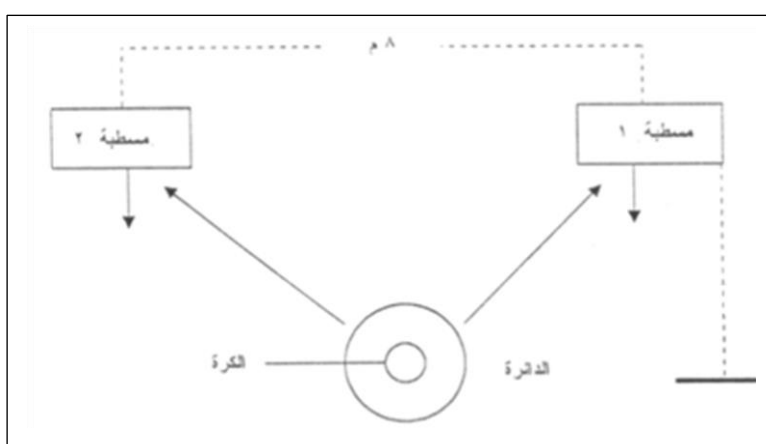
هدف الاختبار قياس دقة المناولة القصيرة

الادوات المستخدمة: ثلاث كرات قدم، ساعة توقيت، مصطبة او مقعد سويدي عدد (2)، شريط قياس اجراءات الاختبار: توضع الكرة على محيط نصف دائرة (150) سنتيمتر ويوضع مقعدان سويديان طول كل منهما (120) سنتيمتر بحيث يبعد احدهما عن الآخر (8) متر من منتصف المقعد والمقعدان



السويديان يبعدان عن مركز الدائرة بمسافه (8) متر ايضا وعند الابعاز يبدأ تبدأ الطالبة بضرب الكرة باتجاه المقعد الاول وبعد ضرب تركض باتجاه ارتداد الكرة عن المقعد ودحرجتها الى الدائرة ثم تضرب بالقدم الاخرى الى المقعد وهكذا تستمر بالتناوب الى حد انتهاء الاختبار (30) ثانيه وكما في الشكل (1).

طريقه التسجيل : عشر درجات لكل خمس مرات ناجحة وثلاث درجات لكل ثلاث مرات ناجحة وسبع درجات لكل اربع مرات ناجحة ودرجه لكل مره ناجحة



شكل (1) يوضح اختبار دقة المناولة القصيرة

ثانيا: اختبار الدرجة بالكرة (Al-Hasnawi, 2013)

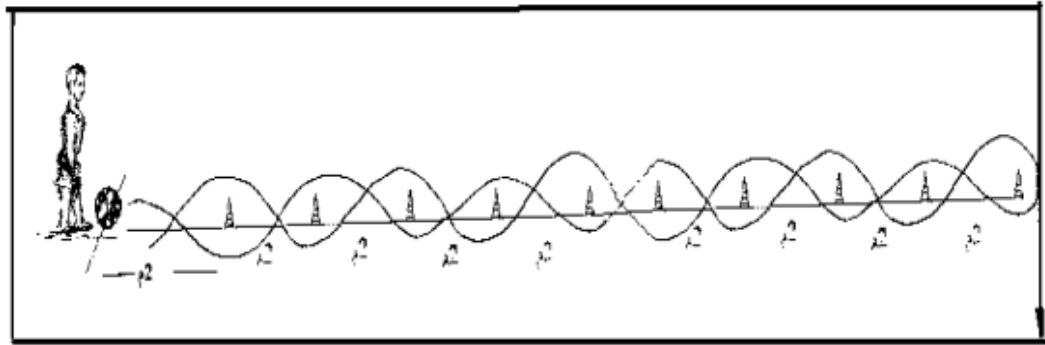
هدف الاختبار: قياس مدى مقدرة الطالبة على التحكم في الكرة اثناء دحرجتها بها بين الشواخص

الادوات المستخدمة : (10) شواخص كره قدم , وساعه توقيت

الملعب: توضع عشر الشواخص في خط مستقيم والمسافة بين كل شخص واخر (2) متر والمسافة بين خط البداية وأول شاخص (2) متر كما في الشكل (2)

طريقه الاداء تقف الطالبة بالكرة على خط البداية عند اشارة البدء تجري الطالبة بين الشواخص جري متعرج حتى تصل الى اخر شخص وتدور حوله وتعود الى خط البداية بالطريقة نفسها

التسجيل: تسجل للطالبة الزمن لأقرب ثانيه من لحظه اعطائها اشارة البدء حتى عودتها الى خط النهاية مره أخرى



شكل (2) يوضح طريقة أداء اختبار الدرجة المتعرجة بين الشواخص

ثالثاً : اختبار دقة التصويب : (Al-Hiti, 2013)

الأدوات المستعمل في الاختبار: سبع كرات قدم، شاخص، حبل، مرمى مقسم إلى مناطق محددة.

طريقة الأداء:

توزع (7) كرات في منطقة الجراء تبدأ الطالبة بالركض من خلف الشاخص الموجود داخل قوس الجراء باتجاه الكرة الأولى، تقوم بالتصويب وتعود للدوران حول الشاخص، ثم تتوجه للكرة الثانية.. وهكذا مع الكرات كلها، للطالبة الحرية باختيار أي قدم، على أن يتم الأداء من الركض.

طريقة التسجيل:

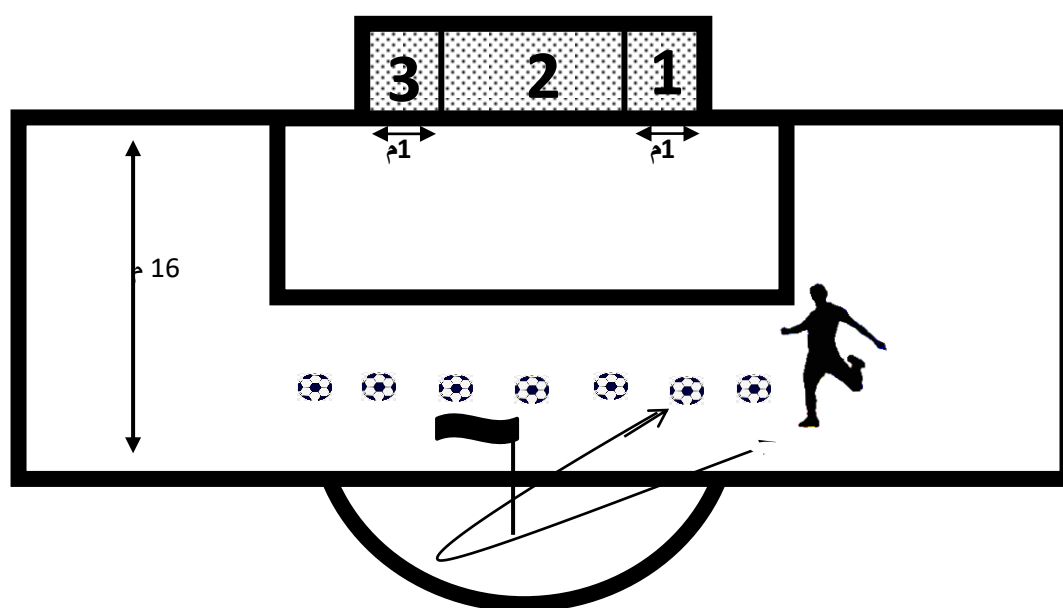
تحتسب الدرجة بمجموعة الدرجات التي تحصل عليها الطالبة من تهديف الكرات السبعة وعلى النحو التالي:

تمنح الطالبة (3 درجات) إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين (1 ، 3).

تمنح الطالبة درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة رقم (2).

تمنح الطالبة صفراً إذا خرجت الكرة خارج المرمى.

في حالة ارتطام الكرة بالعارضة أو العمود ، ولم تدخل الكرة تحتسب للطالبة درجة تلك المنطقة المحددة التي ارتطمت بها الكرة ، والشكل (2) يوضح شكل الاختبار



شكل (3)

يوضح طريقة تنفيذ الطالبة لاختبار تهديف الكرات

رابعاً : اخماد الكرة والسيطرة عليها: (Sherwan Muhammad, 2021)

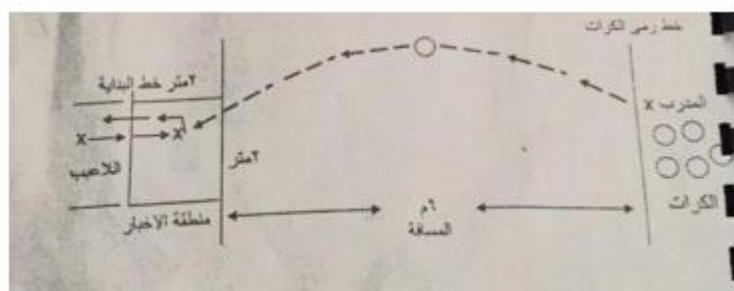
هدف الاختبار: قياس الدقة في ايقاف الكرة واستعادته التحكم فيها بالقدم او الركبة او الصدر او الراس

الادوات اللازمة: خمس كرات قدم قانونيه - شريط قياس

اجراءات الاختبار: تقف الطالبة بمنطقه الاختبار المحددة ويقف المدرب ومعه الكرة على خط البداية وبعد اعطاء اشارة البدء يرمي الكرة عالية الى داخل منطقة الاختبار تتقدم الطالبة من خط البداية الى داخل منطقه الاختبار محاولة ايقاف الكرة بأي جزء من اجزاء الجسم ما عدا الذراعين ثم العودة الى خط البداية والانطلاق ثانيةً وهكذا تكرر الطالبة المحاولات الخمسة المتتالية.

يجب ان يتم ايقاف الكرة خلف الخط وضمن المناطق المحددة للاختبار على ان تكون احدى قدمي الطالبة داخل منطقه الاختبار إذا أخطأ المدرب في رمي الكرة فتعاد المحاولة ولا تحتسب رمي الكرة إذا تمت بحركة اليدين من الاسفل الى الاعلى ولا تحتسب المحاولة صحيحة في الحالات الأتية: اذ لم تتجح الطالبة في ايقاف الكرة تمنح صفر، إذا اجتازت اي خط في المنطقة بأكثر من قدم واحده تعطى درجه واحده، إذا اوقفت الكرة بطريقه غير قانونيه تعطى صفر

طريقه التسجيل: تعطى درجتان لكل محاوله صحيحة وتحتسب عشر درجات لمجموع المحاولات الخمسة

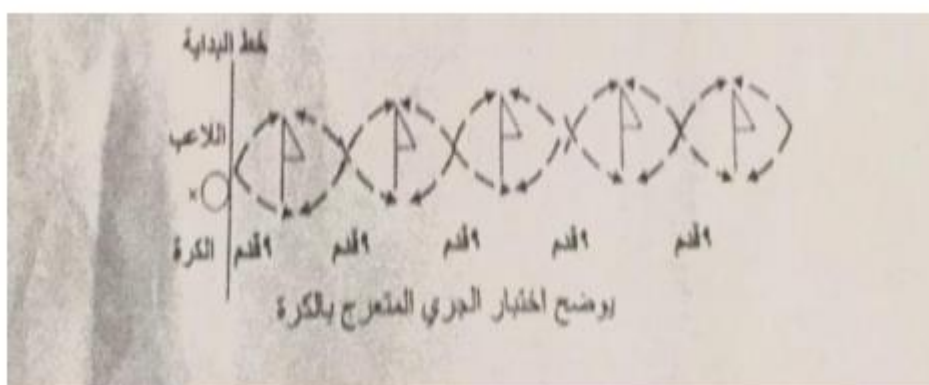


شكل (4) يوضح طريقة أداء اختبار اخماد الكرة والسيطرة عليها

خامسا: اختبار الجري المتعرج بين الشواخص (المراوغة) : (Sherwan Muhammad, 2021)

الغرض من الاختبار قياس القدرة على المراوغة في الملعب

يرسم خطان متوازيان على ارض الملعب والمسافة بينهما 50 يارده تثبت الشواخص الثلاثة بين الخطين بحيث يكون الشخص الاول على بعد (9) يارده عن خط البداية وتكون المسافة بين كل شاخص واخر (8) يارده وبذلك تكون المسافة بين الشخص الاخر وخط البداية (25) يارده توضع الكرة على خط البداية وعند اعطاء اشارته البدء للطالبة تجري بالكرة من اليمين القائم الاول ثم من يسار القائم الثاني ثم الدوران حول القائم الثالث والعودة بالعكس بأقصى سرعه ممكنه وتعطى الطالبة ثلاث محاولات متتاليه ويحسب لها اقل زمن تم تسجيله .



شكل (5) يوضح اختبار الجري المتعرج بين الشواخص لقياس القدرة على المراوغة



2-4-4 الأساس العلمية للاختبارات المهارية

2-4-4-1 الصدق

استخدم الباحثان صدق المحتوى حيث تم توزيع مجموعة الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم وتم اختيار الاختبارات التي حصلت على أعلى نقاط اتفاق بين الخبراء وهي الاختبارات الخمسة المذكورة أعلاه

2-4-4-2 الثبات

وتم قياس الثبات من خلال إعادة الاختبار بعد فترة سبعة أيام من اجراء التجربة الاستطلاعية وتمتعت الاختبارات المذكورة بدرجات عالية من الثبات تراوحت بين (0.87 الى 0.94)

2-4-4-3 الموضوعية

مستوى الصدق والثبات العالين يدل على مستوى الموضوعية العالية والحياد والابتعاد عن الذاتية لدى المحكمين حيث يعتبر الصدق والثبات مؤشرا مهما لمستوى الموضوعية في القياسات والاختبارات

2-5 التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية بتاريخ الاحد 2024/3/7 الساعة 10 صباحا وتمت على مجموعة طالبات من عينة البحث وتهدف الى غرض معرفه تلائم الاختبارات مع عينة الدراسة وتهيئة الوسائل والأدوات اللازمة ومعرفة أدوار فريق العمل المساعد لغرض التهيئة لأجراء التجربة الرئيسية.

2-6 التجربة الرئيسية

اجرى الباحثان التجربة الرئيسية بتاريخ الاحد 2024/3/14 الساعة 10 صباحا وذلك على ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المثل والقاعات الدراسية حيث تم توزيع المقياس الخاص بالقلق المتعدد الابعاد من خلال استمارات مطبوعة ورقيا على العينة في القاعات الدراسية لغرض الإجابة عليه وتم قبل الإجابة على المقياس شرح فقرات المقياس بالتفصيل والإجابة على تساؤلات الطالبات وإعطاء الوقت الكافي للإجابة , وبعد ان تم الإجابة عليه من قبل جميع الطالبات تم الانتقال الى ملعب الكلية



المثيل لغرض اجراء الاختبارات المهارية حيث تم اجراء احماء للعينة بعدها تم اجراء الاختبارات وتسجيل نتائج تلك الاختبارات بواسطة استمارات معدة لهذا الغرض .

2-7 الوسائل الاحصائية

*استخدم الباحثان نظام (SPSS) الإحصائي الإصدار السادس والعشرون.

3-عرض ومناقشة نتائج البحث :

جدول رقم (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي لأبعاد مقياس القلق المتعدد الأبعاد لعينة البحث

المعالم الإحصائية			أبعاد المقياس
الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
40	2.031	48.138	البعد المعرفي
40	2.364	47.256	البعد البدني
30	3.314	45.321	سهولة الانفعال
115	140.715		درجة مقياس القلق متعدد الأبعاد الكلية

يتبين من جدول (3) الخاص ب نتائج ابعاد مقياس القلق المتعدد الأبعاد ان القياسات كان فوق المستوى المتوسط وهذا يعني زيادة في القلق الى حد كبير مما يؤثر سلبا على أداء الطالبات لان القلق قد يكون في بعض الأحيان إيجابي اذا كان هنالك مستوى طبيعي منه وذلك من اجل حث الطالبة على بذل الجهد والاجتهاد في العمل والابتعاد عن الخمول اما اذا تزايدت مستويات القلق عن الحد الطبيعي أدى ذلك الى انعكاس سلبي في العمليات العقلية والنفسية والانفعالية والتي تتسحب على التأثير على القدرات البدنية و المهارية والتوافقية لدى للطالبات وهذا ما توصلت اليه دراسة (Kazem & Muhammad, 2010) التي بينت انه " كلما كان مستوى القلق مرتفع لدى الطالبات أدى ذلك اثر سلبي على الأداء المهاري .



جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات المهارية لعينة البحث

المعالم الإحصائية		وحدة القياس	الاختبارات المهارية
الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
2.031	1.625	درجة	المناولاة القصيرة
2.365	17.148	ثانية	الدحرجة بالكرة
1.314	3.051	درجة	التهديف
1.325	1.021	درجة	الاخماد والسيطرة على الكرة
1.452	18.965	ثانية	المراوغة

دل جدول (4) على نتائج الاختبارات المهارية التي خضعت لها طالبات عينة البحث ويتبين من خلال الجدول ان مستوى العينة يصنف ضمن المستوى المنخفض او الضعيف حيث ان درجات التي حصلت عليها الطالبات لكل اختبار هي دون المتوسط بكثير بل هيه ضعيفة ويعزوا الباحثان ذلك الى ضعف الاعداد النفسي للطالبات و ارتفاع عامل القلق بأبعاده الثلاثة المعرفي والبدني والانفعالي لدى الطالبات وتراكم الخبرات السيئة والخوف من الفشل وكذلك الأجواء والمحيط الذي يعتبر جديد عند اغلب الطالبات مما اثر الى حد كبير على مستوى أداء الطالبات حيث ان للأعداد النفسي أهمية كبيرة في العملية التعليمية والتدريبية وهذا ما يؤكد (Mohamed Arab, 2006) " ان الاعداد النفسي احد الاعمدة التي تركز عليها العملية التدريبية او التعليمية فضلا عن عناصر التدريب الأخرى" لذا يجب الاهتمام بهذا الجانب واعطائه جزء كبير من العملية التعليمية حتى يمكن التوصل الى نتائج إيجابية.



جدول (5)

يبين علاقة الارتباط بين القلق المتعدد الأبعاد وبين المهارات الأساسية لعينة البحث

القياسات		R	R	النتيجة
		الجدولية	المحتسبة	
القلق المتعدد الابعاد	المناولة القصيرة	-0.788	0.422	معنوي
	الدحرجة	-0.796		معنوي
	التهديف	-0.671		معنوي
	الاخماد والسيطرة على الكرة	-0.621		معنوي
	المراوغة	-0.791		معنوي

دل جدول (5) على وجود علاقة ارتباط معنوية بين القلق المتعدد الأبعاد وبين جميع المهارات الأساسية قيد البحث وهذا يدل على التأثير المباشر للقلق المتعدد الأبعاد في أداء عينة البحث ويعزوا الباحثان تلك العلاقة المعنوية الى ضعف الاعداد النفسي لدى الطالبات والخبرات المتراكمة والغير ملائمة تجاه الأداء او التفكير السلبي نحو الأداء حيث الاعتقاد السائد لدى عينة البحث بالخوف من الفشل وبصعوبة الأداء او ضعف الثقة في أداء المهارة بنجاح مما يؤثر سلبا على قدرتهم على الأداء حيث يذكر (Muhammad Hassan Allawi, 2002) "الخبرات الانفعالية الناتجة عن اتقان المهارات الحركية التي تتطلب المزيد من الرشاقة والتوازن تتطلب الشجاعة والجرأة اذا ان إحساس الفرد بقدرته على الأداء تستدعي الانفعالات السارة لدى الرياضي على أداء مثل هذه المهارات الحركية الرياضية التي تتسم بالصعوبة وتحتاج الى الدقة ,اما توقع الرياضي الفشل في أداء تلك المهارات او عدم القدرة على الأداء الجيد يستدعي الخبرات الانفعالية الغير سارة المؤثرة سلبا في الأداء".

كما يعزوا الباحثان العلاقة المعنوية بين القلق وبين أداء المهارات لدى طالبات عينة البحث الى ضعف الاعداد البدني للطالبات وقلت ممارسة لعبة كرة القدم بحكم البيئة والمجتمع التي تضع بعض القيود على ممارسة اللعبة من قبل الاناث حيث ان مستوى القلق يرتفع كلما ادركت الطالبة ان الأداء غير معتادة



عليه او يتطلب الدقة وبذل الجهد والسرعة في الأداء وهذا ما يؤكد (Amin, 2021) "ارتفاع مستوى القلق يناسب الأداء الرياضي الذي يتطلب القوة العضلية والتحمل والدقة والسرعة في الأداء". كذلك يبين الباحثان العلاقة المعنوية في جدول (5) الى حدوث تغيرات داخلية لا ارادية لدى الطالبات ولا تعرف الطالبة مصدر تلك التغيرات التي احدث خلل في القدرات العقلية والبدنية والمهارية كالإحساس بالخوف والتشاؤم وعدم الرغبة في الأداء رغم ان الأداء ليس صعبا ولكن كما بينا عدم وجود الخبرات الإيجابية لدى العينة حول الأداء وقلت الممارسة تجعلهن يشعرن بعدم الاستقرار وعدم الرغبة في الأداء , لذا يجب الالتفات الى العامل النفسي ومنذ مراحل الدراسة الأولى في المدارس الابتدائية والثانوية وصولا للجامعات يجب التأكيد على تنشيط الرياضة بصورة عامة وكرة القدم بصورة خاصة ومراعاة العامل النفسي لدى الطالبات حتى تتكون تراكمات وخبرات إيجابية نحو أداء لعبة كرة القدم مما يؤدي الى الارتفاع بالمستوى بالتدريج حيث مثلما بينا سابقا انه كلما كان الاعداد النفسي عاليا وقل القلق تمكنت الطالبة من الأداء الجيد وزيادة التركيز على الأداء والابتعاد عن التشتت في التركيز والقلق.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات: اهم ما استنتجه الباحثان ما يأتي:

1- هنالك ارتباط معنوي عكسي بين القلق المتعدد الابعاد (المعرفي والبدني وسهولة الانفعال)

والمهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى طالبات عينة البحث

2- ان مستوى القلق المتعدد الابعاد كان عاليا لدى طالبات عينة البحث مما اثر سلبا على أداء

المهارات

3- ضعف في أداء المهارات لدى طالبات عينة البحث

4-2التوصيات: اهم ما يوصي به الباحثان ما يأتي:

1- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي كونه جزء لا يتجزأ عن جوانب التدريب الاخرى

2- اهتمام التدريسي بمستويات القلق التي ترافق الطالبات والالتفات لها وتوجيهها بالشكل الذي يخدم

الأداء ويدفع الطالبة الى بذل الجهد

3- استخدام مختلف الوسائل التي من شأنها ان تسهم في معاشة الطالبات مع ظروف الأداء الخاصة

بلعبة كرة القدم



4- اعداد البرامج النفسية الى جانب البرامج التدريبية للوصول الى افضل مستويات الأداء للطلابات وخاصة في لعبة كرة القدم

المصادر

- ❖ Abd, D. K. (2014). Multidimensional anxiety and its relationship to the ranking of achievement of Al-Mustansiriya University colleges' teams in volleyball. *Journal of the College of Basic Education*, 20(82), 573–588.
<https://www.iasj.net/iasj/article/150318>
- ❖ Al-Hasnawi, H. A. and A. M. (2013). A comparative study on the ability to control the ball and kick the ball over the distance between players according to the lines of football play. *Sports Science Journal*, 12(12).
- ❖ Al-Hiti, M. A. (2013). Testing and tactics in football. Degla Printing and Publishing.
- ❖ Ali Hussein Ali Jassim. (2015). ((Calendar of social anxiety among students of the Faculty of Education Mathematical Karbala University)). *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 1(45), 70–82.
<https://www.iasj.net/iasj/article/108534>
- ❖ Amin, S. rebwar muhammed. (2021a). Psychological stress and its relationship to future anxiety among swimmers clubs in Sulaymaniyahcity. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 1(65), 514–525.
<https://www.iasj.net/iasj/article/213225>
- ❖ Amin, S. rebwar muhammed. (2021b). Psychological stress and its relationship to future anxiety among swimmers clubs in Sulaymaniyahcity. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 1(68), 274–293.
<https://www.iasj.net/iasj/article/213225>
- ❖ Azzawi, A. G. R. K. (2019). The multi-dimensional concern and its relation to the accuracy of the performance of some of the parking stands for the Romanian wrestlers for youth ages (18–20) years. *Journal Mustansiriyah of Sports Science*, 1(3), 120–138. <https://www.iasj.net/iasj/article/166909>
- ❖ Dr. Ahmed Qassem Kazem, Ahmed Hadi Jumaa, D. A. K. F. (2022). Multidimensional anxiety and its relationship to the level of technical performance of some offensive kicks for advanced Taekwondo players. *Karbala Journal of Physical Education Sciences*, 7(2), 232–242. <https://www.iasj.net/iasj/article/235659>



- ❖ Jassim, dhuha salem. (2024). Multiple anxiety and its relationship to the performance of some offensive skills among advanced handball players. *The Islamic College University Journal*, 3(77), 567–584. <https://www.iasj.net/iasj/article/305223>
- ❖ Kazem, S. K., & Muhammad, S. S. (2010). Multidimensional anxiety and its relationship to the performance of the inwardly curled jumping movement on the vaulting horse apparatus in gymnastics. *Journal of Physical Education Sciences*, 2(3), 288–310. https://www.uobabylon.edu.iq/publications/sports_edition11/physical_journal11_8.doc
- ❖ Mahjoub Ibrahim Al-Mashhadani, H. A.–W. A.–M. (2013). Multidimensional anxiety and its relationship to the accuracy of scoring skill performance among soccer players. *Journal of Misan Researches*, 9(1–18), 440–468. <https://www.iasj.net/iasj/article/228760>
- ❖ Mohamed Jassam Arab, M. J. K. (2006). Compared to the level of emotional response between boxers applicants and youth. *Journal of Physical Education*, 15(4), 98–109. <https://www.iasj.net/iasj/article/68647>
- ❖ Muhammad Hassan Allawi. (1988). *Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes*. Book Center for Publishing.
- ❖ Muhammad Hassan Allawi. (2002). *Psychology of the sports coach*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- ❖ Osama Kamel Rateb. (2000). *Sports Psychology – Concepts and Applications* (3rd ed.). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- ❖ Qadir, A. W. H. (2020). The relationship of concentration of attention to the accuracy of short and medium tackles in football for players of Sulaymaniyah Club. *Journal of Physical Education Sciences*, 13(3). <https://www.iasj.net/iasj/article/196449>
- ❖ Sherwan Muhammad Saeed. (2021). The effect of using gradually in difficulty training in performing some basic skills in football for physical education and sport sciences students The study aims to identify the effect of gradually difficult training in performing some basic skills of fo. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 1(67), 125–136. <https://www.iasj.net/iasj/article/213518>



ملحق (1)

اسماء الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي الذين استعان بهم الباحثان في دراستهم

- 1- أ.د عبد الكاظم جليل: علم النفس الرياضي /كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة
- 2- أ.د حيدر عودة زغير: علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة
- 3- أ.د كاظم حبيب عباس: علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة

ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين في كرة القدم الذين استعان بهم الباحثان في دراستهم

- 1- أ.د عمار جاسم مسلم: كرة القدم / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة
- 2- أ.د لؤي كاظم محمد: كرة القدم / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة
- 3- أ.د حيدر عوفي احمد: كرة القدم / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة
- 4- أ.د عبد علي جعفر محمد: كرة القدم / كلية التربية البدنية وعلم الرياضة جامعة البصرة

ملحق 3

مقياس القلق المتعدد الابعاد

بسم الله الرحمن الرحيم

فيما يلي بعض العبارات التي قد تستخدمها الطالبة لوصف شعورها عند أداء المهارات الأساسية بكرة القدم يرجى قراءة كل عبارة ثم وضع علامة (✓) أمام العبارة التي تنطبق مع حالتك التي تشعرين بها عند أداء المهارات الأساسية التالية (المناولة القصيرة ,الدرجة بالكرة,التهديف ,الاخماد والسيطرة على الكرة, المراوغة)
شاكرين تعاونكم معنا

الباحثان

حذيفة نجم خزعل

اسراء جاسم مهنا



ت	العبارات	أبداً تقريباً	أحياناً	غالباً	دائماً تقريباً
1.	اشعر بالاسترخاء في جسمي				
2.	اشعر بالنرفزة				
3.	أخشى الهزيمة				
4.	اشعر برعشة في بعض أطرافي				
5.	أحس بالاضطراب				
6.	اشعر بالتفاؤل بالنسبة لنتيجة أداء				
7.	أحس بمغص أو توتر بمعدتي				
8.	أحس بعدم الاستقرار				
9.	بالي مشغول من ناحية نتيجة أداء				
10.	اشعر بأنني بأحسن حالاتي البدنية				
11.	أعصابي مشدودة				
12.	أخشى من عدم التوفيق بالأداء				
13.	اشعر بان ريقني ناشف				
14.	روحي المعنوية مرتفعة				
15.	فكري مشغول خوفاً من سوء مستواي في المباراة				
16.	دقات قلبي سريعة جداً (أسرع من المعتاد)				
17.	اشعر بالاطمئنان				
18.	تراودني أفكار بعدم الاشتراك بالأداء				
19.	اشعر بان جسمي مشدود				
20.	أحس بالارتباك				
21.	بالي مشغول بعدم رضا المدرب عن مستوى أدائي				
22.	اشعر بصدا ع بسيط في راسي				
23.	اشعر بالتوتر العصبي				
24.	أخشى من عدم إجادتي				
25.	اشعر بالراحة الجسمية				
26.	اشعر بالانزعاج				
27.	أهمية المباراة تشتت تفكيري				
28.	اشعر بان جسمي متوتر				
29.	معنوياتي منخفضة				
30.	كلما فكرت بالمباراة كلما زاد ارتباكي				



				أحس بالتعب في بعض عضلاتي	31.
				اشعر بثقة في نفسي	32.
				ينتابني بعض التشاؤم	33.
				أعاني من بعض العرق وخاصة في راحة يدي	34.
				أحس بالعصبية	35.
				اشعر بانني سوف اظهر في أحسن حالاتي الأداء	36.
				اشعر ببعض الضيق في التنفس	37.
				اشعر بالأمان	38.
				تدور في ذهني أفكار عن الهزيمة في الأداء	39.
				أحس بما يشبه الألم في بعض أجزاء جسمي	40.
				أعصابي مسترخية	41.
				أجد نفسي أفكر في عدم قدراتي على استكمال الأداء	42.
				اشعر بانني مرتاح جسماً	43.
				اشعر بالضغط العصبي	44.
				عندي ثقة بالفوز بالأداء	45.