

مداخلة بعنوان: السمات الانفعالية وانعكاسها على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

دراسة ميدانية لبعض نوادي المسيلة

مجناح مولود<sup>1</sup> /طالب دكتوراه/ جامعة محمد بوضياف المسيلة/ moloud.medjnah@gmail.com

مجادي مفتاح<sup>2</sup> /أستاذ محاضر/ جامعة محمد بوضياف المسيلة / meftah.medjadi@univ-msila.dz

### Abstract:

Our study aims to identify the emotional features and their reflection on the skill performance of handball players, where emotional features play a big role in the sports field, especially within the various sports competitions, as psychological emotions have an important part and an important role in the players' lives, as they are related to their behaviors, motives, tendencies and personal needs. This applies to all sports activities that they practice in all different types of sports, as there are absolutely no types of sports practice without talking about emotions. Emotional traits are the amount of emotions that an individual possesses. Skillful performance is one of the aspects that are affected by factors and traits, including emotional traits. Which is reflected on the skill performance and affects it either positively by positive emotions or negatively by negative emotions in sports activities

### ملخص:

تهدف دراستنا إلى التعرف على السمات الانفعالية وانعكاسها على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد، حيث تلعب السمات الانفعالية دورا كبيرا في المجال الرياضي وخاصة داخل المنافسات الرياضية المختلفة إذ أن للانفعالات النفسية، جزء مهم ودور بالغ في حياة اللاعبين، إذ ترتبط بسلوكاتهم ودوافعهم وميولاتهم وحاجاتهم الشخصية وهذا في جميع الأنشطة الرياضية التي يمارسونها في جميع أنواع الرياضات المختلفة إذ أنه لا يوجد على الإطلاق أنواع من الممارسة الرياضية دون أنتحدث فيها الانفعالات والسمات الانفعالية هي عبارة عن كمية الانفعالات التي يمتلكها الفرد، ويعد الأداء المهاري من الجوانب التي تتأثر بالعوامل والصفات، ومن بينها السمات الانفعالية التي تنعكس على الأداء المهاري وتؤثر فيه إما تأثيرا إيجابيا بالانفعالات الإيجابية أو تأثيرا سلبيا بالانفعالات السلبية في الأنشطة الرياضية.

## مقدمة واشكالية البحث:

لا يتوقف الاهتمام باعداد الرياضي عند تعليمه فقط بل يتعدى ذلك إلى بناء متكامل يشمل شخصيته فيجميع جوانبها وذلك لخلق جيل متوازن في مجالات الحياة وهذا ما تصبوا إليه الرياضة لأنها علم مرتبط ارتباط موثوق مع جميع العلوم الأخرى كعلم الاجتماع والفلسفة والسيولوجيا والحركة وعلم النفس.

ويعتبر الجانب النفسي من أبرز المتطلبات الحالية في الرياضة كونه يعطي للاعب المؤهل لأداء الجوانب البدنية والمهارية والحركية المناسبة (أسامة كامل راتب، 1997، ص370).

ومن المعتبر بأن الدراسات النفسية تسعى عموماً لفهم وضبط السمات الانفعالية، كما يحاول علماء النفس تحقيق هذا المبتغى لمعرفة المتغيرات المؤثرة والمربطة بالتحكم في الانفعالات النفسية وكذا كيفية تعزيز الانفعالات الايجابية ومحاولة السيطرة على الانفعالات السلبية، وكذا التعرف على المتغيرات المرتبطة بهذا السلوك وبين العلاقات الوظيفية وتوظيف ما يريدون من الحقائق والتصميمات والمبادئ والنظريات لصالح الفرد.

حيث تؤثر هذه السمات الانفعالية التي هي عبارة عن كمية الانفعالات التي يمتلكها اللاعب الرياضي على الأداء المهاري للاعبين وتؤدي إلى اختلال في مستوى الإنجاز الرياضي الذي يسعى اللاعبون من أجل تحقيقه في المنافسات الرياضية المختلفة.

## 2- الإشكالية:

لقد زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة بالمشكلات النفسية المرتبطة بمجال النشاط البدني الرياضي وتعتبر السمات الانفعالية أحد المظاهر التي لها دور كبير في التأثير على مستوى الأداء للاعبين ، إما بصورة إيجابية فيكون قوة دافعة إيجابية تساعد الفرد على بذل أقصى ما يمكنه من جهد، أو بصورة سلبية فيكون قوة دافعة سلبية تساهم في إعاقة الأداء حيث ان الأداء الحركي ينطلق ويتجه ويستمر من دوافع الرياضي، فإن سماته الانفعالية هي المسؤولة عن تكوين هذه الدوافع وتشكيلها وتنميتها وهي كذلك مسؤولة عن

إعطاء الأداء نمط معين من حيث الشكل والمضمون ، ويعتبر الأداء المهاري لدى اللاعب الرياضي.

-فهل للسمات الانفعالية إنعكاس على الأداء المهاري لدى اللاعبين.

### 3-أهداف الدراسة:

- دراسة السمات الانفعالية لدى اللاعبين وانعكاسها السلبي على الأداء المهاري.
- معرفة أسباب حدوث السمات الانفعالية (الانفعالات السلبية).
- محاولة إيجاد الحلول المناسبة للسيطرة على السمات الانفعالية (الانفعالات السلبية) والتحكم فيها.
- معرفة خبرة المدربين في التعامل مع السمات الانفعالية لدى اللاعبين.
- إبراز علاقة السمات الانفعالية: العدوانية- الاكتئاب على الاداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

-العمل على إيجاد حلول ملائمة تسمح بالقضاء أو على الأقل التخفيف من حدة هذه الظاهرة (الانفعالات).

إعادة تعميم الفائدة في ميدان البحث العلمي وملاً النقص والفرغ الملموس في مكتباتنا وخاصة في ميدان علم النفس.

### 4-الكلمات الدالة والمفتاحية:

السمة: اصطلاحاً: السمة هي أي طريقة مميزة ثابتة نسبياً بها تميز الفرد عن غيره من الأفراد (محمد حسن علاوي، 1993، ص 290).

-السمة اجرائياً: هيجملة الصفات الاجتماعية والخلقية والمزاجية التي تميز الفرد عن غيره.

### -الانفعالات:

-الانفعالات: اصطلاحاً: هي الأحوال النفسية التي يحدثها الإحساس باللذة والألم وهي ثلاثة أنواع: اللذة، الألم ، الهيجان، وتعرف أيضاً بأنها الإحساس بأثر الفعل اللذيذ والمؤلم وهي حالات داخلية تصف جوانب معرفية خاصة واحساسات وردود أفعال فيزيولوجية

وسلوك تعبيرى معين، كما تظهر في اشكال عديدة فجأة ويصعب التحكم فيها(مختار متولي، محمد إسماعيل إبراهيم، ص 93).

الانفعالات: -إجرائيا: هي مجموعة من الاضطرابات النفسية وعلى درجات مختلفة من الشدة وكذلك تعبيرات حركية مختلفة حيث يضطرب لها الانسان جسما ونفسا.

-الأداء المهاري:

-اصطلاحا: حسب هيل توماس: هو سلوك معين للفرد يحدده عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح. والغرض الموجود وهيتعمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت فيالجهد ( غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن، 2012، ص26).

-إجرائيا: الاداء المهاري هوتنفيذ الحركات الرياضية من طرف اللاعبين الرياضيين بشكل من الاتفاق يهدف الرقي بمستوى الأداء إلى مستويات عليا في رياضة كرة القدم.

5-فرضيات الدراسة:

1-5-الفرضية العامة:

للسمات الانفعالية انعكاس سلبي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

2-5-الفرضيات الجزئية:

-للعوانية انعكاس سلبي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد .

6-الدراسات السابقة:

1-6- دراسة مجادي رابح: بعنوان:بعض السمات الانفعالية وعلاقتها الارتباطية بالكفاءة في التدريس لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. مذكرة لنيل شهادة الماجستير نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، تخصص: التدريب الرياضي، 2008/2007.

-ملخص الدراسة: كان هدف الباحث في هذه الدراسة هو إيجاد نوع العلاقة الارتباطية بين كل من سمات القلق والغضب والاكنتاب وبين الكفاءة التدريسية لاساتذة التربية البدنية والرياضية .

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-اثبات الفرضيات وهيالتاثير السلبي للانفعالات الثلاثة على المرير وكفاءته في التدريس.  
-اتصاف معظم الأساتذة ببعضالتصرفات والسلوكات التي توجي بوجود بعض الانفعالات مثل القلق والغضبوالاكنتاب الذي ينقص من قيمة واحترام الأستاذ.  
2-6-دراسة: بلوط سيد أحمد . بوزيتونة الحسن بعنوان: اثر الاعداد النفسي على الاداءالمهاري للاعبي كرة القدم قبل المنافسة مذكرة ليسانس في تخصص التدريبالرياضي التنافسي.

-ملخص الدراسة: كان هدف الدراسة معرفة مدى تأثير التحضير النفسي وإبراز أهميته في تحسين الاداءالمهاري للاعبين.

-أهم النتائج المتوصل إليها.

-أغلبية اللاعبين يؤكدون بدرجة كبيرة أن للتحضير النفسي تأثير إيجابي على أداءهم المهاري وهذا ما يؤكد أهمية التحضير البسيكولوجي.  
-غياب المرشد النفسي وندرة تلقى عملية التحضير النفسي قبل المنافسة لها انعكاس سلبي بالغ على أداء اللاعبين.

-الاعداد النفسي يحارب المخاوف والضعوط النفسية التي تخلقها ظروف المنافسات الرسمية.

-الجانب التطبيقي:

1-1 – المنهج المتبع:

استجابة لطبيعة البحث فقد قمنا باستخدام المنهج الوصفي الذييعتمد على تحليل العلاقات بين المتغيرات وتوضيح العلاقات بينهما.

2-1- مجتمع البحث: يتكون مجتمع دراستنا من مجموعة من لاعبي كرة اليد في النواديالرياضية لكرة اليد في المسيلة.

3-1- عينة البحث وكيفية اختيارها :

من خلال هذه الدراسة اعتمدنا على عينة قصدية تمثلت في 50 لاعب من مختلف نوادي كرة القدم في المسيلة بصورة محدودة العدد والتي تمثلت في لاعبي كرة اليد .  
4-1 أدوات البحث:

نظرا لطبيعة البحث فقد قمنا باستخدام الاستبيان باعتباره الأنسب في هذه الدراسة.  
5-1- الوسائل الإحصائية:

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستبيان بصورة واضحة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي ، وهذا عن طريق تحويل الإنتاج المتحصل عليها من خلال الاستبيان إلى أرقام على شكل.

النسبة المئوية =  $\frac{\text{عدد التكرارات}}{100} \times 100$

مجموع التكرارات

حيث نظرا لضيق الوقت تعتبر النسبة المئوية الوسيلة الإحصائية الأنسب في ظل أن الاستبيان مغلق.

ثانيا: تحليل النتائج ومناقشتها:

السؤال	الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
--------	----------	-----------	----------------

المحور الأول: للعدوانية انعكاس سلبي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد

هل للسلوكات العدوانية الطبيعية انعكاس سلبي على أدائك المهاري داخل الملعب	نعم	50	%100
	لا	0	%0
هل للسلوكات العدوانية اللفظية انعكاس سلبي على ادائك المهاري في الملعب	نعم	50	%100
	لا	0	%0
هل يصدر منك سلوكات غير رياضية اتجاه الذين يغضبونك أثناء اللعب تؤثر على أدائك المهاري	نعم	45	%90
	لا	5	%10
هل عندك توترك وغضبك يتحول أدائك الى اللعب العشوائي العنيف وعدم التركيز في الملعب.	نعم	45	%90
	لا	5	%10
أفقد جزء كبير من مهاراتي الفنية ويتذبذب أدائي المهاري عندما في حالة	نعم	50	%100
	لا	0	%0

مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

-حسب نتائج الجدول الذي يمثل نتائج عبارات الاستبيان في محوره الأول من خلال حساب النسبة المئوية للإجابات على مجموع الأسئلة الخمسة فقد تبين لنا أن هذه الفرضية قد تحققت والتي مفادها للعدوانية انعكاس سلبي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد، حيث سمة العدوانية مؤثرة بدرجة كبيرة جدا على الاداء المهاري للاعبي كرة اليد، حيث السمات الانفعالية تنعكس سلبا على الأداء المهاري وتؤثر فيه وهذا ما أكدته مجموعة من الدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة مجادي راجح بعنوان: بعض السمات الانفعالية وعلاقتها الارتباطية بالكفاءة في التدريس لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ، حيث بينت هذه الدراسة التأثير السلبي للانفعالات على الأستاذ وكفائه في التدريس وما يؤكد أن للسمات الانفعالية (الانفعالات السلبية) إنعكاس سلبي على الأداء المهاري للاعبي كرة اليد.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات	السؤال
----------------	-----------	----------	--------

المحور الثاني: للاكتئابية انعكاس سلبي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

هل تشعر بالاحساس بانعدام الأمل في آدائك الرياضي	نعم	50	%100
	لا	0	%0
هل تجد صعوبات في التركيز واتخاذ القرارات اللازمة في المباريات	نعم	50	%100
	لا	0	%0
هل تشعر بالإحباط والاحساس بالتعب أو الوهن عند عدم قدرتك على تقديم أداء جيد.	نعم	45	%90
	لا	5	%10
هل تشعر بالحزن وعدم السعادة عندما تقدم اداء ضعيف في المباريات	نعم	45	%100
	لا	5	%00
هل تحس بعدم اهتمامك بالانشطة اليومية والتدريبات الرياضية	نعم	50	%90
	لا	0	%10

مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

حسب نتائج الجدول الذي يمثل عبارات الاستبيان في محوره الثاني من خلال حساب النسبة المئوية للاجابات على مجموع الأسئلة الخمسة فقد تبين أن هذه الفرضية تحققت والتي مفادها للاكتئابية انعكاس سلبى على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد، حيث تؤثر سمة الاكتئابية بدرجة كبيرة على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد وهذا ما أكده بعض الباحثين والمؤلفين بأن الاكتئاب يؤثر على مختلف القدرات النفسية والبدنية والذهنية والمهارية وغيرها ومن خلال ما سبق نستنتج أن للسمات الانفعالية (العدوانية-الاكتئابية) انعكاس سلبى على الاداء المهاري للاعب كرة اليد.

#### -التوصيات والاقتراحات:

-عقد دورات تكوينية للاعبين في مجال علم النفس والاعداد والتحضير الجيد للجانب النفسي للاعبين.

-دراسة مواضيع السمات الانفعالية الأخرى كالقابلية للاستثارة والاجتماعية والهدوء والسيطرة.

-اجراء دراسات على موضوع التحكم فيالسمات الانفعالية في المجال الرياضي.

-التشجيع على إقامة محاضرات وملتقيات للوقوف أمام الدور الذي يلعبه الجانب النفسي للاعبين.

#### -خاتمة:

لقد انصب اهتمامنا خلال بحثنا هذا على السمات الانفعالية وانعكاسها على الأداء المهاري للاعبى كرة اليد.، حيث أن للسمات الانفعالية دور مهم وفعال في التأثير على الأداء المهاري للاعبى كرة اليد، إذ تعتبر السمات الانفعالية إما وسيلة دافعة سلبية تنعكس بالسلب على الأداء المهاري للاعبين حيث وجدنا في دراستنا هذه أن للسمات الانفعالية (العدوانية – الاكتئابية) تؤثر سلبا على الأداء المهاري للاعبى كرة اليد لذا وجب التحكم في السمات الانفعالية المختلفة والتركيز على الجانب النفسي أكثر لما له من دور هام وحاسم في المنافسات الرياضية.

#### المصادر والمراجع:

-محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية، 1993.

-غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن: كرة القدم (التدريب المهاري) ط 1، مكتبة العربي للنشر، عمان ، 2012.

**المؤتمر الوطني الافتراضي الثاني: علوم الرياضة بين الواقع والتحديات**

-مختار متولي، محمد إسماعيل إبراهيم، مبادئ علم النفس، ط 3، مطبعة المعارف، سوريا  
1969.