




علاقة النضج الانفعالي باداء مهارتي التهديف من الثبات والقفز بكرة السلة لدى الطلاب

أيه هيثم خزعل
جامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
ayahaitham47@gmail.com

الملخص

هدفت دراسة البحث التعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي وعلاقته بمهارتي التهديف من الثبات ومن القفز بكرة السلة لدى طلاب ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة مع البحث، وهنا تركزت مشكلة البحث هو عدم اتزانهم نفسيا ونضجهم الانفعالي وخوفهم من الفشل عند تعلم المهارة وعدم التحكم في ضبط النفسي والمهاري عند تعرضهم الى مواقف ضاغطة في الأداء المهاري لديهم، حيث تم اختيار عينة البحث (28 طالب) من طلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية بكرة السلة ، وافترضت الباحثة وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين النضج الانفعالي ومهارتي التهديف من القفز والثبات بكرة السلة لدى الطلاب ، واظهرت الباحثة الاستنتاج من البحث ان الطلاب المرحلة الأولى يتمتعون بدرجه جيده واستقرار عالي من النضج الانفعالي اثناء الأداء المهاري ، وان النضج الانفعالي انعكس بصوره ايجابيه وفعاله على أداء مهارتي التهديف من الثبات ومن القفز بكرة السلة لدى افراد العينة ، واوصت الباحثة الاهتمام بالجوانب النفسية للطلاب ، والوعي بالنضج الانفعالي لدى الطلاب لتحسين ورفع مستوى أدائهم لمختلف المهارات والفعاليات الرياضية للوصول الى اعلى الأداء مهاري وإنجاز عالي لديهم.

الكلمات المفتاحية : النصج الانفعالي ، التهديف ، كرة السلة الطلاب

The relationship of emotional maturity to the performance of the scoring skills of standing and jumping in basketball among students

Aya Haitham Khaazal

Abstract

The research study aimed to identify the relationship between emotional maturity and its relationship to the scoring skills of standing still and jumping with a basketball among students. The researcher used the descriptive approach to suit the research, and here the problem of the research focused on their psychological lack of balance, their emotional maturity, their fear of failure when learning the skill, and their lack of psychological control. And the skills when they are exposed to stressful situations in their skill performance, as the research sample (28 students) was chosen from the students of the first stage of the College of

Physical Education and Sports Sciences / Al-Mustansiriya University in basketball, and the researcher assumed the existence of a statistically significant correlation between emotional maturity and the skills of scoring from jumping. And consistency in basketball among students. The researcher showed the conclusion from the research that the students in the first stage enjoyed a good degree and high stability of emotional maturity during skill performance, and that emotional maturity was reflected positively and effectively on the performance of the scoring skills of stability and jumping with basketball among the sample members. The researcher recommended Paying attention to the psychological aspects of students, and awareness of the emotional maturity of students to improve and raise the level of their performance of various skills and sporting events to reach their highest skill performance and high achievement. .

Keywords : emotional maturity , scoring , basketball , students.

التعريف بالبحث

مقدمة البحث واهميته

ان التطورات الحديثة التي حدثت في المجتمع فقد ظهرت الحاجه الى إيجاد طرق تتوفر فيها سمات الانفعالية الإيجابية وتساعدهم على اتخاذ القرارات وضبط النفس المتزن القائم على الطاقة الإيجابية والانفعالية وفكرية لتحقيق مستوى مهاري ونفسي عالي اثناء المباراة . ومصطلح النضج الانفعالي مهم في مفاهيم علم النفس حيث يؤكد (كمال) و ان النضج التغيرات المستمرة والمتتابعة داخل الفرد خلال مراحل نموه ، ويخص العوامل الداخلية التي تؤثر على سلوكه وتصرفاته.(كمال ، 2006). ان لعبة كرة السلة شهدت تطورا في مختلف المستويات المهارية والبدنية ولمختلف الفئات العمرية للوصول الى اعلى مستويات الأداء وتحقيق أهدافهم ، حيث تحتاج لعبة كرة السلة الى نضج اثناء الأداء أي نضج انفعالي ومهاري وهذا يساعد عند اتخاذ القرارات التي تكون في المباراة او تحت ضغوط او الصعوبات التي تواجه ، فعليه ان يكون الفرد ناضج انفعاليا ومهاريا ونفسيا لكي يحقق المستوى المطلوب من الأداء ويحافظ على مستواه المهاري بصورة جيدة. ويعد النضج الانفعالي من الانفعالات التي ترتبط بشخصية الرياضي وتؤثر على علاقته مع بعضهم الرياضيين في الاستمرار بالتدريب في لعبة كرة السلة، وان النضج يتمثل في العديد من الصور منها (الامن والثقة وضبط النفس) بالإضافة الى شعوره وافكارة واستعداده اثناء أداء المهارة وهذا سوف يؤثر سلبا او إيجابيا على الأداء المهاري لهم وتحملهم الضغوط اثناء اللعب، حيث" قدرة الفرد على تحمل الضغوط الخارجية تعتمد على قدراتهم العقلية والتي تعد مؤشر النضج والاتزان الانفعالي ، والفرد الناضج انفعاليا له قدرة على تحمل الضغوطات والاحباطات التي تواجهه"(الشمري ، 2021) ولان في لعبة كرة السلة يتعرض الفرد الى جميع أنواع الضغوطات لكونها

لعبه تحتاج الى تركيز وسرعة ودقة عالية اثناء أداء مهاراتها ، لذا فالفرد الناضج سوف يكون له استقرار نفسي وقدرة على السيطرة وادارته انفعاله والتحكم به اثناء مواجهه التغيرات المستمرة اثناء المباراة او التدريب ، حيث يكون الانفعال والعقل بحاله توازن ويعد النضج مسالة تعود الى انه يكتسب اكتسابا وخير الأوقات لاكتسابه يكون اثناء نمو الفرد وإعادة ترتيب الانفعاله شيئا فشيئا.(برنهارت ، 1997). وان النضج الانفعالي هو تلك الحالة التي يكون فيها الفرد ناضجا من الناحية النفسية والصحة النفسية لتكون رؤية واضحة عن ذاته وما يشعر به من ارتياح في مختلف المواقف، فعليه التعرف بالاتزان والانفعال مناسب له بعيدا عن التغيرات الطفولية والمراهقة الانفعالات الغير متزنة في مختلف الألعاب الرياضية، وان أساس في تعلم فعاليات الرياضية هو النضج الانفعالي لدى الفرد لتحقيق الإنجاز العالي في لعبة كرة السلة. وهنا تكمن أهمية البحث من خلال معرفة النضج الانفعالي وعلاقته باداء مهارتي التهديف من القفز والثبات بالعبة كرة السلة للطلاب المرحلة الأولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

مشكلة البحث

أن النضج الانفعالي له دور مهم جدا في تكوين الشخصية للفرد ، حيث يعد النضج دليلا في الاستقرار والتوازن النفسي لدى الشخص ، والنضج الانفعالي لدى الفرد يظهر على سلوكه المتزن وبعيدا عن التدهور والاندفاع والغضب ، حيث ضعف النضج الانفعالي يؤدي الى الامراض سلوكية عديدة ، حيث ان الطالب كثير ما يتعرض الى مشكلات وضغوطات نفسية مختلفة اثناء تعلمهم المهارة او اثناء اللعب في المباراة سواء كانت نفسية داخلية او نفسية مع الاخرين ، وان القلق وتوتر وضغوط الذي يميز مجتمعنا في الوقت الحاضر جعل طلبة الجامعة يعانون من مشكلات نفسية وصعوبات مختلفة في أداء المهارات الرياضية ، وكون الباحثة تدريسية لمادة كرة السلة لاحظت بعض الطلبة عدم اتزانهم نفسيا ونضجهم الانفعالي وخوفهم من الفشل عند تعلم المهارة وعدم التحكم في ضبط النفسي والمهاري وثقتهم بنفسهم وأيضا سرعة الغضب ورد الفعل لديهم عند مواجهه المواقف المختلفة للعب ، فعليه يجب ان يكون نضج الانفعالي سليم وقدرتهم للوصول الى التوازن النفسي عند الأداء الرياضي للمهارة ، مما دفع الباحثة الى دراسة ارتباط أداء مهارتي التهديف من القفز والثبات بكرة السلة ومعرفة العلاقة بين النضج الانفعالي وبين أداء مهارتي التهديف من القفز والثبات في لعبة كرة السلة لدى الطلاب .

هدف البحث

1-التعرف على مستوى النضج الانفعالي لدى طلاب المرحلة الأولى بكرة السلة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

2-التعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي وأداء مهارتي التهديف من القفز والثبات بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

فرض البحث

وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين النضج الانفعالي ومهارتي التهديف من القفز والثبات بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية .

مجالات البحث

المجال البشري: طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

المجال الزماني : من 21 / 2 / 2023 ولغاية 10 / 5 / 2023.

المجال المكاني: الملعب الخارجي لكرة السلة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

مصطلحات البحث

النضج الانفعالي: هو قدرة الفرد على تناول أموره باناه وصبر ولا يستفز في الاحداث التي يتعرض لها ، ويتسم بالهدوء والرزانة يثق به الناس وعقلاني في مواجهة الظروف ويتحكم في انفعالاته وخصوصا (الغضب والخوف والغيرة) (العزيز والعبيدي ، 1990) ويعرف أيضا " هو قدرة الفرد على التحكم في سلوكه بدون اثارة أي انفعال وهو منضبط معتمد على نفسه واثق بها ومتفائل ومطمئن للمستقبل ومتوافق مع الاخرين في الأداء" (الكندري ، 1999).

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

منهج البحث

أن الطريق المناسب لحل أي مشكلة في البحوث العلمية يجب اختيار المنهج الملائم لطبيعة المشكلة المراد بحثها والذي يعد خطوة مهمة واساسية لنجاح البحث حيث أن مناهج البحث العلمي هي " التي تحدد الطريقة العلمية التي يتبعها الباحث إذ أنها الأداة الأولية لجميع المعلومات وفرض الفروض وتعين الأهداف لحل مشكلة معينة والوصول اليها " (دالين، 1985) ، وعليه استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته مع متغيرات البحث وأهدافه.

مجتمع البحث

يعد اختيار الباحثة للعينة من الخطوات والمراحل المهمة في البحث اذ ان " العينة الجيدة لابد لها من أن تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا ينسجم وطبيعة المشكلة والمعلومات المطلوبة ويسمح بتعميم نتائجها"(محجوب ، البديري ، 2002)، حيث اشتمل مجتمع البحث طلاب المرحلة الاولى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة المستنصرية البالغ عددهم (150) طالب للعام الدراسي (2022-2023) ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (32 طالب) ، وتم استبعاد (4) منهم لعدم الالتزام بالدوام ، وبذلك اصبح عدد العينة (28 طالب) وبنسبة (18.66%)، وتم اجراء التجربة الاستطلاعية على (5) طلاب من غير العينة ولم يخضعوا للتجربة الرئيسة لذا تم استخدام الوسائل الإحصائية عن طريق الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط باستخدام معمل الالتواء لمعرفة مدى التجانس العينة والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1) يبين التجانس لعينة البحث في العمر والوزن والطول باستخدام معامل الالتواء والذي يظهر بين (-3 ، +3)

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	18,45	1,60	1,90	0,541
الوزن	65,88	6,58	63,01	1,657
الطول	170,53	10,54	174,02	0,428

الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث

الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

1-المصادر والمراجع.

2- المقابلات الشخصية.

3-استمارة الخبراء والمختصون.

4- مقياس النضج الانفعالي.(ملحق1).اعداد (عامر ياس خضير).

5- استمارة تسجيل البيانات.

وسائل جمع المعلومات:

1. حاسبة الالكترونية نوع (HP).
2. ملعب كرة السلة قانوني.
3. شواخص عدد (10).
4. صافرة.
5. كرات قانونية عدد (10).
6. أقلام جاف ورصاص.

الاجراءات البحث الميدانية

مقياس النضج الانفعالي

قامت الباحثة باستخدام مقياس قوة النضج الانفعالي (ملحق 1)، الذي تم بناءه عامر ياس خضير (1997)(خضير ، 1997) ، وتضمن المقياس (61) عبارة ويقوم المختبر بالإجابة على عبارات المقياس ذو التدرج الخماسي (لا تنطبق علي على الاطلاق، تنطبق علي بشكل قليل، تنطبق علي نصف انطباق تقريبا ، تنطبق علي في اغلب الأحيان ، تنطبق علي دائما) ، إذ تمثل الدرجة (5) أعلى اجابة للطالب على كل عبارة، وتمثل الدرجة (1) أقل درجة من الأهمية. وتكون أعلى درجة اجابة على استمارة المقياس (305) وأقل درجة هي(61).

اختبار التهديف من الثبات(الرمية الحرة) (دايم وحسنين ، 1984)

الغرض من الاختبار: قياس دقة مهارة التهديف الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة.

الأدوات المستخدمة : كرة السلة ، ملعب قانوني كرة السلة ، هدف كرة السلة.

مواصفات الأداء: يتم أداء الرميات من خلف خط الرمية الحرة ، ولكل مختبر (20) محاولة ، وللمختبر ان يقوم بأداء الرميات الحرة باستخدام أي طريقة من طرق التهديف ، وعلى ان تؤدي الرميات العشرون في شكل مجموعات كل منها (5) رميات وعلى شكل دائرة ، او ان يدع المختبر اخر يقوم بأداء المجموعة الأولى له وهكذا وهذا يسمح بأداء بعض الرميات قبل الأداء على سبيل التجريب.

الشروط: لكل مختبر (20) رمية ، ويجب ان تؤدى من خلف خط الرمية الحرة.

التسجيل: يحتسب درجة واحدة لكل إصابة صحيحة (دخول الكرة في السلة) يقوم بها المختبر، وذلك بصرف النظر عن كيفية دخولها للسلة، ويحسب (صفر) اذا لم يتحقق ذلك، وحيث ان لكل مختبر الحق في الأداء (20) رمية ، لان الحد الأقصى للعدد الدرجات عشرون درجة.

اختبار التهديف من القفز:(دايم ، 1984)

الغرض من الاختبار: قياس مهارة التهديف من القفز نحو السلة.

الأدوات المستخدمة : كرة السلة ، ملعب قانوني لكرة السلة ، هدف كرة السلة.

مواصفات الأداء : يصوب اللاعب الكرة من المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة مباشرة ، وتحدد المنطقة بعلامة ترسم على الأرض ، ويمكن للمختبر ان يؤدي التهديف بيد واحدة او باليدين معا باي طريق من طرق التهديف ، ومع ملاحظة ان يتم التهديف مباشرة الى السلة دون ان تلمس الكرة لوحة الهدف ، وللمختبر (15)محاولة يتم اداؤها في ثلاثة مجموعات ، كل مجموعة (5)رميات مع ملاحظة ان يترك المختبر مكان التهديف عقب كل مجموعة وينتقل دائريا ، او تعطى فرصة لمختبر اخر يؤدي او مجموعاته وهكذا، وهذا يسمح قبل الأداء بعمل بعض الرميات على سبيل التجريب.

الشروط : يجب ان يتم التهديف من المكان المحدد ، وللمختبر (15) محاوله للأداء الرمية.

التسجيل:

- تحتسب درجتان لكل محاولة ناجحة تدخل فيها الكرة في السلة.
- تحتسب درجة واحدة لكل محاولة تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة.
- لا تحتسب ايه درجة عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة.

التجربة الاستطلاعية للمقياس البحث

فقد قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة غير عينة البحث الاصلية البالغ عددهم (5 طلاب) في يوم الاثنين بتاريخ 21/ 2 / 2023 ، اذا تم اجراء جميع الاختبارات قيد الدراسة وأيضا ترتيب أداء الاختبارات والمقاييس حسب التسلسل لكي يضمن عدم الشعور بالملل او التعب وقد كان هدف التجربة كالاتي:

1-ابراز المعطيات للأفراد البحث.

2-التأكد من استيعاب افراد العينة لمفردات الاختبارات.

3-التعرف على الوقت المستغرق للإجابة على المقياس من قبل افراد العينة.

4-التعرف على ملائمة المقاييس النفسية من قبل افراد العينة.

الأسس العلمية للمقياس

صدق الاختبار: يعد الاختبار صادقا اذا كان " يقيس ما وضع لقياسه اي انه يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئا اخر بدلا منها او بالإضافة اليها" (الكندري واحمد ،1999). وقد اعتمدت الباحثة في استخراج صدق الاختبار على صدق المحتوى او المضمون وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس وعلم النفس وكرة السلة وقد ثبت صدق الاختبارات بعد أن اتفق الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وملائمتها لعينة البحث.

ثبات الاختبار

"تطلق هذه التسمية على الاختبار اذا تكرر الاختبار واعطى النتائج نفسها في كل مرة" (ملحم ، 2008) ، ولحساب معامل الثبات تم اختيار طريقة الاختبار اعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (4) طلاب من خارج عينة البحث واعيد الاختبار بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الأول حيث يشير محمد صبحي " ان لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول" (حسنين ، 1995) وحاولت الباحثة جاهدا ان يجري الاختبارين في الظروف نفسها وبعد الحصول على النتائج للاختبارين وقامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط بينهما باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسن) وكما مبين في الجدول رقم (2).

الموضوعية

الموضوعية "هي عدم تأثر الاختبار بتغير المحكمين وأن يعطي الاختبار نفس النتائج بغض النظر بمن يقيم الاختيار، وهذا يعني استبعاد الحكم الذاتي بل انه كلما زادت الموضوعية في التحكيم قلت الذاتية" (راتب ،

1995) ، والاختبارات التي يختار فيها المختبرين البديل الافضل من بين عدة بدائل يطلق عليها الاختبارات الموضوعية كذلك بإمكان المحكمين كلهم استخدام مفتاح التصحيح والاتفاق على النتائج اتفاقاً كاملا. ويبين الجدول (2) معامل الثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة في البحث.

جدول(2) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة

اسم الاختبارات	الثبات	الموضوعية
مقياس النضج الانفعالي	0.91	------
اختبار التهديف من الثبات(الرمية الحرة)	0.90	0.89
اختبار التهديف من القفز	0.87	0.88

التجربة الرئيسة

تم اجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث والبالغة (28 طالب) بتاريخ (22 /2023/2) المصادف يوم الاربعاء ، وقامت الباحثة بتوزيع استمارات المقياس و بأجراء الاختبارات في ملعب كلية وملعب جامعة المستنصرية الذي يجري عليها الطلاب تدريباتهم ومحاضراتهم.

الوسائل الإحصائية

قامت الباحثة باستخدام الحقيبة الإحصائية (spass) لمعالجة البيانات .

عرض ومناقشة النتائج

قامت الباحثة بعرض النتائج التي تم الحصول عليها من خلال تنفيذ البحث بعد معالجته احصائيا.

عرض النتائج ومناقشتها:

عرض النتائج العلاقة بين النضج الانفعالي ومهارتي التهديف من الثبات والقفز بكرة السلة.

الجدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى النضج الانفعالي وأداء مهارتي التهديف من الثبات والقفز بكرة السلة ومعامل الارتباط البسيط ونسبة الخطأ والقيمة الجدولية.

متغيرات البحث	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الجدولية	الدلالة
النضج الانفعالي	57,07	7,55	-----	0,374	معنوي
التهديف من الثبات	6,84	1,32	0,620		معنوي
التهديف من القفز	5,76	1,21	0,531		معنوي

قيمة معامل الارتباط (ر) الجدولية عند مستوى دلالة(0,05) ودرجة حرية (26 = 0,374)

يبين الجدول (3) أعلاه قيمة الوسط الحسابي مقياس النضج الانفعالي هو (57,07) والانحراف المعياري هو(7,55) وبلغ الوسط الحسابي للتهديف من الثبات هو (6,84) والانحراف المعياري هو (1,32) ، اما قيمة معامل الارتباط المحسوبة هي (0,620) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0,374) تحت مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (26) ، وهذا يدل ان هناك ارتباط او علاقة معنوية بين مستوى النضج الانفعالي ومستوى أداء التهديف من الثبات بكرة السلة لدى الطلاب. وبلغت قيمة الوسط الحسابي

للتهديف من القفز البالغة (5,76) والانحراف المعياري (1,21) ، اما قيمة معامل الارتباط المحسوبة هي (0,531) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0,374) تحت مستوى الدلالة (0,05) ودرجة حرية (26) ، وهذا يدل ان هناك ارتباط او علاقة معنوية بين النضج الانفعالي ومستوى أداء التهديف من القفز بكرة السلة لدى الطلاب . حيث كانت درجة النضج الانفعالي عالي بين مهارتي التهديف من الثبات ومن القفز لدى الطلاب وعلاقة ايجابيه في أدائهم للمهارتي ، حيث يتمتعون بالنضج العالي ويستطيع الطالب ان يسيطر على انفعالاته في المواقف والظروف الصعبة او الضاغطة في اللعب ، حيث كلما زادت درجة النضج لدى الطالب كلما زاد استقرار الطالب في اداءة للمهارات بصورة صحيحة وتكنيك عالي ودقيق للوصول الى الأداء المهاري الأفضل. وهذا ما يساعد على بناء أساس وسيطرة على النفس وضبط النفس في الأداء حيث ان "الاتزان النفسي او الضبط النفسي هو نتاج لعملية التعلم وما يعترضه الفرد من ظروف التي تعيق الفرد عن الإحساس بالأمن المستقبلي او تضعه في مواقف اختيار ذات بدائل محدودة"(جايد ، 1998) وأيضا التعاون بين الطلبة في الأداء والمشاركة والانسجام بينهم هو وصولهم الى مرحلة عالية من النضج الانفعالي حيث " شرط أساسي لوجود أي نشاط اجتماعي او أي نوع من تحقيق الصحة النفسية عن طريق دعم التفاعل وتعاون وتأكيد الذات والترابط داخل الجماعة".(جاسم ، 2008) وان سلوك الطالب ونضجه يؤثر على اداءه للمهارتي التهديف من الثبات ومن القفز من حيث الالتزام بالنظام الأداء وأيضا يعطي ثقة عالية بنفسه اثناء الأداء المهاري له ، كذلك يوكد الاشول " ان الطالب الناضج انفعاليا يكون إنجازه الاكاديمي عاليا اما الطالب الغير ناضج فيكون إنجازه متدني"(الاشول ، 1982).

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

1- ان الطلاب المرحلة الأولى يتمتعون بدرجه جيده واستقرار عالي من النضج الانفعالي اثناء الأداء المهاري .
2- ان النضج الانفعالي انعكس بصوره ايجابيه وفعاله على أداء مهارتي التهديف من الثبات ومن القفز بكرة السلة لدى افراد العينة.
3- وجود علاقة معنويه بين مستوى النضج الانفعالي ومتغيرات البحث لدى الطلاب.

التوصيات

1- تأكيد الاهتمام بالجوانب النفسية لدى الطلاب لكلا الجنسين.
2- الوعي بالنضج الانفعالي لدى الطلاب لتحسين ورفع مستوى أدائهم لمختلف المهارات والفعاليات الرياضية.
3- اجراء دراسات مختلفة لطلاب والطالبات ولمختلف الفئات الرياضية ولمختلف الفعاليات الرياضية.

المصادر

1-الاشول ، عادل عز الدين : دراسة ميدانية بين علاقة النضج الانفعالي والتحصيل الدراسي، مجلة عين شمس ،القاهرة ، 1982، ص 11.

2- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضة (المفاهيم – التطبيقات) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995، ص 202.

3- برنهارت ، علم النفس في الحياة العملية ، ترجمة إبراهيم عبد الله ، مطبعة العاني ، ط 3 ، بغداد ، 1997، ص 95.

4- داود عزيز وناظم هاشم العبيدي: علم النفس الشخصية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي، موصل ، 1990 ، ص 16.

5- ديويولد فان دالين : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، (ترجمة : محمد نبيل وآخرون) : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية للطباعة ، 1985) ص 407 .

6- زيد عبد الكريم جايد : الصحة النفسية والرضا المهني وعلاقته باداء العاملين في المؤسسات الانتاجية، أطروحة دكتوراه ، الجامعة المستنصرية ، كلية الآداب، 1998 ، ص 17.

7- سمية احمد فهمي : مجالات الصحة النفسية ، القاهرة، جامعة عين شمس ، العدد الثالث، 1966، ص 19.

8- سامي ملحم ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط1 ،عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2000، ص287.

9-عبد الله الكندري و محمد احمد ؛ مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية و العلوم الاسلامية ، ط2، الكويت، مكتبة الفلاح للتوزيع و النشر، 1999، ص154.

10- عامر ياس خضر القيسي : النضج الانفعالي وتقبل الذات وتقبل الاخرين عند الطلبة المسرعين والمتميزين واقرانهم العاديين ، اطروحة دكتوراه جامعة بغداد :كلية التربية الرياضية،1997 ، ص 107-110.

11- عامر سعيد جاسم: سيكولوجية كرة القدم، النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر، ط1 ، 2008 ، ص 192.

12- محمد سرور الشمري : الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل وعلاقتها بأساليب المعاملة لدى الطلبة الجامعة ، كلية التربية ، أطروحة دكتوره ، 2001 ، ص 4.

13- محمد صبحي حسنين : القياس و التقويم في التربية البدنية ، ط3، ج1، القاهرة، دار الفكر العربي ، 1995، ص198.

14-محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسنين : القياس في كرة السلة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1984 ، ص 163 و ص 166.
15- وجيه محجوب ، احمد بدري : البحث العلمي . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2002 ، ص 15 .
16- وفاء سعيد كمال : ضغوط المهنية وعلاقتها بالتعب النفسي ، الجامعة المستنصرية ، كلية الآداب ، أطروحة دكتوراه ، 2006 ، ص 114.

ملحق(1) مقياس النضج الانفعالي

العبارات	لا تنطبق علي على الاطلاق	تنطبق علي بشكل قليل	تنطبق علي نصف انطباق تقريبا	تنطبق علي في اغلب الأحيان	تنطبق علي دائما
1- أواجه من ينتقدني بدون غضب أو انفعال					
2- اشعر بالرضا عن حياتي.					
3- ينتابني الأرق حينما اذهب إلى النوم.					
4- أتمكن من التعامل مع الأشخاص الذين تختلف عاداتهم عن عاداتي.					
5- أجد متعة في المشاكسة داخل المدرسة.					
6- استطيع التعبير عن أفكاري في كلمات واضحة محددة.					
7- انظر للمستقبل بتفاؤل.					
8- أميل إلى احترام آراء الآخرين.					
9- أجد صعوبة في الالتزام بالنظام المدرسي.					
10- لا اشعر بالانزعاج حينما ترفض طلباتي.					
11- اشعر بالارتباك حينما يدق جرس الباب أو الهاتف.					
12- اشعر بالارتياح حينما أكون مع مجموعة لها نفس قدراتي.					
13- استطيع مناقشة الآراء المعارضة لي بدون انفعال.					
14- اشعر إن قدراتي البدنية اقل من زملائي.					
15- أميل غالى الاستغراق في أحلام اليقظة.					
16- أجد صعوبة في الإصغاء حينما يناقشني زميل ضعيف في التحصيل.					
17- أتردد في طرح ما أريد من أفكار.					
18- ابتعد عن الموضوعات التي تتطلب تفكيرا عميقا.					
19- أتوقع باستمرار وقوع بعض الحوادث.					
20- أتشاجر مع زملائي في المدرسة.					
21- الميل للأعمال التي تشبع رغباتي الفورية.					
22- اشعر بالاضطراب عند مواجهتي لمشكلات تتطلب اتخاذ قرار سريع .					
23- اشعر إن زملائي يحسدونني.					
24- ارى ضرورة مساعدة زملائي في الدراسة.					

27- اشعر بتقدير الآخرين لأعمالي الجيدة.					
28- اشعر بأهمية أن يكون للفرد أصدقاء من أعمار مختلفة.					
29- اشعر إن اهتماماتي ورغباتي تتغير بسرعة.					
30- اشعر بأنني ضعيف الإرادة.					
31- اشعر بالخوف من الخوض في مناقشة بعض الموضوعات.					
32- اشعر بان علاقاتي بزملائي جيدة وناجحة.					
33- اشعر بأنني هادي الطبع .					
34- أتوقع النجاح في كل عمل أقوم به .					
35- اشعر إن مظهري الخارجي لا يناسبني .					
36- اشعر بالضيق في وجود من هم أفضل مني دراسيا .					
37- اعتبر نفسي منضبطا في المواقف الحرجة.					
38- أقوم بواجباتي المدرسية بصورة أفضل من زملائي					
39- اشعر بضعف اهتمامي بأي عمل بمجرد القيام به.					
40- لا اهتم بمن ينافسني.					
41- اشعر بأنني مشوش الذهن.					
42- أفكر بحل المشاكل التي تواجهني تبعا لأهميتها.					
43- لا يهمني فشل الآخرين لأنه حصل بسببهم.					
44- ارغب في ترك المدرسة.					
45- أتعامل مع الآخرين على أساس الواقع					
46- أتقبل آراء من هو اصغر مني عندما تكون آراؤه صائبة.					
47- اغضب بسهولة في المواقف التي لا ترضيني.					
48- اشعر بعدم الارتياح لزملائي الأكثر تفوقا.					
49- اشعر إنني لا استطيع التحكم بتصرفاتي.					
50- أفضل الحقائق على أي شيء آخر.					
51- لا اتسامح مع من يخطئ في حقي.					
52- اشعر بأنني عصبي نوعا ما.					
53- اغضب في مناقشة الأفكار التي تعارضني.					
54- اشعر بأنني امتلك القدرة على التركيز.					
55- استطيع انجاز أي عمل بنجاح.					
56- علاقاتي بزملائي مبنية على التعاون.					
57- لا اهتم للمواقف التي لا تعجبني.					

58- اشعر بأنني قوي من الناحية الجسمية.					
59- لا ارى ضرورة في كثرة الأصدقاء.					
60- أرى إن مستقبلي غير سعيد.					
61- اشعر بضعف قدرتي على انجاز واجباتي.					