

الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة

م. م. شيرين لعبيبي مناتي

[sba71qi@gmail.com](mailto:sba71qi@gmail.com)

الكلمات المفتاحية: الكرة الطائرة, الثقة بالنفس, الضرب الساحق

ملخص البحث

تعد لعبة كرة الطائرة احدى العاب الكرة بصفة خاصة والالعاب الجماعية بصفة عامة التي يتضمنها الاطار العام والانشطة الرياضية ضمن نظام الثقافة الرياضية لمعظم بلدان العالم المتحضرة رياضيا فقد وضعت هذه اللعبة نسخة التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الاثارة الخاصة عند ممارسة متطلبات اللعبة وان التقدم السريع والمستمر للمستويات الرياضية مما ادى الى وجود اهمية التحفيز في اداء المهارات الرياضية تعد عناصر اللياقة البدنية الجزء الرئيسي في نجاح اي فريق فهي ترفد اللاعب بالعناصر البدنية التي تسهم في ترسيخ واتقان المهارة والاداء الامثل لها ان لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي تتميز باعتمادها على صفة القوة العضلية اعتمادا كبيرا لما فيها من مهارات تحتاج لهذا النوع من الاداء البدني فنجد ان المهارات الهجومية في الكرة الطائرة وبضمنها مهارة الضرب الساحق ما دفع الباحثة اختيار مشكلة البحث أن العملية التعليمية لكي تساهم في حل المشاكل التي تقف حجر عثرة في تحقيق ما يصبوا له المعلمين والمتعلمين على حد سواء من التفوق وتحقيق النتائج المتميزة من الاداء في الالعاب الرياضية وفي كرة الطائرة ، اذ يعد البناء والاعداد النفسي الصحيح وخاصة فيما يتعلق بتطوير الثقة بالنفس من العوامل التي تعطي نتائج متميزة في اثناء التعليم المهاري لان ثقة المتعلم بنفسه تجعله يحقق الاهداف الصعبة بل يجعله يتحدى جميع ما يعترضه من مصاعب وعقبات في اثناء الاداء المهاري وخاصة في اللعبة كرة الطائرة في معارة الضرب الساحق ، يهدف البحث التعرف على الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة لدى عينة البحث. ثم استعملت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة المشكلة وأهداف البحث، حددت الباحثة مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبات منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة بالكرة الطائرة والبالغ عددهم (14) لاعبة. بعد تم تفرغ النتائج ومعالجة النتائج ان مقياس الثقة بالنفس واختبار الضرب الساحق توصي الباحثة- على المعلمين والمدرسين ان يؤهلون الاعداد النفسي للمتعلمين وخاصة الثقة بالنفس لاهميتها الكبيرة لما لها من اثر كبير في تحقيق النتائج وضرورة اهتمام التدريسين والباحثين واعتمادهم لمقياس الثقة بالنفس كمقياس للكشف عن هذه السمة المهمة .

الكلمات المفتاحية: الثقة بالنفس- الضرب الساحق

## Self-confidence and its relationship to the skill of overwhelming hitting in volleyball

Ms. Sherine Laiby Manati

Keywords: volleyball, self-confidence

Summary

Volleyball is one of the ball games in particular and team games in general that are included in the general framework and sports activities within the sports culture system for most of the mathematically civilized countries of the world. Which led to the importance of motivation in the performance of sports skills. The elements of physical fitness are the main part of the success of any team. They provide the player with the physical elements that contribute to the consolidation and mastery of the skill and its optimal performance. Volleyball is one of the games that is characterized by its reliance on the characteristic of muscle strength. It has skills that need this type of physical performance. We find that offensive skills in

volleyball, including the skill of crushing hitting, prompted the researcher to choose the research problem that the educational process in order to contribute to solving problems that stand in the way of achieving what teachers and learners alike seek to excel and achieve. Outstanding results of performance in sports and volleyball, as the construction and psychological preparation is correct and important Especially with regard to the development of self-confidence, one of the factors that give outstanding results during skill education, because the learner's self-confidence makes him achieve difficult goals, but rather makes him challenge all the difficulties and obstacles he faces during the skillful performance, especially in the game of volleyball in the match of the crushing beating., The research aims to identify On self-confidence and its relationship to the skill of crushing in volleyball for the research sample. Then the researcher used the descriptive approach to suit the nature of the problem and the objectives of the research. The researcher identified the research community in a deliberate way from among the volleyball players in the team of the Directorate of Education Rusafa third, who numbered (14) Player. After the results have been unloaded and the results processed, the self-confidence scale and the crush test recommends the researcher - that teachers and teachers should qualify the psychological preparation of learners, especially self-confidence because of its great importance because of its great impact in achieving the results and the need for teachers and researchers to pay attention and adopt the self-confidence scale as a measure to detect This is an important feature.

Keywords: self-confidence - crushing beating

### 1-1 مقدمة واهمية ومشكلة البحث

أن علم النفس هو احد العلوم الاساس في تكوين الشخصية السوية أذ جاء علم النفس المساعدة العلوم الاخرى في تنظيم التكوين الشخصي و تعامل الفرد مع المجتمع الخارجي ، لأن النفس الأمانة قادرة على الخلق والإبداع بخلاف النفس المرتعبة أو الخائفة التي يكون تفكيرها مكبلاً بعقدة الخوف ومشلولاً ، كما أن علم نفس يقوم بمعاونة معظم العلوم الأخرى ، وأن معظم القوانين التي تنظم حياة الأفراد هي ذات صلة مباشرة وممتنية به ، ( خير الدين علي عويس : ص17) ، أذ تنظيم حياة أبناء المجتمع واتزان علاقاتهم الاجتماعية وسيدة العدالة وترسيخ القيم الاجتماعية التي تحافظ على تماسك المجتمع ، لا يتأتى إلا من خلال لمهامه المختلفة بالكفاية والقدرة العالية التي تسهم في تطوير المجتمع وتساعد على تقدمه وازدهاره (،كامل ثامر الكبيسي:ص154) . أن دور علم النفس ايجاد الحلول المناسبة لأي خلل او ضعف في التكوين الشخصي للفرد بالتالي تؤثر على طريقه تامله مع المجتمع وذلك من اجل تكوين شخصيه سوية تمكنها من التعامل مع المجتمع ومتطلباته.

وتعد لعبة كرة الطائرة احدى العاب الكرة بصفة خاصة والالعاب الجماعية بصفة عامة التي يتضمنها الاطار العام والانشطة الرياضية ضمن نظام الثقافة الرياضية لمعظم بلدان العالم المتحضرة رياضيا فقد وضعت هذه اللعبة نسخة التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الاثارة الخاصة عند ممارسة متطلبات اللعبة وان التقدم السريع والمستمر للمستويات الرياضية مما ادى الى وجود اهمية التحفيز في اداء المهارات الرياضية تعد عناصر الياقة البدنية الجزء الرئيسي في نجاح اي فريق فهي ترفد اللاعب بالعناصر البدنية التي تسهم في ترسيخ واتقان المهارة والاداء الامثل لها ان لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي تتميز باعتمادها على صفة الثقة بالنفس اعتمادا كبيرا لما فيها من مهارات تحتاج لهذا النوع من الاداء البدني فنجد ان المهارات الهجومية في الكرة الطائرة وبضمنها مهارة الضرب الساحق ان ادائها يحتاج الى صفة الثقة بالنفس بصورة عامة وان

عملية ربط المهارات الاساسية لاي فعالية رياضية بالمهارات النفسية امر لا بد منه وصلا الى افضل المستويات الرياضية ، اذا تعد المهارات النفسية من اهم المفردات التي تدخل في صناعة الرياضي الناجح وهي احد المهارات النفسية المهمة التي لها دور فعال في التهيؤ والاستعداد قبيل الاداء اذ ان ارتفاع درجة الاتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التعليم والتدريب فقط بل يرتبط ايضا بالثقة بالنفس التي تعد احد ابعاد الاعداد النفسي المهمة للمتعلم وهنا تجلت اهمية البحث في معرفة الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة كرة الطائرة لدى للاعبين منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة .ومن خلال متابعة الباحثين، للطلاب أثناء اللعب والدرس وجدت العملية التعليمية لكي تساهم في حل المشاكل التي تقف حجب عثرة في تحقيق ما يصبوا له المعلمين والمتعلمين على حد سواء من التفوق وتحقيق النتائج المتميزة من الاداء في الالعاب الرياضية وفي كرة الطائرة ، اذ يعد البناء والاعداد النفسي الصحيح وخاصة فيما يتعلق بتطوير الثقة بالنفس من العوامل التي تعطي نتائج متميزة في اثناء التعليم المهاري لان ثقة المتعلم بنفسه تجعله يحقق الاهداف الصعبة بل يجعله يتحدى جميع ما يتعرض له من مصاعب وعقبات في اثناء الاداء المهاري وخاصة في لعبة كرة الطائرة في معارة الضرب الساحق.

### 2-1 أهداف البحث :-

#### يهدف البحث إلى :-

1. التعرف على الثقة بالنفس و بمهارة الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة لدى عينة البحث
2. التعرف على الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة لدى عينة البحث.

### 3-1 فرض البحث:

1. توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق لدى عينة البحث.

### 4-1 مجالات البحث :-

- 1-5- المجال البشري: عينة من الاعباء كرة الطائرة في منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة والبالغ عددهم (14) لاعبة.

1-5-2 المجال أزماني: 2022/1/5 ولغاية 2022/2/5

1-5-3 المجال المكاني: ملعب كرة الطائرة في نادي الحسين .

### الباب الثالث

#### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

##### 1-2 منهج البحث:

استعملت الباحثة ي المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة المشكلة وأهداف البحث.

##### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

حددت الباحثة مجتمع البحث بالطريقة العمدية المجتمع الاصل والمتمثل باللعبات منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة والبالغة عددهم (14) لاعبة إذ استبعدنا اللعابت الذين شاركوا في التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (4) اللعابت فأصبحت عينة البحث(10) من المجتمع الاصيلي.

### 2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

#### 2-3-1 الوسائل المستعملة في البحث:

❖ الزيارات الميدانية لجمع المعلومات.

❖ المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

❖ شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت).

#### 2-3-2 الادوات المستعملة في البحث:

المصادر والمراجع العربية .

- اختبار مهارة الضرب الساحق .

- استمارة الثقة بالنفس .

- ملعب كرة الطائرة قانوني .

- كرة طائرة عدد (10).

- شريط لاصق عرض (5) سم.

- صافرة حكم (3).

2-3-2 الأجهزة المستعملة في البحث:

❖ جهاز حاسوب محمول نوع (DELL). عدد (1)

❖ حاسبة يدوية نوع (kenko). عدد (1)

❖ ورقة وقلم.

❖ أقراص (DVD).

4-2 إجراءات البحث الميدانية:

1-4-2 مقياس الثقة بالنفس: (محمد حسن علاوي، 1980)

تم استخدام مقياس (الثقة بالنفس) الذي وضعه في الاصل (روبي فيلي) لقياس الثقة الرياضية واعد صورته ويتكون المقياس من (13) فقرة ويقوم المجيب بالاجابة على فقرات القائمة على مقياس يتكون من (9) درجات وان الدرجات هي (1،2،3،4،5،6،7،8،9) تحديد درجة الثقة التي يتميز بها المجيب وان اقل درجه على المقياس (13) درجه ، و اعلى درجه هي 117، ويمتوسط فرضي بلغ (65)، وتصحيح المقاس يتم من خلال الدرجات التي يجمعها المجيب على جميع الفقرات ، ويشير الى وجود ثقة بالنفس عالية لدى اللاعبات وكلما انخفضت درجة المجيب فانه يشير الى انخفاض الثقة بالنفس. والملحق (1) يوضح ذلك.

2-4-2 اختبار الاداء المهارى للضرب الساحق القطري (محمد صبحي حسانين، 1997)

لغرض من الاختبار: قياس الاداء المهارى للضرب الساحق القطري في المثلث الداخلي من ملعب المنافس.

• الاجهزة والادوات: ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة عدد (5) وشريط ملون لتقسيم الملعب المقابل الى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي جهة الشبكة الى ثلاث مناطق قياس كل منها (3) سم.

• وصف الاداء: تقوم الطالبة بأداء الضرب الساحق من مركز (4) بحيث يقوم المدرس بأعداد الكرات له من المركز (3) ويقوم الطالب بأداء المهارة محاولا اسقاط الكرة في المثلث الداخلي للملعب المقابل.

• شروط الاداء: لكل طالبة مختبرة (5) محاولات ويجب ان يكون الاعداد جيدا في كل محاولة وتحسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة وكما يلي.

في المنطقة (أ) ثلاث درجات في المنطقة (ب) درجة واحدة، اما المنطقة (ج) فخمس درجات اما الكرة خارج فصفير.

• طريقة التسجيل. تحتسب للطالبة المختبرة الدرجات التي حصلت عليها في المحاولات الخمس، علما ان الدرجة العظمى للاختبار هي (25) درجة

5-2 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (4) للاعبات تم اختيارهم بصورة عشوائية من عينة البحث للتعرف على السليبات التي قد تظهر عند تنفيذ التجربة الرئيسية والتأكد من كفاءة فريق العمل المساعد وكان الهدف من التجربة ما يأتي:-

1. التعرف على مدى تفهم واستيعاب اللاعبات.
2. التعرف على العوامل والمعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبار.
3. تنظيم عمل الفريق المساعد، وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبار.

4. التعرف على الوقت المستغرق لإجراء الاختبار.

### 2-6 التجربة الرئيسية:

أجرت الباحثة التجربة الرئيسية يوم الاربعاء المصادف 2022/1/5 على عينة البحث المتكون من (14) لاعبة من اللعابات منتخب مديرية التربية الرصافة/الثالثة أجريت اختبار قياس الثقة بالنفس قيد البحث ومن ثم أجريت اختبار الضرب الساحق قيد البحث.

### 3-7 الوسائل الإحصائية

استعان الباحث ، للحصول على نتائج الدراسة .

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط بيرسون .
- النسبة المئوية .

3- عرض النتائج مقياس الثقة بالنفس الاعبات كرة الطائرة في منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة  
3-1 تعرض الباحثة وصف للوسط الحسابي ووسط الفرضي وانحراف المعياري واقل قيمة واعلى قيمة والتواء

### جداول (8)

مقياس الثقة بالنفس	وسط الحسابي	وسط الفرضي	انحراف المعياري	اقل قيمة	اكبر قيمة	التواء
	73,38	65	5,75	18	96	0,42

تبين من الجدول (1)، ان افراد عينة البحث من اللعابات منتخب مديرية التربية الرصافة الثالثة حققت وسط حسابي في مقياس الثقة بالنفس بلغ (73,38) د، وقيمة الوسط الفرضي (65) ، و بانحراف معياري بلغ (5,75) ، وبلغ معامل الالتواء (0,42) ، واقل قيمة حققتها العينة بلغت (18) درجة ، و اكبر قيمة حققتها العينة بلغت (96) . ولما كانت قيمة الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي فهذا يعني ان عينة البحث تتمتع بمؤشر الثقة بالنفس جيد .

وتعزو الباحثة ذلك الى ان اللعابات المنتخب يتمتعن بثقة نفسية عالية لاكتمال الاعداد الرياضي والنفسى لديهم ،فضلا عن الثقة النفسية لديهم .كما ان ممارسة النشاط الرياضي يضي الشعور بالسرور والسعادة بصفة عامة واشباع الرغبات بصفة خاصة فالافراد الذي يمارسون الرياضة يتخلصون من التوتر والانفعال وتزداد لديهم القابلية للتمتع بالحياة ، وترى الباحثة ان ممارسة الرياضة ايا كانت ، فان اثارها ايجابية سواء علاجية ام وقائية ام نفسية.

### جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم الارتباط بين الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة

الوسائل الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل ر الجدولية	قيمة ر المحسوبة	نوع الارتباط
الثقة بالنفس	73,38	5,75	0,4973	0,95	معنوي
مهارة الضرب الساحق القطري	15,12	6,28			

نجد من خلال الجدول (2) ان هناك اختلاف واضح بين الاوساط الحسابية حيث بلغ الوسط الحسابي للثقة بالنفس (73,38) و بانحراف معياري (5,75) اما الضرب الساحق القطري في لعبة كرة الطائرة بلغ الوسط الحسابي (15,12) و الانحراف المعياري (6,28) و لاجل معرفة نوع العلاقة بين الثقة بالنفس ومهارة الضرب الساحق لذا فقد تم ايجاد معامل الارتباط البسيط بين الثقة بالنفس واختبار مهارة الضرب الساحق حيث بلغت

(0,95)، وقد ظهر من خلال قيمة  $r$  المحسوبة والبالغة (0,95) هي الكبر من الجدولية البالغة (0,4973) عند درجة حرية (12) تحت مستوى (0,05) مما يدل على وجود فرق معنوي اي الارتباط بين الثقة بالنفس ومهارة الضرب الساحق هي علاقة طردية موجبة وذات تأثير كبير في نجاح الاداء المهاري لهذه المهارة فكل واحدة تكمل الاخرى بالاداء فاذا كانت احدهما قوية ادى الى تقوية الباقي ونجاح الاداء. وتعزو الباحثة هذه العلاقة إلى خصوصية مهارات الضرب الساحق من المهارات الحاسمة في الكرة الطائرة وتعتمدان بشكل كبير هما "من المهارات الهجومية المهمة في اللعب الأمر الذي يتطلب من اللاعب أن يتمتع بشكل الثقة بالنفس لكي يتمكن من الأداء لغرض تحقيق نقطة مباشرة (عقيل الكاتب وعامر جبار (2002) ، كما تعزو الباحثة ظهور هذه العلاقة بين المتغيرات قيد البحث إلى الأهمية الكبيرة

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1الاستنتاجات:

من خلال المعالجات الاحصائية والنتائج التي حصلت عليها الباحثة تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-  
1- هناك علاقة قوية بين الثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق في لعبة كرة الطائرة لعينة البحث .

##### 4-2التوصيات :

وعلى ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة تضع التوصيات الآتية :  
1- على المعلمين والمدرسين ان يؤهلون الاعداد النفسي للمتعلمين وخاصة الثقة بالنفس لاهميتها الكبيرة لما لها من اثر كبير في تحقيق النتائج .  
2- ضرورة اهتمام التدريسين والباحثين واعتمادهم لمقياس الثقة بالنفس كمقياس للكشف عن هذه السمة المهمة

#### المصادر

- 1-جنان سعيد الرخو؛اساسيات في علم النفس،ط1: (بيروت،الدار العربية للعلوم،2005).
- 2-محمد صبحي حسانين؛الاسس العلمية للكرة الطائرة(طرق قياس)،ط1: (القاهرة،مركز بغداد للكتاب والنشر،1997).
- 3-محمد حسن علاوي؛مدخل في علم النفس الرياضي،ط1: (القاهرة،دار الكتاب للنشر،1980).
- 4- عقيل الكاتب وعامر جبار. التكتيك والتكتيك الفردي الحديث.،بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي (2002،)

