

حالة الطلاقة النفسية عند الطلبة الرياضيين ببعض مدارس المرحلة الثانوية بنين

The state of psychological fluency among sports students in some secondary schools for boys

أحمد شناتي² معهد التربية البدنية والرياضية دالي براهيم جامعة الجزائر3، (الجزائر) chenatiahmed@yahoo.fr	رمضان فرج المغربي¹ معهد التربية البدنية والرياضية دالي براهيم جامعة الجزائر3، (الجزائر) مخبر البحث: مخبر علوم الأنشطة البدنية والرياضية almaghribi.ramadhan@univ-alger3.dz
--	---

تاريخ الارسال: 2024/08 /04	تاريخ القبول: 2024/11/10
ملخص: هدفت الدراسة الي التعرف علي مستوى حالة الطلاقة النفسية عند الطلبة الرياضيين ومعرفة مستوى الفروق في مستويات حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة ونوع الألعاب الرياضية الممارسة، وعلى هذا الهدف أجرينا هذه الدراسة الميدانية علي عينة عشوائية قوامها 70 طالب ممارس للرياضة في احد الألعاب الرياضية ببلدية جنزور-ليبيا، وقد اعتمدنا المنهج الوصفي ومقياس Fss للطلاقة النفسية لجمع البيانات، واسفرت نتائج دراستنا هذه بعد التحليل الاحصائي علي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة الفردية والجماعية وايضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب وع الألعاب الممارسة. الكلمات المفتاحية: الطلاقة النفسية — الطلبة الرياضيين — المرحلة الثانوية.	
Received:04/08/2024 Accepted :10/11/2024	
Abstract : The study aimed to identify the level of psychological fluency among student athletes and to know the level of differences in the levels of psychological fluency among student athletes according to the nature and type of sports practiced. For this purpose, we conducted this field study on a random sample of 70 students practicing sports in one of the sports in the municipality of Janzour - Libya. We adopted the descriptive approach and the Fss scale for psychological fluency to collect data. The results of our study after statistical analysis showed that there were no statistically significant differences in the level of psychological fluency among student athletes according to the nature of the individual and group sports practiced, and also no statistically significant differences in the level of psychological fluency among student athletes according to the type of games practiced Keywords: Psychological fluency – student athletes -high school	

معلومات المقال

Article info

1. مقدمة:

يعتبر تحليل العلاقة بين التأثير والطاقة النفسية في الأداء الرياضي جانبا مهما وان مسالة التوافق بين التوتر والطاقة النفسية من الموضوعات المحورية التي شغلت بال الباحثون والمتخصصين في علم النفس الرياضي وبعد الاطلاع وتفسير الشكل رقم (1) بوضوح يتبين ان عنصري التوتر والطاقة النفسية يمثلان بعدين مستقلين يتفاعلان بطرق معقدة تؤثر علي أداء الرياضيين وهذه العلاقة المعقدة تبين كيف ان التغيرات في مستويات التوتر والطاقة النفسية وانما يمكن ان تؤثر بشكل إيجابي او سلبي علي الأداء ،وقبل ان نفسر الاتجاهات في الشكل رقم (1)

طاقة نفسية عالية	
حالة الطلاقة	
توتر عالي (سلبي) القلق العصب (أ)	عدم التوتر (إيجابي) الاثارة السعادة (د)
الملل التعب (ب)	الاسترخاء الكسل (ج) طاقة نفسية منخفضة

الشكل رقم (1)

يمكن تقسم هذ الشكل السابق الي قسمين:

ويسمي الاول البعد المستقل للتوتر ويشير هذا البعد المستقل للتوتر الي فكرة ان التوتر ليس بالضرورة ضارا بالأداء الرياضي وعلى العكس من ذلك يمكن ان يكون التوتر دافعا يؤدي الي تحسين الأداء في بعض الحالات ويتجلى ذلك بوضوح في التفسير المقدم للحرف (أ) حيث يشير الي ارتفاع الطاقة النفسية وارتفاع التوتر الي حالات فعالية عالية مثل القلق والغضب التي يكن ان تولد دفعا نحو تحقيق الأهداف.

ويسمي الثاني البعد المستقل للطاقة النفسية وعلى الجانب الاخر للشكل يتميز البعد المستقل للطاقة النفسية بانه يختص بصفات الاثارة والنشاط الذهني والجسدي والذي يمكن ان يكون إيجابيا او سلبيا ويبين حرف (د) كيف ان ارتفاع الطاقة النفسية مع غياب التوتر تتسم بالإيجابية ويمكن ان ينطوي على السعادة والاثارة وهي حالة تعرف (بالطلاقة النفسية)

ومن خلال تفسير الاتجاهات نجد اتجاه حرف (أ) يدل على العلاقة بين ارتفاع الطاقة النفسية وارتفاع التوتر مما قد يؤدي الي القلق والغضب في سياق الأداء الرياضي، ويشير اتجاه حرف (ب) الي انه قد يعاني الرياضي من ارتفاع درجات التوتر نتيجة الملل والتعب لكن بطاقة نفسية منخفضة وهو ما يختلف عن النشاط الرياضي الإيجابي، اما حرف (ج) يمثل حالات استرخاء او كسل حيث يكو الرياضي غير متوفر ولكن لا يظهر ارتفاعا في الطاقة النفسية، واخرا يسلط الحرف(د) الضوء علي الحالة النموذجية للطلاقة النفسية حيث الطاقة النفسية مرتفعة ولكن بدون وجود توتر ، وهذا ما يشجع علي الأداء المتميز.

ومن خلال كل ذلك تظهر الأدلة النفسية والرياضية بوضوح العلاقة المعقدة بين التوتر والطاقة النفسية وأثرهما المباشر على الأداء الرياضي من خلال فهم وتفسير البعدين، ويستطيع المدربون والرياضيون تحقيق أفضل النتائج في مجالهم ويبرز هذا التحليل أهمية إدارة التوتر وتنظيم الطاقة النفسية لتحقيق حالة الطلاقة النفسية التي تدفع إلى الأداء المتميز. (راتب، 2008، ص 130)

وفي هذا العصر يزداد فيه الضغط والتنافسية في ميادين الأداء كافة بما فيها الميادين الرياضية، إذ تبرز أهمية الطلاقة النفسية كعامل أساسي للتفوق والاستمرارية، حيث إن الطلاقة النفسية هي قدرة الفرد على التكيف مع مختلف المتغيرات والصعوبات التي يمكن أن يواجهها وأنها تكتسب أهمية خاصة عند الطلبة الرياضيين في المرحلة الثانوية، وإن هذه المرحلة الحرجة تتطلب أن يوازنوا بين التزاماتهم الدراسية وأهدافهم الرياضية مع الحفاظ على صحتهم النفسية، وتختلف الطلاقة النفسية من طالب رياضي إلى آخر في المرحلة الثانوية إذ تتأثر بعوامل عدة كالبينة الدراسية والدعم الاسري والشبكات الاجتماعية.

إذ تعمقنا أكثر في استراتيجيات الوصول إلى الطلاقة النفسية لا بد أن نذكر المناطق الثلاثة للتعبة النفسية والتي تتكون من التالي:

- منطقة اختيار التعبة النفسية والتي تتسم بزيادة الضغوط الذهنية التي تؤدي إلى تدهور الأداء.
 - منطقة الطلاقة النفسية حيث يشعر الرياضي بأعلى درجات الثقة والتركيز مما يعزز إمكانية تقديم أداء مميز.
 - منطقة التعبة النفسية المنخفضة تمثل حالة من عدم كفاية الدافع والتحفيز والذي يؤدي إلى أداء يليئ إمكانات (hanin, 2013).
- وعلى كل ما ذكر تبين لنا أن الطلبة الرياضيين يمكن أن يواجهوا تحديات نفسية مختلفة نتيجة لممارستهم للرياضة بانتظام وقد تكون هذه التحديات مرتبطة بالضغوط المتعلقة بالأداء الرياضي أو الإصابات الرياضية أو ضغوط الدراسة بالإضافة إلى ذلك قد تكون هناك صعوبات في التوازن بين الرياضة والتزامات الدراسة والعامل الاجتماعي مما يؤثر سلباً على صحة الطلاب النفسية.
- لذلك تقف مشكلة مستوى حالة الطلاقة النفسية عند الطلبة الرياضيين في مرحلة التعليم الثانوي كموضوع يحتاج إلى دراسة وتحليل دقيق لفهم تأثير ممارسة الرياضة على الصحة النفسية في هذه الفترة الحياتية الحساسة، ويعد تسليط الضوء على هذه الإشكالية مهما لتوفير الدعم والمساعدة اللازمة للرياضيين الطلبة لتحقيق توازن صحي ونفسي يساعدهم على تحقيق إمكاناتهم بشكل أفضل، ومن هذا المدخل حدد الباحث إشكالية الدراسة في ما هو مستوى حالة الطلاقة النفسية عند الطلبة الرياضيين في المرحلة الثانوية؟

1.1 التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة (فردية/جماعية)؟
- توجد فروق في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب نوع الألعاب الرياضية الممارسة؟

2.1 الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة (فردية/جماعية).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب نوع الألعاب الرياضية الممارسة.

3.1 أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة في التالي:

- التعرف على مستوى حالة الطلاقة النفسية عند الطلبة الرياضيين.

- معرفة مستوى الفروق في مستويات حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة ونوع الألعاب الرياضية الممارسة.
- غرس فكرة الاهتمام بحالة الطلاقة النفسية بين الطلاب الرياضيين.

4.1 أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في التالي:

- العمل على التوعية لهذه الفئة من الطلبة بمدى أهمية حالة الطلاقة النفسية.
- إبراز الضوء على الجانب النفسي المتمثل في (الطلاقة النفسية) كعلاج يحسن صحة الطالب نفسيا.

2. الدراسات السابقة:

1.2 الدراسة الأولى:

بحث علمي لدكتور حسن عبده (2000) نشر في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية بجامعة حلوان - مصر العدد (34) تحت عنوان تقنين قياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي لوصف الظاهرة مستعينا بأداة مقياس حالة الطلاقة النفسية (Fss) حيث اشتملت عينة البحث (218) رياضي من الجنسين وقد سحبت العينة بالطريقة العشوائية من منتخبات الجامعات المصرية واقترح الباحث فرضية تخمينية علي وجود علاقة موجبة ودالة بين ابعاد مقياس حالة الطلاقة النفسية والمقياس الفرعي لتوجيه المهمة بصورة اكبر من المقياس الفرعي لتوجيه الانا لدى الرياضيين من طلاب الجامعة ووجود فروق دالة احصائيا بين ابعاد حالة الطلاقة كما تقاس بمقياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة، هذا وقد أظهرت نتائج البحث بوجود اتساق الي حد ما مع نتائج الفرض الموضوع فيما يتعلق بترتيب ابعاد الطلاقة النفسية تنازليا وهذا يعطي دعما لنتائج البحث.

2.2 الدراسة الثانية:

بحث علمي لأساتذة عطوة المتولي و محمود شعيب و اسراء عبد الرحيم سنة (2023) في مجلة بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة العدد (2) بعنوان الطلاقة النفسية لدى لاعبي مسابقات ألعاب القوى بالمدارس الثانوية الرياضية، وجاء الهدف من هذا البحث هو التعرف علي الطلاقة النفسية لدى لاعبي مسابقات ألعاب القوى بالمدارس الثانوية الرياضية معتمدين علي المنهج الوصفي وتشكلت عينة البحث من (60) طالبا رياضيا، وقد اعتمد في جمع البيانات علي مقياس الطلاقة النفسية من اعداد راتب (2004)، وقد اشارت نتائج البحث الي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ابعاد الطلاقة النفسية لدى لاعبي مسابقات ألعاب القوى بالمدارس الثانوية الرياضية.

3.2 الدراسة الثالثة:

دراسة للباحث عمرو احمد السيد سنة (2001) للحصول علي شهادة الماجستير من جامعة حلوان- مصر بعنوان بناء مقياس الطلاقة النفسية للرياضيين، وكان الهدف الأساسي من الدراسة هو فهم كيف تؤثر الطلاقة النفسية علي الإنجازات الرياضية لدى رياضيي النخبة ودراسة الفروق بين الأنشطة الرياضية مستخدما في ذلك المنهج الوصفي وتشكلت عينة البحث من (290) رياضيا من مختلف الألعاب الفردية والجماعية في محاولة الاستقصاء اثر المتغيرات النفسية المحددة علي الأداء الرياضي، وقد تم تحديد ستة محاور أساسية لقياس الطلاقة النفسية ضمن البحث وهذه المحاور ساعدت في تشكيل فهم اعمق لكيفية تأثير الحالة النفسية للاعبين علي مستوى أدائهم، وقد اشارت نتائج البحث الي ان لاعبي كرة اليد يبرزون بشكل خاص في الثقة بالنفس والتحكم والسيطرة علي الية الأداء مقارنة برياضيي الألعاب الأخرى وجدت أيضا فروقات ملحوظة بين الأنشطة الرياضية المختلفة فيما يخص الطلاقة النفسية.

4.2 الدراسة الرابعة:

مقال لدكتور بن سميشة العيد (2019) في المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للأنشطة البدنية والرياضية العدد (02) مكرر تحت عنوان مستوى الطلاقة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المنخرطين في الأندية الرياضية في رياضة كرة السلة، هدفت الدراسة الى معرفة مستوى الطلاقة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المنخرطين في الأندية الرياضية في رياضة كرة السلة واعتمد الباحث علي المنهج الوصفي وقد شملت العينة (54) تلاميذ سحبت بالطريقة العمدية، مستخدما احد مقاييس الطلاقة النفسية لجمع البيانات، وقد كانت نتائج الدراسة ظهور نسب بدرجة متوسطة في مجالات الطلاقة النفسية.

3. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.3 الطلاقة النفسية:

1.1.3 التعريف الاصطلاحي: يقصد بالطلاقة النفسية " زيادة مستوى الطاقة النفسية الى أفضل مستوياتها ملائمة للمهارة والموقف الرياضي وهي أفضل حالة من الاستعداد النفسي اثناء الأداء في التدريب او المنافسة" (عرب وكاظم، 2009، ص148)

2.1.3 التعريف الاجرائي: تعرف اجرائيا بانها الحالة الذهنية الفريدة التي يختبر فيها الفرد انغماسا تاما وتركيزا عاليا في نشاط معين.

2.3 الطلبة الرياضيين:

1.2.3 التعريف الاصطلاحي: هو "الطالب الذي ينتمي لمدرسة ما، ويمارس او يشارك في نشاط رياضي ما على مستوى المؤسسات التعليمية (وزارة التربية والتعليم) /المديرية التعليمية/الإدارة التعليمية/المدرسة/اتحاد الرياضة المدرسية...وغيره) ويكتب بمتن الميثاق بلفظ طالب" (أبو النور وأبو السريع وإبراهيم، 2022، ص1).

2.2.3 التعريف الاجرائي: تعرف اجرائيا على انه ذلك الطالب المقيد في سجلات الأندية والاتحادات الرياضية، ويمارس فيها أحد الأنشطة الرياضية بانتظام.

3.3 المرحلة الثانوية:

1.3.3 التعريف الاصطلاحي: هي "المرحلة التي تلي المرحلة الأساسية بجميع أنواعها وفروعها وتقابل مرحلة التعليم الثانوي مرحلة المراهقة حسب تقسيم مراحل النمو النفسي" (الخولي ومحادي، 1990، ص17).

2.3.3 التعريف الاجرائي: تعرف اجرائيا يقصد بالتعليم الثانوي تلك المرحلة الدراسية التي تسبق المرحلة الجامعية الأولى وتكون بعد المرحلة الدراسية الإعدادية، ومدة الدراسة في هذه المرحلة ثلاثة سنوات دراسية، وغالبا ما يكون عمر الطلاب ما بين (15 و18 سنة).

4. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.4 منهج الدراسة :

لقد تم استخدام المنهج الوصفي باعتباره من انسب المناهج ملائمة لمثل هذه الدراسات وقد عرفه شاكر (1990) بانه " المنهج الذي يهتم بوصف الظاهرة وتصويرها كميًا وكيفيًا"

2.4 مجتمع الدراسة: لقد اختير مجتمع الدراسة بالطريقة العمدية من الطلبة الرياضيين المنضمين للأندية الرياضية في مختلف الالعب ببلدية جنزور — ليبيا والمُسجلين في سجلات المدارس الثانوية الواقعة داخل البلدية التي يدرسون فيها والبالغ عددهم (143) طالبا، والجدول (1) يوصف مجتمع الدراسة.

جدول (01) يوصف مجتمع الدراسة

ت	المدرسة	عدد الطلبة الرياضيين	أنواع الألعاب الممارسة
1	عمر المنصوري	17	الألعاب الجماعية وتمثلت في - كرة السلة كرة
2	نسيم الحرية	31	الطائرة كرة القدم.. الألعاب الفردية وتمثلت في -
3	المجد	28	ألعاب القوى، الدرجات ألعاب الدفاع عن
4	النحيلة	23	النفس، الجمباز.
5	عبد المولى الدالي	26	
6	الحشان	18	
	الإجمالي	143	

1.2.4 عينة البحث: أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (70) من الطلبة الرياضيين الممارسين لكافة الألعاب الرياضية داخل الاندية الرياضية وسحبت هذه العينة بالطريقة العشوائية من المدارس الثانوية الواقعة ببلدية جنزور-ليبيا والجدول (2) يوصف عينة الدراسة، واختيار العينة وضعنا الشروط التالية:

- ان يكون الطالب من ضمن المسجلين في سجل الاتحاد الرياضي المختص بنشاط اللعبة الممارسة.
- ان يكون الطالب مقيد في سجل المدرسة الدارس فيها للعام الدراسي الحالي.
- ان يزيد عمره الرياضي في اللعبة الممارسة عن ثلاثة سنوات.

جدول (02) يوصف عينة الدراسة

ت	المدرسة	عدد الطلبة الرياضيين	أنواع الألعاب الممارسة
1	عمر المنصوري	08	الألعاب الجماعية وتمثلت في - كرة السلة كرة
2	نسيم الحرية	16	الطائرة كرة القدم.. الألعاب الفردية وتمثلت في -
3	المجد	18	ألعاب القوى، الدرجات ألعاب الدفاع عن
4	النحيلة	10	النفس، الجمباز.
	عبد المولى الدالي	11	
	الحشان	07	
	الإجمالي	70	

3.4 الأساليب الإحصائية:

استعان الباحث بالحزمة الإحصائية (spss) والذي استخرجنا منه المعالجات الإحصائية التالية:

- معامل الارتباط بيرسون.
- معامل ألفا كروباخ.
- معامل التجزئة النصفية.

- معادلة جثمان.
- متوسط الرتب.
- اختبارات لعينتين منفصلتين.
- اختبار كروسكال ويلز.

أداة جمع البيانات:

لقد تم الاعتماد على مقياس الطلاقة النفسية (FSS) كأداة لجمع كافة المعلومات والاجابات والذي قام بتصميمه سوزان جاكسون، هيرت مارش (1996) م ومن تعريب الباحث حسن عبده ويتكون هذا المقياس من تسعة ابعاد فرعية ذات (36) فقرة وكل فقرات المقياس إيجابية مصممة بطريقة ليكرث خماسية التصحيح، ولمزيد من الاطلاع على المقياس المستخدم انظر ملاحق الدراسة.

2.3.4 صدق الأداة:

بعد عرض مقياس الطلاقة النفسية على مجموعة من المحكمين الأكفاء من ذوي الخبرة في هذا المجال، لتأكد من فعاليته والتحقق من صدقه الظاهري ومدى ملاءمته مع عينة الدراسة.

كما قام الباحث بإجراء اختبار الصدق البنائي لأداة الدراسة عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد من أبعاد الاستبيان والاستبيان ككل، فإذا كان معامل الارتباط قوي ومعنوي نقول بأن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الصدق البنائي، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (03) اختبار الصدق البنائي لمقياس الطلاقة النفسية.

علاقة الارتباط	معامل الارتباط (r)	مستوى الدلالة
بعد توازن المهارة بالتحدي	0,615	0,000
بعد اندماج الوعي بالفعل	0,569	0,000
بعد الأهداف الواضحة	0,709	0,000
بعد التغذية الراجعة غير الغامضة	0,572	0,000
بعد التركيز على المهمة المتناولة	0,498	0,000
بعد الإحساس بالتحكم	0,527	0,000
بعد فقدان الوعي بالذات	0,386	0,001

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v26

يتضح من الجدول السابق (03) بأن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، وتراوح قيمتها ما بين (0,386) و(0,709) وجميعها دالة إحصائياً، مما يدل على وجود علاقة ارتباط موجبة بين الدرجات الكلية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ككل، وبالتالي يتمتع الاستبيان بصدق بنائي وهو بالفعل مناسب لقياس ما وضع لقياس.

3.3.4 ثبات الأداة:

حيث قام الباحث بحساب ثبات المقياس والذي يقصد به استقرار المقياس وعدم تناقضه، أي أنه يعطي النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على نفس العينة في نفس الشروط والظروف، ولقياس ثبات المقياس استخدمنا طريقتين، بحيث اعتمدنا في الطريقة الأولى على معامل ألفا كرونباخ

لحساب الثبات، أما في الطريقة الثانية فقد تم الاعتماد على طريقة التجزئة النصفية لحساب الثبات، أي تجزئة المقياس إلى نصفين ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بيرسون بين نصفي الاستبيان بطريقة (بيرسون I)، وبعد ذلك قمنا بتصحيحه معامل الارتباط بواسطة معامل الثبات جيتمان للتجزئة النصفية، مثل ما يوضحه الجدولان التاليان:

جدول (04) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة.

المحاور	عدد العبارات	معامل الثبات ألفا كرونباخ
مقياس الطلاقة النفسية	36	0.692

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v26

بناء على النتائج المبينة في الجدول السابق (04) يتضح بأن قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل هي (0,692)، وهذا ما يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات ويمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

جدول (05) ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية.

معامل الارتباط	تصحيح المعامل بمعادلة جيتمان للتجزئة النصفية	حجم العينة
0,697	0,819	50

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v26

يتضح من الجدول السابق (05) بأن قيمة معامل الارتباط قد بلغ (0,697)، وبعد تصحيح معامل الارتباط بواسطة معامل جيتمان للتجزئة النصفية، وذلك لأن التباين ومعامل الثبات ألفا كرونباخ غير متساوي بين جزئي المقياس، حيث بلغت قيمة معامل جيتمان (0,819)، وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

4.4 حدود الدراسة:

1.4.4 الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة الميدانية على مستوى المدارس الثانوية الواقعة داخل الحدود الإدارية لبلدية جنزور - ليبيا.

2.4.4 الحدود البشرية: ثملت في الطلبة الذكور الممارسين لرياضة والمسجلين في سجلات الأندية والاتحادات الرياضية المختصة لكل لعبة.

3.4.4 الحدود الزمنية: وكان ذلك خلال العام الدراسي 2023/2024م وتم جمع كافة المعلومات والاجابات من المبحوثين من

2024/4/22م الي 2024/4/25م.

5. عرض النتائج وتحليلها:

1.5 الفرضية الأولى:

تنص الفرضية على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة (فردية / جماعية)، تم اختبار هذه الفرضية من خلال اختبار (T) لعينتين منفصلتين، بحيث توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (06): اختبار التوزيع الطبيعي لمقياس الطلاق النفسية.

شبيرو ويلك			/	
القيمة الإحصائية	درجة الحرية	قيمة (Sig)	مقياس الطلاقة النفسية	
0.94	21	0.218		
كولموكروف سميرونوف				
القيمة الإحصائية	درجة الحرية	قيمة (Sig)		
0.89	49	0.200		
الألعاب الجماعية				

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS V26

من الجدول السابق نلاحظ بأن جميع قيم Sig أكبر من 0.05 مما يدل على أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، مما سبق نستنتج بأن الاختبار الأنسب لطبيعة دراستنا هو اختبار (T) لعينتين منفصلتين.

الجدول (07): يمثل نتائج اختبار الفروق (T) لمتوسطات مقياس الطلاق النفسية

نوع الألعاب الرياضية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	اختبار (T)	الدلالة الإحصائية
ألعاب فردية	70	104.62	12.204	68	0.476	0.636
ألعاب جماعية	70	103.14	11.765			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS V26

من الجدول السابق نلاحظ بأن قيمة المتوسط الحسابي للطلبة الممارسين للألعاب الفردية في مقياس الطلاق النفسية قد بلغت 104.62 وانحراف معياري 12.204، في حين كانت قيمة المتوسط الحسابي للطلبة الممارسين للألعاب الجماعية في مقياس الطلاق النفسية قد بلغت 103.14 وانحراف معياري 11.765، كما بلغت قيمت اختبار (T) 0.479 بمستوى دلالة 0.636 وهي أكبر من 0.05 مما يؤكد عدم معنوية الفروق الموجودة في المتوسطات الحسابية في نتائج مقياس الطلاق النفسية بين الطلبة الممارسين للرياضات الفردية، والطلبة الممارسين للرياضات الجماعية. مما سبق نستنتج عدم تحقق الفرضية الأولى أي أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاق النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة (فردية / جماعية).

2.5 الفرضية الجزئية الثانية للبحث:

تنص الفرضية على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاق النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب نوع الألعاب الرياضية الممارسة، تم اختبار هذه الفرضية من خلال اختبار (Kruskal-Wallis)، بحيث توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدولين التاليين:

الجدول رقم (08): اختبار التوزيع الطبيعي لمقياس الطلاقة النفسية.

شبيرو ويلك			
القيمة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة (Sig)	مقياس الطلاقة النفسية
0.886	5	0.337	
0.931	8	0.527	
0.917	4	0.522	
0.968	3	0.657	
0.890	11	0.137	
0.943	17	0.349	
0.853	22	0.004	
كرة القدم			
كرة الطائرة			
كرة السلة			
جمباز			
رياضات دفاعية			
دراجات			
ألعاب القوى			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS V26

من الجدول السابق نلاحظ بأن قيمة (Sig) لدى الطلبة الممارسين لرياضة كرة القدم هي 0.004 وهي أصغر من 0.05 مما يدل على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي، أما باقي قيم (Sig) فهي أكبر من 0.05 مما يدل على أنها تتبع التوزيع الطبيعي، مما سبق نستنتج بأن الاختبار الأنسب لطبيعة دراستنا هو اختبار (Kruskal-Wallis).

الجدول (09): نتائج تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق في متوسطات مقياس الطلاقة النفسية.

مقياس الطلاقة النفسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	الترتيب	قيمة (H)	قيمة (Sig)
ألعاب القوى	5	101.60	14.153	30.90	06	6.520	0.367
دراجات	8	101.25	8.598	31.75	05		
رياضات دفاعية	4	105.25	11.587	41.75	02		
جمباز	3	117.33	17.786	51.33	01		
كرة السلة	11	99.00	10.257	26.32	07		
كرة الطائرة	17	101.94	9.196	33.65	04		
كرة القدم	22	106.27	13.484	40.64	03		

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات SPSS V26

نلاحظ من الجدول السابق بأن المرتبة الأولى في مستوى مقياس الطلاقة النفسية، كانت للطلبة الممارسين لرياضة الجمباز بمتوسط رتب 51.33، ويليه بالمركز الثاني للطلبة الممارسين لرياضات الدفاعية بمتوسط رتب 41.75، أما المركز الثالث فكان للطلبة الممارسين لرياضة كرة القدم بمتوسط رتب 40.64، في حين تحصل الطلبة الممارسين لرياضة كرة الطائرة على المركز الرابع بمتوسط رتب 33.65، أما المراكز الأخيرة فقد تحصل عليها

الطلبة الممارسين لرياضة الدرجات وألعاب القوى وكرة السلة بمتوسطات رتيبه 31.75 و 30.90 و 26.32 على الترتيب ، وكانت قيمة (H Kruskal-Wallis) قد بلغت 6.520 بمستوى الدلالة 0.367 وهي أكبر من مستوى المعنوية 0.05، مما يدل على عدم معنوية الفروق بين متوسطات الرتب في نتائج مقياس الطلاقة النفسية حسب نوع الرياضة الممارسة من قبل الطلبة. مما سبق نستنتج عدم تحقق الفرضية الثانية أي أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب نوع الألعاب الرياضية الممارسة.

3.5 مناقشة النتائج على ضوء الدراسات السابقة:

تعد مناقشة النتائج الناتجة عن الدراسة مهمة جداً لفهم العلاقة بين أداء الطلبة الرياضيين وحالتهم النفسية، إن فهم مدى تأثير الممارسة الرياضية على الطلاقة النفسية يمكن أن يساهم في تطوير برامج التدريب الرياضي والرعاية النفسية للطلبة الرياضيين. من خلال دراسة حالة الطلبة الرياضيين لم يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى حالة الطلاقة النفسية بين الطلبة الرياضيين حسب طبيعة الألعاب الرياضية الممارسة الفردية والجماعية، وهذا يعني أن نوع الرياضة ليس له تأثير ملحوظ على حالة الطلاقة النفسية للرياضيين. مقارنة بالدراسات السابقة حيث تشير النتائج الحالية إلى تناقض في بعض النتائج، حيث يوجد اتفاق جزئي مع بعض الدراسات السابقة واختلاف في النتائج مع بعضها الآخر. على سبيل المثال، تم اكتشاف فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الأبعاد النفسية للاعبين مسابقات ألعاب القوى، بينما لم يتم رصد أي تأثير لدى لاعبي كرة اليد. بالنظر إلى هذه المعلومات يبدو أن العوامل المؤثرة على حالة الطلاقة النفسية للطلبة الرياضيين قد تكون معقدة ومتنوعة وربما تعتمد على عوامل فردية أو على نوع الرياضة الممارسة لذلك ينبغي مواصلة الدراسات والابحاث في هذا المجال لتحليل وفهم أفضل لهذه العلاقة، وبناء استراتيجيات تدريبية ودعم نفسي تناسب احتياجات الطلبة الرياضيين بشكل فعال.

6. قائمة المراجع:

- راتب، أسامة كامل (1995) علم نفس الرياضة، (ط1) دار الفكر العربي، القاهرة.
- - عرب، محمد، وكاظم، حسين (2009) علم النفس الرياضي، دار الضياء، النجف.
- - شاكر، جودت، (1990) التنظيم والإدارة في التربية، القاهرة.
- - الخولي، امين أنور وحمادي، محمد (1990) برامج التربية الوطنية (ط1)، القاهرة، دار الفكر العربي.
- - أبو النور، أشرف عبد المعز، وأبو السريع، مدحت عاصم، وإبراهيم، احمد رمضان، (2022) ميثاق مقترح لحقوق الطالب الرياضي بمدارس جمهورية مصر العربية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة للبنين بالهرم-جامعة حلوان العدد (96)، ص1.
- - عبدالله، حسن عبده (2000)، تقنين مقياس الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية بالهرم- جامعة حلوان، العدد (34)، ص1 .
- - السيد، عمرو احمد، (2001)، بناء مقياس الطلاقة النفسية للرياضيين (ماجستير، كلية التربية البدنية للبنين بالهرم- جامعة حلوان)،.
- - عطوة، عطوة وشعيب، محمود، وعبد الرحيم، اسراء، (2023)، الطلاقة النفسية لدى لاعبي مسابقات ألعاب القوى بالمدارس الثانوية الرياضية، مجلة بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد (2)، ص1.
- - بن سميشة، العيد (2019)، مستوى الطلاقة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المنخرطين في الأندية الرياضية في رياضة كرة السلة، المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للأنشطة البدنية والرياضية، العدد (2) مكرر، ص31-44 .
- Hanin emotional states in sport aqualitive analysis 2003 p17