



فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تعزيز الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الأساسية للألعاب الجماعية

م. د منهل خطاب سلطان

أ. د. عكلة سليمان الحوري

الملخص

هدف البحث الى :

1. اعداد برنامج ارشادي انتقائي في مجال تعزيز الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .
2. معرفة فاعلية البرنامج الارشادي الانتقائي على الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث وتألف مجتمع البحث من لاعبي منتخبات كرة القدم للصالات وكرة الطائرة وكرة السلة البالغ عددهم (38) لاعب وتكونت عينة البحث من (24 لاعب) يمثلون نسبة (63.15 %) من مجتمع البحث وقد قسمت العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة باستخدام طريقة الاختيار العشوائي بالقرعة وبواقع (12) لاعب لكل مجموعة مقسمين على ثلاثة ألعاب وبواقع (4) لكل لعبة وتم تطبيق مقياس الروح الرياضية (الجنابي، 2010) قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادي الانتقائي وحرصنا على توفر نفس الظروف في التطبيقين وتوصل الباحثان الى :-

1. فاعلية البرنامج الارشادي الانتقائي في تحسين مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية.
2. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الروح الرياضية ولصالح الاختبار البعدي لدى المجموعة التجريبية .
3. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين في الروح الرياضية ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

The effectiveness of a selective counseling prenhancing the sportsmanship of some of the teams of the College of Basic Education for group games

Dr.. Akla Suleiman Al-Houri

Dr. Manhal Khattab Sultan

Abstract

1. Preparing a selective mentoring program in the field of enhancing the sportsmanship of some of the College of Basic Education teams in group games.

2. Knowing the effectiveness of the selective counseling program on the sports spirit of some of the teams of the College of Basic Education in group games.

The two researchers used the experimental method for its suitability and the nature of the research, and the research community consisted of the 38 players in the futsal, volleyball and basketball teams, and the research sample consisted of (24 players) representing 63.15% of the research community. The sample was divided into two experimental and control groups. Using the random selection method by lot and by (12) players for each group divided into three games and by (4) for each game. The measure of sportsmanship was applied before and after the application of the selective extension program, and we



were keen to provide the same conditions in the two applications, and the researchers reached:

1. The effectiveness of the selective counseling program in improving the level of sportsmanship among some of the teams of the College of Basic Education in the group games of halls.
2. The presence of significant differences between the pre and post tests in sportsmanship in favor of the post test of the experimental group.

The presence of significant differences between the control and experimental groups in the two post-tests in sportsmanship and in favor of the post test of the experimental group

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة:

يعد الإرشاد النفسي احد الفروع التطبيقية لعلم النفس الرياضي والذي شهد نمواً وتطوراً ساهم فيه العديد من العلوم في حياتنا المعاصرة وينظر للإرشاد النفسي بشكل عام انه عملية توظيف العلم بشكل أنساني ويقوم الإرشاد النفسي على نظريات علمية تساعد في فهم وتفسير السلوك والتعرف على أسباب المشكلات واختيار الأساليب الإرشادية المناسبة للتعامل مع المشكلات .

إذ أن الإرشاد بالاتجاه الانتقائي هو " الممارسة الإرشادية المنظمة والمتناسقة تخطيطاً وتنفيذاً وتقييماً والمستمدة من الاتجاه الانتقائي التكاملي لأساليب وفنيات إرشادية متنوعة ، تم تنسيق مراحلها وأنشطتها وخبراتها وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع لتشكل منظومة تكاملية تقدم في صورة جلسات إرشادية جماعية " . (الشهري ، 2008 ، 35) ، و تعد الحاجات الأساسية الإنسانية من بين أهم المواضيع التي تناولتها الدراسات والبحوث النفسية بصورة عامة وفي مجال الإرشاد النفسي خاصة إذ تم مناقشة العديد من النظريات بهذا الصدد في مجال علم الشخصية وعلم النفس الرياضي ومن بينها نظريات كل من (ماسلو ، موراي وفروم) وغيرها فضلاً عن عدد من المفاهيم التي ترتبط بها ومن بينها الدافعية والحافز والباعث والميل وتقدير الذات. وفي المجال الرياضي فان إشباع الحاجات يعني إن أي فرد لا يقبل على التدريب الرياضي وينتظم فيه إلا لشعوره بان الرياضة هي المجال المناسب لإشباع حاجاته أو أكثر من حاجاته النفسية أو الاجتماعية ، فالدافعية النابعة من حاجات الفرد النفسية هي أساس النشاط الذي يبذله خلال التدريب . (فوزي ، 2008 ، 22) وينظر (فرديريك ثورن) رائد الاتجاه الانتقائي في الإرشاد النفسي بأنه عملية قائمة على علاقة وجه لوجه لمرشد متدرب بدرجة عالية في علم النفس ويحاول مساعدة الآخرين لحل مشكلاتهم في الحياة والتي ترجع الى عوامل شخصية كما انه يهتم بالعوامل الشخصية للناس العادين للاستفادة بأعلى درجة من امكانياتهم وقدراتهم . اما الروح الرياضية فيمكن مساعدة اللاعبين لتحقيق ذاتهم في الانجازات الرياضية من خلال توفير المناخ المناسب لتطويرها في حياتهم العملية لتضييق الفجوة بين الآمال والطموحات والتوقعات من جهة وبين الواقع الرياضي الحقيقي من جهة أخرى ، فالإرشاد النفسي يهدف الى مساعدة اللاعب على التكيف النفسي والاجتماعي ومساعدة اللاعب على ما يعترضه من مشكلات ليتمكن من اعادة مسار حياته الرياضية التي تحقق ما تم التخطيط له من انجازات. وقد اقترح (فاليراند وزملائه 1997) " مدخل نفسي اجتماعي للروح الرياضية يؤكد فيه على ضرورة وضع التأثيرات الشخصية والاجتماعية في الاعتبار عند التنبؤ بسلوك الروح الرياضية ، على عكس التعلم الاجتماعي ومدخل التطور البنائي والتي تضع الاهتمام على الثواب والعقاب والفروق الفردية) كما يؤكد على أن هناك مدى واسع من العوامل الاجتماعية التي تلعب دوراً هاماً في السلوك الخاص بالروح الرياضية وليس فقط الثواب والعقاب فمن المتوقع ان تكون المتغيرات الثقافية البنائية ، نوع الرياضة ، المستوى التنافسي ، والمتغيرات الموقفية مثل ، الضغوط من المدرب أو الزملاء في



الفريق أو نتيجة المباراة ، أن تؤثر في سلوك الروح الرياضية " (Vallerand, , 1997, 197) وتأتي أهمية البحث الحالي في أنها تؤكد على اكساب اللاعب مهارات هامة كمهارة حل المشكلات بشكل فردي في بعض الحالات وجماعي في حالات اخرى تسهم في نهاية المطاف في تدعيم وتعديل الروح الرياضية كونها ظاهرة سلوكية لذا ارتأى الباحثان ضرورة اعداد جلسات ارشادية نفسية لتدعيم الروح المعنوية للعينة قيد الدراسة. اما طبيعة الاداء في الالعاب الجماعية فلا يتوقف عند اعداد اللاعب من الناحية البدنية والاندماج بالمهارات الاساسية للعبة وانما يجب ان يعمل المدرب على تنمية عناصر الروح الرياضية لتواكب مستواه الفني كون الاعداد النفسي للعب يساعد على استثمار كامل القدرات البدنية والمهارية و الخطئية المختلفة وعلى اكمل وجه بما ان الانخفاض في مستوى الاداء المهاري للاعبين او عدم الاستفادة القصوى من التمرين خلال الوحدات التدريبية اليومية البدنية والمهارية في الالعاب الجماعية يشكل مشكلة كبيرة تحتاج الى معالجات , لذا يرى الباحثان ان سبب عدم الاستفادة القصوى من التدريب اليومي البدني و المهاري يعود الى اهمال الارشاد النفسي المتزامن مع التدريب البدني و المهاري و الخطئي ويرى الباحثان أن الروح الرياضية تعد من اهم المتغيرات النفسية التي تلعب دور في تطوير تعديل السلوك الاخلاقي للرياضي من خلال تجسيده للقيم الأخلاقية المثلى في التعامل مع المشكلات فضلا عن زرع الثقافة الرياضية الرياضية والعلاقة المرنة بين اللاعب وزملاءه من جهة وبين الكادر التدريبي والاداري للفريق من جهة اخرى، لذا ارتأى الباحثان اعداد برنامج ارشادي انتقائي يعمل على تحسين الروح المعنوية بكل ابعادها . وتتلخص مشكلة الدراسة الحالية بالإجابة على التساؤل الآتي :

- هل البرنامج الارشادي الانتقائي ذو فاعلية مؤثرة في تحسين الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية ؟

2-1 اهداف البحث :

- اعداد برنامج ارشادي انتقائي في مجال تعزيز الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .
- معرفة فاعلية البرنامج الارشادي الانتقائي على الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .

3-1 فرض البحث :

- الارشاد النفسي الانتقائي يحسن مستوى الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .

4-1 مجالات البحث :

- 1-4-1 المجال البشري : لاعبي منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية وهي (كرة القدم للصالات , كرة الطائرة , كرة السلة) .

2-4-1 المجال الزمني : الفترة من 1 / 2 / 2019 ولغاية 31 / 3 / 2019 .

3-4-1 المجال المكاني : قاعة الالعاب الرياضية المتعددة في كلية التربية الاساسية .

5-1 تحديد المصطلحات

1-5-1 البرنامج الإرشادي :

بأنه "مجموعة نشاطات مخططة ومنظمة على أسس علمية تقدم للأشخاص الأسوياء عبر وسائل وطرائق مختلفة بهدف زيادة قدراتهم على اتخاذ القرارات وتحمل مسؤولياتهم الاجتماعية وتسهيل توافقهم الشخصي والاجتماعي . (الهوري، 2016، 153)

2-5-1 الإرشاد الانتقائي:

بأنه "الاتجاه الانتقائي في الإرشاد النفسي يشير إلى الاتجاه العام للاختيار أو الاقتباس من نظريات إرشادية متعددة وهذا الاتجاه يفترض من الناحية النظرية إن ما يتم اختياره أو انتقاؤه هو أحسن وأفضل ما في النظرية إلا انه ليس هناك محكات يقاس بموجبها أحسن ما تم انتقاؤه .



(العزة وعبد الهادي، 193، 1999)

1-5-3 الروح الرياضية

"هي اهتمام اللاعب واحترامه للقوانين والمسؤولين والاعراف الاجتماعية والمنافس وايضاً التزام اللاعب الكامل للعبته والغياب النسبي للمدخل السلبي تجاه الاشتراك في الرياضة" Vallerand, (1997, 229)

2- اجراءات البحث الميدانية:

1-2 منهج البحث:

ان اختيار المنهج الملائم لحل مشكلة او تحقيق هدف من أهم الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث وعلى هذا الأساس استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تألف مجتمع البحث من لاعبي منتخبات كلية التربية الاساسية البالغ عددهم (38) لاعبا يمثلون ثلاثة العاب جماعية هي (كرة القدم للصالات , كرة السلة , كرة الطائرة) كون اغلب اللاعبين يلعبون لعبتين او اكثر ولهذا يصعب فصل لاعبي كل لعبة عن اللعبة الاخرى وقد قسمت العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة باستخدام طريقة الاختيار العشوائي بالقرعة وبواقع (12) لاعب لكل مجموعة .

2-3 وسائل جمع البيانات والمعلومات

- تحليل المحتوى .
- المقياس النفسي .
- الاستبيان .
- المقابلة الشخصية .

2-4 تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث :

تجانس العينة : ولتحقيق ذلك قام الباحثان بأجراء عملية التجانس لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة على حدة لضبط المتغيرات الاتية : (العمر الزمني ، مقاسا بالشهر) والطول مقاسا ، لأقرب سنتمتر (والوزن مقاسا ، لأقرب غم) كما في الجدولين (1 . 2)

الجدول (1)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معاملى الالتواء والاختلاف للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		معامل الالتواء	معامل الاختلاف
		س	±ع		
العمر	سنة	22,91	1,17	0,29	5,25%
الطول	سنتمتر	173,50	6,68	0,27	6,68%
الوزن	كيلو غرام	68,21	5,34	0,33	10,93%

الجدول (2)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والاختلاف للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		معامل الالتواء	معامل الاختلاف
		س	±ع		
العمر	سنة	22,30	1,54	0,27	6,78%
الطول	سنتمتر	174,10	6,71	0,32	7,31%
الوزن	كيلو غرام	67,80	5,99	0,38	10,46%

ومن خلال ملاحظتنا للجدولين (1) و (2) يتضح أن قيم (معامل الاختلاف) للمجموعة الضابطة لمتغيرات (العمر، الطول، الوزن) ولجميع القيم اصغر من (30%) مما يدل على تجانس المجموعة الواحدة في ما بينها إذ يشير (التكريري والعبيدي) "إلى انه كلما اقترب معامل الاختلاف من (1%) دل



على التجانس العالي للمجموعة وكلما زاد عن (30%) دل على عدم تجانس المجموعة". (التكريري و العبيدي، 1999، 161).

تكافؤ العينة

تم إجراء عملية التكافؤ في متغيرات البحث بين مجاميع البحث. إذ" ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث " (فان دالين، 1984، 398) ولتحقيق ذلك قام الباحثان بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات الآتية :
(العمر الزمني، مقاسا بالسنة) و الطول مقاساً، لأقرب سنتمتر (و الوزن مقاساً، لأقرب غم) و مقياس الروح الرياضية كما في الجدول (3)

الجدول (3)

المعالم الإحصائية لتكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات (العمر ، الطول ، الوزن)

قيمة ت جدولية	قيمة ت المحتسبة	مجموعة ضابطة		مجموعة تجريبية		وحدة القياس	المعالم إحصائية المتغيرات
		±ع	س	±ع	س		
2,10	0,567	1.17	22.91	1.54	22.30	سنة	العمر
	0,444	6.68	173.50	6.71	174.10	سم	الطول
	0,615	5.34	68.21	5.99	67.80	كغم	الوزن

من الجدول (3) يتبين أن قيمة (ت) المحسوبة لقياسات (العمر ، الطول ، الوزن) وكانت على التوالي (0,567 ، 0,444 ، 0,615) وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.10) أمام درجة حرية (22) وعند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وهذا يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه الصفات.

2-5 مقياس الروح الرياضية:

إجراءات تكيف المقياس:

أولاً : صلاحية الفقرات: للتأكد من صلاحية فقرات المقياس وملائمتها للاعبين منتخبات كلية التربية الأساسية قام الباحثان بعرض مقياس الروح الرياضية (الجنابي، 2012) على لجنة من الخبراء المختصين في مجال علم النفس الرياضي، التربوي ، الإرشاد والتوجيه ، كرة القدم للصالات اذا طلب منهم ابداء آرائهم ومقترحاتهم في صلاحية فقرات المقياس وملائمته لمستوى عينة البحث وكذلك اخذ آرائهم حول بدائل الاجابة ، وبعد اخضاع آراء الخبراء للعمل الاحصائي باستخدام اختبار (كا) لمعرفة دلالة الفروق بين آراء الخبراء والمختصين عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0,05) تبين ان الفقرات جميعها مقبولة لكونها دالة إحصائياً كما هو موضح في الجدول (4).

الجدول (4)

آراء الخبراء والمحكمين في مدى صلاحية وملائمة فقرات مقياس الروح الرياضية

الدلالة	قيمة مربع (كا ²)		عدد الخبراء		عدد الفقرات	ارقام الفقرات بالمقياس
	الجدولية	المحسوبة	غير الموافقين	الموافقين		
دال	3.84	15	صفر	15	15	1, 2, 3, 4, 9, 13, 18, 20, 21, 22, 29, 33, 34, 37, 38
دال	3.84	11,27	1	14	15	7, 8, 10, 11, 12, 16, 23, 24, 25, 26, 27, 32, 35, 36, 40
دال	3.84	8.07	2	13	8	5, 6, 15, 17, 19, 28, 31, 39,
دال	3.84	5.40	3	12	2	14,30

2_6 ثبات المقياس:

يعد الثبات من الخصائص القياسية الأساسية للمقياس النفسية مع اعتبار تقدم الصدق عليه، لان المقياس الصادق يعد ثابتاً، فيما قد لا يكون المقياس الثابت صادقاً، ويمكن القول بان كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة (الأمام واخرون، 1990، 143). ويوفر معامل الثبات كثيراً من المؤشرات الإحصائية



الخاصة بالصفة المدروسة والتي من خلالها يمكن الحكم على دقة المقياس الذي استعمل في القياس. ويقصد بالثبات ان تكون أدوات القياس على درجة عالية من الدقة والاتقان والاتساق فيما تزودنا به من بيانات عن سلوك المفحوص. (الجلبي، 2005، 113) ولحساب ثبات المقياس طبق على عينة مكونة من (8) لاعب ، اختبروا عشوائيا من لاعبي كلية التربية الاساسية وقد استخرج ثبات مقياس بالطريقتين التاليين :

2_6_1 طريقة إعادة الاختبار :

و طبق المقياس على عينة الثبات البالغة (8) لاعبا واعيد تطبيقه بعد مرور (15) يوما عن التطبيق الأول، وبعد الانتهاء من التطبيقين تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين ، فكان معامل الارتباط (0.88) وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا على استقرار المقياس .

2_6_2 طريقة الفاكرونباخ :

ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة (الفاكرونباخ) على درجات افراد عينة الثبات البالغ عددهم (8) لاعبا ، فكانت قيمة معامل ثبات المقياس (0.89) وهو مؤشر إضافي على ان معامل ثبات المقياس جيد.

2-7 التجربة الاستطلاعية لمقياس الروح الرياضية :

تم تطبيق مقياس الروح الرياضية على عينة مكونة من (6) لاعبين تم استبعادهم من العينة الرئيسية روعي فيها كل ظروف التجربة الرئيسية اذ قام الباحثان بالتأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته ومعرفة الوقت الذي تستغرقه الاجابة وقد اتضح من هذه التجربة ان المقياس وفقراته كانت واضحة ولا يوجد اي غموض بها وان وقت الاجابة على المقياس كان بين (18 – 20) دقيقة .

2-7-1 تصحيح المقياس مفتاح التصحيح لمقياس الروح الرياضية (الجنابي، 2010)

يتكون المقياس من (40) ويحتوي على (6) مجالات وهي (الالتزام التربوي تجاه الفريق (7) فقرات)، (احترام القوانين والاعراف الرياضية (7) فقرات)، (تبني المواقف الفعالة (6) فقرات)، (تنظيم الذات، ومجموع فقراته (7) فقرات)، (الاتزان الانفعالي (7) فقرات)، (التسامح الاجتماعي، (6) فقرات) تحتوي على البدائل الاتية (وافق بشدة، اوافق، لا ادري، لا اوافق، لا اوافق بشدة)، (تاخذ الاوزان الاتية) (5، 4، 3، 2، 1)، (للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس (200) درجة، المتوسط الفردي (120) درجة، وادنى درجة (40) درجة.

2-8 تنفيذ الاختبار البعدي :

تم توزيع مقياس الروح الرياضية (الجنابي، 2010) بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج الارشادي الانتقائي، لقياس مستوى التطور في الروح الرياضية للمجموعتين التجريبيية والضابطة . مراعين ظروف التجربة القبلية من حيث الزمان والمكان والايدي المساعدة .

2-9 الوسائل الإحصائية : (التكريري والعبدي ، 1999، 111)

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للعينات المرتبطة وغير المرتبطة. معامل الارتباط (بيرسون)، معامل الاختلاف، معامل الالتواء، النسبة المئوية

3. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج الهدف الاول ومناقشتها : اعداد برنامج ارشادي انتقائي في مجال تعزيز الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الاساسية في الالعاب الجماعية .

وقد تحقق هذا الهدف من خلال اعداد البرنامج الارشادي النفسي الانتقائي الذي تكون من اثني عشر جلسة غطت في مجملها مجالات الروح الرياضية الذي استقر عليها المقياس، اذا استوفى هذا البرنامج الشروط المتعارف عليها علمياً ، ويعد هذا البرنامج أحد أهم الأدوات المكتملة لتحقيق أهداف البحث الأخرى.



2-3 عرض نتائج الهدف الثاني وتحليلها ومناقشتها : معرفة فاعلية البرنامج الإرشادي الانتقائي على الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات كلية التربية الأساسية في الألعاب الجماعية . لغرض التعرف على اثر البرنامج الإرشادي النفسي الانتقائي على الروح الرياضية للاعبين بعض منتخبات الألعاب الجماعية للمجموعة التجريبية قام الباحثان بمقارنة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي باستخراج قيمة (t) الجدولية وجاءت النتائج كما في الجدول (5) .

الجدول (5)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق للروح الرياضية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار الروح الرياضية

دلالة الفروق	قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	الاختبارات				المجموعة
			البعدي		القبلي		
			ع±	س̄	ع±	س̄	
معنوية	2.07	2.71	8.53	136.34	10.31	112.57	الضابطة
معنوية	2.07	6.58	7.24	160.43	10.26	111.41	التجريبية

تبين من خلال الجدول (5) ان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة قد بلغ بالاختبار القبلي (112.57) وبانحراف معياري (10.31) بينما بلغ الوسط الحسابي بالاختبار البعدي بلغ (136.34) وبانحراف معياري (8.53) ولمعرفة قيمة الفروق بين الاختبارين تم استخدام الاختبار التائي وظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (2.71) بينما كانت القيمة التائية الجدولية (2.07) وهذا يدل على ان الفروق معنوية رغم ان المجموعة الضابطة لم تتدرب على البرنامج الإرشادي المقترح , وهذا مؤشر جيد على أن مدربي الفرق مهتمين بالروح الرياضية لفرقهم لما لها من دور ايجابي في تحسين النتائج واسعاد الجمهور والإدارة على حد سواء وهذا ما أكده المدرب بشكل عام بعد اطلاعه على النتائج بعد التحليل الاحصائي، وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكره (مصطفى حسين باهي وعادل محمد النشار، 1991) من ان اللاعب من خلال ممارسته للنشاط الرياضي يتعرض الى الكثير من المواقف سواء كان يتعلم مهارة جديدة أو يتدرب عليها، وأيضاً من خلال الاشتراك بالمنافسات والتي ينتج عنها مختلف الادراكات نحو نفسه ونحو الآخرين والتي قد تكون على الاغلب ايجابية وهذا ما يجعل اللاعب يبذل أقصى جهد ممكن بالأداء البدني ويعمل على السيطرة على مزاجه واعصابه أي الانضباط تجاه كل الحالات التي تحدث له في التدريب أو المنافسة لكي يكسب ود الحكم والمدرّب واللاعبين المنافسين والجمهور والإدارة وبالتالي تحقيق النجاح والتفوق وهذا ما يعرف بتنظيم الذات واطهار أكبر قدر من الاحترام للقوانين والاعراف الرياضية رغم انها لم تكن موجهة . (باهي و النشار، 1991، 2) اما فيما يتعلق بالمجموعة التجريبية فقد اظهر الجدول (5) ان الوسط الحسابي قد بلغ بالاختبار القبلي (111.41) وبانحراف معياري (10.26) في حين كان الوسط الحسابي بالاختبار البعدي (160.43) وبانحراف معياري (7.24) ولمعرفة قيمة الفروق بين الاختبارين تم استخدام الاختبار التائي وأظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (6.58) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (2.07) وبذلك كانت الفروق معنوية ويعود ذلك إلى دور المدرب واللاعب والنشاط الممارس كما هو الحال مع المجموعة الضابطة إلى جانب جلسات البرنامج الإرشادي وهي المتغير المستقل الوحيد الذي طرأ على هذه المجموعة إذ عُدَّ الإرشاد النفسي من ضروريات الحياة المعاصرة ، ومن أهم الحاجات الإنسانية على مستوى الفرد والجماعة والإرشاد اصبح عملية تربوية ومهنية متطورة لها قيم ومفاهيم محددة وأغراض واضحة ، واساليب مقننة تستجيب جميعاً للحاجات الإرشادية المطلوبة ، إذ قدمت جلسات البرنامج الإرشادي النفسي على ضوء استعدادات وقدرات اللاعبين وتوسعي إلى جعل المسترشد قادراً على توجيه ذاته وحياته بنفسه وتحديد أهدافه بالحياة وتحقيق مطالبه في ضوء معايير المجتمع , (محمود , 1998 , 36) , كما انه يساعد على تعلم اساليب جديدة للتعرف على سلوكيات أكثر فاعلية ليكونوا جديرين بالثقة



فهم بحاجة إلى زيادة السلوكيات المقبولة اجتماعياً والتقليل من السلوكيات غير المقبولة اجتماعياً وتعلم سلوكيات جديدة غير موجودة لديهم . (2006 , 5) . وأن تعديل السلوك هو الشكل الذي يوفر الوقت والجهد والمال من خلال تعديل السلوك غير المرغوب فيه ، اذ يركز على السلوك الظاهر القابل للملاحظة ويحدد اجراءات التعديل التي تناسب كل سلوك بشكل دقيق (2001 , 25) .

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق في اختبارات الروح الرياضية

دلالة الفروق	قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	الاختبارات البعدية				المتغيرات
			التجريبية		الضابطة		
			ع±	س	ع±	س	
معنوي	2.07	4.47	7.24	160.43	8.53	136.34	الروح الرياضية

من خلال الجدول (6) تبين ان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي للروح الرياضية قد بلغ (136.34) درجة وبانحراف معياري بلغ (8.53) في حين بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي (160.43) درجة وبانحراف معياري بلغ (7.24) ولمعرفة مدى الفروق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (t) وتبين ان القيمة المحسوبة بلغت (4.47) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية (2.07) وبذلك فإن الفروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث هذه الفروق إلى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي الذي يعد عنصراً مهماً وجوهرياً من العملية التربوية ومن الوسائل الضرورية في خلق جماعة يسودها جو من الألفة والمحبة والاحترام فضلاً عن قدرته في مساعدة الجماعة الإرشادية على التخلص من ما يواجهها من ازمات ومشكلات في جوانب الحياة اليومية التي أعدت لها جلسات البرنامج الإرشادي لمعالجتها وهذا يدل ان جلسات البرنامج الإرشادي التي صممت لمعالجة جميع محاور الروح الرياضية قد حققت الغايات التي وضعت من اجلها , ويرى الباحثان أن استمرار هذا الأثر في سلوك اللاعبين جاء من خلال النتائج التي اظهرتها الاختبارات والنتائج ويرى الباحثان هذا يرجع إلى أهمية الأفكار التي قدمت لهم في البرنامج وساعدتهم في إعادة تنظيم ادراكهم واستبصارهم بذواتهم وتصحيح أفكارهم وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (الجنابي , 2012) . (الجنابي , 2012 , 78)

4-الخاتمة

في ضوء نتائج البحث ومناقشتها في حدود عينة البحث استنتج الباحثان ما يأتي:

1. فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي الانتقائي في تحسين مستوى الروح الرياضية لدى منتخبات كلية التربية الاساسية بالألعاب الجماعية .
2. فاعلية مقياس الروح الرياضية الذي قام الباحثان باعتماده من خلال الاجراءات العلمية المتبعة في البحث العلمي التي دلت على قدرة المقياس في قياس الروح الرياضية لدى منتخبات كلية التربية الاساسية بالألعاب الجماعية .
3. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الروح الرياضية ولصالح الاختبار البعدي لدى المجموعة الضابطة .
4. وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الروح الرياضية ولصالح الاختبار البعدي لدى المجموعة التجريبية .
5. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين في الروح الرياضية ولصالح المجموعة التجريبية .

مما سبق وفي ضوء ما توصلت إليه الدراسة من استنتاجات يوصي الباحثان بالاتي:

1. تعميم نتائج الدراسة الحالية على منتخبات كلية التربية الاساسية بالألعاب الجماعية .



2. حث المدربين في كلية التربية الاساسية على الاهتمام بالأعداد النفسي للاعبين الالعب الجماعية خاصة في مجال الارشاد النفسي واعتماد البرنامج الحالي كدليل عمل لذلك.
3. امكانية الافادة من مقياس الروح الرياضية الذي اعتمده الباحثان في اجراء الدراسات المشابهة والمقارنة بين لاعبي الالعب الجماعية المختلفة .
4. حث المدربين والقائمين على النشاط الرياضي في كليات الجامعة على القاء محاضرات تثقيفية تدور حول مفهومي الارشاد النفسي والروح الرياضية وذلك لزيادة الوعي في مجال الصحة النفسية بحيث يتعرف اللاعبون على السمات الايجابية في شخصياتهم والمساهمة في تعزيزها وتنميتها.
5. ضرورة الاهتمام بوجود المرشد النفسي الرياضي وذلك للعمل بجانب المدرب الرياضي لإرشاد ومساعدة اللاعبين على تكوين صورة ايجابية واقعية عن انفسهم والالتزام بالقيم التربوية والروح الرياضية .
6. ضرورة تشجيع الروح الرياضية الايجابية من خلال ادراجها ضمن معايير التقييم للاعبين وكذلك رصد جوائز للسلوك الايجابي واللعب النظيف وفرض عقوبات رادعة ضد اللاعبين الذي ينافي سلوكهم هذه المعايير.
7. ضرورة اجراء دراسة العلاقة بين الروح الرياضية ومتغيرات نفسية اخرى .

المصادر

1. الامام وآخرون , مصطفى (1990) ، التقويم والقياس، دار الحكمة ، بغداد , العراق .
2. الإمام، مصطفى محمود وآخرون (1990): **التقويم والقياس**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
3. باهي والشار ، مصطفى حسين ، عادل محمد (1991) ، العلاقة بين مفهوم الذات وكل من الادراك ومستوى الطموح لدى الممارسين وغير الممارسين من طلاب تخصص التربية الرياضية، المؤتمر العلمي للياقة البدنية للصحة والدفاع والانتاج، كلية التربية الرياضية، جامعة الامارات العربية، المجلد الأول .
4. الجلي ، سوس شاكر (2005) ، اساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط1، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع، دمشق، سوريا .
5. الجنابي ، إيمان حسن (2007) ، بناء برنامج إرشادي لتنمية الإرادة لدى الأحداث في دور الدولة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، ابن رشد، جامعة بغداد .
6. الجنابي، سعد عباس(2012)، اثر برنامج ارشادي نفسي في تطوير الروح الرياضية والسلوك الاجتماعي لدى لاعبي الكرة الطائرة المتقدمين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
7. الحوري ، عكلة سليمان (2008) ، علم نفس التدريب الرياضي، ط1، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق .
8. الشهري عبد الله عواد , (2008) ، فعالية الارشاد الانتقائي في خفض سلوك العنف لدى المراهقين دراسة تجريبية، اطروحة دكتوراه منشورة، جامعة ام القرى، المملكة العربية السعودية .
9. العزة , سعيد حسن (2001) ، وجودة عزت، نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط2، دار النشر والتوزيع، عمان، الاردن. 1993.
10. فان دالين , ديو بولد (1984) : **مناهج البحث في التربية وعلم النفس العام** , ط3 , ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون , مكتبة الانلجو المصرية , القاهرة , مصر .
11. الفسفوس , حمد (2006) ، اساليب تعديل السلوك، السلسلة الارشادية، فلسطين .
12. فوزي، احمد أمين, (2008) **سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين**، ط1، دار الفكر العربي.



13. محمود , غازي صالح , (2006) ، علم النفس الرياضي، سيكولوجية التدريب والمنافسات في كرة القدم، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن .
14. الناهي , عصام محمد (2011) ، اثر استخدام برنامج ارشادي انتقالي مقترح للتلبية الحاجات الارشادية وتنمية تقديم الذات لدى ناشئ كرة السلة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق .
15. وديع ياسين وحسن العبيدي (1999) ، التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .
- 16.Vallerand, R, & Briere, N. m & Blanchard, C. & prevencher, (1997). **Bevelopment and validation of the Multidimensional sport serson ship or indentation scals**, Jourual of sport & Exercise psychology, vol.19.
- 17.Weinberg, R. S. and Gould, D, 1995 **Foundation of sport psychology Human kinetics**ill,.

ملحق (1)

مقياس الروح الرياضية (الجنابي , 2012)

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	لا أري	لا أوافق	لا أوافق بشدة
	أفضل الانتقال إلى أي فريق آخر يمنحني راتب أعلى.					
	أشعر بالإحباط أي حالة فشل.					
	استذكر كل توجيهات المدرب أثناء المنافسة.					
	أشعر بالطلاقة النفسية في التدريب والمنافسات.					
	أنفذ تعليمات المدرب بتلقائية.					
	في بداية أي لقاء التزم بمصافحة جميع لاعبي الفريق المنافس.					
	اعترف بجهود زملائي الذين سببوا بفوز الفريق.					
	أنسى واجباتي عند سماع كلمات نابية من الجمهور تجاهي.					
	أشعر بحالة نفسية سيئة لعدة أيام نتيجة أخطائي في المنافسة.					
	اتعاون بأقصى ما يمكن مع من يقل عني كفاءة.					
	إذا أصيب أحد لاعبي الفريق الخصم ابادر إلى إيقاف اللعب فوراً.					
	أعود بنفس الفاعلية إلى المباراة بعد الأوقات المستقطعة.					
	أشعر بالسعادة عندما يوجد شيء يدعوني للتحدي.					
	أؤمن بعبارة العفو عند المقدرة.					
	أراجع مستواي بعد أي نقد إيجابي من الآخرين.					
	أتحكم في انفعالاتي في الأوقات الحرجة من المنافسة.					
	أرفض مبدأ تبادل الأدوار مع الآخرين.					
	أستطيع ان انظم تفكيري بما يخدم الانجاز.					
	أرفض التنازل عن شارة الكابتن طالما هي حق لي.					
	ألتزم بتوقيعات التدريب فقد عند مناسبتها لبرنامجي اليومي.					
	أهني الفريق المنافس في حالة الفوز.					
	التأخر في النتيجة يجعلني أفقد التركيز.					
	أتنازل عن شارة الكابتن لأي لاعب إذا طلب المدرب ذلك.					
	أبتادل ملابس اللعب مع الفريق المنافس في نهاية المباراة.					
	أتسرع في اتخاذ قرارات ثم أندم عليها.					
	أشارك زملائي اللاعبين أفرأحهم وأحزانهم خارج الملعب.					
	أعبر عن فرحتي بتسجيل النقطة بطريقة تقلل من شأن المنافس.					
	أشارك في كل نشاط يظهر قوة الفريق.					
	فأرق المستوى لصالح المنافس لا يؤثر على ادائي الحقيقي.					
	تراودني احتمالات الإصابة كلما اقترب موعد المنافسة.					



ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	لا أوافق	لا أوافق بشدة
	فوزي بلقب أفضل لاعب بالمباراة أفضل عندي من فوز الفريق بنتيجة المباراة.					
	أي إساءة لي من المنافس أبادلها بإساءة مماثلة.					
	ارغب بتحطيم الاشياء من حولي عندما اكون غاضباً.					
	اشعر بعد الرضا عن علاقتي بالآخرين.					
	الخسارة تدفعني للتعويض في المباراة اللاحقة.					
	اعترض بشدة على القرارات الخاطئة للحكم.					
	أقف حائراً أمام متغيرات المنافسة غير المتوقعة.					
	عندما يسيء إلي أحد زملاء اعامله بالمثل.					
	انتقل من الفريق اذا هبط لدرجة ادنى.					
	يقبل اعتزازي بالفريق في حالة النتائج السيئة.					

ملحق (2) جزء من البرنامج

الجلسة الثالثة: (تنظيم الذات).

الوقت: (45 دقيقة).

الإجراءات التربوية والتنظيمية:

البدء بذكر الله سبحانه وتعالى (بسم الله الرحمن الرحيم).

- يبدأ المرشد بالترحيب بأفراد المجموعة ويشكرهم على الحضور والتزامهم بالحضور بالتوقيعات المحددة.
- مناقشة الواجب المنزلي ومقارنة الاجابات وتعزيز الاجابات الصحيحة والثناء عليها وتصويب الاجابات غير الدقيقة.

أهداف الجلسة:

- تعريف اعضاء المجموعة الإرشادية على ماهية تنظيم الذات وتعريفاتها.
- تمكين المسترشد من ادراك تأثير تنظيم الذات على حياته بشكل عام والرياضة بشكل خاص.
- تمكين المسترشد من بناء علاقة سليمة مع اعضاء المجموعة الإرشادية من خلال تنظيم الذات لجميع الاعضاء.
- التأكيد على مبدأ ان الجميع متساويين في القيمة الاعتبارية لهم وان الاكثر تنظيماً لذاته سيحضى باهتمام أكثر من باقي المجموعة.

الغيات المستخدمة:

- اسلوب المحاضرة، المناقشة الجماعية، النمذجة، التعزيز، لعب الأدوار، المذاكرة الذاتية، تقويم تنظيم الذات، الواجب المنزلي.

محتوى الجلسة وإجراءاتها:

- 1- الترحيب بأعضاء المجموعة وشكرهم على الاهتمام بالحضور والانتظام المتواصل بتطبيق مفردات البرنامج والاستفادة منه.
- 2- توزيع المرطبات والمياه والثلج على اعضاء المجموعة الإرشادية.
- 3- مراجعة الواجب المنزلي وتقديم التعزيز لإيجابيات الاجوبة والتغذية الراجعة لتحقيق اكبر قدر من الفائدة.
- 4- استعراض حالات تنظيم الذات التي مر بها اعضاء المجموعة الإرشادية من خلال الاجابة على التساؤل الآتي:
 - هل تنسى واجباتك داخل الساحة عند سماع كلمات موجهة لك من مدرسك بعد خطأ ترتكبه؟



- الى أي درجة تجد مستواك ثابتاً في المحاضرات العملية الثلاثة الاخيرة.
- هل تستطيع معالجة جميع المشكلات التي تعترضك ام تلجأ الى من تثق به لعلاج مشاكلك.
- 5- التأكيد على مبدأ (الوقت المستقطع = اعادة تنظيم الذات) ولا شيء غيره.
- 6- التشجيع على الاداء العملي حتى الدقيقة الاخيرة بروحية الفائز حتى لو كنت متأخراً بفارق كبير في النتيجة.
- 7- استعمال التدعيم الاجتماعي والمدح لتشجيع الاعضاء على تنظيم الذات، ورفض الفوضى في اللعب.
- 8- مناقشة افراد المجموعة عن مواقف ومشكلات تخص تنظيم الذات التي قد تعرض لها اعضاء من المجموعة خلال مسيرته الرياضية (بالمدسة، مركز الشباب، النادي) ومن خلال ذلك تؤكد على السلوك المرغوب والذي يقرره المجتمع.
- 9- لعب الدور: يطلب المرشد من متطوعين ثلاثة من المسترشدين لتمثيل دور المدرب والحكم واللاعب.
- 10- المثال: المدرب يوجه اللاعب واللاعب ينصت والحكم يصفر بانتهاء الوقت المستقطع ويتأخر اللاعب فينذره الحكم. ثم يعاد المشهد ويعود اللاعب بالوقت المناسب ويعطي الحكم الاشارة باللعب.
- 10- التنظيم الذاتي: يطلب المرشد من المسترشد ان يحدثوا انفسهم بصورة الحث والتوجيه الذاتي للنفس بعد تقسيم الطلاب الى فريقين واعطاء كل لاعب رقم (سوف اركز على الاداء العملي ولا انشغل بهتافات من حولي)، (وان اعتذر فور ارتكابي لأي خطأ) يؤدي التمرين والعينين مغمضتين.
- 11- تلخيص ما دار في الجلسة وتثبيت ما تم الاستفادة منه من معلومات ومعارف ومهارات ارشادية ومناقشة مدى الاستفادة من البرنامج.
- 12- تحديد موعد الجلسة القادمة وتوزيع استمارات تقييم الجلسات الإرشادية ثم شكر الأعضاء المشاركين.

الواجب المنزلي:

- كتابة ثلاث حالات استطعت ان تنظم ذاتك فيها خلال الدروس السابقة وثلاث حالات لم تستطيع تنظيم ذاتك فيها.

الجلسة الخامسة : الدافعية الايجابية (انجاز النجاح).

الوقت: (45 دقيقة).

الإجراءات التربوية والتنظيمية:

- البدء بذكر الله سبحانه وتعالى (بسم الله الرحمن الرحيم).
- يبدأ المرشد بالترحيب بأفراد المجموعة ويشكرهم على حضورهم والتزامهم بالمواعيد المقررة لتطبيق الجلسات الإرشادية.
- مناقشة الواجب المنزلي باستعراض الاجابات وفرز افضل الاجابات والثناء عليها وتعديل الاجابات الأقل مستوى.

أهداف الجلسة:

- تعريف اعضاء المجموعة الإرشادية بالدافعية الايجابية او ما يعرف بدافعية انجاز النجاح.
- تعريف اعضاء المجموعة الإرشادية بما يعرف بدافعية تجنب الفشل.
- المقارنة بين دافعية انجاز النجاح ودافعية تجنب الفشل على الصعيد الرياضي مع ذكر الامثلة على ذلك.



- التركيز على موضوع اللعب من أجل أفضل اداء وليس اللعب من اجل الفوز حتى لو كان على حساب الاداء.

الفنيات المستخدمة:

اسلوب المحاضرة، المناقشة الجماعية، التعزيز، التغذية الراجعة، لعب الأدوار، تقويم الدافعية الايجابية، الواجبات المنزلية.

محتوى الجلسة وإجراءاتها:

1- الترحيب بأعضاء المجموعة وشكرهم على اهتمامهم بالحضور والانتظام والتزامهم وحرصهم على الاستفادة من البرنامج.

2- يوزع الباحث المرطبات والمياه والحلوى على اعضاء المجموعة الإرشادية.

3- مراجعة الواجب المنزلي وتقديم التعزيز والتغذية الراجعة لتحقيق الفائدة.

4- تشجيع افراد المجموعة الإرشادية على التدريب الاضافي لتحسين المستوى.

5- لعب الدور، الطلب من اثنين من افراد المجموعة ان يمثلوا دور المدرب الأول يلعب من اجل انجاز النجاح والثاني يلعب من اجل تجنب الفشل وتعزيز الحالة الاولى واسقاط التجربة الثانية.

6- يطرح سؤال على المجموعة أيهما يلعب دوراً أكبر في الفوز، الحظ ام بذل الجهد؟ من خلال الاجابة (ندعم السلوك الثاني وهو بذل الجهد).

7- تشجيع المسترشد على القيام بالإجابة السريعة على الاسئلة الآتية:

- كم من الوقت تحتاج لكي تنسى اخطائك خلال المباراة.

- ما هو هدفك من ممارسة اللعبة، مادي ام معنوي ام كلاهما.

- أيهما تفضل الاداء المميز ام الفوز في المباراة.

8- التأكيد على مبدأ (اللعب بكامل القابلية ان لم يوصلك الى الفوز فهو يرضي المدرب و الادارة والجمهور).

9- التشجيع على نسيان مشاغل الحياة اليومية خلال اللعب وعدم التفكير بها خلال جو المنافسة.

10- تدريب اعضاء المجموعة على الاسترخاء العضلي والعقلي وتوعيتهم بأهميتها في اللحظات الحاسمة من المباراة.

11- تلخيص ما دار في الجلسة وتثبيت ما تم الاستفادة منه من معلومات ومهارات ومناقشة مدى الاستفادة من البرنامج.

12- تحديد موضوع الجلسة القادمة وتوزيع استمارة تقييم الجلسات الإرشادية ثم شكر الاعضاء المشاركين.

الواجب المنزلي:

- كتابة مقالة مختصرة يقارن فيها المسترشد بين دافع انجاز النجاح (الدافعية الايجابية) ودافع تجنب الفشل.