

رقم الترتيب:.....  
الرقم التسلسلي:.....

## جامعة قاصدي مرباح - ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم نشاطات التربية البدنية و الرياضية

شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة ماستر أكاديمي

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

بـعـنـوان :

علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف

الأصاغر (16-17 سنة)

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ لبعض ثانويات مدينة تقرت

إعداد الطالب:

• شويرف نبيل

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ:..... بالقاعة/المدرج:

أمام اللجنة المكونة من السادة:

رئيسا	- جامعة قاصدي مرباح ورقلة -	الأستاذ(ة): مجيدي محمد
مشرفا	- جامعة قاصدي مرباح ورقلة -	الأستاذ(ة): فضل قيس
ممتحنا	- جامعة قاصدي مرباح ورقلة -	الأستاذ(ة): برقوق عبد القادر

السنة الجامعية: 2020/2019م



رقم الترتيب:.....  
الرقم التسلسلي:.....

## جامعة قاصدي مرباح - ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم نشاطات التربية البدنية و الرياضية

شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة ماستر أكاديمي

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

بـعـنـوان :

علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف

الاصاغر (16-17 سنة)

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ لبعض ثانويات مدينة تقرت

إعداد الطالب:

• شويرف نبيل

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ:..... بالقاعة/المدرج:

أمام اللجنة المكونة من السادة:

الأستاذ(ة): - جامعة قاصدي مرباح ورقلة - رئيسا

الأستاذ(ة): فضل قيس - جامعة قاصدي مرباح ورقلة - مشرفا

الأستاذ(ة): - جامعة قاصدي مرباح ورقلة - ممتحنا

السنة الجامعية: 2020/2019م

# الإهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات هذه ثمرة من الجهد والاجتهاد  
اهدي هذا العمل المتواضع إلى منبع الحنان.....رمز العطف والمحبة إلى  
التي لن نوافيها حقها مهما قدمنا لها إلى من تقع الجنة تحت أقدامها  
وأمرنا الرحمان بطاعتها أُمي الغالية  
إلى رمز الفخر والاعتزاز...الذي شق لي درب الحياة من أجل راحتي،  
إلى الذي لن نرد له القليل مما منحنا، أبي العزيز.  
وإلى زوجتي وأولادي الأعتزاء وإلى كل الأهل والأقارب والأصدقاء  
وإلى جميع أصدقاء الدفعة كل واحد باسمه  
ونسأل الله أن يجعل هذا العمل المتواضع نبراسا لكل طالب علم.

نبيل

# شكر و عرفان

الحمد والشكر لله الواحد الأحد حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه ، على ما  
أنعم علينا من قوة وصبر والذي وفقنا بقضائه وقدره لإنهاء هذا العمل  
المتواضع كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف الدكتور  
"فضل قيس" الذي أشرف على عملي هذا وسهل لي الطريق في إنجاز هذه  
الدراسة، الذي لم يبخل بنصائحه القيمة، حيث وجهني حين الخطأ وشجعني  
حين الصواب فكان بذلك نعم المشرف ونعم الأستاذ.  
كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى التلاميذ الذين طبقت عليهم الدراسة وإلى كل  
المؤسسات التعليمية التي قدمت لي يد المساعدة وإلى الأساتذة الذين  
درسوني في معهد علوم وتقنيات ن ب ر بورقلة طيلة مرحلة الدراسة.  
ولا ننسى كل من قدم لنا يد العون من أساتذة وعمال وزملاء،  
وأصدقاء من قريب أو من بعيد فألف شكر  
لكل هؤلاء وجزاهم الله عنا كل خير.

## ملخص الدراسة:

### أ. باللغة العربية:

هدف الدراسة التعرف على التدفق النفسي وعلاقته بالأداء المهاري في كرة اليد صنف الأصغر (16-17 سنة)، حيث تكونت عينة الدراسة من (62) تلميذ وتلميذة ، موزعين على ثلاث ثانويات بمدينة تقرت من أصل عشر ثانويات، وتم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية:

1- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد صنف الأصغر (16-17 سنة)؛

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى أصغر كرة اليد (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري لدى أصغر كرة اليد (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس. وتم تفسير النتائج المتحصل عليها بناء على الدراسات السابقة وكذا الجانب النظري في الموضوع. وختمت الدراسة باستنتاج عام وبعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، الأداء المهاري، كرة اليد.

### ب. باللغة الانجليزية:

The aim of the study is to identify the psychological flow and its relationship to skill performance in handball class junior (16-17).

The study sample consisted of (62) male and female students, distributed among three secondary schools in a Touggourt city that was established out of ten secondary schools, and the descriptive approach was used to suit the study nature .The current study has reached the following results:

1- There is no statistically significant relationship between psychological flow and skill performance in the handball category of the youngest (16-17 years);

2- There were no statistically significant differences in the psychological flow among the youngest handball (16-17 years) due to the gender variable.

3- There are statistically significant differences in the skill performance of the youngest handball (16-17 years) due to the gender variable.

The results obtained were interpreted based on previous studies, as well as the theoretical aspect of the topic.

The study concluded with a general conclusion and some recommendations and proposals.

**Key words: Psychological flow, Skill performance, Handball.**

## فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
I	الإهداء
II	الشكر
III	الملخص
IV	فهرس المحتويات
V	قائمة الجداول
VI	قائمة الأشكال
أ	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: مدخل الدراسة	
3	1- إشكالية الدراسة
5	2- حدود مشكلة الدراسة
5	3- فرضيات الدراسة
6	4- أهمية الدراسة
6	5- أهداف الدراسة
7	6- مصطلحات ومفاهيم الدراسة
8	7- الدراسة النظرية
الفصل الثاني: عرض وتعقيب للدراسات السابقة	
17	1- عرض الدراسات السابقة
21	2- تعقيب للدراسات السابقة
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: طرق ومنهجية الدراسة	
25	تمهيد
25	1- منهج الدراسة
25	2- الدراسة الاستطلاعية
26	3- مجتمع الدراسة

27	4- عينة الدراسة
27	5- حدود الدراسة
28	6- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية
36	7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
36	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
38	1- عرض نتائج الدراسة وتحليلها
40	2- مناقشة وتفسير النتائج حسب الفرضيات
43	3- أهم الاستخلاصات
43	4- التوصيات والمقترحات
45	خاتمة
/	المراجع
/	الملاحق



## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
26	يبين توزيع الثانويات وعدد أفراد المجتمع حسب متغير الجنس ببلديات تقرت	(01)
27	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس	(02)
30	يوضح صدق المقارنة الطرفية للاستبانة	(03)
31	يمثل معامل الثبات جاتمان لمقياس التدفق النفسي	(04)
32	يمثل معامل الثبات ألفا ( $\alpha$ كرونباخ) لمقياس التدفق النفسي	(05)
35	يوضح صدق المقارنة الطرفية للاستبانة	(06)
38	يبين العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصاغر (16-17 سنة)	(07)
38	يوضح نتائج اختبار (ت) ويبين الفروق بين الجنسين في مقياس التدفق النفسي	(08)
39	يوضح نتائج اختبار (ت) ويبين فروق بين الجنسين في الأداء المهاري	(09)

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
33	يوضح مهارة التمير والاستلام على الحائط	(01)
33	يوضح مهارة التنطيط المتعرج (15م)	(02)
34	يوضح مهارة التصويب من القفز	(03)

# مقدمة

يدين علم النفس لعالم النفس الأمريكي مارتن سليجمان (Martin Seligman) الذي تبني حركة علم النفس الإيجابي (Positive Psychology)، بالإضافة إلى مجموعة أخرى من علماء النفس ممن كان لديهم تحفظات كثيرة على علم النفس بفروعه التقليدية الغارقة في التركيز على جوانب القصور والضعف في الشخصية الإنسانية؛ بتبني المنظور الباثولوجي لإدخال علم النفس الإيجابي ضمن فروع علم النفس المعتمدة.

(حمزة وآخرون، 2016، ص195)

ويعد التدفق النفسي أحد المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي، والتي تهدف إلى تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد، وتمثل ظاهرة إيجابية باعتبارها خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه أثناء إعمال التدبر والتفكير في حل بعض المشكلات، فيذوب الفرد في تنفيذ المهام والأعمال المرتبطة بهذه المشكلات، مقترنا بحالة من النشوة والابتهاج، ويعاين من خلالها بهجة الحياة ويكتشف معناها، وتصبح حياته هادفة وجديرة بأن تعاش.

(غريب، 2015، ص295)

يعد التدفق النفسي من المفاهيم النفسية الحديثة، وقد بدأت فكرة البحث في سلوك التدفق النفسي على يد ميهالي (Mihalyi) في نهاية الثمانينات من القرن العشرين، حينما لاحظ أن الناس أثناء ممارستهم لأنشطتهم وأعمالهم التي يمثل النشاط فيها هدفا في حد ذاته كالفنانين والرسامين ولاعب الكرة ومتسلقي الجبال، حيث يشعر القائم بتلك الأنشطة بالمتعة والسرور، فهو يقضي وقتا طويلا في هذه الأنشطة دون أن يشعر بمرور الوقت، عندئذ يوصف بأنه يمر بحالة تدفق. (البهاص، 2010، ص122)

بينما يرى جولمان (Gloman) أن العناصر الأساسية لخبرة التدفق النفسي هي:

— ذوبان المرء في أفعاله أثناء قيامه بالمهمة التي يؤديها.

— تركيز الانتباه في اندماج واضح في التعامل مع المهمة أو أداء العمل دون انتظار المكافأة.

— نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط.

— مستوى مناسب من المهارات بما يتناسب مع المطالب البيئية.

ويترب على الشعور بالتدفق النفسي آثارا إيجابية منها: خفض الشعور بالخوف والقلق والملل وتقوية الثقة

بالنفس والاستقلالية، وينمي التخيل العقلي والتفكير الإبداعي، كما ينمي مستوى الطموح والدافعية للإنجاز

وتحمل المسؤولية والاندماج في الأداء. (بلبقة، 2018، ص25)

ويرى الباحث أن مفهوم التدفق النفسي مرتبط بأنشطة الحياة اليومية سواء كان في العمل أم المنزل، أو الأنشطة التي يمارسها الفرد في أوقات فراغه كقراءة كتاب يستمتع بقراءته، أو قصة مسليه، أو ممارسة رياضته المفضلة، أو التنزه في الحديقة العامة، أو ممارسة البحث العلمي، أو الاندماج في الأنشطة المدرسية والمجتمعية الدينية المختلفة، بحيث يستغرق الفرد في المهمة أو العمل استغراقا تاما، ينسى به نفسه والوسط المحيط به، والزمن، وكأن به حالة من غياب للوعي ما عدا النشاط أو المهمة أو العمل الذي يقوم به.

وتمتاز لعبة كرة اليد في أنها تحتم على اللاعب الحركة المستمرة في الملعب وذلك لتنوع فعاليتها الهجومية والدفاعية وان هذه الحركة تلقي عبئا كبيرا على الأجهزة العضوية الداخلية لجسم اللاعب إذ أن مستوى الأداء المهاري هو ركيزة أساسية للأداء الخططي تعتمد عليه لعبة كرة اليد، وان تعدد المهارات وأشكالها المختلفة وطبيعة المنافسة وكثرة المتغيرات في أثناء الأداء المهاري في لعبة كرة اليد جعلها أرضا خصبة لتنفيذ أساليب تدريب عديدة لتطوير المهارات الأساسية لأي لعبة من الألعاب لكونها الركيزة القوية التي تبنى عليها اللعبة، والمهارات الأساسية تعد من العوامل المهمة والضرورية لرفع مستوى اللاعب فهي "كل الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وبحسب الظروف التي تتطلبها اللعبة لغرض الوصول إلى النتائج الايجابية والاقتصادية في الجهود وتأخر حالة التعب. (الجميل، 1997، ص 29)

من هذا المنطلق ومن خلال تجربة الطالب المتواضعة كلاعب ومدرب، وإدراكه لوجود قصور في فهم التدفق النفسي لدى لاعبي كرة اليد صنف الأصاغر بالشكل الذي ينعكس على أدائهم وإنجازاتهم، فقد تبلورت فكرة دراسة العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد صنف الأصاغر، حيث تأتي أهمية هذه الدراسة لدى هذه الفئة من أهمية تلك المرحلة (المراهقة) التي تحدث فيها تغيرات كثيرة، حيث يصير مفهوم التدفق النفسي ذا وزن واضح في علاقته بالأداء المهاري، وإن هؤلاء اللاعبين هم لاعبي ومدربي المستقبل وقادته، لذا وجب الاهتمام بهم لنضمن حسن قيامهم بأدوارهم الاجتماعية والنفسية كلاعبين، مدربين، ومسؤولين عن الرياضة ومواطنين بصفة عامة.

ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي بحثت التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد في بعض الدول العربية والأجنبية، يمكن ملاحظة أن جميع الدراسات قد تناولت أحد المتغيرين: التدفق النفسي أو الأداء المهاري، ولا توجد دراسة واحدة تناولت المتغيرين معا، وبما أن موضوع التدفق النفسي وعلاقته بالأداء المهاري في كرة اليد -على حد علم الطالب- لم يتم تناوله في الجزائر أو الوطن العربي، لذلك جاءت هذه الدراسة لتضيف شيئا في هذا المجال.

وقد تم إجراء هذه الدراسة لمحاولة البحث عن العلاقة التي تربط التدفق النفسي بالأداء المهاري لكرة اليد صنف الأصاغر (16-17 سنة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي لبعض ثانويات مدينة تفرت.

وقد اشتملت الدراسة على جانبين: الجانب الأول النظري: ويشمل فصلين الأول به مدخل للدراسة (التعريف بالبحث) الإشكالية، الأهداف، الفروض، أهمية البحث، مصطلحات ومفاهيم الدراسة، وأهم النظريات المفسرة والتي تناولت متغيرات الدراسة. أما الفصل الثاني المعنون بالدراسة المرتبطة (عرض وتحليل ونقد الدراسات السابقة). والجانب الثاني التطبيقي: ويشمل هو الآخر على فصلين، الفصل الثالث والمعنون بطرق ومنهجية الدراسة (المنهج، الدراسة الاستطلاعية، العينة، حدود الدراسة أدوات جمع البيانات، أساليب التحليل الإحصائي) والفصل الرابع به عرض مناقشة وتحليل النتائج وختم البحث بأهم الاستخلاصات وتقديم بعض التوصيات والمقترحات.

# الجانِب النظري

## الفصل الأول: مدخل الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- حدود مشكلة الدراسة
- 3- فرضيات الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- أهداف الدراسة
- 6- مصطلحات ومفاهيم الدراسة
- 7- الدراسة النظرية

### 1- إشكالية الدراسة:

إن التدفق النفسي حالة نفسية داخلية تجعل اللاعب الرياضي يشعر بالتوحد مع ممارسة الرياضة وبالتركيز التام فيما يقوم به من أداء، والاندفاع بجموية نحو الممارسة الرياضية مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة، كما يعتبر تدفق الخبرات الانفعالية الايجابية للرياضيين حالة نفسية سارة تناسب فيها المشاعر الوجدانية وتؤدي إلى مستوى أمثل للإثارة والتي يطمح إليها اللاعب الرياضي لتحسين وتجويد أدائه أثناء عمليات التدريب والمنافسة الرياضية، كما تتباين درجاتها ومستوياتها تبعاً لما يمثله هذا النشاط من المتعة بدرجات مختلفة، حيث أن الشعور بالاستمتاع الناتج عن الخبرات الانفعالية الايجابية المتدفقة التي يمر بها اللاعب الرياضي من خلال عمليات التدريب والمنافسة حالة يسعى اللاعب الرياضي للوصول إليها ويتمنى استمرارها ويعمل على تكرارها، حيث إن شعور الرياضي بتحدي مهام الأداء متطلبات الأداء لقدراته يجعله يشعر بالاستمتاع والرضا والحماس لبذل أقصى جهد وتحقيق أفضل أداء ممكن. (محمد فاضل، مجلة الأمن والحياة، العدد402، ص143)

وهذا ما أشار إليه عالم النفس المجري كسيكزيتنا ميهالي بأنها: (حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الاستغراق المطلق، في هذا الشعور الرائع بتملكك لمقالييد الحاضر وأدائك وأنت في قمة قدراتك). وتظهر هذه الحالة من الأداء الأمثل فيما يطلق عليه في علم النفس الايجابي (حالة التدفق النفسي Psychological Flow State) والتي تعني: استغراق الإنسان بكامل منظومات شخصيته في مهمة تدوب فيها هذه الشخصية، دون افتقاد للوجهة والمسار، مع إسقاط للوقت من الحسابات، بمعنى تظل فعاليات من يتعايش مع خبرة حالة التدفق سارية وممتدة إلى أن يتم إنجاز المهمة مهما طالت المدة الزمنية.

(أبو حلاوة، 2013، ص06)

ويعد مفهوم حالة التدفق النفسي للرياضيين من المفاهيم السيكولوجية ذات المضامين الايجابية، التي ربما يفضي تقديمها وتحليلها وتبين أبعادها وطرق رصدتها وقياسها في المجال الرياضي إلى تنشيط الاهتمام البحثي بالقضايا ذات العلاقة بحركة علم نفس الرياضة الايجابي لتأسيس وإقرار ما يصح تسميته بالتمكين السلوكي للشخصية الرياضية بالتركيز على الجوانب الايجابية الخاصة بخبرة حالة التدفق التي تقتضي القدرة على مواجهة الضغوط النفسية في التدريب والمنافسات الرياضية وتقبل مصاعبها واعتبارها تحديات جديدة بأن تستنهض همهة المواجهة واغتنامها كفرص أصيلة للتعلم ولتجويد وتحسين الأداء في النشاط البدني والرياضة ليرتقي في مسار: التميز، ثم الإتقان. (محمد فاضل، مجلة الأمن والحياة، العدد402، ص143)

وقد حدد كسيكزيتتا ميهالي (1990) مكونات تلك الخبرة في تسع نقاط أساسية تضمن حدوثها في إطارها السليم الفعال وهي: وضوح الأهداف - الاندماج والتركيز - فقدان الإحساس والوعي بالذات - تشوّه الإحساس بالوقت - تغذية راجعة فورية - التوازن بين التحدي والقدرة - الإحساس بالقدرة على ضبط الوقت والنشاط - الإثابة الذاتية الداخلية - حصر الوعي في النشاط.

فحالة التدفق ليست منحصرة في مجال دون آخر، فهي تعم جميع مجالات الحياة.

وهذا ما تناولته العديد من الأبحاث والدراسات مثل دراسة (محمود، 2016) الذي أشار إلى وجود شرطين للدخول في حالة التدفق وهما: إيجاد تحديات مدركة، أو فرص لأداء نشاط يتناسب مع المهارات والقدرات التي يمتلكها الفرد، بحيث يكون التحدي متناسبا مع قدرات الفرد، فلا يتجاوز هذا التحدي المدرك قدرات الفرد، ولا تتجاوز قدرات الفرد ذلك التحدي الذي يقوم بأدائه، بينما الشرط الثاني هو تحديد هدف واضح قابل للتحقيق في ضوء قدرات ومهارات الفرد مع وجود تغذية راجعة فورية عما يحققه الفرد من تقدم يقربه من الهدف فيتضح دور التغذية الراجعة في تنبيه الفرد إلى ما قد ينتابه من قلق أو ملل من أجل تعديل مستوى المهارة أو مستوى التحدي أو كليهما، حتى يتمكن الرياضي من الخروج من حالة النفور والعودة مرة أخرى إلى حالة التدفق.

وكذلك دراسة (كريسيان، 2007) التي هدفت إلى تقييم حالة التدفق النفسي في بيئة المباراة وتكونت عينة الدراسة من (221 لاعب) وتوصلت النتائج إلى أن التدفق النفسي والأداء الأمثل يرتبط كل منهما بالمكونات التسع للتدفق التي حددها ميهالي وكذلك اللاعب ممكن أن يصل إلى حالة التدفق إذا كانت تحدياته المدركة تتوافق مع مهاراته المدركة. (حمزة واخرون، 2016، العدد 18، ص121)

وهو ما يوضح العلاقة الوطيدة بين التدفق النفسي والسمات الشخصية المختلفة، وهذا ما اعتبره دانييل جولمان على أنه أحسن حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات الايجابية المليئة بالطاقة والحيوية. (معمرية، 2012، ص134)

إذ يشير المصطلح حسب رأيه إلى استغراق الإنسان في مهمة ما حتى ذروة ودرجة الامتياز فيها ويستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود كالشلال المتدفق، فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق فإن ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الايجابي المليء بالطاقة التي تعني الرياضي الإصابة بالملل والاكتئاب والقلق.

(جولمان، 2000، ص134)

لا شك أن التقدم الملموس في عالم الرياضة في الأعوام الأخيرة لم يأت جزافا بل اعتمد أولا وأخيرا على الأسس العلمية التي هي وليدة التجارب العديدة والخاصة بإتباع العوامل التي تسهم بشكل أو بآخر في رفع



المستويات الرياضية ولقد تطلب ذلك تتبع تلك العوامل المؤثرة على مستوى الأداء حتى يتمكن من مواكبة التقدم وتحقيق المستويات العليا، وقد لا نغالي عندما نقول: أن كرة اليد من الألعاب الجماعية التي لها طابع مميز تنفرد به، ومنه الروعة بالأداء والتميز بالإنجاز فضلا عن الإثارة والتشويق، وتمتاز هذه اللعبة في أنها تحتم على اللاعب الحركة المستمرة في الملعب وذلك لتنوع فعاليتها الهجومية والدفاعية إذ أن مستوى الأداء المهاري هو ركيزة أساسية للأداء الخططي تعتمد عليه لعبة كرة اليد. ولا بد للمدربين معرفة الأسباب التي أدت إلى عدم تمكن اللاعبين من الارتقاء بمستوى الأداء المهاري بصورة جيدة وبكفاءة عالية، فاللاعب الذي تم إعداده بدنيا ولم يعد مهاريا لا يمكن استغلال إمكانياته البدنية كالقوة والسرعة دون السيطرة على الكرة خلال حركته. (عارف وإسماعيل، 1989، ص60)

إذن فمحاولة معرفة علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر

(16-17 سنة) ببعض ثانويات مدينة تقرت هو ما تسعى الدراسة الحالية للكشف عنه، من خلال طرح

التساؤلات التالية:

### التساؤل العام:

هل توجد علاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد صنف الأصغر (16-17 سنة)؟

### التساؤلات الفرعية:

1) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى لاعبي كرة اليد صنف الأصغر

(16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس؟

2) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء المهاري لكرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر

(16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس؟

### 2- حدود مشكلة الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على ثلاث مؤسسات للتعليم الثانوي بمدينة تقرت والمتكونة من (ثانوية أبي بكر بلقايد النزلة و ثانوية الأمير عبد القادر تقرت و ثانوية بخاري عبد المالك النزلة)؛ واقتصرت على لاعبين ولاعبات المنتخب المدرسية في كرة اليد لهذه الثانويات صنف الأصغر والصغريات (16-17 سنة) للموسم الدراسي (2019-2020).

### 3- فرضيات الدراسة:

تتضمن الدراسة الحالية ثلاث فرضيات وهي كالتالي:

الفرضية العامة :

1) توجد علاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري لكرة اليد لدى لاعبي الأصغر (16-17 سنة)؛

الفرضيات الجزئية:

2) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى لاعبي كرة اليد صنف الأصغر (16-17 سنة)

تعزى لمتغير الجنس؛

3) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري لكرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة)

تعزى لمتغير الجنس.

### 4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية على غرار أية دراسة أخرى بما يلي:

- محاولة تطبيق خلاصة بحوث علم النفس الايجابي في المجال الرياضي بغية الرقي به وذلك من خلال تقديم أداء متميز؛
- إنها دراسة من الدراسات القليلة على حد علم الطالب التي تطرقت إلى التعرف على علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر ببعض ثانويات مدينة تفرت؛
- معرفة أهمية متغير التدفق النفسي والذي يعتبر جانب من جوانب القوة في نفسية الرياضي، وذلك بالتركيز عليه للتغلب على الضغوطات التي تؤدي بالرياضي إلى الاضطرابات النفسية؛
- تقديم خلفية نظرية عن متغيرات الدراسة (التدفق النفسي - الأداء المهاري في كرة اليد)؛
- معرفة أهمية الإعداد النفسي للمنافسات في الإسهام للوصول إلى حالة الوعي البديل والتي يصل فيها الأداء إلى المثالية.

### 5- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة ما يلي:

- طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة)؛

— مدى دلالة الاختلاف في درجة التدفق النفسي لدى لاعبي كرة اليد صنف الأصاغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس؛

— مدى دلالة الاختلاف في درجة الأداء المهاري لكرة اليد صنف الأصاغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس.

### 6- مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

#### 6-1 التدفق النفسي: عرف التدفق النفسي كل من:

- تشكزينتيميهالي (1957): هو شعور الأفراد عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها. (Csikszentmihalyi, 1957, p36)
- أبو حلاوة (2013): يعني حالة فناء الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها فناء تاما ينسى به ذاته والزمن والآخرين، ليتجه باتجاه المثابرة ليصل في النهاية الأمر إلى إبداع إنساني من نوع فريد. قد تم تبني هذا التعريف الأخير تعريفا نظريا للتدفق النفسي. (ص08)

#### ❖ التعريف الإجرائي للتدفق النفسي:

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الرياضي على مقياس التدفق النفسي جاكسون ومارش (2006) والذي تم تعريبه من طرف الباحثة بن الشيخ (2015) والمستخدم في الدراسة الحالية.

#### 6-2 مفهوم المهارة: (Skill)

هي الأداء المتقن والتميز في إنجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق. وتشمل جميع مجالات الحياة، والمهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له، ويرجع ذلك (محمد حسن علاوي محمد نصر الدين رضوان)، إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء، أي إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد ومستويات الجماعة. ويستدلان على ذلك برأي (سنجر، Singer)، الذي يرى انه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقا لنوعين من المستويات هما: المستوى النسبي والمستوى المطلق فالنسبي حسب رأيه هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملاءه في نفس النشاط، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقويم توضع في شكل هرمي، تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها.

والمهارة هي نتيجة للتعلم حيث يقول (جيثري، Guthrie) هي قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها. (علاوي، رضوان، 1987، ص20)

كما يرى (كتاب، Knappe) أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر عن المخ، وتشتمل المهارة كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها، شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة. كخلاصة لجميع هذه التعريفات يمكن القول بأن المهارة هي قدرة الفرد على أداء أو إنجاز عمل أو واجب محدد، ينتج عن عملية التوافق بين العوامل الوجدانية والبنائية، بحيث تضمن الإتقان وباقتصاد في الجهد والوقت. (علاوي، رضوان، 1987، ص21)

### 6-3 الأداء المهاري:

كافة العمليات التي تبدأ بتعليم المهارات الحركية، وتهدف إلى وصولهم فيها لأعلى درجة أو رتبة بحيث تؤدي بأعلى المواصفات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية بما تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد.

### 6-4 كرة اليد:

هي لعبة من الألعاب الرياضية الجماعية تجرى بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وتسعة احتياطيين، تتصف بالسرعة في الأداء والتنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين ولها قواعد وقوانين ثابتة. (عمد الحميد وحسانين، 1980، ص218)

### ❖ التعريف الإجرائي للأداء المهاري في كرة اليد:

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الرياضي من بطارية الاختبارات المهارية المصممة من طرف الطالب والمستخدم في الدراسة الحالية.

### 7- الدراسة النظرية:

#### 7-1 التدفق النفسي:

### ❖ أصل مصطلح التدفق النفسي:

وضعت نظرية التدفق النفسي عام (1975) من قبل كسيكسزنتاميهالي Csikszentmihalyi عندما أراد دراسة مفهوم الإبداع لدى الفنانين والرياضيين في محاولة اكتشاف دوافع هؤلاء المحترفين لهذا العمل الذي يتطلب تضحيات كبيرة جسدياً ونفسياً، تبين أن جميع هؤلاء الأفراد قد وصفوا مراراً وتكراراً ما أسماه «flow» أي «التدفق»، والذي يثير حالة نفسية من المتعة عندما يكون تحدي الموقف مطابقاً لقدراتهم أو أعلى قليلاً من

المهارات التي يعتقدون إنهم يملكونها. وقد ورد على لسان هؤلاء المحترفين عبارة "go with flow" " يذهب مع التيار" لوصف هذه الحالة من الرفاهية النفسية وكأنهم عاشوا حالة جريان وانسياب مع تيار الماء.

(Csikszentmihalyi, 2008, p22)

وقد قضى كسيكسزنتا ميهالي أكثر من عشرين سنة في إجراء بحوث ميدانية عن طريق تقنيات قياس تواتر الخبرة (مدى تكرار حدوث الخبرة المثلى)، وذلك من أجل الحصول على الوصف الدقيق للحالة التي عاشها هؤلاء الناس.

وقد كشفت التقارير التي تحصل عليها أنها عبارة عن خبرة مرضية جدا، تميزت بقدر كبير من التركيز يرقى إلى مستوى الاستغراق التام في النشاط تحدث لديهم من فترة لأخرى، مع فقدان الوعي بالذات، وبلوغهم ذروة الأداء (Optimal experience)، إضافة إلى ذلك تشوه إدراك الزمن واختفاء لكل المشاكل الانفعالية لديه، والإحساس بالمتعة العالية، رغم كونهم واجهوا تحديات صعبة. (Csikszentmihalyi, 1990)

### ❖ الإطار النظري للدراسة:

#### ◀ وجهة نظر ميهالي:

يرى ميهالي أن الأفراد من مختلف الجنسيات والاهتمامات يقرون باندماجهم في أنشطة بطريقة، ويحدث التدفق عندما يصبح الفرد مستغرق تماما في نشاط يفقد معه الإحساس بالذات وبالوقت أيضا. (أبو حلاوة، 2013، ص15) ويحدث التدفق النفسي لدى الكثير من الأشخاص حتى أولئك الذين يمارسون أنشطة دون مقابل، إذ يكون النشاط الممارس هدفا في حد ذاته ويشعر الفرد بالمتعة والسرور. يعتقد "ميهالي" إن الفرد يصل إلى حالة التدفق النفسي عندما يؤدي الأنشطة المثالية والتي تتحرك خارج إطار القيود والتحديات مع سيطرة الفرد على مهاراته التي تحرره من البلادة النفسية والسلوكية، وهو يتكون أي التدفق النفسي من كافة القدرات والمواهب التي يستعملها الفرد لمواجهة التحديات التي تواجه الحياة، وأن الاشتغال بالإنجازات يعد المكافأة العادية في الحياة المنتجة، والانشغال بالحياة المنتجة التي تتدفق إنجازاتها لا يتولد عنها السرور والمتعة والشعور باللذة فقط ولكنها بالضرورة يتولد عنها الشعور بالرضا والسعادة وتحقيق الذات وتحقيق السمو وضبط الذات. كما يرى إن تدفق نشاط القدرات والمواهب ما هو إلا خبرة مرتبطة بما تنتجه هذه القدرات والإمكانات مما يجعل الفرد قادرا على مواجهة التحديات عمليا. (العبيدي، المؤتمر العلمي 4، 2016، ص201)

وفي هذا الصدد أشارت (ديان روف شتاينروتر) التي أحرزت الميدالية الذهبية في التزلج في أولمبياد 1994 إلى وصف حالتها بعد نهاية سباقها فائلة: (لم أتذكر شيئاً في تلك اللحظة، إلا أنني مغمورة من الاسترخاء، شعرت أنني شلال يتدفق). وقد وصف ميهالي حالة التدفق كونها منطقة شعورية تقع ما بين الملل والقلق. (زكي، النواب، العدد 28، الجزء الثاني)

ويرى (ميهالي، 1990) Csikszentmihalyi Mihalyi أن التدفق النفسي يتكون من تسع نقاط وهي: وضوح الأهداف - الاندماج - التركيز - فقدان الإحساس والوعي بالذات - تشوه الإحساس بالوقت - تغذية راجعة - توازن بين القدرة والتحدي - الإحساس بالقدرة على ضبط النشاط - الإثابة الداخلية وحصر الوعي في النشاط.

### ◀ وجهة نظر مارتن سليجمان:

يرى "سليجمان" أن خبرة التدفق النفسي تدور حول ما اسماه بقضية المعنى وله ثلاثة مستويات هي:

أ- الحياة السارة أو المبهجة والتي تتضمن انفعالات ايجابية كبيرة؛

ب- الانغماس أو الاندماج في الحياة التي تستغرق طاقات ونشاطات الإنسان؛

ج- الحياة ذات المعنى أو الدلالة والقيمة. ويعتقد "سليجمان" إن الاندماج في الحياة مماثل لمفهوم التدفق والخبرة المثالية لدى "ميهالي" كما يرى أنه أقل أهمية من السعادة التي يتحصل عليها الإنسان من الأنشطة الهادفة ذات المعنى، كما يرى "سليجمان" أن وجود شعور ايجابي كالمتعة والنشوة أو أي نوع من أنواع الوعي هو جوهر التدفق. كما يعتقد سليجمان أن هناك فرق بين المتعة والإشباع الذي مصدره التدفق فعندما نمارس المتعة (كتناول الطعام أو الاستماع إلى الموسيقى) نعيش خبرات سارة ممتعة لكنها لا تبني شيئاً للمستقبل ولا تحدث التغيير ولا شيء يتراكم عنها، إنها قوة محدودة تجعلنا نرغب في تلبية حاجاتنا الحالية وتحقيق الراحة والاسترخاء، أما عندما يتم استغراقنا في حالة التدفق فنحن نستثمر ونبني ثروة نفسية للمستقبل، لذا عد "سليجمان" المتعة علامة على تحقيق الإشباع البيولوجي بينما الإشباع علامة على تحقق النمو النفسي وأن التخلص من المتعة سهلة والاستغراق في المزيد من الاشباع يعد عملاً صعباً، فالاشباعات تنتج التدفق لكنها تتطلب مهارة وجهداً وقد تواجه عائقاً وتحديات لذا فهي معرضة للفشل في حين أن المتعة لا تتطلب جهداً ولا مهارة لذا فهي غير معرضة للفشل. (سليجمان، 2002، ص 119) ويعتقد سليجمان أن التدفق يتحقق عندما تتناسب التحديات سواء الكبيرة منها أو البسيطة

جيدا مع القدرات، وركز "سليجمان" على أهمية العمل على اعتباره الوقت المثالي لحدوث التدفق النفسي لأنه على خلاف وقت الفراغ يبني كثيرا من ظروف التدفق في داخل العمل ومجد ذاته، إذا أن في العمل عادة ما تكون هناك أهداف وقواعد وأداء واضح وهو ما يشجع على التركيز ويقلل من التشتت إلى الحد الأدنى.

(بن الشيخ، 2015، ص4)

### ◀ وجهة نظر دانييل جولمان:

يرى "دانييل جولمان" إن التدفق هو أحسن حالات الذكاء الوجداني، لأنه يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تحدم الأداء والتعلم فإذا استطاع الشخص دخول منطقة التدفق فإن انفعالاته وعواطفه تنساب فإتجاه معين وتكون انفعالات ايجابية مليئة بالطاقة والحيوية منتظمة مع ما يجري من نشاط راهن وإذا تملك الفرد الملل أو الاكتئاب فإن ذلك يحول دون الوصول إلى حالة التدفق. ويرى أن تركيز الانتباه على العمل الجاري هو جوهر التدفق وعلى الرغم من أن التدفق يتطلب جهدا كبيرا وحالة من التركيز العالي لبدء العمل إلا أن الانتباه هنا يكون ذو نوعية مسترخية على الرغم من شدة التركيز وبمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة دفع ذاتية الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالية وتأدية الفعل دون جهد.

كما يعتقد "جولمان" أن كل الناس تمر بحالة التدفق من وقت لآخر، ويرى أن العناصر الأساسية للتدفق النفسي تتمثل في ذوبان وعي الفرد في فعله أثناء قيامه بالمهمة أو أداء العمل دونما اهتمام يذكر بالنتائج (العمل لذات العمل دونما انتظار نتيجة أو مكافئة) نسيان الذات مع وعي تام وإدراك للنشاط، مستوى مناسب من المهارات لما يتناسب مع المطالب البيئية، وضوح الأهداف والاستجابات المناسبة لهذه الأهداف فضلا عن حالة من النشوة ولابتهاج والاستمتاع الذاتي. (أبو حلاوة، 2013، ص22)

### ◀ هوارد جاردنر:

جاردنر كما هو معروف مطور نظرية (الذكاءات المتعددة) وقد كانت له فلسفته التجديدية في مجال التربية والتعليم، من أبرز أفكاره:

1. دور التربية هو توجيه الطفل إلى مجال يناسب ميوله ومواهبه، فلكل طفل طرائق في التعلم يستجيب بها؛
2. قياس الذكاء العقلي التقليدي قياسا لغويا ورياضيا مجرد ومحدود يصلح كمؤشر لمعرفة مستوى الطالب في التحصيل الدراسي فقط ولا يقيس مهارات الحياة الأساسية المتنوعة؛
3. الذكاء في العلاقات المتبادلة بين الناس هو قدرة الذات على فهم الآخرين وحسن التعامل معهم؛

4. الوعي بالذات أمر جوهري للبصيرة النفسية، والخوف والتوتر من أهم أسباب جمود الفكر الإنساني؛

5. التدفق العاطفي والحالة الايجابية يمثلان جانبا هاما في تعليم الطفل. (محمد الكندري، 2012، ص23)

وهذه المبادئ وغيرها تعتبر أساسيات في فلسفة جاردرنر، لكن يعيننا في الموضوع تناوله لمفهوم التدفق النفسي وأهميته في المجال التربوي.

وفي هذا الإطار يرى: "أن التدفق والاهتمامك عبارة عن حالة نفسية داخلية تدل على أن الطفل مشغول بعمل سليم، وكل إنسان عليه أن يجد لنفسه شيئا يحبه ويتمسك به".

كما يقول: "أنت تتعلم على نحو أفضل عندما يكون لديك شيء تهتم به وتشعر بأنه يدخل على نفسك السرور أثناء انشغالك به".

يرى أن التدفق العاطفي والحالة الايجابية التي يجسدها يمثلان جانبا من الأسلوب السليم لتعليم الأطفال، هو الذي يحفز نفسياتهم داخليا أكثر من استخدام وسيلة التهديد أو الوعد بالمكافأة، وبالتالي ينبغي استثمار أمزجة الأطفال الايجابية لجذبهم إلى التعلم في المجالات التي يستطيعون فيها تنمية كفاءتهم.

والأطفال الذين يشعرون بالملل الدراسي يقاومون ويتمردون، وعندما يغريهم التحدي يشعرون بالتلهف للقيام بواجباتهم المدرسية. (جولمان، 2000، ص140-141)

من خلال العرض السابق للتوجهات النظرية للباحثين في مجال علم النفس الايجابي عموما وخبرة التدفق النفسي بالخصوص يمكن الخروج بالنقاط التالية:

- الجميع يعتبر أن التدفق النفسي خبرة ايجابية بالنسبة للمتدفق والأداء معا، لما تتركه من إحساس لديه بالمتعة والنشوة والرغبة في استعادة المشاعر؛
- لم تتفق التوجهات النظرية حول المدى الذي يمكن أن تبلغه تلك الايجابية فمارتن سيلجمان مثلا اعتبرها خبرة تستغرق كل طاقات الفرد الايجابية لكنها تبقى دون مستوى السعادة فهي خبرة انغماس في الحياة لا غير، أما كيسكزينتاميهاي فقد وضح أنه رغم كل ما تتضمنه تلك التجربة من ايجابيات وما لها من انعكاسات على مستويات مختلفة بالنسبة للفرد وللأداء إلا أنها تبقى أول تجربة خالية من القيمة تحدث حتى أثناء محاولة تحقيق أهداف لا إنسانية بل وتدميرية أو إجرامية، وهكذا يمكننا القول أن التدفق النفسي بكل إيجابيته يبقى خبرة مرتبطة بنوع الأداء وميول الفرد واهتماماته كما جاء في رأي هاورد جاردرنر.



### 7-2 الأداء المهاري في كرة اليد:

#### 7-2-1 خصوصيات كرة اليد:

لم تتوقف كرة اليد عن التطور من حيث اللعب وكفرع معترف به دولياً، بل عرف هذا التخصص قفزة كبيرة إلى الأمام بالنظر إلى عدد ممارسيها المرتفع بنسبة قليلة، الشيء الذي عزز مكانتها كرياضة مدرسية أو كتخصص رياضي على المستوى الوطني.

هذا اللعب الرياضي يمارس فوق ميدان كبير، أضحي بتقاليد عريقة في السنوات الأخيرة، إلا أن كرة اليد الممارسة على الميدان صغير أو داخل القاعة فرضت نفسها تدريجياً فقد أصبحت وبسرعة كبيرة إحدى الألعاب الرياضية الأكثر ممارسة من بين الرياضات الأخرى. فالتنقل الذي عرفته كرة اليد بمروها من الميادين الكبيرة إلى الميادين الصغيرة كان له أثر إيجابي في الأوساط المدرسية باحتلالها مكانة أكثر أهمية من التربية البدنية. كذلك من خصوصيات كرة اليد:

- السرعة المضادة في الهجمات - القوة والسرعة للرمي والقذف؛
- التحمل العام الضروري للحفاظ على ارتفاع مستوى القدرات لمدة 60 دقيقة؛
- الانتباه العام والخاص لحسن دقة التمريرات والهجمات. (Claude Bayer, 1985, P08)

#### 7-2-2 الحركات الأساسية في كرة اليد:

**1- مسك الكرة:** مسك الكرة أحد أهم الحركات الأساسية، وبدون إتقان هذا المبدأ لن يستطيع اللاعب أن يصب أو يمرر أو يستلم الكرة بطريقة صحيحة، ولذلك فإن ظروف اللعب تقتضي بأن يستلم اللاعب الكرة من زميل ويخطفها من خصمه، وعليه أن يحسن مسكها بسهولة ليستطيع من هذا التصويب حسب ما تقتضي الظروف في كرة اليد عكس كرة السلة، حيث يكون مسك الكرة في أغلب الحالات بيد واحدة مع الإشارة إلى ما تقتضيه الظروف مسكها باليدين.

**2- التمرير:** التمرير يعادل أهمية التصويب على الهدف وبالرغم من أن التصويب هو أساس لعبة كرة اليد فإننا نجد أن الفريق الذي يحسن أفراده التصويب يصعب عليه كسب المباراة إذا كان أفراده لا يحسنون التمرير، وكرة اليد لعبة جماعية لا يستطيع اللاعب مهما بلغ من مهارة أن يصب الهدف بمجهوده الفردي فقط إذ أن اللاعب يعتمد على التمرير للكرة بين لاعبين ينجح إحداها في التصويب نحو الهدف في المكان المناسب.

**3- الاستلام:** هذا العامل التقني يسمح للاعب بضمان الاحتفاظ بالكرة أثناء ثلاث ثواني القانونية، ويكون الاستلام بكلتا اليدين ويمكن الاستلام بيد واحدة، ولا يمكن الفصل بين الاستلام والتمرير في اللعبة.

**4- الخداع:** هو تقنية خاصة منفذة عن طريق المهاجم المستحوذ على الكرة أو غير المستحوذ عليها وهي ضرورية للاعب المتقدم كما أنها تكون عاملاً هاماً للتخلص أو التغلب على المنافس.

**5- التصويب:** يعتبر الحركة الأكثر أهمية في نجاح أي هجوم ودقة التصويب لها أهمية كبيرة في نجاح الأهداف.

**6- التنطيط:** هو العنصر التقني الوحيد الذي يسمح للاعب بالاحتفاظ بالكرة لأكثر من ثلاث ثواني، كما يكون له ضرر باللاعب إذا لم يحسن استعماله بدقة وعقلانية. إلا أن استعماله في بعض الأحيان استراتيجي وفعال في التنقلات والهجوم المعاكس كما في المزج والخروج من المنطقة وفي المراوغة كذلك التخلص من الخصم.

(Man Freed Muher ,1983, P38)

### 3-2-3 متطلبات الأداء في كرة اليد:

#### 1- المتطلبات البدنية الضرورية لكرة اليد:

إن التدريب لتنمية وتطوير الصفات البدنية يكون أيضاً من خلال التدريب على المهارات الأساسية والتدريبات الخططية وبذلك ترتبط اللياقة البدنية للاعب كرة اليد بالأداء المهاري والخططي للعبة، والتمرينات التي تنمي الصفات البدنية تعتبر جزءاً ثابتاً في برنامج التدريب طوال العام.

#### 2- المتطلبات المهارية الضرورية لكرة اليد:

تتصف جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها، وتعني كل التحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب وتؤدي في إطار قانوني للعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة، ويمكن تنمية وتطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة. ويمكن حصر هذه المتطلبات المهارية الضرورية لكرة اليد في ما يلي:

أ. المتطلبات المهارة الهجومية باستخدام الكرة أو بدونها وتتضمن:

- الحركات الهجومية - التمرير - التنطيط - التصويب - الخداع - الجري والمتابعة - الرميات الحرة - التحرك للهجوم الخاطف.

ب. المتطلبات المهارية الدفاعية وتتضمن:

- التحركات الدفاعية - المهاجمة الدفاعية (لتغطية والمتابعة) - التسليم والتسلم - المراقبة والعد - التزاحم في اتجاه الكرة.

### 3- المتطلبات الخططية الضرورية لكرة اليد:

أ. المتطلبات الخططية الهجومية وتتضمن:

- خطط هجومية فردية - جماعية - خطط هجومية للفريق - خطط هجومية للحالات الخاصة.

ب. المتطلبات الدفاعية وتتضمن:

- خطط دفاعية فردية - جماعية - خطط دفاعية للفريق - خطط دفاعية للحالات الخاصة.

(درويش، وآخرون، 1998، ص21)

## الفصل الثاني: عرض وتعقيب للدراسات السابقة

1- عرض الدراسات السابقة

2- التعقيب على الدراسات السابقة

### 1- عرض الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات التي تناولت متغير التدفق النفسي:

1/ الدراسات العربية:

#### ❖ دراسة البهاص (2010):

جاءت هذه الدراسة بعنوان (علاقة التدفق كحالة ايجابية بالقلق الاجتماعي كحالة سلبية لدى مستخدمي الانترنت) حيث هدفت هذه الدراسة إلى البحث في العلاقة بين التدفق كحالة ايجابية والقلق الاجتماعي كحالة سلبية لدى مستخدمي الانترنت وتكونت عينة الدراسة من (256) طالبا وطالبة في المرحلة الثانوية من مفرطي استخدام الانترنت وقد بينت النتائج أن الدرجة الكلية للتدفق النفسي كانت لصالح الذكور كما أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب بين التدفق النفسي والقلق الاجتماعي.

#### ❖ دراسة بن شيخ (2015):

جاءت هذه الدراسة بعنوان (علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة) هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، واستخدمت الباحثة مقياس الاتزان الانفعالي لأحلام نعيم سرور (2012) ومقياس التدفق النفسي الذي أعده كل من جاكسون ومارش (2006) حيث قامت الباحثة بتعريبه وتكييفه وطبقتهما على عينة قوامها (213) أستاذ تعليم ثانوي بمدينة ورقلة، وقد بينت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي تبعا لاختلاف الجنس لصالح الذكور، كما بينت النتائج كذلك أنه لا توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى أفراد العينة.

#### ❖ دراسة عفراء إبراهيم (2016):

جاءت هذه الدراسة بعنوان (التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس) حيث هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة فضلا عن التعرف على التدفق النفسي لدى الطلبة وفق متغير الجنس ومتغير التخصص الدراسي، وقد قامت الباحثة ببناء مقياس التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، وبعد أن تحققت من خصائص المقياس طبقته على عينة بلغت (200) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج أن العينة لديها تدفق

نفسية، كما بينت النتائج وجود فروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث، كما بينت النتائج كذلك وجود فروق في التدفق النفسي بين طلبة التخصص العلمي والتخصص الإنساني، وكانت لصالح التخصص العلمي.

### ❖ دراسة قريشي (2017):

جاءت هذه الدراسة بعنوان (علاقة التدفق النفسي بالتفكير الإبداعي لدى التلاميذ الموهوبين في اللغة العربية في مرحلة المتوسط بمدينة ورقلة)، هدفت الدراسة إلى التعرف على التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير الإبداعي لدى التلاميذ الموهوبين في اللغة العربية في مرحلة المتوسط بمدينة ورقلة، وتكونت عينة الدراسة من (74) تلميذا موهوبا في اللغة العربية يدرس في مرحلة المتوسط بمدينة ورقلة، حيث (50) تلميذا من الإناث و(24) تلميذا من الذكور، وقد بينت النتائج أنه لا يوجد اختلاف في طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والتفكير الإبداعي لدى التلاميذ الموهوبين في اللغة العربية في مرحلة المتوسط باختلاف الجنس، كما بينت النتائج كذلك أنه لا توجد علاقة بين التدفق النفسي والتفكير الإبداعي لدى أفراد العينة.

### 2/ الدراسات الأجنبية:

### ❖ دراسة سنجر (2007):

عنوان الدراسة (تقييم تأثير التغذية الراجعة على كل من التدفق النفسي والقلق والأداء لدى لاعبي الجولف المتميزين). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام برنامج للتغذية الراجعة على كل من حالة التدفق النفسي والقلق والأداء لدى لاعبي الجولف، وتكونت عينة الدراسة من (20 لاعب) ذوي المستوى العالي المتميزين وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

— انخفاض في مستوى حالة وسمة القلق وزيادة المعنوية في حالة التدفق مرتبط بتحسين أداء اللاعبين في إحراز (18) نقطة بعد تطبيق البرنامج.

### ❖ دراسة كريستيان (2007):

عنوان الدراسة (نموذج لتقييم تجربة التدفق النفسي للمباراة)، هدفت الدراسة إلى تقييم حالة التدفق النفسي في بيئة المباراة، وتكونت عينة الدراسة من (221) لاعبا، حيث قام باختصار مفردات مقياس جاكسون ومارش إلى (22) مفردة تدرج تحت المكونات التسعة وفق تدرج خماسي للقياس، وتوصلت النتائج إلى أن:

- التدفق النفسي والأداء الأمثل يرتبط كل منهما بالمكونات التسعة للتدفق التي حددها ميهالي؛
- إن اللاعب ممكن أن يصل إلى حالة التدفق إذا كانت تحدياته المدركة تتوافق مع مهاراته المدركة.

### ❖ دراسة ستيفان وراينبرج (2008):

عنوان الدراسة: (التدفق النفسي وعلاقته بالتحدي والمهارة)، قامت هذه الدراسة بمناقشة مفهوم التدفق وذلك لقياسه وتحديد مكوناته، وتكونت عينة الدراسة من (293) طالبا في جامعة برلين وكان متوسط أعمارهم (22) عام وأربع أشهر وتم استخدام الطريقة الطولية التتبعية بداية من الفصل الدراسي حتى نهايته من خلال اختيار الأنشطة وتحليلها، وأظهرت نتائج هذه الدراسة إلى أن:

- التدفق النفسي يعتمد على المهارة وعلى الصعوبة وليس التفاعل أو الارتباط بين التحديات والمهارة؛
- ارتباط المستوى المرتفع للمهارة والتحدي بحالة مزاجية أفضل بالإضافة أصبحت حالة التدفق وسيط بين التحدي والمهارة.

### ثانياً: الدراسات التي تناولت متغير الأداء المهاري:

#### 1/ الدراسات العربية:

### ❖ دراسة الباجوري (1973):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الأداء المهاري والسمات الشخصية وأجريت على عينة من السباحين المصريين، واستعمل فيها بطارية اختبارات المهارات في السباحة ومقياس (كاتل) للشخصية، ولقد أسفرت نتائج هذه الدراسة على وجود علاقة ارتباطية بين الأداء المهاري والسمات الشخصية.

### ❖ دراسة قحطان جليل العزاوي (1991):

أجريت هذه الدراسة حول تحديد مستويات لبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم، وهدفت الدراسة إلى تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية لدى الناشئين في كرة القدم (15-16 سنة) لأندية بغداد، وهدفت كذلك إلى تصميم بطارية اختبار لقياس المستوى المهاري للاعبين في كرة القدم، بالإضافة إلى التعرف على المستوى المهاري للناشئين في كرة القدم. وتوصلت النتائج إلى أفراد العينة ذو مستوى متدني في مهارة الجري المنعرج بالكرة، وأن مهارة التحكم في تنطيط الكرة في الهواء هي المهارة التي يتحكم فيها أكثر الناشئين.

❖ دراسة كبوية محمد (1999): أجريت هذه الدراسة تحت عنوان:

### (Détermination et évaluation d'une batterie de test en Basket Ball pour sport scolaire (15-18 ans) d'un barème de natation)

وشملت عينة الدراسة (5400) تلميذ في مرحلة الثانوي من أربعة ولايات (مسيلة، مستغانم، الجزائر، تيبازة) وأجريت فيها اختبارات مهارية للرياضيين، وتوصلت إلى استخلاص بطارية اختبارات في الرياضتين مرفقة بسلم تنقيط يناسب مستوى وقدرات المرحلة الثانوية.

❖ دراسة بن برنو عثمان (2000):

أجريت هذه الدراسة تحت عنوان (تحديد درجات معيارية من خلال بطارية اختبارات مقترحة لتقويم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد وكرة الطائرة للتلاميذ الثانوي). وهدفت إلى معرفة الكيفية والطريقة المستخدمة لتقويم التلاميذ في الألعاب الجماعية (كرة اليد، كرة الطائرة) على مستوى بعض الثانويات الجزائرية، وتحديد بطارية اختبارات لتقويم التلاميذ في كرة الطائرة وفق الوسائل المتوفرة والأهداف في المجال الحسي حركي المنصوص عليها في برنامج التربية البدنية والرياضية على مستوى الثانويات الجزائرية، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في أداء المهارات الأساسية لكل من كرة اليد والطائرة، وأن مستوى أداء تلاميذ السنوات الأولى والثانية أحسن من مستوى تلاميذ السنوات الثالثة للمهارات الأساسية لكلا الرياضتين.

2/ الدراسات الأجنبية:

❖ دراسة روشال (Ruchall) (1970):

بحث (روشال) في العلاقة بين السمات الشخصية والمستوى الرقمي للسباحين الأمريكيين وقد استعمل في ذلك بطارية اختبارات المهارات الخاصة بالسباحة ومقياس (كاتل) للشخصية وتوصل إلى عدم وجود علاقة بين الأداء المهاري للسباحين والسمات الشخصية.

❖ دراسة هاردمان (Hardman) (1973):

قام بدوره بمراجعة النتائج الخاصة بالدراسات التي استخدمت اختبار (كاتل) للشخصية خلال الفترة الممتدة بين (1952 و1968) من أجل إبراز العلاقة بين الأداء المهاري والسمات الشخصية. وتوصلت الدراسة



إلى أن الأداء المهاري له علاقة إيجابية مع السمات الشخصية وهي أربعة: انخفاض القلق، الانبساطية، الاستقلالية والذكاء المرتفع.

### ❖ دراسة اوجيلفي (Ogllive) (1977):

اهتم الباحث بمراجعة الدراسات التي تناولت العلاقة بين الأداء المهاري وسمات الشخصية التي أجريت بين الفترة (1967 و 1976) وتوصلت النتائج من خلال مراجعة نتائج الدراسات السابقة إلى أن الأداء المهاري يرتبط إيجابيا بكل من سمة الاستقرار الانفعالي، الثقة بالنفس، ضبط الذات، انخفاض التوتر، الانبساطية والضمير الحي.

### 2- التعقيب على الدراسات السابقة:

جميع الدراسات السابقة التي تناولناها أبرزت أهمية التدفق النفسي والأداء المهاري، هذا بالإضافة إلى إلقاء الضوء على الكثير من النقاط التي أثرت البحث الحالي، وذلك فيما يتصل بعينة البحث، أو المنهج المستخدم، أو وسائل جمع البيانات، وبالرغم من الاتفاقات والاختلافات ومما سبق عرضه من دراسات سابقة سيقوم الطالب بمناقشتها من حيث: المنهج المستخدم، الأداة، العينة، النتائج. وهذا بهدف عرض أوجه التشابه والاختلاف بينها وبين الدراسة الحالية.

**أولاً: المنهج المستخدم:** اتفقت معظم الدراسات على استخدام المنهج الوصفي، بحيث أن الدراسة الحالية تهدف إلى التعرف على علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصاغر (16-17 سنة)، لذلك سنستخدم المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة الدراسة.

**ثانياً: من حيث العينة:** اختلفت الدراسات السابقة في عينة البحث، من حيث المراحل العمرية والدراسية والاختصاص، فقد اشتملت العينة على الأطوار المتوسط والثانوي والجامعي والأندية المختصة والأساتذة، وأما العينة المنتقاة في دراستنا، المنتخبات المدرسية (الثانوي) وهذا ما يتفق مع دراسة البهاص (2010)، كما اتفقت العينات من حيث نوعية الجنس، فقد اشتملت العينات على الجنسين (ذكور وإناث) وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية.

ثالثا: من حيث أدوات جمع البيانات: معظم الدراسات اتفقت على أدوات البحث والمقاييس من استمارة واستبيان، أما في الدراسة الحالية يستخدم الباحث مقياسين أحدهما خاص بالتدفق النفسي والآخر بطارية اختبارات في الأداء المهاري لكرة اليد.

رابعا: من حيث النتائج: بإلقاء الضوء على نتائج الدراسات السابقة، يتضح لنا أن هناك اختلاف في الدراسات التي تناولت موضوع التدفق النفسي، هناك من يرى أنه لا توجد علاقة بينه وبين بعض سمات الشخصية كالتفكير الإبداعي والانتزان الانفعالي والآخر يرى أنه توجد علاقة بين التدفق النفسي والأداء الأمثل يرتبط بالمكونات التسعة التي حددها ميهالي، وكذلك من بين النتائج أنه توجد فروق في التدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور إلا أن دراسة قريشي (2017) توصلت إلى أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس. بينما كانت نتائج الأداء المهاري معظمها توصلت إلى وجود اتجاه إيجابي بين الأداء المهاري وبعض سمات الشخصية، ماعدا دراسة (روشال، 1970) الذي توصل إلى عدم وجود علاقة بين الأداء المهاري للسباحين والسمات الشخصية، أما الاختلاف بالنسبة للأداء المهاري يظهر في متغير الجنس.

ومن خلال ما سبق سيحاول الطالب جاهدا مقارنة نتائج الدراسة الحالية بنتائج الدراسات السابقة.

# الجانِب التَطبيقي

## الفصل الثالث: طرق ومنهجية الدراسة

### تمهيد

- 1- منهج الدراسة
- 2- الدراسة الاستطلاعية
- 3- مجتمع الدراسة
- 4- عينة الدراسة
- 5- حدود الدراسة
- 6- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية
- 7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

خلاصة الفصل

### تمهيد:

بعد التعرف على الجانب النظري للدراسة الحالية، سيتم التطرق إلى الجانب التطبيقي والذي يعتبر حلقة وصل بين الجانب النظري والنتائج المتحصل عليها، فهو الركيزة الأساسية لكل بحث علمي، حيث سيتم من خلال هذا الفصل التعرف على منهج الدراسة، ومجتمعها، وعينتها، وأدواتها والأساليب الإحصائية المستخدمة فيها.

### 1- منهج الدراسة:

المنهج عبارة عن مجموعة من العمليات، والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق أهداف بحثه وبالتالي فتحديد المنهج ضروري للبحث، إذ هو الذي يبين الطريق، ويساعد الباحث في ضبط أبعاد وأسئلة، وفروض البحث. (عصار، 1982، ص79)

ومن المؤكد أن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد نوع المنهج المستخدم في البحث، حيث أن الدراسة الحالية بصدد البحث في العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد، ولهذا فإن المنهج المناسب لتحليل وكشف جوانب الموضوع الدراسة الحالية هو المنهج الوصفي، الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة، كما توجد عليه في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة، ويوضح خصائصها، أو الكمي الذي يعطي وصفا رقميا يوضح مقدار وحجم الظاهرة.

### 2- الدراسة الاستطلاعية:

إن إجراء الدراسات الاستكشافية يعد أمرا ضروريا في كثير من البحوث، حيث تقابل الطالب صعوبات تواجهه في مختلف مراحل بحثه، سواء في تحديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية، أو في التعرف على الظواهر الجديدة بالدراسة وبالظروف المحيطة بها، أو في مرحلة صياغة التساؤلات صياغة دقيقة، أو في تحديد فروضها التي تغطي جوانب البحث وتجب عن استفساراته، هذا بالإضافة إلى الصعوبات الأخرى المتعلقة بمنهج البحث والأدوات المستخدمة والعينة المختارة ومجالات الدراسة وطرق جمع البيانات ومعالجتها ومن خلال قيامنا بالدراسة الاستطلاعية أخذنا عينة استطلاعية بطريقة عشوائية من مجتمع البحث من غير عينة الدراسة الأساسية متكونة من (10) تلاميذ ذكورا وإناث من التعليم الثانوي، وتم تطبيق الأدوات المستخدمة في الدراسة على هذه العينة، في الفترة الممتدة من 2020/01/05 إلى 2020/01/16 بهدف التحقق من صلاحية الأدوات للتطبيق على أفراد العينة الكلية وذلك من خلال حساب صدقها وثباتها بالطرق الإحصائية الملائمة.

3- مجتمع الدراسة:

يقصد بالمجتمع جميع الأفراد الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها، ويسعى الطالب إلى أن يعمم عليها النتائج التي لها علاقة بمشكلة الدراسة. (علام، 2007، ص160)

يتكون مجتمع البحث في الدراسة الحالية، من (216) تلميذ وتلميذة يدرسون في التعليم الثانوي بمدينة تقرت صنف (16-17 سنة) الذين يمارسون كرة اليد، ويمثلون منتخبات مؤسساتهم المدرسية والمتكونة من عشرة ثانويات بمدينة تقرت والجدول التالي يوضح توزيع الثانويات وعدد أفراد المجتمع حسب الجنس.

الجدول رقم (01): يبين توزيع الثانويات وعدد أفراد المجتمع حسب متغير الجنس ببلديات تقرت

المجموع	عدد الإناث	عدد الذكور	اسم الثانوية	البلدية
24	12	12	- ثانوية الأمير عبد القادر	تقرت
22	10	12	- ثانوية عبودة علي	
20	10	10	- ثانوية مسغوني محمد الصالح	
20	10	10	- ثانوية أبو بكر بلقايد	النزلة
22	10	12	- ثانوية الحسن ابن الهيثم	
22	10	12	- ثانوية البخاري عبد المالك	
24	12	12	- ثانوية البشير الإبراهيمي	تسبست
20	10	10	- ثانوية عبد الرحمان الكواكبي	
22	10	12	- ثانوية لزهاري التونسي	الزاوية العابدية
20	10	10	- ثانوية هواري بومدين	
216	104	112	10	المجموع

#### 4- عينة الدراسة:

العينة عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة، يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي. (عبيدات، 1999، ص84)

فالعينة مجموعة من الأفراد الذين يحملون نفس خصائص المجتمع الأصلي، بحيث تتوزع فيها خصائص المجتمع الأصلي بنفس النسب الموجودة في المجتمع. حيث قمنا بتوزيع سبعون (70) استمارة، واسترجعنا منها اثنان وستون (62) استمارة، وبالتالي عينة البحث تتكون من اثنان وستون (62) تلميذ وتلميذة موزعين على ثلاثة ثانويات، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة.

وقد تضمنت الدراسة الحالية متغير وسيطي والمتمثل في الجنس (ذكور-إناث)، وفيما يلي وصف خصائص عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (02): يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس.

المجموع	النسبة المئوية	العدد	الفئة	خصائص العينة
62	48%	30	ذكور	الجنس
	52%	32	إناث	

يوضح الجدول رقم (02) توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس، حيث شكلت نسبة التلاميذ الذكور (48%)، بتعداد (30 تلميذ)، ونسبة الإناث (52%) بتعداد (32 تلميذة).

#### 5- حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية على تلاميذ المنتخبات المدرسية في كرة اليد صنف (16-17 سنة) بالثانويات التالية: (أبي بكر بلقايد النزلة - الأمير عبد القادر تقرت - البخاري عبد المالك النزلة) بمدينة تقرت للموسم الدراسي 2020/2019.

الحدود المكانية:

جرت الدراسة الحالية بالثانويات التالية: (أبي بكر بلقايد النزلة - الأمير عبد القادر تقرت - البخاري عبد المالك النزلة) بمدينة تقرت.

### الحدود البشرية:

عينة من تلاميذ المنتخبات المدرسية في كرة اليد صنف (16-17 سنة) بالثانوي بمدينة تقرت المقدر عددهم ب: 62 تلميذ وتلميذة.

### الحدود الزمنية:

تم إجراءات الدراسة خلال الفترة الممتدة من 2020/01/05 إلى 2020/05/10 من الموسم الدراسي 2020/2019.

## 6- أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية:

### 6-1 أدوات جمع البيانات:

اعتمد الطالب في الدراسة الحالية على أداتين لجمع البيانات اللازمة، الأولى عبارة عن مقياس التدفق النفسي، والثانية عبارة عن بطارية اختبارات مهارية في كرة اليد.

### 6-1-1 مقياس التدفق النفسي:

#### ■ وصف المقياس:

قام الطالب في دراسته بتبني مقياس التدفق النفسي الذي أعده كل من جاكسون ومارش (1996) ثم قاما بتعديله سنة (2006)، والذي قامت الباحثة (بن الشيخ ربيعة، 2015) بترجمته إلى اللغة العربية وتكييفه في دراستها.

ويتكون مقياس التدفق النفسي من ست وثلاثون فقرة موزعة على تسعة أبعاد أساسية وهي:

1- التوازن بين التحدي والمهارة: (04 فقرات).

الإحساس بالتوازن بين متطلبات النشاط والمهارات الشخصية.

2- الاندماج في الأداء: (04 فقرات).

الإحساس بأن الأداء يتم بتلقائية وآلية.

3- أهداف شديدة الوضوح: (04 فقرات).



الإحساس بالثقة واليقين بما يقوم به.

4- تغذية راجعة فورية: (04 فقرات).

المعرفة المسبقة لاتجاه الأداء (إلى أين يتجه الأداء) والإحساس بما يقوم به.

5- التركيز التام على المهمة: (04 فقرات).

الإحساس بالاستغراق التام في المهمة.

6- الإحساس بالسيطرة: (04 فقرات).

الضبط والسيطرة على كل متطلبات الأداء دون بذل مجهود.

7- فقدان الوعي بالذات: (04 فقرات).

تلاشي الاهتمام بالذات أثناء الأداء.

8- تبدل إيقاع الزمن: (04 فقرات).

الإحساس بأن سير الوقت غير منتظم سواء نحو السرعة أو الإبطاء وهذا أثناء أداء المهمة.

9- الاستمتاع الذاتي: (04 فقرات).

الإحساس بالمتعة الداخلية أثناء الأداء. (يوسف، 2012، ص12)

ومقياس التدفق النفسي يتكون من ست وثلاثون (36) فقرة كما ذكرنا سالفًا كلها في الاتجاه الموجب

يجيب عليها المفحوص من خلال الاختيار بين أحد البدائل الخمسة (أوافق بشدة، أوافق، محايد، أعارض،

أعارض بشدة) وبذلك تكون الأوزان على النحو التالي: (5، 4، 3، 2، 1) لكل بديل على الترتيب.

كما تم تكييفه من طرف الباحث على عينة الدراسة الحالية.

■ الخصائص السيكومترية على مقياس التدفق النفسي:

في الدراسة الحالية قام الباحث بالتحقق من صدق وثبات هذا المقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية

مكونة من (10 تلاميذ صنف 16-17 سنة) من التعليم الثانوي.

1. صدق مقياس التدفق النفسي:

تم التأكد من صدق مقياس التدفق النفسي في الدراسة الحالية بالطرق التالية: صدق التحكيم والصدق التمييزي أو صدق المقارنة الطرفية.

◀ صدق المحتوى:

قام الطالب بتبني ما قامت به الباحثة (بن الشيخ، 2015) من إجراءات وتعديلات على النسخة العربية لمقياس التدفق النفسي كي تناسب بيئة ومجتمع الدراسة، وهكذا قامت بعرض النموذجين على عدد من الأساتذة المتخصصين في علم النفس وعلوم التربية وعلم الاجتماع بكل من جامعة قاصدي مرباح ورقلة وجامعة حمه لخضر الوادي، والذي بلغ عددهم (09 أساتذة) قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى مناسبة التعديلات ووضوح الصياغة اللغوية، وبعد جمع استمارات التحكيم لم تجد الباحثة أي تعديلات جوهرية على الفقرات، حيث وافق 08 من أصل 09 محكمين بنسبة (88.88%) على مناسبة التعديلات وسلامة الصياغة بشكل عام.

◀ الصدق التمييزي أو المقارنة الطرفية للمقياس:

بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع 33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي.

الجدول رقم (03): يوضح صدق المقارنة الطرفية للاستبانة.

مستوي الدلالة	درجة الحرية	"ت" المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	التقنية الإحصائية الدرجات
0.010	4	-4.587	12.66	132.66	3	الدرجات الدنيا
			3.78	167.66	3	الدرجات العليا

استنادا إلى الجدول السابق يتضح أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (-4.587) عند درجة الحرية (4) بمستوى الدلالة (0,010) الأمر الذي يدل على القدرة التمييزية للأداة وبالتالي فالمقياس صادق ويمكن الاعتماد على نتائجه في الدراسة الحالية.

2. ثبات مقياس التدفق النفسي:

تم التحقق من ثبات مقياس التدفق النفسي باستخدام الطرق التالية: طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وطريقة التجزئة النصفية (جاتمان)، وطريقة ألفا ( $\alpha$  كرونباخ)، وجاءت النتائج كما يلي:

← ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار:

تم تطبيق مقياس التدفق النفسي على عينة قوامها 10 تلاميذ وبعد أسبوعين تم إعادة التطبيق وتم حساب الارتباط بين التطبيقين وبلغ معامل الثبات (0.96). مما يدل على صلاحية الاختبار للتطبيق. (أنظر الملحق رقم 04)

← ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية (جاتمان):

وفي هذه الطريقة يتم تقسيم الاختبار إلى قسمين متساويين، لكل مفحوص فيهما درجتان إحداهما على النصف الأول وثانيهما على النصف الأخير (معمرية، 2012، ص274). تم إيجاد معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية بين النصف الأول من المقياس (البند 1 إلى البند 18) والنصف الثاني (البند 19 إلى البند 36)، وبلغ معامل الثبات بعد التصحيح (0.91). (أنظر الملحق رقم 02)

الجدول رقم (04): يمثل معامل الثبات جاتمان لمقياس التدفق النفسي.

معامل جاتمان	مقياس التدفق النفسي
0.91	الدرجة الكلية

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن قيمة معامل جاتمان لمقياس التدفق النفسي قد بلغت: 0.91 وفي ضوء هذه القيمة المرتفعة جدا يمكن القول أنه يتمتع بدرجة عالية من الاتساق، مما يدل على أن المقياس ثابت ودرجة ثباته مقبولة جدا، وبالتالي يمكن الاعتماد على نتائجه في هذه الدراسة.

← ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا ( $\alpha$  كرونباخ):

يعتبر معامل ألفا كرونباخ من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار، ومعامل ألفا يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده (معمرية، 2012، ص284)، وقد تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وقد بلغ (0.90) وهي قيمة مرتفعة مما يؤكد ثبات المقياس. (أنظر الملحق رقم 03)

الجدول رقم (05): يمثل معامل الثبات ألفا ( $\alpha$  كرونباخ) لمقياس التدفق النفسي.

معامل ألفا ( $\alpha$ ) كرونباخ	مقياس التدفق النفسي
0.90	الدرجة الكلية

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي قد بلغت 0.90 وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن قيمة ثبات المقياس مرتفعة جدا، مما يدل على تمتعه بدرجة عالية من الاتساق، مما يدل على أن المقياس ثابت ودرجة ثباته مقبولة وبالتالي يمكن الاعتماد على نتائجه في هذه الدراسة، ونلاحظ أن هذه النتيجة تدعم النتيجة التي تم الوصول إليها عند تقدير ثبات درجة المقياس باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وطريقة التجزئة النصفية.

#### 6-1-2 مقياس بطارية اختبارات الأداء المهاري:

من أجل قياس الأداء المهاري لدى تلاميذ الثانوي صنف الأصغر في كرة اليد وبعد الإطلاع على العديد من الدراسات فضلا عن خبرة الطالب المتواضعة كلاعب ومدرب، تم اعتماد بطارية الاختبارات المهارية في كرة اليد (اختبار التمير والاستلام، اختبار التنطيط المتعرج، اختبار التصويب من القفز).

#### ■ وصف الاختبارات المستخدمة في الدراسة:

##### 1/ اختبار التمير والاستلام للكرة على حائط من مسافة 4م:

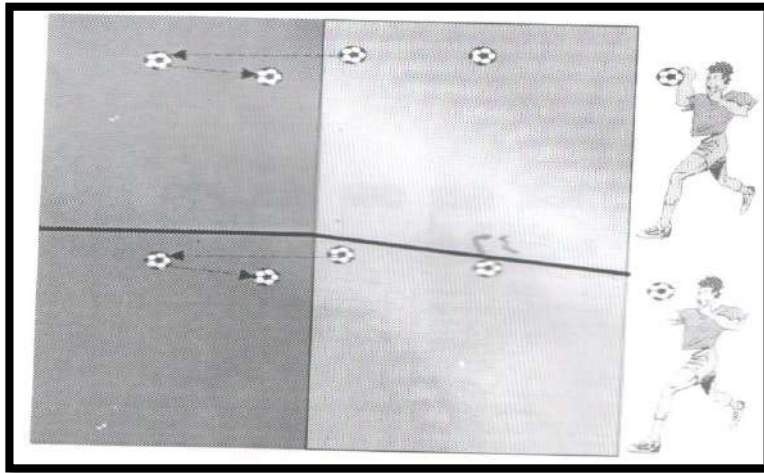
الغرض من الاختبار: توافق وسرعة التمير.

الأدوات: كرات يد (10)، وساعة توقيت وحائط مستوي.

مواصفات الأداء: يقف اللاعب خلف الخط المرسوم على الأرض على بعد 4م بحيث لا يلامسه خلال الأداء، ثم يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن خلال الزمن المحدد.

التقويم: تحتسب عدد التميريات والاستلام خلال (30ثا). (عبد الحميد وحسانين، 1980، ص215)

الشكل رقم (01): يوضح مهارة التمرير والاستلام على الحائط.



2/ اختبار تنطيط الكرة على شكل متعرج (15م):

الغرض من الاختبار: قياس مستوى مهارة التنطيط.

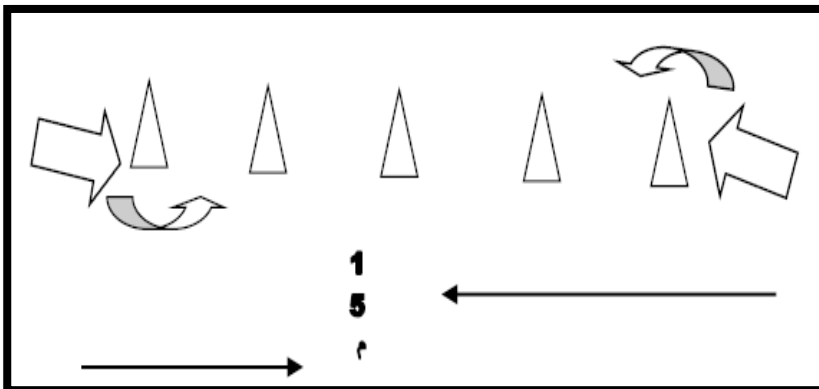
الأدوات: كرات يد العدد (5)، وساعة توقيت وشريط لاصق وديكامتر وصافرة وشواخص عدد (5).

مواصفات الأداء: تثبيت 5 شواخص عمودية على الأرض في خط مستقيم، والمسافة بين شاخصين (3م) ويرسم خط للبداية يبعد (3م) من الشاخص الأول.

- يقوم المختبر بالوقوف خلف خط البداية، عند سماع اشارة البدء يقوم بتنطيط الكرة مع الجري على شكل متعرج بين الشواخص ذهابا وإيابا باستمرار وبحسب الوقت المحدد.

التقويم: تحتسب عدد الشواخص خلال 30ثا. (عبد الحميد وحسانين، 1980، ص218)

الشكل رقم (02): يوضح مهارة التنطيط المتعرج (15م).

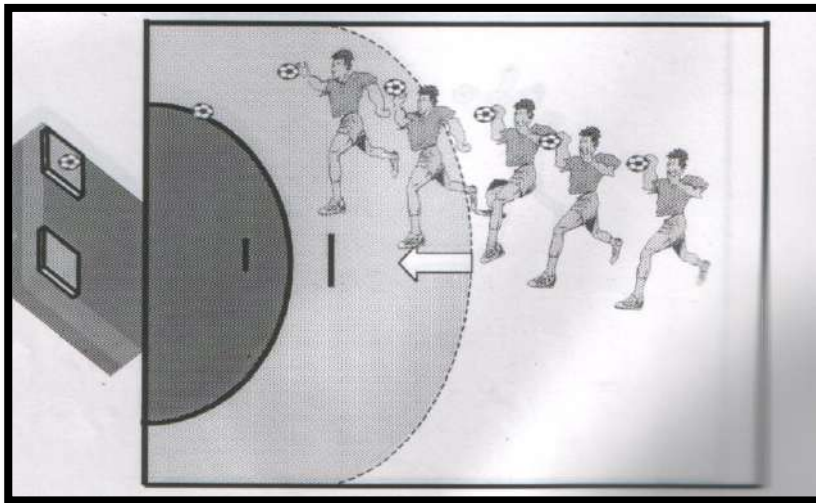


3/ اختبار التصويب من القفز:

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب.

الأدوات: مربعات دقة تصويب أبعادهما (50سم x 50سم) وكرات يد عدد (15) ونصف ملعب كرة يد.  
مواصفات الأداء: تحدد نقطة عمودية على منتصف المرمى ليتم التصويب منها على أن يكون التصويب بطريقة الارتقاء، ويكون التصويب على الهدفين المعلقين بالزاويتين العلويتين للمرمى ومن مسافة (9م)، ويكون استلام الكرات من المدرب، ويستمر اللاعب التصويب خلال مدة 30ثا.  
التقويم: تحتسب المحاولات الناجحة داخل المربعين. (7: 176).

الشكل رقم (03): يوضح مهارة التصويب من القفز.



■ الخصائص السيكومترية لبطارية الاختبارات في الأداء المهاري:

1. صدق بطارية الاختبارات في الأداء المهاري:

تم التأكد من صدق مقياس بطارية الاختبارات في الدراسة الحالية بالطرق التالية: صدق التحكيم والصدق التمييزي أو صدق المقارنة الطرفية.

◀ صدق المحتوى:

قام الطالب بتبني ما قام به الباحثان (معن الشعلان، محمود الوديان، 2018) من إجراءات وتعديلات على بطارية الاختبارات في الأداء المهاري لكرة اليد كي تناسب بيئة ومجتمع الدراسة، وتم التوصل إلى بناء درجات معيارية لبعض مهارات كرة اليد، وهكذا قام الباحث بعرض الاختبارات على عدد من المتخصصين في مجال كرة اليد بكل من جامعة قاصدي مرباح ورقلة والمعهد الوطني للتكوين العالي لإطارات الشباب ورقلة والذي بلغ

عدددهم (08 متخصصين) قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى مناسبة بطارية اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد للفئة المستهدفة، وبعد جمع استمارات التحكيم لم يجد الطالب أي تعديلات جوهرية على الاختبارات، حيث وافق 07 من أصل 08 محكمين بنسبة (88.88%) على مناسبة هذه البطارية، مما يدل على صدق الاختبار والاعتماد على نتائجه في هذه الدراسة.

### الصدق التمييزي:

بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع 33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي.

الجدول رقم (06): يوضح صدق المقارنة الطرفية للاستبانة.

مستوي الدلالة	درجة الحرية	"ت" المحسوبة	الانحراف	المتوسط	ن	التقنية الإحصائية الدرجات
0.006	4	5.292	1.00	10	3	الدرجات الدنيا
			1.15	14.66	3	الدرجات العليا

استنادا إلى الجدول السابق يتضح أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (5.292) عند درجة الحرية (4) بمستوى الدلالة 0,006 الأمر الذي يدل على القدرة التمييزية للأداة وبالتالي الأداة تقيس ما وضعت لأجله.

### 2. ثبات بطارية الاختبارات في الأداء المهاري:

على الرغم من أن اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد تم تقنينها من قبل باحثين سابقين على البيئة الجزائرية، قام الطالب بإيجاد الأسس العلمية لهذه الاختبارات بعد تطبيقها على 10 لاعبين، وللتحقق من ثباتها استخدم طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على نفس العينة، بعد مرور أسبوعين وقام الطالب باستخراج معامل الارتباط بين التطبيقين وبلغ معامل الثبات (0.75). والذي يدل على صلاحية الاختبار للتطبيق.

(أنظر الملحق رقم 04)

### 2-6 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

بناء على ما أسفرت عليه الدراسة الاستطلاعية تمكن الطالب مما يلي:

- التأكد من صلاحية الأدوات التي تم اختيارها لقياس المتغيرات موضوع الدراسة في البحث الحالي؛
  - اكتشاف ميدان البحث بكل معطياته والإلمام بصعوباته وجزئياته؛
  - إعطاء مصداقية لأدوات البحث وذلك بعد حساب ثباتها وصدقها على عينة مصغرة؛
  - التأكد من صلاحيات التعليمات وكفائيتها وسهولة فهمها من طرف أفراد العينة؛
  - حصر الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الدراسة أثناء تجريب أدوات البحث؛
  - تهيئة الظروف الملائمة لتطبيق أدوات البحث؛
  - تحضير أدوات البحث وإعدادها في صورتها النهائية لتطبيقها في الدراسة الأساسية؛
  - التعرف على متوسط الوقت الذي تستغرقه أدوات البحث في التطبيق.
- عموما وعلى ضوء هذه النتائج فقد تم اعتماد الأدوات المختارة لصحة أسسها العلمية.

### 7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

إن الأساليب الإحصائية هي إحدى الدعائم الأساسية التي تقوم عليها الطريقة العلمية في بحوث علوم النشاطات البدنية والرياضية، ومن بين الأساليب الإحصائية التي تم الاعتماد عليها في معالجة نتائج الدراسة الحالية منها:

- **معامل الارتباط بيرسون** لحساب العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري لكرة اليد ولحساب معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية (جاتمان) وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار ومعامل ألفا ( $\alpha$  كرونباخ) لأدوات الدراسة الحالية.
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.
- الاعتماد على بعض النسب المئوية.

وللتحقيق تم الاعتماد على الرزنامة الإحصائية للعلوم الاجتماعية **SPSS**. (النسخة 20).

### خلاصة الفصل:

تضمن هذا الفصل تقديم لأهم الإجراءات المنهجية المتبعة، بداية بتحديد المنهج المناسب للدراسة ثم مجتمع الدراسة وعينته، ثم التطرق إلى وصف أداتي القياس والتأكد من خصائصهما السيكومترية المستعملة في هذه الدراسة، وأخيرا تم تحديد الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الحالية، التي سيتم من خلالها معالجة البيانات التي تم الحصول عليها.



## الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- 1- عرض نتائج الدراسة وتحليلها
- 2- مناقشة وتفسير النتائج حسب الفرضيات
- 3- أهم الاستخلاصات
- 4- التوصيات والمقترحات

1- عرض نتائج الدراسة وتحليلها:

1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة).

الجدول رقم (07): يبين العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة). (انظر الملحق رقم 05)

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط "ر"	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التدفق النفسي والأداء المهاري	0.061	0.636	60

تحليل الجدول رقم (07): يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون "ر" بلغت (0.061) عند مستوى الدلالة (0.636)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المسموح به (0.05) وهذا ما يجعلنا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقر بعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة).

2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي بين لاعبي كرة اليد صنف أصغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس.

الجدول رقم (08): يوضح نتائج اختبار (ت) ويبين الفروق بين الجنسين في مقياس التدفق النفسي. (انظر الملحق رقم 05)

الدرجات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الذكور	30	132.03	14.83	-1.607	60	0.113
الاناث	32	138.06	14.69			

تحليل الجدول رقم (08): يتضح من الجدول السابق أن عينة الدراسة قدرت بـ (62) رياضي منهم (30) ذكور بلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم في مقياس التدفق النفسي (132.03) بانحراف معياري قدره (14.83) في حين بلغ عدد الإناث (32) بمتوسط حسابي بلغ (138.06) وانحراف معياري قدره (14.69) هذا ويتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (-1,607) عند درجة الحرية (60) بمستوى الدلالة 0,113 الأمر الذي يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين (ذكور وإناث) في التدفق النفسي.

3-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري لكرة اليد لدى لاعبي صنف الأصاغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس.

الجدول رقم (09): يوضح نتائج اختبار (ت) ويبين فروق بين الجنسين في الأداء المهاري.

(انظر الملحق رقم 05)

التقنية الإحصائية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجات	30	19.00	3.98	4.917	60	0.000
	32	14.62	2.98			
الذكور						
الإناث						

تحليل الجدول رقم (09): يتضح من خلال الجدول أعلاه أن عينة الدراسة قدرت بـ (62) رياضي منهم (30) ذكور بلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم في بطارية الاختبارات للأداء المهاري (19.00) بانحراف معياري قدره (3.98) في حين بلغ عدد الإناث (32) بمتوسط حسابي بلغ (14.62) وانحراف معياري قدره (2.98) هذا ويتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (4,917) عند درجة الحرية (60) بمستوى الدلالة 0,000 الأمر الذي يدل على وجود فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) في الأداء المهاري.

### 2- مناقشة وتفسير النتائج حسب الفرضيات:

#### 2-1 مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

تذكير بنص الفرضية:

نصت الفرضية الأولى على ما يلي: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة)".

وللتحقق من هذه الفرضية قام الطالب باستخدام معامل الارتباط بيرسون من أجل قياس حجم العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي والأداء المهاري، وقد بينت نتائج الدراسة الحالية الموضحة في الجدول رقم (07) بعد المعالجة الإحصائية، أن معامل ارتباط درجات العينة على مقياس التدفق النفسي مع درجاتهم على مقياس الأداء المهاري هو: ( $r = 0.061$ )، عند مستوى الدلالة (0.636)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المسموح به (0.05) وهذا ما يجعلنا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقر بعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الأصغر (16-17 سنة).

ومن وجهة نظر الطالب أن هذه النتيجة قد تعود لنقص توجه التلاميذ للممارسة الرياضية لكرة اليد في الثانوية بشكل مستمر، والعمر التدريبي القصير مما ينقص التدفق لديهم، أو لعل هذا يعود إلى عدم تحفيز الأساتذة للتلاميذ لممارسة (كرة اليد) بطريقة صحيحة.

ويشرح كسيكزنتا ميهالي هذا الموضوع بقوله: "رغم إيجابية التدفق النفسي إلا أنه خال من القيمة value free، إذ يمكن لحالة التدفق أن تحصل أثناء ارتكاب الفرد لعمل إرهابي مثلاً".

بمعنى أن التدفق قد يحصل لدى الرياضي أو الغير رياضي، فهو إذن غير مرتبط بالأداء المهاري لكرة اليد. إلا أنه وعلى الرغم من هذه الآراء لا يمكن إهمال فكرة أن كلا من التدفق النفسي والأداء المهاري يشكلان علاقات جيدة مع متغيرات إيجابية كالدافعية للأداء والإبداع وتحقيق الذات وغيرها. وكذلك يرجع الطالب هذه النتيجة إلى طبيعة مقياسي الدراسة وخصائصهما: إذ يتضمن مقياس التدفق النفسي الذي تم تبنيه، عددا من الأبعاد التي لا تتفق مع الأداء المهاري، مثال ذلك بعدي فقدان الوعي بالذات، وتبدل إيقاع الزمن اللذان يتعارضا محتوَاهما ومفهوم الأداء المهاري الذي تبناه الطالب. وعليه يمكن القول أن كل من التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد، خبرتان انفعاليتان بالدرجة الأولى يمكن أن تلتقيا كما يمكن أن لا يحدث ذلك. وتتفق هذه النتيجة

مع نتيجة دراسة (بن شيخ ربيعة 2015) ونتيجة دراسة (قريشي هالة 2017) ونتيجة دراسة (روشال 1970) وتعارض مع نتيجة دراسة (البهاص 2010) ودراسة (اوجيلفي 1977).

### 2-2 مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

تذكير بنص الفرضية:

نصت الفرضية الثانية على مايلي: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي بين لاعبي كرة اليد صنف أصاغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس".

وللتحقق من هذه الفرضية قام الطالب باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين من أجل المقارنة بين درجات الذكور والإناث على مقياس التدفق النفسي. وقد أسفرت النتائج الموضحة في الجدول رقم (08)، بعد المعالجة الإحصائية المستخلصة من عينة الدراسة التي قدرت بـ (62) تلميذ رياضي منهم (30) ذكور بلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم في مقياس التدفق النفسي (132.03) بانحراف معياري قدره (14.83) في حين بلغ عدد الإناث (32) بمتوسط حسابي بلغ (138.06) وانحراف معياري قدره (14.69) هذا ويتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (-1,607) عند درجة الحرية (60) بمستوى الدلالة 0,113 الأمر الذي يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين (ذكور وإناث) في التدفق النفسي.

ومن وجهة نظر الطالب أن هذه النتيجة قد تعود إلى التقدم الحضاري والرقمي الثقافي الذي ساهم في ظهور تغيرات إيجابية في المعاملة الوالدية لأبنائهم حيث ساهم ذلك في تلاشي نظرة الجنسين إلى القضايا التربوية، كما أنهم أصبحوا يتلقون نفس المعاملة الوالدية ونفس فرص التعليم في المدرسة، كل هذا قلص الفجوة والفروق بين الجنسين في التدفق النفسي، ويعزى سبب هذه النتيجة إلى أن التلاميذ في الطور الثانوي وبغض النظر إلى جنسهم لديهم أهداف واضحة ومحددة في كل خطوة من الخطوات عندما يقومون باختباراتهم (المهمة) وهذا الإحساس يعمل على استثارتهم وتحفيزهم، وبالتالي يظهر التدفق النفسي لديهم بصورة واضحة. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (العبيدي 2016)، ونتيجة دراسة (أحمد، وعبد الجواد، 2013)، وتختلف مع نتيجة دراسة (البهاص 2010) التي أظهرت تفوق الذكور على الإناث في التدفق النفسي.

### 2-3 مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

تذكير بنص الفرضية:

نصت الفرضية الثالثة على ما يلي: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري لكرة اليد لدى لاعبي صنف الأصاغر (16-17 سنة) تعزى لمتغير الجنس".

وللتحقق من هذه الفرضية قام الطالب باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين من أجل المقارنة بين درجات الذكور والإناث على بطارية الاختبارات المهارة في كرة اليد، وقد أسفرت النتائج الموضحة في الجدول رقم (08)، بعد المعالجة الإحصائية المستخلصة من عينة الدراسة التي قدرت بـ (62) تلميذ رياضي منهم (30) ذكور بلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم في بطارية الاختبارات المهارة لكرة اليد (19.00) بانحراف معياري قدره (3.98) في حين بلغ عدد الإناث (32) بمتوسط حسابي بلغ (14.62) وانحراف معياري قدره (2.98) هذا ويتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (4,917) عند درجة الحرية (60) بمستوى الدلالة 0,000 الأمر الذي يدل على وجود فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) في الأداء المهاري لصالح الذكور.

ومن وجهة نظر الطالب أن هذه النتيجة قد تعود إلى طبيعة البنية المرفولوجية للجنسين حيث أن الذكور يمتازون بصفة القوة العضلية مما يحسن من مستواهم المهاري أما الإناث يقل فيهم جانب القوة العضلية مما يؤثر سلباً على أدائهم المهاري، كذلك من الممكن أن تكون النتيجة راجعة إلى زيادة الدافعية نحو الأداء المهاري حيث تلعب المنافسة الرسمية دور المثير الأساسي للدافعية لدى الذكور وجعلهم يبذلون المزيد من الجهد والتركيز لممارسة أفضل وأصح الطرق لتنفيذ مهارات رياضية متقنة. وقلة المنافسة لدى الإناث يقلل من أدائهم المهاري، وهو ما أكدته "جانيت تايلور Taylor" في دراستها التي توصلت إلى أن الأداء لدى الفرد يرتفع بصورة خطية كلما ازدادت الاستثارة لديه. ويمكن تفسير ذلك على ضوء النضج البدني والعصبي الذي يميز الذكور عن الإناث في هذه المرحلة العمرية والذي يناسب متطلبات الأداء المهاري لكرة اليد. حيث تتميز هذه المرحلة العمرية حسب "أسامة كامل راتب" زيادة مستوى القدرة الكامنة، وذلك يسمح بالمزيد من التركيز على تطوير ونمو المهارات الرياضية العامة والخاصة. (1994، ص287)، وكذلك فإن للتنوع الحركي وطبيعة الأنماط الحركية الأساسية، التي سبق للاعبين وإن اكتسبها خلال مراحل التدريب السابقة، دور في ارتفاع وتحسين أدائهم المهاري. (محمد حسن علاوي، 1972، ص413)، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (بن برنو عثمان، 2000) والذي توصل إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في الأداء المهاري لكرة اليد لتلاميذ الطور الثانوي لصالح الذكور.

### 3- أهم الاستخلاصات:

لقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصاغر (16-17 سنة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي، ويتضح من النتائج التي تم عرضها والمتعلقة باختبار فرضيات الدراسة أن الجزء الأكبر منها لم يسر ضمن الاتجاه المتوقع، حيث تحققت الفرضية الثالثة فقط، أما الفرضية الأولى والثانية فلم تتحقق، وقد آلت نتائج الدراسة بعد تحليل فرضياتها إلى عدم وجود علاقة بين التدفق النفسي والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصاغر (16-17 سنة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي وهذا ما لمسناه عند دراسة الفرضية الأولى، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي يعزى إلى متغير الجنس بالنسبة للفرضية الثانية، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري لكرة اليد صنف أصاغر (16-17 سنة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي للفرضية الثالثة.

### 4- التوصيات والمقترحات:

في ضوء ما أسفرت عليه نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم بعض التوصيات والمقترحات التالية:

- ❖ إجراء العديد من الدراسات في موضوع التدفق النفسي في شتى المجالات؛
- ❖ توجيه الباحثين والدارسين إلى دراسة موضوع التدفق النفسي في المجال الرياضي؛
- ❖ البحث في العوامل التي تؤدي إلى زيادة التدفق النفسي لدى الرياضيين واستكشافها ميدانياً؛
- ❖ ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للرياضيين خاصة عند الفئات الصغرى في مختلف الرياضات وخاصة في كرة اليد؛
- ❖ إدراج الاختبارات النفسية في عملية انتقاء اللاعبين؛
- ❖ الاهتمام برفع التدفق النفسي وخاصة الفئات الصغرى في مختلف الرياضات، وكرة اليد على وجه الخصوص، من خلال الإرشاد والتوجيه النفسي بما يتماشى مع أهدافنا وتطلعاتنا في ضوء إمكانياتنا ومتطلبات الواقع والتطورات الحاصلة في المجال الرياضي العالمي؛
- ❖ مساعدة اللاعبين وتوجيههم في اختيار نوع النشاط الرياضي الممارس بما يناسب إمكانياتهم وقدراتهم النفسية والبدنية ومواهبهم المهارية؛

- ❖ ضرورة بث الثقة في اللاعبين واحترامهم، وإتاحة الفرصة أمامهم لكي ينمو ويستغلوا إمكانياتهم وإمكانات البيئة إلى أقصى حد تؤهلهم لهم تلك الإمكانيات؛
- ❖ يجب الاهتمام بوضع برنامج التدريب المناسب والتخطيط الرياضي الذكي مع اتخاذ الأساليب والطرق والمناهج العلمية في عملية التدريب من أجل تنمية القدرات والمهارات وتحقيق التوافق الرياضي وتشجيع الرياضيين على النقد الموضوعي والتفكير الإبتكاري؛
- ❖ ضرورة وضع معايير ومقاييس يجب توفرها عند المدربين كالمستوى التعليمي والشهادات التأهيلية.



## خاتمة

في الأخير استطيع القول أن التدفق النفسي نظرية قيد البحث والتطوير توالت عليها عدد من الدراسات بهدف توضيحها أكثر واستغلالها في مجالات مختلفة من الحياة، وقد حاولت في هذه الدراسة الإحاطة بالمحاور الرئيسية لها وتوظيفها في مجال التربية والتعليم والمجال الرياضي باعتبارهما ذو أهمية كبرى في حياة الأفراد والمجتمعات، وعليه يمكن القول أن تجربة التدفق رغم كونها خبرة ذاتية تتولد بذاتها إلا أنه من الممكن على الأقل توفير الظروف الملائمة لحدوثها في المجال الذي نسعى لتطوير مردوده وإنتاجيته، وهو ما تم توضيحه من خلال توفير ما توفر من معلومات في الموضوع، في ميدان التربية والتعليم باعتباره المجال الرئيسي للدراسة الحالية، ومن المهم أن تبقى ممارسة الرياضة في أي مستوى من مستويات الاشتراك شيئاً ممتعا للرياضي، الأمر الذي يكفل تدعيم الطاقة النفسية الايجابية، وإن فهم المسؤولين والمدربين حالة التدفق النفسي للرياضيين وكيف يشعر الرياضيين في هذه الحالة كلما كانوا أكثر قدرة على مساعدة الرياضيين على تحقيق المستوى المثالي لهذه الخبرة.

المراجع

# قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية:

أولاً: الكتب:

أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد (2013): حالة التدفق: (المفهوم، الأبعاد، والقياس)، العدد 29،

الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية.

الجميل، سعد حماد (1997): الكرة الطائرة: (تعلم، تدريب، تحكيم)، ط 1، منشورات السابع من

أبريل، ليبيا.

جولمان، دانييل (2000): الذكاء العاطفي، ترجمة صفاء الأعسر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب -

الكويت.

دبور، ياسر (1997): كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.

درويش، كمال وآخرون (1998): الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد (نظريات - تطبيقات)، ط 1،

مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

سليجمان، مارتن (2002): السعادة الحقيقية: (استخدام علم النفس الإيجابي الحديث لتحقيق أقصى

ما يمكن من الإشباع الدائم)، الرياض، مكتبة جرير - السعودية.

عارف كمال، سعد محسن إسماعيل (1989): كرة اليد، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

عبد الحميد كمال، حسنين محمد صبحي (1980): القياس في كرة اليد، دار الفكر العربي، القاهرة.

علاوي، محمد حسن، رضوان، محمد نصر الدين (1987): الاختبارات المهارية والنفسية في المجال

الرياضي، دار الفكر العربي، مصر.

كامل راتب، أسامة (1994): النمو الحركي، دار الفكر العربي، مصر.

مجدي حسن، يوسف (2012): فينومينولوجيا التدفق النفسي لدى لاعبي المستوى العالي في بعض

الألعاب والرياضات، جامعة الإسكندرية - مصر.

مفتي، إبراهيم حماد (2002): المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور، مركز الكتاب

للنشر، مصر.

## ثانياً: البحوث الجامعية:

بلبقره، أحمد (2018): التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي، مذكرة ماستر، منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

بن الشيخ، ربيعة (2015): علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

حازم علوان، منصور (1990): إيجاد الدرجات المعيارية للمهارات الأساسية بكرة اليد، رسالة ماجستير، (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

رمضان، إيمان (2015): أثر البرنامج التدريبي القائم على خبرة التدفق في تنمية الرفاهية الذاتية لدى طلاب كلية التربية، قسم علم النفس التربوي، جامعة دمنهور مصر.

عصار، خير الله (1982): محاضرات في منهجية البحث الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

قريشي، هالة (2017): علاقة التدفق النفسي بالتفكير الإبداعي اللغوي لدى التلاميذ الموهوبين في اللغة العربية في مرحلة المتوسط، رسالة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

## ثالثاً: المجالات والملتقيات:

حمزة، منى إمام، وكاظم، أمينة محمد، وبناء، نادية أميل، وعبد العزيز، شادية (2016): تدرّج مقياس التدفق النفسي باستخدام نظرية الاستجابة للمفردة، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 18، 193، 217 جامعة عين شمس.

البهاص، السيد أحمد (2010): التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الانترنت: (دراسة سيكومترية - إكلينيكية)، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر.

السيد، صديق محمد (2009): التدفق النفسي وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية - المجلد 2 - العدد 19 - مصر.

العبيدي، عفراء إبراهيم الخليل (2016): التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي، مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع - جامعة بغداد - كلية التربية للبنات.

الق تائر زكي، النواب ناجي، التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، مركز البحوث النفسية، العدد 28، الجزء الثاني، جامعة ديالي.

محمد فاضل، بثينة، التدفق النفسي للرياضيين، مجلة الأمن والحياة، العدد 402، الإسكندرية – مصر.  
محمد غريب، إيناس (2015): التدفق النفسي وعلاقته بتحمل الغموض والمخاطرة لدى طالبات جامعة القصيم، مجلة التربية، جامعة الازهر3، العدد (165).

معمرية، بشير (2010): علم النفس الايجابي (اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية)، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية، العدد 02، الجزائر.

ملك، بدر محمد، والكندري لطيفة حسين (2012): الفلسفة التربوية عند هورد وسبل الاستفادة منها، عربيا، مجلة العلوم التربوية، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، المجلد 20 العدد 03، الجزء الأول.

هبة سامي، محمود (2018): التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، العدد 11 (42)، جامعة عين شمس.

### المراجع باللغة الأجنبية:

CLAUDE Bayer (1985): “**Formation des joueurs**”, ED VIGOT, Paris.

Csikszentmihalyi, Mihaly (1990): **Flow: The Psychology of optimal experience**, new Yourk. Harper and Row.

Csikszentmihalyi, M (1957), “**The psychology of optimal experience**”, New York, harber & Row.

Csikszentmihalyi, Mihaly (2008), Flow: “**The Psychology of Optimal Experience**”, Paperback July 1,

Lutz,. & Guiry,. M (1994), “**Intense consumption experiences: Peaks, Performances, and Flows**”, presented at the Winter Marketing Educators’ Conference, St, Petersburg, FL, February.

MAN FREED MUHER (1983): “**Manuel de la speculation en handball**”, ED VIGOT, Paris.

الملاحق



جامعة قاصدي مرباح - ورقلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم نشاطات التربية البدنية و الرياضية  
شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي  
تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي



### استمارة استبيان

أخي / أختي الكريم (ة)..... تحية طيبة

نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تحتوي على مجموعة من الأسئلة التي تدور حول بعض المواقف في حياتكم اليومية التي تتفقدون في بعضها وتختلفون في البعض الآخر وعليه فإن أجابتكم لا تحمل الصواب أو الخطأ وتدخل في إطار إجراء بحث علمي في التدفق النفسي الرياضي كما أن كتابة اسمكم غير ضروري وإجابتكم سوف تكون في غاية السرية ولن تستعمل إلا لغرض علمي فقط.

- المستوى الدراسي: أولى ثانوي ( ) ثانية ثانوي ( ) ثالثة ثانوي ( )

- الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

الرجاء منكم الإجابة على الاستمارة الأولى والثانية على النحو التالي:

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتاد في التصرف والشعور بكل حرية و استقلالية وأجب بسرعة و لا تفكر كثيرا في أي سؤال فنحن نريد الإجابة الأولى وليس تلك التي تأتي بعد تفكير طويل وحاول أن لا تترك أي سؤال بدون إجابة وذلك بوضع علامة X أمام الإجابة المناسبة.

الأستاذ المشرف:

\* د. فضل قيس

الطالب:

✓ شويف نبيل

الرقم	العبارة	معارض جدا	محايد	موافق جدا
01	أعتقد أن مهاراتي تسمح لي أن أتحدى عندما أوضع في موقف يتطلب التحدي			
02	أقوم بحركات صحيحة من دون التفكير في محاولة القيام بها			
03	أعرف جيدا ماذا أريد أن أقوم به			
04	يبدو لي أنني أتصرف بطريقة جيدة			
05	كل تركيزي واهتمامي حول ما أقوم به			
06	أشعر بالسيطرة الكاملة على ما أفعله			
07	لست مهتما إطلاقا بما يقوله الآخرون عني			
08	يبدو لي أن الوقت تغير			
09	أنا حقا أتمتع بالتجربة التي أخوضها			
10	قدراتي تتوافق مع التحديات الراهنة			
11	يبدو أن الكثير من الأشياء تحدث تلقائيا			
12	لدي إحساس قوي بما أريد القيام به			
13	أعلم جيدا كم أنا كفاء			
14	لا يتطلب مني جهدا كبيرا لفهم ما يحدث حولي			
15	أشعر بأنني أريد مراجعة ما أقوم به			
16	لست قلقا على أدائي أثناء وقوع الأحداث			
17	يبدو أن الوقت مختلف عن الطبيعي			
18	أنا أحب الشعور بهذا الأداء وأريد تكراره مرة أخرى			
19	أشعر أنني كفاء في مواجهة متطلبات الموقف			
20	قمت بأشياء بصفة تلقائية			
21	أعرف جيدا ماذا أريد الحصول عليه			
22	لدي فكرة جيدة حول ما أريد القيام به			
23	أتمتع بتركيز عالي			
24	لدي شعور أنني أسيطر سيطرة كاملة عن الوضع			
25	لا أهتم بالطريقة التي أفهم بها نفسي للآخرين			
26	شعرت أن الوقت قد توقف عندما كنت العب			
27	تركزت لي التجربة التي خضتها شعور عظيم			



					التحديات الراهنة ومهاري في درجة عالية واحدة	28
					فعلت أشياء بطريقة عفوية وتلقائية دون تفكير	29
					أهدائي واضحة ومحددة	30
					يمكنني القول إن أدائي جيد	31
					تركيزي كله حول المهمة التي سوف أقوم بها	32
					أشعر أنني أسيطر سيطرة كاملة على جسدي	33
					لست قلقا بشأن ما يعتقدونه الآخرون عني	34
					أحيانا يبدو لي أن الأمور تسير ببطء	35
					التجربة التي خضتها ثرية للغاية	36



جامعة قاصدي مرباح - ورقلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم نشاطات التربية البدنية و الرياضية  
شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي  
تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي



### استمارة تحكيم

الأستاذ الفاضل ....

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته .... تحية طيبة وبعد:

نضع بين أيديكم استمارة تحكيم في إطار البحث العلمي لإنجاز مذكرة (ماستر) بعنوان: علاقة التدفق النفسي بالأداء المهاري في كرة اليد لدى لاعبي صنف الاصاغر (16-17 سنة)، لذا نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة ووضع دائرة على رقم التمرينات المناسبة للأداء المهاري في كرة اليد، ونعلمكم أن إجاباتكم ستستخدم من أجل أغراض البحث العلمي فقط وستبقى سرية.

ولكم منا جزيل الشكر والامتنان على تعاونكم ....

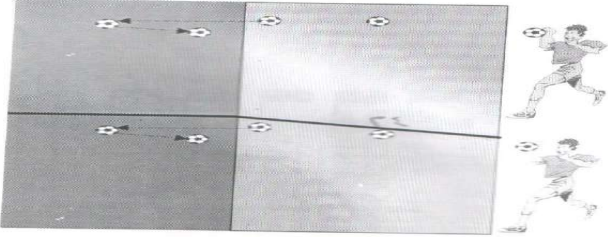
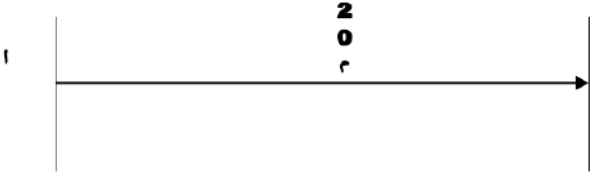
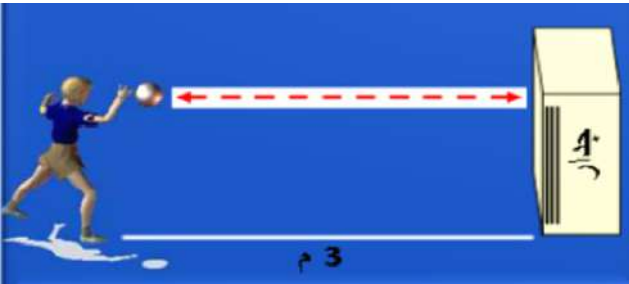
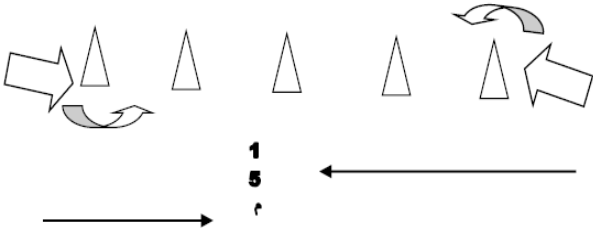
الجنس: ذكور وإناث

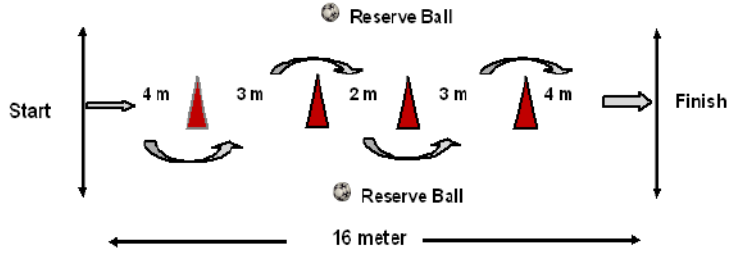
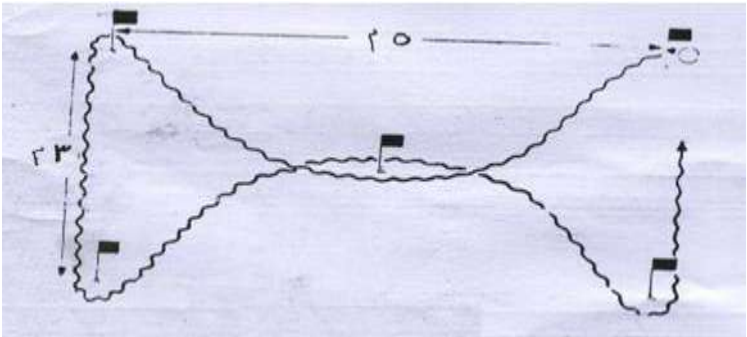
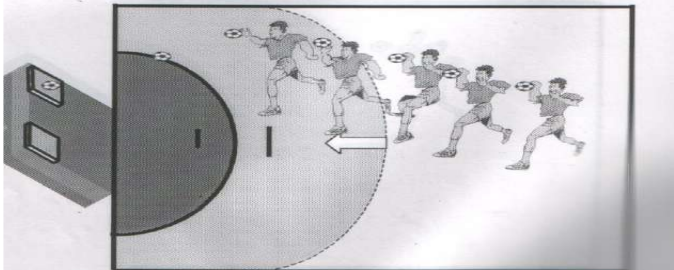
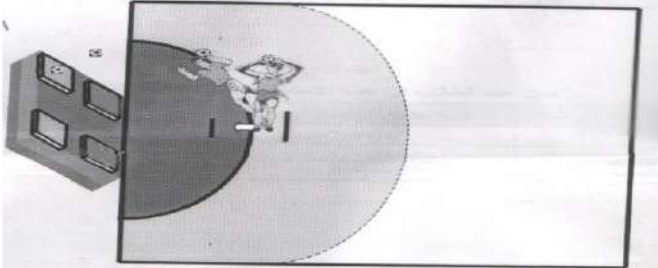
الفئة: (16-17 سنة)

تحكيم الأبعاد:

ملاحظة أو تعديل	
	تمرير واستلام الكرة على الحائط 4م خلال 30 ثا
	تنطيط متعرج خلال 30 ثا
	تصويب من القفز خلال 30 ثا

تحكيم التمارين (البنود):

رقم التمرين	وحدة القياس	التمارين	الأبعاد
1	تحتسب عدد مرات التمريرات الصحيحة خلال 60 ثانية	<p>مواصفات الأداء: يقف اللاعب خلف الخط المرسوم على الأرض على بعد 4م بحيث لا يلامسه خلال الأداء. ثم يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن من خلال الزمن المحدد.</p> 	تمرير واستلام
2	تحتسب عدد مرات التمريرات الصحيحة خلال 60 ثانية	<p>مواصفات الأداء: يقف اللاعب الأول (أ) خلف أحد الخطوط المتوازية وعند إشارة البدء يقوم بإرسال الكرة إلى اللاعب (ب) الذي يقف خلف الخط المتوازي الثاني ويستلم الكرة وبعد انتهاء الوقت المخصص للاعب (أ) يقوم اللاعبان بتبديل واجباتهم.</p> 	
3	تحتسب عدد مرات التمريرات الصحيحة خلال 30 ثانية	<p>مواصفات الأداء: يحاول الرياضي خلال 30 ثانية تكرار رمي الكرة على الحائط من وضعية الخطوة واستقبالها لأكثر عدد ممكن من المرات.</p> 	
1	تحتسب عدد الشواخص خلال 30 ثانية	<p>مواصفات الأداء: تثبيت خمسة شواخص عمودية على الأرض في خط مستقيم والمسافة بين كل شاحصين (3م) ويرسم خط للبداية يبعد (3م) من الشاخص الأول.</p> <p>* يقوم المختبر بالوقوف خلف خط البداية عند سماع إشارة البدء يقوم بتنطيط الكرة مع الجري على شكل متعرج بين الشواخص ذهابا وإيابا.</p> <p>* يقوم اللاعب بالجري ذهابا وإيابا وباستمرار وبحسب الوقت المحدد.</p> 	تنطيط

<p>الوقت المستغرق لإجتياز الشواخص</p> <p>2</p>	<p>مواصفات الأداء: تثبيت خمسة شواخص عمودية على الأرض في خط مستقيم على مسافة 16 متر ومسافات مختلفة بين كل شاخص وتبعد على خط البداية 4 متر ومثلها على خط النهاية.</p> <p>* يقوم اللاعب بالجري ذهابا وبحسب الوقت المحدد.</p>		
<p>بحسب الزمن من لحظة البدء حتى الوصول</p> <p>3</p>	<p>مواصفات الأداء: يقوم بالوقوف عند منطقة البداية عند سماع إشارة البدء يقوم بتنطيط الكرة مع الجري في اتجاهات متعرجة بين الإعلام ذهابا وعودة طبقا للرسم حتى يصل إلى منطقة البدء مرة أخرى بمسافة 30 متر.</p>		
<p>تحتسب المحاولات الناجحة داخل مربعين في 30 ثانية</p> <p>1</p>	<p>مواصفات الأداء: تحدد نقطة عمودية على منتصف المرمى ليتم التصويب منها على أن يكون التصويب بطريقة الارتقاء ويكون التصويب على الهدفين المعلقين بالزاويتين العلويتين للمرمى ومن مسافة 9م.</p>		
<p>تحتسب عدد المحاولات الناجحة داخل المربعين خلال 45 ثانية</p> <p>2</p>	<p>مواصفات الأداء: يقف اللاعب بشكل جانبي خارج خط المرمى وهو ممسك بالكرة ثم يقوم اللاعب بالدوران والتصويب من السقوط الأمامي ويكون التصويب على المربعين الذين يكون مكانهما بالزاوية العليا وبالتناوب.</p>		<p>تصويب</p>

<b>3</b>	3 نقاط في الدائرة 50سم و 5 نقاط في الدائرة 30سم	<p>مواصفات الأداء: تم وضع دائرتين على الحائط بقطر 30 سم و 50 سم بارتفاع 1.5 متر من الأرض. تنفذ 5 رميات على مسافة 7 أمتار للتصويب القصير و 10 أمتار للتصويب الطويل من الجدار.</p> <p style="text-align: center;">*A &amp; B are the positions of the Scorer</p>

### سلم تنقيط خاص بالاختبارات المهارية قيد الدراسة لذكور

الدرجة من	المستوى	تميرير على الحائط	تنطيط 30 ثانية	التصويب من 6م من القفز
		عدد المرات	عدد الأمتار	درجة من 10
10				
1	ضعيف جدا	14.00	10م	3.00
2	ضعيف	15.00	20م	4.00
3	مقبول	16.00	30م	5.00
4		17.00	40م	5.00
5	متوسط	18.00	50م	6.00
6	جيد	19.00	60م	7.00
7		20.00	70م	7.00
8	جيد جدا	22.00	80م	8.00
9	متفوق	25.00	90م	9.00
10	النخبة	<25	<100م	10

### سلم تنقيط خاص بالاختبارات المهارية قيد الدراسة للإناث

الدرجة من	المستوى	تميرير على الحائط	تنطيط 30 ثانية	التصويب من 6م من القفز
		عدد المرات	عدد الأمتار	درجة من 10
10				
1	ضعيف جدا	6.00	6م	2.00
2	ضعيف	9.00	9م	3.00
3	مقبول	10.00	10م	4.00
4		11.00	20م	4.00
5	متوسط	12.00	30م	5.00
6	جيد	13.00	40م	6.00
7		15.00	50م	6.00
8	جيد جدا	16.00	60م	7.00
9	متفوق	22.00	70م	8.00
10	النخبة	<22.00	<80م	<8.00

## نتيجة الصدق التمييزي

## Statistiques de groupe

	المجموعة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
النفسي. التدفق	الدنيا المجموعة	3	132.6667	12.66228	7.31057
	العليا المجموعة	3	167.6667	3.78594	2.18581

## Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
النفسي. التدفق	3.087	.154	-4.587-	4	.010	-35.00000-	7.63035	-56.18524-	-13.81476-
			-4.587-	2.355	.032	-35.00000-	7.63035	-63.51808-	-6.48192-

## نتيجة الثبات بالتجزئة النصفية

### Statistiques de fiabilité

	Partie 1	Valeur	.646
		Nombre d'éléments	18 <sup>a</sup>
Alpha de Cronbach	Partie 2	Valeur	.908
		Nombre d'éléments	18 <sup>b</sup>
		Nombre total d'éléments	36
Corrélation entre les sous-échelles			.838
Coefficient de Spearman-	Longueur égale		.912
Brown	Longueur inégale		.912
Coefficient de Guttman split-half			.855

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018.

b. Les éléments sont : VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036.

نتيجة الثبات معامل الف كرونباخ

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.905	36



## نتيجة الصدق التمييزي

## Statistiques de groupe

	VAR00009	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00008	1.00	3	14.6667	1.15470	.66667
	2.00	3	10.0000	1.00000	.57735

## Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
VAR00008	Hypothèse de variances égales	.308	.609	5.292	4	.006	4.66667	.88192	2.21807	7.11526
	Hypothèse de variances inégales			5.292	3.920	.006	4.66667	.88192	2.19824	7.13510

نتيجة الثبات بطريقة الاختبار واعادة الاختبار لمقياس التدفق النفسي

**Corrélations**

	test	re.test
Corrélation de Pearson	1	.961**
test Sig. (bilatérale)		.000
N	10	10
Corrélation de Pearson	.961**	1
re.test Sig. (bilatérale)	.000	
N	10	10

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

نتيجة الثبات بطريقة الاختبار واعادة الاختبار لمقياس الأداء المهاري

**Corrélations**

	test	re.test
Corrélation de Pearson	1	.751*
test Sig. (bilatérale)		.012
N	10	10
Corrélation de Pearson	.751*	1
re.test Sig. (bilatérale)	.012	
N	10	10

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

## نتيجة الفرضية 1

Corrélations

		var1	var2
var1	Corrélation de Pearson	1	.061
	Sig. (bilatérale)		.636
	N	62	62
var2	Corrélation de Pearson	.061	1
	Sig. (bilatérale)	.636	
	N	62	62

## نتيجة الفرضية 2

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
var1	ذكر	30	132.0333	14.83817	2.70907
	انثى	32	138.0625	14.69680	2.59805

**Test d'échantillons indépendants**

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
var1 Hypothèse de variances égales	.802	.374	-1.607-	60	.113	-6.02917-	3.75234	-13.53497-	1.47664
Hypothèse de variances inégales			-1.606-	59.663	.113	-6.02917-	3.75352	-13.53820-	1.47987

### نتيجة الفرضية 3

#### Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
var2	ذكر	30	19.0000	3.98272	.72714
	انثى	32	14.6250	2.98112	.52699

#### Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart- type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales	2.624	.110	4.917	60	.000	4.37500	.88977	2.59520	6.15480
var2 Hypothèse de variances inégales			4.872	53.625	.000	4.37500	.89803	2.57427	6.17573

## قائمة الأستاذة المحكمين:

الجامعة	الدرجة العلمية	الأستاذ (ة) المحكم (ة)	الرقم
جامعة قاصدي مرباح ورقلة	أستاذ محاضر (أ)	عباسة نجيب	01
جامعة قاصدي مرباح ورقلة	أستاذ محاضر (أ)	برقوق عبد القادر	02
جامعة قاصدي مرباح ورقلة	أستاذ مساعد (أ)	كواش رضا توفيق	03
جامعة التكوين المتواصل ملحقة - تقرت -	أستاذ مساعد (ب)	لقوقي لهاشمي	04
المعهد الوطني للتكوين العالي لإطارات الشباب بورقلة	مستشار رئيسي للأنشطة البدنية والرياضية	داودي وحيد	06
المعهد الوطني للتكوين العالي لإطارات الشباب بورقلة	مستشار للأنشطة البدنية والرياضية	بن جلول نبيل	07