

دراسة مقارنة لتأثير الاستثارة الانفعالية على الطلبة اثناء أداء الاختبارات النظرية والعملية

م.م أيمن اليأس عزو*

د.فلاح جعاز شلش*

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث، فضلا عن التعرف على الفروق في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما. وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية. اشتملت عينة البحث من (125) طالب وطالبة من طلبة سكول التربية الرياضية/فاكلتي التربية- جامعة سوران للعام الجامعي 2012/2013م، وهم يشكلون نسبة (95.42%) من مجتمع البحث، وقد تم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة للاختبارات النظرية وعددهم (45) طالب وطالبة ومجموعة للاختبارات العملية وعددهم (80) طالب وطالبة، وقد اعتمد الباحثان على مقياس الاستثارة الانفعالية والذي أعده (دورثي.ف.هاريسون) وعربه (اسأمة كامل راتب 1997)، بعدها تمت المعالجة الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS إذ تم استخراج النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط (بيرسون) وتحليل التباين الثنائي Two-Way ANOVA.

أهم ما استنتجه الباحثان هو تمتع الطالبات عند أداء الاختبارات النظرية باستثارة انفعالية عالية، في حين ان الطلاب يتمتعون باستثارة انفعالية منخفضة عند أدائهم الاختبارات العملية. فضلا عن وجود فروق معنوية في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة وتبعاً لنوع الاختبارات وتبعاً لتفاعل جنس الطلبة مع نوع الاختبارات. وقد أوصى الباحثان بضرورة الاهتمام والتعامل النفسي المريح وخلق جو من الاستقرار النفسي للطلبة اثناء أداء الاختبارات العملية والنظرية، فضلا دراسة بعض المتغيرات النفسية الأخرى وإيجاد علاقتها مع مستوى التحصيل في الاختبارات العملية والنظرية.

* أستاذ بسكول التربية الرياضية، فاكلتي التربية، جامعة سوران.

** مدرس مساعد بسكول التربية الرياضية، فاكلتي التربية، جامعة سوران.

A comparative study of the impact for the emotional response on students during the performance of the theoretical and practical tests

Dr. Falih Jaz Shalesh

Ms. Eman Aleas Ezo

Abstract

The research aims to identify the level of emotional arousal for the research sample, as well as to identify the differences in the mean of emotional arousal scores depending on the sex of the students , the type of tests and the interaction between them. The researchers used the descriptive manner surveys, The research sample included 125 students from the School of Physical Education / faculty of Education - University of Soran for the academic year 2012/2013, they make up (95.42%) of the research community, and this percentage has been divided randomly into two groups, a group of theoretical tests which included (45) students and a group of practical tests is (80) students, The researchers was adopted on measure arousal emotional which prepared by (Dorothy. Q. Harrison) and translated to Arabic by (Osama full salary of 1997), Then statistical treatment has been done by using the statistical program SPSS. Then has been extracted the percentage , mean, standard deviation and coefficient of correlation (Pearson) and analysis of variance by Two-Way ANOVA.

The most important of the researchers finding is the enjoyment of the students when performing the theoretical tests by high emotional arousal. As well as there is significant differences in the mean scores of emotional arousal depending on the sex of the students, depending on the type of tests and depending on the interaction of students with the type of sex tests. The researchers recommended that needs for attention , psychological dealing comfort and create an atmosphere of psychological stability for students during the performance of the practical and theoretical tests, as well as the study of some of the other psychological variables and find a relationship with the level of achievement in the practical and theoretical tests.

المقدمة وأهمية البحث:

يعد مجال التربية الرياضية في يومنا هذا مجال خصبا ذات طبيعة علمية تعتمد على البحوث والدراسات والاستفادة من التداخل بين العلوم مستخدما المزيد من النظريات والمعلومات التي تهدف لتحقيق أعلى مستويات الانجاز الرياضي، سواء كان باستخدام العلوم الرياضية أو التطبيقية أو الوسائل العلمية وأساليب التدريس الحديثة من اجل حل المشاكل التي تواجه المتعلم في تحقيق أحسن أداء فني أو أفضل مستوى في مختلف الألعاب الرياضية.

إن الألعاب الرياضية تتميز بمستويات مختلفة سواء أكانت تلك الألعاب فرقية ام فردية ولتحقيق المستويات المرضية أو الانجازات الكبيرة لابد من إن يكون هدف القائمين على العملية التعليمية استخدام أفضل الطرائق وأدق الوسائل وأكفئها من اجل تحقيق الأهداف المرسومة. وتعتبر الجوانب النفسية للتطبيق الميداني والحقيقي لمكونات الشخصية الحقيقية للاعبين والطلبة في ظروف المنافسة أو الظروف الغير اعتيادية التي تتسم بالتوتر والشد النفسي المرتبط بتحقيق الانجاز أو الأداء أو الدرجة لهذا فان الاهتمام بهذا الجانب يعد الأهم في هذه المرحلة وهو جانب ارتباط العلوم الرياضية بالعلوم الأخرى سواء كانت هذه العلوم نظرية أم عملية من حيث التطبيقات الميدانية التي يسعى من خلالها إلى الارتقاء بالمستويات الرياضية في مختلف المهارات والأنشطة. وتعد الاستثارة وتوجيهها من خلال التدريب والمنافسات الرياضية فضلا عن إبقاء مستوى الاستثارة في الحدود الطبيعية والتي تسهم في تطوير مستوى الإنجاز والأداء والقدرة على التحكم بالضغوط النفسية التي لها تأثير في توتر المجاميع العضلية الكبيرة، لذا فان فهم سلوك وخبرة الطلبة بالنشاط الرياضي من خلال البحث في الحالات النفسية تعد الأهم في هذا الموضوع. وتعتبر الاستثارة الانفعالية إحدى المواضيع المهمة، وتكمن أهمية البحث في دراسة الاستثارة الانفعالية والتعرف على مستواها لدى الطلبة، فضلا عن التعرف عن مدى تأثر جنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما على درجة الاستثارة الانفعالية.

مشكلة البحث:

لا تمضي حياة الإنسان على وتيرة واحدة وعلى نمط واحد وإنما هي مليئة بالخبرات والتجارب المتنوعة التي تبعث فيها مختلف الانفعالات والحالات الوجدانية والاستثارة، فالإنسان يشعر بالخوف والقلق تارة وبالأمن والطمأنينة تارة أخرى. ويشعر بالفرح بعض الوقت وبالحزن والكآبة في بعض الأحيان. وهكذا نجد أن حياة الإنسان في تقلب مستمر وتغير دائم. وهذا لا شك يضيف على الحياة جزءا كبيرا مما لها من قيمة وما لها من متعة. لهذا تعد عملية الإعداد النفسي للطلاب للحياة العامة عموماً أو في المجال

الرياضي خصوصاً استثماراً اقتصادياً في الوقت والجهد لتحقيق أفضل النتائج والتقليل من الضغوط النفسية التي تواجه الطلبة وخاصة أثناء أداء الاختبارات والتي تتميز بدرجة مرتفعة من الاستثارة.

إذ إن هناك تبايناً في مستوى الاستثارة الانفعالية لدى الطلبة وهي من المتغيرات المهمة في تحقيق الأداء في الاختبارات الرياضية سواء كانت هذه الاختبارات نظرية أم عملية التي يجب أن يتمتع بها الطلبة وتعد من العوامل المساعدة على تحقيق أداء أفضل وصولاً للنتيجة المرجوة في الاختبارات. هذا ما يظهر واضحاً من خلال خبرة الباحثان عندما يتأثر الطلبة بالمواقف السلبية خلال الاختبارات فيفقدون أعصابهم نتيجة الاستثارة العالية التي تحدث لديهم نتيجة ضعف التحكم بالاستثارة الانفعالية خلال المواقف المفاجئة مما يسبب ضعف الأداء المهاري والخططي للطلاب أو الطالبات في الاختبارات العملية، وما يحدث من توتر مماثل أثناء أداء الاختبارات النظرية ويواجهون صعوبات لتلافي هذه المواقف، لذا فمن خلال هذا العمل البحثي المتضمن معرفة تأثير الاستثارة الانفعالية لطلبة التربية الرياضية عند أداء الاختبارات النظرية والعملية فبواسطة هذه الدراسة سنتمكن من مواجهه الحالات السلبية التي تحدث خلال الاختبارات من ضعف وانخفاض الاستثارة أو ارتفاعها وكيفية توجيه الطلبة للتحكم بها وجعلها فعالة وتحقيق أداءها المطلوب في الاختبارات.

أهداف البحث:

1. التعرف على مستوى درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث.
2. التعرف على الفروق في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما.

تساؤلات البحث:

1. ما مستوى درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث؟
2. هل توجد فروق في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما.

مجالات البحث:

1. المجال البشري: طلاب وطالبات سكول التربية الرياضية/ فاكولتي التربية/ جامعة سوران.
2. المجال الزمني: للفترة 2012/11/27م لغاية 2013/3/10م.
3. المجال المكاني: ملاعب سكول التربية الرياضية/ فاكولتي التربية/ جامعة سوران.

الدراسات النظرية:

مفهوم الاستثارة الانفعالية:

لقد ظهرت بعض التعاريف التي تبين مفهوم مصطلح الاستثارة الانفعالية فهو "عبارة عن حالة تمتاز بقوة ورغبة في عمل سلوك معين"¹، إما ارنوف (1983) فيبين إن "الانفعالات أو الوجدانيات حدث داخلي لان هذا الحدث قد يثير بدوره مظهرا خارجيا يدل عليه وأحيانا ينزع لمظهر فجأة ويصعب التحكم به"²، وقد يكون الانفعال "عبارة عن حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصاحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية قد تعبر غالبا عن نوع الانفعال"³.

وتعرف الاستثارة بأنها مجموعه ردود أفعال نفسيه وجسميه تجعل الشخص مبتهجا ومتميزا وعلى درجه عاليه من الوعي⁴، وعرفها حلمي المليجي (1972) "حالة اضطرابات وتغيرات مصحوبة بإثارة وجدانية تتميز بمشاعر واندفاع نحو السلوك"⁵، أما ثامر محسن (1990) فعرفها "اضطرابات حادة تشمل الفرد كله وتؤثر في سلوكه وخبرته الشعورية وظيفته الحيوية تنشأ من مصدر نفسي"⁶.

أن تفاعل الفرد المستمر مع بيئته الخارجية أكسبته علاقات معينة بالنسبة للأشياء والظواهر والأحداث مما جعل الفرد يمتلئ بالانفعالات المختلفة من فرح وسرور ومن رهب وخوف وغضب وكراهية وتنشأ الانفعالات من خلال تفاعل الفرد مع الخبرات التي يتعرض لها، إذ لا يمكن صدها أو كفها على الرغم من أنها قد تسبب في شعور الفرد عدم قدرته على السيطرة على السلوك والتحكم به، والانفعالات جانب شعوري يشير إلى إحساس وتأثير الفرد بالانفعالات وجانب سلوكي يشير إلى الحركات التعبيرية كتغيرات الوجه والأطراف والتغيرات العضلية المصاحبة للانفعالات كسرعة دقات القلب وسرعة التنفس⁷.

الاستثارة الانفعالية في المجال الرياضي:

¹ عبد الرحمن محمد عيسوي: علم النفس الفسيولوجي، دراسة في تفسير السلوك الإنساني، بيروت، دار النهضة للطباعة والنشر، 1991، ص59.

² ارنوف: التقدم في علم النفس، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، القاهرة، مطبعة الأهرام، 1983، ص133.

³ محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998، ص438.

⁴ يوسف موسى المقدادي وعلي محمد العمائره: علم النفس الرياضي، عمان، مطبعة المكتبة الوطنية، ص90.

⁵ حلمي المليجي: علم النفس المعاصر، ط2، بيروت، دار النهضة العربية، 1972، ص149.

⁶ ثامر محسن: الإعداد النفسي لكرة القدم، الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990، ص30.

⁷ احمد عزت راجح: أصول علم النفس، ط1، القاهرة، دار المعارف، 1979، ص153.

تمثل الاستثارة ظاهرة فسيولوجية محايدة، حيث ترتبط بكل من الانفعالات الموجبة والسالبة، وتلعب فسيولوجية الجهاز العصبي دوراً رئيساً في الاستثارة بقسميه السمبثاوي والباراسمبثاوي. والرياضة ذات أهمية خاصة في تطوير الانفعالات وتعبيرات الرياضيين في المباريات تختلف في مستواها ونوعيتها عن الانفعالات في الحياة اليومية وغالباً ما تمتلك طابعاً حيويًا متميزاً لكونها تزيد من النشاط الحيوي للأجهزة العضوية.

إضافة إلى ما سبق يعد الأداء الرياضي أحد أنواع الأداء الذي يمارسه الإنسان والذي تكون للانفعالات النفسية دور مهم فيه سوى إنشاء ممارسة التدريب أو في حالات المنافسة ويكون لها تأثير سلبي أو إيجابي في العمليات الوظيفية من جهة وفي السلوك الخاص بالفرد الرياضي من جهة أخرى، وبصورة أدق فإنه لا يمكن التعرف أو الجزم بأن هذا الانفعال سلبي أو إيجابي إلا بعد أن تتم مقارنته مع نتيجة الأداء أو الإنجاز وهذا يتوقف على طبيعة الأداء ونوع الرياضة الممارسة ومستوى الرياضيين من حيث الخبرة والتجربة والمرحلة العمرية ومستوى الإنجاز.

وفي المجال الرياضي نلاحظ استخدام الكثير من العبارات التي تعبر عن مستوى التوتر والاستثارة للاعب في المواقف الرياضية المختلفة أو قد تعبر عن درجة نشاط بعض أجهزة الجسم مثل ظهور بعض الأعراض الفسيولوجية بدرجة واضحة على اللاعب كسرعة دقات القلب أو سرعة التنفس أو التوتر العضلي أو كثير من التعرق وغير ذلك من الأعراض.

وقد اهتم الباحثون في مجال علم النفس بدراسة ظاهرة الاستثارة وحاولوا مفهومها وعلاقتها بالنشاط الرياضي. فقد ترى زينب (1990) نقلاً عن (كوكس) إلى إن مفهوم الاستثارة "يتطلب معرفة التحولات الأساسية التي تحدث في الجسم عند استثارة اللاعب ويصف الاستثارة بأنها درجة التنشيط للأعضاء التي تكون تحت سيطرة الجهاز العصبي المستقل"¹.

وتستخدم الاستثارة الانفعالية للتعبير عن حالة الرياضي الانفعالية قبل المسابقات الرياضية، وتكون الاستثارة الانفعالية عالية في الرياضات التي تتطلب عمل العضلات الكبيرة مثل رفع الإثقال، بينما في الرياضات التي تتطلب عمل العضلات الصغيرة مثل الرماية بالقوس والسهم تكون الاستثارة الانفعالية منخفضة. كما يكون ارتفاع درجة الاستثارة الانفعالية ضروري للأداء الرياضي الذي يتطلب القوة العضلية والسرعة، بينما يكون هذا الارتفاع معوق للأداء الرياضي الذي يتطلب التوافق الحركي. إن رفع الروح المعنوية في مواجهة الاستثارة الانفعالية تعتبر مهمة إنشاء المنافسة الرياضية لدى الطلاب الذين يجب إن يعتنوا باستعمال أساليبهم المناسبة لهم وقد يتطلب ذلك التحكم بالقلق، ويحتاج الفريق لاستراتيجيات

¹ زينب حسن الجبوري: الاستثارة الانفعالية والسمات الشخصية لدى اللاعبين الشباب والمتقدمين في الساحة والميدان، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2000، ص19.

مختلفة ومتباينة عما يحتاجه الطالب بذاته، ويستطيع المدرس إن يلعب دوراً مهماً في ذلك من خلال استعمال طرق للتهيئة النفسية.

لذا فإن الانفعال عبارة عن حالات فسيولوجية تحدث للإفراد وتعمل على توجيه سلوكهم حسب نوع الاستثارة إن كانت ايجابية أو سلبية وبالتالي تؤثر في مستواه وكثيراً ما يستخدم في أثناء المنافسات عبارات تدل على الإثارة وبت روح الحماس للاعب وتحديداً من قبل المدربين بغية الوصول للاعب للأداء المطلوب إنجازه. وتكثر حالات الاستثارة والتعبئة النفسية قبل المنافسة وخلالها عن طريق تشجيع اللاعبين وبت روح الحماس في نفوسهم لضمان تحقيقهم لأحسن مستوى في الأداء. وكذلك نجد إن الانفعالات تلعب دوراً مهماً وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضية، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة التي يمارسها، إذ لا توجد على الإطلاق أنواع من الممارسات الرياضية دون أن تصطبغ بالانفعالات¹.

الدراسات المشابهة:

هدفت دراسة محمد حسين حميدي وآخرون (2004) إلى التعرف على تأثير تمارين الاسترخاء (الذاتي-التخيلي) في الاستثارة الانفعالية لدى عدائي 110م حواجز، وكذلك التعرف على بعض المتغيرات الكينماتيكية لعدو 110م حواجز للرجال للاختبارات القبلية والبعدية لمجموعات الدراسة. تكونت عينة البحث من العدائين المشاركين في بطولة العراق للمتقدمين في عدو 110م حواجز ومن المسجلين بسجلات اتحاد العاب القوى العراقي المركزي للموسم الرياضي 2003م وعددهم (12) عداء، وتوصل الباحثون الى إن تدريبات الاسترخاء الذاتي والتخيلي قد أثرت وبشكل واضح في خفض درجة الاستثارة الانفعالية، وكذلك هناك تأثير للبرامج التدريبية في تطور الزمن من البداية إلى المانع الأول وللمجاميع التدريبية الثلاث، وظهر أن منهجي الاسترخاء الذاتي والتخيلي قد اثر في تقليل المسافة قبل الحاجز².

وبحث زهير يحيى وآخرون (2007) مستوى درجة الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي المراكز المختلفة لمنتجات الجامعات العراقية بكرة السلة والتعرف على الفروق الفردية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة (عينة البحث)، وتكونت عينة البحث من منتخبات جامعات القطر بكرة السلة (دهوك، الموصل، ديالى،

¹ محمد جسام عرب، موسى جواد كاظم: مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد 1، مطبعة ديالى، بعقوبة، 2001، ص 41.

² محمد حسين حميدي وآخرون: تأثير تمارين الاسترخاء الذاتي- التخيلي في الاستثارة الانفعالية وبعض المتغيرات الكينماتيكية من البدء إلى اجتياز الحاجز الأول في عدو 110م حواجز، بحث منشور، مجلة بحوث ودراسات، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، العدد 8، 2004.

الأنبار، سليمانية، صلاح الدين) البالغة (٦٠) لاعبا وقد تم استخدام مقياس الاستثارة الانفعالية كأداة للبحث والذي يتكون من (٥٠) عبارة تقيس درجة الاستثارة الانفعالية للاعب وقد تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الوسط الحسابي، والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط وتحليل التباين باتجاه واحد وقيمة اقل فرق معنوي وأسفرت النتائج عن ظهور حالة من الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لعينة البحث فضلا عن وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة عينة البحث، كما يوجد ارتفاع ملحوظ لدى مركزي الارتكاز والزاوية في مستوى الاستثارة الانفعالية مقارنة بمركز الموزع¹.

وسعى ميثم صالح كريم (2008) إلى التعرف على الاستثارة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الأولى في أداء الاختبارات العملية لبعض الألعاب الفرعية والفردية، وكذلك التعرف على الفروق في الاستثارة الانفعالية لدى طلاب المرحلة الأولى في أداء الاختبارات العملية لبعض الألعاب الفرعية والفردية، حدد الباحث عينة البحث بطلاب المرحلة الأولى لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل والبالغ عددهم (110) طالب، وتم التوصل إلى إمكانية التعرف على الاستثارة الانفعالية عند الألعاب الرياضية (كرة القدم، كرة السلة، الجمناستك، الإثقال) وإمكانية المقارنة بين قيم الاستثارة الانفعالية بين للألعاب الرياضية (كرة القدم، كرة السلة، الجمناستك، الإثقال)².

وتناولت شيماء علي خميس (2010) الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة الشباب لمنطقة الفرات الأوسط للموسم (2009-2010) وإمكانية التعرف على نوع العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية، وشملت عينة البحث لاعبو بعض فرق الكرة الطائرة الشباب، وتوصلت الباحثة إلى امتلاك عينة البحث لاستثارة انفعالية مرتفعة وذات مهارة منخفضة، وهناك علاقة عكسية بين الذات المهارية والاستثارة الانفعالية لعينة البحث³.

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية وذلك لملائمته وطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:-

¹ زهير يحيى وآخرون: دراسة مقارنة في مستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي الجامعات وفق مراكز اللعب المختلفة بكرة السلة، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد 14، العدد 46، 2007.

² ميثم صالح كريم: مقارنة في الاستثارة الانفعالية عند أداء الاختبارات العملية لبعض الألعاب الفرعية والفردية لدى طلاب التربية الرياضية بحث منشور، 2008.

³ شيماء علي خميس: الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعبي بعض فرق الكرة الطائرة الشباب، بحث منشور، 2010.

مجتمع البحث أشتمل طلاب وطالبات المرحلتين الثالثة والرابعة لسكول التربية الرياضية/ فاكلتى التربية في جامعة سوران للعام الجامعي 2013/2012م والبالغ عددهم (131) طالب وبطريقة عشوائية، تم اختيار عينه البحث والبالغ عددهم (125) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (95.42%) من مجتمع البحث، وقد تم تقسيم عينة البحث عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة للاختبارات النظرية وعددهم (45) طالب وطالبة ومجموعة للاختبارات العملية وعددهم (80) طالب وطالبة، وجدول (1) يبين توزيع عينة البحث والنسبة المئوية بحسب الاختبارات العملية والنظرية.

جدول (1)

يبين توزيع عينة البحث والنسبة المئوية بحسب الاختبارات العملية والنظرية.

النسبة المئوية	مجتمع البحث	طلاب	طالبات	العدد	العينة
%61.07	131	50	30	80	الاختبارات العملية
%34.35		29	16	45	الاختبارات النظرية
%4.58		4	2	6	العينة الاستطلاعية
%100		83	48	131	المجموع

أدوات وأجهزة البحث:-

- الملاحظة.
- الاستبانة (مقياس الاستثارة الانفعالية).
- جهاز كومبيوتر نوع (Pentium 4).
- ساعة توقيت الكترونية نوع (festal).

إجراءات البحث الميدانية:-

إجراءات إعداد مقياس الاستثارة الانفعالية:-

استعمل الباحثان مقياس الاستثارة الانفعالية الذي يهدف إلى التعرف على درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي أعده (دورثي.ف. هاريسون) وعريه (اسأمه كامل راتب

1997)¹، ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس الاستثارة الانفعالية وله درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية ويتكون هذا المقياس من (50) فقرة، وقد تم تعريف المقياس وإخضاعه لبعض التعديلات لأجل تطبيقه على الطلبة وذلك من خلال عرض المقياس على الخبراء والمختصين.

تحديد صلاحية الفقرات:-

بعد ان تم تعديل فقرات المقياس بما يتلاءم وعينة البحث عرضت على عدد من المختصين من علم النفس الرياضي والقياس والتقويم والعلوم النفسية والتربوية لبيان صلاحيتها في قياس الهدف الذي وضع لأجله وكما في الجدولين (2، 3):-

جدول (2)

يبين أرقام الفقرات المحذوفة والمعدلة والتي تم تعديلها بشكل بسيط والتي لم يجري عليها أي تعديل

رقم الفقرة	الفقرات
48-46-28-24-20	المحذوفة
45-41-29-22-11-10	المعدلة
-17-16-15-14-12-9-8-7-6-5-3-1 -35-33-32-31-30-26-23-21-19-18 50-49-47-44-43-42-40-38-37-36	المعدلة تعديل بسيط
39-34-27-25-13-4-2	لم يجري عليها أي تعديل

جدول (3)

يبين الفقرة وعدد الخبراء الموافقين والغير موافقين والنسبة المئوية

النسبة المئوية	الخبراء		رقم الفقرة	ت
	غير موافقين	موافقون		
%100	-	8	39-34-27-25-13-4-2	1

¹ أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997، ص272.

%87.5	1	7	-15-14-12-11-10-9-8-7-6-5-3-1 35-33-26-23-22-21-19-18-17-16	2
% 75	2	6	-41-40-38-37-36-32-31-30-29 50-49-47-45-44-43-42	3
%62.5	3	5	48-46 -28 -24 - 20	4

التجربة الاستطلاعية:-

اجري الباحثان تجربة استطلاعية يوم الثلاثاء المصادف 4 / 12 / 2012 على (6) طلاب في اختبار الكرة الطائرة وتشكل نسبتهم (4.57%) من مجتمع البحث، وقد تم استبعادهم من التجربة الرئيسية، وكان الغرض من هذه التجربة هو تحديد الزمن اللازم للإجابة على فقرات الاستبيان وكذلك التعرف على الصعوبات والعقبات وتنظيم إدارة المختبرين¹، وبعد الانتهاء من إجراء التجربة الاستطلاعية تبين إن فقرات المقياس كانت واضحة من قبل أفراد العينة وكذلك بدائل الإجابة والتعليمات في حين كان وقت استكمال التأثيرات لجميع أفراد عينة التجربة (20-30) دقيقة.

الأسس العلمية للمقياس:-

إن الصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السيكولوجية التي يجب توفرها في المقياس النقي ومهما كان الغرض من استخدامها²، وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص والشروط من أجل ضمان جودة وصلاحيته المقاييس المستخدمة بالمقياس والتقويم.

وقد تم التحقق من صدق المقياس من خلال إيجاد الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض المقياس على مجموعه من الأساتذة المختصين، وتم التأكد من ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، إذ تم الحصول على معامل ثبات عالي بين أداء الاختبار الأول وأعادته الاختبار من خلال تطبيق نفس المقياس على نفس عينة التجربة الاستطلاعية وبظروف مشابهة وبعد مرور أسبوع من الاختبار الأول ظهرت قيمة ثبات المقياس 0.874 وهذا يدل على ملائمة الاختبار لإفراد العينة.

¹ محمد عبد السلام: القياس التربوي والنفسي، ط1، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، 1988، ص114.

² صلاح الدين محمود علام: القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته، توجيهاته المعاصرة، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص409.

طريقة تصحيح المقياس :-

إن عملية تصحيح المقياس تتم بوضع درجه مناسبة لكل فقره وحسب إجابة المستجيب من خلال مفتاح التصحيح الذي هو عبارة عن الأداة التي يكشف بها الفاحص عن الإجابات التي تدل عن وجود النتيجة التي تقاس، حيث تكون المقياس من (45) فقرة، الفقرات الايجابية (23) فقرة تكون إجابتها (1، 2، 3) والفقرات السلبية (22) فقرة تكون إجابتها (3، 2، 1).

جدول (4)

يبين بدائل الإجابة وأوزان الفقرات لمقياس الاستثارة الانفعالية

بدائل الإجابة			
نادرا	أحيانا	غالبا	وزن الفقرة
3	2	1	الفقرات الايجابية
1	2	3	الفقرات السلبية

ان أعلى درجه محتملة يحصل عليها الطالب (135) وادني درجه (45) لان تقدير الإجابة ثلاثي، وبهذا يكون الوسط النظري إي درجة الحياد (90). حيث انه كلما كانت درجة المستجيب أعلى من الوسط النظري كلما كان ذلك مؤشر على ان الاستثارة الانفعالية عالية ستؤثر سلبيا على أداء الطالب في اللعبة الممارسة وكلما كانت درجة المستجيب نفس الوسط النظري أو اقل كان ذلك مؤشر على إن الاستثارة الانفعالية مقبولة وتؤدي إلى الأداء الأمثل في اللعبة.

التجربة الرئيسية :-

أجرى الباحثان التجربة الرئيسية خلال المدة المحصورة بين (2012/12/3 لغاية 2013/3/10) على ملاعب وصالة قسم التربية الرياضية/ فاكلتي التربية/جامعة سوران، وبعد إعداد أداة البحث بالشكل النهائي والمكون من (45) فقرة وتم تحديد العينة الأصلية والبالغ عددهم (125) طالب وطالبة من المرحتين الثالثة والرابعة لقسم التربية الرياضية/ فاكلتي التربية/جامعة سوران وتشكل نسبة (95.42%) من مجتمع البحث وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الأساسية قام الباحثان بجمع البيانات الخاصة بأفراد عينة البحث وترتيبها في جداول تمهيداً لتحليلها إحصائياً.

الوسائل الإحصائية:-

تمت المعالجة الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS إذ تم استخراج النسبة المئوية، وتم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط (بيرسون) وتحليل التباين الثنائي Two-Way ANOVA ولقد تم تحديد مستوى الدلالة عند 0.05 أو اقل.

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

تحقيقاً لأهداف البحث وللإجابة على ما وضعه الباحثان من تساؤلات يقدم ما توصلنا إليه من نتائج في العرض الآتي:

جدول (5)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاستثارة الانفعالية لعينة البحث

نوع الاختبارات	جنس الطلبة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
النظري	طالبات	16	95.76	4.99
	طلاب	29	90.2	4.59
	المجموع	45	92.18	5.40
العملي	طالبات	30	85.73	4.41
	طلاب	50	69.67	2.61
	المجموع	80	75.69	8.52
مجموع الاختبارات	طالبات	46	89.22	6.65
	طلاب	79	77.21	10.54

يتبين من جدول (5) أن الطالبات بالاختبارات النظرية حققن أعلى قيمة بدرجات الاستثارة الانفعالية إذ بلغ الوسط الحسابي لهن 95.76 وانحراف معياري 4.99 وهو أعلى من قيمة المتوسط النظري والبالغ (90) درجة وهذا يدل على أنهن من ذوات الاستثارة الانفعالية العالية، في حين حقق الطلاب في الاختبارات العملية أدنى قيمة بدرجات الاستثارة الانفعالية إذ بلغ الوسط الحسابي لهم 69.67 وانحراف معياري 2.61 وهو أدنى من قيمة المتوسط النظري والبالغ (90) درجة وهذا يدل على أنهم من ذوي الاستثارة الانفعالية المنخفضة، وبذلك فقد تمت الإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على: ما مستوى درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث؟

وعلى الرغم من التعرف على هذه القيم إلا أنه لا يمكن الحكم على أي من جنس الطلبة ونوع الاختبارات أو تفاعلها قد أثر في درجة الاستثارة الانفعالية على عينة البحث، لذلك استخدم الباحثان

تحليل التباين الثنائي Two-Way ANOVA والذي يكشف الفروق في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما، وهذا ما يبينه جدول (6).

جدول (6)

يبين نتائج تحليل التباين الثنائي في درجات الاستثارة الانفعالية لعينة البحث

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	معنى الدلالة
جنس الطلبة	3109.602	1	3109.602	201.912	.000	معنوي
نوع الاختبارات	6213.009	1	6213.009	403.423	.000	معنوي
تفاعل جنس الطلبة مع نوع الاختبارات	733.454	1	733.454	47.625	.000	معنوي
الخطأ	1863.49	121	15.401			
الكلية	847712.728	125				

يبين جدول (6) تحليل التباين الثنائي في درجات الاستثارة الانفعالية لعينة البحث تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما، حيث اتضح أن قيم (ف) المحتسبة والبالغة (201.912، 403.423، 47.625) وحسب الترتيب وبمستوى دلالة $0.05 \geq$ وهذا يدل على وجود فروق معنوية في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعا لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما، ويعزو الباحثان ذلك إلى ان الاستثارة الانفعالية هي عملية نفس فسيولوجية تختلف في الشدة والدرجة والمتطلب وفق أداء الطلبة أو اللاعبين للاختبارات العملية أو النظرية، وهذه النتيجة مشابهة لما توصلت إليه عيبر فاروق البدي (2007) من وجود فروق معنوية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية ترجع إلى الجنس (ذكور - إناث) على بعدي الخبرات البديلة، الاستثارة الانفعالية¹.

وتعتبر الاستثارة الانفعالية هي حالة مؤقتة سببها إدراك المواقف التقويمية أثناء أداء الاختبارات على أنها مواقف تهديديه للشخصية، مصحوبة بتوتر وتحفز وحدّة انفعالية وانشغالات عقلية سلبية تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الاختبارات مما يؤثر سلباً على المهام العقلية والمعرفية والحركية في موقف الاختبار النظري أو العملي. وهذا ما أكد عليه احمد عكاشة (1993) من ان كل طالب يحتاج إلى درجة معينة من الانفعال إذا زادت أثرت على سلوكه وتفكيره وإذا قلت إصابته بالملل².

¹ عيبر فاروق البدي: فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والأسرية لدى طلاب التعليم الثانوي العام في المدارس الموحدة والمختلطة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، 2007.

² احمد عكاشة: علم النفس الفسيولوجي، ط8، مكتبة انجلوا المصرية، القاهرة، 1993، ص174.

وبذلك فقد تمت الإجابة على التساؤل الثاني والذي ينص على: هل توجد فروق في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعاً لجنس الطلبة ونوع الاختبارات والتفاعل بينهما.

الاستنتاجات والتوصيات:-

الاستنتاجات:-

1. تمتع الطالبات عند أداء الاختبارات النظرية باستثارة انفعالية عالية، في حين ان الطلاب يمتعون باستثارة انفعالية منخفضة عند أدائهم الاختبارات العملية.
2. وجود فروق معنوية في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعاً لجنس الطلبة.
3. وجود فروق معنوية في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعاً لنوع الاختبارات.
4. وجود فروق معنوية في متوسطات درجات الاستثارة الانفعالية تبعاً لتفاعل جنس الطلبة مع نوع الاختبارات.

التوصيات:-

1. التأكيد على الاهتمام والتعامل النفسي المريح وخلق جو من الاستقرار النفسي للطلبة إثناء أداء الاختبارات العملية والنظرية.
2. استخدام مقاييس نفسية أخرى على الطلبة إثناء أداء الاختبارات العملية والنظرية.
3. إجراء دراسات أخرى لمعرفة الاستثارة الانفعالية بين طلاب المراحل الدراسية الأخرى.
4. دراسة بعض المتغيرات النفسية الأخرى وإيجاد علاقتها مع مستوى التحصيل في الاختبارات العملية والنظرية.

المصادر:-

- 1- احمد عزت راجح: أصول علم النفس، ط1، القاهرة، دار المعارف، 1979.
- 2- احمد عكاشة: علم النفس الفسيولوجي، ط8، مكتبة انجلوا المصرية، القاهرة، 1993.
- 3- حلمي المليجي: علم النفس المعاصر، ط2، بيروت، دار النهضة العربية، 1972.
- 4- أرنوف: التقدم في علم النفس، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، القاهرة، مطبعة الأهرام، 1983.
- 5- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
- 6- ثامر محسن: الإعداد النفسي لكرة القدم، الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990.
- 7- زهير يحيى وآخرون: دراسة مقارنة في مستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي الجامعات وفق مراكز اللعب المختلفة بكرة السلة، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد14، العدد46، 2007.
- 8- زينب حسن الجبوري: الاستثارة الانفعالية والسمات الشخصية لدى اللاعبين الشباب والمتقدمين في الساحة والميدان، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2000.
- 9- شيماء علي خميس: الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعبي بعض فرق الكرة الطائرة الشباب، بحث منشور، 2010.
- 10- صلاح الدين محمود علام: القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته، توجيهاته المعاصرة، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- 11- عبد الرحمن محمد عيسوي: علم النفس الفسيولوجي، دراسة في تفسير السلوك الإنساني، بيروت، دار النهضة للطباعة والنشر، 1991.
- 12- عبير فاروق البدري: فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والأسرية لدى طلاب التعليم الثانوي العام في المدارس الموحدة والمختلطة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، 2007.
- 13- محمد جسام عرب، موسى جواد كاظم: مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد1، مطبعة ديالى، بعقوبة، 2001 .

- 14- محمد حسين حميدي وآخرون: تأثير تمارين الاسترخاء الذاتي - التخلي في الاستثارة الانفعالية وبعض المتغيرات الكينماتيكية من البدء إلى اجتياز الحاجز الأول في عدو 110م حواجز، بحث منشور، مجلة بحوث ودراسات، كلية التربية الرياضية بالجارية، العدد8، 2004.
- 15- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998.
- 16- محمد عبد السلام: القياس التربوي والنفسي، ط1، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، 1988.
- 17- ميثم صالح كريم: مقارنة في الاستثارة الانفعالية عند أداء الاختبارات العملية لبعض الألعاب الفرعية والفردية لدى طلاب التربية الرياضية بحث منشور، 2008.
- 18- يوسف موسى المقدادي وعلي محمد العمایره: علم النفس الرياضي، عمان، مطبعة المكتبة الوطنية.

ملحق (1)

مقياس الاستثارة الانفعالية بصورته النهائية

ت	الفقرة	غالباً	أحياناً	نادراً
1	أدائي إثناء التدريب أفضل كثيراً من الامتحان العملي.			
2	يضايقني إن يشاهد أدائي أشخاص مهمون.			
3	اشعر بصعوبة التركيز قبل الامتحان العملي.			
4	يقلقني تفكير الآخرين في مستوى أدائي.			
5	يصعب علي استعادة تركيز انتباهي إذا ارتكبت أخطاء إثناء الامتحان العملي.			
6	يتشتت انتباهي إثناء الامتحان العملي.			
7	اتبع نظاماً معيناً عندما استعد للامتحان العملي.			
8	ارتكب المزيد من الأخطاء عندما تزداد المنافسة في الامتحان العملي.			
9	اشعر بالخوف الشديد عند اقتراب مواقف المنافسة في الامتحان العملي .			
10	ألوم نفسي عندما ارتكب أخطاء بسيطة إثناء الامتحان العملي.			
11	نقد المدرس لي يعوق مقدرتي على تركيز الانتباه في الامتحان العملي.			

			أعاني بعض الاضطرابات في المعدة إثناء الامتحان العملي.	12
			اشعر بالخوف من عدم أداء ما في استطاعتي في المنافسات الهامة.	13
			يهمني جدا الأداء بأقصى طاقتي في الامتحان العملي.	14
			إننا لآعب متمكن في مواقف المنافسة الشديدة خصوصاً في الامتحان العملي.	15
			استطيع إثناء الإحماء- وانتظار بداية الامتحان العملي- التركيز بشكل ايجابي في المنافسة القادمة.	16
			احتفظ في ذهني بخطة لأداء الامتحان العملي تفصيلياً.	17
			أكون عصبياً ومهموماً قبل المنافسات الهامة في الامتحان العملي.	18
			افتقد السيطرة على أفكارى قبل الامتحان العملي.	19
			احتاج بعض الوقت قبل الامتحان العملي لغرض الإعداد الذهني.	20
			أحقق أفضل أداء عندما اعرف بالتحديد المطلوب أدائه.	21
			يتحسن أدائى كلما زادت صعوبة التحدي في الامتحان العملي.	22
			أحقق أفضل أداء عندما أكون مسترخياً وهادئاً.	23
			يمكننى التصور الذهني لجميع المواقف المرتبطة بالامتحان العملي قبل بدايته.	24
			أجد صعوبة في تركيز الانتباه عندما يسير الامتحان على النحو الغير مخطط له.	25
			أحقق أفضل أداء عندما يشجعني مدرسى أثناء الامتحان العملي.	26
			عندما أكون مركزاً تماماً في الامتحان العملي انتبه إلى تعليمات ونداءات المدرس من خارج الملعب.	27
			استطيع تذكر جميع الأشياء التي حدثت في الامتحان العملي بعد انتهائها.	28
			استطيع التصور الذهني للامتحان العملي (أرى/أشعر) على النحو الذي أحب.	29
			أضع أهدافاً لأدائى بالامتحان العملي لكل تدريب في الامتحان.	30
			استطيع إن أرى وأشعر بوضوح أداء المهارات التي أريد تصورها ذهنياً.	31
			اشعر بعد انتهاء الامتحان العملي انه كان بإمكانى الأداء بشكل أفضل.	32
			احرص على أثاره زميلى المنافس أثناء الامتحان العملي كلما أمكننى ذلك.	33
			أخشى إصابتي إثناء الأداء في الامتحان العملي.	34
			أفكر في كيف كان أدائى بعد الامتحان العملي ،وماذا استطيع إن افعل لتطويره في الأداء التالى.	35
			إذا تعرضت لقرار خاطئ من المدرس استطيع تركيز الانتباه مره آخر .	36
			اشعر بالحاجة لدخول الحمام مرات عديدة قبل الامتحان العملي.	37

			أحاول تجنب التفكير في الامتحانات العملية القادمة.	38
			اشعر بالضعف والوهن قبل الامتحان العملي مباشرة.	39
			اشعر إنني لا أستطيع تذكر أي شيء قبل الامتحان العملي مباشرة.	40
			يكون أدائي في الامتحان العملي باستمرار قريبا أو في حدود قدراتي.	41
			استمتع بالممارسة أكثر من الامتحان العملي.	42
			تزداد عصبيتي كلما زاد عدد جمهور الطلبة للامتحان العملي.	43
			أفكر كثيرا في كيفية أدائي والأداء الذي أرغب فيه عندما أكون بعيدا عن الممارسة في الامتحان العملي.	44
			اشعر بالاسترخاء التام حين أدائي بشكل جيد في الامتحان العملي.	45