

مستوى التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة والاستلام بكرة اليد لدى شباب نادي ديالى

استلام البحث : ٢٠٢٤/٢/١٥

م. اياد كامل شعلان

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قبول البحث : ٢٠٢٤/٣/٣

ayad.kamel.shalan@uodiyala.edu.iq**ملخص البحث**

تتم أهمية البحث في التعرف التدفق النفسي لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد وعلاقته بمهارتي المناولة والاستلام، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، حدد مجتمع البحث بلاعبي كرة اليد للشباب بأعمار ١٥-١٨ سنة للموسم الرياضي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ في محافظة ديالى موزعين على اقصية المحافظة للاندية والبالغ عددهم (٦) اندية واختير نادي ديالى الرياضي بكرة اليد كعينة للبحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (١٨) لاعبا، أجريت التجربة الرئيسية على (١٥) لاعبا، وبهذا تكون النسبة لافراد عينة البحث (١٩.٧٣%). توصل الباحث إلى إن التدفق النفسي لدى اللاعبين الشباب في نادي ديالى الرياضي بكرة اليد كان متوسط، وإن الأداء المهاري الأمثل يتطلب من اللاعب ان يكون على مستوى عالٍ من التمتع بالمهارات النفسية بحسب ضغوط المنافسة لدى افراد عينة البحث، ويوصي الباحث إلى ضرورة إفادة المعنيين من الهيئات الإدارية والمدربين من البرنامج النفسية، لما له من أثر في تطور المهارات الأساسية، وضرورة أن يكون هناك شخص متخصص (نفسى) لكل فريق وخاصة المنتخبات الوطنية ويكون مسؤولاً ومشرفاً على تطبيق المناهج النفسية.

الكلمات المفتاحية: (التدفق النفسي، المناولة والاستلام، الشباب، كرة اليد، اللاعبين).

The level of psychological flow and its relationship to the skill of handling and receiving in handball among the youth of Diyala Club

Ayad Kamel Shaalan
Diyala University

Abstract

The importance of the research lies in identifying the psychological flow among young handball players and its relationship to the skills of handling and receiving. The researcher used the descriptive approach in the style of correlational relationships. The research community was identified with youth handball players aged 15-18 years for the 2022/2023 sports season in Diyala Governorate, distributed among the districts of the governorate for clubs. The number of them is (6) clubs, and the Diyala Sports Handball Club was chosen as a sample for the research by a random method, and they numbered (18) players. The main experiment was conducted on (15) players, and thus the percentage of members of the research sample was (19.73%). The researcher concluded that the psychological flow among the young players in the Diyala Sports Club in handball was average, and that optimal skill performance requires the player to have a high level of enjoyment of psychological skills according to the pressures of competition among the members of the research sample. The researcher recommends the need to benefit those concerned from the bodies The administrative and trainers of the psychological program, because of its impact on the development of basic skills, and the necessity of having a specialized person (psychological) for each team, especially the national teams, who is responsible and supervising the application of psychological curricula.

Keywords: (Psychological flow, handling and receiving, youth, handball, players).

١- المقدمة:

من خلال الجهود الحديثة لدى الباحثين والعلماء والعاملين في مجالات الحياة المختلفة والتي أسهمت في تطور العلوم بسرعة مذهلة في المجال الرياضي، إذ يعد واحداً من هذه المجالات التي شملها التطور، إذ عملوا إلى الوصول في كافة الألعاب الرياضية إلى أفضل المستويات ومن كافة الجوانب (البدنية والمهارية والخطوية والنفسية) لتحقيق أفضل الإنجازات، من خلال الإمكانيات المتوافرة، وتعد كرة اليد من الألعاب الفرعية المشوقة والمحبة للصغار والكبار لما تحمله من إثارة وسرعة وتشويق نتيجة لتطور مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً وخطوياً ونفسياً، إذ تتطلب إتقاناً عالياً للمهارات الأساسية الفردية من جهة وتنسيق العمل مع أعضاء الفريق الواحد من جهة أخرى .

ومن المتغيرات النفسية الايجابية المهمة المرتبطة بعملية التعلم والانجاز وخاصة عند الشباب هو التدفق النفسي والذي يرتبط بالتفاؤل وتوقع النتائج الايجابية والاستبشار بالمستقبل فضلاً عن اقترانه بالإحساس والقدرة والفعالية الشخصية، فهو حالة من التركيز العميق والاندماج التام في الأداء أو العمل والشعور بالمتعة والسعادة والمثابرة ومواصلة بذل الجهد في سبيل تحقيق المهمة أو انجاز العمل (٨: ١٢). لذا يجب الاهتمام بهذا المتغير المهم وتنميته في جميع الألعاب الرياضية وخاصة كرة اليد ولكافة الفئات العمرية ومنها فئة الشباب.

إن جوانب لعبة كرة اليد (البدنية والمهارية والخطوية والنفسية) متداخلة ومتراصة وان أي تطور أو خلل في أي جانب منها ينعكس سلباً وإيجاباً على الجوانب الأخرى، وان للجانب النفسي دور مهم في التعلم والانجاز الرياضي وقد يكون عامل حاسم للنتائج في كثير من الأحيان لأنه يعمل على تعظيم نقاط القوة وتطوير مواهب وقدرات الرياضي فهو يمثل ركيزة من ركائز التعلم والانجاز، وأن إتقان المهارات الأساسية لعبة يعد من أهم العوامل والمتطلبات الحديثة التي تحقق الأهداف التي يرغب الوصول إليها، وأن نجاح هذه الأهداف يتوقف على مدى استطاعة اللاعب في أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الخطأ، الأمر الذي دعا الباحثين والمختصين في هذه اللعبة للقيام بالأبحاث والدراسات المستفيضة من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين ولكافة الفئات العمرية ومنهم الشباب الذين يشكلون الرافد المهم والأساسي للمنتخبات الوطنية.

وتكمن مشكلة البحث في إن لعبة كرة اليد تواجه الكثير من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك لقلة الاهتمام الكافي بالجانب النفسي للرياضي وانصراف الدارسين والباحثين بالاهتمام بالجوانب البدنية والمهارية والخطوية فقط دون الربط بينهما، وكذلك قلة البرامج الإرشادية النفسية التي تهتم بالرياضيين لكل الفئات وخاصة الشباب التي تعد الأساس لإتقان المهارات الأساسية في جميع الألعاب ومنها لعبة كرة اليد، وبما إن التدفق النفسي يعد من المتغيرات النفسية المهمة في مرحلة التدريب وخاصة لدى اللاعبين الشباب والذي يجعل اللاعب يندفع نحو تطبيق المهارة ويندمج بالأداء ويزداد تركيزه من أجل إتقان مهارات اللعبة، لذا يتطلب من المدرب تنمية التدفق النفسي لديهم لينعكس ذلك إيجابياً على هذه المهارات.

٢. الغرض من الدراسة:

التعرف على التدفق النفسي لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد وعلاقته بمهارتي المناولة والاستلام.

3 منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

٣. ١ منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية.

٣. ٢ مجتمع وعينة البحث حدد مجتمع البحث بلاعبين كرة اليد للشباب بأعمار ١٥-١٨ سنة للموسم الرياضي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ في محافظة ديالى موزعين على اقصية المحافظة للنادية والبالغ عددهم (٦) اندية وهم (نادي ديالى، نادي الخالص، نادي بلدروز، نادي خانقين، نادي جلولاء، نادي شهربان) البالغ عددهم (٧٦) لاعباً، واختير نادي ديالى الرياضي بكرة اليد كعينة للبحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (١٨) لاعباً، وبعد استبعاد (٣) لاعبين لتطبيق التجربة الاستطلاعية، أجريت التجربة الرئيسية على (١٥) لاعباً، وبهذا تكون النسبة لأفراد عينة البحث (١٩.٧٣%).

٣. ٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة الأدوات المستخدمة في البحث:

٣. ٣. ١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الاختبارات والمقاييس.
- شبكة المعلومات الدولية الانترنت.
- الملاحظة.

٣.٣. ٢. الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- ملعب كرة اليد.
- كرات يد قانونية.
- ساعة إيقاف عدد (1) .
- حاسبة يدوية.
- شريط قياس.
- لاصق ملون.
- أوراق.
- أقلام.
- حاسبة (Laptop) نوع (Dell vostro) عدد (1).
- كامرة تصوير فيديو نوع (NikoneD5000).

٣. ٤. إجراءات البحث الميدانية:

٣. ٤. ١. مقياس التدفق النفسي:

استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي المعدل من قبل (١: ١٣٥) الذي يتضمن (٥٦) فقرة وبـ (٥) بدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً) بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وكرة اليد للتعرف على مدى ملائمة المقياس على عينة البحث، وبعد اجراء بعض التعديلات عليه، فقد بلغت أعلى درجة للمقياس (٢٨٠) وأقل درجة للمقياس (٥٦).

٣. ٤. ٢. اختبارات مهارتي المناولة والاستلام بكرة اليد:

اختبار مهارتي المناولة والاستلام (٧: ٣٣٣) اسم الاختبار: تمرير واستلام الكرة على الحائط من مسافة ٤م. الهدف من الاختبار: قياس التمرير والاستلام. الأدوات: كرات يد عدد ١٠ وساعة توقيت وحائط مستوي. مواصفات الاداء:

- يقف المختبر خلف الحائط المرسوم على الارض على بعد ٤م بحيث لا يلامس خلال الاداء.
 - يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن خلال الزمن المحدد.
- التسجيل: تحتسب عدد التمريرات والاستلام خلال (٥٤٥ثا).

٣. ٤. ٢. التجربة الاستطلاعية:

بعد وضع التعليمات الخاصة بالمقياس واختيار الاختبار الخاص بمهارتي المناولة والاستلام بكرة اليد قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من مجتمع الدراسة البالغ عددهم (٣) لاعبين، وذلك يوم ٢٧/٣/٢٠٢٣ وذلك في قاعة المرحوم (علي سلام) في محافظة ديالى قضاء بعقوبة، إذ أجريت توزيع استمارات مقياس التدفق النفسي على افراد عينة البحث وبعد الانتهاء من الإجابة على عبارات المقياس، تم سحب الاستمارات ومن ثم اجراء اختبار مهارتي المناولة والاستلام وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية التعرف على الوقت المستغرق لتطبيق الاختبار، والتعرف على مدى كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث، وكما جاهزية فريق العمل المساعد.

٣. ٤. ٣. التجربة الرئيسية:

أجريت التجربة الرئيسية على عينة البحث وبحضور فريق العمل المساعد لتطبيق مقياس التدفق النفسي وذلك من خلال توزيع استمارة المقياس على افراد العينة وبعد الانتهاء من الإجابة على عبارات المقياس البالغة (٥٦) عبارة، تم سحب كافة الاستمارات ومن ثم تطبيق اختبار مهارتي المناولة والاستلام بكرة اليد وذلك يوم ٢٠٢٣/٤/٣.

٣. ٥. الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض استخراج النتائج ومعالجتها احصائياً.

٤. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤.١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة وعلاقة الارتباط ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة لمتغيرات البحث.

الجدول (١)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الحسابي للفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ومعامل الارتباط ومستوى الدلالة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	س ف	ع ف	الخطأ المعياري	قيمة (t) المحسوبة	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	الدلالة
مهاتي المناولة والاستلام	٢٠.٨١	٣.٥٨	١٧٩.٥٣	٢٤.٣٧	٦.٢٩٤	٢٨.٣٦	٠.٤٣٢	٠.١٠٨	غير معنوي
التدفق النفسي	١٩٩.١٣	٢٢.٦١							

٤.٢ مناقشة النتائج:

يبين الجدول (١) قيم معامل الارتباط بين التدفق النفسي ومهاتي المناولة والاستلام بكرة اليد، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٤٣٢) وبنسبة خطأ (٠.١٠٨) إذ أن وهي أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي ومهاتي المناولة والاستلام بكرة اليد للاعبين الشباب، ويعزو الباحث هذه النتائج إلى طبيعة المنهج المتبع في الوحدات التدريبية من الناحية النفسية-الحركية الذي يتبعه المدرب من خلال تضمينه لكيفية الوصول إلى اتقان المهارة وعدم مراعاة المعايير العلمية والخطوات التي يجري تنفيذها لغرض تطوير القدرة على التركيز في النشاطات النفسية والحركية والربط بينهما، فضلاً عن التوازن بين التحديات لزيادة الوعي لدى اللاعبين وإدراكهم بالتحديات التي يتعرضون لها من عدم الإحساس بالتحكم الداخلي، وهذا يؤكد ضرورة تنفيذ الخطوات العلمية والنفسية في البحث العلمي لزيادة الثقة بالنفس مع إمكانية تبني أفكار لبرامج حديثة في القياسات المستعملة التي أسهمت في توافر المناخ ليساعد على زيادة اندماج اللاعب بالأداء، كما تؤكد (٤: ١٢٣) "أن من أهداف الإرشاد النفسي خفض التوتر وإزالة القلق حتى يتحقق للفرد التكامل الذي يسمح له بتحقيق أهدافه، ويتضح أثر المناهج الإرشادية والبرامج النفسية في الحد والخفض من الضغوط النفسية التي تواجه اللاعبين في الحياة اليومية التي يعيشها اللاعب"، ويؤكد (٢: ٨٢) نقلاً عن (٦: ١٣٤) "أن التوافق الجيد الذي لا تحققه إلا البرامج النفسية والإرشادية المرافقة للتدريب البدني والمهاري والخططي تعمل باتجاهين مهمين هما الأول التوافق الذاتي من خلال وضع أهداف مناسبة..."، ويؤكد (٥: ٧٦) "أن الأفراد الذين يمتلكون الثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية وإدراك المواقف وتفسيرها بشكل إيجابي لمصلحتهم على العكس من الذين لا يمتلكون توافقاً نفسياً، ولذلك يتعرضون للإحباطات بصورة دائمية، فالرياضيون، وخاصة الشباب في تعرضهم للبرامج والجلسات النفسية التي تتضمن مفهوم الذات والقدرة على مواجهة الفشل، ويتحقق ذلك لديهم في عرض النتائج السابقة بتحقيق توازن وانخفاض في أزماتهم التي كانت تواجههم ويستطيعون بعد ذلك السيطرة على أدوارهم في مفهوم الذات، وزيادة في تقديره الإيجابي نحو ذاته"، ويؤكد (٣: ٥٨) ان إعداد الرياضي نفسياً وخاصة تطوير ومعرفة الصفات النفسية لديهم سوف يؤثر بإيجابيه على ادائهم، وبالتالي فان ضعف قدرتهم على اكتشاف مواطن الضعف النفسية لديهم والعمل على تصحيحها من قبل إدارة الفريق والمدربين".

٥. الاستنتاجات:

توصل الباحث إلى إن التدفق النفسي لدى اللاعبين الشباب في نادي ديالى الرياضي بكرة اليد كان متوسط، وإن الأداء المهاري الأمثل يتطلب من اللاعب ان يكون على مستوى عالٍ من التمتع بالمهارات النفسية بحسب ضغوط المنافسة لدى افراد عينة البحث، ويوصي الباحث إلى ضرورة إفادة المعنيين من الهيئات الإدارية والمدربين من البرنامج النفسية، لما له من أثر في تطور المهارات الأساسية، وضرورة أن يكون هناك شخص متخصص (نفسى) لكل فريق وخاصة المنتخبات الوطنية ويكون مسؤولاً ومشرفاً على تطبيق المناهج النفسية، وعناية إدارات الأندية والمدربين بمشكلات اللاعبين، ولاسيما التي تتعلق بالجانب النفسي من أجل تهيئة الحلول المناسبة، والتأكيد على تطوير المهارات النفسية للرياضي لما لها من تأثير في تطوير المهارات الأساسية بكرة اليد.

٦. المصادر:

١. احمد حمزه عبد الحسن الياسري؛ برنامج إرشادي نفسي في تنمية التدفق النفسي وأثره في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للشباب: (رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٧)
٢. ازهر كمال حسين؛ تأثير برنامج إرشادي تدريبي في التدفق النفسي والمهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه، جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية، ٢٠١٧)
٣. سامر سعدون عبد الرضا عبد الرضا & اياد سعدون عبد الرضا عبد الرضا. (٢٠٢١). مفهوم الذات وعلاقته بدقة التصويب بكرة اليد لدى لاعبي منتخب كلية بلاد الرافدين الجامعة. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية. 31(3), 52-60.
٤. سهير كامل أحمد؛ التوجيه والإرشاد النفسي: (القاهرة، مركز الإسكندرية للكتاب، ٢٠٠٠)
٥. صالح حسن احمد الداھري؛ أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)، ط١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ٢٠٠٣).
٦. عكلة سليمان الحوري، وكامل عيود العزاوي؛ الإعداد النفسي للرياضيين، ط١: (الأردن، دار الكتاب الثقافي، ٢٠١١).
٧. علي سلمان عبد الطرقي؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية (بدنية - حركية - مهارية) : (بغداد، مكتب النور، ٢٠١٣)
٨. محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة. حالة التدفق المفهوم الأبعاد والقياس، شبكة العلوم النفسية العربية، العدد (٢٩)، ٢٠١٣.

الملاحق

الملحق (١)

مقياس التدفق النفسي

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	إطلاقاً
١	أشعر بالحماس لأدائي المهارة بالوقت المحدد					
٢	لدى ثقة بقدرتي على أداء المهارة، وفق الوقت المحدد					
٣	أخطط لأي عمل قبل أدائه					
٤	أستطيع تحديد الأولويات المطلوب تنفيذها					
٥	لدى مهارات تساعدني على الأداء وفق المدة المخصصة					
٦	أنفذ المهارات في الوقت المناسب					
٧	أراقب وأراجع أدائي للمهارة					
٨	أؤدي المهارات بإتقان					
٩	أصل بمستوى أدائي لأعلى مستوى					
١٠	أشعر بالمسئولية خلال تأديتي للمهارة					
١١	لا يقل مستوى نشاطي إلا بعد إتمام أداء المهارة					
١٢	أشعر بالمنافسة مع ذاتي					
١٣	أميل لمراجعة أدائي للمهارات					
١٤	أشعر بحاجة ملحة لزيادة نشاطي					
١٥	أحدد الهدف بناءً على متطلبات المهارة					
١٦	أخطط قبل أداء المهارة يزيد من دافعتي لها					
١٧	أميل إلى تحديد العقبات لأتمكن من التغلب عليها					
١٨	لدي أهداف عديدة تزيد من دافعتي لأداء المهارة					
١٩	التفاعل مع أداء المهارة يساعد على تأديتها					
٢٠	أدرك الواجب المطلوب مني جيداً					
٢١	أهتم بأداء المهارة اهتمام كاملاً					
٢٢	لدي معرفة بالأخطاء حين وقوعها لدى تأديتي المهارة					
٢٣	أؤدي مهاراتي بانسيابية					
٢٤	لدى دافع ذاتي على الأستمرار في تعلم المهارة					
٢٥	أشعر بالسعادة عند أداء المهارات					

٢٦	أجد نفسي في أي عمل أقوم به
٢٧	لا أشعر بالتعب عند تأديتي للمهارة
٢٨	لدى رغبة في الاستمرارية في أداء المهارة
٢٩	لا أشعر بتثبيت انتباهي أثناء أداء المهارات
٣٠	أعمل على تركيز انتباهي أثناء الأداء
٣١	أهتم بتفاصيل المهارات التي أؤديها
٣٢	لا تعوقني مشاكل الشخصية عن إنجاز الأداء المهاري
٣٣	لا أنشغل بما يحيط بي أثناء أداء المهارة
٣٤	لا أميل لتوزيع الأداء المهاري على فترات
٣٥	أمتلك مهارة مواجهة الأزمات أثناء أداء للمهارة
٣٦	لا أشعر بالملل أثناء الدرس
٣٧	أشعر بالسعادة أثناء أداء المهارة
٣٨	أشعر بالرضا عندما يكلفني المدرس بواجب ما
٣٩	لدى دافعية لأداء المهارة بأتقان
٤٠	لا أتوتر أثناء أداء المهارة
٤١	لا أغضب عندما يوكل إلي تطبيق الكثير من المهارات
٤٢	دافعي لأداء المهارة تزيد من اهتمامي بها
٤٣	لا أتذكر جميع اهتماماتي الأخرى خلال تأديتي للمهارة
٤٤	أؤدي المهارة باندماج تام
٤٥	أؤجل احتياجاتي الشخصية لحين الانتهاء من اكتمالي للمهارة
٤٦	لا أرغب في الراحة حتى أتعلم المهارة
٤٧	لا أشعر بمرور الوقت أثناء أدائي للمهارة
٤٨	لا أتأثر بجميع المؤثرات الخارجية حين تأديتي للمهارة
٤٩	أشعر بانسياب أفكارني أثناء أداء المهارة
٥٠	أستطيع التغلب على التحديات التي تواجهني عند تعلم المهارة
٥١	أشعر بالحماس أثناء أدائي للمهارة
٥٢	لدى مرونة في مواجهة الجديد
٥٣	أعدل من خططي في سبيل إنجاز عملي
٥٤	أقدم أكثر من حل للمشكلة التي تواجهني
٥٥	أعدل من قراراتني عند مواجهة مصاعب في العمل
٥٦	أدائي للمهارة يسير بتلقائية