



جامعة
بنغازي الحديثة



**مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم
والدراسات الإنسانية
مجلة علمية إلكترونية محكمة**

العدد التاسع

لسنة 2020

حقوق الطبع محفوظة

شروط كتابة البحث العلمي في مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم والدراسات الإنسانية

- 1- الملخص باللغة العربية وباللغة الانجليزية (150 كلمة).
- 2- المقدمة، وتشمل التالي:
 - ❖ نبذة عن موضوع الدراسة (مدخل).
 - ❖ مشكلة الدراسة.
 - ❖ أهمية الدراسة.
 - ❖ أهداف الدراسة.
 - ❖ المنهج العلمي المتبع في الدراسة.
- 3- الخاتمة. (أهم نتائج البحث - التوصيات).
- 4- قائمة المصادر والمراجع.
- 5- عدد صفحات البحث لا تزيد عن (25) صفحة متضمنة الملاحق وقائمة المصادر والمراجع.

القواعد العامة لقبول النشر

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والانجليزية؛ والتي تتوافر فيها الشروط الآتية:
 - أن يكون البحث أصيلاً، وتتوافر فيه شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها من حيث الإحاطة والاستقصاء والإضافة المعرفية (النتائج) والمنهجية والتوثيق وسلامة اللغة ودقة التعبير.
 - ألا يكون البحث قد سبق نشره أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى أو مستل من رسالة أو اطروحة علمية.
 - أن يكون البحث مراعيًا لقواعد الضبط ودقة الرسوم والأشكال - إن وجدت - ومطبوعاً على ملف وورد، حجم الخط (14) وبخط (Arial 'Body') للغة العربية. وحجم الخط (12) بخط (Times New Roman) للغة الإنجليزية.
 - أن تكون الجداول والأشكال مدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية.
 - أن يكون البحث ملتزماً بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية (APA) وتثبيت هوامش البحث في نفس الصفحة والمصادر والمراجع في نهاية البحث على النحو الآتي:
 - أن تُثبت المراجع بذكر اسم المؤلف، ثم يوضع تاريخ نشره بين حاصرتين، يلي ذلك عنوان المصدر، متبوعاً باسم المحقق أو المترجم، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الجزء، ورقم الصفحة.
 - عند استخدام الدوريات (المجلات، المؤتمرات العلمية، الندوات) بوصفها مراجع للبحث: يُذكر اسم صاحب المقالة كاملاً، ثم تاريخ النشر بين حاصرتين، ثم عنوان المقالة، ثم ذكر اسم المجلة، ثم رقم المجلد، ثم رقم العدد، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الصفحة.
2. يقدم الباحث ملخص باللغتين العربية والانجليزية في حدود (150 كلمة) بحيث يتضمن مشكلة الدراسة، والهدف الرئيسي للدراسة، ومنهجية الدراسة، ونتائج الدراسة. ووضع الكلمات الرئيسية في نهاية الملخص (خمس كلمات).

3. تحتفظ مجلة جامعة بنغازي الحديثة بحقها في أسلوب إخراج البحث النهائي عند النشر.

إجراءات النشر

ترسل جميع المواد عبر البريد الإلكتروني الخاص بالمجلة جامعة بنغازي الحديثة وهو كالتالي:

- ✓ يرسل البحث إلكترونياً (Word + Pdf) إلى عنوان المجلة info.jmbush@bmu.edu.ly او نسخة على CD بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبة العلمي، ومكان عمله، ومجاله.
- ✓ يرفق مع البحث نموذج تقديم ورقة بحثية للنشر (موجود على موقع المجلة) وكذلك ارفاق موجز للسيرة الذاتية للباحث إلكترونياً.
- ✓ لا يقبل استلام الورقة العلمية الا بشروط وفورمات مجلة جامعة بنغازي الحديثة.
- ✓ في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضة على مُحكمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، ويتم اختيارهم بسرية تامة، ولا يُعرض عليهم اسم الباحث أو بياناته، وذلك لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث، وقيمتها العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، ويطلب من المحكم تحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.
- ✓ يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه للنشر من عدمها خلال شهرين من تاريخ الاستلام للبحث، وبموعد النشر، ورقم العدد الذي سينشر فيه البحث.
- ✓ في حالة ورود ملاحظات من المحكمين، تُرسل تلك الملاحظات إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة بموجبها، على أن تعاد للمجلة خلال مدة أقصاها عشرة أيام.
- ✓ الأبحاث التي لم تتم الموافقة على نشرها لا تعاد إلى الباحثين.
- ✓ الأفكار الواردة فيما ينشر من دراسات وبحوث وعروض تعبر عن آراء أصحابها.
- ✓ لا يجوز نشر إي من المواد المنشورة في المجلة مرة أخرى.
- ✓ يدفع الراغب في نشر بحثه مبلغ قدره (400 دل) دينار لبيي إذا كان الباحث من داخل ليبيا، و (200 \$) دولار أمريكي إذا كان الباحث من خارج ليبيا. علماً بأن حسابنا القابل للتحويل هو: (بنغازي - ليبيا - مصرف التجارة والتنمية، الفرع الرئيسي - بنغازي، رقم 001-225540-0011. الاسم (صلاح الأمين عبدالله محمد).
- ✓ جميع المواد المنشورة في المجلة تخضع لقانون حقوق الملكية الفكرية للمجلة.

info.jmbush@bmu.edu.ly

00218913262838

د. صلاح الأمين عبدالله
رئيس تحرير مجلة جامعة بنغازي الحديثة
Dr.salahshalufi@bmu.edu.ly

مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة بمدينة المرج في ليبيا

أ. محمد المهدي مراجع المبروك

(عضو هيئة تدريس بقسم علوم التربية البدنية والرياضة - كلية الآداب والعلوم المرج - جامعة
بنغازي - ليبيا)

الملخص:

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة بمدينة المرج وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة البحث وأجرى البحث على عينة قوامها [27] لاعباً من لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج حيث تم استخدام مقياس مهوني [mahone,1987] لتحديد مستوى المهارات النفسية إضافة إلى تحديد الفروق في المهارات النفسية تبعاً للمتغيرات: الخبرة في اللعب والمهمة الرئيسية في الفريق والمشاركة الدولية حيث كانت أهم النتائج أن للمهارات النفسية لها دور مهم وكبير في أداء لاعبي الكرة الطائرة وكذلك أن لعنصر الخبرة دور رئيسي في ضبط النفس وتركيز الانتباه لدى اللاعبين بالإضافة إلى تأثير اللاعبين المشاركين دولياً بالدفاعية وظهور الفريق وتأثير الغير مشاركين دولياً بضبط القلق وأوصى الباحث بالاستفادة من هذا البحث في وضع برامج تدريبية مقننة مبنية على أسس علمية لتنمية المهارات النفسية الخاصة بالكرة الطائرة في المراحل العمرية المختلفة وكذلك تم التوصية ببناء مقياس للمهارات النفسية والعقلية خاص بلاعبي الكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: المهارات النفسية، القلق، الثقة بالنفس، الدفاعية، الكرة الطائرة.

Abstract.

The research aims to identify the level of psychological skills of volleyball players in Marg City. The researcher used the descriptive approach due to its relevance to the nature of the research. The research was conducted on a sample of [27] volleyball players in Marg City where an occupational scale was used [mahone, 1987] to determine The level of psychological skills in addition to identifying the differences in psychological skills according to the variables: experience in playing and the main task in the team and international participation where the most important results were that psychological skills have an important and significant role in the performance of volleyball players as well as that the experience component has a major role in self-control and tendon Discriminate attention to the players as well as To the influence of players participating internationally in motivation, the emergence of the team and the impact of others not internationally participating in controlling anxiety, and the researcher recommended to take advantage of this research to develop codified training programs shown on scientific foundations to develop psychological skills for volleyball in different age stages, and it was also recommended to build a measure of psychological and mental skills for ball players The Plane .

key words: Psychological skills - anxiety - self-confidence - motivation - volleyball."

- المقدمة:

إن إعداد الرياضيين يشمل الإعداد البدني والمعرفي والأعداد المهاري والإعداد الخططي والإعداد النفسي وبشكل عام فإن لاعبي المستويات الرياضية الحالية يكونون متقاربين في الأداء والمستوى ولكن العامل الحاسم في ذلك هو العامل النفسي والذي يكون متوفراً بدرجة أكبر لدى اللاعبين من أصحاب المشاركات الدولية الأكثر، والتي تزيد من فرص النجاح والإنجاز والتكيف لديهم بدرجة أفضل من اللاعبين أصحاب المشاركات الدولية الأقل [12].

ويعتمد الإعداد النفسي للاعبين بشكل عام على الفريق كما كل وبشكل خاص على شخصية اللاعب وما يمتلكه من مهارات نفسية وعقلية مثل: الدافعية والثقة بالنفس وضبط القلق والاستعداد والتصور والاسترخاء والانتباه... الخ حيث أن الإعداد النفسي أحد الأعمدة التي تركز عليها العملية التدريبية فضلاً عن عناصر التدريب الأخرى وأن المهارات النفسية مهارات تحتاج إلى التدريب عليها وتسير جنباً إلى جنب مع تدريب القدرات البدنية والمهارات الرياضية لذلك يعتقد الباحثون أن بعض اللاعبين يمتلكون قدرات ومهارات نفسية تساعدهم على مواجهة الضغوط وتركيز الانتباه، ووضع أهداف تستثير التحدي ولكن بصورة واقعية والتصور العقلي لأداء مهاراتهم في المنافسة بدقة [3].

وقد أصبحت الألعاب الرياضية حالياً تتميز بالخصوصية التنافسية، حيث إن الكرة الطائرة إحدى الألعاب التي تتميز بالأداء الحركي المتغير وتتطلب القدرة على التجاوب السريع مع الظروف المتغيرة في المباراة بالإضافة إلى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعتها والتي من شأنها أن يؤثر في الأداء المهاري والخططي للاعب ولذلك يجب على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبين الكرة الطائرة حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهاري [9].

- مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث إلى أن اللاعب لكي يصل إلى أفضل مستوى في الأداء يجب تهيئته وإعداده الجيد للمنافسات الرياضية من خلال الاهتمام بالبرنامج التدريبي المعد مسبقاً من قبل المدرب، والهدف الرئيسي لأي فريق هو تحقيق الفوز وذلك في ضوء الأنظمة والقوانين وحتى يتم ذلك لا بد من التكامل في جوانب الإعداد المختلفة البدنية والمهارية والخططية والذهنية والنفسية فعند تقارب اللاعبين في الجوانب البدنية والمهارية والخططية فإن العامل النفسي هو الذي يحسم نتيجة المباراة [13].

وفي ظل نقص البحوث والدراسات في المجال النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرح ظهرت مشكلة البحث لدى الباحث.

- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في الآتي:

- 1- يساهم البحث في تحديد مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرح وبالتالي التعرف على جوانب القوة وتعزيزها وجوانب الضعف والعمل على علاجها من قبل المدربين ومراعاة ذلك عند الإعداد النفسي والمعرفي للاعبين عوضاً عن ترجمة ذلك لسلوك عملي أثناء التدريب وفي المنافسات.
- 2- يساهم البحث في تحديد الفروق في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرح تبعاً لمتغيرات الخبرة في اللعب والمهمة الرئيسية للاعب في الفريق والمشاركة الدولية.

3- يعد البحث الحالي وفي حدود علم الباحث أولى البحوث التي تهتم بدراسة مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج.

- أهداف البحث:

يهدف البحث للتعرف على:

- 1- مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج .
- 2- الفروق في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب .
- 3- الفروق في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المهمة الرئيسية للاعب في الفريق .
- 4- الفروق في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المشاركة الدولية.

- تساؤلات البحث:

- 1- ما مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج؟
- 2- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى لمتغير الخبرة في اللاعب؟
- 3- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى لمتغير المهمة الرئيسية في الفريق؟
- 4- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى لمتغير المشاركة الدولية؟

- مجالات البحث:

- 1- المجال البشري: أجرى البحث على لاعبي الكرة الطائرة بأندية مدينة المرج والمسجلين بالاتحاد الليبي للكرة الطائرة .
- 2- المجال المكاني: مقرات أندية الكرة الطائرة .
- 3- المجال الزماني: أجري هذا البحث في عام 2019 م .

- مصطلحات البحث:

- **المهارات النفسية:** "هي مهارات التصور العقلي، وتنظيم الطاقة النفسية وإدارة الضغوط النفسية ومهارة الانتباه ومهارات الثقة بالنفس". [4]
- **الدافعية:** "هي المحرك الرئيسي لكل أنواع السلوك فهو الذي يستثيره ويوجهه إلى هدف معين إذا لم يتحقق هذا الهدف يظل الإنسان يواجه مشاكل أرضاء الدافع فيستمر في نشاطه حتى يستطيع تحقيق الهدف" [1] .
- **الثقة بالنفس:** "هي إيمان الفرد بقدراته في تسيير أموره دون خوف وبلوغ أهدافه وتقبله لذاته كما هي واعتقاده بأنه جدير بتقدير الآخرين" [6] .
- **القلق:** "هو انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله" [13] .
- **تركيز الانتباه:** "هو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن" [11] .

- الاستعداد النفسي: " هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق وتنمية الدوافع والاتجاهات والثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على تشكيل وتطوير السمات الإدارية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي للاعبين" [10] .

- ظهور الفريق: " هو عملية دينامية تنعكس في ميل أعضاء الفريق للعمل معاً واتحادهم في سعيهم نحو تحقيق الأغراض والأهداف معاً: [2] .

- الدراسات السابقة:

* دراسة أسماء يحي [2010] (5): هدفت إلى بناء مقياس المهارات النفسية للاعبات الجمباز للتعرف إلى أهم المهارات النفسية المميزة للاعبات الجمباز واستخدمت المنهج الوصفي على عينة قوامها [221] لاعبة جمباز يمثلن لاعبات الجمباز في جمهورية مصر للفئة العمرية [9 - 15] عاماً، حيث تم اختيارها بالطريقة العمرية وأظهرت النتائج أن المهارات النفسية كانت أعلى ترتيباً في مجال دافعية الانجاز الرياضي وأقلها في مجال القلق وكان ترتيب المهارات النفسية على النحو التالي : دافعية الانجاز الرياضي والثقة بالنفس والاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه والقلق .

* دراسة حسام محمد [2007] (7): هدفت إلى التعرف على فاعلية تطوير بعض المهارات النفسية وفقاً لنمط الإيقاع الحيوي على مستوى بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها [40] طالباً من طلاب كلية التربية الرياضية بنين في جامعة الزقازيق وأظهرت النتائج أن البرنامج المقترح ذو فاعلية في تطوير بعض المهارات النفسية .

* دراسة [عبدالناصر القدومي وعلي الشكعة، 1999] (8): هدفت إلى التعرف على مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة في فلسطين على عينة قوامها [133] لاعباً من مختلف أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية وطبق عليهم استبيان مكون من تسعة مصادر للثقة بالنفس وأظهرت النتائج أن لا توجد فروق تعزى لمتغير الخبرة في حين كانت الفروق لمتغير نوع اللعبة والتفاعل بين اللعبة والخبرة الممارسة حيث كانت الفروق لصالح لاعبي كرة القدم والسلة واليد مقارنة بلاعبي الكرة الطائرة .

* دراسة [كتالين وفلينكو catalin ;fleancu: 2010] (14): هدفت إلى التعرف على تركيز الانتباه في لعبة الكرة الطائرة تبعاً لمتغير مراكز اللاعب واستخدام الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها [12] لاعبة من لاعبات المستويات العليا في نادي سنتابكو وأظهرت النتائج أن مستوى تركيز الانتباه عند لاعبات الكرة الطائرة كان عالياً .

- الاستفادة من الدراسات السابقة:

قد استفاد الباحث بعد الاطلاع على الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث ومجالاته في اختيار عينة البحث ومنهج البحث وإجراءات البحث ومتغيرات البحث وأداة البحث وأيضاً على كيفية عرض النتائج ومناقشتها.

- إجراءات البحث:

* منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لملائمته لأغراض البحث.

• مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من جميع لاعبي أندية الكرة الطائرة في مدينة المرج للموسم الرياضي 2018-2019 والذين يلعبون بأندية المرج والمسجلين بالاتحاد العام الليبي لكرة الطائرة والبالغ عددهم [82] لاعباً .

• عينة البحث:

تكونت عينة البحث من [27] لاعباً من لاعبي الكرة الطائرة حيث تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية من مجتمع البحث .

• أداة البحث:

استخدم الباحث مقياس مهوني [1987] للمهارات النفسية حيث أنه مقياس عالمي لقياس المهارات النفسية للرياضيين وذلك بعد ما قام الباحث [حسين محمد حسين] في عام 2015م بترجمته إلى اللغة العربية حيث أن المقياس موزع على ستة مجالات .

ومن أجل الاستجابة على فقرات مقياس مهوني [mahone,1987] للمهارات النفسية للرياضيين تم استخدام سلم ليكرت الخماسي .

- الشروط العلمية لأداة البحث:

* صدق الأداة:

يعتبر المقياس عالمياً وللتأكد من صدقه تم عرضه على مجموعة من المحكمين والخبراء من حملة الماجستير والدكتوراه في التربية الرياضية والبالغ عددهم [6] محكمين حيث أشاروا إلى صلاحية المقياس في قياس ما وضع لقياسه .

* ثبات الأداة:

لتحديد الثبات قام الباحث باستخراج معامل [ألفا كرونباخ] لمجالات البحث حيث تبين أن معاملات الثبات لمجالات المقياس تراوحت بين [0.81 – 0.90] ومعامل الثبات الكلي للمقياس وصل إلى [0.88] ويرى الباحث أن المقياس على درجة عالية من الثبات وفي باعراض البحث، وبذلك أصبح جاهز للتطبيق .

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية [spss] .

المتوسطات الحسابية – النسبة المئوية – تحليل التباين الأحادي – اختبار [ت] .

* عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

للإجابة على السؤال الأول استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل المجالات .

وقد اعتمد الباحث على الأوزان النسبية التالية لتفسير النتائج:

80% فأعلى مستوى عال جداً .

70- 79.9% مستوى عال .

60- 69.9% مستوى متوسط .

50- 59.9 % مستوى منخفض .

أقل من 50 % مستوى منخفض جداً . والجدول التالي يوضح ذلك

الجدول رقم [1] يبين المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة بمدينة المرج

الترتيب	مستوى الاستجابة	النسبة المئوية	متوسط الاستجابة	مجالات المهارات النفسية
1	عالٍ	76.79	3.88	مجال ظهور الفريق
2	عالٍ	74.56	3.76	مجال الاستعداد النفسي
3	عالٍ	73.10	3.70	مجال الدافعية
4	متوسط	65.36	3.31	مجال ضبط القلق
5	متوسط	64.48	3.27	مجال تركيز الانتباه
6	متوسط	64.37	3.26	مجال الثقة
	عالٍ	70.75	3.53	الدرجة الكلية للمهارات النفسية

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات

يتضح من الجدول رقم (1) أن مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج كان عالياً على الدرجة الكلية للمقياس ومجالات الدافعية والاستعداد النفسي وظهور الفريق حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة على الدرجة الكلية إلى [70.75%] حيث كان أعلى مستوى هو مجال ظهور الفريق [76.79%] في حين كان أقل مستوى لمجال الثقة [64.37%].

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

للإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي والمتوسطات الحسابية لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم [2] يوضح المتوسطات الحسابية لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب

الخبرة في اللعب	5 سنوات فأقل	6 - 10 سنوات	أكثر من 10 سنوات
مجالات المهارات النفسية			
مجال الدافعية	3.73	3.54	3.86
مجال الثقة	3.38	3.14	3.10
مجال ضبط القلق	3.51	3.29	3.82
مجال الاستعداد النفسي	3.75	3.85	3.61
مجال ظهور الفريق	3.80	3.80	4.12
مجال تركيز الانتباه	3.35	3.30	2.95
المستوى الكلي للمهارات النفسية	3.58	3.50	3.42

يتضح من الجدول رقم (2) أن المتوسط الحسابي لمستوى المهارات النفسية للاعبين الكره الطائرة تراوح ما بين (3.35 - 3.80) لدى اللاعبين الذين خبرتهم في اللعب من 5 سنوات فأقل بينما كان المتوسط الحسابي لدى لاعبي الكره الطائرة التي خبرتهم في اللعب من 6 - 10 سنوات تراوحت ما بين (3.14 - 3.85) وكذلك كان المتوسط الحسابي لدى لاعبي الكره الطائرة الذين خبرتهم في اللعب أكثر من 10 سنوات تراوحت ما بين (2.95 - 4.12) وقد قام الباحث بفحص هذه النتائج باستخدام تحليل التباين الأحادي والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم [3] يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المريج تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب

المهارات النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المجال الدافعية	بين المجموعات	1.727	2	0.864	1.498	0.287
	داخل المجموعات	63.379	24	0.576		
	المجموع	65.106	26			
مجال الثقة	بين المجموعات	1.886	2	0.943	2.625	0.076
	داخل المجموعات	39.529	24	0.358		
	المجموع	41.415	26			
مجال ضبط القلق	بين المجموعات	7.288	2	3.644	9.341	0.0000
	داخل المجموعات	42.913	24	0.389		
	المجموع	50.201	26			
مجال الاستعداد النفسي	بين المجموعات	0.713	2	0.357	1.436	0.241
	داخل المجموعات	27.373	24	0.248		
	المجموع	28.086	26			
مجال الفريق	بين المجموعات	1.816	2	0.907	2.183	0.176
	داخل المجموعات	45.767	24	0.415		
	المجموع	47.583	26			
مجال الانتباه	بين المجموعات	2.812	2	1.405	4.126	0.019
	داخل المجموعات	37.501	24	0.415		
	المجموع	40.313	26			
المستوى الكلي للمهارات النفسية	بين المجموعات	0.569	2	0.284	2.316	0.102
	داخل المجموعات	13.529	24	0.122		
	المجموع	14.08	26			

يتضح من نتائج الجدول رقم (3) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة [$x = 0.05$] في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة بمدينة المريج تعزى لمتغير الخبرة في اللعب في مجالات الثقة وظهور الفريق والدافعية والاستعداد النفسي والمستوى الكلي للمهارات النفسية ، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة [$x = 0.05$] في مستوى المهارات النفسية للاعبين الكره الطائرة في مدينة المريج تعزى لمتغير الخبرة في اللعب في مجالات تركيز الانتباه وضبط القلق.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

وللإجابة على هذا السؤال استخدم الباحث المتوسطات الحسابية وتحليل التباين الأحادي لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المهمة الرئيسية في الفريق والجدول التالي يبين عرض النتائج لهذا السؤال.

جدول رقم [4] يوضح المتوسطات الحسابية لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المهمة الرئيسية في الفريق

ليبرو	معد	صد	مهاجم	المهمة الرئيسية في الفريق
				مجالات المهارات النفسية
3.44	3.80	3.57	3.75	مجالات الدفاعية
3.31	3.23	3.17	3.26	مجالات الثقة
4.09	3.65	3.70	3.76	مجالات الاستعداد النفسي
3.82	4.01	3.70	3.90	مجالات ظهور الفريق
3.36	3.40	3.24	3.21	مجالات تركيز الانتباه
3.49	3.39	3.23	3.27	مجالات ضبط الفلق
3.59	3.58	3.44	3.53	المستوى الكلي للمهارات النفسية

يتضح من خلال الجدول رقم (4) أن المتوسط الحسابية لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعاً لمتغير المهمة الرئيسية في الفريق قد تراوح ما بين (3.21 - 3.90) لدى اللاعبين المهاجمين بينما كان المتوسط الحسابي لدى لاعبي حائط الصد تراوح ما بين (3.17 - 3.70) وكذلك كان المتوسط الحسابي لدى اللاعبين المعدين تراوح ما بين (3.23 - 4.01) وأيضا كان المتوسط الحسابي لدى لاعبي الليبرو قد تراوح ما بين (3.31 - 4.09) وقد قام الباحث بفحص هذه النتائج باستخدام تحليل التباين الأحادي والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم [5] يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لمستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المهمة الرئيسية في اللعب

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المهارات النفسية
0.484	0.821	0.479	2	1.438	بين المجموعات	المجال الدفاعية
		0.582	24	63.666	داخل المجموعات	
			26	65.104	المجموع	
0.906	0.183	0.6946	2	0.206	بين المجموعات	مجالات الثقة
		0.377	24	41.207	داخل المجموعات	
			26	41.413	المجموع	
0.698	0.475	0.216	2	0.649	بين المجموعات	مجالات ضبط

		0.454	24	49.554	داخل المجموعات	القلق
			26	50.203	المجموع	
0.144	1.838	0.450	2	1.352	بين المجموعات	مجال الاستعداد النفسي
		0.244	24	26.735	داخل المجموعات	
			26	28.087	المجموع	
0.481	0.826	0.352	2	1.057	بين المجموعات	مجال ظهور الفريق
		0.425	24	46.526	داخل المجموعات	
			26	47.583	المجموع	
0.624	0.585	0.212	2	0.640	بين المجموعات	مجال الانتباه
		0.363	24	39.673	داخل المجموعات	
			26	40.313	المجموع	
0.503	0.785	0.9946	2	0.297	بين المجموعات	المستوى الكلي للمهارات النفسية
		0.126	24	13.801	داخل المجموعات	
			26	14.098	المجموع	

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة [$x = 0.05$] في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى إلى متغير المهمة الرئيسية في الفريق في جميع مجالات البحث وهي الدافعية والثقة وضبط القلق والاستعداد النفسي وظهور الفريق وتركيز الانتباه والمستوى الكلي للمهارات النفسية.

رابعاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار [ت] لمجموعتين مستقلتين ونتائج الجدول تبين ذلك:

جدول رقم (6) يوضح نتائج اختبار [ت] لدلالة الفروق في المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تبعاً لمتغير المشاركة الدولية

مستوى الدلالة	قيمة [ت]	غير مشارك دولياً [ن = 20]		مشاركة دولياً [ن = 7]		المجالات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
*0.041	4.276	0.76	3.55	0.52	4.14	مجال الدافعية
0.370	0.806	0.62	3.23	0.50	3.31	مجال الثقة
*0.017	5.771	0.57	3.41	0.80	2.97	مجال ضبط القلق
0.554	0.350	0.50	3.75	0.48	3.80	مجال الاستعداد النفسي
*0.010	6.962	0.67	3.78	0.42	4.15	مجال ظهور الفريق
0.619	0.246	0.60	3.31	0.55	3.10	مجال تركيز الانتباه
0.180	1.804	0.36	3.51	0.28	3.58	المستوى الكلي للمهارات النفسية

يتضح من نتائج الجدول رقم (6) انه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($x = 0.05$) في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى إلى متغير المشاركة الدولية في مجالات الثقة والاستعداد النفسي وتركيز الانتباه والمستوى الكلي للمهارات النفسية بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج تعزى لمتغير المشاركة الدولية في مجالات الدافعية وكانت لصالح متوسط المشارك دولياً وفي مجال ضبط القلق كانت لصالح متوسط غير المشارك دولياً ، وفي مجال ظهور الفريق وكانت لصالح متوسط المشارك دولياً.

- الاستنتاجات:

بعد عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

- 1- إن المهارات النفسية لها دور مهم وتأثير كبير ورئيسي في أداء لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج .
- 2- إن عنصر الخبرة مهم جداً للاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج حيث له تأثير إيجابي في ضبط القلق وتركيز الانتباه عند اللاعبين أصحاب الخبرة الطويلة مقارنة مع ذويهم بالخبرات السابقة .
- 3- تعد المهمة الرئيسية في الفريق لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج بأنها ليست لها تأثير في جميع مجالات البحث .
- 4- تعد المشاركة الدولية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مدينة المرج ذات تأثير على اللاعبين المشاركين دولياً في مجالات الدافعية وظهور الفريق مقارنة مع اللاعبين غير المشاركين دولياً وكذلك تأثيرها في اللاعبين غير المشاركين دولياً في مجال ضبط القلق مقارنة مع اللاعبين المشاركين دولياً. في حين لم يكن لها تأثير على باقي مجالات المهارات النفسية.

- التوصيات:

- 1- ضرورة وجود أخصائي نفسي يعمل جنباً إلى جنب مع المدرب في إعداد الخطة التدريبية الشاملة من أجل تطوير اللاعب في جميع النواحي .
- 2- ضرورة الاهتمام من قبل المعنيين في مختلف الألعاب الرياضية سواء كانوا مدربين أو مربين أو أكاديميين بالجامعات الليبية بأجراء العديد من الدراسات في نفس الموضوع .
- 3- بناء مقياس شامل لجميع المهارات النفسية والعقلية خاص بلاعبي الكرة الطائرة في ليبيا .
- 4- ضرورة الاهتمام بالمهارات النفسية عند انتقاء الموهبين في مختلف الألعاب الرياضية .
- 5- ضرورة وضع برامج تدريبية مقننة مبنية على أسس علمية لتنمية المهارات النفسية الخاصة بالكرة الطائرة في المراحل العمرية المختلفة .

- المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع العربية:

1. احمد أمين فوزي (2006) مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات. القاهرة، دار الفكر العربي ط2 ، مصر ، ص84
2. أسامة كامل راتب (1997) علم نفس الرياضة ،دار الفكر العربي ط2 ، القاهرة ،مصر ،ص 375 .
3. أسامة كامل راتب (2000) الإعداد النفسي للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين وأولياء الأمور ،القاهرة ،دار الفكر العربي ط1 ،مصر ،ص 30
4. أسامة كامل راتب (2000) تدريب المهارات النفسية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ط1، مصر ، ص 13
5. أسماء يحيى (2010) بناء مقياس المهارات النفسية للاعبات الجماز ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، مصر
6. انتصار مزهر الرفاعي (2004) اثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوي الانجاز الرياضي ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة بغداد
7. حسام محمد (2007) فاعلية تطوير بعض المهارات النفسية وفقا لنمط الإيقاع الحيوي علي مستوي بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق
8. عبد الناصر القدومي وعلي الشكعة (1999) مصادر الثقة بالنفس لدي لاعبي أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية في فلسطين ،بحث المؤتمر العربي الأول لكليات ومعاهد التربية الرياضية ، عمان ،الأردن
9. عبدالناصر القدومي (2006) دراسة مصادر الثقة بالنفس لدي لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة كما يقدرونها بأنفسهم ، دراسات العلوم التطبيقية ،العدد 33، ص 349
10. محمد السيد ابو عبيده (2001) الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفبة، مصر، ص 263
11. محمد العربي شمعون (1996) التدريب العقلي في المجال الرياضي، القاهرة ،

- دار الفكر العربي ط1 ، ص 4
12. محمد حسن علاوي (1992)
سيكولوجية التدريب والمنافسات ، القاهرة ، دار
المعارف ط2، ص399
13. محمد حسن علاوي (1998)
مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة، مركز
الكتاب للنشر والتوزيع ط2، ص 397.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

14. Catalin&fleancu (2010) :study in the characteristics of attention in volley ball.
ovidius university annals, series physical education and sport – science,
movementandhealthy.