

درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة وعلاقته بالأنماط المزاجية وتقدير الذات لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية

أ.د/ طارق محمد بدر الدين (*)

أ.م.د/ امنية محمد منصور (**)

يهدف البحث إلى تحديد الأنماط المزاجية ، ومستوى انماط تقدير الذات لعينة البحث ، تحديد درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة ، تحديد الأنماط المزاجية المساهمة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة، تحديد انماط تقدير الذات المساهمة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة، والتعرف على العلاقة بين درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة وكل من الأنماط المزاجية و انماط تقدير الذات ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة البحث ، وتكونت عينة البحث الأساسية من (١٠٠) طالبة من طلبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية، وقد تم اختيار (٣٠) طالبة كعينة استطلاعية من داخل المجتمع وخارج عينة البحث لتقنين أدوات البحث ، وكانت اهم النتائج وجود علاقة ارتباط طردية بين كل من الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات وبين درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، وجاءت المرونة الشخصية اكثر مكونات الأنماط المزاجية تميزا للعينة ، وجاء نمط التقدير الإيجابي للذات والتقدير السلبي للأخرين اكثر أنماط تقدير الذات تميزا لعينة البحث.

الكلمات المفتاحية / الأنماط المزاجية، تقدير الذات، كرة السلة

(*) أستاذ علم النفس الرياضي المتفرغ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية
(**) أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية

Final applied basketball test score and relationship to mood patterns and self-esteem for applications of the Faculty of Sports Education for Girls in Alexandria

The research aims to identify mood patterns, the level of self-esteem patterns of the research sample, determine the degree of final applied testing in basketball, determine mood patterns contributing to the final applied test score in basketball, determine self-esteem patterns contributing to the final applied test score in basketball, and identify the relationship between the ultimate applied test score in basketball and both mood patterns and self-esteem patterns, the researchers used the descriptive approach due to its suitability for nature Research, and the basic research sample consisted of (100) students from the first division applications of the Faculty of Sports Education for Girls Alexandria University and (30) were selected as a reconnaissance sample from within the community and outside the research sample to legalize research tools, the most important results were a correlation between both mood patterns and self-esteem patterns and the degree of final applied testing in basketball for requests of the Faculty of Sports Education for Girls in Alexandria, and the personal flexibility came the most characteristic components of the sample mood patterns, and the pattern of positive self-esteem and negative appreciation of others was the most distinctive patterns of self-esteem for the research sample.

Keywords:mood patterns, self-esteem, basketball

مقدمة ومشكلة البحث:

يتميز العصر الحالي بالتنافس الشديد بين دول العالم المختلفة وذلك لتحقيق المزيد من التطور في كافة المجالات ومنها مجال التربية الرياضية ولذلك أهتم العلماء على اختلاف تخصصاتهم بدراسة العوامل المؤثرة على أداء الطلاب سواء كانت هذه العوامل جسمية أو بدنية أو نفسية أو عقلية من أجل توضيح العلاقة المتداخلة بين هذه العوامل ومدى ارتباطها بهدف الوصول إلى تعليمات يمكن عن طريقها توجيه عملية التدريب من أجل تحسين القدرة على اختيار أفضل العناصر لتحقيق أفضل المستويات الرياضية العالية ، فالتكامل والتوازن في الاهتمام بمكونات العملية التعليمية الثلاثة المعلم والمتعلم والمادة التعليمية أحد الضمانات الأساسية لتطوير العملية التعليمية ، وأي اهتمام بمكون دون باقي المكونات الأخرى يؤدي إلى فشل العملية التعليمية في تحقيق أهدافها التربوية والنفسية والمهارية والاجتماعية.

وتشهد الفترة الحالية محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحله، وقد احتلت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن أولويات هذا التطوير باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب شخصية المتعلم عن طريق تصميم وأعداد مواقف تعليمية متعددة يتعرض من خلالها لخبرات متنوعة تتفاعل فيها جوانب الأداء والإدراك والوجدان والمزاج معاً وبشكل كامل ومتزن. (صادق، ٢٠٠٣، ص ٨)

ويعد كفاءة التوافق أو الضبط والتوجيه الخاصة بالأداء الحركي تتوقف على سلامة المعلومات الحسية بشكل عام والحس حركية بشكل خاص؛ تلك المعلومات التي تخبر الجهاز العصبي بحالة الجسم وأوضاعه المختلفة ومن ثم يتمكن من اتخاذ القرار السليم وإصدار أوامر حركية دقيقة تتعلق بالتنفيذ الناجح للأداء الحركي المطلوب والقدرات الحس حركية من أهم الابتعاد التي يبنى عليها عمليات اكتساب وتنمية الاداء البدني والمهارى للوصول لأعلى المستويات وذلك من خلال ما يتمتع به الطالبات من الإحساس بالقوة والسرعة والزمن والمسافة وبالزوايا. (عبد الفتاح، ٢٠١٦، ص ١١٧)

ويشير (الزيني، ٢٠١١، ص ١٨٣ ، ١٨٤) ان المهارات العقلية تلعب دوراً أساسياً في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنباً إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطية فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهارى والخطي، والمهارة العقلية ذات أهمية في أداء المهارات

الرياضية، فهي التي تمكن الرياضي من الوصول إلى حالة عقلية تمنع دخول الأفكار السلبية والمشتتة إلى النشاط الرياضي.

ويرى (راتب، ٢٠٠١، ص ٥٥٣) ان الأنماط المزاجية تلعب دوراً هاماً في شخصية الطالبات معرفة الانماط المزاجية للطالبات يمكن الاستفادة منها في اكتشاف التغيرات للحالة العامة في أوقات مختلفة خلال العام، وملاحظة أهم التغيرات في الاستجابات المختلفة والتي قد تكون إشارة للحاجة إلى التدخل في شؤونهم وقد يحتاجوا امدادهم بالمعلومات التي تمنع الاداء الضعيف أو حتى وصولهم إلى الاحتراق النفسي.

فالنمط المزاجي أو نمط الجهاز العصبي السائد لدى الفرد قد يؤثر بدرجة كبيرة في مستوى الرياضي إذ هناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تميز اللاعب خصائص مزاجية معينة حتى يستطيع تحقيق أعلى المستويات، فالسلوك السوي المتوافق يتأسس على التوازن بين عاملي الكف والإثارة الذي يقوم به عامل المرونة الشخصية بحيث تدفع المواقف المختلفة المتعددة التي يواجهها الفرد إلى الإثارة أو الكف طبقاً لطبيعة الموقف وما يتطلب من سلوك أو استجابة. (علاوي، ٢٠٠٤، ص ٩٥) (علاوي، ٢٠٠٩، ص ٤٧)

وتقدير الذات مهم جداً من حيث أنه هو البوابة لكل أنواع النجاح الأخرى المنشودة، فمهما تعلم الشخص طرق النجاح وتطوير الذات فإذا كان تقديره لذاته وتقييمه لها ضعيفاً فلن ينجح في الأخذ بأي من تلك الطرق للنجاح، لأنه يرى نفسه غير أهل وغير مستحق لذلك النجاح، ويتأسس تقييم وتقدير الفرد لذاته Self Esteem على الاقتناع الداخلي للفرد بكفاءته أو جدارته أو أهليته وقيمه الخلقية أو الشخصية. وفي معظم الأحوال قد يقوم الفرد بتقدير ذاته على أساس نجاحاته أو فشله، وهذا التفكير قد يبدو ساذجاً، لأن التقدير الإيجابي للذات يتحقق عن طريق رؤية الفرد لنفسه كشخص جدير بالاحترام والكفاءة والقيمة بغض النظر عن النجاح وال فشل في بعض مواقف الحياة. (علاوي، ١٩٩٩، ص ٩١)

وتأتي اختبارات المهارات الحركية الأساسية التي تقيس نواتج عملية التعلم في الأنشطة الرياضية المختلفة إحدى الوسائل التي يستخدمها المعلم للحكم على فاعلية العملية التعليمية، فضلاً عن كونها الاستراتيجية المناسبة للتقييم التي تحدد قرارات التغيير والتطوير في أساليب وطرق التدريس المستخدمة في العملية التعليمية لتلك الأنشطة الرياضية (الدليمي، ٢٠١٦، ص ٢١٠) وتعد رياضة كرة السلة من الألعاب الرياضية التي تعتمد على تركيز الانتباه بشكل كبير، وتشير الدراسات العلمية في مجال علم النفس الرياضي أن المزاج يلعب دوراً كبيراً وهاماً في عملية الإبداع، والابتكار داخل الملعب كما انها تعتمد على النواحي النفسية والعقلية بقدر ما تحتاج إلى الجوانب البدنية والمهارية.

ويعد المزاج Temperament أهم الاستعدادات النفسية التي تساعد المتعلم على التعلم بسرعة وسهولة، وهو الدلالة على الطبيعة الوجدانية للمتعلم التي تحدد قابليته في الاستجابة الانفعالية تجاه المادة التعليمية التي تقدم له، ثم يأتي دور المعلم في تدعيم تلك الطبيعة الوجدانية خلال تدريس تلك المادة التعليمية، مما يؤدي إلى تحقيق مثمر لنواتج التعلم المستهدفة.

وتحدد مشكلة البحث فيما لاحظته الباحثة انخفاض في مستوى أداء المهارات لمقرر كرة السلة للفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات بجامعة الإسكندرية خلال الفصل الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩، حيث أنه يرتبط بالتقييم الشهري من قبل القائمين على التدريس، والذي سادة البطء والارتجال في الأداء الحركي للطابات أثناء أدائهم للمهارات الحركية الأساسية في كرة السلة وكذلك التقييم النهائي للفصل الدراسي والتي يتضمنها الاختبار التطبيقي للمقرر حيس سيطر عليهن مظاهر الخوف والتوتر والارتباك الحركي وذلك بالرغم من اكتمال اللياقة البدنية والفسولوجية لديهن من خلال ممارستهن لكثير من الأنشطة الرياضية مما ادي الى ارتفاع نسبة الرسوب في الاختبار العملي، وهذا ما لفت انتباه الباحثان نحو البحث عن الاسباب التي أدت إلى هذه المشكلة. والتي قد تكون نتيجة أن الاختبار التطبيقي لمقرر كرة السلة لم يستثير دافعية وحماس الطالبات نحو الأداء، وأصبح أدائهن يغلب عليه الفتور والخمول والبطء والتردد، أو قد لا يمتلكن القدرة على التوافق مع متطلبات الأداء المهارية المطلوبة عند الاداء. وكل هذا ناتج للنظ المزاجي المسيطر على الطالبات اثناء أدائهن للاختبار، أو قد يكون السبب فت تلك المشكلة التقدير السلبي لتقدير للطالبات لكل من قدراتهم الذاتية وتقديرهم للآخرين.

أهمية البحث:

١. دراسة الخصائص النفسية لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية والتي تعتبر من الجوانب الهامة التي تؤثر على الأداء بالإضافة إلى الخصائص البدنية والمهارية والفسولوجية
٢. الكشف عن علاقة الأنماط المزاجية وتقدير الذات بدرجة الاختبار التطبيقي النهائي لدي طلمات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٣. قد تساهم هذه الدراسة في وضع بعض المقترحات التي يمكن الاستفادة منها في تخطيط البرامج التدريسية، وخصوصا في عملية الإعداد لبرامج المناهج الدراسية.

هدف البحث:

يهدف هذه البحث إلى التعرف على درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة وعلاقته بالأنماط المزاجية وتقدير الذات لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية وذلك من خلال:

١. تحديد الأنماط المزاجية لعينة البحث.
٢. تحديد مستوى تقدير الذات لعينة البحث.
٣. تحديد درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.
٤. تحديد مكونات تقدير الذات المساهمة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.
٥. تحديد مكونات تقدير الذات المساهمة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.
٦. العلاقة بين درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة وكل من الأنماط المزاجية ومكونات تقدير الذات

تساؤلات البحث: -

١. ماهي الأنماط المزاجية المميزة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٢. هل توجد فروق في الأنماط المزاجية بين طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٣. ماهي أنماط تقدير الذات المميزة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٤. هل توجد فروق في أنماط تقدير الذات بين طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٥. ما درجة اسهام كل من الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٦. ما نوعية العلاقات بين كل من الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

المصطلحات الواردة بالبحث:

الأنماط المزاجية:

هي مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الافراد، كما انها الخصائص التي تميز دينامية العملية الانفعالية للفرد (سلمان، ٢٠١٣، ص ١٤)

تقدير الذات:

هو قدرة الفرد على التقييم الكلي لذاته في حدود طريقة إدراكه لأراء الآخرين فيه وذلك إما بطريقة إيجابية وإما بطريقة سلبية، وهذا ما يشير الى مدي ايمان المرء بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة (مالهي و ريزنر، ٢٠٠٥، ص ٢) (غيث، ٢٠٠٦، ص ٣٧٥)

الدراسات المرجعية: -

١. دراسة (الزيني، ٢٠١١) بعنوان المهارات العقلية والأنماط المزاجية وسمات الشخصية المؤثرة في مستوى أداء التعبير الحركي، يهدف البحث إلى التعرف على المهارات العقلية والأنماط المزاجية وسمات الشخصية والمرتبطة بالأداء في التعبير الحركي، والعلاقة بين المهارات العقلية والأنماط المزاجية وسمات الشخصية ومستوى الأداء في مادة التعبير الحركي، والفروق بين المستوى المهارى العالي والمنخفض في المهارات العقلية والأنماط المزاجية وسمات الشخصية لدى الطالبات في مادة التعبير الحركي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي باستخدام الدراسات المسحية نظرا لملائمته الطبيعة البحث، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات كلية التربية الرياضية بالسادات جامعة المنوفية الفرقة الرابعة للعام الجامعي ٢٠٠٦ / ٢٠٠٧، وبلغ حجم عينة البحث (٤٠ طالبة)، وكانت اهم النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مستوى التحصيل الدراسي لمادة التعبير الحركي ومتغيرات السمات الشخصية (سمة الثقة الرياضية حالة الثقة الرياضية).

٢. دراسة (جابر، ٢٠١٣) بعنوان الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين، استهدفت الدراسة تعرف الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تبعا لمتغيرات اليد المستخدمة في اللعب، درجة اللاعب، مكان السكن، الخبرة في اللعب. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قصديه قوامها (١٥٦) لاعبا شاملة لمجتمعها، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، وقائمة الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي (١٩٩٨). أظهرت نتائج الدراسة أن الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين جاءت متوسطة حيث حصلت على نسبة مئوية قدرها (٦٨.٥%). وكذلك يتضح من نتائج الدراسة أن المرونة الشخصية احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي (٨١.٧%)، تلا ذلك وفي المرتبة الثانية قوة عمليات الإثارة بوزن نسبي (٧٠.٧%)، ثم جاءت قوة عمليات الكف في المرتبة الثالثة نسبي (٥٣.٣%)، وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تعزى إلى متغير اليد المستخدمة في اللعب، درجة اللاعب، مكان السكن، الخبرة في اللعب.

٣. دراسة (سلمان، ٢٠١٣) بعنوان علاقة الأنماط المزاجية بمستوى الذكاء الانفعالي لدى لاعبي ولاعبات الجمباز ، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة الأنماط المزاجية بمستوى الذكاء الانفعالي لدى لاعبي ولاعبات الجمباز، كما هدفت إلى التعرف على الفروق في علاقة الأنماط المزاجية بمستوى الذكاء الانفعالي تبعا لمتغير الجنس والعمر التدريبي والوحدات التدريبية تكونت عينة الدراسة من ١٦ لاعب ولاعبة جمباز من لاعبي الاتحاد الرياضي للجمباز والمدارس الخاصة في الأردن، ثم اختيرهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة ممن تراوحت أعمارهم (١١١٨) عام استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة، تم استخدام مقياس الأنماط المزاجية الذي تم بناؤه من قبل الباحثة بعد الاطلاع على عدة مقار مرتبطة بالمزاج، ومقياس الذكاء الانفعالي بار - أون كأدوات لجمع البيانات. تم تحليل البيانات باستخدام المعلمات الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، الأسدي، المارية، معامل الارتباط بيرسون، اختبار (Z) لقيام الفروق. أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأنماط المزاجية السائدة قد تحدد مستوى الذكاء الانفعالي لدى لاعبي ولاعبات الجمباز، بالإضافة إلى أن علاقة الأنماط المزاجية بمستوى الذكاء الانفعالي لم تتأثر بمتغير الجنس والعمر التدريبي والوحدات التربوية.

٤. دراسة (منصور، ٢٠٢٠) بعنوان حالة قلق المنافسة الرياضية والنمط المزاجي وعلاقتها بمستويات فيتامين "د" ٢٥ وهرمون الباراثيرويد لدى لاعبي كرة القدم، استهدفت هذه الدراسة التعرف على "حالة قلق المنافسة الرياضية والنمط المزاجي وعلاقتها بمستويات فيتامين (د) ٢٥ وهرمون الباراثيرويد لدى لاعبي كرة القدم. استخدم الباحثان المنهج الوصفي لمناسبته مع طبيعة البحث. تم تحديد العينة الاستطلاعية من لاعبي كرة القدم بمحافظة الدقهلية، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من خارج عينة البحث الأساسية وممثلة لمجتمع البحث. وتكونت عينة البحث الأساسية من لاعبي كرة القدم من لاعبي كرة القدم بنادي دكرنس الرياضي. واستخدم جمع البيانات الأدوات التالية (قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية لمارتينز ترجمة محمد حسن علاوي، وقائمة الأنماط المزاجية للرياضيين لمحمد حسن علاوي، وتحليل مستويات فيتامين (د) ٢٥ وهرمون الباراثيرويد)، وكانت أهم النتائج أن متوسط استجابات عينة البحث في أبعاد قائمة الانماط المزاجية جاءت في المستوى المرتفع والمتوسط، ومتوسط نتائج عينة البحث في لفيتامين (د) ٢٥ جاءت في مستوى القصور بمتوسط حسابي (٢٦.١)، بينما مستوى هرمون الباراثيرويد جاءت داخل حدود المرجعية بنسبة (٥١.٥٢)، وجود ارتباط عكسي بين قائمة الاتجاهات نحو المباراة

وفيتامين (د) ٢٥ حيث كانت قيمة ر (-٠.٨٣٩)، وجود ارتباط عكسي بين قائمة الاتجاهات نحو المباراة هرمون الباراثيرويد حيث كانت قيمة ر (-٠.٦٤١)، ووجود ارتباط عكسي بين قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين وهرمون الباراثيرويد حيث كانت قيمة ر (-٠.٤٥٤). وكانت أهم التوصيات قياس فيتامين(د) ٢٥ وهرمون الباراثيرويد بشكل دوري وفي مواسم مختلفة، والاهتمام باللاعبين والناشئين الذين لديهم قصور في نسب فيتامين (د) ٢٥ وهرمون الباراثيرويد، وتناول المكملات الغذائية الغنية بفيتامين(د) ٢٥ للاعبين الذين يعانون من قصور فيه تحت اشراف طبي.

٥. دراسة (طارق، ٢٠٢٠) بعنوان مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين ١٢-١٥ سنة في كرة الطائرة، وهدف البحث الى التطلع على مستوى تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين ، والتطلع على مستوى حالة القلق المنافسة الرياضية للاعبين الناشئين لكرة الطائرة ، معرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجات مقياس تقدير الذات المهارية وتأثيره على درجات مقياس حالة القلق المنافسة الرياضية تبعا لبعد القلق المعرفي لدى اللاعبين الناشئين لكرة الطائرة قبل المنافسة الرياضية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي كونه مناسباً لتحقيق أهداف وأهمية البحث، وتكونت عينة البحث من فرق كرة الطائرة لشباب الرياضي مروانة وفريق مولوديه باتنة "صنف أوسط" ولقد كان اختيار العينة بطريقة عشوائية وشملت على ٢٤ لاعبا، وكانت اهم النتائج تحقق الفرضية الجزئية الأولى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المقياس الحالة للبعد القلق المعرفي وهذا حسب تأثير مستوى درجات المقياس تقدير الذات المهارية لكرة الطائرة لدى اللاعبين الناشئين قبل المنافسة الرياضية.

٦. دراسة (يعقوب و بني سعيد، ٢٠٢٠) بعنوان تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة المشاركين في البطولة الرابعة للمنتخبات العربية للناشئين، هدفت الدراسة التعرف إلى تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة المشاركين في البطولة الرابعة عشر للمنتخبات العربية للناشئين. تم استخدام المنهج الوصفي على عينة من (٦٥) لاعبا، ممن شاركوا في البطولة الرابعة عشر للمنتخبات العربية للناشئين (من ٢٥ يوليو إلى ٥ أغسطس ٢٠١٧ م)، تم اختيارهم بالطريقة العمدية. تم جمع البيانات باستخدام استبيان مكون من (٢٦) فقرة لقياس مستوى تقدير الذات البدني، واستبيان مكون من (١٣) فقرة لقياس مستوى الثقة بالنفس. تم تحليل البيانات

باستخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (t) للعينات المستقلة، واختبار مربع كاي. أظهرت النتائج بان مستوى تقدير الذات البدنية جاء بدرجة متوسطة، ومستوى الثقة بالنفس جاء بدرجة مرتفعة، ووجود علاقة قوية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مقياس مفهوم الذات البدنية ومقياس الثقة بالنفس. وأوصى الباحثان الاهتمام بالجوانب النفسية المرتبطة بلعبة الكرة الطائرة، وتنمية مفهوم الذات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة الناشئين، وتعزيز الثقة بالنفس لديهم، وزيادة وعي اللاعبين بذاتهم البدنية ومواطن القوة والضعف فيها.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) نظراً لملائمته لتحقيق اهداف البحث.

(١) مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية وذلك بالفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١)، والبالغ عددهم (١١٨٩) طالبة وقد قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وبلغ عدد أفراد العينة الأساسية (١٠٠) طالبة بنسبة ٨.٤% من المجتمع الأصلي للعينة، وقد تم اختيار (٣٠) طالبة بنسبة ٢.٥% عينة استطلاعية من داخل المجتمع وخارج عينة البحث لتقنين أدوات البحث، وجدول (١) يبين توصيف مجتمع وعينة البحث:

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

المجموعة الاستطلاعية		المجموعة التجريبية		المجتمع الكلي	
العدد	%	العدد	%	العدد	%
٣٠	٢.٥	١٠٠	٨.٤	١٠٠	١١٨٩

(١) أدوات جمع البيانات:

قام الباحثان بتحديد أدوات البحث بعد الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والبحوث المرتبطة بموضوع البحث وبما يحقق أهداف البحث ويتناسب مع العينة، وتم تحديد أدوات البحث على النحو التالي: -

أولاً: قائمة الأنماط المزاجية مرفق (١):

قام الباحثان باستخدام قائمة الأنماط المزاجية من تصميم محمد حسن علاوي (١٩٩٨) في ضوء نظرية المزاج لبافلوف وتتضمن القائمة (٣٠) عبارة لقياس ثلاث أنماط بموجب (١٠) عبارات لكل نمط وهم: (قوة عمليات الإثارة - قوة عمليات الكف - المرونة الشخصية) ويقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة على العبارات على ميزان ثلاثي (بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة) (٣ - ٢ - ١) على التوالي للعبارات الايجابية والعكس في العبارات السلبية، ويتم جمع درجات كل بعد من الأبعاد على حدة حيث أن للقائمة ليس لها درجة كلية، والدرجة العالية لكل بعد تشير إلى زيادة تميز اللاعب الرياضي بالخاصية التي يقيسها النمط.

ثانياً: مقياس أنماط تقدير الذات مرفق (٢):

قام الباحثان باستخدام مقياس أنماط تقدير الذات تصميم محمد حسن علاوي لمحاولة التعرف على النمط المميز للفرد الرياضي بالنسبة لتقديره لذاته وتقديره للآخرين في ضوء كتابات راينر مارتنز Martens (١٩٩٧)، ويشتمل المقياس على ٢٠ عبارة تشكل أربع أنماط متميزة للفرد وهي:

- **النمط الاول:** تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين، يقوم فيه الفرد بتقدير ذاته بصورة سلبية في حين يقدر الاخرين بصورة ايجابية، عباراته هي: ١٧/١٣/٩/٥/١
 - **النمط الثاني:** تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين، يقوم فيه الفرد بتقدير ذاته وبتقدير الاخرين بصورة سلبية، عباراته هي: ١٨/١٤/١٠/٦/٢
 - **النمط الثالث:** تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين، يقوم فيه الفرد بتقدير ذاته بصورة ايجابية في حين يقدر الاخرين بصورة سلبية، عباراته هي: ١٩/١٥/١١/٧/٣
 - **النمط الرابع:** تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين، يقوم فيه الفرد بتقدير ذاته والآخرين بصورة ايجابية، عباراته هي: ٢٠/١٦/١٢/٨/٤
 - يتم منح الدرجات كما يلي (نعم = ٣ درجات، غير متأكد = ٢ درجة، لا = درجة واحدة)
- (٢) الدراسة الاستطلاعية:

بالرغم أن لمقياسي الأنماط المزاجية وتقدير الذات معاملات صدق وثبات عالية، وتم الاستعانة بهما في العديد من الدراسات السابقة، إلا أن الباحثان قاما بإجراء دراسة استطلاعية بهدف إيجاد المعاملات العلمية (الصدق والثبات) لمقياسي الأنماط المزاجية وتقدير الذات لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بجامعة الاسكندرية على عدد (٣٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وأسفر هذا الاجراء عن النتائج التالية:

أولاً: الصدق:

تم حساب الصدق لمقياسي الأنماط المزاجية وتقدير الذات للطالبات عن طريق الصدق التمييزي باستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين الارباع الأدنى والأعلى، وللتحقق من ذلك باستخدام اختبار " ت " المحسوبة ومعامل الصدق التمييزي.

جدول (٢)

دلالة الفروق بين الارباع الأدنى والأعلى ومعامل الصدق التمييزي في مقياس الأنماط المزاجية ومقياس تقدير الذات للطالبات

(ن = ٣٠)

معامل الصدق التمييزي	قيمة "ت" المحسوبة	الارباع الأدنى (ن = ٨)		الارباع الأعلى (ن = ٨)		مقياس الأنماط المزاجية وأنماط تقدير الذات
		ع±	س-	ع±	س-	
٠.٩٣٠	**٩.٤٩	٠.٧٤	١٣.٣٨	٠.٨٣	١٧.١٣	قائمة الأنماط المزاجية
٠.٩٣٢	**٩.٥٨	١.٠٤	١٢.٧٥	٠.٦٤	١٦.٨٨	قوة عمليات الإثارة
٠.٩٠٤	**٧.٩٢	٠.٤٦	١٣.٧٥	٠.٩٢	١٦.٦٣	قوة عمليات الكف
						المرونة الشخصية
٠.٩٤٤	**١٠.٦٩	٠.٥٢	٥.٦٣	٠.٤٦	٨.٢٥	النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين
٠.٩٢٩	**٩.٣٦	٠.٥٢	٥.٦٣	٠.٨٣	٨.٨٨	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين
٠.٩٤٣	**١٠.٦٣	٠.٥٢	٥.٦٣	٠.٥٢	٨.٣٨	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
٠.٩٧٣	**١٥.٧٩	٠.٥٢	٥.٣٨	٠.٣٥	٨.٨٨	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير

* دلالة " ت " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥ ، عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٩٧٧

يتضح من جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة احصائية في قيمة "ت" المحسوبة بين الارباع الأعلى والأدنى في أبعاد مقياس الأنماط المزاجية ومقياس تقدير الذات للطالبات، وتراوحت قيم معامل الصدق التمييزي ما بين (٠.٩٠٤ ، ٠.٩٧٣) وهي قيم مرتفعة تؤكد الصدق وقدرة المقياس على التمييز بين الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات المختلفة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بجامعة الاسكندرية.

ثانياً: الثبات:

تم التحقق من الثبات لمقياس الأنماط المزاجية وتقدير الذات للطالبات عن طريق التطبيق واعادة التطبيق وذلك بحساب قيمة "ت" ومعامل الثبات بين التطبيقين.

جدول (٣) دلالة الفروق بين التطبيق الأول واعادة التطبيق ومعامل الثبات في مقياس الأنماط المزاجية وتقدير الذات للطالبات قيد البحث

(ن = ٣٠)

معامل الثبات "ر"	قيمة "ت" المحسوبة	اعادة التطبيق		التطبيق الأول		مقياس الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات
		ع±	-س	ع±	-س	
**٠.٩٣٧	٠.٠٠	١.٦٨	١٥.١٣	١.٥٥	١٥.١٣	قوة عمليات الإثارة
**٠.٩٣٩	٠.٠٠	١.٦٣	١٤.٩٠	١.٧١	١٤.٩٠	قوة عمليات الكف
**٠.٩٤٠	٠.٤٤	١.١٧	١٥.١٣	١.٢١	١٥.١٠	المرونة الشخصية
**٠.٨٩٨	٠.٣٧	١.٠٥	٦.٨٣	١.١١	٦.٨٧	النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين
**٠.٨٦٨	١.٢٢	١.٤٩	٧.٢٠	١.٣٨	٧.٠٣	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين
**٠.٩٥٥	١.٠٠	١.٢٣	٧.٠٠	١.٢٠	٦.٩٣	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
**٠.٩٦٦	١.٠٠	١.٣٦	٧.٠٠	١.٤١	٧.٠٧	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين

* دلالة " ت " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٦٩٩ ، عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٧٥٦

* دلالة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٦١ ، عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٦٣

يتضح من جدول (٣) لا توجد فروق في قيمة "ت" المحسوبة بين التطبيق وإعادة التطبيق لمقياسي الأنماط المزاجية وتقدير الذات للطلاب، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق لقيمة معامل الثبات، حيث تراوحت القيم ما بين (٠.٦٨٦، ٠.٩٦٦) وهي قيم مرتفعة، مما يدل على الثبات المقياسين قيد البحث.

(٣) المعالجات الإحصائية.

قام الباحثان بتطبيق ومعالجة البيانات باستخدام برنامج IBM SPSS Statistics 20 الإحصائي للحصول على المعالجات الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط "ر" لبيرسون
- معامل التقلطح
- اختبار "ت" للعينات المستقلة
- قيمة " ت " الفروق
- تحليل الانحدار الخطي المتعدد
- معامل الالتواء
- اختبار "ت" لعينة واحدة

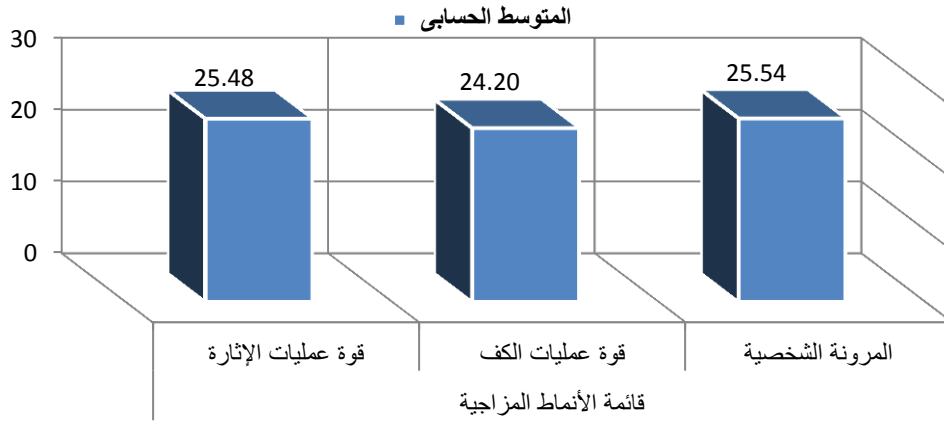
عرض ومناقشة نتائج البحث: -

سوف يستعرض الباحثان النتائج ومناقشتها وتفسيرها على النحو التالي:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج قائمة الأنماط المزاجية للطلاب قيد البحث.

جدول (٤) التوصيف الإحصائي في مقياس الأنماط المزاجية للطلاب قيد البحث (ن = ١٠٠)

م	قائمة الأنماط المزاجية	أقل قيمة	أعلى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التقلطح
١	قوة عمليات الإثارة	٢٢	٢٩	٢٥.٤٨	٢.١٨٩	٠.٦٤٠-	٠.٧٩٢-
٢	قوة عمليات الكف	٢٢	٢٧	٢٤.٢٠	١.٩١٤	٠.٢٤٦	١.٤٢٨-
٣	المرونة الشخصية	٢٤	٢٧	٢٥.٥٤	١.٠٧٥	٠.٢٢٧-	١.١٩٧-



شكل (١) المتوسط الحسابي لقائمة الأنماط المزاجية للطلبات قيد البحث

يتضح من جدول (٤) وشكل (١) أقل وأعلى قيمة والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري في قائمة الأنماط المزاجية للطلبات، حيث جاء (المرونة الشخصية) بأعلى متوسط ثم (قوة عمليات الإثارة) بينما جاء (قوة عمليات الكف) بأقل متوسط للطلبات، وجاءت قيم معاملات الالتواء تقترب من الصفر، وقيم معاملات التفلطح تتحصر ما بين (± 3) مما يدل على التجانس في قائمة الأنماط المزاجية للطلبات قيد البحث.

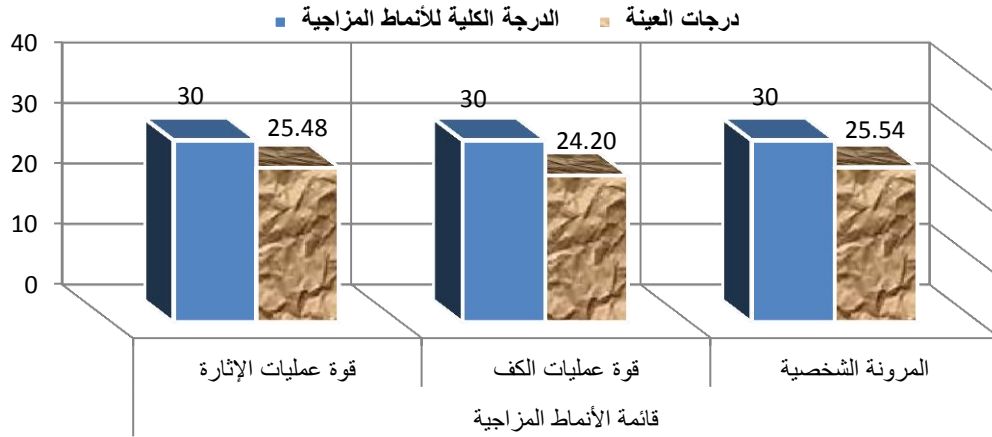
ويري الباحثان تميز الطالبات بالنمط المزاجي المرتبط بالمرونة الشخصية حيث ان الطالبات الفرقة الاولى يحاولن التكيف مع ظروف وطبيعة الدراسة بالكلية ومتعاملين مع تلك الظروف بدون استئثار زائدة أو انطواء مبالغ فيه، وهذا يؤكد قدرة أعضاء هيئة التدريس العاملين بالتدريس بالفرقة الاولى على مساعدتهن على التوافق مع متطلبات الكلية وخاصة تلك المتطلبات المرتبطة بتدريس مقرر كرة السلة

جدول (٥) دلالة الفروق ونسبة الفرق بين الدرجة العظمى لكل بعد على حدة ومتوسط درجات

الطلبات في قائمة الأنماط المزاجية للطلبات قيد البحث (ن = ١٠٠)

م	قائمة الأنماط المزاجية	الدرجة الكلية للأنماط	درجات العينة		الفرق بين المتوسطين	نسبة الفرق %	قيمة "ت" المحسوبة
			ع±	س-			
١	قوة عمليات الإثارة	٣٠	٢٥.٤٨	٢.٤٣١	٤.٥٢	١٥.٠٧	**١٨.٦٠
٢	قوة عمليات الكف	٣٠	٢٤.٢٠	٢.١٧٠	٥.٨٠	١٩.٣٣	**٢٦.٧٣
٣	المرونة الشخصية	٣٠	٢٥.٥٤	١.٥٨٥	٤.٤٦	١٤.٨٧	**٢٨.١٣

*دلالة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٩٨٠، عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٦١٧



شكل (٢) الدرجة العظمى ومتوسط درجات قائمة الأنماط المزاجية للطلبات قيد البحث

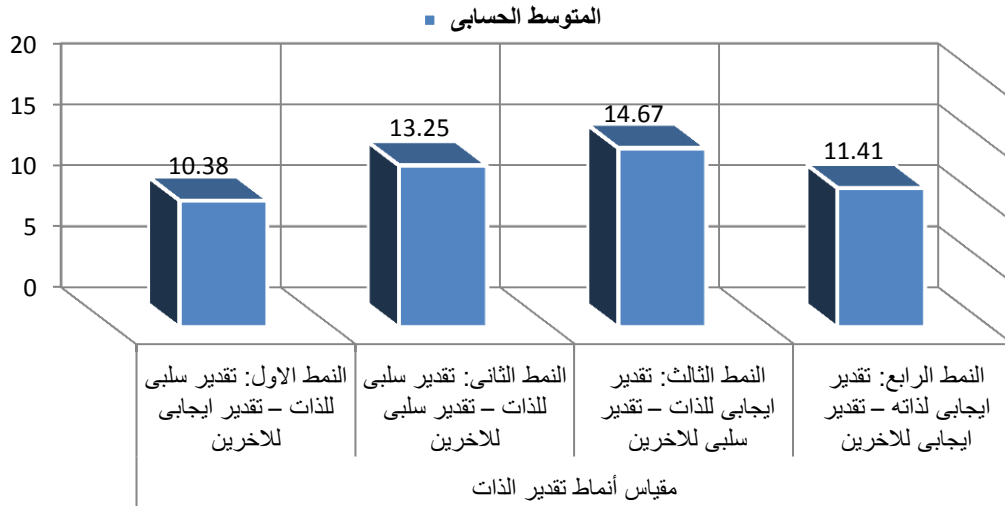
يتضح من جدول (٥) وشكل (٢) وجود فروق ذات دلالة احصائية في قيمة " ت " المحسوبة بين الدرجة العظمى لكل بعد على حدة من أبعاد قائمة ومتوسط درجات الطالبات في مقياس الأنماط المزاجية للطلبات، وتراوح نسبة الفرق ما بين (١٤.٨٧ %، ١٩.٣٣ %)، حيث جاءت (قوة عمليات الكف) بأعلى نسبة فرق ثم (قوة عمليات الإثارة) بينما جاء (المرونة الشخصية) بأقل نسبة فرق في مقياس الأنماط المزاجية للطلبات قيد البحث. وهذا يؤكد النتائج المستخلصة من جدول (٢) لصدق المقياس وقدرة المقياس على التفرقة والتمييز بين الطالبات بالمقارنة بالدرجة العظمى لكل بعد على حدة للمقياس.

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج مقياس أنماط تقدير الذات للطلبات قيد البحث.

جدول (٦) التوصيف الإحصائي في مقياس أنماط تقدير الذات للطلبات قيد البحث

(ن = ١٠٠)

م	مقياس أنماط تقدير الذات	أقل قيمة	أعلى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
١	النمط الاول: تقدير سلبي للذات – تقدير إيجابي للآخرين	٧	١٤	١٠.٣٨	١.٤٢٢	٠.٣٣٦	٠.٤١٠-
٢	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات – تقدير سلبي للآخرين	١٢	١٥	١٣.٢٥	٠.٨٣٧	٠.٧٢٩	٠.٠٢٣
٣	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات – تقدير سلبي للآخرين	١٣	١٥	١٤.٦٧	٠.٤٩٥	١.٩٧١-	٣.١٨٢
٤	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته – تقدير إيجابي للآخرين	١٠	١٤	١١.٤١	٠.٧٩٧	١.٠١٦	١.٠٢٤
	الدرجة الكلية للمقياس	٤٦	٥٤	٤٩.٧١	١.٧٢٠	٠.١١٥	٠.٤١٣-



شكل (٣) المتوسط الحسابي لمقياس أنماط تقدير الذات للطالبات قيد البحث

يتضح من جدول (٦) وشكل (٣) أقل وأعلى قيمة والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري في أنماط تقدير الذات للطالبات، حيث جاء (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين) بأعلى متوسط في أنماط تقدير الذات ، ثم (النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين) ، ثم جاء (النمط الرابع : تقدير إيجابي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) ، وأخيراً جاء (النمط الأول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) بأقل متوسط للطالبات ، وجاءت قيم معاملات الالتواء تقترب من الصفر، وقيم معاملات التفلطح تتحصر ما بين (± 3) عدا (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين) مما يدل على أن هناك تباين بين الطالبات قيد البحث في (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين) في أنماط تقدير الذات. وبدراسة وتفسير هذه النتيجة المستخلصة يتضح أن أعلى قيمة لأنماط تقدير الذات في اتجاه استجابة التقدير الإيجابي نحو الذات وأيضاً التقدير السلبي تجاه الآخرين، وهذا يعني أن نظرة الطالبة وتقييمها لذاتها إيجابية وتقدر ذاتها وتشعر بالرضا والتقبل لذاتها خلال تواجدها بالكلية ودراستها التطبيقية لمقرر كرة السلة، إلا أنها في ذات الوقت نظرتها وتقييمها للآخرين نظرة سلبية، وتشعر بعدم الرضا وعدم تقبلها للآخرين. وهذا قد يكون موجه إلى القائمين بالتدريس لمقرر كرة السلة بصفة خاصة. أو موجه تجاه الأسرة التي تعيش معها، أو نظرتها للكلية، أو زملائها في الكلية. وهذا من منظور عبارات المقياس قيد البحث، ويعزي الباحثان تلك النتيجة إلى أن الطالبات في السنة الأولى بالكلية يعتبرن جديدات في الالتحاق بها، ولم يتوافقن بعد مع نظام الدراسة التطبيقية للكلية، بالإضافة إلى أن هذه المرة الأولى التي يدرسن فيها مقرر كرة السلة، وما زلن لا يجيدون المهارات الحركية الأساسية الإجابة التامة، فهن في مرحلة التعلم

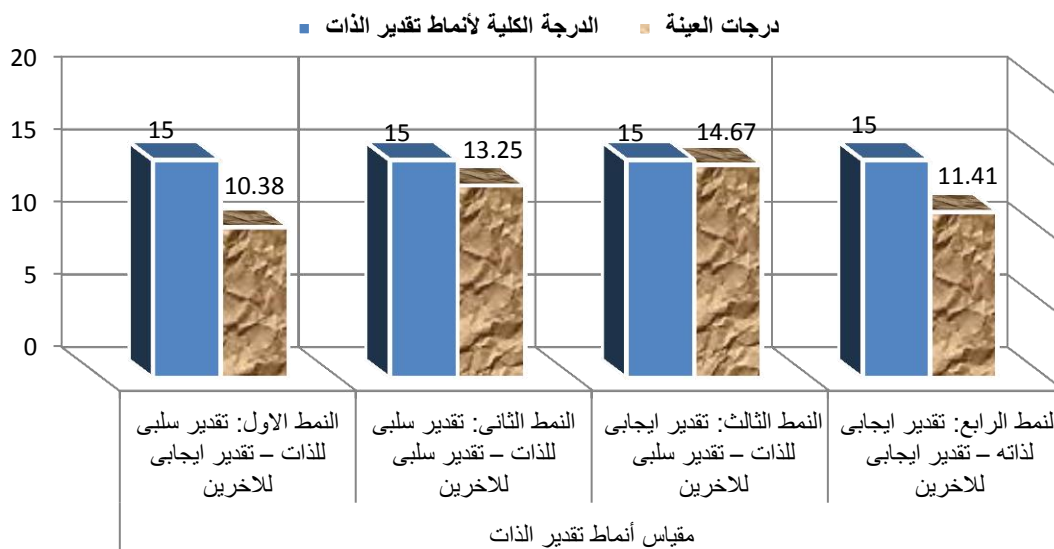
الأولي لاكتساب وتعلم تلك المهارات، وفي ذات الوقت لا يشعرون بالاستمتاع والقدرة الحركية على الأداء الجيد والألي لتلك المهارات خلال دراستهم لمقرر كرة السلة.

جدول (٧) دلالة الفروق ونسبة الفرق بين الدرجة الكلية ومتوسط درجات الطالبات في مقياس

أنماط تقدير الذات للطالبات قيد البحث (ن = ١٠٠)

م	مقياس أنماط تقدير الذات	الدرجة الكلية لأنماط	درجات العينة		الفرق بين المتوسطين	نسبة الفرق %	قيمة "ت" المحسوبة
			س	ع±			
١	النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين	١٥	١٠.٣٨	١.٤٨٢	٤.٦٢	٣٠.٨٠	**٣١.١٧
٢	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين	١٥	١٣.٢٥	١.٠٤٨	١.٧٥	١١.٦٧	**١٦.٧٠
٣	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين	١٥	١٤.٦٧	١.٠٠٦	٠.٣٣	٢.٢٠	**٣.٢٨
٤	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين	١٥	١١.٤١	١.٠٢٦	٣.٥٩	٢٣.٩٣	**٣٤.٩٩

*دلالة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٩٨٠، عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٦١٧



شكل (٤) الدرجة الكلية ومتوسط درجات الطالبات في مقياس أنماط تقدير الذات للطالبات

يتضح من جدول (٧) وشكل (٤) وجود فروق ذات دلالة احصائية في قيمة "ت" المحسوبة بين الدرجة الكلية ومتوسط درجات الطالبات في مقياس أنماط تقدير الذات للطالبات، وتراوح نسبة الفرق ما بين (٢.٢٠% ، ٣٠.٨٠%) ، حيث جاءت (النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) بأعلى نسبة فرق ثم (النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين) ثم (النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين) بينما جاء (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) بأقل نسبة فرق في مقياس أنماط تقدير الذات

للطالبات قيد البحث. وهذا يؤكد النتائج المستخلصة من جدول (٢) لصدق المقياس وقدرة المقياس على التفرقة والتمييز بين الطالبات بالمقارنة بالدرجة العظمى لكل بعد على حدة. ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج العلاقة بين الأنماط المزاجية وتقدير الذات ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.

جدول (٨) العلاقة بين كل من الأنماط المزاجية وتقدير الذات ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.

(ن ١٠٠)

التحصيل الأكاديمي	قائمة الأنماط المزاجية			الأنماط المزاجية وتقدير الذات ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة	أنماط تقدير الذات
	المرونة الشخصية	قوة عمليات الكف	قوة عمليات الإثارة		
٠.٠٧	*٠.٢١٧	٠.١٧٤	٠.١١١	النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين	
**٠.٢٧٥	**٠.٣٩٢	*٠.٢٤٩	**٠.٢٩٧	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين	
**٠.٤٦٨	**٠.٦٥١	**٠.٤٨٤	**٠.٣٢٢	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين	
**٠.٤٣٧	**٠.٥٠٨	**٠.٣٢٦	*٠.٢٤٠	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين	
١	**٠.٣٤٨	**٠.٢٨١	٠.١٩٣	التحصيل الأكاديمي	

*الدلالة الاحصائية لقيمة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٩٥، عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٢٥٤.

يتضح من جدول (٨) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية في قيمة " ر " المحسوبة بين قائمة الأنماط المزاجية وتقدير الذات ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة، حيث جاء الارتباط طردي بين قائمة الأنماط المزاجية (قوة عمليات الاثارة والكف والمرونة الشخصية) مع جميع أنماط تقدير الذات للطالبات عدا (النمط الاول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) لم تظهر دلالة الا مع (المرونة الشخصية)، وجاءت علاقة الارتباط بين ودرجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة. مع الأنماط المزاجية (قوة عمليات الكف، المرونة الشخصية) ومع أنماط تقدير الذات (النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين، النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين، النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين) للطالبات قيد البحث، وتتفق ذلك مع نتائج دراسة مها محمد عزب الزيني. (٢٠١١) في وجود علاقة ارتباط طردية بين الانماط بين الأنماط المزاجية الثلاثة ومادة التعبير الحركي.

رابعاً: عرض ومناقشة نتائج الأنماط المزاجية وتقدير الذات المساهمة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.

جدول (٩) تحليل الانحدار الخطي المتعدد لمساهمة الأنماط المزاجية في درجة الاختبار
التطبيقي النهائي في كرة السلة.

(ن = ١٠٠)

نسبة المساهمة %	مستوى الدلالة	معاملات الانحدار "ت"	القيم المعيارية	قيمة معاملات الانحدار		نموذج الانحدار الخطي المتعدد
				B	الخطأ المعياري	
١٢.١٠ %	٠.٠٠٠	٤.٨٨٧		١.٥٠١	٧.٣٣٥	الرقم الثابت
	٠.٠٠٠	٣.٦٧٦	٠.٣٤٨	٠.٠٥٩	٠.٢١٦	المرونة الشخصية
١٥.٨٠ %	٠.٠٠٠	٣.٧٤٤		١.٦٠٨	٦.٠٢١	الرقم الثابت
	٠.٠٠٣	٣.٠٢٠	٠.٢٩٣	٠.٠٦٠	٠.١٨١	المرونة الشخصية
	٠.٠٤٢	٢.٠٦٠	٠.٢٠٠	٠.٠٤٤	٠.٠٩٠	قوة عمليات الكف
٢٣.٣٠ %	٠.١٩٧	١.٣٠٠		١.٩٢٥	٢.٥٠٢	الرقم الثابت
	٠.٧٨٥	٠.٢٧٣	٠.٠٣٤	٠.٠٧٨	٠.٠٢١	المرونة الشخصية
	٠.٠٠٠	٣.٦٨٧	٠.٤٩١	٠.٠٦٠	٠.٢٢٢	قوة عمليات الكف
	٠.٠٠٣	٣.٠٥٨	٠.٤٣٠	٠.٠٥٧	٠.١٧٤	قوة عمليات الإثارة

يتضح من جدول (٩) الدلالة الاحصائية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد لمساهمة قائمة الأنماط المزاجية في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة. وجاءت مساهمة الأنماط المزاجية بنسبة (٢٣.٣٠%) في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة، حيث تساهم (المرونة الشخصية) بنسبة (١٢.١٠%) وتساهم (المرونة الشخصية، قوة عمليات الكف) بنسبة (١٥.٨٠%) وبذلك تساهم (قوة عمليات الكف) بنسبة (٣.٧٠%)، بينما تساهم (قوة عمليات الإثارة) بنسبة (٧.٥٠%) في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة، ويتفق ذلك مع دراسة رمزي رسمي جابر. (٢٠١٣) التي توصلت الى ان نمط المرونة الشخصية جاءت بالمرتبة الاولى في الاسهام بالارتقاء بلاعبي كرة الطاولة مما يؤكد أهمية المرونة الشخصية في الارتقاء بمستوي الأداء الحركي.

جدول (١٠)

تحليل الانحدار الخطي المتعدد لمساهمة انماط تقدير الذات في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة

(ن = ١٠٠)

نسبة	مستوى	معاملات	القيم	قيمة معاملات الانحدار	نموذج الانحدار الخطي المتعدد
------	-------	---------	-------	-----------------------	------------------------------

المساهمة %	الدلالة	الانحدار "ت"	المعيارية	الخطأ المعياري	B	
٢١.٩٠ %	٠.٠٠٠	٤.٧٩٠		١.٢٨٢	٦.١٤٠	الرقم الثابت
	٠.٠٠٠	٥.٢٣٩	٠.٤٦٨	٠.٠٨٧	٠.٤٥٧	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
٢٦.٠٠ %	٠.٠٠٠	٤.٢٨٣		١.٢٨٤	٥.٥٠١	الرقم الثابت
	٠.٠٠٣	٣.٠٠٢	٠.٣٢٣	٠.١٠٥	٠.٣١٥	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
	٠.٠٢٣	٢.٣١٣	٠.٢٤٩	٠.١٠٣	٠.٢٣٨	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين
٢٧.٥٠ %	٠.٠٠١	٣.٤٤٥		١.٤٥٦	٥.٠١٥	الرقم الثابت
	٠.٠٢١	٢.٣٤٨	٠.٢٧٨	٠.١١٥	٠.٢٧١	النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
	٠.٠١٤	٢.٥٠٦	٠.٢٧٤	٠.١٠٥	٠.٢٦٢	النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين
	٠.٢٥٦	١.١٤٣	٠.١١١	٠.٠٩١	٠.١٠٤	النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين
	٠.٤٠٥	٠.٨٣٧-	٠.٠٧٦-	٠.٠٦٠	٠.٠٥٠-	النمط الأول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين

يتضح من جدول (١٠) الدلالة الاحصائية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد لمساهمة تقدير الذات في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.، وجاءت مساهمة أنماط تقدير الذات بنسبة (٢٧.٥٠ %) في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.، حيث تساهم (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين) بنسبة (٢١.٩٠ %) وتساهم (النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين ، النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين) بنسبة (٢٦ %) وبذلك تساهم (النمط الرابع: تقدير إيجابي لذاته - تقدير إيجابي للآخرين) بنسبة (٤.١٠ %) بينما تساهم (النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين ، النمط الأول: تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) بنسبة (١.٥٠ %) في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.

الاستنتاجات والتوصيات:

أولا الاستنتاجات:

استنادا إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء هدف البحث وتساؤلاته، والإجراءات التي اتبعتها الباحثة حتى توصلوا إلى الاستنتاجات التالية:

١. وجود فروق في الأنماط المزاجية بين طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية
٢. وجود فروق في أنماط تقدير الذات بين طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية

٣. وجود علاقة ارتباط طردية بين كل من الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات وبين درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية

٤. تسهم الأنماط المزاجية وانماط تقدير الذات بدرجة كبيرة في درجة الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

٥. يتسم مقياس الأنماط المزاجية وتقدير الذات قيد البحث بمعاملات علمية مقبولة.

التوصيات:

١. ضرورة العمل على توعية طلبات كلية التربية الرياضية على أهمية الحالة المزاجية وتقدير الذات، ودورها في الارتقاء بالمستوى الأداء وتزويدهم بكل الخبرات التي تمكنهم من توجيه واستغلال قدراتهم وإمكانياتهم المتوفرة لديهم.

٢. ضرورة العمل على تأهيل الطالبات نفسياً، ومزاجياً قبل المشاركة في الاختبار التطبيقي النهائي في كرة السلة.

٣. ضرورة العمل على تدريب اللاعبين على المهارات النفسية للارتقاء بالحالة المزاجية الإيجابية، والعمل على تقدير ذاتهم بالشكل الأمثل.

٤. تعريف الطالبات الملتحقات بالكلية بالفرقة الأولى طبيعة الدراسة بالكلية والمتطلبات البدنية والحركية والنفسية التي يحتاجونها خلال دراستهم مع اعلاء قيمة تقدير الآخرين لديهم.

٥. تطبيق مقياس الأنماط المزاجية وتقدير الذات على طالبات الكلية خلال سنوات دراستهن بها للتعرف عليها وتعديلها بما يتناسب مع اعدادهن بصورة متزنة للتوافق والتعامل الجيد مع المجتمع بعد تخرجهن من الكلية.

٦. توجيه اهتمام الباحثين بإجراء بحوث ودراسات أخرى في مجال الأنماط المزاجية.

المراجع العربية:

١. أبو العلا احمد عبد الفتاح. (٢٠١٦). التدريب الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
٢. اسامة كامل راتب. (٢٠٠١). تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
٣. رانجيت سينج مالمهي، و روبرت دبليو ريزنر. (٢٠٠٥). تعزيز تقدير الذات اعادة بناء وتنظيم نفسك للنجاح في الالفية الجديدة. المملكة العربية السعودية: مكتبية جرير.
٤. رمزي رسمي جابر. (٢٠١٣). الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين. الأردن: الجامعة الأردنية.
٥. ريم محمد سلمان. (٢٠١٣). علاقة الأنماط المزاجية بمستوى الذكاء الانفعالي لدى لاعبي ولاعبات الجمباز، رسالة دكتوراه غير منشورة. الاردن: الجامعة الاردنية.
٦. صولة طارق. (٢٠٢٠). مستوى تقدير الذات المهارية وأثره على ظهور حالة القلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين الناشئين ١٢-١٥ سنة في كرة الطائرة. الجزائر: جامعة محمد خيضر بسكرة.
٧. محمد حسن علاوي. (١٩٩٩). علم نفس المدرب والتدريب الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
٨. محمد حسن علاوي. (٢٠٠٤). مدخل إلى علم النفس الرياضي (المجلد ط ٩). القاهرة: مركز الكتاب للنشير.
٩. محمد حسن علاوي. (٢٠٠٩). مدخل إلى علم النفس الرياضي (المجلد ط ٧). القاهرة: مريز الكتاب للنشر.
١٠. محمد عاطف غيث. (٢٠٠٦). قاموس علم الاجتماع. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
١١. محمود يعقوب، ونضال مصطفى محمد بني سعيد. (٢٠٢٠). تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة المشاركين في البطولة الرابعة

للمنتخبات العربية للناشئين. فلسطين: مجلة جامعة النجاح للأبحاث -العلوم الإنسانية.

١٢. منير موسى صادق. (٢٠٠٣). فعالية برنامج seven E;s في تدريس العلوم على تنمية التحصيل وبعض مهارات عمليات العلم لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي، مجلة التربية العلمية، المجلد (٣)، العدد (٦)، كلية التربية، جامعة عين شمس.

١٣. مها محمد عزب الزيني. (٢٠١١). المهارات العقلية والأنماط المزاجية وسمات الشخصية المؤثرة في مستوى أداء التعبير الحركي. مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية-جامعة أسبوط.

١٤. ناهد عبد زيد الدليمي. (٢٠١٦). أساسيات التعلم الحركي. بابل، العراق: الدار المنهجية للنشر والتوزيع.

١٥. نشأت محمد أحمد منصور. (٢٠٢٠). حالة قلق المنافسة الرياضية والنمط المزاجي وعلاقتها بمستويات فيتامين "د" ٢٥ وهرمون الباراثيرويد لدى لاعبي كرة القدم. مصر: المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين -جامعة حلوان.