



جامعة الموصل
كلية التربية الرياضية

علاقة الطلاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية بمستوى الإنجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم

محمد خير الدين صالح صفو الطائي

رسالة ماجستير
تربية رياضية

بإشراف

الأستاذ المساعد الدكتور

زهير يحيى محمد المعاضيدي

ملخص الرسالة

” علاقة الطلاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم ”

الباحث

محمد خير الدين صالح الطائي

١٤٣١هـ

المشرف

أ.م.د. زهير يحيى المعاضيدي

٢٠١٠م

يهدف البحث الى:

- قياس الطلاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية ومستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم.
- التعرف على العلاقة بين المتغيرات النفسية (الطلاقة النفسية و التوتر النفسي والاستثارة الانفعالية) بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم من خلال تحليل مسار العلاقة بين المتغيرات النفسية ومستوى الأداء المهاري.

وللتحقق من أهداف البحث وضع الباحث الفرضية الآتية:

- توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين المتغيرات النفسية (الطلاقة النفسية و التوتر النفسي الاستثارة الانفعالية) بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة البحث، وتم تنفيذ التجربة على عينة من لاعبي أندية المنطقة الشمالية للدوري الممتاز، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية التي اشتملت على أندية (نينوى و الموصل و الفتوة و بلد و الانبار و الوحدة و الدور و آشتي) حيث بلغ عدد العينة الفعلي (٦٣) من أصل (٨٠) لاعبا بعد استبعاد عينة الثبات البالغ عددهم (١٠) لاعبين و(٧) لاعبين لم يشتركوا بالبطولة، كما استخدم الباحث تحليل محتوى المصادر والاستبيان والملاحظة العلمية والمقابلة الشخصية والمقاييس واستمارة التحليل.

تضمنت إجراءات البحث تصميم استمارة لتحليل الأنجاز المهاري في خماسي كرة القدم وإجراء المعاملات العلمية لها للتأكد من صدقها وثباتها وتم إجراء المعاملات العلمية للمقاييس النفسية (الطلاقة النفسية و التوتر النفسي و الاستثارة الانفعالية) وكذلك إجراء عدد من التجارب الاستطلاعية لمعرفة الوقت المستغرق للإجابة على المقاييس النفسية، وكذلك تشخيص

الصعوبات والمعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحث وفريق العمل المساعد في استمارة التحليل وتحديد موقع التصوير.

استغرق تنفيذ التجربة الرئيسة ثلاثة أيام هي للمدى من ١٦-١٨/٤/٢٠١٠ تم فيها توزيع المقاييس النفسية على الأندية الرياضية (عينة البحث) وتصوير المباريات عن طريق آلة تصوير نوع سوني (Sony).

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الارتباط البسيط (بيرسون) و النسبة المئوية و تحليل المسار والمنوال).
وتوصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

- ١- يتمتع لاعبو خماسي كرة القدم بارتفاع مستوى الطلاقة النفسية لديهم .
- ٢- يتمتع لاعبو خماسي كرة القدم بانخفاض في مستوى التوتر النفسي لديهم .
- ٣- يتمتع لاعبو خماسي كرة القدم باستثارة انفعالية قريبة من المتوسطة (مثالية).
- ٤- يتمتع لاعبو خماسي كرة القدم بارتفاع في مستوى الانجاز المهاري.
- ٥- الطلاقة النفسية اثرت بشكل مباشر في مستوى الانجاز المهاري.
- ٦- الاستثارة الانفعالية جاءت بعد الطلاقة النفسية من حيث التأثير المباشر في مستوى الانجاز المهاري .
- ٧- التأثير المباشر للتوتر النفسي في مستوى الانجاز المهاري كان قليل جدا ومهملاً.

وأوصى الباحث بما يأتي:

- ١- العمل على تطوير مصادر الطاقة النفسية الايجابية (الاثارة، التحدي والاستمتاع و الثقة بالنفس)
- ٢- ابعاد اللاعبين عن مصادر الطاقة النفسية السلبية (التوتر و القلق و الملل) عند عملية الاعداد النفسي للاعبين في العملية التدريبية .
- ٣- الوصول باللاعبين الى استثارة انفعالية مثالية بالابتعاد عن مصادر الطاقة السلبية وتعزيز مصادر الطاقة الايجابية.

٤- اهتمام المدربين بتنمية الجوانب النفسية التي من شأنها العمل على تحسين حالة الطلاقة النفسية للاعبين خماسي كرة القدم التي اظهرت تاثيرها الكبير والمهم والفعال في مستوى الانجاز المهاري للاعبين.

٥- الاهتمام بدراسة متغيرات نفسية اخرى تصاحب اللاعبين قبل المنافسة وفي اثائها وعلاقتها بمستوى الانجاز المهاري، وذلك لما اظهره الجانب النفسي من تاثير كبير في مستوى الانجاز.

٦- الاهتمام باجراء دراسات وبحوث علمية تبحث طبيعة العلاقة بين المتغيرات النفسية قيد الدراسة ومستوى الانجاز المهاري في أنشطة رياضية مختلفة.

University of Mosul
College of sport Education



**THE RELATION OF FLOW STATE, PSYCHOLOGICAL
TENSION AND EMOTIONAL AROUSAL WITH THE
LEVEL OF SKILL ACHIEVEMENT FOR FUTSAL
PLAYERS**

Mohammed Kahir Al Deen Salih Al Tae

Master. Thesis

Sport Education

Supervised by

Assistant Professor

Dr. Zuheer Yahya Al Maadheedi

ABSTRACT

**The Relation of Flow state, Psychological Tension and
Emotional Arousal with the Level of Skill Achievement for
Futsal Players**

Researcher**Mohammed Kahir AlDeen Salih AlTae****1432AH****Supervisor****Dr. Zuheer Yahya Al Maadheedi****Assistant Professor****2011AD**

The study aims at identifying:

1. Measurement Flow state, psychological tension - emotional arousal and level of skill achievement for futsal players.
2. Relation among psychological variables (flow state, psychological tension and emotional arousal) and level of skill achievement for futsal players through analyzing the relation path among the psychological variables and level of skill achievement.

Accordingly, the study hypothesized that there is a significant relation among psychological variables (flow state, psychological tension and emotional arousal) and level of skill achievement for futsal players.

Descriptive approach is used for it is suitable with the current study. Study sample was deliberately selected including Ninewa, Al Mosul, Al Futawa, Balad, Al Anbar, Al Wahda, Al Door and Al Ashtee teams. The total number consisted of (63) players out of (80) players after excluding (10) and (7) players who didn't take part in the championship. Questionnaire, scientific observation, personal interview, measures and analysis form were used by the researcher.

The study procedures included the design of analysis form of skill achievement in futsal. The scientific treatments of the psychological measures (flow state, psychological tension and emotional arousal) were

B

also made in addition to pilot experiments to determine the exact time for answering psychological measures. Difficulties and obstacles that could face the researchers and the assistant working team were also fixed.

The main experiment took three days for the period 16–18/4/2010 where psychological measures were distributed among the sports teams (study sample) and all the games were shot using Sony camera.

Mean, standard deviation, simple correlation coefficient (Pearson), rate, for the independent samples and path analysis were the statistical means used by the researcher.

The study sums up with the following:

1. Futsal players have high level of flow state.
2. Futsal players have high level of psychological tension.
3. Futsal players have high level of psychological arousal relative to the middle (ideal) level.
4. Futsal players have high level of skill achievement level.
5. Direct flow state is more important in raising level of skill achievement in futsal
6. Emotional arousal is second to Direct flow state in raising level of skill achievement in futsal
7. The direct effect of psychological tension on the level of skill achievement was less serious and therefore neglected.

The researcher recommends the following:

1. Developing sources of positive psychological power (excitement, challenge, listening, self confidence).
2. Excluding sources of negative psychological power (tension, anxiety, boring) while psychologically preparing players during the training process.
3. Creating the ideal emotional arousal for the players through excluding sources of negative power and enforcing sources of positive power.

C

4. Coaches should pay more attention for developing the psychological aspects that improve flow state for futsal players that efficiently and largely increased the skill level of the players.
5. Examining other psychological variables accompanying the players before and during the competition to see their relation with the level of skill achievement as the psychological aspect is largely affecting achievement.
6. Making other scientific studies dealing with the relation among psychological variables and level of skill achievement in various sports activities.