

تصميم مقياس للتعدد النفسي لمقرر الرياضات المائية لطلاب كلية التربية الرياضية

* أ.م. د / ناصر محمد شعبان عبدالحميد

* أستاذ مساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية . كلية التربية الرياضية . جامعة أسوان.

مقدمة البحث :

إن التطور الذي يطرأ على مختلف الميادين ومنها ميدان التربية الرياضية يبرز الحاجة إلى مواكبة ما ظهر منه وخاصة بعد أن أصبحت التربية الرياضية تشكل أحد المقاييس المهمة بين الأمم ومفهومها الحضاري نتيجة للدور البارز الذي يأخذه مجال البحث العلمي من خلال الدراسة والتحليل والفهم لمختلف مجالات وعلوم التربية الرياضية بما فيها مجال علم النفس الرياضي الذي يعد جانب مؤثر في مستوى تعلم المهارات الرياضية فضلا عن تأثيره المباشر في المنافسات والانجاز الرياضي العالي ، ويتجلى هذا التأثير بصورة واضحة عند ممارسة الرياضات التي تنسم بالخطورة والخوف من الإصابات المحتملة الوقوع فيها والتي تتصف أيضا بصعوبة تعلمها وأدائها تبعا لمتطلباتها الخاصة من الناحية المهارية والظروف التي تؤدي بها ، ولهذا نرى الكثير من الرياضيين قد يفشل في تحقيق انجاز رياضي معين او نلاحظ تأخر عملية تعلم مهارة رياضية نتيجة للواقع النفسي الذي يمر به اللاعب او المتعلم ، إذ أكدت العديد من البحوث والدراسات النفسية، على أن كثيرا من الإضطرابات النفسية المعروفة وكذلك الإخفاقات الرياضية وعدم الحصول على نتائج رياضية جيدة ترجع إلى عوامل وأسباب نفسية كثيرة.

ويرى عامر راشد ، صادق جابر (٢٠١٤ : ٣١) أن علم النفس يعد من العلوم المهمة ، حيث اثبت علم النفس الرياضي أنه له دور فعال في تطوير الجانب الرياضي ، وتحتاج الأنشطة الرياضية الى درجة عالية من الصفات المهارية والحركية والصفات المرتبطة بالأداء البدني كما أن تطوير الألعاب الفردية و الجماعية لا يتوقف فقط على التدريب والتعليم فقط فلا بد من

الاهتمام بالجانب النفسي الذي له دور فعال ومهم لوصول اللاعب الى المستوى المطلوب منه في الأداء.

ويذكر محمد علاوى (٢٠١٢: ١٧٦) أنه لا يخفى على الكثيرين ما يتخلل جو المنافسة الرياضية من ظواهر نفسية إيجابية ميسرة للأداء تكون بمثابة حافز أو دافع لتحقيق أفضل إنجاز رياضي للاعب، كالمثابرة والثقة بالنفس وضبط النفس والشجاعة وصلابة العود والعزيمة والإصرار وروح التحدي، ولكن كل ذلك لا يمنع من ظهور العديد من المظاهر النفسية السلبية المعيقة للأداء والتي يأتي في مقدمتها اضطراب التردد النفسي التي تنتاب بعض اللاعبين خلال البطولة والذي يعد من الاضطرابات النفسية السلبية التي تؤثر على أداء اللاعبين خلال المنافسات مما يدفعهم إلى عدم بذل الجهد لمواجهة المواقف والمتغيرات المختلفة في مجال نشاطهم البدني خلال الأداء والبطولة لعدم تأكدهم من قدرتهم على تحقيق النجاح حيث أن زيادة درجة التردد النفسي عند اللاعبين تلعب دوراً في عدم تطور كفاءتهم وقدراتهم الذاتية .

وفى هذا الصدد يشير سمير شيخانى (١٩٨٤: ٨٠) إلى أنه فى المجال الرياضى يمكن أن تشاهد لاعباً تأخر فى القفز إلى حوض حمام السباحة بالرغم من أنه يجيد السباحة ويجيد القفز فى حمام السباحة فهذا التأخر لا يكون عفويا ، وإنما هذا التأخر قد يرجع إلى أسباب داخل اللاعب نفسه أو ان تأتى من مصادر خارجيه ، فالمرء دائماً يحتاج إلى تأكيد ذاته ، وهذا التأكيد يتكون من خبرات النجاح التى يحصل عليها من خلالها تزداد ثقته بنفسه فربما نجد متعلماً عديم الثقة ، ينهار أمام زملائه لأبسط سبب ويندب حظه لأبسط انتقاد من زملائه مثلاً ، كما ان المدرب هو عنصر مهم فى ذلك الشأن خاصة إذا كان المدرب نفسه يتمتع بدرجة عالية من الثقة بالنفس والقدرة على إتخاذ القرار وذلك لأن اللاعب يميل إلى تقليد أو محاكاة مدربه أو زملائه.

ويرى ثامر ذانون (٢٠١٢: ٥٥) أن كل ذلك لا يمنع وجود ظواهر نفسية سلبية معيقة للأداء والتي يأتى فى مقدمتها ظاهرة التردد النفسي التي تنتاب بعض الطلاب اثناء تعلمهم لبعض المهارات المختلفة والتي تعد من الظواهر النفسية السلبية التي تؤثر على الأداء خلال تعلم تلك المهارات ،مما يدفعهم إلى عدم بذل الجهد لمواجهة المواقف والمتغيرات المختلفة فى مجال نشاطهم البدني لعدم تأكدهم من قدراتهم على تحقيق النجاح فى تعلم المهارات المختلفة ، حيث أن زيادة درجة التردد النفسي عند الطلاب تلعب دوراً فى عدم تطور كفاءتهم وقدراتهم البدنية .

ويذكر كل من أسامة راتب (٢٠٠٧: ٤٤) ، نغم حاتم (٢٠١٤: ٣٢)، ناجلى إى Nagla E. (٢٠١٥: ٨٠) أن التردد النفسي هو حالة وصفة نفسية ذات تأثير مباشر على الأداء المهاري والخططي في أوقات معينة دون غيرها، ويؤدي إلى الفشل في تحقيق المستوى المطلوب خلال المسابقات الرياضية، مما يؤكد على أهمية معرفة مستوى التردد النفسي الذي يساعد المدرب في توجيه الإعداد النفسي بشكل يجعل مستوى التردد النفسي أقل حدة وتأثير على الناشئ.

والتردد النفسي حالة نفسية تنتاب الرياضي في أوقات مختلفة سواء أكانت أثناء التعليم أو التدريب أو المنافسة، وفي هذا الصدد أشار أحمد عبد الله ، هشام هنداوى ، حامد نوري (٢٠٠٥: ٥٨ - ٦٣) إلى أن هناك عوامل عديدة تساعد أو تقلل من ظهورها منها:

- ١- الملل.
- ٢- معرفة الشخص لقابليته ومدى نجاحه.
- ٣- المكافأة والكلمات المشجعة.
- ٤- جاذبية الفعالية والاتجاه السلبي نحو ممارسة الفعالية.
- ٥- التفكير تحت أعباء نفسية كبيرة.
- ٦- العلاقة السلبية بالمدرّب.
- ٧- الإرادة.
- ٨- الانطوائية.
- ٩- الخبرة السابقة.
- ١٠- النمط الجسماني.
- ١١- التأثير السلبي للآخرين.
- ١٢- الحالة التدريبية.
- ١٣- مكان المنافسة.
- ١٤- الجمهور.
- ١٥- التغيير المفاجئ في العادات اليومية.
- ١٦- مستوى وأهمية المنافسة.
- ١٧- الإحماء.
- ١٨- توفير عناصر الأمان.

كما أن التردد النفسي هو عدم القدرة على تحمل مسئولية القرار، وبالتالي يتأخر الفرد في إتخاذ القرار اللازم في الوقت المناسب فيظهر متخاذلاً عن إتخاذ القرار المطلوب ويبدو عليه القلق من تحمل مسئولية قراره" (<https://www.tsa.com>).

ويذكر صدقي نور الدين (٢٠٠٤: ١٤٥) أن التردد النفسي هو حالة نفسية يصف بها الفرد عندما يحاول إتخاذ قرار مصيرى فيتأخر فى إتخاذ هذا القرار لأسباب مختلفة.

ويرى الباحث أن التردد النفسي هو السبب في حالات كثيرة من الفشل، فإلى أي حد أنت واثق من نفسك فيها لاتخاذ قرار ما هل أنت متردد، هل أنت واثق من نفسك، إنك تتسائل إذ كنت تقوم بالخطوة الصحيحة المناسبة أم لا؟

ويذكر Ahmed Salah (٢٠١٩ : ٢) أن التردد النفسي هو السبب في كثير من حالات الفشل، فيمكننا أن نرى لاعبًا مترددًا في أداء مهارة على الرغم من أنه يجيد هذه المهارة ، لأن التردد من هذا النوع لا يمكن أن يأتي تلقائيًا ، وأسباب هذا التردد يمكن أن يكون في اللاعب نفسه ، أو أنه يأتي من مصادر خارجية، ويحتاج اللاعب دائمًا إلى تأكيد نفسه ، ويتكون هذا التأكيد من تجارب النجاح التي يحصل عليها والتي من خلالها يزيد من ثقته، لكن اكتساب الثقة بالنفس ليس بالأمر السهل ، وأساسه هو المزاج النفسي الإيجابي ، الذي يتصدر أسباب التفاؤل لدى اللاعب وجهوده المطلوبة لتحقيق المستوى المطلوب.

ويذكر كل من "نزار الطالب ، كامل الويس" (٢٠٠٥ : ١٢٥) إلى أن هناك مجموعة من العوامل التي تساعد أو تقلل ظهور التردد النفسي: الملل، معرفة الهدف، معرفة الشخص لقابليته ومدى نجاحه، المكافآت والكلمات المشجعة، جاذبية الفعالية والإتجاه السلبي نحو ممارسة الفعالية، التفكير في أعباء نفسية كبيرة، العلاقات السلبية مع المدرب، الإرادة، الإنطوائية، الخبرة السابقة، الظروف المناخية، النمط الجسمي، التأثير السلبي للآخرين، الحالة التدريبية، مكان المنافسة، توفير عناصر الأمن، الجمهور، التغير المفاجئ في العادات اليومية، مستوى وأهمية المنافس والإحماء.

و يرى الباحث ان أبعاد التردد النفسي تتمثل في " الثقة بالنفس ، مستوى الأداء ، الدافعية ، الإستعداد) والشكل التالي يوضح تلك الأبعاد :



شكل (١) يوضح عوامل التردد النفسي في المجال الرياضي " إعداد الباحث "

ويوضح جميل جواد (٢٠٠٨ : ١١١) أن التردد النفسي يعد من الحالات النفسية المهمة التي تلعب دورا أساسية وفعالا في التحكم بالإنجاز الرياضي، ومن العناصر الأساسية في تعلم المهارات الحركية في الجانب الرياضي لأن الإعداد النفسي الجيد يساهم في التغلب على الكثير من الانفعالات والصراعات والأزمات النفسية التي يمر بها الناشئ في ظروف الحياة العامة وخاصة في الجانب الرياضي مثل أجواء المنافسات العالية وتعلم المهارات الصعبة .

ويرى كل من حيدر سليمان ، عبد الحسين ماجد (٢٠١٥ : ٥٥) انه لابد أن يراعى اثناء تعلم المهارات التركيز على الجانب النفسي من خلال عملية التعليم للمهارات الرياضية المختلفة .

ويذكر جميل جواد (٢٠٠٨ : ١١١) أن رياضة السباحة تعد بصورة عامة واحدة من الرياضات التي تتصف بالصعوبة بالنسبة للمبتدئين بتعلمها وذلك تبعا لاختلاف المحيط المتمثل بالوسط المائي الذي يسبب الخوف والتردد للمبتدئين بالتعلم ، فضلا عن بعض مهاراتها مثل مهارة البدء من أعلي على القدمين التي قد تكون صعبة التعلم على الرغم من إتقان السباحة قبلها بصورة جيدة لما تحتاجه من ثقة بالنفس وشجاعة وقوة إرادة .

ويشير عصام حلمي (٢٠٠٢ : ١٢) إلى إن تعليم السباحة تساهم فيها عدة عوامل التي يجب أن تتوفر وهي الثقة في النفس عند المتعلم دون تردد او خوف ، وايضا معلم ومدرّب السباحة والتغذية الجيدة، ويعد معلم ومدرّب السباحة هو الركيزة الأساسية في عملية تعليم وتدريب الطلاب من أجل الارتقاء بمستوى ادائهم كما يجب أن تتوفر لدى مدرّب السباحة لهذه الفئة كفاءة مهنية وعلمية عالية وخبرات في مجال تخصصه والمعرفة الكافية بالتقنيات الحديثة في مجال التدريب الرياضي وخصوصية هذه الرياضة وخصائص ومميزات النمو للفئة العمرية والاعداد الجيد لتعليم الطلاب المهارات المختلفة والذي يتطلب على أن يكون هذا المدرّب كفؤا ناجحا في عمله.

ويذكر " كارسون Carson (٢٠١٠ : ١٠) أن السباحة تعتبر إحدى أنواع الرياضات المائية وتعتبر الاساس ، وبدون إتقانها لا يستطيع المتعلم ممارسة أي نشاط في المجال المائي .و تختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن باقي الانشطة الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي، ووضع الجسم الأفقي على الماء و انتظام عملية التنفس، و الاداء الحركي المركب من ضربات الذراعين و الرجلين، و حركة الرأس في توقيت منتظم، و تتمثل كل هذه العوامل في

قدرة الفرد على التعامل مع الوسط المائي بكل ثقته دون الخوف والذي يختلف كلياً عن اليابس الذي يعيش فيه.

مشكلة البحث :

إن التردد النفسي أحد المشكلات التي تؤثر على الفرد الرياضي ومستقبله، حيث يؤدي إلى تبديد طاقته البدنية والذهنية والنفسية وتسلبه القدرة على اتخاذ القرار خاصة عند اتخاذ القرارات المصيرية تجاه حياته المستقبلية، فاللاعب حين يعتقد أنه غير كفء تضعف ثقته بنفسه، مما قد يؤدي إلى حاله من الصراع الداخلي تعرضه للإصابة البدنية ، فغالبا ما يكون التردد النفسي سببا يمنع اللاعب من التقدم في مجال ممارسته لرياضة ما.

كما يرى الباحث ان التردد النفسي يعتبر من السمات والحالات النفسية المهمة التي تلعب دورا أساسيا وفعالا اثناء تعلم المهارات المختلفة في السباحة ومن العناصر الأساسية في تعلم تلك المهارات لان الإعداد النفسي الجيد يساهم في التغلب على الكثير من الانفعالات والصراعات والأزمات النفسية التي يمر بها الطلاب في ظروف الحياة العامة و خاصة في الجانب الرياضي مثل أجواء المنافسات العالية في الألعاب الجماعية وتعلم المهارات الصعبة التي تتضمن جانب المخاطرة مثل بعض مهارات السباحة والجمباز وغيرها من الرياضات الفردية التي تمتاز بالمخاطرة .

ويذكر الباحث أن الرياضات المائية تمثل مجالا مناسباً لإجراء الدراسات الأكاديمية حول طبيعة علاقه بين حالة التردد لدى طلاب كلية التربية الرياضية وخاصة الطلاب المستجدين وذلك من خلال عملية القياس التي يقوم بها الباحث يمكن أن تعين القائمين على العملية التعليمية في التقليل من كل المظاهر النفسية السلبية كالتردد النفسي لدى الطلاب أثناء أداء بعض المهارات المختلفة في السباحة لمحاولة الوصول بهم تعلم واتقان تلك المهارات لتحقيق أفضل أداء ومحاولة تشخيص درجة التردد النفسي لدى هؤلاء الطلاب .

ومن خلال خبرة الباحث كعضو هيئة تدريس لاحظ إن التردد النفسي لا يصاحب الطلاب في جميع الأوقات وإنما يظهر مع المواقف مختلفة الصعوبة والتي تتطلب الحسم أو الجزم في تحديد القرار بالأداء المطلوب او بتركه ويظهر ذلك جلياً على الطلاب المستجدين أثناء محاضرات السباحة ، والتردد واحد من الانفعالات النفسية التي لابد من دراستها وتحليلها حتى يتضح واقعها ومفهومها عند الباحثين واختيار السبل الكفيلة بمعالجتها .

وقد لاحظ الباحث من خلال طبيعة عمله بالكلية ضعف مستوى الكثير من الطلاب وبالأخص طلاب الفرقة الأولى " المستجدين " وبالبحث وراء تلك الظاهرة وجدا ان الطلاب مترددون وخائفون نظرا لوجود الوسط المائي الذي يسبب الخوف والتردد بالإضافة الى ان معظم الطلاب المستجدين لا يكون لديهم خبرة سابقة برياضة السباحة مما يؤدي الى الصعوبة في تعلم المهارات المختلفة وبالتالي ادى الى ظهور بعض المشكلات النفسية لديهم من أجل النجاح الا هناك عامل يمنعهم الا وهو التردد والخوف، ومن هنا تتجلى لنا أهمية البحث الحالي محاولاً التغلب على تلك الظاهرة النفسية السلبية التي تعيق العملية التعليمية وتعلم العديد من المهارات المختلفة

ومن خلال ما سبق وعلى حد علم الباحث من خلال الإطلاع المرجعي للعديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة كدراسة كل من " صالح ساجت" (٢٠٠١) ، عصام حلمي (٢٠٠٢) ، صدقي نور الدين (٢٠٠٤) نزار الطالب ، كامل الويس" (٢٠٠٥) أحمد عبد الله وآخرا" (٢٠٠٥). فراس حسن عبد الحسين (٢٠٠٥) جميل جواد (٢٠٠٨) " كارسون Carson (٢٠١٠) ثامر ذنون (٢٠١٢) ، عامر شيال (٢٠١٤) اشراق عودة، عذراء عبدالستار (٢٠١٥) حسام جودة (٢٠١٥) حيدر سليمان ، عبد الحسين ماجد (٢٠١٥)، رقية هاشم" (٢٠١٩) " إتضح له ندرة الدراسات التي قامت بتصميم مقياس للتردد النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية مما دعا الباحث لدراسة تلك الظاهرة ومحاولة توفير اداة سيكومترية للتردد النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية .

أهمية البحث والحاجة إليه:

(١) يحاول الباحث توفير اداة سيكومترية للتردد النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسوان ومساعدة القائمين بتدريس مقرر الرياضات المائية في التعرف علي مستوي التردد النفسي لدي الطلاب ومدى تأثيره علي مستوي تعلمهم وادائهم ، فبالرغم من كل التطورات التي توفرها كليات التربية الرياضية لاعضاء هيئة التدريس والطلاب والتي من خلالها يمكن اكساب الطلاب العديد من المهارات المختلفة ولكن يبقى الجانب النفسي من الجوانب التي لا يمكن إحكام السيطرة عليها وتهذيبها بالشكل المتكامل والصمود أمام الظروف المتغيرة وغير المتوقعة فكثير من الطلاب واجهوا مواقف أخفقوا فيها وهم من خيرة الطلاب وهذا يعود إلى حالات وأسباب نفسية قد يكون من ضمنها التردد النفسي الذي يعتبر

من أهم الأسباب التي قد يعزى إليها عدم القدرة على إتخاذ القرار اثناء اداء المهارات المختلفة .

(٢) تعد البيئة المحلية مجالا جيدا للدراسة والبحث ويمكن إكتشاف الكثير من المشكلات والمعوقات وإستنباط الأفكار والحلول لمعالجة المشاكل وبالتالي الوصول إلى التقدم في مستوى تعلم المهارات المختلفة وقد أتيح للباحث الفرصة لدراسة مشكلة التردد النفسي لقلة البحوث التي تناولت هذا النوع من المشاكل النفسية .

(٣) إثراء مجال البحث العلمى بأداة يمكن استخدامها في مجال علم النفس الرياضى وهى مقياس التردد النفسي.

هدف البحث :

يهدف البحث الحالى إلى تصميم مقياس للتردد النفسي لمقرر الرياضات المائية لطلاب كلية التربية الرياضية – جامعة أسوان.

المصطلحات المستخدمة في البحث :

- التردد النفسي :

يعرفه " فراس عبد الحسين " (٢٠٠٥ :٥) بأنه حالة نفسية يتصف بها الفرد عندما يحاول اتخاذ قرار وخاصة إذا كان هذا القرار مصيري فيتأخر في اتخاذ القرار لأسباب مختلفة كالخوف أو عدم الثقة بالنفس أو الملل".

-التعريف الإجرائي للتردد النفسي:

هى محصلة الدرجات التى يحصل عليها كل طالب على مقياس التردد النفسي " تعريف إجرائي".

الدراسات السابقة :

(١) قام كل من "أحمد عبد الله ، هشام هويدي ، حامد علي" (٢٠٠٦م) بإجراء دراسة بعنوان التردد النفسي لدى لاعبي الجيمناستك عند أداء مهارة القفزة الأمامية على حضان القفز استهدفت الدراسة "معرفة واقع التردد النفسي لدى لاعبي الجيمناستك عند تعميم مهارة قفزة الديدن الأمامية على حضان القفز"، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي على عينة بلغت (٦٠) طالب بالطريقة العمدية، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي و

الملاحظة كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى وجود تباين في واقع التردد النفسي لدى لاعبي الجيمناستك ووجود فروق معنوية في التردد النفسي .

(٢) قامت "ضرام الفرع" (٢٠١٠م) بإجراء دراسة بعنوان التماسك الاجتماعي والحركي وعلاقته بالتردد النفسي لدى لاعبي كرة اليد استهدفت الدراسة التعرف على "التماسك الاجتماعي والتماسك الحركي والتردد النفسي والعلاقة بينهم لدى لاعبي كرة اليد"، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة بلغت (٤٨) لاعب بالطريقة العشوائية، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقاييس التماسك الاجتماعي والتماسك الحركي والتردد النفسي كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى أنه كلما زاد التماسك الاجتماعي والحركي لدى الفرق كلما قل التردد النفسي وعدم وجود أفضلية في التماسك الاجتماعي والحركي لأحد الفرق .

(٣) قامت "لفتة سلمان" (٢٠١٠م) بإجراء دراسة بعنوان قياس التردد النفسي لدى لاعبي كرة القدم استهدفت الدراسة قياس مستوى التردد النفسي لدى لاعبي كرة القدم والتعرف على الأسباب والمؤثرات التي تؤدي إلى التردد النفسي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة بلغت (١٩٨) لاعب بالطريقة العمدية، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي كأداة لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى ظهور التردد النفسي على كافة العينة ولكن بنسب مختلفة وبدرجات متفاوتة ولسمة التردد النفسي بالغ الأثر في مستوى الأداء وتحقيق النتائج داخل المباراة.

(٤) قام كل من "عامر راشد ، صادق جابر" (٢٠١٤م) بإجراء دراسة بعنوان التردد النفسي وعلاقته بأداء رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، استهدفت الدراسة التعرف على التردد النفسي وعلاقته بأداء رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، استخدم الباحثان الوصفي التحليلي ومجموعة من الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات واشتملت عينة البحث على (٨٠) طالبا ، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي و الملاحظة كأدوات لجمع البيانات ، وأشارت أهم النتائج إلى ظهور التردد النفسي على كافة العينة بالرغم من اختلاف المستويات.

(٥) قامت "نغم حاتم" (٢٠١٤م) بإجراء دراسة بعنوان مستوى التردد النفسي وعلاقته بدقة التهديد بكرة القدم استهدفت الدراسة معرفة علاقة التردد النفسي بمهارة دقة التهديد في كرة القدم، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة بلغت (٢٢)

لاعب بالطريقة العمدية، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام المقابلة الشخصية ومقياس التردد النفسي وبعض الاختبارات البدنية والمهارية كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى وجود تباين بين مستوى التردد التنفسي ودقة التهديد لدى لاعبي كرة القدم، عدم وجود فرق معنوي بين التردد النفسي ودقة التهديد وعدم تأكيد المدربين أثناء الوحدات التدريبية اليومية والأسبوعية على تعزيز الجانب النفسي لاسيما التردد النفسي وما يرتبط به بصورة خاصة لدى اللاعبين .

(٦) قام كل من "حيدر مهدي ، عبد الحسين ماجد" (٢٠١٥م) بإجراء دراسة بعنوان التردد النفسي وفقا لمستوى التفكير الخرافي وأثره على أداء مهارات حسان القفز في الجمناستك لدى طلبة كلية التربية الرياضية إستهدفت الدراسة قياس التردد النفسي وفقا لمستوى التفكير الخرافي وأثره في أداء مهارات حسان القفز في الجمناستك لدى طلبة كلية التربية الرياضية، حيث إستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واشتملت عينة البحث على (١٧٥) طالبا من الفرقة الثالثة بالكلية ، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي و الملاحظة كأدوات لجمع البيانات ، وأشارت أهم النتائج إلى توصل الباحث إلى ان التردد النفسي لأداء المهارات على حسان القفز يرتفع بارتفاع مستوى التفكير الخرافي وينخفض بانخفاضه وان مستوى أداء مهارات الجمناستك على حسان القفز يتأثر سلبا بارتفاع مستوى التردد النفسي .

(٧) قام محمد مقلد (٢٠١٥) بإجراء دراسة بعنوان السيطرة الدماغية وعلاقتها بالتردد النفسي وانماط تقدير الذات ومستوي تعلم السباحة لطلاب كلية التربية الرياضية ، يهدف البحث الي التعرف علي السيطرة الدماغية وعلاقتها بالتردد النفسي وانماط تقدير الذات ومستوي تعلم السباحة لطلاب كلية التربية الرياضية واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لمناسبتة لطبيعته وأهداف البحث وقد قام الباحث بتحديد عينه البحث من خلال مجتمع البحث بطريقة عمدية حيث اشتملت عينه البحث علي عدد (١٠٤) منهم (٨٤) طالبا للعينه الاساسيه وعدد (٢٠) للعينه الاستطلاعيه ومن أدوات جمع البيانات مقياس التردد النفسي الذي أعده فراس عبدالحسين (١٩٩٩) وأشارت أهم النتائج إلى أنه توجد ارتباط دال احصائيا عكسيا عند مستوى معنويه ٠.٠١ بين التردد النفسي ومستوي الاداء المهاري لسباحه الزحف علي البطن يوصى الباحث بضرورة التوجه الي الدراسات التي تقوم علي بناء برامج لتقليل التردد النفسي لما له تأثير علي مستوي تعلم الاداء المهاري معتمدين في ذلك علي الجانب الايمن من المخ لانه هو مركز التردد النفسي

(٨) قامت "تاجلى إى Nagla E." (٢٠١٥م) بإجراء دراسة بعنوان أثر استخدام بعض الاستراتيجيات العقلية على درجة التردد النفسي وفعالية النشاط الخططي لدى ناشئ الكاراتيه إستهدفت الدراسة التعرف على أثر استخدام بعض الاستراتيجيات العقلية على درجة التردد النفسي وفعالية النشاط الخططي لدى ناشئ الكاراتيه"، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة بلغت (١٢) لاعب ناشئ بالطريقة العمدية، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي وبرنامج الاستراتيجيات العقلية واختبارات النشاط الخططي كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى أن برنامج الإستراتيجيات العقلية ساعد في تطوير المهارات النفسية وساهم في خفض حالة التردد النفسي وزيادة فعالية النشاط الخططي الناشئ الكاراتيه.

(٩) قام كل من "محسن حسن ، على جواد، ومهدي دويغر" (٢٠١٦م) بإجراء دراسة بعنوان التردد النفسي وعلاقته ببعض السمات النفسية لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم إستهدفت الدراسة بناء مقياس التردد النفسي لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم وأستهدفت الدراسة أيضا التعرف على التردد النفسي وبعض السمات النفسية لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم والتعرف على العلاقة بين التردد النفسي وبعض السمات النفسية استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية والمعيارية وذلك لملائمته مع متطلبات البحث، واشتمل مجتمع البحث على (١٦٤) لاعبا ، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس التردد النفسي و الملاحظة كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلى ان بعض لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم يتصفون بالتردد النفسي الضعيف وسمة الثقة بالنفس العالية مما زاد من دافعهم للإنجاز في المنافسة، وظهر أيضا عند اللاعبين ارتفاع الطاقة النفسية المثلى للاعبي المتقدمين بكرة القدم مما قلل من ترددهم النفسي في المنافسة، ووجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين التردد النفسي وبعض السمات النفسية (الثقة بالنفس-الطلاقة النفسية) للاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم .

(١٠) قام "أحمد حسن" (٢٠١٧م) بإجراء دراسة بعنوان التردد النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق من المنطقة الخلفية بكرة الطائرة إستهدفت الدراسة التعرف على التردد النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق من المنطقة الخلفية بكرة الطائرة، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي ومجموعة من الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات واشتملت عينة البحث على (١٠) لاعبين من منتخب جامعة القادسية بالكرة الطائرة ، ومن أهم أدوات جمع

البيانات استخدام مقياس التردد النفسي ، وأشارت أهم النتائج إلى أن ظهور التردد النفسي على كافة العينة ، ومن أهم التوصيات اجراء بحوث ودراسات تتناول سمة التردد النفسي لدى الرياضيين للعمل على إزالة كل المسببات التي تؤدي إلى التردد النفسي.

(١١) قام كل من أكرم السيد ، دعاء كامل (٢٠١٩) أثر برنامج مقترح على الثقة بالنفس والتردد النفسي وبعض متغيرات الأداء المهارى لسباحة الزحف على الظهر إستهدفت الدراسة بناء برنامج تعليمي نفسي لزيادة الثقة بالنفس وخفض مستوى التردد النفسي واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لمناسبة لطبيعة الدراسة ومجموعة من الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات ، ومن أهم أدوات جمع البيانات استخدام مقياس الثقة بالنفس لسامية الأنصاري (٢٠٠٨) ومقياس التردد النفسي وأشارت ام النتائج الى ان نالبرنامج المقترح قيد البحث اثر تائيرا ايجابيا فى رفع مستوى الثقة بالنفس وخفض مستوى التردد النفسي للعينة قيد البحث ويوصى الباحثان بضرورة تصميم مقاييس للتردد النفسي فى السباحة بصقة خاصة والرياضات المختلفة بصفة عامة

التعليق على الدراسات السابقة

تناول الباحث الدراسات السابقة العربية والأجنبية حيث استفاد من تلك الدراسات في صياغة مشكلة البحث الحالي، وتحديد المنهج المستخدم ، كما تعرف الباحث على أنسب الوسائل لجمع البيانات المتمثلة في تصميم المقياس .

خطة وإجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي " أسلوب المسح "، والذي لا يقتصر على الوصف بل يمتد ليشمل التفسير والتنبؤ .

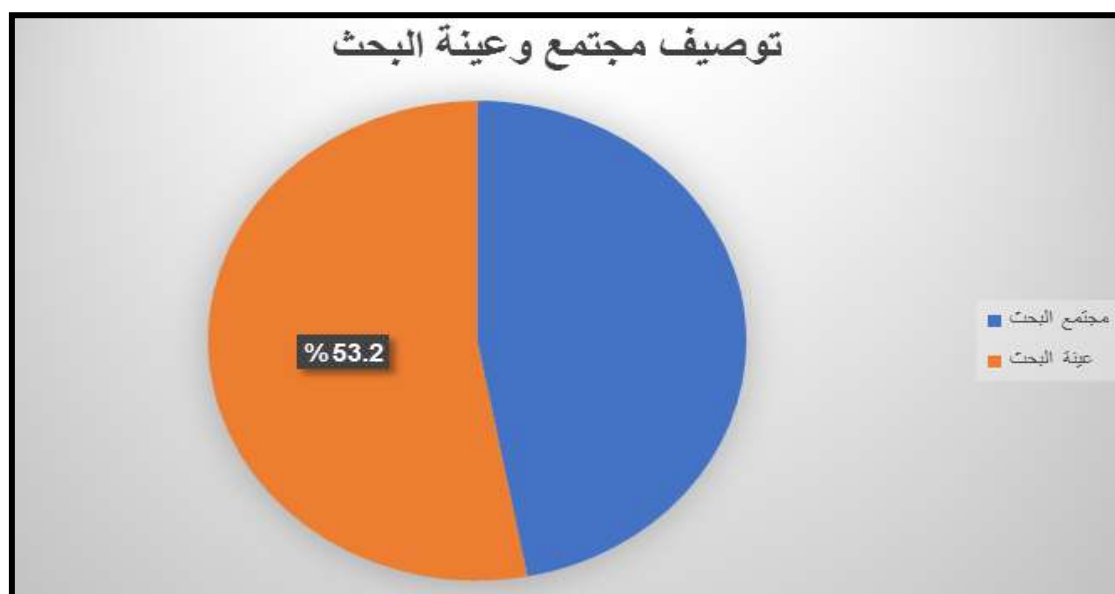
مجتمع وعينة البحث:

يشتمل مجتمع البحث على طلاب الفرقة الأولى كلية التربية الرياضية بجامعة أسوان والذي يبلغ قوامه (٢٥٠) طالب للعام الجامعى ٢٠٢٠-٢٠٢١، وقد قام الباحث بإختيار عينة عشوائية قوامها (١٣٣) طالبا والجدول (١) والشكل (٢) يوضحا ذلك .

جدول رقم (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

العينة	البيان	
	عدد الطلاب	النسبة المئوية
مجتمع البحث ككل	٢٥٠	%١٠٠
عينة البحث	١٣٣	%٥٣,٢



شكل (٢) يوضح نسبة عينة البحث من المجتمع ككل

أدوات البحث:

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي :

قام الباحث بتصميم مقياس للتردد النفسي لمقرر الرياضات المائية لطلاب كلية التربية الرياضية - جامعة أسوان لجمع البيانات الخاصة بالبحث، وفيما يلي توضيح لهذا المقياس، وخطوات إعداده.

مقياس التردد النفسي : (إعداد الباحث).

أولاً: وصف المقياس:

أ-خطوات تصميم مقياس التردد النفسي :

١- قام الباحث بالبحث والإطلاع على العديد من الدراسات والمراجع العلمية العربية والأجنبية التي تناولت موضوع السباحة والتردد النفسي مثل عصام حلمي (٢٠٠٢) ، صدقي نور

الدين (٢٠٠٤) نزار الطالب ، كامل الويس" (٢٠٠٥) جميل جواد (٢٠٠٨) " كارسون Carson (٢٠١٠) حيدر سليمان ، عبد الحسين ماجد(٢٠١٥) وذلك للتوصل إلى عوامل المقياس.

٢- قام الباحث بإجراء دراسة مسحية للمقاييس الخاصة بالتردد النفسي ومنها مقياس التردد النفسي إعداد فراس حسن عبد الحسين (٢٠٠٥) ومقياس التردد النفسي إعداد أحمد عبد الله وآخرون" (٢٠٠٥). ومقياس التردد النفسي إعداد" جميل جواد" (٢٠٠٨) ومقياس التردد النفسي إعداد عامر شيال (٢٠١٤) ومقياس التردد النفسي إعداد ثامر ذنون (٢٠١٢) ، " ومقياس التردد النفسي إعداد رقية هاشم" (٢٠١٩) "

٣- من خلال الاستعراض النظري لتلك المقاييس أمكن تحديد (٥) خمسة عوامل تشكل في مجموعها مقياس التردد النفسي ملحق (٢)

٤- قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى الخبراء لعوامل المقياس (ملحق ٢) وعرضها على مجموعة من الخبراء في علم النفس الرياضي واساتذة الرياضات المائية حيث بلغ عددها (١٠) عشرة من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية ممن تزيد خبرته في المجال عن (١٠) سنوات (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة العامل من عدمه لموضوع البحث وتصميم المقياس بالموافقة ، الحذف ، الدمج ، اعادة الصياغة ، أو إضافة عوامل أخرى للمقياس وقد ارتضى الباحث نسبة ٧٥% فأكثر لقبول العوامل المستخلصة والجداول التالية توضح ذلك :

جدول (٢)

العوامل التي تم حذفها لضعف نسبتها المئوية (ن = ١٠)

م	العامل	النسبة المئوية
٠.١	اتخاذ القرار	٦١.٧١

جدول (٣)

العوامل التي تم اعادة صياغتها (ن = ١٠)

م	العامل		النسبة المئوية
١	قبل الصياغة	بعد الصياغة	٩٠.٩١ %
	الجاهزية	الإستعداد	

جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول عوامل مقياس التردد النفسي (ن = ١٠)

م	العوامل	رأى الخبير	
		موافق	غير موافق
١	الثقة بالنفس	١٠	—
٢	الدافعية	٩	١
٣	مستوى الأداء	١٠	—
٤	الإستعداد	٨	٢

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة عوامل المقياس قيد البحث قد تراوحت ما بين (٨١.٨٢% : ١٠٠%) وقد تم اختيار العوامل التي حصلت على نسبة ٧٠% فأكثر من مجموع آراء الخبراء ، وفي ضوء ذلك تم اختيار جميع العوامل الخاصة بمقياس التردد النفسي قيد البحث.

جدول (٥)

ترتيب عوامل المقياس حسب الأهمية النسبية

م	العوامل	الأهمية النسبية	الترتيب
١.	الثقة بالنفس	١٠٠	الأول
٢.	مستوى الأداء	١٠٠	الثاني
٣.	الدافعية	٩٠.٩١	الثالث
٤.	الإستعداد	٨١.٨٢	الرابع

٥- قام الباحث بتصميم مقياس التردد النفسي في صورته الأولية مشتملا على (٤) أربعة عوامل ملحق (٢) حيث تم عرضهم على السادة الخبراء من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية والذين لا تقل خبرتهم عن (١٠) سنوات لتحديد الأهمية النسبية لكل عامل من تلك العوامل و تحديد عدد العبارات الخاصة بكل منها وكان عددها (٤٨) عبارة في الصورة المبدئية للمقياس ملحق (٢) وقام الباحث بعرض العوامل والعبارات لآخذ آرائهم في صلاحية كل عبارة وصياغتها وقد ارتضى الباحث نسبة (٧٥%) كحد أدنى للعبارات التي اتفقوا عليها وقد اتفق السادة الخبراء على (٤٥) عبارة متمثلة في (٤) عوامل ملحق (٣) ، واشتمل العامل الأول على عدد (١١) عبارة والعامل الثاني على (١٧) عبارة والعامل

الثالث على (١٠) والعامل الرابع (٧) عبارات وذلك بعد تعديل صياغة بعض العبارات الخاصة بكل عامل من تلك العوامل وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية يحتوى على عدد (٤) عوامل يندرج تحتها (٤٥) عبارة وجدول (٦) يوضح ذلك :

جدول (٦)

آراء الخبراء فى العبارات الخاصة بعوامل التردد النفسي قيد البحث

م	العامل	عبارات العامل	العبارات المعاد صياغتها	العبارات المحذوفة
١	الثقة بالنفس	١٢ ، ٣٦ ، ٣٩ ، ٢٣ ، ١٨ ، ٣٣ ، ٦ ، ٢٩ ، ٤١ ، ٥ ، ١٥ ، ٣٠ ، ٣٠ ، ١٧ ، ٤٤ ، ٤ ، ٨ ، ٣	٣ ، ٤ ، ٤٤	—
٢	مستوى الأداء	٤٥ ، ٢٠ ، ٢٨ ، ٣٢ ، ٢٤ ، ١١ ، ٣٥ ، ٩ ، ٢٦ ، ٢ ، ٢٢	٢٤ ، ٤٥	—
٣	الدافعية	٣٤ ، ١٠ ، ٤٢ ، ١٦ ، ١٩ ، ٢١ ، ٢٧ ، ٣٨ ، ٤٠ ، ٣٧	—	—
٤	الإستعداد	٣١ ، ٢٥ ، ١٤ ، ٤٣ ، ٧ ، ١ ، ١٣	—	—
المجموع			٤٥ عبارة	

٦- ثم قام الباحث بصياغة العبارات بما يتناسب مع العينة قيد البحث كالآتى :-

- ان تكون سهلة وواضحة .
- أن تكون قابلة للمناقشة .
- أن تحمل العبارة وتشير لمعنى واحد
- ان تكون مناسبة للهدف المراد قياسه.
- ألا تستغرق وقتا طويلا تبعث الملل فى نفوس أفراد العينة .

٧- قام الباحث بتطبيق المقياس فى صورته النهائية وباستخدام التحليل العاملى لتصبح عدد عبارات المقياس (٤٥) بعد إجراء التحليل العاملى وتطبيق المقياس فى صورته النهائية (ملحق ٤) على عينة البحث وكان ميزان التقدير الثلاثى على النحو التالى: (دائما، أحيانا ، أبدا). والجدول التالى يوضح ذلك:

جدول (٧)

ميزان التقدير الثلاثى

العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
فى اتجاه العامل	٣	٢	١

ثانيا : التحليل السيكومتري للمقياس :

أ- قام الباحث بالإستعانة بحزمة البرامج الإحصائية Spss في تحليل البيانات التي تم تجميعها ، حيث تم إستخدام الأساليب الإحصائية الوصفية ، وذلك لحساب كلاً من المتوسطات الحسابية والانحرافات العائلية ومعاملات الالتواء لإستجابات عينة البحث حول مقياس التردد النفسي والذي تم تطبيقه في صورتها النهائية ، وذلك بدءاً لإستخدامها في التحليل العائلي ، والجدول التالية توضح ذلك .

جدول (٨)

الوصف الإحصائي لعبارات مقياس التردد النفسي (ن=١٣٣)

رقم العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معاملات الالتواء	رقم العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معاملات الالتواء
-١	٢.١٩	٠.٦٥٧	-٠.٢٢٧	-٢٤	١.٢٧	٠.٦٤٤	٢.١٤١
-٢	٢.٠٣	٠.٥٩٢	-٠.٠٠٩	-٢٥	١.٣٧	٠.٥٢٦	٠.٩١٦
-٣	٢.٢٨	٠.٥٦٧	-٠.٠٥٧	-٢٦	٢.٣٣	٠.٦٠٣	-٠.٣١٣
-٤	١.٥٢	٠.٧٩٠	١.٠٧٤	-٢٧	١.٥٣	٠.٨١٤	١.٠٥٥
-٥	٢.١٦	٠.٨٦٤	-٠.٣٢٨	-٢٨	١.٣٩	٠.٧٤٥	١.٥١٦
-٦	١.٦٥	٠.٧٦٣	٠.٦٩٠	-٢٩	٢.٤٨	٠.٥٢١	-٠.١٥٣
-٧	١.٥١	٠.٧١٢	١.٠٢٧	-٣٠	٢.١١	٠.٧٤٤	-٠.١٩٢
-٨	٢.٢٩	٠.٥٧١	-٠.٠٨٦	-٣١	١.٥٤	٠.٦٨٢	٠.٨٧٦
-٩	١.٨٨	٠.٨٦٦	٠.٢٢٩	-٣٢	٢.٥٤	٠.٦٠٦	-٠.٩٧٦
-١٠	١.٥٦	٠.٦٢١	٠.٦٦٧	-٣٣	١.٣٨	٠.٥٨١	١.٢١٢
-١١	١.٨٣	٠.٨٤١	٠.٣٢٣	-٣٤	١.٥٩	٠.٧٤٦	٠.٨٣٠
-١٢	١.٥١	٠.٧١٢	١.٠٢٧	-٣٥	٢.٢٨	٠.٥٦٧	-٠.٠٥٧
-١٣	١.٩٨	٠.٦٨٥	٠.٠٢٥	-٣٦	٢.٠٩	٠.٧٧٣	-٠.١٧٠
-١٤	٢.٤٠	٠.٥٣٢	-٠.٠٢٠	-٣٧	٢.٤٢	٠.٦١٩	-٠.٥٩٩
-١٥	١.٥٨	٠.٧٧٣	٠.٨٨٤	-٣٨	٢.٢٤	٠.٥٦٨	-٠.٠٢٥
-١٦	٢.٤٠	٠.٦١٧	-٠.٥٣٣	-٣٩	٢.٠١	٠.٧٧٩	-٠.٠٣٤
-١٧	٢.٢٤	٠.٥٦٨	-٠.٠٢٥	-٤٠	٢.٥٧	٠.٥٥٣	-٠.٨٢٦
-١٨	١.٥١	٠.٦٦٩	٠.٩٤٥	-٤١	٢.٤٦	٠.٥٢٠	-٠.٠٧٥
-١٩	١.٧٨	٠.٧٢٢	٠.٣٤٨	-٤٢	١.٩٠	٠.٦٧٩	٠.١٢١
-٢٠	١.٠٩	٠.٤٠٨	٠.٢٤٢	-٤٣	٢.٠٠	٠.٨٤٠	٠.٠٠٠
-٢١	١.٦٦	٠.٧٧٤	٠.٦٧٦	-٤٤	١.٥٣	٠.٧٦٤	١.٠٢٤
-٢٢	١.٦٥	٠.٧٦٣	٠.٦٩٠	-٤٥	٢.٦٤	٠.٤٨٢	-٠.٥٩٦
-٢٣	٢.٠٦	٠.٦٣٠	-٠.٠٥٢				

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

جميع قيم الانحراف المعياري لعبارات مقياس التردد النفسي أقل من المتوسط الحسابي لها ، وأن العبارات تتوزع إعتدالياً ، مما يشير إلى خلو الاستجابات من عيوب التوزيع غير الإعتدالية .

ويظهر من ذلك أن معاملات الالتواء تقترب من الصفر بالنسبة لجميع العبارات المستخدمة ، وهو ما يشير إلى مناسبة الأسلوب الذي أتبع لإختيار العبارات ، وأيضاً مناسبة لعينة البحث ، وتعد تلك الخطوة ، خطوة تمهيدية لإستخراج مصفوفة معاملات الارتباط بين عبارات مقياس التردد النفسي ، والجداول التالية توضح ذلك :

جدول (٩)

التشبعات قبل التدوير لعبارات مقياس التردد النفسي (ن=١٣٣)

العوامل العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
-١	.٤٠٢	.٤١٧	-.٠٥٣	.٤٠١
-٢	.٢٦٨	.١٨٢	.٥٦٠	.١١٩
-٣	.٣٧٧	.٠٨١	.٤٤٩	.٢٦٨
-٤	.١٨٩	.١٩٧	.٥٤٩	.٣٩٢
-٥	.٢٤١	.٢٨٦	.٣١٦	.٤٨٣
-٦	.٣٩٩	.١٨١	.٣٤٢	.٠٠٥
-٧	.٧٦٤	.١٤٨	.٠٢٢	-.٣٨٣
-٨	.٨٠٧	.١٠٣	.٠٨٤	-.٠٣٤
-٩	.٨١٢	-.٤٥١	-.١٤٥	.١٠٣
-١٠	.٦٣٥	.٠٣٤	-.١٠٩	-.١٧٥
-١١	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-١٢	.٧٠٤	-.٠٢٧	.١٢٣	-.٠٢٢
-١٣	.٧١٩	.٠٤٩	-.١٥٣	-.١٩٥
-١٤	.٧٥٣	.١٣٨	.٠٦٦	-.٣٧٥
-١٥	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-١٦	.٦٩٠	.١٠٧	.٤٨٨	.٠٦٧
-١٧	.٧٦٨	-.٤٢٣	-.١٦٥	.٠٨٤
-١٨	.٨٣٣	-.٤٤٤	-.١٦٠	.٠٨٠
-١٩	.٧٥٧	.١٥٤	.١٦٠	-.٠٥٩
-٢٠	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-٢١	.٧١٨	.٠٤٧	-.١٤١	-.٢١٨
-٢٢	.٨٣٣	-.٤٤٤	-.١٦٠	.٠٨٠
-٢٣	.٧٦٢	.٤٢٠	-.٢٩٥	.١١٤
-٢٤	.٦٧٠	.٠٤٢	-.١٣٤	-.١٩٥
-٢٥	.٨١٨	-.٤٣٥	-.١٥٢	.١٠٦
-٢٦	.٨١١	-.٤٦٥	-.١٠٤	.٠٠٧
-٢٧	.٧٦٠	.١٠٨	.١٦٢	-.٠٢٦

العوامل العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
-٢٨	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-٢٩	.٧٢٧	.١٠١	.١٠٧	-.٤٤٣
-٣٠	.٦٩٦	.٠٢٠	-.١٤٦	-.٢٣١
-٣١	.٧٢٨	.٠٩٥	.٠٨٨	-.٤١٩
-٣٢	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-٣٣	.٧٠٨	.٠٠٥	-.١٤١	-.٢٤٨
-٣٤	.٧٧٥	-.٤٠٥	-.١١٧	.٠٦٧
-٣٥	.٨٣٩	.٤٢٧	-.٢٦٦	.١٥٧
-٣٦	.٧٤٤	-.٥٠٤	.٢١٨	.٢٢٩
-٣٧	.٦٣٢	.١١٧	.٥٠٦	.٠٧٤
-٣٨	.٨٣٣	-.٤٧٦	-.١٢٨	.١٠٥
-٣٩	.٧٤٤	-.٥٠٤	.٢١٨	.٢٢٩
-٤٠	.٧٣٧	.٠٣١	-.١٣٧	-.١١٧
-٤١	.٨٢٤	-.٤٩١	-.١٢٩	.٠٨٥
-٤٢	.٧٢٢	.١٣٣	.٠٢٩	-.٣٧١
-٤٣	.٦٥٣	.١١٦	.٤٥١	-.٣١٣
-٤٤	.٦٢٥	.٠٧٢	.٢١١	-.٣٤٦
-٤٥	.٨٢٥	.٤١٤	-.٢٥٢	.١٦٢
الجذر الكامن	١٩.٤٩٧	٨.٩٤٧	٧.٧٩٣	٥.٩٤١
التباين	٢٩.٥٤٩	١٨.٠١٧	١٥.٥٤٦	٩.٠٣٨
التراكمي	٢٩.٥٤٩	٤٧.٥٦٦	٦٣.١١٢	٧٢.١٥٠

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

تم استخلاص (٤) عوامل وقد تراوحت الجذر الكامن ما بين (٧.٧٩٣ ، ١٩.٤٩٧)

لاستخلاص عبارات المقياس بأن لا يقل تشبعها على العامل (٠.٣)

ثم بعد ذلك تم استخدام طريقة (الفاريماكس لكايذر) لتدوير عبارات مقياس التردد النفسي

تدويراً متعامداً وبيان الجذر الكامن والتباين لكل معيار تم إستخلاصه والتباين الكلي للمعايير ،

وجداول (١٠) يوضح ذلك .

جدول (١٠)

التشبعات بعد التدوير وقيم التشبع لعبارات مقياس التردد النفسي (ن=١٣٣)

العوامل العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	قيم التشبع
-١	.٠٤٦	.٥٩٦	.١٠٣	.٠١٤	.٦٠٧
-٢	.٠٢٤	.٠١٣	.٠٦٣	.٤٤٩	.٧٦٥
-٣	.١٦٨	.٠٦٨	.٠٧٠	.٠١٨	.٦٦٨
-٤	-.٠٢٢	.٠١٨	.٥٥٦	-.٠٣٨	.٦٨٨
-٥	.٠١٨	.٢٧٢	.٠١٤	.٠١٨	.٦٧٥
-٦	.٠٧٦	.١٦٨	.٠٣٧	.٠٥٦	.٥٣٤
-٧	.٢٩١	.٣٨٤	.١٢٤	.٧٦٥	.٩٢٩
-٨	.٣٦٢	.٣٩٤	.٧٠٥	.١٨١	.٩١٨
-٩	.٨٦٧	.٢٦٩	.١٥١	.١١٢	.٩٠٠
-١٠	.٢٨٣	.٣٤٥	.٢٢٠	.١٦٤	.٦٥١
-١١	.٢٥٤	.٨٩٥	.١٦٩	.١٧٦	.٩٩٣
-١٢	.٤٠٢	.٢٦٠	.١٦١	.١٢٢	.٦٠١
-١٣	.٣٣١	.٣٥٦	.١٩٢	.١٤٨	.٦٩٥
-١٤	.٢٩٤	.٣٦٠	.١٦١	.٧٨٨	.٩٣٢
-١٥	.٢٥٤	.٨٩٥	.١٦٩	.١٧٦	.٩٩٣
-١٦	.٢٦٢	.٢٠٢	.٧٨٧	.١٥٢	.٩٢٩
-١٧	.٨١٤	.٢٧٣	.١١٢	.٠٩١	.٨٢٠
-١٨	.٨٧٥	.٢٧٠	.١٠٢	.١٤٠	.٩٣٠
-١٩	.٢٧٣	.٣٤٧	.٧٨٢	.١٧٩	.٩٤١
-٢٠	.٢٥٤	.٨٩٥	.١٦٩	.١٧٦	.٩٩٣
-٢١	.٣٢٦	.٣٤٣	.٢٠٠	.١٦٤	.٦٩٣
-٢٢	.٨٧٥	.٢٧٠	.١٠٢	.١٤٠	.٩٣٠
-٢٣	.٢٠٠	.٨٥٠	.١٣٢	.١٣٦	.٨٧٣
-٢٤	.٣٣٧	.٣٥٤	.٠٨٧	.٢٦٩	.٥٣٩
-٢٥	.٨٥٨	.٢٦٠	.١٤٦	.١٢٣	.٩٠٢
-٢٦	.٨٥٩	.٢٠١	.١٢٢	.٢٢١	.٨٩٨
-٢٧	.٣٢١	.٣٣٥	.٧٧٧	.١٦٦	.٩٢٨
-٢٨	.٢٥٤	.٨٩٥	.١٦٩	.١٧٦	.٩٩٣
-٢٩	.٢٨٥	.٢٨١	.١٧١	.٨١٩	.٩٤١
-٣٠	.٣٣١	.٣٠٧	.١٢٩	.١٨٣	.٦٩٦

العوامل العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	قيم التشبع
٣١-	٣٠١	٢٩٨	١٤٧	٨٢٣	٩٤٥
٣٢-	٢٥٤	٨٩٥	١٦٩	١٧٦	٩٩٣
٣٣-	٣٤٦	٢٩٧	١٢٠	٢١٨	٧١٩
٣٤-	٨١٠	٢٤١	١٦٩	١٦٦	٨١٢
٣٥-	٢٥٤	٨٩٥	١٦٩	١٧٦	٩٩٣
٣٦-	٨٦١	٠٩٢	١٥٢	٠٩٣	٩٤٤
٣٧-	٢٢٦	١٨٩	٧٥٧	١٣٠	٨٦٩
٣٨-	٩٠٢	٢٤١	١٦١	١٣٤	٩٦٠
٣٩-	٨٦١	٠٩٢	١٥٢	٠٩٣	٩٤٤
٤٠-	٣٥٥	٣٨٣	١٦٤	١٥٨	٧٨٩
٤١-	٩٠٢	٢٢٠	١٥٨	١٥٤	٩٥٧
٤٢-	٢٥٩	٣٣٤	٢٠٦	٢١٠	٩٤٤
٤٣-	٢٢٤	١٧٣	١٦٦	٧٧١	٩٣٧
٤٤-	٢٤٣	١٩٨	١٦٣	٢٠٦	٨٨٤
٤٥-	٢٦٠	٨٨٤	١٥٠	١٨٤	٩٦٢
الجزر الكامن	١٦.٣٧٦	١٢.٣٣٣	١٠.٧٢٩	٦.٠٤٣	
التباين	٢٥.٣١١	٢٠.٢٥١	١٧.٣٣٢	٩.٢٥٦	
التراكمي	٢٥.٣١١	٤٥.٥٦٢	٦٢.٨٦٤	٧٢.١٥٠	

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

تم استخلاص (٤) عوامل وقد تراوحت الجزر الكامن ما بين (٦.٠٤٣ ، ١٦.٣٧٦)
لاستخلاص عبارات المقياس بان لا يقل تشبعها على العامل (٠.٣) ثم بعد ذلك تم استخراج
مصفوفة الارتباط البينية للمعايير المستخلصة ، و جدول (١١) يوضح ذلك .

جدول (١١)

مصفوفة الارتباط البينية للعوامل المستخلصة (ن=١٣٣)

العوامل	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
العامل الأول	١.٠٠			
العامل الثاني	٣١٧	١.٠٠		
العامل الثالث	٤٩٢	٥٢٥	١.٠٠	
العامل الرابع	٤٩١	٢١١	٤٦٤	١.٠٠

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٢٠٣.

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين العوامل عند مستوى معنوية $(0,05) = (0,03)$ ، وقد تضمنت المصفوفة (٤) معامل بينهم إرتباط موجب بنسبة مئوية بلغت (100%) . وقد تم استخدام طريقة المكونات الأساسية (لهارولد هوتلنج) وذلك لتحليل مصفوفة الإرتباط البينية للمعايير المستخلصة ، وبيان قيم التشبع لعبارات المقياس والجزر الكامن والتباين لكل معيار مستخلص والتباين الكلي للمعايير قبل التدوير المائل .

خطوات تنفيذ البحث:

- تطبيق المقياس:

بعد تحديد العينة واختبار أدوات البحث والتأكد من صدقها وثباتها، قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية وذلك بالتطبيق على عينة البحث الأساسية في الفترة من ٢٠٢١/٢٧ إلى ٢٠٢١/٢٧ وقد تم التطبيق على طلاب الفرقة الاولى بمقرر الرياضات المائية كلية التربية الرياضية - جامعة أسوان وكان عددهم (١٣٣) طالبا.

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

استخدم الباحث في معالجة النتائج الأساليب الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف العاظمي، معامل الالتواء، معامل الارتباط، اختبار (ت)، التحليل العاظمي، برنامج SPSS ، لحساب بعض المعاملات الإحصائية، وارتضى الباحث مستوى دلالة عند $(0,05)$.

وقد أسفرت نتائج التحليل العاظمي عن تصميم مقياس للتردد النفسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية بمقرر الرياضات المائية.

- العوامل الأربعة المستخلصة ومسمياتها ومناقشتها والتعليق عليها :
- العامل الأول : (الثقة بالنفس) .

جدول (١٢)

عبارات المقياس المشبعة على العامل الأول وقيم التشبع الخاصة بكل منها على
 العامل الأول "الثقة بالنفس" (ن=١٣٣)

ترتيب العبارة	العبارة	قيمة التشبع
١٢	معرفتي بالهدف من المهارة يجعلني أقوم بتأديتها بثقة	.٩٦٣
٣٦	أشعر بالإحباط عندما اتعرض لعدم التشجيع أمام زملائي	.٩٦٣
٣٩	إصراري وعزيمتي يجعلني ثابتا في الأداء	.٩٦٠
٢٣	أشعر باضطراب وقلق قبل نزولي داخل الماء	.٩٣٠
١٨	خوفي من الماء يجعلني لا أستطيع اداء المهارة .	.٩١٨
٣٣	الحياء الزائد يؤثر في أدائي أثناء نزول الماء	.٩١١
٦	أشعر بعدم الثقة حينما يسخر مني زملائي	.٩٠١
٢٩	أحيانا تكون شخصيتي سببا في التردد	.٨٩٩
٤١	الإحساس بالارتباك وعدم الاستقرار يؤثران في أدائي الرياضي	.٨٧١
٥	الثقة بالنفس تجعلني لا أتردد في أداء المهارة داخل الماء.	.٨٦٣
١٥	الشعور بالفشل يجعلني مترددا في الاداء داخل الماء	.٨٥١
٣٠	أتمالك أعصابي وخاصة في المواقف الحرجة	.٨٠٣
١٧	قلة الخبرة تجعلني غير واثق في أداء المهارات داخل الماء	.٧٩٣
٤٤	المواقف الحياتية الطارئة تجعلني اتردد في نزول الماء	.٧٨٩
٤	تجاربتي وخبراتي السابقة تجعلني واثقا من أدائي داخل الماء	.٧٧٦
٣	أشعر بعدم الثقة حينما أكلف بأداء مهارات زائدة	.٧٧١
٨	توافر عوامل الأمن والسلامة حول وداخل الماء تجعلني أؤدي المهارة بثقة	.٧٤٨
التشبع الكلي للعامل		٢٩.٥٤٩

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

إن العبارة رقم (١٢) تأتي في مقدمة العبارات ذات التشبع على هذا العامل حيث بلغت قيم تشبعها على هذا العامل (٠.٩٦٣) ويلى ذلك العبارات رقم (٣٦ ، ٣٩ ، ٢٣ ، ١٨ ، ٣٣ ، ٦ ، ٢٩ ، ٤١ ، ٥ ، ١٥ ، ٣٠ ، ٣٠ ، ١٧ ، ٤٤ ، ٤ ، ٣ ، ٨) حيث يبلغ قيم التشبع الخاصة بها على هذا العامل (٩٦٣ ، ٩٦٠ ، ٩٣٠ ، ٩١٨ ، ٩١١ ، ٩٠١ ، ٨٩٩ ، ٨٧١ ، ٨٦٣ .

٨٥١، ٨٠٣، ٧٩٣، ٧٨٩، ٧٧٦، ٧٧١، ٧٤٨،) على الترتيب وتتفق تلك العبارات
مجتمعة على (الثقة بالنفس) والذي يميز السمة الظاهرة على هذا العامل ومن ثم يمكن تسمية
هذا العامل (الثقة بالنفس)

- العامل الثاني : (مستوى الأداء) :

جدول (١٣)

عبارات المقياس المشبعة على العامل الثاني وقيم التشبع الخاصة بكل منها على
العامل الثاني مستوى الأداء
(ن=١٣٣)

ترتيب العبرة	العبرة	قيمة التشبع
٤٥	حضور بين عدد كبير من زملائي يؤثر في أدائي داخل الماء	٩٦٩.
٢٠	أتردد في أداء أكثر من حركة في الماء حينما تكون صعبة	٩٦٣.
٢٨	لا أتردد في اداء المهارات داخل الماء	٩٦٣.
٣٢	الكلمات المسيئة من قبل زملائي تؤثر سلباً على أدائي	٩٦٣.
٢٤	أثناء نزولي الماء أشعر بالقلق	٩١٨.
١١	الشجاعة تلعب دوراً في ادائي داخل الماء	٩٠٣.
٣٥	المناخ الجوي يؤثر في الأداء	٩٠١.
٩	ثقتي بالمعلم تجعلني اقوم بأداء المهارة	٧٨٢.
٢٢	اجد المحاضرات التي دون المستوى غير مفيدة	٧٧٢.
٢	ابتعد عن أداء الحركة الزائدة داخل الماء حينما أشعر بالخطر	٦٩٠.
٢٦	أشعر بأنني أتخذ قراراً أثناء ادائي للمهارات داخل الماء ببطء	٦٧٨.
	التشبع الكلي للعامل	١٨٠١٧

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

إن العبارة رقم (٤٥) تأتي في مقدمة العبارات ذات التشبع على هذا العامل حيث بلغت
قيم تشبعها على هذا العامل (٩٦٩.٠) يلي ذلك العبارات رقم (٢٠ ، ٢٨ ، ٣٢ ، ٢٤ ، ١١ ،
٣٥ ، ٩ ، ٢٢ ، ٢ ، ٢٦) حيث يبلغ قيم التشبع الخاصة بها على هذا العامل (٩٦٣.٠ ،
٩٦٣.٠ ، ٩١٨.٠ ، ٩٠٣.٠ ، ٩٠١.٠ ، ٧٨٢.٠ ، ٧٧٢.٠ ، ٦٩٠.٠ ، ٦٧٨.٠) على الترتيب وتتفق تلك
العبارات مجتمعة على عامل (مستوى الأداء) والذي يميز السمة الظاهرة على هذا العامل
ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل (مستوى الأداء).

- العامل الثالث : (الدافعية) :

جدول (١٤)

عبارات المقياس المشبعة على العامل الثالث وقيم التشبع الخاصة بكل منها على
العامل الثالث "الدافعية" (ن=١٣٣)

ترتيب العبارة	العبارة	قيمة التشبع
٣٤	أحيانا لا أهتم بنتيجة أدائي داخل الماء	.٩٦٠
١٠	عزيمتي تدفعني إلى الأداء الجيد	.٩٢٠
٤٢	حالتني المزاجية تؤثر على مستوى ادائي داخل الماء	.٨٩١
١٦	حالتني النفسية تؤثر على ادائي	.٨٥٥
١٩	احيانا أشعر بعدم الرغبة في الأداء داخل الماء	.٨٥٨
٢١	الحافز المعنوي يؤثر في ادائي داخل الماء	.٨٧٤
٢٧	شعوري بالملل يبعثني عن الحضور في المحاضرة	.٨٥٥
٣٧	اشعر بالقلق إذا كانت المحاضرة ستؤدى في الجانب الأكثر عمقا داخل الماء	.٨٢٦
٤٠	الامل بالنجاح يجعلني أحس بفاعلية الاداء	.٧٩٠
٣٨	تكرار الفشل اثناء الأداء يؤدي إلى التردد	.٦٩٩
	التشبع الكلى للعامل	١٥.٥٤٦

يتضح من جدول (١٤) ما يلي :

إن العبارة رقم (٣٤) تأتي في مقدمة العبارات ذات التشبع على هذا العامل حيث بلغت قيم تشبعها على هذا العامل (٠.٩٦٠) ويلى ذلك العبارات رقم (١٠ ، ٤٢ ، ١٦ ، ١٩ ، ٢١ ، ٢٧ ، ٣٧ ، ٤٠ ، ٣٨) حيث يبلغ قيم التشبع الخاصة بها على هذا العامل (٠.٩٢٠ ، ٠.٨٩١ ، ٠.٨٥٥ ، ٠.٨٥٨ ، ٠.٨٧٤ ، ٠.٨٢٦ ، ٠.٧٩٠ ، ٠.٦٩٩) على الترتيب وتتفق تلك العبارات مجتمعة على (الدافعية) والذي يميز السمة الظاهرة على هذا العامل ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل (الدافعية)

- العامل الرابع : (الإستعداد) :

جدول (١٥)

عبارات المقياس المشبعة على العامل الثاني وقيم التشبع الخاصة بكل منها على

العامل الرابع "الإستعداد" (ن=١٣٣)

ترتيب العبارة	العبارة	قيمة التشبع
٣١	الحالة البدنية تجعلني أتردد في الأداء داخل الماء	.٩١٠
٢٥	عدم جاهزيتي البدنية تؤدي للتردد	.٨٩٨
١٤	الأرق والتعب يؤثران في أدائي أثناء المحاضرة .	.٨٥٦
٤٣	حالي البدنية تدفعني بشدة بالنزول في الماء	.٨٥١
٧	لياقتي البدنية تلعب دورا في أدائي المهاري	.٨٢٠
١	التعب البدني يبعدني عن دخول المحاضرة والنزول بالماء	.٧٨١
١٣	عدم انتظامي في المحاضرات يجعلني غير قادر على أداء المهارات داخل الماء بشكل جيد	.٦٨٩
	التشبع الكلي للعامل	٩.٠٣٨

يتضح من جدول (١٥) ما يلي :

إن العبارة رقم (٣١) تأتي في مقدمة العبارات ذات التشبع على هذا العامل حيث بلغت قيم تشبعها على هذا العامل (٠.٩١٠) ويلى ذلك العبارات رقم (٢٥ ، ١٤ ، ٤٣ ، ٧ ، ١ ، ١٣) حيث يبلغ قيم التشبع الخاصة بها على هذا العامل (٨٩٨ ، ٨٥٦ ، ٨٥١ ، ٨٢٠ ، ٧٨١ ، ٦٨٩ ،) على الترتيب وتتفق تلك العبارات مجتمعة على (الإستعداد) والذي يميز السمة الظاهرة على هذا العامل ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل (الإستعداد)

ثبات المقياس:

ثبات المقياس أو الاختبار هو أن يُعطي المقياس نفس النتائج إذا ما أُعيد تطبيقه على نفس الأفراد في نفس الظروف ، لذا إستخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بعد مرور فترة زمنية.

وتقوم طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه على أساس تطبيق نفس الإختبار أو المقياس على مجموعة واحدة من الأفراد مرتين متتاليتين في يومين مختلفين ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الإختبار. وعليه فقد قام الباحث بتطبيق المقياس المكون من (٤٥) فقرة على عينة من مجتمع البحث من خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (٢٠) طالب ، وبعد مضي اسبوعين تم إعادة تطبيق نفس المقياس مرة أخرى على نفس العينة. وبعد معالجة النتائج إحصائياً عن طريق قانون معامل الارتباط البسيط بيرسون **Person** ، تبين أن الاختبار يتمتع بدرجة ثبات قدرها (٠,٨٣) وهي درجة ثبات عالية تشير إلى ثبات المقياس.

الاستنتاجات :

- ١- إن مقياس التردد النفسي أداءه صادقة وثابته ولها دلالة وفائدة مباشرة في كل من الناحية البحثية والتطبيقية .
- ٢- تم استخلاص قياس التردد النفسي في صورته النهائية متضمناً (٤) عوامل وهي "الثقة بالنفس ، مستوى الأداء ، الدافعية ، الإستعداد " كما يلي:
- (١) العامل الأول : الثقة بالنفس : ويشتمل على (١٧) سبعة عشر عبارة تحدد الثقة بالنفس لدى الطلاب قيد البحث
- (٢) العامل الثاني : مستوى الأداء : ويشتمل على (١١) إحدى عشر عبارة تحدد عامل مستوى الأداء لدى الطلاب قيد البحث
- (٣) العامل الثالث : الدافعية : ويشتمل على (١٠) عشرة عبارات تمثل عامل الدافعية لدى الطلاب قيد البحث
- (٤) العامل الرابع : الإستعداد : ويشتمل على (٧) سبعة تمثل عامل الإستعداد لدى الطلاب قيد البحث

٣-تدرج تحت تلك العوامل (٤٥ عبارة) لقياس التردد النفسي لدى عينة البحث.

التوصيات:

فى ضوء ما اسفرت عنه النتائج يوصى الباحث بما يلي :

- ١- ضرورة الاهتمام بتطبيق مقياس التردد النفسي على طلاب كليات التربية الرياضية بجميع الجامعات
- ٢- الاهتمام بتصميم مقياس خاص بالتردد النفسي على عينات أخرى من الرياضيين في رياضات مختلفة
- ٣- الاهتمام بعمل دورات تدريبية خاصة بالإعداد النفسي وكيفية تنمية الثقة بالنفس للطلاب.
- ٤- ضرورة صقل القائمين على العملية التعليمية بالكليات بكيفية التعامل بفاعلية مع التردد النفسي للطلاب.
- ٥- وضع برنامج للخدمات التوجيهية والارشادية للطلاب بهدف رفع مستوى ادائهم وخفض درجة التردد النفسي لديهم.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية .

١. أحمد حسن دعيم (٢٠١٧ م): " التردد النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق من المنطقة الخلفية بكرة الطائرة "، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية، العراق.
٢. أحمد عبد الزهرة عبد الله ، هشام هنداوي هويدي ، حامد نوري علي(٢٠٠٦م): التردد النفسي لدى لاعبي الجيمناستك عند أداء مهارة القفزة الأمامية على حصان القفز، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد (٢)، العدد (٥)، كلية التربية الرياضية جامعة بابل ، العراق.
٣. أسامة كامل راتب(٢٠٠٧م): علم نفس الرياضة المفاهيم و التطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة.
٤. اشراق غالب عودة، عذراء عبد الاله عبدالستار (٢٠١٥) التردد النفسي وعلاقته بأداء مهارة الدحرجة الأمامية على عارضة التوازن لدى لاعبات الجمناستك، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
٥. أكرم السيد السيد ، دعاء محمد كامل (٢٠١٩) أثر برنامج مقترح على الثقة بالنفس والتردد النفسي وبعض متغيرات الأداء المهارى لسباحة الزحف على الظهر، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق
٦. ثامر محمود ذانون (٢٠١٢م): التردد النفسي للاعبين منتخب كليات جامعة الموصل للألعاب الفردية وعلاقته بمستوى إنجازهم ، بحث منشور ، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد (١٢) ، العدد (١)، كلية التربية الأساسية ، جامعة الموصل ، العراق.
٧. جميل كاظم جواد(٢٠٠٨م): بناء مقياس التردد النفسي لدى متعلمي السباحة عند أداء مهارة القفز العامودي إلى الماء على القدمين، بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد(١)، العدد (٩)، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل بالعراق.
٨. حسام عبد العزيز محمد جودة(٢٠١٥) تأثير برنامج الألعاب الترويحية الرياضية على مستوى التردد النفسي خلال الفترة الإنتقالية لدى ناشئ كرة القدم، مجلة اسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع ١٨ ج ٣ ، مصر.

٩. حيدر مهدي سلمان و عبدالحسين ماجد (٢٠١٥م): "التردد النفسي وفقا لمستوى التفكير الخرافي وأثره على أداء مهارات حصان القفز فى الجمانستك لدى طلبة كلية التربية الرياضية، بحث منشور ، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ٨ ، العدد ١ ، جامعة القادسية ، العراق.
١٠. رقية هاشم (٢٠١٩م): التردد النفسي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري للتنس الأرضي التعرف على درجة التردد النفسي ، كلية التربية الرياضية ، بحث منشور ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات ، جامعة بغداد، العراق.
١١. سمير شيخاني (١٩٨٤م): علم النفس فى حياتنا اليومية ، مطبعة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
١٢. صالح شافي ساجت (٢٠٠٢م): قياس وتقييم التردد النفسي لدى لاعبي الساحة والميدان، بحث منشور ، مجلة بحوث ودراسات التربية الرياضية، المجلد (١)، العدد (١٤)، كلية التربية، جامعة البصرة بالعراق.
١٣. صدقي نور الدين محمد (٢٠٠٤م): "علم نفس الرياضة"، مكتب الجامعي الحديث ، القاهرة.
١٤. ضرام موسى الفزع (٢٠١٠م): التماسك الاجتماعي والحركي وعلاقته بالتردد النفسي لدى لاعبي كرة اليد، بحث منشور ، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، المجلد (٢٨)، العدد (١٨) ، كلية التربية ، جامعة البصرة ، العراق.
١٥. عامر راشد شيال و صادق جابر متانى (٢٠١٤م): "التردد النفسي وعلاقته بأداء رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية الرياضية، بحث منشور ، مجلة العلوم التربية الرياضية، جامعة بابل ، مجلد ٦، ع ٦، العراق.
١٦. عصام أمين حلمي (٢٠٠٢م): تدريب السباحة بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثالثة، دار المعارف، الاسكندرية.
١٧. فراس حسن عبد الحسين (٢٠٠٥م): بناء مقياس للتردد النفسي في المجال الرياضي (بناء وتطبيق)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البصرة.
١٨. لفظة حميد سلمان (٢٠١٠م): قياس التردد النفسي لدى لاعبي كرة القدم، بحث منشور ، مجلة ميسان للدراسات الأكاديمية، المجلد (٩)، العدد (١٧)، كلية التربية، جامعة ميسان بالعراق.

١٩. محسن محمد حسن ، على محمد جواد، مهدي على دويغر (٢٠١٦م): التردد النفسي وعلاقته ببعض السمات النفسية لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم، بحث منشور ، المؤتمر الدولي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة الكوفة.
٢٠. محمد حسن علاوي (٢٠١٢م) علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، ط ٤ ، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢١. محمد عبد الحميد طه مقلد (٢٠١٥) السيطرة الدماغية وعلاقتها بالتردد النفسي وانماط تقدير الذات ومستوي تعلم السباحة لطلاب كلية التربية الرياضية، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية جامعة بنها
٢٢. نزار مجيد الطالب، كامل طه الويس (٢٠٠٥): علم النفس الرياضي ، مركز الطباعة والنشر، بغداد.
٢٣. نغم صباح حاتم (٢٠١٤م): مستوى التردد النفسي وعلاقته بدقة التهديف بكرة القدم، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، المجلد (١٣)، العدد (٢)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد ،العراق.

ثانيا: المراجع باللغة الإنجليزية .

٢٤. Ahmad Salah Ramdan (٢٠١٩): Psychological hesitation and its relationship to the ability to make decisions for individual and team sports players, INTERNATIONAL JOURNAL OF INFORMATION RESEARCH AND REVIEW, February, India
٢٥. Carson PA (٢٠١٠) The rehabilitation of a competitive swimmer with an asymmetrical breaststroke movement pattern. Man. Ther. ; ٤(٢): ١٠٠-١٠٦
٢٦. Nagla E., (٢٠١٥): Impact of using some of mental strategies on the psychological hesitation and effectiveness of tactical activity of juniors' kumite, Journal of Physical Education and Sport, Vol (١٥) Issue (١), .

ثالثا: المراجع من شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت):

٢٧. <https://www.ts3a.com/?p=3248>, ٢٠١٥

ملخص البحث باللغة العربية

تصميم مقياس للتردد النفسي لمقرر الرياضات المائية لطلاب كلية التربية الرياضية

* أ.م. د/ ناصر محمد شعبان عبد الحميد

يهدف البحث الحالي إلى تصميم مقياس للتردد النفسي لمقرر الرياضات المائية لطلاب كلية التربية الرياضية - جامعة أسوان واستخدم الباحث المنهج الوصفي " أسلوب المسح " ، والذي لا يقتصر على الوصف بل يمتد ليشمل التفسير والتنبؤ ويشتمل مجتمع البحث على طلاب الفرقة الأولى كلية التربية الرياضية بجامعة أسوان والذي يبلغ قوامه (٢٥٠) طالب ، وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (١٣٣) طالبا وأشارت أهم النتائج الى أن مقياس التردد النفسي أداه صادقة وثابته ولها دلالة وفائدة مباشرة في كل من الناحية البحثية والتطبيقية ، كما تم استخلاص قياس التردد النفسي في صورته النهائية متضمنا (٤) عوامل وهي " الثقة بالنفس ، مستوى الأداء ، الدافعية ، الإستعداد ويوصى الباحث بضرورة الإهتمام بتطبيق مقياس التردد النفسي على طلاب كليات التربية الرياضية بالكليات المختلفة والإهتمام بتصميم مقياس خاص بالتردد النفسي لدى عينات أخرى من الرياضيين بالرياضات المختلفة.

* أستاذ مساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية - كلية التربية الرياضية - جامعة أسوان .

Designing a psychological frequency scale for a water sports course for students of the Faculty of Physical Education

***Dr / Nasser Mohamed Shaban A.Hameed**

The current research aims to design a measure of psychological frequency for a water sports course for students of the Faculty of Physical Education - Aswan University. It consists of (٢٥٠) students, and the researcher has chosen a random sample of (١٣٣) students, and the most important results indicated that the psychological frequency scale is an honest and stable tool that has direct significance and benefit in both research and application terms, and the psychological frequency measurement was extracted in its final form, including (٤) Factors which are "self-confidence, level of performance, motivation, readiness. The researcher recommends the necessity of paying attention to the application of the psychological frequency scale to students of physical education faculties in different faculties, and to designing a special measure of psychological frequency among other samples of athletes."

* Assistant Professor, Department of Water Sports, Faculty of Physical Education, Aswan University