

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينته حسن امر

Received: 2/8/2021

Accepted: 19/9/2021

Published: 2022

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة

الباحثة زينته حسن امر

كلية المعارف الجامعة الاهلية – قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

z.h.amr@uoa.edu.iq

07709850036

مستخلص البحث:

حيث يعد مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم الإيجابية وفي الجانب الرياضي له ابعاد مهمة حيث ينشط الاهتمام العلمي في علم النفس وتجعل البناء السلوكي للشخصية الرياضية بحيث تمكن اللاعب من مواجهة الصعوبات في التعلم وبما ان لعبة الكرة الطائرة من العاب التي تتميز بالمواقف الصعبة والمتغيرة سواء اثناء عملية التعلم او اللعب وهذه المواقف لها تأثير كبير على سلوك الفرد وبالتالي فان الثقة الرياضية كذلك تعد من اهم الظاهر النفسية والتي تعتبر من السمات النفسية الرئيسية للمتعلم وان عملية أداء مهارات الكرة الطائرة تتأثر بمجموعة من العوامل ومن ابرزها حالة التدفق النفسي فقد سلطت الباحثة الضوء على التدفق النفسي من خلال محاولة معرفة العلاقة بين التدفق النفسي وأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة حيث ان التدفق النفسي يحتاج من الانسان ان يقوم باستغلال جميع طاقاته الإيجابية وان تبقى فعالية الفرد متعايشة في خبرة التدفق النفسي الى ان يصل الى حالة الإنجاز مهما طالت الفترة الزمنية يهدف البحث الى :

1- اعداد مقياس للتدفق النفسي.

2- التعرف على درجة التدفق النفسي لدى عينة البحث .

فرضا البحث :

1- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وأداء مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .

2- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وأداء مهارة استقبال الارسال لدى عينة البحث .

الكلمات المفتاحية : التدفق النفسي، الاعداد والاستقبال، الكرة الطائرة، الطلاب

التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة واهمية البحث:

يعتبر التدفق النفسي من الخبرات الشخصية التي من خلاله يشعر الفرد بالرضا والسعادة عن ذاته وقبوله الأداء باي نشاط يقوم به ويصل الفرد الى التدفق النفسي من خلال معرفة وكيفية استغلال خبراته وطاقاته الإيجابية بشكل صحيح لكي يصل بالتالي الى الصحة النفسية ونصف مكونات التدفق النفسي بان يتم الانشغال والتركيز بالاداء والوصول الى المستوى المطلوب . حيث يعد مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم الإيجابية وفي الجانب الرياضي له ابعاد مهمة حيث ينشط الاهتمام العلمي في علم النفس وتجعل البناء السلوكي للشخصية الرياضية بحيث تمكن اللاعب من مواجهة الصعوبات في التعلم وتعطيه رقي اكثر فالتدفق النفسي يعتبر من التحديات الجديدة وتعطي همة في النشاط والأداء والتحسين به اذ يعد التدفق النفسي حالة داخلية يمتلكها الفرد وتجعله يركز في الأداء الرياضي للفعالية او اللعبة وبالتالي يصل الى الإحساس بالنجاح في أداء ونشاط رياضي الامر الذي يؤدي الى جعل المتعلم ينغمر بكامل طاقته ومعلوماته الشخصية في انجاز الأداء خلال مدة زمنية مما تجعل المتعلم يشعر بالتوحد العام بالأنشطة التي يؤديها والاندفاع نحوها .

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينة حسن امر

ويعرف التدفق النفسي¹ بأنه: "حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل جهد وهذه الحالة المثلى تتحقق أيضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهمات ذات الأهداف المحددة والتي تقدم التغذية الراجعة الفورية"، وبما أن لعبة الكرة الطائرة من ألعاب التي تتميز بالمواقف الصعبة والمختلفة والمتغيرة سواء أثناء عملية التعلم أو اللعب وهذه المواقف لها تأثير كبير على سلوك الفرد وبالتالي فإن الثقة الرياضية كذلك تعد من أهم الظاهر النفسية والتي تعتبر من السمات النفسية الرئيسية للمتعلم أو اللاعب الرياضي وكذلك من خلالها يتم تحديد درجة الكفاءة والفاعلية التي يمتلكها اللاعب أثناء الأداء واللاعب الذي يمتلك هكذا قدرة ووثق من نفسه مما يجعله يقوم بتحسين أدائه وكذلك تعد مهارتي الاعداد واستقبال الارسال من المهارات الأساسية والمهمة والتي تختلف في مدى سهولتها وصعوبتها وحسب طريقة التعلم ومن ثم الأداء فهي تحتم على المتعلم توظيف طاقاته النفسية والتي يصاحبها الرضا والاقتناع الذاتي وبالتالي تؤدي بالتعلم إلى الانشغال الكامل بالانشاط أو الأداء حيث من المهم أن نجعل المتعلم يوجه انتباهه وتركيزه في كيفية الاندماج بالأداء والانشطة حيث يؤدي ذلك إلى زيادة تنظيم المعلومات وتحفيزه أكثر على الأداء حيث يعد المتعلم هو أحد محاور العملية التعليمية وبالتالي تصبح أهدافه واضحة للتعلم مما يجعله يصل إلى الصفاء الذهني والدافع له باتجاه المثابرة ليحقق بالنهاية أهداف التعلم للمهارتين وقد أشارت العديد من البحوث والدراسات ومنها "دراسة (عفراء إبراهيم) إلى أهمية توفير العوامل في البيئة التعليمية وأن عملية أداء مهارات الكرة الطائرة تتأثر بمجموعة من العوامل ومن أبرزها حالة التدفق النفسي فقد سلطت الباحثة الضوء على التدفق النفسي من خلال محاولة معرفة العلاقة بين التدفق النفسي وأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة حيث أن التدفق النفسي يحتاج من الإنسان أن يقوم باستغلال جميع طاقاته الإيجابية وأن تبقى فعالية الفرد متعايشة في خبرة التدفق النفسي إلى أن يصل إلى حالة الإنجاز مهما طال الفترة الزمنية حيث بالتالي سوف يقود التدفق النفسي إلى دافعية الإنجاز والمرونة النفسية ومن ثم الإبداع بالأداء"².

من هنا تكمن أهمية البحث في بيان دور التدفق النفسي في أداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال ووضعها أمام المختصين للاستفادة منها في اعداد الوحدات التعليمية وتهيئة بيئة تعليمية ترفع مستوى التدفق النفسي لدى المتعلمين والذي ينعكس بشكل إيجابي على أداء المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

2-1 أهداف البحث : يهدف البحث إلى :

- 1- اعداد مقياس التدفق النفسي .
- 2- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وأداء مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .
- 3- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وأداء مهارة استقبال الارسال بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .

1- Csikszentmihaly (1996); creativity:flow and the psychology of discovery and invention
: New york : Harper perenni p46

² عفراء إبراهيم ،خليل العبيدي ؛ التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي ،(مجلة الأستاذ ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع، 2016)

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينته حسن امر

3-1 فرضا البحث :

- 1- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وأداء مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .
- 2- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وأداء مهارة استقبال الارسال لدى عينة البحث .

4-1 مجالات البحث:

- 1-4-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية لكلية المعارف الجامعة الاهلية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (2020-2021) .
- 1-4-2 المجال الزمني : من تاريخ (2021-1-15) الى غاية (2021-3-15).
- 1-4-3 المجال المكاني: القاعات النظرية والقاعة المغلقة لكلية المعارف الجامعة الاهلية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .

الباب الثالث

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث :

ولتحقيق اهداف البحث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته مشكلة البحث .

2-3 مجتمع البحث وعينته :

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية المعارف الجامعة الاهلية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ، والبالغ عددهم (130) طالب للعام الدراسي (2020-2021) وقد اختارت الباحثة (10) طلاب بالطريقة العشوائية المنتظمة عن طريق القرعة لجراء التجربة الاستطلاعية وتم استبعادهم من عينة البحث الأصلي . وتم اختيار (40) طالب بالطريقة العشوائية لجراء التجربة الرئيسية وقد بلغت نسبة عينة البحث من المجتمع الأصلي 30.76.

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- 1- الأدوات والمراجع العربية
- 2- المقابلات الشخصية
- 3- الاختبارات
- 4- الملاحظة
- 5- استمارة استطلاع اراء الخبراء
- 6- استمارة تسجيل البيانات وتفرغها
- 7- ملعب كرة الطائرة
- 8- كرات طائرة قانونية عددها (20) كرات
- 9- جهاز لابتوب.
- 10- قائما وثب عالي.

3-4 مقياس التدفق النفسي : بعد اطلاع الباحثة على المصادر والمراجع العلمية قامت بتحديد مقياس التدفق النفسي وبعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان صلاحية المقياس وجمع البيانات اسفرت النتائج على اتفاق الخبراء على صلاحية المقياس بنسبة 90%.

ويتكون المقياس من (20) فقرة موزعه على أربعة مجالات متساوية في عدد فقراتها وهي (الأهداف الواضحة والاندماج والتركيز وفقدان الشعور بالوقت والوعي بالذات وتغذية

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينة حسن امر

راجعة وفورية) ولكل منها خمسة بدائل هي (تنطبق علي تماما، غالبا، أحيانا، نادرا، ولاتنطبق علي ابدأ) تعطى الأوزان (1-2-3-4-5) للفقرات الإيجابية وبالعكس للفقرات السلبية وبذلك فإن أعلى درجة كلية للمقياس هي (100) درجة وأدنى درجة هي (20) والمتوسط النظري للمقياس هو (60) درجة كما في الملحق (1)

3-5 تحديد الاختبارات المهارية :

بعد اطلاع الباحثة على العديد من المصادر والمراجع العلمية للاختبارات المهارية بالكرة الطائرة قامت الباحثة بتحديد مجموعة من الاختبارات وبواقع اختبارين للمهارة الواحدة ، اذ تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين لغرض تحديد صلاحية الاختبارات لعينة البحث وبعد جمع البيانات تم اختيار الاختبارات التي حصلت على نسبة اتفاق 85% فما فوق واسفر العمل عن قبول اختبارين بواقع اختبار لكل مهارة .

3-5-1 اختبار الاعداد من الأعلى بالأصابع 1:-

الهدف من الاختبار: قياس مهارة الاعداد الامامي من فوق الرأس.
الادوات: ملعب كرة طائرة بشبكة ذات ارتفاع قانوني، كرات طائرة، قائما وثب عالٍ بارتفاع نصفي دائرتين مشتركتين في المركز (المركز في منتصف خط المنتصف) بحيث يكون نصف قطر الدائرة الكبيرة (180سم) ونصف قطر الدائرة الداخلية (60سم). ويوضع قائما الوثب العالي على خط واحد مواز للشبكة وعلى بعد 240سم من خط المنتصف، والمسافة بين القائمين (3م)، ويشير الحبل على القائمين بارتفاع (240 سم) عن الأرض. مكان وقوف المدرس (Δ) كما مبين في الشكل (3) امام القائمين وظهره جهة الشبكة، اما مكان وقوف المختبر (\times) فيكون على بعد (280سم) من خط المنتصف وكذلك (240سم) من القائمين على ان يكون مواجه للشبكة ، شكل (1) .

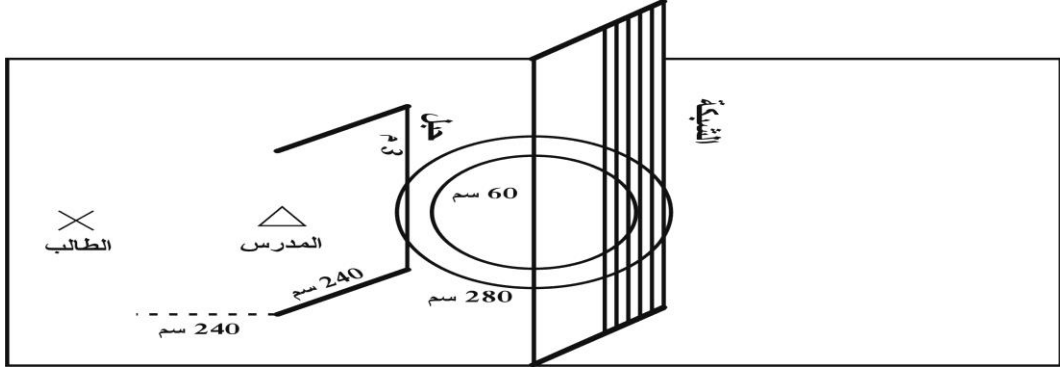
مواصفات الاداء: يقف المدرس (Δ) في المكان المحدد له امام القائمين والى الجانب قليلا ممسكا بالكرة وعليه ان يرمي الكرة (بطريقة التصويب المتبعة في كرة السلة) إلى الطالب (\times) والذي يكون واقفا في مكانه ومواجه للمدرب عند وصول الكرة للاعب عليه ان يقوم بتمريرها من أعلى بالأصابع بحيث تمر الكرة فوق الحبل لتسقط في احد نصفي الدائرتين (بين القائمين والشبكة) ويكرر ذلك عشر مرات.

التسجيل:

1. أي خطأ من المختبر في الاداء تحسب المحاولة ويحصل منها على صفر.
 2. يحصل المختبر على (10) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الصغرى.
 - يحصل المختبر على (5) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الكبرى.
 - يحصل المختبر على درجتين إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة خارج الدائرتين ولكن داخل نصف الملعب الذي يؤدي فيه الاختبار.
 - فيما عدا ما سبق يحصل المختبر على صفر في المحاولة.
 3. الدرجة النهائية تمثل مجموع درجات المختبر على الاختبار في محاولاته العشر.
- الدرجة العظمى:** (100) درجة.

¹ عبدالله عبد الرحمن الكندري ، محمد عبد الدايم ؛ مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط2: (في الكويت ، مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع 1999) ص191

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينة حسن امر



شكل (1) يوضح اختبار مهارة الاعداد من الاعلى بالاصابع

3-5-2 اختبار إستقبال الإرسال¹:-

الهدف من الاختبار: قياس مهارة إستقبال الإرسال.

الادوات:

1. ملعب كرة طائرة قانوني وشبكة بارتفاع قانوني للرجال.
2. ترسم دائرتان (أ،ب) في ركني الملعب بحيث تكون المسافة بين مركز الدائرة وخط الجانب (1.5 م) في حين تكون المسافة بين مركزها وخط النهاية (3م). ويكون قطر الدائرة (1 م).
3. تقسم منطقة الهجوم إلى ثلاث مناطق متساوية (1،2،3) وبمسافة (3×3م) ، شكل (2) مواصفات الاداء: يقف المختبر داخل الدائرة (أ) وهو مواجه للشبكة وعلى المدرس إرسال الكرة اليه وهو في ذلك المكان ليقوم باستقبالها المختبر ويوجهها إلى داخل المنطقة (1) لخمس كرات مرسلة وهكذا الامر في الكرات الخمس التالية، بحيث توجه إلى المنطقة (2) وكذلك خمس كرات توجه إلى المنطقة (3)، يكرر العمل نفسه وبعده المحاولات نفسها من الدائرة (ب).

الشروط :

1. لكل مختبر (15) محاولة من الدائرة (أ) و (15) محاولة اخرى من داخل الدائرة (ب).
2. يستخدم في جميع المحاولات الاستقبال باليدين من الاسفل.
3. تلغى المحاولة التي يتم إرسال الكرة فيها من المدرس إلى المختبر بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة التي يقف فيها المختبر.
4. يجب الالتزام بتسلسل المحاولات بحيث تكون:
أ. من الدائرة (أ).

- ❖ خمس محاولات للمنطقة (1).
- ❖ خمس محاولات للمنطقة (2).
- ❖ خمس محاولات للمنطقة (3).

ب. من الدائرة (ب).

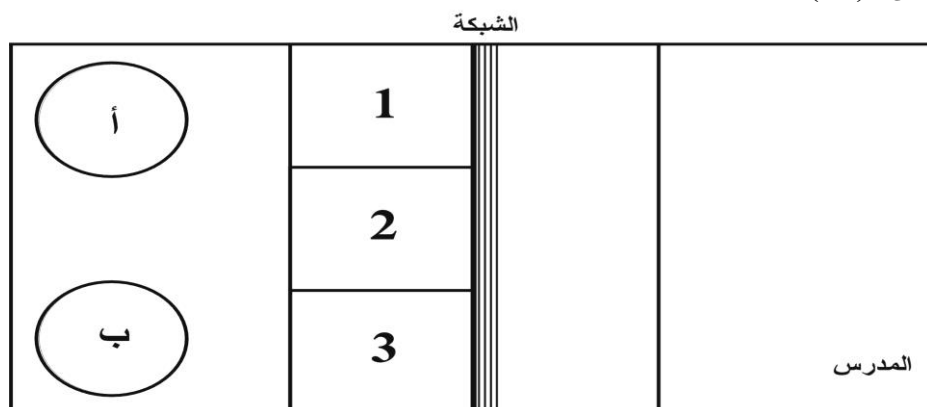
- ❖ خمس محاولات للمنطقة (1)
- ❖ خمس محاولات للمنطقة (2).
- ❖ خمس محاولات للمنطقة (3).

التسجيل: يسجل للمختبر مجموع النقاط التي يحصل عليها من المحاولات الثلاثين الممنوحة له (15) محاولة من كل دائرة وفقا للاسلوب التالي:

¹ حسين ، محمد عبد الهادي ؛ الذكاء-العاطفي وديناميت قوة التعلم الاجتماعي ، (دار الكتاب الجامعي ، العين ، 2007)ص252

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينة حسن امر

- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة يمنح المختبر (ثلاث درجات).
 - سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل المنطقة المجاورة يمنح المختبر (درجتان).
 - سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل الملعب يحصل المختبر على (درجة واحدة).
 - فيما عدا ما سبق يحصل المختبر على (صفر).
- الدرجة العظمى: (90) درجة



شكل (2) يوضح اختبار مهارة الاستقبال باليدين من الأسفل

3-6 التجربة الاستطلاعية :

من الإجراءات المهمة التي يوصي بها خبراء البحث العلمي اجراء التجربة الاستطلاعية لغرض الحصول على نتائج دقيقة موثوق بها ، وكذلك لمعرفة العوائق والصعوبات التي ممكن ان تواجه الباحثة خلال أداء التجربة الرئيسية اذ قامت الباحثة باجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (10) طلاب وكان الهدف من هذه التجربة للتحقق من مدى صلاحية الاختبارات لافراد عينة البحث وكذلك للتحقق من كفاءة فريق العمل المساعد والأدوات المستعملة والتأكد من المعاملات العلمية للاختبارات المستعملة والوقوف على اهم المعوقات التي قد تواجه الباحثة خلال سير العمل في كتابة البحث .

ثبات المقياس:

ولكي يتم التأكد من ثبات المقياس تم حساب معامل الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ لمجالات مقياس التدفق النفسي وهي اربعة مجالات اذ تراوحت قيمتها بين (0.80) و(0.92)

3-7 الأساس العلمية:

3-7-1 معامل الصدق

للتحقق من قدرة الاختبارات والمقياس على قياس الصفة التي وضع القياس لها ، استعملت الباحثة صدق المحتوى ، وذلك بعرض استمارة استبانة لاستطلاع آراء الخبراء حول صلاحية الاختبارات وصلاحية مقياس التدفق النفسي لعينة البحث ، واسفرت النتائج عن اتفاق الخبراء بنسبة (85%) على الاختبار ونسبة 90% على المقياس وهذه النسب تعد مؤشر عالي للصدق

3-7-2 معامل الثبات

لغرض التحقق من الثبات قامت الباحثة بإعادة الاختبارات بتاريخ 2021/3/11 المصادف يوم الخميس على نفس العينة الاستطلاعية اذ لم تتجاوز مدة الإعادة (7) أيام وقامت الباحثة باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين نتائج الاختبارين واسفرت النتائج ان جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية . كما مبين بالجدول (1)

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينة حسن امر

3-7-3 معامل الموضوعية

التأكد من الموضوعية للاختبارات المستعملة بالبحث قامت الباحثة باعتماد درجات محكمين اثنين* اثناء إعادة الاختبار ، اذ استعملت معامل ارتباط بيرسون بين درجات المحكمين لايجاد معامل الموضوعية وقد اسفرت النتائج ان جميع الاختبارات المستعملة تتمتع بدرجة عالية من الموضوعية كما مبين بالجدول (1)

جدول (1)

معامل الصدق والثبات والموضوعية

الاختبارات	معامل الصدق	معامل الثبات	الدلالة الاحصائية	معامل الموضوعية	الدلالة الاحصائية
الاعداد	89%	0.882	معنوي	0.926	معنوي
استقبال الارسال	87%	0.895	معنوي	0.914	معنوي

تصحيح المقياس: تم تصحيح المقياس من خلال الإجابة للمفحوص لكل فقراته حسب سلم ليكرت ثلاثي الذي يتضمن البدائل التالية غالباً: 3 درجات- أحياناً: درجتين- أحياناً : درجة واحدة) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة ، وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس بين (20-60) حيث كلما ارتفعت العلاقة على مؤشر ارتفاع مستوى النفسي لدى افراد العينة

8-3 الوسائل الإحصائية:

spss استخدمت الباحثة في معالجة البيانات الحقيقية الاحصائية

9-3 التجربة الرئيسية :

قامت الباحثة بتطبيق التجربة الرئيسية على عينة قوامها 40 طالب بتاريخ 2021/1/15 وبمساعدة فريق العمل المساعد ، حيث تم تطبيق المقياس على العينة الساعة التاسعة صباحاً في القاعات النظرية وبعدها تم تنفيذ الاختبارات المهارية في ملعب الكرة الطائرة وقبل البد بتنفيذ الاختبارات المهارية قام افراد العينة باجراء الاحماء بمساعدة فريق العمل المساعد وتم تدوين البيانات باستمارات جماعية اعدت لهذا الغرض وتم جمع البيانات لاجراء المعالجات الإحصائية عليها .

4- عرض ومناقشة نتائج البحث

1-4 عرض وتحليل نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات المبحوثة

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
التدفق النفسي	81.52	81	6.163	0.253
مهارة الاعداد	62.57	0.63	7.438	0.173-
مهارة استقبال الارسال	44.64	44	6.856	0.280

يبين جدول (2) ان نتائج الاختبارات حققت توزيعاً طبيعياً وهذا ما اشار اليه مؤشر معامل الالتواء اذ تراوحت قيمته بين (0.173 - 0.280) وهذه القيم انحصرت بين + - 1 ولجميع المتغيرات المبحوثة وهذا يؤشر حسن توزيع افراد عينة البحث .

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينته حسن امر

2-4 عرض وتحليل ومناقشة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس التدفق النفسي.

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس التدفق النفسي لأفراد عينة البحث

المتغيرات	الوسط الفرضي	س-	ع	قيمة ت المحسوبة*	sig	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	60	81.52	6.163	22.094	0.000	معنوي

sig 0.05 \geq معنوي اذا كانت *

يبين جدول (3) قيمة ت المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس التدفق النفسي اذ بلغت قيمة ت المحسوبة (22.04) بمستوى دلالة 0.00 وهو اقل من 0.05 وهذا يشير الى وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث بمعنى ان عينة البحث تتمتع بدرجة من التدفق النفسي وتعزو الباحثة هذه الفروق الى ممارسة الألعاب الفردية المختلفة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة اذ ان اغلب المواد الدراسية فيها تدرس بشكل عملي وتطبيقي وان أداء مهارات هذه الألعاب وتطبيقها وتعلمها يتطلب التركيز والمثابرة اذ ان الألعاب التي يمارسها طلبة الكلية تكون ممتعة عندما يتمشى مستوى المهارة مع مستوى التحدي وكذلك عندما يتفاعل الفرد مع ممارسة النشاط وتنسوى التحديات مع الأداء المهاري سوف تتكون خبرة متدفقة وهنا تظهر أهمية التدفق النفسي في الأداء من خلال الاندماج التام بالنشاط والاستعداد والتركيز في النشاط مما يجعل المتعلم يصل الى الإحساس بالنجاح، (4:145) ومن اجل الدخول في حالة التدفق النفسي تتطلب تركيز الانتباه على العمل او النشاط الذي يقوم به الفرد ، لان جوهر التدفق هو حالة من التركيز العالي وعندما يبدأ التركيز فان العملية تسير في مسارين الأول يتكفل بتقديم الراحة او الحفظ من الاضطرابات الانفعالية ، اما الثاني فيسهل القيام بالعمل دون مجهود كبير ، كما يمكن الدخول في حالة التدفق عندما تكون الاعمال التي يقوم بها الفرد تتناسب وحجم قدرات الفرد فعندئذ يمكن حدوث التدفق

3-4 عرض وتحليل ومناقشة علاقات الارتباط

جدول (4)

يبين قيم الارتباط بين التدفق النفسي وأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة

المتغيرات	قيمة ر مع التدفق النفسي*	sig	الدلالة الإحصائية
مهارة الاعداد	0.656	0.000	معنوي
مهارة استقبال الارسال	0.583	0.000	معنوي

sig 0.05 \geq معنوي اذا كانت *

يبين جدول (4) قيم معامل الارتباط بين التدفق النفسي وأداء مهارة الاعداد ، اذ بلغت قيمة معامل الارتباط 0.656 وبلغت قيمة 0.000 وهي اقل من 0.05 وهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوية وطرديّة بين التدفق النفسي وأداء مهارة الاعداد ، كما يبين الجدول (4) في معامل الارتباط بين التدفق وأداء مهارة استقبال الارسال اذ بلغت 0.583 وبلغت قيمة 0.000 وهي اقل من 0.05 وهذا يعني وجود فروق معنوية بين التدفق النفسي وأداء مهارة استقبال الارسال اذ بلغت 0.583 وبلغت

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينته حسن امر

قيمة 0.000 وهي اقل من 0.05 وهذا يعني وجود فروق معنوية بين التدفق النفسي وأداء مهارة استقبال الارسال وهذه العلاقة تشير ان امتلاك الطالب للتدفق النفسي له دور إيجابي في أداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة بمعنى ان الزيادة في درجة التدفق النفسي تنعكس إيجابيا على أداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال . وترى الباحثة ان أداء الطلاب لمهارتي الاعداد واستقبال الارسال يتطلب مستوى عال من التدفق النفسي حيث ان هذا الأداء يعد موفق تحدي يسعى الطالب عندها الى تحصيل اكبر قدر من المعرفة وبذل أقصى جهد بغية الوصول الى افضل أداء وهو بهذا يحتاج الى التدفق النفسي ، كما ترى الباحثة ان تعلم هذه المهارات يعتمد على القدرات العقلية التي يمتلكها الطالب وكذلك قدراته البدنية وتوظيف طاقاته النفسية والوصول الى الانتباه والتركيز اثناء الأداء وبالتالي فان هذه العملية تجعل الطالب بحالة من التفاعل والاندماج مع المهمة المطلوبة والمتمثلة بالاداء المهاري وتفاعله هذا يجعله منغمر طيلة الوقت مع المهمة لتحقيق الهدف المتمثل بتعلم المهارة .

1-5 الاستنتاجات:

- 1- يمتلك افراد عينة البحث تدفق نفسي .
- 2- ان التدفق النفسي له دور ايجابي ومهم في أداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة.

2-5 التوصيات:

- 1- توصي الباحثة بتوجيه اهتمام المدرسين بالتدفق النفسي كحالة إيجابية من الممكن ان تستغل في عملية التعلم من خلال تهيئة الظروف البيئية المناسبة للتعلم لكي تساعد المتعلمون على استغلال جميع طاقاتهم التي يمتلكونها
- 2-توسيع نطاق البحث لفئات عمرية أخرى ومهارات أخرى

المصادر:

- 1- Csikszentmihaly (1996); creativity:flow and the psychology of discovery and invention : New york : Harper perenni
- 2- Afra Ibrahim, Khalil Al-Obaidi; Psychological flow among university students in the light of the variable of gender and academic specialization (Al-Ustad Magazine, Special Issue of the Fourth Scientific Conference, 2016)
- 3- Abdullah Abdul-Rahman Al-Kandari, Muhammad Abdul-Dayem; Introduction to Scientific Research Methods in Education and Human Sciences, 2nd Edition: (In Kuwait, Al-Falah Press for Publishing and Distribution 1999)
- 4- Hussein, Muhammad Abd al-Hadi; Emotional intelligence and the dynamism of social learning power, (Al-Kitab University House, Al-Ain, 2007)

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة
الباحثة زينة حسن امر

الملاحق: الملحق (1)

مقياس التدفق النفسي الأول

الأهداف الواضحة : اهداف واضحة قابلة للانجاز في ضوء قدرات ومهارات الفرد

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اشعر ان الخطوات لانجاز أي مهمة تعطي لي واضحة.			
2	أرى ان النشاط الذي اكلف به ليس فيه تفاصيل واضحة			
3	لدي القدرة على انجاز الواجبات التي اكلف بها باتقان			
4	أحاول اقتراح بعض الحلول التي تساعد الآخرين على انجاز اعمالهم			
5	اشعر بالارتياح عندما يكلفني الآخرون لانجاز عمل ما			

الاندماج والتركيز: اندماج الشخص وتركيزه في نشاط معين وانغماسه التام فيه

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اندماج بالمهمة المكلف بها واكاد لارى سواها			
2	اركز على تفاصيل النشاط الذي انا فيه			
3	ارتب خطوات انجاز العمل حسب اهميته			
4	المهمة التي أقوم بها تبعثني عن سلوك الآخرين من حولي			
5	اجد نفسي منسجما بإنجاز المهمة المكلف بها			

الشعور بالوقت والوعي بالذات : الإحساس بسرعة الوقت وعدم الانتباه الى المتطلبات الذاتية

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اشعر ان الوقت يمضي سريعا وانا انجز المهمة التي اكلف بها			
2	لا انتبه الى اشباع حاجاتي الشخصية عندما أكون منهمكا في انجاز نشاط ما			
3	الوقت ممتع اثناء أداء المهمة المكلف بها			
4	اكاد انسى نفسي اثناء قيامي بعمل ما			
5	اجد نفسي منسجما بإنجاز المهمة المكلف بها			

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة
الباحثة زينة حسن امر

تغذية راجعة وفورية وضوح النجاح والفشل وتعديل الفرد لافعاله تبعا لذلك

ت	الفقرات	صالحة	غيرصالحة	التعديل المقترح
1	لدي القدرة لتعديل خطواتي لتحقيق اهداف المهمة			
2	الفشل يراودني قبل القيام بأي مهمة اكلف بها			
3	اشعر بالارتياح عندما أرى نفسي اسير بالاتجاه الصحيح في انجاز أي نشاط ما			
4	انتقاد الاخرين لعملي يربك انجازي للمهمة			
5	احساسي بنجاح الخطوة الأولى لانجاز المهمة تحفزني الى خطوات أخرى أكثر إيجابية			

التدفق النفسي وعلاقته بأداء مهارتي الاعداد واستقبال الارسال بالكرة الطائرة الباحثة زينته حسن امر

Abstract:

Psychological flow and its relationship to the performance of the skills of preparing and receiving volleyball

. Where the concept of psychological flow is one of the positive concepts, and in the sports side it has important dimensions, as it activates scientific interest in psychology and makes the behavioral construction of the sports personality so that it enables the player to face the difficulties in learning and since the volleyball game is one of the games that are characterized by difficult and changing situations, both during the learning process. Or play and these situations have a great impact on the behavior of the individual and therefore sports

confidence is also one of the most important psychological phenomena, which is considered one of the main psychological features of the learner. Factors, the most prominent of which is the state of psychological flow, the researcher shed light on psychological flow by trying to find out the relationship between psychological flow and the performance of the skills of preparation and reception of the volleyball dispatch, as the psychological flow needs a person to exploit all his positive energies and that the effectiveness of the individual remains coexistent in the experience of psychological flow. Until it reaches the status of completion, no matter how long the period of time. Research objectives: The research aims to:

Identify the correlational relationship between psychological flow and the performance of volleyball preparation skill in the research sample.

Identify the correlation between psychological flow and performance of the volleyball dispatch reception skill for the research sample.

The two research hypotheses:

Identifying a statistically significant correlation between psychological flow and the performance of volleyball numbers for the research sample.

Identifying a statistically significant correlation between psychological flow and the performance of the volleyball dispatch reception skill in the research sample.

Keyword:

Psychological , preparation and receiving transmissions ,volleyball Students flow