



علاقة الخجل بدقة أداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي

م.م علياء حسين فرحان

aliaarr@gmail.com

مستخلص البحث

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الخجل ، ومستوى أداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة ، والتعرف على علاقة الخجل بأداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي ، واستخدمت الباحثة منهج البحث الوصفي بالأسلوب الارتباطي على عينة من طالبات الصف الرابع العلمي من إعدادية الحريري للبنات البالغ عددهن (21) طالبة من المتعلمات لمهارات الكرة الطائرة تم اختيارهن عشوائياً، كما تم اختيار (20) طالبة لإجراء الاسس والمعاملات العلمية لمقياس الخجل والتي تمثلت بالاتساق الداخلي والثبات بعد تعديل بدائله إلى خمسة بدلاً من أربعة باتفاق الخبراء بالصدق الظاهري وتحديد مهارات الارسل والاستقبال وحائط الصد بالكرة الطائرة ، وتم إجراء الدراسة المسحية للمدة من 2016/4/4 يوم الاثنين ولغاية 2016/5/4 يوم الاربعاء بتطبيق المقياس والاختبارات المهارية الثلاثة ، واستنتجت الباحثة أن طالبات الرابع العلمي لديهن خجل واضح وضعف في أداء المهارات الثلاث بالكرة الطائرة ، وكلما زاد الخجل كلما أثر سلباً على أداء مهارات الارسل والاستقبال وحائط الصد بالكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية:- علم النفس -دقة اداء

The relationship of shame the performance of some of the technical skills volleyball to female fourth grade

Scientific

Abstract

The aim of the study to identify the level of shame, and the level of performance of some of the technical skills volleyball, and linked to shame the performance of some of the technical skills volleyball to female fourth grade scientific and used the researcher research approach descriptive Carlit style on a sample of the female fourth grade the scientific Hariri junior girls of (21), a student of educated women and skills to volleyball were interviewed at random, was also selected (20) a student for the foundations of scientific transactions on the shame of which the internal consistency and stability after the amendment of the alternatives to five instead of four experts agreement virtual obscured the identification of skills of transceiver wall of repugnancy volleyball, a survey for the duration of the 4/4/2016 Until 4/5/2016 The application of the gauge skill tests three, the researcher concluded that female scientific fourth have clear shame and weakness in the performance of the three skills volleyball, the greater the shame whenever the impact negatively on the performance of the skills of transceiver fender wall and volleyball

Keywords:-psychology—precision performance



1 : التعريف بالبحث :-

1-1: مقدمة البحث وأهميته :-

يختلف سائر الناس فيما بينهم من حيث طبائعهم وأمزجتهم منهم من هو منطوي والصريح والخجول وكل له طبعه الخاص به في الحياة , ويختلفون في مدى حساسيتهم التي يتعرضون لها من بعض التعثرات في بداية حياتهم ولكن اذ ازدادت واخذت شكل الانطواء والعزلة عن الحياة الاجتماعية فأنهم قد يحتاجون الى اخصائي نفسي يساعدهم على مواجهة نوع الخجل الذي اصبح مشكلة لدى اغلب الطالبات ومن هذا المنطلق نرى الخجل عامل اساسي في سلوك الفرد وسلوك الرياضيين وانجازاتهم بصورة خاصة ولكون ان الهدف من التربية الرياضية هو لتحقيق جميع النواحي النفسية والعقلية والبدنية و المهارية , وفي هذا المجال نجد ان الطالبات اللاتي يمارسن النشاطات الرياضية هن اكثر تعرضاً للخجل مهما اكتسبن من قدرات بدنية ومهارية وجسمية . ويعرف الخجل(وهو نوع من انواع القلق الاجتماعي الذي يؤدي الى حدوث مشاعر متنوعة تتراوح ما بين القلق والتوتر البسيط الى مشاعر الرعب وهلع واضحة)(1:13)

وان الخجل بالنسبة لهن من اكثر السمات التي لها علاقة وثيقة باتجاهين وأظهر قدراتهن لتحقيق اهدافهن , وعليها تتميز لعبة الكرة الطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة اذا يتم الانتقال من الهجوم الى الدفاع وبالعكس بسرعة عالية مما يتطلب الاداء والدقة العالية للاعدادا بدنيا ومهاريا وخطبيا ونفسيا يمكن اللاعبين من السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الامثل اذا أن طبيعية الاداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالايقاع السريع ويحتاج فيها اللاعب الى عدم الخجل من اداء المهارات المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عالي من الدقة في الاداء لذا يفترض على اللاعبين التكيف والاستعداد لتلك المواقف منها امتلاك اللاعبين الى قدرات بدنية ومهارية وعقلية منها الاسترجاع والتطبيق في اللعب . وعليه يعد الخجل واحد من اهم السمات الشخصية التي يتمتع بها الانسان بشكل عام ولكل الافراد إلا أنه يختلف من شخص لآخر تبعاً للفروق الفردية بين الناس ومن خلال خبرة الباحثة كونها تدريسية لمادة الكرة الطائرة لاحظت ان للشخص بعض النواحي الضعيفة لدى الطالبات في اداء المهارات وتعزو الباحثة السبب في هذا الضعف الى وجود علاقة بين سمة الخجل لدى الطالبات مع ضعف ادائهن للمهارات بدقة لذلك ارتأت الباحثة تسليط الضوء على هذه المشكلة من خلال محاولة علمية حادة بهذا البحث للتعرف على تلك العلاقة ومحاولة ايجاد الحلول الملائمة لهذه المشكلة

1-2: أهداف البحث :-

- 1- التعرف على مستوى الخجل لدى طالبات الصف الرابع العلمي .
- 2- التعرف على مستوى أداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي .
- 3- التعرف على علاقة الخجل بأداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي .

1-3: فرض البحث :-

- 1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين الخجل وأداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي .

1-4: مجالات البحث :-

- 1-4-1: المجال البشري :- عينة من طالبات الصف الرابع العلمي من إعدادية الحريري للبنات .
- 1-4-2: المجال الزمني :المدة الممتدة من 2016/4/4يوم الاثنين ولغاية 2016/5/4يوم الاربعاء
- 1-4-3: المجال المكاني :- ملعب ساحة إعدادية الحريري للبنات/ الرصافة/بغداد/العراق.



2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

1-2 : منهج البحث :-

أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي (Descriptive Research) بطريقة المسح والذي يُعرف بأنه "البحث الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها ، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار وحجم الظاهرة". (74:2).

كما حددت مشكلة البحث نوع المنهج الوصفي بالإرتباطي ويُعرف منهج الإرتباط بأنه "المنهج الذي يقوم على دراسة العلاقة بين متغيرات تكون في موقف عادي يمارس فيه أفراد عينة البحث للعب أو خبرة معينة أو يكونوا في الحالة التي يود دراستها" (99:3)

2-2 : مجتمع البحث وعينته :-

تحدد مجتمع البحث بطالبات الصف الرابع العلمي في إعدادية الحريري للبنات البالغ عددهن الكلي (99) طالبة موزعات على ثلاث شعب تم اختيار شعبة (ب) منهن عشوائياً لتكون عينة الدراسة والبالغ عددهن فيها (27) طالبة تم أستبعاد (6) طالبات بسبب الرسوب والغياب المتكرر وبذلك اصبح مجموع عينة الدراسة (21) طالبة بنسبة (77.777 %) من المجتمع الأصل ، كما تم اختيار (20) طالبة عشواياً من الشعبة (أ) عشواياً كعينة إستطلاعية ولإجراء الأسس والمعاملات العلمية لمقياس الخجل ، وكان سبب اختيار هذه العينة الكلية لكونها تخدم أغرض الدراسة ، ولضمان تواجدهم فضلاً عن عدم تطبيق بحوث مُماثلة أخرى في هذه المدة .

إذ يذكر صلاح الدين محمود علام " إن العشوائية (Randomness) في إنتقاء العينات لا تعني العرضية أو العفوية ، وإنما تتحقق بال العناية التامة بتصميم أساليب المعاينات " . (19:4)

3-2: أدوات البحث ووسائله :-

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات العالمية (الإنترنت).
- المقابلات الشخصية.
- أستبانة لإستطلاع آراء الخبراء والمتخصصين العراقيين.
- الاختبارات المهارية الثلاثة .
- مقياس الخجل .
- فريق العمل المُساعد .
- أستمارات لتفريغ بيانات نتائج الاختبارات والمقياس .
- ملعب كرة طائرة قانوني .
- كرات طائرة قانونية نوع ميكاسا عدد (4) .
- شريط لاصق ملون بعرض (5) سم .



4-2: إجراءات البحث الميدانية :-

1-4-2: تحديد متغيرات الدراسة واختباراتها :-

بما يتلائم مع ما ورد في مشكلة البحث عمدت الباحثة إلى تحديد متغيرات البحث المتمثلة بالخلج والمهارات الفنية الثلاث بالكرة الطائرة (الإرسال ، الإستقبال ، حائط الصد) ، ولأجل أن تُعتمد موضوعية البيانات لكل من المتغيرات المبحوثة المذكورة عمدت الباحثة إلى استخدام طريقة تحليل المحتوى لبعض الدراسات ومصادر القياس والتقويم في مجال علم النفس العام واختبارات الكرة الطائرة ، وتم تحديد المقياس والاختبارات التالية :-

2-4-2: مواصفات المقياس والاختبارات :-

1- مقياس الخجل :- يتكون المقياس من (35) فقرة بأتجاهين سلبي وإيجابي بحسب مضمون الفقرة وبأربعة بدائل هي (غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) ، وبمفتاح تصحيح متدرج (4-1) وحسب أتجاه الفقرات ، وبدرجة كلية للمقياس (35-140) ، (ملحق 1) . (12:5)

1- إختبار الإرسال إلى ملعب مُقسم إلى اربع مناطق – الدرجة العظمى (40) (ملحق 2) . (163:6)

2- إختبار مهارة الإستقبال من الأسفل - الدرجة العظمى (90) (ملحق 3) . (54:7)

3- إختبار حائط الصد خلال (10) ثا - الدرجة العظمى (أكثر عدد مرات صحية خلال (10) ثا) (ملحق 3) . (119:8)

3-4-2 : الأسس والمعاملات العلمية لمقياس الخجل :-

لكي يكون المقياس ملائماً مع خصائص العينة المستهدفه عمدت الباحثة إلى إجراء الأسس والمعاملات العلمية له وعلى وفق ما يلي :-

أولاً : صدق مقياس الخجل :-

أعتمدت الباحثة الصدق الظاهري (Face Validity) وذلك بتضمين مقياس الخجل باستبانته استطلاع رأي الخبراء والمتخصصين العراقيين عن تعليماته ومضمون فقراته وبدائلها ومفتاح تصحيحه ، وأنفقوا بنسبة أكبر من (80%) بإجراء تعديل بالبدائل الأربعة لتكون خمسة بدائل (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) بمفتاح تصحيح من (5-1) بحسب أتجاه الفقرة وبدرجة كلية للمقياس (35-175) ولم يجر اي تعديل على مضمون الفقرات أو حذفها أو دمجها ، وهذا الإجراء ألزم الباحثة بإجراء الإتساق الداخلي وذلك لأختلاف درجة وزن كل فقرة .

ثانياً الإتساق الداخلي لمقياس الخجل :-

تم التحقق من الصدق التكويني بإيجاد الإتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيق صورته بعد تعديله من قبل الخبراء على عينة التحليل الإحصائي البالغة (20) طالبة ، وذلك بحساب معامل الارتباط البسيط (Person) لوزن كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس وكما مبين في الجدول (1) :-



جدول (1)
بُيّن الإتساق الداخلي لمقياس الخجل

ت	(ر) بين وزن الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	درجة (Sig)	الدلالة	ت	(ر) بين وزن الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	درجة (Sig)	الدلالة
11	0.431	0.001	مقبولة	11	0.639	0.000	مقبولة
12	0.647	0.000	مقبولة	12	0.743	0.000	مقبولة
13	0.412	0.001	مقبولة	13	0.452	0.001	مقبولة
14	0.729	0.000	مقبولة	14	0.507	0.000	مقبولة
15	0.731	0.000	مقبولة	15	0.657	0.000	مقبولة
16	0.733	0.000	مقبولة	16	0.503	0.000	مقبولة
17	0.592	0.000	مقبولة	17	0.691	0.000	مقبولة
18	0.588	0.000	مقبولة	18	0.559	0.000	مقبولة
19	0.437	0.002	مقبولة	19	0.832	0.000	مقبولة
20	0.666	0.000	مقبولة	20	0.742	0.000	مقبولة

ن = 20 درجة الحرية (18) مستوى الدلالة (0.05)

ت	(ر) بين وزن الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	درجة (Sig)	الدلالة	ت	(ر) بين وزن الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	درجة (Sig)	الدلالة
29	0.694	0.000	مقبولة	29	0.772	0.000	مقبولة
30	0.713	0.000	مقبولة	30	0.591	0.000	مقبولة
31	0.655	0.000	مقبولة	31	0.780	0.000	مقبولة
32	0.718	0.000	مقبولة	32	0.731	0.000	مقبولة
33	0.700	0.000	مقبولة	33	0.811	0.000	مقبولة
34	0.683	0.000	مقبولة	34	0.667	0.000	مقبولة
35	0.597	0.000	مقبولة	35	0.512	0.000	مقبولة
					0.647	0.000	مقبولة

ن = 20 درجة الحرية (18) مستوى الدلالة (0.05)

إذ يذكر وهيب مجيد " هنالك عدة معايير لقبول الفقرة بطريقة الإتساق الداخلي منها معيار (أبيل) إذا كان معامل الارتباط من (0.40) فأعلى تكون الفقرة جيدة جداً ومن (0.20) إلى (0.39) تكون الفقرة حدية وجيدة ولكنها تخضع للتعديل ، وأقل من (0.19) تكون ضعيفة وتحذف ، حتى وإن كان معامل الارتباط دال ، بينما معيار (ستالي وهوبكنز) يشير إلى أن قبول الفقرة يتحدد إذا كان معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية أعلى من (0.20)." (317:9)

ثالثاً : ثبات مقياس الخجل :-

تم التحقق من ثبات مقياس الخجل بطريقة التجزئة النصفية (Split Half Method) وذلك بأستخلاص درجات تطبيق صورة المقياس بالإجراء السابق وحساب معامل الارتباط فيما بين درجات نتائج جزئياً لمقياس بعد تجزئته ، إذ كان عدد الفقرات في جزئياً لمقياس غير متساوٍ ، وقد بلغ عدد الفقرات الفردية (18) فقرة ، والفقرات الزوجية (17) فقرة ، إذ يذكر صفوت فرج " لا يصلح هنا استخدام اي من معادلات الارتباط في



حالة عدم تساوي الجزأين ويمكن فقط استخدام معامل ارتباط (Horst) التي وضعت لمواجهة هذه الحالة الخاصة " ، إذ تم تطبيق الصورة المُدلة من المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغة (20) طالبة في يوم الأحد الموافق 2016/4/10، وتم استخدام معامل ارتباط هورست (Hurst) لحساب الثبات بين درجات جزئي المقياس والذي بلغت قيمته (0.897) وهي قيمة عالية ومقبولة .

رابعاً : موضوعية المقياس :-

لا توجد فقرات ذات إجابة مقالية مفتوحة في مقياس الخجل وكل فقراته هي محددة بخمسة بدائل لذا لا يمكن ان يختلف أثنان في تصحيحه وهو بذلك لا يتأثر بذاتيته المصحح وموضوعي .

2-4-4 : التجربة الإستطلاعية :-

تم إجراءها على العينة الإستطلاعية البالغة (20) طالبة في يوم الأحد الموافق 2016/4/10 ، بغية التعرف على المعوقات التي ستواجه الباحثة عند تنفيذ الدراسة المسحية في تطبيق مقياس الخجل والاختبارات المهارية الثلاثة ، ولم تواجه الباحثة أية معوقات تُذكر .

2-4-5 : تنفيذ الدراسة المسحية :-

تم تنفيذها فيأربعة أيام في المدة المحصورة بين (يوم الأحد الموافق 2016/4/17 لغاية يوم الأربعاء الموافق 2016/4/20) على العينة الرئيسة البالغة (21) طالبة متعلمة لمهارات الكرة الطائرة وبعد الانتهاء منها ، تم جمع البيانات لإجراء المعالجات الإحصائية فيما بعد .

2-5 : الوسائل الإحصائية :

تم استخدام نظام الحقيبة الإحصائية الأتجماعية (SPSS) الإصدار (V₂₄) ، (statistical package for social sciences) وتم ألياً حساب كل من قيم النسبة المئوية ، والوسط الحسابي ، والانحراف المعياري، والوسيط ، ومعامل ارتباط هورست (Hurst) ، ومعامل الإلتواء (person) ، ومعامل الارتباط البسيط (person) .

– الدرجة الكلية للمقياس = عدد الفقرات في المقياس × أعلى وزن في بدائل الفقرات

مجموع أوزان البدائل
الوسيط = $\frac{\text{مجموع أوزان البدائل}}{\text{عدد الفقرات}}$

3: عرض النتائج وتحليلها :-

جدول (1)
يبين المعالم الإحصائية للمتغيرات المبحوثة

القياس والاختبارات	ن	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الألتواء
مقياس الخجل	21	123.67	124	16.569	0.008
الإرسال	21	22.33	24	5.013	0.347-
الأستقبال	21	23	27	17.844	0.351
حائط الصد	21	4.38	4	2.179	0.030-

وحدة القياس (الدرجة) الوسط الفرضي لمقياس الخجل = 105



يُلاحظ من الجدول (1) يتبين أن الوسط الحسابي لعينة البحث في مقياس الخجل كان (123.67) ، والوسيط (124) ، والانحراف المعياري (16.569) ، وبلغت قيمة معامل الألتواء (0.008) وهي محددة بين (3±) مما يدل على التوزيع الطبيعي وعدم وجود قيم متطرفة ، وبمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي للمقياس البالغ (105) يتبين أنهم تعدى مستوى الخجل لديهم مستوى الوسط الفرضي .

أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبار الإرسال كان (22.33) ، والوسيط (24) ، والانحراف المعياري (5.013) ، وبلغ معامل الألتواء (-0.347) ، أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبار الأستقبال كان (23) ، والوسيط (27) ، والانحراف المعياري (17.844) ، وبلغ معامل الألتواء (0.351) ، أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبار حائط الصدر كان (4.38) ، والوسيط (4) ، والانحراف المعياري (2.179) ، وبلغ معامل الألتواء (-0.030) ،

ويلاحظ أن قيم معاملات الألتواء في الاختبارات المهارية الثلاثة كانت محصورة بين (3±) مما يدل على التوزيع الطبيعي لنتائج عينة البحث وعدم وجود قيم متطرفة .

ولغرض التعرف على استجابات عينة البحث على الفقرات تعرض الباحثة ذلك في الجدول (2) :-

جدول (2)

يبين استجابات عينة البحث عن فقرات مقياس الخجل

الأهمية النسبية	الوسط الحسابي المرجح	أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
40	2	14	1	1	2	3
44.762	2.238	8	7	1	3	2
52.381	2.619	6	5	5	1	4
97.143	4.857	0	0	0	3	18
40.952	2.048	7	9	3	1	1
52.381	2.619	6	6	1	6	2
38.095	1.905	8	9	3	0	1
100	5	0	0	0	0	21
97.143	4.857	0	1	0	0	20
93.333	4.667	1	0	1	1	18
95.238	4.762	0	0	1	3	17
39.048	1.952	9	8	1	2	1
44.762	2.238	10	3	3	3	2
39.048	1.952	13	2	2	2	2
94.286	4.714	0	0	1	4	16
94.286	4.714	0	0	3	0	18
96.19	4.81	1	0	0	0	20
33.333	1.667	16	1	1	1	2
92.381	4.619	0	0	4	0	17



93.333	4.667	1	0	1	1	18
39.048	1.952	13	2	2	2	2
41.905	2.095	12	2	3	1	3
44.762	2.238	9	5	2	3	2
42.857	2.143	12	2	2	2	3
43.81	2.19	10	5	0	4	2
31.429	1.571	10	10	1	0	0
95.238	4.762	1	0	0	1	19

د الطالبات= 21

الأهمية النسبية	الوسط الحسابي المرجح	أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
42.857	2.143	6	8	5	2	0
97.143	4.857	0	0	0	3	18
32.381	1.619	13	5	1	2	0
33.333	1.667	17	0	0	2	2
48.571	2.429	5	9	2	3	2
43.81	2.19	8	3	8	2	0
55.238	2.762	3	9	3	2	4
42	2.1	11	2	3	2	2

د الطالبات= 21

يتبين من الجدول (2) أن الفقرات (4) (اخجل من تصرفاتي او عاداتي بوجود الآخرين خلال النشاط) و (9) (احاول اخفاء نمط شخصيتي عن الآخرين) و (29) (اخجل من جسمي او جزء منه) ، حققت اعلى أهمية نسبية إذ بلغت (97.143) ، وأن الفقرة (26) (اخجل من اسلوب كلامي بتلعثم) ، حققت أقل أهمية نسبية من استجابات عينة البحث .

((وبذلك يتحقق للباحثة هدفي البحث الأول والثاني)) .

ولغرض التعرف على علاقة الخجل بأداء بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى طالبات تعرض الباحث نتائج ذلك في الجدول (3) :-



الجدول (3)

يبين معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات البحث

مقياس الخجل			حده القياس	الاختبارات
أتجاه العلاقة	الدلالة الإحصائية	درجة (Sig)		
عكسية	معنوية	0.008	0.587-	الإرسال
عكسية	معنوية	0.003	0.609-	الدرجة
عكسية	معنوية	0.000	0.777-	حائط الصد

ن = 21 مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (ن-2=19) الارتباط دال إذا كانت درجة (Sig) $\geq (0.05)$.

يتبين من الجدول (3) أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين نتائج مقياس الخجل ونتائج اختبار الإرسال بلغت (-0.587) وهي علاقة عكسية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.008)، أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين نتائج مقياس الخجل ونتائج اختبار الاستقبال بلغت (-0.609) وهي علاقة عكسية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.003)، أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين نتائج مقياس الخجل ونتائج اختبار حائط الصد بلغت (-0.777) وهي علاقة عكسية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.000).

3. مناقشة النتائج :-

يتبين من نتائج البحث أن عينة البحث من طالبات الصف الرابع العلمي كان لديهن خجل واضح بحسب النتائج في الجدول (1) وضعف في أداء مهارتي الاستقبال وحائط الصد وكذلك نتائج أداء مهارة الإرسال لم تكن متقدمه، وفي علاقة ارتباط الخجل بالمهارات المبحوثة الثلاث تتبين ان هنالك علاقة عكسية ومعنوية، وتعزو الباحثة ظهور هذه النتائج إلى أثر الخجل في تدهور الأداء المهاري بالكرة الطائرة ومن مراجعة الاستجابات لعينة البحث في الجدول (2) يتبين ان معظم الاسباب تعود للخجل السلوكي المتعلق بالخجل الجسمي الذي يُعد من معوقات ذلك الأداء. وأن النظريات المهمة بتفسير الخجل قد فسرت وجود هذه الظاهرة وفي هذه المرحلة العمرية.

4. الخاتمة :-

حيث استنتجت الباحثة مايلي :-

- 1- أن طالبات الصف الرابع العلمي لديهن خجل واضح.
- 2- وجود ضعف واضح بأداء المهارات الفنية الثلاث بالكرة الطائرة لدى طالبات الصف الرابع العلمي.
- 2- كلما زاد الخجل كلما أثر سلباً على أداء مهارات الإرسال والاستقبال وحائط الصد بالكرة الطائرة.

وأوصت ب :-

- 1- من الضروري تفعيل وحدات الإرشاد التربوي للحد من الخجل لدى طالبات الاعدادية.
- 2- إجراء دراسات على عينات أكبر ولفعاليات والعباب رياضية أخرى.



المصادر العربية والاجنبية :-

- (1) مصطفى غالب , القلق والخجل , (بيروت, مكتبة الهلال , 1986).
- (2) محمد خليل عباس وآخرون ؛ مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط 3 : عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2011.
- (3) فاطمة عوض صابر وميرفت علي خفاجة ؛ أسس ومبادئ البحث العلمي : الأسكندرية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، 2002 .
- (4) صلاح الدين محمود علام ؛ الأساليب الإحصائية الإستدلالية في تحليل البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية(البارامترية واللابارامترية) : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2010 .
- (5) محسوب عبد القادر, وممدوح كامل حساني, تأثير موضوع الخط واساليب العزو والخجل في التحصيل الاكاديمي لطلاب كلية الفنون الجميلة, دراسة باستخدام تحليل المسار, مجلة كلية التربية بالمنصورة, ج2, العدد8(المنصورة, 2005).
- (6) محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط2 : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997.
- (7) ولهان حميد هادي ؛ تأثير بعض أساليب التعلم في أداء مهارتي الإرسال وإستقبالها في الكرة الطائرة : أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000 .
- (8) نوري إبراهيم الشوك ؛ بعض المحددات الأساسية لثائني الكرة الطائرة في العراق بأعمار(14-16) سنة : اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1996 .
- (9) وهيب مجيد الكبيسي ؛ القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ؛ بيروت ، مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي ، 2010.
- (10) صفوت فرج ؛ القياس النفسي : القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 2012 .

ملحق (1)

يوضح مقياس الخجل

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
	الخجل الطبائعي					
1	اخجل من اي عادة م عاداتي الشخصية					
2	ينتابني القلق الإرباك من افكار الاخرين عن عاداتي الشخصية					
3	احاول التستر على اية عادة من عاداتي الشخصية					
4	اخجل من تصرفاتي او عاداتي بوجود الاخرين خلال النشاط					
5	اقلق من افكار الاخرين عند اداء عملي امامهم					
6	حالي المزاجية تجعلني اتجنب وأحاول الابتعاد عن الاخرين					
7	نمط شخصيتي تجعلني اخجل من اداء عملي					
8	ينتابني القلق من افكار الاخرين عن نمط شخصيتي					
9	احاول اخفاء نمط شخصيتي عن الاخرين					
10	عدم ثقتي ببعض قدراتي تجعلني اخجل من اداء الفعلية					



					11	ينتابني القلق من افكار الاخرين مقدرتي على عمل الاداء
					12	اتجنب الناس لعجزني على اداء الفعاليات
					13	اتجنب التحدث مع المسؤولين او الاكبر مني
					14	اخجل من طريقة المشي الخاصة بي
					15	اخجل من الاداء العملي امام زملائي من الذكور
					16	اشعر بالخجل والارتباك عندما يكلفني استاذي بقيادة مجموعة في مهمة ما
						الخجل السلوكي
					17	يلازمني الشعور بالخجل لأدائي شيئاً بطريقة خاطئة
					18	ينتابني القلق من افكار الاخرين عني لأدائي شيئاً بطريقة خاطئة
					19	احاول التستر على اشياء فعلتها وشعرت انها مخجلة
					20	اخجل لقولي شيئاً غير لائقاً عند أدائي الفعالية
					21	اقلق من افكار الاخرين عني لقولي شيئاً غير لائقاً
					22	اتجنب التواصل مع اي فرد يعرف انني ادبت أداءاً خاطئاً
					23	اخجل لفشلي في موقف قائم على المنافسة (موقف تنافسي)
					24	اقلق من افكار الاخرين عني لفشلي في موقف قائم على المنافسة
					25	اتجنب الاشخاص الذين يشعرونني بالجهل
					26	اخجل من اسلوب كلامي بتلعثم
					27	اشعر بالخجل عندما ينظر إلي الاخرين أثناء وجودي في اماكن عامة
					28	اخجل عندما اتجول وحدي والمكان مزدحم بالطلاب الخجل من النواحي الجسمية
					29	اخجل من جسمي او جزء منه
					30	اهتم بأراء الاخرين حول مظهري العام
					31	اتجنب النظر الى صورتني في المرآة
					32	اخفي او احجب جسمي او جزء منه
					33	اخجل من لون بشرتي
					34	اخجل من بدني عند ارتداء ملابس رياضية
					35	اشعر بالخجل والإرباك عند نظر الاخرين على بدني أثناء الاداء

ملحق (2)

يوضح اختبار الإرسال إلى ملعب مقسم (4) مناطق

الهدف من الاختبار: قياس تعلم مهارة الإرسال.
الادوات: ملعب مقسم إلى مساحات لكل منها رقما يعد مؤشرا عن قيمة النقط الخاصة بالمنطقة التابع لها الرقم (شكل 1)، ثلاث كرات طائرة.
وصف الاداء: يقف اللاعب المختبر في المنطقة المحددة لاداء الإرسال، ويقوم باداء الإرسال بطريقة قانونية لتعبير الشبكة في الملعب.
القواعد:

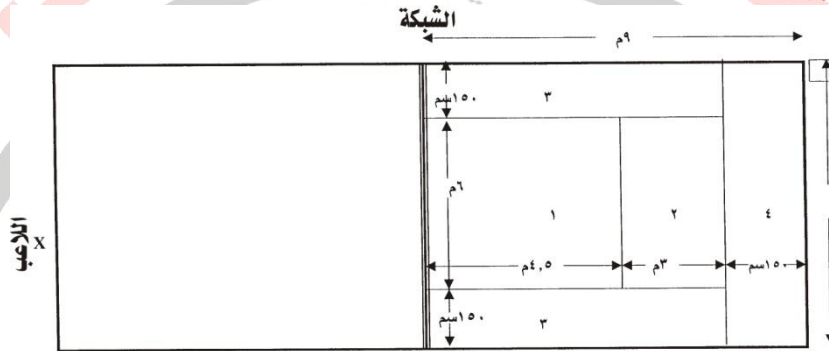
أ. يقوم الطالب باداء ثلاث محاولات إرسال للاحماء قبل البدء في الاختبار الفعلي.

ب. يؤدي الطالب (10 محاولات إرسال).

ج. أخطاء القدم واطفاء الشبكة تحتسب لها الدرجة (صفر).

التسجيل: تحتسب مجموع قيم النقاط التي سقطت الكرة في منطقتها.

عند ملامسة الكرة لاحد خطوط الملعب فإنه يحتسب الرقم الاعلى للمنطقة التي يتبعها هذا الخط.
الدرجة العظمى: (40) درجة



شكل يوضح اختبار مهارة الإرسال

ملحق (3)

يوضح اختبار استقبال الإرسال

الهدف من الاختبار: قياس مهارة استقبال 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).
- 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 المنقطة (1) لخمس كرات مرسله وهكذا الامر في الكرات الخمس التالية، بحيث توجه إلى المنقطة (2) وكذلك خمس كرات توجه إلى المنقطة (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:

- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة يمنح المختبر (ثلاث درجات).

