

الطلاقة النفسية لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية في فلسطين

الباحثان

د. احمد الخواجا
أستاذ مساعد في دائرة التربية الرياضية
رئيس دائرة التربية الرياضية
جامعة القدس

أ.د. عبدالناصر القدومي
أستاذ فسيولوجيا الرياضة والقياس
عميد كلية التربية الرياضية
جامعة النجاح الوطنية

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية في فلسطين، إضافة إلى تحديد أثر متغيرات اللعبة والخبرة في اللعب، والمشاركات الدولية للاعب على مستوى الطلاقة النفسية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٥٤) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم، والكرة الطائرة، وكرة السلة، وكرة اليد. طبق عليها مقياس راتب وآخرون (٢٠٠٤) للطلاقة النفسية في المجال الرياضي والذي اشتمل على (٧٢) فقرة موزعة على ستة مجالات هي: (الثقة بالنفس، وتركيز الانتباه، ومواجهة القلق، والاستمتاع، والتحكم والسيطرة، وآلية الأداء). وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية في فلسطين كان كبيراً حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة على الدرجة الكلية إلى (٧١٪). وكان مجال الثقة بالنفس بالمرتبة الأولى بواقع (٨١,٦٦٪)، ومجال تركيز الانتباه في المرتبة الأخيرة بواقع (٦٩,٦٦٪). كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0,05$) في مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة للألعاب الجماعية في فلسطين تبعاً لمتغيرات اللعبة والخبرة في اللعب والمشاركات الدولية للاعب، حيث كانت الفروق لصالح لاعبي كرة اليد، ولصالح أصحاب الخبرة الطويلة، ولصالح أصحاب المشاركات الدولية.

وأوصى الباحثان بعدة توصيات من أهمها زيادة اهتمام المدربين والمسؤولين بالأندية بالطلاقة النفسية وإعداد البرامج التدريبية المناسبة لتنميتها في سن مبكرة لدى الرياضيين.