

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة جامعة مؤتة

صالح سالم علي القوافزة*

ملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مستوى القلق متعدد الأبعاد، وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، والتعرف إلى الفروق الإحصائية بأداء هذه المهارة وفقاً لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، مستوى المساق، السنة الدراسية، المعدل التراكمي، مكان السكن، التحصيل الأكاديمي)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في الدراسة لملاءمة طبيعة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (98) طالبا وطالبة من طلبة مسابقات الجمباز (1، 2)، تم اختيارهم بالطريقة القصدية، واستخدم الاستبيان أداة لجمع البيانات، كما استخدم برنامج الرزم الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى المساق، ولصالح مساق جمباز (2)، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية للتحصيل الأكاديمي، ولصالح من تقديرهم امتياز، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لصالح من هم في مستوى السنة الثانية، كما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية لمن يسكنون القرية، وأظهرت الدراسة علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مستوى المساق ومستوى القلق متعدد الأبعاد، وادعى الباحث بضرورة الاهتمام بالتهيئة العامة والخاصة في المسابقات العملية وذلك لتقليل القلق والخوف والتوتر في أثناء تطبيق المهارات، وإجراء المزيد من الدراسات والأبحاث في هذا المجال لما لها من أهمية من الوقوف على العقبات التي تعترض الطلبة والإسهام في حلها.

الكلمات الدالة: القلق، مسابقات الجمباز، طلبة التربية الرياضية.

المقدمة

تعد رياضة الجمباز من الرياضات التي تمتاز بخصوصيتها، وذلك لكثرة أجهزتها وتعددتها، واختلاف مهاراتها، وصعوبة تركيبها، الأمر الذي يحتم على الطلبة الممارسين لرياضة الجمباز أن يمتلكون مواصفات بدنية ومهارية وجسمية ومهارية خاصة، لكي يتمكنوا من أداء واتقان هذه المهارات، ويلعب الأعداد النفسية دوراً هاماً في أداء هذه المهارات لذا نجد أن الطلبة في درس الجمباز يسود فيما بينهم جو من القلق والخوف عند أداء المهارات، والتردد في أداءها، مما يؤثر سلباً على مستوى أداءهم وتحصيلهم.

يعتبر علم النفس من أهم العلوم في مجال التربية الرياضية، والذي تعتمد عليه بشكل كبير، لدراسة المعوقات التي تواجه الرياضيين، من أجل الوصول بهم إلى أعلى المستويات، ويحتل موضوع القلق، وهو أحد المظاهر النفسية دوراً هاماً في علم النفس العام، وفي علم النفس الرياضي خاصة، لما له من آثار واضحة ومباشرة على الرياضيين، وخاصة في المجال البدني، حيث يواجه الرياضي العديد من المواقف التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقلق، سواء في أثناء التدريب أو التطبيق أو المنافسات، وقد أصبح علم النفس الرياضي من العلوم التي تحتل مكانة عالية في المجال الرياضي، ويعتبر القلق من المواضيع الواجب الاهتمام بها في هذا المجال. والقلق هو بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية، والجسمية، لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليها. كما قد يؤدي القلق إذا زادت حدته إلى فقد التوازن النفسي والتشتت، ويحدث القلق عادة عندما يشعر الرياضي بالضعف، أو عدم الأمان، أو عدم القدرة عندما يكلف بأعمال يشعر أنها تفوق قدراته واستطاعته، أو في حالة انزعاجه من بعض المعارف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه إنجازها.

* جامعة مؤتة، الأردن. تاريخ استلام البحث 2017/10/24، وتاريخ قبوله 2018/10/8.

ويلعب علم النفس دوراً مهماً لا يقل عن أهمية النواحي الفنية والبدنية في تحقيق الإنجازات الرياضية لجميع الرياضات، سواء كانت جماعية أو فردية إذ يجب على المدرب الرياضي اعطاء النواحي النفسية والانفعالية الأهمية المناسبة، حتى يستطيع الفرد الرياضي القيام بالواجبات المكلف بها على اكمل وجه، لان اللاعبين في أثناء ادائهم للمباريات المختلفة يتعرضون لضغوط مختلفة، قد تكون من الحكام أو الجمهور، أو اللاعبين المنافسين، أو الطاقم التدريبي لهم، وهذا الامر يتطلب من اللاعبين، ان يكونوا معدين اعداداً نفسياً، وان يتناسب وحسب شخصية كل لاعب، وحسب طبيعة اللعبة ومركزه في أي لعبة يمارسها (النوايسة، 2013).

كما ويعد علم النفس الرياضي احدى العلوم المهمة، التي تدرس النواحي النفسية والشخصية لدى العديد من الافراد، التي تؤثر في المستويات الادائية لدى الطلبة، وهناك العديد من العوامل النفسية التي تؤثر تأثيراً ايجابياً أو سلبياً في تحديد المستوى الرياضي المطلوب، ومن ضمن هذه العوامل حدوث القلق كظاهرة نفسية نتيجة لمؤثرات داخلية أو خارجية تؤثر في الفرد الرياضي في أثناء المنافسة.(الضمد، 2003)

هذا يعدّ القلق من أهم المشكلات المصاحبة للإنسان على مدار الساعة في عصر سمته المميّزة القلق، ولكن لا تعني هذه السمة بالدرجة الاولى فشل الانسان في التوافق والتكيف مع متطلبات العصر، وبما فيه من تقدم علمي وتكنولوجي، لذا فهناك إشارة واضحة على كل مظاهر حياتنا اليومية، وفي كل المواقع التي نعمل فيها تؤثر علينا، لذلك فلا غرر أن ينشأ أطفالنا وهم يعانون القلق خصوصاً وأنهم يعكسون بسلوكياتهم التي يمارسونها مدى تأثرهم واستجاباتهم لاضطرابات القلق تأثراً بالمجتمع الذي يعيشون فيه (الخطيب، 2001).

ويرى (راتب، 2001) أن القلق أحد الانفعالات المهمة، الذي ينظر إليه على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر في أداء الرياضيين، وأن هذا التأثير قد يكون إيجابياً يدفع الرياضيين لبذل المزيد من الجهد، أو سلبياً يعيق ادائهم، وكذلك فإن القلق يحدث نتيجة التوقع السلبي للفرد الرياضي على مستوى أدائه بحيث يظهر من خلال ضعف قدرته على التركيز والانتباه. ويؤكد راتب (2000) على أن أداء أي مهارة بكفاءة عالية، يجب أن يكون الاستعداد البدني والنفسي اهم اسباب نجاحهما كما ويؤكد (علاوي، 2004) الى ان القلق اذا زادت حدته، قد يؤدي إلى فقدان التوازن النفسي، واستعادة مقوماته باستخدام العديد من الأساليب السلوكية المختلفة.

وأشار علاوي(2004) نقلاً عن "ماي may" إلى أن القلق هو توجس يصاحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد، ويعتقد أنها أساسية لوجوده. كما أن استجابة القلق تكون سوية أو مقبولة إذا تناسبت مع درجة الخطر الموضوعي والا فتعدّ في عداد استجابات القلق العصابي.

ويشير "راتب" (1995) إلى أن القلق هو أحد الانفعالات الهامة، والذي ينظر إليه على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية، التي تؤثر على أداء الرياضيين، وإن هذا التأثير قد يكون إيجابياً يدفع الرياضيين لبذل المزيد من الجهد، أو سلبياً يعيق أدائهم. ويذكر "فردريك"(Fredrick, 1990) أن بعض اللاعبين يحتاجون لدرجة من القلق قبل المنافسة، حتى يمكنهم من إظهار أحسن مستوى لديهم في حين أن البعض الآخر يتطلب حالة انفعالية متزنة، تسهم في رفع مستوى أدائه.

ويشير بريص (2013) إلى أن القلق والخوف كلاهما عوامل نفسية يؤثر أحدهما بالآخر ويتفاعل معه ويؤثران بالمحصلة النهائية على تعلم رياضة الجمنازم والتحصيل الحركي فيها فالعوامل النفسية لها أكبر الأثر في تعلم رياضة الجمنازم. يشير البطاشي (2014) إلى أن الخوف من الخسارة من أكثر مؤشرات القلق المعرفي وأن سرعة نبض القلب من أكثر مؤشرات القلق البدني وإن قدرة اللاعب على التنافس والتحدي من اعلى مؤشرات الثقة بالنفس.

مشكلة الدراسة:

تعد ظاهرة القلق من الظواهر، التي تشكل خطورة في حياة الفرد، التي تؤثر على أداء الرياضيين، فالقلق والخوف كلها عوامل تشعر الفرد بعدم الأمان والخطر، وينعكس ذلك على أداء الفرد في جميع المجالات، وضعف التحصيل الأكاديمي، وفي مختلف الأنشطة الحياتية، وللقلق تأثيرات سلبية على قوة التحمل النفسي، التي تؤدي الى ظهور بعض الاضطرابات النفسية والفسولوجية وانحرافات سلوكية، وما يلاحظ بهذا العصر ان الطلبة الجامعيين هم اكثر الفئات التي تعاني من القلق لأسباب كثير منها ما يتعلق بطموحاتهم وطاقاتهم التي تعترض واقعهم المؤلم مما يدفعهم إلى التفكير السلبي، وضعف قدراتهم على التحدي والمواجهة والالتزام، ومن خلال خبرة الباحث في التدريس في مختلف المراحل الدراسية وبالعديد من المدارس والجامعات التي تدرس التربية

الرياضية وبالأخص مسابقات الجمباز لاحظ ان هنالك ضعف في أداء العديد من المهارات في هذه المساق وذلك لأن الية قبول الطلبة لا تخضع لأسس أو قدرات بدنية بل نتيجة لتحصيله العلمي في شهادة الثانوية العامة وليس عنده أي خلفية رياضية عن هذه اللعبة وبعد الاطلاع على التحصيل الاكاديمي للطلبة وملاحظة تدني مستواهم تبين أن هناك حالات من الخوف والقلق عند القيام بأداء المهارات وان الكثير منهم يحتاج الى برامج لإعداده بدنيا قبل الشروع في تعليمه أي مهارة، ومن هنا ارتأى الباحث القيام بإجراء هذه الدراسة للمساهمة في ايجاد الحلول والكشف عن مصادر القلق والوقوف على اهم الاسباب التي تؤدي الى ذلك وايجاد الحلول الإيجابية لاستثمار الطاقات بشكل سليم والتعامل مع مثل هذه الحالات.

أهمية الدراسة:

تكمّن أهمية هذه الدراسة بما يلي:

- 1- كونها تفيّد ممارسين الجمباز في التحضير النفسي قبل التعلم أو المنافسة، كما تعدّ من المشكلات التربوية الذي يتعرض لها العديد من الطلبة في أثناء تعلم الجمباز التي تعدّ من المهارات الحركية الصعبة.
- 2- تفيّد نتائج هذه الدراسة في تقديم العون والمساعدة في إعداد المتعلمين نفسياً قبل الشروع في تعلم مهارات الجمباز.
- 3- تفعيل برامج الاعداد النفسي في تعلم المهارات الصعبة التي تحد وتعرقل عمليات التعلم.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- 1- التعرف على القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.
- 2- التعرف إلى الفروق الإحصائية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وفقاً لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، مستوى المساق، التحصيل، السنة الدراسية، مكان السكن).
- 3- التعرف إلى العلاقة الإحصائية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

تساؤلات الدراسة:

تسعى الدراسة للإجابة على التساؤلات التالية:

- 1- ما مستوى القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.
- 2- هل هنالك فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وفقاً لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، مستوى المساق، التحصيل الدراسي، السنة الدراسية، مكان السكن،)؟
- 3- هل توجد هنالك علاقة دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق متعدد الأبعاد وأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

محددات الدراسة:

المحدد الجغرافي: أجريت هذه الدراسة في المملكة الأردنية الهاشمية /محافظة الكرك.
المحدد البشري: أجريت هذه الدراسة على طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة المسجلين للعام الدراسي الأول 2016-2017.

المحدد المكاني: أجريت هذه الدراسة في صالة الجمباز في كلية علوم الرياضة في الجامعة مؤتة.

المحدد الزمني: أجريت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول (2016-2017).

مصطلحات الدراسة:

القلق: يعرف القلق اجرائياً هو حالة انفعالية او توجس يصاحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد التي تؤثر بشكل مباشر على أداءه اما بالارتفاع او الانخفاض. كما أن استجابة القلق تكون سوية أو مقبولة إذا تناسبت مع درجة الخطر الموضوعي فتعدّ في عداد استجابات القلق العصابي.

طلبة مسابقات الجمباز: هم الطلبة المسجلين في وحدات القبول والتسجيل في مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة مؤتة.

الدراسات السابقة (العربية والاجنبية):

بعد اطلاع الباحث على العديد من الدراسات العربية والاجنبية وجد هناك دراسات تناولت مشكلة الدراسة بشكل عام وبعضها تناولتها بشكل خاص نذكرها بما يلي:

دراسة قنديل (1991) التي هدفت الى الكشف عن تأثير مستويات القلق في سرعة التعلم لمهارة القفز داخلا على جهاز القفز لدى المبتدئين في رياضة الجمباز وقد طبقت الدراسة على عينة عمدية قوامها 34 طالبا من المستوى الاول في قسم التربية لرياضية بجامعة قطر واستخدم الباحث مقياس القلق الرياضي الذي اعتمد على مقياس تايلور (TAYLOR) وقد أظهرت النتائج ان مجموع القلق المتوسط والقلق المنخفض تفوقا في مستوى الأداء المهاري على مجموع القلق المرتفع وكذلك توصل الى ان هناك ارتباطا سلبيا (عكسيا) قويا بين مستوى القلق كونه يؤثر بصورة سلبية على مستوى الأداء المهاري.

قام زاب (1999, zap) بدراسة هدفت الى معرفة اثر اقتراب موعد المنافسة في ارتفاع مستوى القلق والخوف لدى اللاعبين، تكونت عينة الدراسة من لاعبي فريق الجمباز الوطني، وأظهرت النتائج وجود ارتفاع في مستوى القلق والخوف من اقتراب موعد المنافسة، وكذلك احتمالية تزايد نسبة الاصابات كما أظهرت نتائج الدراسة ازدياد القلق لدى المدربين.

دراسة قام بها اليسون Alison (1999) هدفت الى تحديد العوامل المسببة للقلق والخوف وأظهرت النتائج ان الخوف من السقوط على الاجهزة وما قد يسببه من اصابة ولم يؤدي الى ارتفاع مستوى القلق. وقد أشارت الدراسة النتائج إلى أن تحديد العوامل المسببة للخوف والقلق تسهم إيجابيا في تقليل مستوى الخوف والقلق، وأن استخدام اللاعب للمهارات الحركية المناسبة يؤدي إلى انخفاض القلق والخوف.

وفي دراسة أجراها مكناي (2000) هدفت للتعرف إلى مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن، وعلاقتها بالإنجاز الرياضي تبعا لمتغيرات، العمر الزمني وسنوات الخبرة الرياضية، وكذلك التعرف الى العلاقة بين مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية والإنجاز الرياضي، واشتملت العينة على (30) لاعبا، واستخدم الباحث اختبار قلق المنافسة الرياضية، وقد أظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من سمة القلق النفسي، وحالة القلق المعرفي وحالة القلق الجسمي لدى اللاعبين ذوي العمر الزمني وسنوات الممارسة الرياضية الأكبر كما أظهرت الدراسة أن اللاعبين أصحاب المستوى المنخفض في كل من سمة القلق وحالة القلق الجسمي وحالة القلق المعرفي قد حققوا إنجازا رياضيا أعلى من الإنجاز الذي حققه اللاعبون أصحاب المستوى المرتفع في كل من الأبعاد السابقة.

كما أجرى (الدولت، 2002) دراسة هدفت للتعرف إلى مصادر القلق لدى طلاب كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية الرسمية لمساق الجمباز وأيضا مقارنة لمستويات القلق النفسي ومصادره تبعا لمتغيري (الجنس، الجامعة)، وقد تكونت عينة الدراسة من (35) طالبا وطالبة يمثلون الجامعات الأردنية التالية (اليرموك، الأردنية، مؤتة، الهاشمية) وقد استخدم الباحث استبانة، قام بإعدادها تكونت من (53) فقرة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن مصادر القلق النفسي لدى الطلبة: (ذكور، وإناث) في مسابقات الجمباز حسب المصادر الخمسة كما يلي: (التعليمي الإمكانات، ادارة الكلية، الحوافز والطلاب) وأن مستويات القلق (الحالة والسمة) لدى الطلبة بشكل عام متوسطة، بينما كانت مصادر ومستويات القلق عند الإناث أعلى من الذكور.

اجرى (الهياجنة، 2006) دراسة هدفت للتعرف الى مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن وقد تكونت عينة الدراسة من (90) لاعبا ولاعبة. وأظهرت النتائج أن مصدر القلق في (الحكام) جاء بالمرتبة الأولى، وجاء مصدر (الإعلام الرياضي) بالمرتبة الأخيرة. وكذلك جاءت النتائج لصالح الذكور في مصدر (إدارة المنتخب واللاعبين) ولصالح الإناث في مصدر (التدريب والإعلام). وبالنسبة لمتغير العمر جاءت النتائج لصالح الفئة العمرية (20 - 25 سنة) في مصدر (الحوافز)، ولصالح الفئة العمرية (26 سنة فأكثر) وفي مصدر (الجمهور الرياضي، الإعلام الرياضي، اللاعبين، والإمكانات). وبالنسبة لمتغير سنوات الخبرة جاءت الفروق لصالح ذوي الخبرة (6 سنوات فأكثر) في مصدر (الحكام، والإعلام الرياضي)، ولصالح ذوي الخبرة (2 - 6 سنوات) في مصدر جهاز التدريب وإدارة المنتخب، والإمكانات وبالنسبة لمتغير المؤهل العلمي جاءت الفروق لصالح ذوي المؤهل العلمي (بكالوريوس) في مصدر (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، والجمهور الرياضي والإمكانات المادية). اما بالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية. وبالنسبة لمتغير الدخل الشهري فقد تبين وجود فروق إحصائية لصالح ذوي الدخل الشهري (400 دينار فأكثر).

اجرت (الخصاونه، 2007) دراسة هدفت الى تقدير مستوى القلق لدى طالبات كلية علوم الرياضة في جامعة اليرموك لمساقات الجمباز، كذلك التعرف على مستويات القلق لدى الطالبات، وبلغت عينة الدراسة (40) طالبة تم اختيارهن بالطريقة

القصدية، واستخدم المنهج الوصفي في الدراسة لملائمته لطبيعة الدراسة، كما واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات، واستخدم برنامج الرزم الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت النتائج انه توجد فروق إحصائية في فئتي البحث في قلق الحالة قبل الامتحان، بينما لا توجد فروق بين الطالبات في فئتي البحث في قلق السمة قبل الامتحان، وتوصي الباحثة بضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي للطالبات.

كما وجرى (الفنلي، 2008) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى القلق لدى جميع الطلبة في أثناء مدة التطبيق الجامعي، كذلك التعرف على أداء الطلبة المطبقين في مادة التربية العملية، والتعرف على العلاقة بين مستوى القلق وأدائهم في التطبيق، وبلغت عينة الدراسة (113) طالباً من طلبة السنة الرابعة من كلية التربية، استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقته المسحية في الدراسة، كما استخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات، واستخدم برنامج الرزم الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت النتائج أن مستوى القلق لدى الطلبة جاء منخفض، وأن العلاقة بين مستوى القلق وأداء الطلبة علاقة طردية.

كذلك اجرت جيتنس (2012, Gittens) دراسة هدفت إلى مقارنة الكمالية بين راقصات الباليه ولاعبي الجمباز الفني بمستوى القلق قبل الأداء، تكونت عينة الدراسة من مجموعة من راقصات الباليه في المملكة المتحدة ومن لاعبي الجمباز النخبة في المملكة المتحدة وكندا، تم استخدام ثلاث أسئلة لهذه الدراسة المختلطة، واستخدم المنهج الوصفي في الدراسة، كما استخدم برنامج الرزم الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت النتائج ان مستوى القلق ما قبل الأداء عند لاعبي الجمباز اعلى منه لدى راقصات الباليه.

أجرى (2013, Mukesh Mitra) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين قلق الحالة والأداء في الجمباز، تكونت عينتها من (30) لاعبا من لاعبي الجمباز تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقد استخدم الاستبيان الذي تم اعداده من قبل الباحث والذي يتكون ممن 27 فقرة موزعه على ثلاث محاور (القلق المعرفي، الثقة بالنفس، والتكنيك)، وأظهرت النتائج وجود علاقة فاعلة بين القلق الجسدي والقلق المعرفي والثقة بالنفس مع الأداء لدى لاعبي الجمباز.

أجرى (المومني، نعيم، 2013) دراسة هدفت للكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل، وبلغت عينة الدراسة (439) طالباً وطالبة منهم (207) طلاب، (232) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات، كما استخدم المنهج الوصفي في الدراسة لملائمته لطبيعة الدراسة، واستخدم برنامج الرزم الإحصائي ((spss) لتحليل النتائج، وأظهرت النتائج ان مستوى قلق المستقبل جاء مرتفعاً في جميع مجالات الدراسة، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى القلق الكلي تعزى إلى اختلاف متغير التخصص او المستوى الدراسي، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تعزى لاختلاف الجنس لصالح الذكور، وأكدت النتائج ايضا وجود فروق دالة إحصائية في المجالين الاجتماعي والاقتصادي تعزى للجنس، ووجود فروق في مجال العمل تعزى للتخصص، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في جميع المجالات تعزى لمستوى الدراسي، كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى القلق تعزى للتفاعلات الثنائية والثلاثية بين المتغيرات.

أجرت (ابو سمهدانه، بني هاني، 2016) دراسة هدفت التعرف إلى مصادر القلق لدى طالبات الجمباز في مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة، وتكونت عينة الدراسة من (39) طالبة يمثلن المجتمع الكلي للدراسة، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بصورته المسحية، وتم بناء استبيان لمصادر القلق كأداة لجمع البيانات، حيث تضمن مقياس القلق (55) فقرة موزعة على ستة محاور، وتم استخدام برنامج الرزم الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت النتائج، ان مصادر القلق لدى الطالبات في مساق الجمباز جاءت بدرجة متوسطة، هذا بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

الدراسات الاجنبية:

التعليق على الدراسات السابقة:

اتفقت معظم هذه الدراسات في المنهجية وأداة الدراسة، والوسائل الإحصائية ومن هذه الدراسات ما يلي:

دراسة (الخصاونه، 2007)، ودراسة (المومني، نعيم، 2013)، ودراسة (الفنلي، 2008)، دراسة (ابو سمهدانه، بني هاني، 2016)، ودراسة (الهباجنة، 2006)، ودراسة الدولات، (2002)، ودراسة مكناي (2000) ودراسة ماكش ماتر (Mukesh) (2013, Mitra) ودراسة جيتنس (2012, Gittens)

كما اختلف العديد من الدراسات بالهدف والعينة ومن هذه الدراسات ما يلي:

دراسة (الخصاونه، 2007)، دراسة (الفتلي، 2008)، دراسة (ابو سمهدانه، بني هاني، 2016)، دراسة (الهياجنة، 2006)، دراسة الدولات، (2002)، دراسة مكناي (2000) ودراسة ماكش ماطر (2013, Mukesh Mitra) ودراسة جيتنس (2012, Gittens) ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة فقد استفاد الباحثان ما يلي:

- 1- التعرف على المنهج المناسب لهذه الدراسة.
 - 2- التعرف على الأداة المناسبة لهذه الدراسة.
 - 3- التعرف على كيفية اختيار عينة الدراسة.
 - 4- التعرف على الأسباب الإحصائية المناسبة التي يمكن استخدامها في هذه الدراسة.
- وقد تميزت الدراسة الحالية في تناولها لطلبة مسابقات الجمباز كما تميزت في متغيراتها وربطها بعلاقة القلق متعدد الاغراض وهي من الدراسات القليلة في الجنوب على حد علم الباحث.

اجراءات الدراسة

منهجية الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحية نظرا لملائمته لطبيعة وأهداف هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المسجلين في مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (2016 / 2017)، حيث بلغ عدد الطلبة (98) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية. عينة الدراسة:

تكوّنت عينة الدراسة من (98) طالبا وطالبة من الطلبة المسجلين على الفصل الثاني بمساقات الجمباز في كلية علوم الرياضة للعام الدراسي (2016-2017)، وتم اختيارهم بالطريقة العمدية ومثلت ما نسبته (100 %).

الجدول (1) وصف خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغيراتها

المتغير	الفئات	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	طالب	74	75.5
	طالبة	24	24.5
	الكلية	98	100.0
مستوى المساق	جمباز 1	49	50.0
	جمباز 2	49	50.0
	الكلية	98	100.0
السنة الدراسية	السنة الاولى	6	6.1
	السنة الثانية	12	12.2
	السنة الثالثة	31	31.6
	السنة الرابعة	49	50.1
	الكلية	98	100.0
تحصيل الاكاديمي	امتياز	4	4.1
	جيد جدا	30	30.6
	جيد	48	49.0
	مقبول	16	16.3
	الكلية	98	100.0
مكان السكن	قرية	71	72.5
	مدينة	27	27.5
	الكلية	98	100.0

أداة الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير استبانة لجمع البيانات وذلك بالرجوع إلى الأدب السابق ذي العلاقة بمصادر القلق النفسي مثل دراسة (ودراسة سعاد 2010؛ والخصاونه 2007 الدولات 2002) وكذلك خبرة الباحث من خلال الخبرة التدريسية في تدريس مساق الجميز . حيث خرج باستبانة مكونة من قسمين:

- 1- القسم الأول: تكون من معلومات عامة كالجنس، المعدل التراكمي.
- القسم الثاني: تكون من (45) فقرة، موزعه على ستة مجالات:
- 1- المجال التعليمي، واشتمل على الفقرات (1-11)
- 2- مجال الإمكانيات، واشتمل على الفقرات (12-19)
- 3- مجال إدارة المدرسة، واشتمل على الفقرات (20-25)
- 4- مجال الطلبة، واشتمل على الفقرات (26-33).
- 5- مجال الحوافز، واشتمل على الفقرات (34-39).
- 6- مجال التقويم واشتمل على الفقرات (40-45).

تكونت أداة الدراسة من (45) فقرة من نوع ليكرت الخماسي (كبيرة جدا، كبيرة، متوسطة، قليلة، قليلة جدا) بحيث اعطيت الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) على التوالي وللحكم على درجة وجود مصادر القلق تم اعتماد التوزيع الاتي وذلك بالرجوع الى العديد من الدراسات كدراسة (الدولت 2002 والخصاونه 2007) وجاءت كما يلي:

- 1- اذا كان المتوسط الحسابي (اقل من 1,8) يكون بدرجة منخفضة.
- 2- اذا كان المتوسط الحسابي (من 1، 8 اقل من 2، 6) يكون بدرجة متوسطة.
- 3- اذا كان المتوسط الحسابي (من 2، 6 قل من 3، 4) يكون بدرجة فوق المتوسط
- 4- اذا كان المتوسط الحسابي (3، 4 اقل من 4، 2) يكون بدرجة مرتفعة.
- 5- اذا كان المتوسط الحسابي (4، 2 فما فوق) يكون بدرجة مرتفعة جدا.

صدق الأداة:

تم التأكد من صدق المحتوى من خلال عرضها على عدد من المحكمين والمختصين بهذا المجال وبعد الاطلاع عليها وتدقيقها من قبلهم حيث تم الطلب منهم ابداء الراي حول مدى ملائمة فقرات المقياس لقياس الاغراض التي وضعت لأجلها من حيث وضوح عباراتها ومضمونها فقد تم اضافة بعض الفقرات وحذف بعضها وذلك لتتناسب مع طبيعة هذه الدراسة، فقد تبين ان الاداة صالحة لأجراء هذه الدراسة.

ثبات أداة الدراسة:

للتحقق من ثبات أداة الدراسة تم تطبيقها على عينة استطلاعية مؤلفة من (30) طالبا وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها ثم تم حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول رقم (2) يوضح نتائج ذلك.

الجدول (2) معاملات ثبات أداة الدراسة

معامل كرونباخ الفا	أدوات الدراسة
0.89	القلق متعدد الأبعاد

تظهر البيانات في الجدول (2) أن معاملات ثبات أداة الدراسة قد تراوحت بين (0.89) ، وتعد مثل هذه القيم مقبولة للأغراض الدراسية الحالية.

متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: القلق متعدد الأبعاد.
- المتغير التابع: طلبة مساقات الجميز في كلية علوم الرياضة.
- المتغيرات الوسيطة: وهي خمسة متغيرات:
- النوع الاجتماعي: طالب، طالبة.

مستوى المساق: جـمباز 1، جـمباز 2.
السنة الدراسية: الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة.
التحصيل الأكاديمي: ممتاز، جيد جداً، جيد، مقبول.
مكان السكن: قرية، مدينة

إجراءات تطبيق الدراسة:

بعد التأكد من صدق الأداة وثباتها:

- 1- وُزِعَ الباحث أداة الدراسة على أفراد العينة في أماكن تدريس طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.
- 2- قام الباحث بتسليم الاستبيانات باليد وبمساعدة بعض الزملاء، وتم توضيح طريقة تعبئة الاستبيان.
- 3- ركز الباحث على ضرورة توخي الدقة والموضوعية والتأكيد على أن الإجابات لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
- 3- استغرقت فترة توزيع واستلام الاستبيان ما يقارب الأسبوع.
- 4- قام الباحث بجمع الاستبيانات ولم يتم استبعاد أي استبانة وعددها (98) ومن ثم تفرغ البيانات على برنامج (spss) وتحليلها.

المعالجة الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) حيث تم:

- 1- استخراج التكرارات والنسب المئوية،
- 2- استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
- 3- استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي

عرض النتائج ومناقشته

النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول

"ما مستوى القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة؟"
للإجابة عن التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وفيما يلي النتائج.

الجدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
8	احس بعدم الاستقرار	3.23	3.20	1
24	اخشى من عدم اجادتي لأداء المهارة	3.19	1.33	2
1	اشعر بالاسترخاء في جسمي	3.18	1.27	3
28	اشعر بان جسمي متوتر	3.18	1.32	3
31	احس بالتعب ببعض عضلاتي	3.17	1.33	4
4	اشعر برعشة في بعض اطرافي	3.15	1.32	5
15	فكري مشغول خوفا من سوء مستوى في الأداء	3.14	1.31	6
22	اشعر بصداع بسيط في راسي	3.14	1.36	6
40	احس بما يشبه الالم في بعض اجزاء جسمي	3.14	1.32	6
13	اشعر بان ريقني ناشف	3.12	1.31	7
5	احس بالاضطراب	3.09	1.45	8
10	اشعر انني بأحسن حالاتي البدنية	3.09	1.20	8
11	اعصابي مشدودة	3.09	1.25	8
25	اشعر بالراحة الجسمية	3.09	1.28	8
42	اجد نفسي افكر في عدم قدرتي علة استكمال الأداء	3.08	1.65	9

10	1.21	3.07	اخشى من عدم التوفيق بالأداء	12
11	1.23	3.06	بالي مشغول من ناحية نتيجة الأداء	9
12	1.28	3.04	اشعر ان جسمي مشدود	19
13	1.43	3.01	احس بمغص او توتر بمعنتي	7
14	1.45	2.98	تدور في ذهني افكار عن الهزيمة في الأداء	39
15	1.34	2.97	اشعر بالنرفزة	2
15	1.38	2.97	معنوياتي منخفضة	30
15	1.45	2.97	اشعر بالانزعاج	26
15	1.42	2.97	ينتابني بعض التشاؤم	33
16	1.33	2.96	اعصابي مسترخية	41
17	1.32	2.94	بالي مشغول بعدم الرضا المدرس عن مستوى ادائي	21
17	1.34	2.94	تراودني افكار بعدم الاشتراك بالأداء	18
18	1.25	2.90	اشعر بانني مرتاح جسميا	43
19	1.40	2.88	احس بالارتباك	20
19	1.39	2.88	اهمية تطبيق المهارة تشتت تفكيري	27
20	1.38	2.86	اشعر بالتوتر العصبي	23
21	1.08	2.85	اشعر بالاطمئنان	17
22	1.37	2.84	اشعر ببعض الضيق بالتنفس	37
22	1.38	2.84	اشعر بالضغط العصبي	44
22	1.38	2.84	دقات قلبي سريعة جدا (اسرع من المعتاد)	16
23	1.38	2.83	اعاني من بعض العرق خاصة في راحة يدي	34
24	1.34	2.81	كلما فكرت بالمهارة كلما زاد ارتبائي	29
25	1.23	2.75	اشعر بانني سوف أظهر بأحسن حالاتي بالأداء	36
26	1.40	2.74	احس بالعصبية	35
27	1.10	2.73	روحي المعنوية مرتفعة	14
28	0.99	2.63	اشعر بالتفاوت بالنسبة لنتيجة الأداء	6
29	1.11	2.59	اشعر بالأمان	38
30	1.33	2.57	اخشى الهزيمة	3
30	1.18	2.57	عندي ثقة بالأداء	45
31	1.04	2.24	اشعر بثقة في نفسي	32
	0.59	2.93	الكلبي	

يتبين من الجدول السابق ان مستوى القلق متعدد الأبعاد جاء مرتفعا وذلك بمتوسط حسابي، بلغ (2.93)، وانحراف معياري (0.59) وتراوح المتوسط الحسابي لجميع الفقرات بين (2.24-3.23)، وجاءت الفقرة رقم (8) التي نصها (احس بعدم الاستقرار) بالمرتبة الأولى، ويمتوسط حسابي بلغ (3.23) وانحراف معياري (3.20)، في حين جاءت الفقرة رقم (32) التي نصها (اشعر بثقة في نفسي) في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.24) وانحراف معياري (1.04).

ويعزو الباحث هذه النتيجة لصعوبة المهارة، وعدم وجود خلفية سابقة عند الطلبة، بالإضافة الى وجود افكار سلبية متراكمة لدى الطلبة نتيجة ادراك مواقف طبيعية على انها مواقف خطرة، وهذا ما يمثل البعد الانفعالي، وهو البعد الذي يشعر به الفرد الرياضي خلال الأداء او قبل الشروع بالأداء وهو البعد الاكثر اهمية، وهذا ما اكدته دراسة كل من المومني (2013) واليسون (1999) التي اشارت الى ان القلق جاء مرتفعا وان الكثير من الطلبة ليس لديهم أي فكرة او خلفية عن المهارات المقررة لهم في هذا المساق، وان مهارة القفز من المهارات الصعبة لدى العديد من الطلبة، كونها اكثر خطورة واحتمالية تعرضه للإصابة فيها بدرجة كبيرة ويعزو الباحث ذلك الى انه توجد علاقة معنوية بين البعد البدني وأداء حركة الشقلبة على منصة القفز، وهذا ما اكدته

دراسة الدولات (2002).

4- النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بمستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وفقاً لمتغيرات والمتعلق بمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، مستوى المساق، التحصيل، السنة الدراسية، مكان السكن). للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين المتعدد، لاستجابات أفراد العينة في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقاً لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي) كالآتي:

الجدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقاً لمتغير الدراسة (النوع الاجتماعي)

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئة	المتغير
0.58	2.89	74	طالب	النوع الاجتماعي
0.61	3.03	24	طالبة	

تشير النتائج الواردة في الجدول (4) إلى وجود فروق واضحة في المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية في مستوى القلق متعدد الأبعاد، لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وفقاً لمتغير الدراسة (النوع الاجتماعي) ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (5).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" الدلالة الإحصائية
النوع الاجتماعي	12.862	1	0.207	0.169
الخطأ	5.200	34	0.153	
الكلية	169000	98		

تبين النتائج الواردة في الجدول (5) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) لأثر النوع الاجتماعي في مستوى القلق متعدد الأبعاد، ولصالح الطالبات الذي بلغ المتوسط الحسابي لهن (3.03)، بينما بلغ متوسط الطلاب (2.89). ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن مهارات الجمباز من المهارات الصعبة، التي تحتاج إلى جهد بدني أكبر وقدرات بدنية عالية كونها من الرياضات الفردية التي تحتاج إلى العديد من العناصر سواء البدنية أو الفسيولوجية، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى الاختلاف في الجهد المبذول، وزيادة درجة التوتر والخوف من الإصابات لدى الطالبات أكثر من الذكور بحكم الفروقات الفسيولوجية بين الجنسين، وانفقت هذه النتيجة مع دراسة (الدولت، 2002) التي أظهرت نتائجها بأن مصادر ومستويات القلق عند الإناث أعلى من الذكور وكذلك دراسة (المومني، 2013) التي أظهرت أن هنالك فروق إحصائية في مستوى القلق لدى الطلبة ولصالح الطالبات.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني في متغير (مستوى المساق):

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين المتعدد، لاستجابات أفراد العينة في مستوى القلق متعدد الأبعاد، وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، وفقاً لمتغيرات الدراسة (مستوى المساق) كالآتي

الجدول (6)

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئة	المتغير
0.62	2.93	49	جمباز 1	مستوى المساق
0.56	2.94	49	جمباز 2	

تشير النتائج الواردة في الجدول (6) إلى وجود فرق ذات دلالة في المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقاً لمتغير الدراسة (مستوى المساق) ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (7).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" الدلالة الإحصائية
مستوى المساق	13.464	1	0.317	0.903
الخطأ	10.783	34	0.317	
الكلية	241000	98		

تبين النتائج الواردة في الجدول (7) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) لتأثير متغير (مستوى المساق) واثره على مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، ولصالح مساق جمباز (2) الذي بلغ متوسطهم الحسابي (2.94)، بينما بلغ متوسط جمباز (1) (2.93).

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى انه كلما زاد مستوى المساق تزداد كذلك صعوبة المهارات المطلوبة في ذلك المساق، ففي مساق جمباز (1) تؤخذ المهارات الاساسية بالجمباز دون تعمق بالمحتوى والتطبيق، بينما في مساق جمباز (2) تؤخذ المهارات بشكل اكثر عمقا وأصعب من المهارات السابقة، لذلك يزداد القلق لدى طلبة في المساق (2). وانفقت هذه النتيجة مع دراسة مكناي (2000) واليسون (1999) وزاب (1999) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عدد الإصابات التي يتعرض لها طلبة مساقات الجمباز تعزى لمتغير مستوى المساق ولصالح جمباز (2)

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني متغير (التحصيل الدراسي):

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين المتعدد، لاستجابات أفراد العينة في مستوى القلق متعدد الأبعاد وفقاً لمتغيرات الدراسة (التحصيل الدراسي) كالتالي:

الجدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مساقات الجمباز وفقاً لمتغير الدراسة (التحصيل الدراسي):

المتغير	الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التحصيل الأكاديمي	امتياز	4	3.21	0.65
	جيد جدا	30	2.94	0.63
	جيد	48	2.92	0.59
	مقبول	16	2.88	0.53

تشير النتائج الواردة في الجدول (8) إلى وجود فرق دالة إحصائية في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقاً لمتغير الدراسة (التحصيل الدراسي) ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (9).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" الدلالة الإحصائية
التحصيل الأكاديمي	35.837	1	0.606	0.574

الخطأ	20.617	34	0.606
الكلي	808.000	98	

تبين النتائج الواردة في الجدول (9) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (≥ 0.05) لأثر التحصيل الأكاديمي في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، ولصالح من تقديرهم امتياز الذي بلغ متوسطهم الحسابي (3.21)، بينما بلغ متوسط جيد جدا (2.94). وبلغ متوسط جيد (2.92)، وبلغ متوسط مقبول (2.88). ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى خوف الطالب من تدني معدله، وحصوله على درجة أقل كونها من المسافات العملية الصعبة، التي تحتاج إلى تركيز أكثر من باقي المواد، وتعطى الدرجات بناء على مستوى تطبيقه للمهارة، لذلك يزداد القلق لدى هذه العينة من الطلبة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة المومني، (2013) ودراسة الهياجنه (2006) التي أظهرت أن هنالك فروق إحصائية في مستوى القلق لدى الطلبة ولصالح التحصيل العلمي.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني (السنة الدراسية):

هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) بمستوى القلق متعدد الأبعاد وفقا لمتغير الدراسة (السنة الدراسية)

الجدول (10) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مساقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وفقا لمتغير الدراسة (السنة الدراسية):

المتغير	الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السنة الدراسية	السنة الأولى	6	3.00	0.25
	السنة الثانية	12	3.02	0.42
	السنة الثالثة	31	2.80	0.70
	السنة الرابعة	49	2.98	0.58

تشير النتائج الواردة في الجدول (10) إلى وجود فرق ظاهري في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقا لمتغير الدراسة (السنة الدراسية) ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (11).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
السنة الدراسية	43.229	1	0.697	0.681	0.906
الخطأ	34.833	34	1.025		
الكلي	1101.000	98			

تبين النتائج الواردة في الجدول (11) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (≥ 0.05) لأثر السنة الدراسية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، ولصالح طلبة السنة الثانية الذي بلغ متوسطها الحسابي (3.02)، وبلغ الثالثة (2.80)، بينما بلغ متوسط الرابعة (2.98)، وبلغ متوسط الأولى (3.00). ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن طلبة السنة الثانية، لا يكون لديهم المستوى الكافي من اللياقة البدنية، بالإضافة إلى عدم أخذهم لمسافات عملية تكسبهم عناصر اللياقة المطلوبة لهذا المساق، لذلك يزداد الخوف والقلق لديهم أكثر من باقي السنوات، وكونها من المواد الإجبارية التي يجب أن ينجح بها لينتقل إلى المستوى التالي، وأن هناك الكثير من الطلبة يقومون بتحويل

تخصصاتهم الى التربية الرياضية من تخصصات أخرى، نظرا لتدني معدلاتهم وبالتالي يجبر ان يدرس هذا التخصص، وبالتالي يكون القلق مرتفع لدية كونه أجبر على التحويل لتدني معدله التراكمي، وبالتالي الحصول على علامات عالية لإمكانية الاستمرار في هذا التخصص وأن الكثير من الطلبة لا يكون عندهم أية خلفية رياضية عن ذلك التخصص، وهذا ما أكدته دراسة المومني (2013) أن هناك فروقا دالة إحصائيا للمستوى الدراسي.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني متغير مكان السكن:

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين المتعدد، لاستجابات أفراد العينة في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقا لمتغيرات الدراسة (مكان السكن) كالتالي:

الجدول (12) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقا لمتغير الدراسة (مكان السكن):

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئة	المتغير
0.59	2.96	71	قرية	مكان سكن
0.59	2.84	27	مدينة	

تشير النتائج الواردة في الجدول (12) إلى وجود فروق دالة إحصائيا في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز وفقا لمتغير الدراسة (مكان السكن) ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (13).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
مكان السكن	12.468	1	0.278	0.723	0.867
الخطأ	9.450	34	0.278		
الكلية	183.000	98			

تبين النتائج الواردة في الجدول (13) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) لأثر مكان السكن في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز، ولصالح القرية الذي بلغ متوسطهم الحسابي (2.96)، بينما بلغ متوسط المدينة (2.84).

وعزو الباحث هذه النتيجة الى ان الطلبة الذين يسكنون بالقرى لا يكون لديهم خلفية كافية عن هذه اللعبة كونها غير متوفرة لديهم بالقرية وغير معروفة بالنسبة للكثير وذلك لان مدارس القرى بيئة غير مناسبة لتعليم هذه المهارات ومعظم من يدرس التربية الرياضية غير متخصصون، بالإضافة الى ان القرية بعيدة عن الصالات والاماكن المخصصة لممارسة هذه اللعبة، اما الطلبة الذين يسكنون بالمدينة فيتوفر لديهم العديد من صالات واماكن لممارسة هذه اللعبة في المدارس بالإضافة الى توفر الامكانيات والادوات اللازمة لتدريب مهارات الجمناز وامكانية تقديم التسهيلات من مواصلات ومكافئات للطلبة والمدرسين القائمين على ذلك وهناك فرق للجمناز في الكثير من المدارس ينافسون به في بطولات خاصة لذلك بالإضافة الى وجود مدرسين مؤهلين يقومون بتعليم وتدريب الجمناز.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث:

هل توجد هناك علاقة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بمستوى القلق متعدد الأبعاد وأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمناز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط، لاستجابات أفراد العينة في مستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز .

تشير الدراسة إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين القلق والأداء الجيد وهذا يشير إلى أنه كلما ارتفع مستوى القلق لدى الطلبة أثر بصورة سلبية على تحقيق الأداء الجيد للمهارة فالقلق هنا يلعب دوراً سلبياً وذلك من خلال ظهور علامات التردد في الأداء والعودة للخلف أحياناً والخوف من الفشل بالإضافة إلى الخوف من احتمال حدوث الإصابة ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن القلق المتوسط له تأثير سلبي على الأداء حيث إن المظاهر الفسيولوجية لذلك تؤدي بالطالب إلى عدم القدرة على ميكانيكية جسمه حيث تظهر عليه زيادة في نبضات القلب والتعرق وارتخاء في بعض أجزاء الجسم وفي الخطوات التقريبية للمهارة وهذا ما أشار إليه العديد إلى أن زيادة القلق عن الحد المطلوب يؤدي بالفرد إلى الارتباك وعدم القدرة على الأداء الجيد وانخفاض القلق يؤدي إلى عدم المبالاة كما أشارت العديد من الدراسات أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين بعدي تحقيق الهدف ودافع تجنب الفشل وبعد القلق المعرفي وهذا ما أكدته دراسة سعاد (2010) أن هناك علاقة معنوية بين البعد البدني وأداء حركة الشقلبة على منصة القفز ويعزو الباحث ذلك إلى أنه كلما زادت صعوبة المهارة كلما زاد القلق لدى الطلبة وبالتالي تجد العديد يمتنع عن الأداء خوفاً من الفشل وخوفاً من الإصابة وهذا ما أكدته واتفقت معه دراسة الفتلي (2008)

الاستنتاجات:

توصلت الدراسة إلى ما يلي:

- 1- أن مستوى القلق متعدد الأبعاد لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة جاء مرتفعاً وأن هناك علاقة ما بين القلق المتعدد وأداء مهارة القفز على منصة القفز وما يقاس عليها من مهارات ذات صعوبة.
- 2- تميل الفروقات في مستوى القلق متعدد الأبعاد لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الطالبات بالمقارنة مع الذكور كذلك توجد فروق دالة إحصائياً في مجال المساق ولصالح مساق جمباز (2) وأظهرت الدراسة أيضاً وجود فروق في متغير المعدل التراكمي ولصالح من هم حاصلو على تقدير امتياز وأظهرت أيضاً وجود فروق في متغير السنة الدراسية ولصالح طلبة السنة الثانية كما أظهرت أيضاً فروقاً ذات دلالة إحصائية في متغير السكن وذلك لصالح من يسكنون القرية.
- 3- دلت الدراسة على أن هناك علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مستوى المساق ومستوى القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة الشقلبة الأمامية على منصة القفز لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليها الدراسة من نتائج يوصي الباحث بما يلي:

- 1- تأكيد الاهتمام بالقلق متعدد الأبعاد بوصفه سمة شخصية فردية تؤثر استجاباتها في الرياضي وتحديد البعد المؤثر في الأداء..
- 2- التأكيد على القيام بعمل محاضرات وندوات تخص الإعداد النفسي والتركيز على القلق لدى الرياضيين والتأكيد على أن هناك علاقة ما بين مهارات الجمباز والقلق المتعدد الأبعاد لما فيها من صعوبة وخطورة والتأكيد كذلك على الألعاب الأخرى.
- 3- إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث وحث الباحثين للخوض بمثل هذه المشاكل التربوية التي تواجه الطلبة داخل الجامعات بشكل عام.

المراجع

- ابراهيم، م. (2009) قلق المنافسة لرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى الصفوة من لاعبي كرة السلة، مجلة بحوث التربية الرياضية المجلد (40) العدد (47)، جامعة الزقازيق، مصر.
- البطاشي، ع. (2014) قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم اندية سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- ابو سمهدانة، س. بني هاني، ز. (2016) مصادر القلق لدى طالبات مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 43، العدد 2.

- الخصاونة، غ. (2007) تقدير مستويات القلق لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مسابقات الجمباز، قسم التربية البدنية، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، اربد، الاردن.
- الخطيب، هـ. (2001) مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة الاولى، الدار العلمية، عمان، الاردن.
- الدولت، ف. (2002) مصادر ومستويات القلق لدى طلبة كلية التربية البدنية في مساق الجمباز، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد.
- الضمد، ع. (2003) علم النفس في الرياضة، دار الخليج للنشر، عمان.
- الفتلي، ح. (2008) مستوى القلق لدى الطلبة المطبقين وعلاقته بأدائهم في مادة التربية العملية، مجلة جامعة القادسية، كلية التربية، جامعة القادسية، المجلد 11، العدد 4.
- المومني، م. نعيم، م (2013) قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الاردنية في العلوم التربوية، جامعة اليرموك، مجلد 9، عدد 2.
- النوايسة، ا. (2013).دراسة تحليلية لأبعاد شخصية لاعبي اندية دوري المناصير لمحترفي كرة القدم في الاردن، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة
- بريص، ع. (2013) علاقة القلق والخوف في تعلم السباحة، مجلة الفتح (55) جامعة ديالي، كلية التربية الاساسية
- راتب، أ. (1995)، علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر (ص، 44).
- راتب، ا. (2000) علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات)، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي.
- راتب، ا (2001) الاعداد النفسي للناشئين (دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- سعاد، خ. ومحمد، ص. (2010) القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة القفز المتكورة داخلا على جهاز حضان القفز في الجمناستك، مجلة علوم الرياضة، العدد الثاني، المجلد الثالث.
- علاوي، م. (2004). المدخل في علم النفس الرياضي، ط4، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، م. (2009) مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب، ط3، القاهرة.
- قنديل، م. (1991) العلاقة بين مستوى القلق وسرعة التعليم ومستوى الأداء المهاري للمبتدئين في رياضة الجمباز، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية (12) جامعة حلوان، القاهرة.
- مكناي، إ. (2000)، مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الطاولة في الأردن وعلاقتها بالإنجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.
- هياجنة، أ. (2006) مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن جامعة اليرموك، اربد- الأردن.
- Alison, A (1999) Dealing with Fear, Article ".www.yahoo.com Article ,html.
- Fredrick. E. (1990) "Anxiety Patterns of College student Athletes" West Virginia University, Dis A. IP 4205.
- Gittens, Y. 2012. A Comparative Study: Perfectionism in Elite Ballet Dancers and Artistic Gymnasts, A thesis submitted to the University of Birmingham for the degree of Master of Philosophy.
- Mukesh, M. (2013). Relationship between State Anxiety In Gymnastics, International Journal Of Research Pedagogue And Technology In Education, India.
- Zapp, M. (1999) Art sport, anxiety in elite young gymnastic Colorado, spring available one- www.yahoo.com/article

The Multi-dimensional Anxiety and Its Relationship with Performing The Front Flip on The Jumping Platform among The Students of Gymnastics Courses in The Faculty of Sports Science at Mu'tah University

*Saleh Salem Ali Al-Qawaqzeh **

ABSTRACT

This study aims at identifying the level of multi-dimensional anxiety and its relationship with performing the front flip on the jumping platform among the students of gymnastics courses in the Faculty of Sports Science at Mu'tah University. It also aims at identifying the statistical differences in performing this skill according to the variables of (gender, the level of course, the academic year, the cumulative average, place of residence, academic achievement). The researchers use a descriptive approach due to its compatibility to the nature of the study. The study sample consists of 98 male and female students from the students who are enrolled in the courses of gymnastics (1,2) and they have been intentionally chosen. The questionnaire is used as the tool for collecting data. The researcher also use the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) in order to analyze data. The study results show that there are statistically significant differences for the course level in favour of gymnastics 2. The results show that there are statistically significant differences for the academic achievement in favor of those with an estimation of excellent, and that there are statistically significant differences for the second-year students. The results show that there are statistically significant differences for those who live in the village, and that there are statistically significant positive relationship between the course level and the level of multi-dimensional anxiety. The researcher recommend paying more attention to the general and specific preparation in the practical courses in order to reduce fear and anxiety during the implementation of skills as well as conducting more researches and studies in this field due to their importance in defining the obstacles that the students face and overcoming them.

Keywords: Anxiety; Gymnastics Courses; the Students of *Physical Education*.

* Mu'tah University, Jordan. Received on 24/10/2017 and Accepted for Publication on 8/10/2018.