



شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شبكة المعلومات الجامعية
@ ASUNET



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأفلام قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأفلام بعيدا عن الغبار

في درجة حرارة من ١٥-٢٥ مئوية ورطوبة نسبية من ٢٠-٤٠%

To be Kept away from Dust in Dry Cool place of
15-25- c and relative humidity 20-40%

بعض الوثائق الأصلية تالفة

بالرسالة صفحات لم ترد بالاصل

جامعة المنيا
كلية التربية الرياضية
قسم علم النفس الرياضي

تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية
ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي
رفع الأثقال بمدينة المنيا



إعداد

محمد توفيق محمد قنديل
مدرس تربية رياضية
إدارة مطاي التعليمية

إشراف

دكتور

حسن حسن عبده عبد الله
أستاذ علم النفس الرياضي
كلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

دكتور

مصطفى حسين إبراهيم باهي
أستاذ علم النفس الرياضي
كلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

إحدى متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية
من كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

١٤٢٢ هـ - ٢٠٠١ م

قرار

لجنة المناقشة والحكم

في البحث المقدم من السيد / محمد توفيق محمد قنديل مدرس بإدارة مطاي التعليمية
مركز المنيا لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

أنه في يوم الاثنين الموافق ١٥/١٠/٢٠٠١م وفي تمام الساعة ١٢ ظهراً مقر كلية التربية
الرياضية جامعة المنيا اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعتمدة من الأستاذ الدكتور / نائب
رئيس الجامعة لشئون الدراسات العليا والبحوث بتاريخ ٢٠٠١/٩/٢٠م والمشكلة من مجلس
الكلية بتاريخ ١٥/٩/٢٠٠١م من السادة الأساتذة :

أ.د / محمد العربي شمعون أستاذ متفرغ بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية
الرياضية بالهرم جامعة حلوان (مناقشاً)

أ.د / إخلاص محمد عبد الحفيظ أستاذ ورئيس قسم علم النفس الرياضي بكلية التربية
الرياضية جامعة المنيا (مناقشاً)

أ.د / مصطفى حسين إبراهيم باهي أستاذ علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية
جامعة المنيا (مشرفاً)

أ.د / حسن حسن عبده عبد الله أستاذ علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية
جامعة المنيا (مشرفاً)

وبعد مناقشة الدارس علنا في الرسالة موضوع بحثه والمعتمدة من مجلس الكلية بتاريخ
١٨/١٠/٩٩٩م والمعتمدة من الأستاذ الدكتور نائب رئيس الجامعة لشئون الدراسات العليا
والبحوث بتاريخ ١٢/٢/٢٠٠٠م وموضوعه "تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات
النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي رفع الأثقال بمدينة المنيا " وبعد مداولة قررت
اللجنة عبر الرسالة واقرحت سح السيد / محمد توفيق محمد قنديل درجة الماجستير
في التربية الرياضية من كلية التربية الرياضية جامعة المنيا .

أعضاء اللجنة

أ.د / محمد العربي شمعون

أ.د / إخلاص محمد عبد الحفيظ

أ.د / مصطفى حسين إبراهيم باهي

أ.د / حسن حسن عبده عبد الله

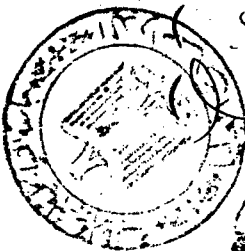
(التوقيع)

(محمد العربي شمعون)

(إخلاص محمد عبد الحفيظ)

(مصطفى حسين إبراهيم باهي)

(حسن حسن عبده عبد الله)



شكر وتقدير

تيمنا باسم الله الرحمن الرحيم واستفتاحاً بفاتحة الكتاب العزيز أتقدم بالحمد لله العلي العظيم على مزيد نعمائه ، طالباً منه عز وجل المدد ، محتسباً عند الله ما بذلته في إعداد البحث من جهد وعناء مرجعاً الفضل بعد الله سبحانه وتعالى إلى أساتذتي الإجلاء ، ولا غرور فهم علماء أفاضل في علم النفس الرياضي .

أتقدم بوافر الشكر والاحترام والعرفان بالجميل الي الأستاذ الدكتور / مصطفى حسين إبراهيم باهي الأستاذ بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا والأستاذ الدكتور / حسن حسن عبده عبد الله أستاذ علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا على ما بذلاه معي من جهد ووقت ومثابرة وخبرة لإنجاز ذلك العمل وكذلك ما قدماه لي من معلومات ونصائح غالية ساعدتني كثيراً في إنجاز ذلك العمل .

كما أتقدم بخالص شكري وعظيم تقديري إلى الأستاذ الدكتور / محمد العربي شمعون الأستاذ بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان والأستاذ الدكتور / إخلاص محمد عبد الحفيظ رئيس قسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا على تفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث .

كما أتقدم بإهداء هذا العمل الى والدتي أطال الله لنا في عمرها وكذلك زوجتي وقفت بجانبني لإتمام هذا العمل وكذلك أخوتي وكذلك الشكر لكل من ساهموا في إنجاز ذلك العمل . والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته ...

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- قرار لجنة المناقشة والحكم	ب
- الشكر والتقدير	ج
- قائمة المحتويات	د
- قائمة الجداول	ز

الفصل الأول

مقدمة البحث

- مشكلة البحث وأهميته	٢
- حدود البحث	٧
- أهداف البحث	٨
- فروض البحث	٨
- المصطلحات المستخدمة في البحث	٨

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولا: الإطار النظري	١١
- تقدير الذات	١١
- الدافع للإنجاز	١٤
- خصائص الرياضيين ذوي الدافع للإنجاز	١٧
- مستوى الطموح	١٨
- مستوى الطموح والنشاط الرياضي	٢٠
- الثقة بالنفس	٢٢
- مقدمة لرفع الأثقال	٢٦
- المهارات الأساسية في رياضة رفع الأثقال	٢٦

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- الخطوات الفنية لأداء الرفعات في رفع الأثقال	٢٧
ثانيا : الدراسات السابقة	٣٥
- الدراسات العربية	٣٥
- الدراسات الأجنبية	٣٧
- التعليق على الدراسات السابقة	٣٩

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

- منهج البحث	٤٢
- مجتمع وعينة البحث	٤٢
- أدوات جمع البيانات	٤٣
- خطوات تنفيذ البحث	٥٨
- المعالجات الإحصائية	٥٩

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

- أولا : عرض النتائج	٦١
- ثانيا : تفسير ومناقشة النتائج	٦٥

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

- الاستخلاصات	٦٧
- التوصيات	٦٧

قائمة المراجع

- المراجع باللغة العربية	٧٠
- المراجع باللغة الأجنبية	٧٦

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الملحقات	
ملحق (١) اختبار الدافع للإنجاز	٧٨
ملحق (٢) اختبار مستوى الطموح	٧٩
ملحق (٣) اختبار الثقة بالنفس (الحالة)	٨٠
ملحق (٤) اختبار الثقة بالنفس (السمة)	٨١
ملحق (٥) اختبار تقدير الذات (قائمة إدراك الذات)	٨٢
ملحق (٦) تقييم مستوى الأداء المهاري في رفع الأثقال	٨٣

ملخص البحث

أولا : ملخص البحث باللغة العربية	٨٥
ثانيا : ملخص البحث باللغة الإنجليزية	٨٦

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعاملات الالتواء للمتغيرات قيد البحث للاعبين رفع الأثقال ذوي الأداء المهاري المرتفع	٤٢
٢	المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعاملات الالتواء للمتغيرات قيد البحث للاعبين رفع الأثقال ذوي الأداء المهاري المنخفض	٤٣
٣	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في اختبار الدافع للإنجاز	٤٥
٤	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار الدافع للإنجاز	٤٦
٥	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في اختبار مستوى الطموح	٤٨
٦	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار مستوى الطموح	٤٨
٧	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في اختبار حالة الثقة الرياضية	٥٠
٨	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في اختبار سمة الثقة الرياضية	٥٢

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
٩	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار الثقة بالنفس (السمة)	٥٣
١٠	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في تقييم مستوى الأداء المهاري	٥٤
١١	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في التقييم المهاري	٥٥
١٢	دلالة الفروق بين لاعبي مراكز الشباب ولاعبي المنطقة في اختبار تقدير الذات (مقياس تقبل الذات للرياضيين)	٥٦
١٣	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار تقدير الذات	٥٧
١٤	معاملات الارتباط بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية قيد البحث ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي رفع الأثقال ذوى مستوى الأداء المهاري المرتفع	٦١
١٥	معاملات الارتباط بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية قيد البحث ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي رفع الأثقال ذوى مستوى الأداء المهاري المنخفض	٦٢
١٦	دلالة الفروق بين لاعبي رفع الأثقال ذوى الأداء المرتفع والمنخفض في المتغيرات النفسية ومستوى الأداء المهاري	٦٢

الفصل الأول

مقدمة البحث

مشكلة البحث وأهميته

حدود البحث

أهداف البحث

فروض البحث

المصطلحات المستخدمة في البحث

الفصل الأول

مقدمة البحث

مشكلة البحث وأهميته :

يعتبر العامل النفسي من أهم العوامل التي تلعب دوراً هاماً وحيوياً في تحقيق أفضل المستويات الرياضية إذا تم ضبطها والتعرف على طرق إعداد الفرد نفسياً قبل المباريات وأثناء عملية التدريب ، ويشير " محمد علاوي " (١٩٨٢) إلى أن الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي إلا أن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل تحقيق الفوز ألا وهو " العامل النفسي " الذي يلعب دوراً هاماً ويتأسس عليه بدرجة كبيرة تحقيق الفوز (٤٢ : ١٢) .

ويشير " ألبورت " Alport " إلى أن الذات هي جوهر الشخصية ، ويقصد بها جوانب معينة في شخصية الفرد ، تعتبر ذات أهمية بالغة من حيث مدى إسهامها " (٢٢ : ١٩) .

ويرى " عماد إسماعيل " (١٩٩٠) الذات على أنها ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد ككل (٢٢ : ١٩) .

ويذكر " سوليفان " Sullivan أن الإنسان بدون نظام للذات غالباً ما يكون وراء عالم من التخيل أو التصور ، كما يذكر " عادل عز الدين " (١٩٨٧) أن الذات شيء ما له تكوين ونحو على نسق معين ، إنها ليست هناك منذ الميلاد ، ولكنها تنشأ وتنمو من خلال عملية الخبرة والنشاط الاجتماعي (٢٦ : ٥٩ ، ٦٠) .

يتفق معظم العلماء على أن تقدير الذات يعتبر عاملاً هاماً وفعالاً في توافق الفرد وصحته النفسية ، ويتوقف تقدير الفرد لنفسه في أي مرحلة من مراحل