



التكيف الاجتماعي وعلاقته بدقة الضربتين الامامية والخلفية بالتنس لطلبة المرحلة الثالثة

م.م. مصطفى حسين مقتاظ

كلية الهندسة / جامعة ميسان

mustafa.hu@uomisan.edu.iq

الملخص

هدفت الدراسة: التعرف على العلاقة بين التكيف الاجتماعي وعلاقته بدقه الضربة الامامية بالتنس لطلبة المرحلة الثالثة، تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان عدده (120) طالب وتم تطبيق التجربة على عينة البحث البالغة (100) طالب وبلغت النسبة المئوية (83.333%) من النسبة المئوية لمجتمع البحث، عينة البحث لذا اختيرت العينة بطريقة تمثل المجتمع تمثيلاً حقيقياً، وهم من طلاب المرحلة الثالثة، واشتملت (100) طالب وبنسبة (83.333%) من النسبة المئوية لمجتمع البحث من مجتمع البحث البالغ (120).

الخاتمة: لدى الطلاب تكيف اجتماعي جيد وسط المجتمع الذي هم فيه، تحقق التكيف لدى الطلبة يعمل على تحقيق الاستقرار النفسي لدى الطلبة، ان التكيف الاجتماعي يعمل على تنظيم التوصل بين الافراد وهذا يخلق جو من اللفة والتواصل المرن، **التوصيات:** العمل على تحقيق التكيف الاجتماعي بشكل يتناسب مع الظروف المحيطة والفردية، العمل على دعم الرياضة من خلال دراسات علم النفس في العراق وتوفير الدعم المالي واللوجستي له، نشر الوعي الثقافي المجتمعي بضرورة دعم الرياضيات من خلال الدعم النفسي للرياضيين، العمل على انتاج برامج تنقيفية تدعم الجانب النفسي والمعنوي لدى الطلبة، العمل على نشر بحوث جديدة تختص بجوانب مختلفة من التكيف الاجتماعي الذات ومهارات اخرى.

الكلمات المفتاحية: التكيف الاجتماعي، التنس، الضربة الامامية

1-التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث واهميته:

يعد علم النفس من العلوم المهمة في المسار العلمي اذ انتجت العلوم الأخرى الكثير من المفاهيم والمعارف وعلم النفس لم يقل اثراً في اثناء المعرفة العلمية فيعد الان أساس متين تعتمد عليه حياة الانسان لكونه جزء أساسي من حياته الخاصة والعامة ولذلك تطورت الدراسات والأبحاث في هذا

الجانب وحاولت تغطية كافة مفاصل العناوين والمحاور النفسية التي تصيب الانسان بغية تحقيق التوازن النفسي لديه.

ان التكيف الاجتماعي من الصفات النفسية التي يجب ان يتميز بها الفرد وهي تجعله منسجم مع المحيط به ويعد التكيف عملية ديناميكية يحاول الفرد القيام بها ليتعايش مع محيطه بصورة افضل وهذا التكيف يعمل على خلق بيئة طبيعية تنمي قدرات الطلاب وهذا التكيف يعمل على تقوية الاواصر بين الطلاب وينمي التآلف بينهم وهذا يدفع الطلبة الى العمل بشكل متزن وثابت .

تحتاج الضربة الامامية بالتنس الى انتباه وتركيز كونها تتم خلال أجزاء من الثانية وهذا يحتاج الى ان يكون الفرد ذو حالة ذهنية ونفسية مستقرة وان التكيف المجتمعي الذي يحصل عليه الفرد بين اقرانه سيجعله يشعر بالارتياح ولا يفقد تركيزه في اثناء الأداء وان أي ظروف اخر تجعله قلق او متوتر قد تؤثر سلباً على الفرد الذي يؤدي هذه المهارة فهي مهارة معقدة ومركبة الى حد ما فتستلزم العديد من المتغيرات المهارية والبدنية والنفسية لتنفيذها بشكل صحيح.

ومما سبق تكمن أهمية البحث بيان أهمية التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثالثة وعلاقتها بمهارة الضربة الامامية وهذا لمعرفة اثره على الضربة وكذلك سيعطي للتدريسيين صورة واضحة عن التكيف الاجتماعي ودوره في دقة أداء المهارة.

2-1 مشكلة البحث :

تتمحور مشكلة البحث ان الأداء المهاري للضربتين الامامية والخلفية لدى طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان تفنقر الى جودة الأداء وهنا نرى ان المشاكل التي تواجه الطالب المستجد في الأداء المهاري تتنوع فمنها بدنية ومهارية ونفسية، والحالة النفسية من المشاكل المرتبطة بشكل جذري لدى الطلاب فالخوض بمهارة جديدة او فعالية او لعبة جديدة يجعله في حالة توتر وتخوف من التكيف مع المهارة امام الاخرين فالخطأ يولد صورة مخجلة لدى الفرد في داخله مما يبعث على زيادة التوتر امام الاخرين ، وهنا ارتأى الباحث الى دراسة التكيف الاجتماعي وعلاقته لدى طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان.

3-1 اهداف البحث :

التعرف على العلاقة بين التكيف الاجتماعي وعلاقته بدقه الضربة الامامية لطلبة المرحلة الثالثة/ جامعة ميسان للعام الدراسي 2024- 2025 .

4-1 مجالات البحث :

1-4-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان
للعام الدراسي 2024- 2025 .

2-4-1 المجال المكاني : القاعات الدراسية وملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان.

3-4-1 المجال الزمني : من المدة 2024/9/15 ولغاية 2025/1/25.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهجية البحث:

ويقصد بالمنهج البحثي هو الطريق الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه ، لذا استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية كونه أكثر ملائمة لأهداف البحث وطبيعة المشكلة "فالغرض الرئيسي للمنهج الوصفي هو توصيف المتغيرات كما هي موجودة في الوقت الحاضر دون تدخل من الباحث" (عوض، 2008، صفحة 18).

2-2 مجتمع البحث وعينته:

1-2-2 مجتمع البحث:

تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان عدده (120) طالب وتم تطبيق التجربة على عينة البحث البالغة (100) طالب وبلغت النسبة المئوية (83.333%) من النسبة المئوية لمجتمع البحث .

2-2-2 عينة البحث:

عينة البحث " هي الجزء الاساسي المأخوذ من المجتمع الأصلي والتي تمثله بنسبة معينة عن طريقها تؤخذ البيانات المتعلقة بالبحث ذلك لغرض تعميم النتائج على المجتمع الأصلي" (رضوان، 2003، صفحة 17).

لذا اختيرت العينة بطريقة تمثل المجتمع تمثيلاً حقيقياً، وهم من طلاب المرحلة الثالثة ، واشتملت (100) طالب وبنسبة (83.333%) من النسبة المئوية لمجتمع البحث من مجتمع البحث البالغ (120).

2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستعملة في البحث:

"يستند نجاح البحث في انجاز أهدافه يتوقف على عدة عوامل من أهمها الاختيار الصحيح والمناسب للأدوات والحصول على معلومات ، ولهذا فان اختيار الأدوات الملائمة يعد عملاً مهماً بالبحث العلمي" (العنيزي، 1998، صفحة 26)، وقد استعان الباحث في الحصول على المعلومات بالوسائل والأدوات الأتية :

1-3-2 الأدوات والوسائل المستعملة في البحث:

- استبانة مقياس التكيف الاجتماعي (مكي، 2023، صفحة 134).
- المقابلات التي قام بها الباحث مع ذوي الخبرة والاختصاص.
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.

- قرطاسية وأدوات مكتبية (أوراق وأقلام الخ).
- استمارات جمع البيانات وتفرغها.
- الحقيبة الإحصائية (SPSS).
- **2-3-2 الأجهزة المستعملة في البحث:**
- حاسبة نوع (Cassio) يدوية.
- لاب توب شخصي نوع (Acer).
- 4-2 إجراءات البحث الميدانية:
- 1-4-2 الاختبارات المستخدمة في البحث :
- 2-1-4-2 اختبار دقة الضربات الأمامية والخلفية (Dhafir، 2004، صفحة 5):
اسم الاختبار : دقة الضربات الأمامية والخلفية .
هدف الاختبار : قياس دقة الضربات الأمامية والخلفية .
الادوات : ملعب تنس قانوني، كرات تنس ، مضارب تنس ، اصباغ لتخطيط مناطق الاختبار ، استمارة تسجيل ، ساعة توقيت و سلة كرات .
إجراءات :
- 1- يجب التأكد في بداية الاختبار من ان افراد العينة قد اكملوا الإحماء وجاهزين لإجراء الاختبار.
- 2- (10) كرات تمنح للاعب من الجهتين (واحدة أمامية واخرى خلفية) الخ، وعلى اللاعب ان يضرب الكرة داخل الملعب الفردي بخط مستقيم ، كما في الشكل (10) .
- 3- تمنح (10) كرات اخرى للاعب من الجهتين (واحدة أمامية واخرى خلفية) ... الخ ، وعلى اللاعب أن يضرب الكرة داخل الملعب الفردي قطرياً ، كما موضح في الشكل (10) .
- 4- تحتسب نقاط التقييم على ضوء مكان سقوط الكرة في الارتداد الاول للدقة .
- 5- على اللاعب المساعد ان يرمي الكرة في منتصف المنطقة بين خط الإرسال وخط القاعدة.
- ويحق للاعب الضارب أن يرفض الكرة غير منتظمة التي تقع خارج المنطقة الصحيحة .
- - احتساب نقاط دقة الضربات الأرضية :
- 1- نقطة واحدة عندما تسقط الكرة في اية منطقة من المركز خارج المناطق الهدفية المخططة .
- 2- نقطتان عندما تسقط الكرة بداخل المنطقة الهدفية للدقة قبل خط الإرسال .
- 3- ثلاث نقاط عندما تسقط الكرة بداخل المنطقة الهدفية للدقة في المنطقة الهدفية الخلفية للدقة وفي الملعب الفردي للتنس
- - أعلى نتيجة محتملة = 60 نقطة للدقة .
- **2-4-2 مقياس الحاجات النفسية (مكي، 2023، صفحة 134):.**
- استخدم الباحث مقياس (هلال كاظم) الذي يتكون من (44) عبارة ذو سلم إجابات ثلاثية ()
ينطبق، غير متأكد ، لا ينطبق) وهو من المقاييس المعتمدة على البيئية العراقية وصالح للاستخدام على
عينة البحث المبحوثة .
- **3-4-3 التجربة الاستطلاعية:**
- قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/9/22 المصادف يوم الاحد وكانت الغاية من
إجراء هذه التجربة هي الآتي :

- التعرف على إمكانية إجراء الاختبار والمقياس.
- التعرف على مدى ملاءمة الاختبارات مع عينة البحث .
- التعرف على الزمن المستغرق لكل اختبار.
- التعرف على قدرة وكفاية الفريق المساعد.

2-4-4 التجربة الرئيسية:

تم تطبيق مقياس التكيف الاجتماعي (مكي، 2023، صفحة 134). على عينة البحث وعددهم (100) طالب خلال المدة من 2025/1/2 الى 2025/2/2 ، وبعد استرجاع (100) استمارة تمثل كل مقياس دقت الاستمارات المسترجعة للتأكد من إتباع التعليمات والتأكد أن فقرات المقاييس جميعها قد أُجيب عنها ، فكانت نتائج التدقيق هي عدم استبعاد أي استمارة من مجموع الاستمارات الكلية المسترجعة وذلك لاكتمال الإجابة بدقة على جميع فقرات المقاييس وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسية ، قام الباحث بجدولة البيانات الخاصة بأفراد عينة التطبيق بعد جمعها وترتيبها تمهيدا لتحليلها إحصائياً.

2-5 وسائل الإحصاء:

اعتمد الباحث الوسائل الإحصائية بالحقيبة (SPSS) الإصدار (v23) ، وبرنامج (Excel) لمعالجة البيانات الواردة في بحثها:

3- عرض النتائج ومناقشتها :

3-1 عرض النتائج :

جدول (1)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباك البسيط لمقياس التكيف الاجتماعي الضربة الامامية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig	الدلالة
المقياس	91.66	19.25	0.754	0.001	معنوي
الضربتين الامامية والخلفية	43.10	1.287			

● معنوي عند درجة حرية ن-1 = (99) .

3-1-1 مناقشة نتائج البحث :

من خلال ملاحظتنا للجدول (1) نلاحظ معنوية الارتباط بين متغيرات البحث لمقياس التكيف الاجتماعي بالضربتين الامامية والخلفية، ويعزو الباحث ذلك الى ان التكيف الاجتماعي هي عملية متعددة الجوانب فمنها وتعمل على خلق بيئة يتواصل من خلالها الأشخاص بكل مرونة واريحية وتخلق

جو يساهم في تقدم الافراد وان هذا التكيف قد يأتي نتيجة بناء سابق للشخصية ولذلك يكون التكيف بصورة شبه سريعة مع البيئة المحيطة (فوزية) " وان عملية تكيف الفرد مع بيئته الاجتماعية وتشكيله على صورة مجتمعه هي عملية تربوية تضطلع بها الأسرة والمربون بغية تعليم الفرد امثال مطالب المجتمع، والأندماج بثقافته ومجالات الآخرين بوجه عام (ذياب، 1977، صفحة 114).

وان عملية وضع الأهداف والخطط المناسبة لتحقيقها تجعل صاحبها يعيش حالة من اشباع الذات الذي يجعله يشعر بشعور الاكتمال الداخلي لنفسه ويذكر (حامد سليمان ، 2012) " من أن الأهداف التي يضعها الفرد للمستقبل ومنها الاهداف الشخصية تمثل عنصراً مهماً لزيادة دافعية الإنجاز ، إذ تعد الأهداف مصادر طاقة لا تنضب تشجع للإنجاز والممارسة للأنشطة التي تحقق هذه الأهداف" (حمد، 2012، صفحة 294).

ان الانسان بطبيعته ذو نزعة اندفاعية وذو رغبة قوية في تحقيق الاثارة التي تولد في داخله كأن يحقق انجاز معين يذكر فيه ويخلد اسمه بمحفل معين وتحقيق هذه الاثارة وهذا يتم بمشاركة الفرح والسعادة بالبيئة المحيطة للفرد وتساهم في رفع مستوى الاثارة لديه الذي يعمل على تطوير مهاراته إذ يذكر (أسامة كامل) " يولد الإنسان ولديه كمية معينة من الحاجة إلى الإثارة ، والتي يمكن أن نعبر عنها ببساطة بالمتعة عندما يكون مستوى الإثارة منخفضاً جداً يصبح متضايقاً ويبحث عن الإثارة ... والأنشطة الرياضية تعتبر نموذجاً فريداً وخاصة بالنسبة للنشئ الرياضي لأنها تزيد من درجة الإثارة إلى المستوى الأمثل وذلك مصدر المتعة" (راتب، 2000، الصفحات 83-84)

ان الطلاب بحكم المجتمع هم يندفعون الى ممارسة الرياضة بشكل اجباري لكون المحاضرات هي أساس في حياتهم الدراسية وهذا يدفع الطلبة الى الاحتكاك مع اقرانهم وعلى نطاق واسع ولكن ممارسة الرياضة في الكلية تعد متنفس كبير له وفتحت الأبواب لهم لأخراج الابداع الذي يمتلكونه في الرياضة وهذا يعود الى البيئة التي وفرتها الكلية في تحقيق التكيف الاجتماعي للطلاب إذ يذكر (كريم وعبدالرحمن) تعمل المواقف النفسية داخل بيئة الفرد وخارجها على تحفيز الفرد لبناء خبراته، لأجل أن يتعلم كيف يستخلص أفضل طريق الإشباع في أنسب مجموعة من الظروف (سليمان، 1995، صفحة 94)

الخاتمة

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات

- 1- لدى الطلاب تكيف اجتماعي جيد وسط المجتمع الذي هم فيه .
- 2- ان تحقق التكيف لدى الطلبة يعمل على تحقيق الاستقرار النفسي لدى الطلبة.

3- ان التكيف الاجتماعي يعمل على تنظيم التوصل بين الافراد وهذا يخلق جو من الالفة والتواصل المرن.

التوصيات:

- 1- العمل على تحقيق التكيف الاجتماعي بشكل يتناسب مع الظروف المحيطة والفردية.
- 2- العمل على دعم الرياضة من خلال دراسات علم النفس في العراق وتوفير الدعم المالي واللوجستي له.
- 3- نشر الوعي الثقافي المجتمعي بضرورة دعم الرياضيات من خلال الدعم النفسي للرياضيين .
- 4- العمل على انتاج برامج تثقيفية تدعم الجانب النفسي والمعنوي لدى الطلبة.
- 5- العمل على نشر بحوث جديدة تختص بجوانب مختلفة من التكيف الاجتماعي الذات ومهارات اخرى.

المصادر

1. أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة ، المفاهيم – التطبيقات ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000.
2. ايمن فوزي محمد سراج الجوهرى : الحاجات النفسية وعلاقتها بالضغط لدى المراهق الاصم ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق، 2006 .
3. حامد سليمان حمد ، علم النفس الرياضي ، ط1، (بغداد ، بدون مطبعة ، 2012) .
4. عدنان عوض: **مناهج البحث العلمي** ، الشركة العربية للتسويق والتوريدات ، القاهرة ، 2008 .
5. كريم سميحة توك وعبد الرحمن سليمان : علاقة مصدر الضبط بالقدرة على اتخاذ القرار ، مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، السنة الرابعة ، العدد الثامن يوليو 1995.
6. علاوي ومحمد نصر الدين ، اختبارات الأداء الحركي، ط1 ، (القاهرة، دار الفكر العربي ، 1982).
7. محمد نصر الدين رضوان: **الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية** ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2003.
8. فوزية ذياب : نمو الطفل وتنشئته بين الأسر ودور الحضانة ، القاهرة، 1977.
9. هلا كاظم مكي، **الحاجات النفسية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى الممارسين لرياضة السباحة في محافظة ذي قار** ، اطروحة دكتوراه غير منشوره ، جامعة ذي قار ، 2023.
10. العيزي واخرون ، مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق، ط1، (مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت) ، 1998.

Intentional Tennis Federation translation, Dhafir Hashim , U.S.A, 2004.11

ملحق (1) مقياس التكيف الاجتماعي

ت	الفقرات	نعم	احيانا	لا
1.	اتفهم احتياجات الآخرين			
2.	قادرا على سمع مشاكل الناس			
3.	استوعب مشاعر من حولي			
4.	احاول ان اكون مصدر عطف وحنان عندما يفشل الآخرين في امر ما			
5.	اتفهم المقابل واتعاطف معه			
6.	اشعر بما يشعر به الآخرون			
7.	اساعد الآخرين في حل مشكلاتهم واحس بها			
8.	احرص على ان اكون لطيفا مع الآخرين			
9.	اقدم النصيحة لمن حولي عندما يفشل في امر ما			
10.	اساعد من حولي على تجاوز المواقف الصعبة التي يمرون بها			
11.	اقنع المقابل ان ما يمر به من ظروف يمر بها الكثيرين			
12.	انصح من حولي بعدم تضخيم الامور عند حدوث شيء مؤلم لهم			
13.	اساعد الآخرين على التخلص من الافكار السلبية التي تستحوذ تفكيرهم.			
14.	اشجع من حولي على الحفاظ على توازنهم الانفعالي عند الشعور بالانزعاج			
15.	اسعى الى جعل الامور تسير في سياقها الطبيعي عندما افشل في امر ما			
16.	احرص دائما على التعاون مع الآخرين .			
17.	اساعد زملائي في التعبير عن انفسهم وافكارهم .			
18.	لا اعارض بالرأي اذا كان يتعارض مع رأي المجموعة.			
19.	ابدي اراني ومقترحاتي بكل صدق ووضوح اتجاه أي موضوع .			
20.	اشجع زملائي باستمرار واحترم قدراتهم وامكانياتهم .			
21.	اشعر بالحزن عندما اعمل بمفردي بعيدا عن مشاركة زملائي .			
22.	احرص على انجاز ما يكلفني به زملائي من واجبات في وقتها المحدد .			
23.	اقدم العون للآخرين واساعدهم في حل مشكلاتهم .			
24.	اعاون واساند زملائي من اجل ان يقوموا بتحقيق اهدافهم.			
25.	استمع لكل رأي يبديه زملائي حول موضوع المناقشة .			
26.	احرص على ان لا اتواجد في بعض الاوقات التي يحتاجني بها زملائي .			

			أفضل المصلحة العامة على المصلحة الشخصية .	27.
			استخدم نفوذي الشخصي في تعديل أي قرار يتخذه زملائي إذا كان يتعارض مع مصلحة الجماعة .	28.
			احزن عندما يخفي بعض الأشخاص ما لديهم من معلومات تخدم الآخرين	29.
			اتحدث في المواضيع المفتوحة التي تدفع المقابل على الاستمرار في الحديث	30.
			اعطي الفرصة بالتحدث وطرح الأفكار وابداء الرأي	31.
			لا اركز سمعي على الشخص المتكلم	32.
			اناقش المواضيع التي تدخل ضمن اهتماماتي	33.
			احرص على استخدام العبارات والكلمات الواضحة والمفهومة من قبل الآخرين	34.
			اتفاعل مع المتكلم لآخبره ان رسالته وصلت (مثل :كلامك مفهوم , واضح , علم)	35.
			ارى نفسي غير قادر على اقناع الآخرين .	36.
			احرص على استخدام الامثال والقصص لأثبات وجهة نظري	37.
			اطرح افكاري بطريقة تجعل المقابل يدعمني ويشجعني	38.
			احول ان اكون مبتسما عند التحدث مع الآخرين	39.
			افسر الافكار والآراء التي تصدر من المقابل حسب انطباعاتي عنه	40.
			استطيع تخمين ما يخفيه الآخرين من مشاعر وأفكار من خلال النظر الى الحركات وتعبيرات الوجه .	41.
			احاول استخدام الحركات الجسمانية المناسبة التي تساعدني على ايصال افكاري	42.
			اغتم الوقت المناسب للتواصل مع الآخرين	43.
			اهتم كثيرا بمظهري ونظافتي واناقتي	44.