



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

قسم المناهج وطرق التدريس

أثر القلق على مستوى الأداء الرقمي في الوثب العالي لدى طلاب كلية التربية الرياضية

بحث مقدم كجزء من متطلبات دراسة الدبلوم فوق الجامعي في التربية

احمد الطالب : حماد داؤد الجبوري

اشراف الأستاذ : أحمد يعقوب جهريل

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

قسم المناهج وطرق التدريس

اثر القلق على مستوى الأداء الرقمي في الوب العالي
لدى طلاب كلية التربية الرياضية

بحث مقدم كجزء من متطلبات دراسة الدبلوم فوق الجامعي في التربية

إعداد الطالب

حماد داؤد الجبوري

إشراف الأستاذ

احمد يعقوب جبريل

١٤٢١هـ - ٢٠٠٠م

ملخص الدراسة باللغة العربية

هدفت الدراسة إلى فحص أثر القلق على الأداء الرقمي في الوبث العالي وإمكانية استغلاله في تحسين الأداء لدى طلاب كلية التربية الرياضية. ولقد افترض الباحث عدم وجود أي فروق جوهرية في هذين المتغيرين (الحالة والسمة) بين الطلبة والطالبات.

كما افترض الباحث انعدام تأثير القلق بنوعيه على الأداء الرقمي في الوبث العالي.

و أجريت الدراسة على عينه عشوائية قوامها (٣٠) طالباً وطالبه من مجموعتين متساويتين في العدد. واستخدم الباحث مقياس القلق الرياضي لمارتنز حيث طبق المقياس في الحالة العادية ثم أعاد تطبيقه بعد ثلاث أسابيع عند اقتراب موعد الامتحان حيث أصبح الموقف ضاغطاً مما أثر على القلق بالنسبة لأفراد العينة.

وأسفرت الدراسة عن :

- وجود فروق معنوية في مقياس قلق الحالة بين الطلبة والطالبات لصالح الطالبات.

- يتناسب الأداء العملي طردياً مع قلق الحالة.

و اتفقت هذه النتائج مع العديد من الدراسات السابقة فيما يختص بأثر القلق على الأداء

الرقمي.

Abstract

The study aims to investigating the effect of anxiety on the digital performance in the high jump and the possibility of utilizing it in promoting the student's performance for Physical Education College. The researcher has assumed that there are substantial differences in these variables namely (the case and the feature), between the male and female students. The researcher has also hypothesized the absence of the effect of anxiety, with its different kinds, on the digital performance in the high jump.

The research has tackled randomly a sample of 30 male and female students. The researcher has adopted Martens standard for sport anxiety. The standard was first applied in the normal situation and then re-used after three weeks when the exams were approaching. So the situation became tense and this has caused anxiety among the target group.

Conclusions :-

There are significant differences in anxiety levels among both male and female students, and it is less significance among the females.

The physical performance resemblance due to the Anxiety case. .

The findings of this research are in line with many previous studies conducted on the impact of anxiety with regard to the digital performance.

فهرس الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ	الإهداء
ب	شكر وتقدير
ج	ملخص الدراسة باللغة العربية
د	ABSTRACT
هـ	فهرس الموضوعات
ح	فهرس الجداول

الفصل الأول : خطة البحث

١	١-١ المقدمة
١	٢-١ مشكلة الدراسة
٣	٣-١ حدود الدراسة
٣	٤-١ أسباب اختيار مشكلة الدراسة
٤	٥-١ أهمية الدراسة والحاجة إليها
٤	٦-١ أهداف الدراسة
٥	٧-١ فروض الدراسة
٥	٨-١ مصطلحات الدراسة
٦	٩-١ مسلمات الدراسة

الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة

الإطار النظري	
٨	١-٢ المقدمة
٨	٢-٢ مفهوم القلق
٩	٣-٢ تعريف القلق
١٠	٤-٢ أنواع القلق

- ١٠ ٥-٢ الأعراض الجسمية والسيكوباتولوجية للقلق العصابي
- ١١ ٦-٢ الأعراض البيوسيكولوجية والأمراض السيكوسوماتية للقلق
- ١٢ ٧-٢ علاقة القلق والضغط والضيق بظهور الأمراض السيكوسوماتية
- ١٢ ٨-٢ مفهوم القلق في المجال الرياضي.
- ١٣ ٩-٢ مستويات القلق المرتبط بالمنافسة الرياضية
- ١٤ ١٠-٢ أساليب التغلب على القلق بصوره عامة
- ١٥ ١١-٢ أساليب التعرف على القلق لدى الرياضيين
- ١٥ ١٢-٢ مقياس القلق الرياضي
- ١٦ ١٣-٢ مفهوم التدريب الرياضي
- ١٧ ١٤-٢ ألعاب القوى
- ١٧ ١٥-٢ أهمية الوثب العالي كرياضة عالمية
- ١٨ ١٦-٢ أهم الطرق المستخدمة في الوثب العالي
- ١٨ أولاً: الطريقة الغربية
- ١٨ (أ) الاقتراب
- ١٨ (ب) الارتقاء
- ١٩ (ج) التعدية
- ١٩ (د) الهبوط
- ١٩ ثانياً: الطريقة السرجية :
- ١٩ أولاً: الاقتراب
- ١٩ (ب) الارتقاء
- ٢٠ (ج) تعدية العارضة
- ٢٠ (د) الهبوط
- ٢٠ ثالثاً: الطريقة الظهرية
- ٢١ (أ) الاقتراب
- ٢١ (ب) الارتقاء
- ٢١ (ج) تعدية العارضة

٢٢ (د) الهبوط

الدراسات السابقة

٢٣ (أ) الدراسات العربية

٢٣ -دراسة فنتات محمد جبريل وآخرين

٢٣ -دراسة رشيد حلمي وسمير لطفي

٢٣ -دراسة أمينة محمد كاظم

٢٤ -دراسة حسن السيد أبو عبده.

٢٤ (ب) الدراسات الأجنبية

٢٤ -دراسة هادلستون وجيل Hadliston and Jell

٢٥ -دراسة مارتنز وسيمون Martens and Simon

٢٥ -دراسة بالرمو وآخرين Balermo and Others

٢٦ تعقيب على الدراسات السابقة

الفصل الثالث : منهج البحث وإجراءاته

٢٨ ٣-١ المقدمة

٢٨ ٣-٢ منهج الدراسة

٢٩ طريقة جمع البيانات

٣٠ طريقة تصحيح الاختبار

٣١ ٣-٣ عينة الدراسة

٣١ ٣-٤ المجال الزمني

٣١ ٣-٥ أدوات الدراسة

٣٢ ٣-٦ المعالجة الإحصائية

الفصل الرابع : عرض وتحليل النتائج

٣٤ ٤-١ تمهيد

٣٤ ٤-٢ عرض وتحليل نتائج الدراسة

٣٧ ٤-٣ تفسير نتائج الدراسة

الفصل الخامس الخاتمة

- ٤١ ١-٥ المقدمة
٤١ ٢-٥ أهم نتائج الدراسة
٤٢ ٣-٥ أهم توصيات الدراسة
٤٢ ٤-٥ أهم المقترحات لدراسات مستقبلية

المصادر والمراجع

- ٤٤ أولاً : المراجع والمصادر العربية
٤٥ ثانياً : المراجع والمصادر الأجنبية
٤٦ ثالثاً : المجالات والدوريات والرسائل الجامعية

الملاحق

- ٤٨ ملحق رقم (١) الاستبيان
٤٩ تابع ملحق رقم (١)
٥١ ملحق رقم (٢) خطاب لعميد كلية التربية الرياضية