

أثر الاستقرار النفسي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لدى طلبة إعدادية المثنى للعلوم الرياضية

The effect of psychological stability in learning the skill of handling football among students of Al-Muthanna Preparatory School for Sports Sciences

م.م امير حسين سفيح حسن

وزارة التربية _ مديرية تربية المثنى

Ameer Hussan Sfayyih

aaqqeds5543@gmail.com

ملخص البحث

يهدف البحث إلى دراسة أثر الاستقرار النفسي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لدى طلاب الصف الأول في إعدادية المثنى للعلوم الرياضية. تناول البحث مفهوم الاستقرار النفسي وأهميته في العملية التعليمية والرياضية كما ركز على مهارة المناولة كأساس لتطوير الأداء الكروي. استخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي لجمع البيانات وتحليلها واستخدم أدوات قياس موثوقة لتحديد مستويات الاستقرار النفسي ومستوى تعلم المهارة. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين الاستقرار النفسي وقدرة الطلاب على تعلم مهارة المناولة بكفاءة عالية. كما قدم البحث توصيات لتعزيز الاستقرار النفسي لتحسين الأداء الرياضي للطلاب.

الكلمات المفتاحية (الاستقرار النفسي ، المناولة بكرة القدم)

Abstract:

The study aims to examine the impact of psychological stability on learning the ball-handling skill in football among first-grade students at Al-Muthanna Secondary School for Sports Sciences. The research addressed the concept of psychological stability and its importance in educational and sports processes, focusing on ball-handling as a fundamental skill to enhance football performance. A descriptive-analytical approach was used to collect and analyze data, employing reliable tools to measure psychological stability and skill acquisition levels. Results revealed a positive correlation between psychological stability and students' ability to learn the ball-handling skill effectively. Recommendations were provided to enhance psychological stability to improve students' sports performance.

Keywords (psychological stability, football handling)

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة واهمية البحث:

يعد الاستقرار النفسي من أهم العوامل التي تؤثر على قدرة الفرد على التعلم والأداء الرياضي حيث يمثل حالة التوازن الداخلي للفرد وقدرته على مواجهة الضغوط النفسية والتحديات المختلفة. وفي مجال كرة القدم، تعتبر مهارة المناولة من المهارات الأساسية التي يعتمد عليها اللاعب في التحكم بالكرة ونقلها بدقة وسرعة ما يجعل تعلم هذه المهارة مرتبطاً بشكل مباشر بالجانب النفسي للطلاب. تشير الدراسات إلى أن الطلاب ذوي الاستقرار النفسي العالي يمتلكون قدرة أكبر على التركيز والانتباه أثناء التدريب والمباريات مما يساهم في تحسين مستوى تعلم المهارات الحركية. يواجه الطلاب في المرحلة الإعدادية ضغوطاً متعددة قد تؤثر على أدائهم مثل القلق الأكاديمي والاجتماعي ومن هنا تأتي أهمية دراسة العلاقة بين الاستقرار النفسي وتعلم المهارات الرياضية. وقد أظهرت بعض الدراسات المحلية والدولية أن الدعم النفسي والبيئة التعليمية الإيجابية يعززان تعلم المهارات الحركية ويقللان من المشكلات السلوكية التي قد تعيق الأداء. تهدف هذه الدراسة إلى توضيح أثر الاستقرار النفسي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم وتقديم بيانات تساعد المعلمين والمدربين على تطوير أساليب تدريبية تراعي الجانب النفسي للطلاب. يركز البحث على طلاب الصف الأول في إعدادية المثنى للعلوم الرياضية حيث تمثل هذه المرحلة بداية التعرف المكثف على المهارات الرياضية الأساسية وتعد مؤشراً مهماً على قدرة الطلاب على التطور الرياضي والنفسي. إن فهم العلاقة بين الاستقرار النفسي والمهارات الحركية يساهم في صياغة برامج تدريبية متكاملة تعزز من الأداء الرياضي وتقلل من معدلات الفشل والإحباط بين الطلاب.

٢-١ مشكلة البحث

يمثل الاستقرار النفسي عنصراً أساسياً في قدرة الطلاب على التعلم والتحكم في المهارات الحركية حيث يؤثر بشكل مباشر على تركيزهم وأدائهم أثناء التدريب والمباريات. وفي كرة القدم تعتبر مهارة المناولة من المهارات الأساسية التي تتطلب قدرة ذهنية ونفسية عالية لإتقانها. يعاني بعض الطلاب من اضطرابات في التوازن النفسي قد تحد من قدرتهم على تعلم المهارات

بكفاءة. لذلك من المهم دراسة العلاقة بين الاستقرار النفسي ومستوى تعلم مهارة المناولة لدى طلاب الصف الأول في إعدادية المثنى للعلوم الرياضية. ومن هنا جاءت التساؤلات:

١- هل يؤثر الاستقرار النفسي في مستوى تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لدى طلاب الصف الأول؟

٢- ما العلاقة بين مستوى الاستقرار النفسي وأداء مهارة المناولة لدى الطلاب؟

٣-١ أهداف البحث

١- معرفة مستوى الاستقرار النفسي لدى طلاب الصف الأول في إعدادية المثنى للعلوم الرياضية.

٢- الكشف عن أثر الاستقرار النفسي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم.

٤-١ فرضيات البحث

١- يوجد تأثير إيجابي للاستقرار النفسي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم.

٢- الطلاب ذوو الاستقرار النفسي العالي يمتلكون مستوى أعلى في تعلم مهارة المناولة مقارنة بأقرانهم.

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشرية : طلاب الصف الأول في إعدادية المثنى للعلوم الرياضية.

٢-٥-١ المجال المكانية : قاعة الشهيد علوان سلمان .

٣-٥-١ المجال الزمانية : من ١١ / ١٠ / ٢٠٢٤ لغاية ١٥ / ٢ / ٢٠٢٥

٣- منهجية البحث و جرائته الميدانية

١-٣ منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأساليب المسحية والعلاقات الارتباطية.

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث والمتمثل بطلاب اعدادية المثنى للعلوم الرياضية للعام (2025-2024) والبالغ عددهم (100) طلاب، موزعين على ثلاث شعب دراسية والجدول (1) يبين ذلك

جدول (1) توزيع مجتمع البحث

العدد	الشعبة	ت
35	أ	1
35	ب	2
30	ج	3
100		المجموع

سحب من هذا المجتمع الاحصائي عينات مختلفة فكانت :

أولاً- عينة التجربة الرئيسية

حدد الباحث طلاب اعدادية المثنى للعلوم الرياضية الموزعين على (3) شعب (أ ، ب ، ج) ، وبطريقة القرعة تمثلت عينة التجربة الرئيسية بطلاب شعبة (ج).

ثانياً- عينة الدراسة الاستطلاعية

حدد الباحث بطريقة القرعة شعبة (أ) والبالغ عددها (35) طالبا لتمثل عينة التجربة الاستطلاعية للمقياس والمهارة .

٣-٣ أدوات البحث ووسائل جمع المعلومات :

- ملعب كرة قدم

- كرات قدم عدد (١٠)

- كاميرة تصوير عدد (1)

- حاسبة لابتوب عدد(1) .

٣-٤ إجراءات البحث

٣-٤-١ تحديد متغيرات البحث

قام الباحث بإجراء دراسة مسحية على عدد من المصادر العلمية والدراسات السابقة ، تم الاتفاق على المتغيرات التي نحتاجها في البحث الحالي :

- الاستقرار النفسي .
- المناولة بكرة القدم .

٣-٤-٢ إعداد مقياس الاستقرار النفسي

أولاً- الهدف من إعداد مقياس الاستقرار النفسي

التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلاب إعدادية المثنى للعلوم الرياضية.

ثانياً- جمع وأعداد فقرات مقياس الاستقرار النفسي

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المصادر والدراسات السابقة ، وعليه اعتمد الباحث المقياس المعد من قبل (فاضل كردي شلاكة) ، لكون المقياس يقيس نفس الهدف الذي يسعى الباحث اليه إذ تكون المقياس من (38) فقرة ، ذو بدائل هي (تتطبق علي دائماً ، تتطبق علي كثيراً ، تتطبق علي بدرجة متوسطة ، تتطبق علي قليلاً ، لا تتطبق علي) وبمفاتيح تصحيح (1,2,3,4,5) على التوالي وبهذا فإن أقل درجة يحصل عليها المختبر (38) درجة وأعلى درجة يحصل عليها المختبر (190)

ثالثاً- تحديد صلاحية مقياس الاستقرار النفسي

قام الباحث بإعداد استمارة استبيان للمقياس وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (11) خبيراً لبيان آرائهم في صلاحية المقياس ، وبعد تحديد إجابات الخبراء بـ(يصلح ، لا يصلح) تم تحليل النتائج باستخدام (كا^٢) كما مبين في الجدول (٢)

جدول (٢) آراء الخبراء والمختصين في تحديد صلاحية مقياس الاستقرار النفسي

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	قيمة كا ^٢	النسبة المئوية	الصلاحية		عدد الخبراء	المقياس
				لا يصلح	يصلح		
تصلح	0,000	10	100%	0	11	11	مقياس الاستقرار النفسي

يبين الجدول (٢) قبول مقياس الاستقرار النفسي ، الذي تم عرضه على الخبراء والمختصين ، إذ جاءت نسبة دلالة اختبار (كا^٢) أصغر من نسبة الخطأ (0,05) مما يدل على تمتع المقياس بالصلاحيية وما يؤكد ذلك أن نسبة القبول جاءت (100) % .

رابعاً- تعليمات مقياس الاستقرار النفسي

إن لعملية وضع أو أعداد تعليمات المقياس أهمية كبيرة لا يمكن الإستهانة بها في نجاح عملية إجراء أو تأدية الاختبار فقد أثبتت الدراسات أهمية الدور الذي تلعبه هذه التعليمات في تغيير نتائج الاختبارات أو التأثير فيها والذي يصعب معه إجراء عملية المقارنة بين نتائج الإختبار الواحد في المواقف المختلفة ومن هذه التعليمات :

تم اعداد التعليمات الخاصة بالمقياس كي توضح للطالب كيفية الإجابة عن فقراتها، وقد روعي في إعداد هذه التعليمات أن تكون واضحة وسهلة الفهم ، ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات نموذجاً خاصاً عن كيفية الإجابة عن فقرات الاستبانة. كما أُشير في التعليمات إلى أنه ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة فالمهم هو اختيار الاستجابة التي تنطبق على طالب أكثر من غيرها، كما طلب من الطلاب ضرورة الإجابة عن جميع فقرات الاستبانة بكل صراحة ودقة.

خامساً تنفيذ شروط تطبيق (الاستبانة) :

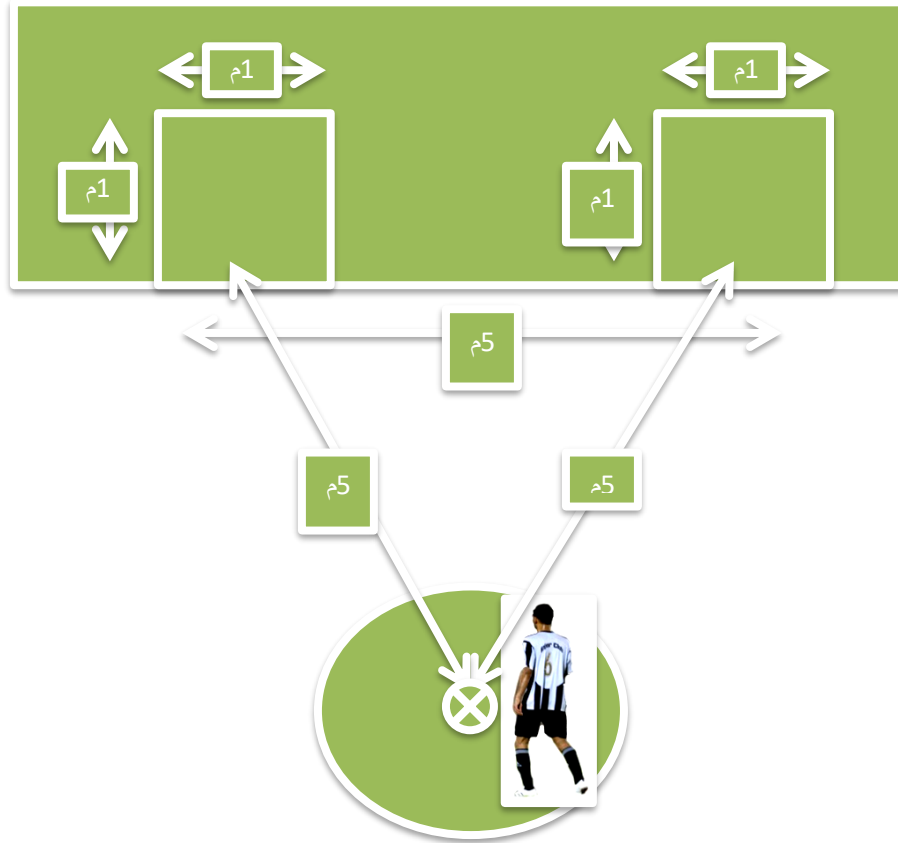
كي يحصل الباحث على استجابة دقيقة كان عليه أن يخطط لتطبيق الاستبانة ، إذ يهيأ للمختبرين ظروفاً مناسبة للاستجابة ، وفي الوقت نفسه يضبط العوامل التي يمكن أن تتدخل في سلامة الإجراء ومن أهم هذه العوامل هي (ظروف إجراء القياس ، تقنين موقف القياس ، وضوح التعليمات) وقد حاول الباحث ضبط العوامل المذكورة أعلاه لضمان سلامة الإجراء قدر الإمكان ، والحرص على جعل التعليمات واضحة المعنى ، لتبسيط عملية أداء القياس وتحقيق الهدف المرجو منه

٣-٤-٣ توصيف اختبارات المهارة المناولة بكرة القدم:

- اختبار المناولة المرتدة على جدار لمدة (٣٠) ثانية :

- الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة بالزمن وبالقدم المفضلة.
- الأدوات اللازمة:-
- حائط مرسوم عليه مربعان طول الضلع (ا م) والمسافة بينهما (م٥).
- كرات قدم
- ساعة توقيت
- إجراءات الاختبار:.

- توضع الكرة على محيط نصف دائرة (٥٠ سم) وتبعد الدائرة عن كل مربع مسافة (٥ م) أيضا
- عند الإيعاز يبدأ اللاعب بضرب الكرة باتجاه المربع الأول وبعد كل ضربة يركض باتجاه ارتداد الكرة عن المربع ويدحرجها إلى الدائرة، ثم يضرب بالقدم إلى المربع الثاني، وهكذا يستمر إلى حد انتهاء وقت الاختبار (٣٠ ثانية) كما موضح في الشكل (١)



شكل (١)

يوضح اختبار المناولة المرتدة على الحائط وبزمن (30 ثا)

• طريقة التسجيل:

١. تحتسب عدد المرات الصحيحة التي لعب بها اللاعب الكرة إلى داخل المربعين وخلال مدة (٣٠) ثانية.
٢. تعطي للاعب ثلاث محاولات .

٣-٤-٤ التجربة الاستطلاعية

يوصي خبراء البحث العلمي بإجراء تجارب استطلاعية للاختبارات المستخدمة في البحوث وذلك من أجل الحصول على نتائج ومعلومات ضرورية موثوق بها، للاستفادة منها عند إجراء التجربة الرئيسية ، وعليه أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على (35) طالب شعبة (أ) إذ طبقت هذه التجربة في قاعة علوان سلمان عند الساعة التاسعة والنصف صباحاً وفق التسلسل الآتي :

- يوم الأربعاء الموافق ١٥ / ١٠ / ٢٠٢٤ تم توزيع استمارة مقياس الاستقرار النفسي.
- يوم الخميس الموافق ١٦ / ١٠ / ٢٠٢٤ تم اختبار مهارة المناولة.

وإنَّ الهدف من إجراء التجربة هو:

١. التعرف على مدى وضوح فقرات مقياس الاستقرار النفسي وتعليماته .
٢. التعرف على الأخطاء والمعوقات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الرئيسية.
٣. التعرف على إمكانية الفريق المساعد.
٤. التعرف على الوقت اللازم للإجابة للمقياس وقد استغرق وقت الإجابة بين (7- 9) دقائق
٥. مناسبة الاختبار لعينة البحث .
٦. الوقت اللازم للاختبارات .
٧. استخراج الأسس العلمية من صدق وثبات وموضوعية .

قد حققت التجربة الغرض المراد منها.

٣-٤-٥ الاسس العلمية لنتائج الاختبارات

أولاً- صدق الاختبار :

و يقصد به أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه .أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه. ، لحساب معاملات صدق الاختبارات استعان الباحث بالصدق التجريبي ، ويحسب هذا النوع من الصدق من إيجاد معامل ارتباط الاختبار بمحك خارجي أو داخلي، حيث أن ارتباط درجة الاختبار بمحك داخلي أو خارجي يعد مؤشر لصدق ذلك الاختبار، وإذ لم يتوفر لدى الباحث محك خارجي مناسب لجأ إلى الدرجة الكلية

للاختبار كونه أفضل محك في حساب هذه العلاقة ، وعليه اعتمد الباحث معامل الارتباط (بيرسون)، بين درجات الاختبارات الفرعية، والدرجة الكلية للاختبار في حساب معامل الصدق ، والجدول (٣) يبين ذلك.

ثانياً- ثبات نتائج المقياس

الاختبار الثابت هو (الاختبار الذي يعطي نتائج مقارنة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة)، ويشير ثبات الاختبار إلى الدرجات التي يحصل عليها الأفراد أنفسهم في مرات الإجراء المختلفة، ومعنى هذا أن وضع الفرد بالنسبة لجماعته لا يتغير جوهرياً في هذه الحالة، كما يعني ثبات الاختبار الاستقرار بمعنى أنه لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد لبينت درجته شيء من الاستقرار وعالية اعتمد الباحث طريقة التجزئة النصفية بالأسلوب الفردي والزوجي ، إذ لجأ الباحث الى الاستعانة بمعامل الارتباط بيرسون لبيان الارتباط بين نصفي الاختبار والجدول (٣) يبين ذلك.

ثالثاً- موضوعية نتائج المقياس

ويقصد بالموضوعية "عدم تأثر الاختبارات المستخدمة بتغير المصححين" إذ تم أخذ الموضوعية للاختبارات بوجود اثنين من المحكمين ، وخرجت النتائج ذات موضوعية عالية للمصححين ، وعدم وجود فروق بين نتائجها ثم استعان الباحث في معامل الارتباط بيرسون بين تقييم الحكم الاول والحكم الثاني والجدول (٣) يبين ذلك .

الجدول (٢) الأسس العلمية لنتائج الاختبارات

الموضوعية		معامل الثبات		معامل الصدق		المتغيرات
مستوى الدلالة	قيمة R	مستوى الدلالة	قيمة R	مستوى الدلالة	قيمة R	
0.000	0.998	0.000	0.898	0.000	0.899	مقياس الاستقرار النفسي
0.000	0.998	0.000	0.993	0.000	0.889	المناولة

يبين الجدول (٣) أن جميع قيم مستوى الدلالة لمعامل بيرسون (للصدق ، وللثبات ، والموضوعية) جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) ، وهذا يدل على وجود ارتباطات عالية مما يعني تمتع جميع نتائج المتغيرات بالأسس العلمية .

٣-٥ التجربة الرئيسية:

٣-٥-١ الوحدات التعريفية

من اجل سلامة خط الشروع ولكون ان الاختبارات المهارية لا يمكن قياسها ما لم يكن هنالك تعلم مسبق قام الباحث بعبء وحدة تعريفية للاعبين التي وقعت عليهم الدراسة من اجل تعريف المهارة المناولة كي يتسنى لهم القيام بالأداء قبل تطبيق الاختبارات القبليّة وتم اعطاء الوحدة التعريفية في يوم الاحد الموافق ١٩ / ١٠ / ٢٠٢٤ .

٣-٥-٢ الاختبارات القبليّة :

اجرى الباحث الاختبار القبلي على افراد العينة في علوان سلمان في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا وفق التسلسل الاتي :

- يوم الاربعاء الموافق ٢٢ / ١٠ / ٢٠٢٤ الاختبار القبلي لمقياس الاستقرار النفسي

- يوم الخميس الموافق ٢٣ / ١٠ / ٢٠٢٤ الاختبار القبلي للمهارة

وقد ثبت الباحث جميع المتعلقات من حيث المكان والأدوات والزمان لاستفادة منها في الاختبارات البعدية .

٣-٥-٣ الاختبارات البعدية :

باشر الباحث بإجراء الاختبارات البعدية على طلاب اعدادية المثنى للعلوم الرياضية وبنفس الشروط ومواصفات الاختبارات القبليّة وفق التسلسل الاتي

- يوم الاربعاء الموافق ٥ / ١ / ٢٠٢٥ تم اختبار عينة البحث في مقياس الاستقرار النفسي وذلك من خلال توزيع استمارة الاستبيان

- يوم الخميس الموافق ٦ / ١ / ٢٠٢٥ تم اختبار عينة البحث في المهارة المناولة بكرة القدم والحصول على البيانات وتدوينها ضمن استمارات خاصة تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

٣-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث

استعان الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات وقد تطرق الباحث الى الوسائل الإحصائية الآتية :

- ❖ الوسط الحسابي .
- ❖ الانحراف المعياري .
- ❖ مربع (كا²) .

- ❖ النسبة المئوية .
- ❖ معامل الارتباط (بيرسون) .
- ❖ اختبار LEVENE .
- ❖ اختبار t للعينات المترابطة .
- ❖ اختبار t للعينات المستقلة .
- ❖ حجم الأثر Cohen's .

٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها

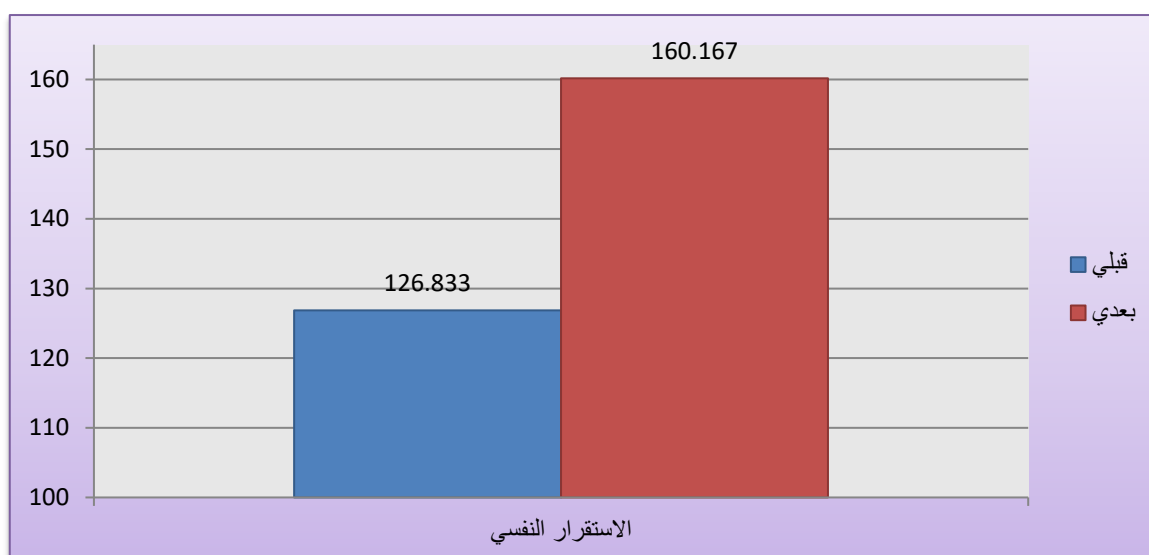
جدول (٤) الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
		س	ع	س	ع			
الاستقرار النفسي	درجة	154.654	5.999	164.876	2.999	14.966	0.000	معنوي
المناولة	درجة	12.987	1.987	21.989	1.996	8.899	0.000	معنوي

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيمة مستوى الدلالة لاختبار (t) للعينات المترابطة للمتغيرات :

- مقياس الاستقرار النفسي .
- المهارة المناولة بكرة القدم .

إذ جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) ، وهذا يعني وجود فروقٍ بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث .



شكل (٢)

يوضح الأوساط الحسابية بين الاختبار القبلي والبعدي في مقياس الاستقرار النفسي لعينة البحث

٢-١-٤ عرض نتائج حجم الأثر الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي في متغيرات البحث لعينة البحث وتحليلها

الجدول (٥) حجم الأثر على متغيرات البحث لعينة البحث

نوع التأثير	قيمة Cohen's	الفرق بين الاختبارين	وحدة القياس	المتغيرات
قوي جداً	3.999	3.9	درجة	مقياس الاستقرار النفسي
قوي جداً	2.769	8.99	درجة	المناولة

من الجدول اعلاه تبين أن قيم حجم الاثر (Cohen's) للمتغيرات (الاستقرار النفسي) والمهارة المناولة بكرة القدم، جاءت أكبر (2) وبحسب تفسير هذه القيمة فأن الاستقرار النفسي له تأثير قوي جداً على الطلاب .

٣-٣-٤ مناقشة نتائج متغيرات البحث للعينة

من خلال ما تم التوصل اليه من نتائج تبين هنالك وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث هذه الفروق على ان

المقياس المعد لهذا الغرض له تأثير واضح في تحسين المناولة بكرة القدم لدى طلاب اعدادية المثنى للعلوم الرياضية.

ومن خلال تحليل النتائج تبين أن اكثر الطلاب يمتلكون نسبة مقبولة من الاستقرار النفسي وهي ليست نسبة عالية يستطيع الطالب مواجهه المشاكل خلال المنافسات وتحقيق النتائج الجيدة مما يبين مدى حاجة الطالب لتوجيهات المدرب لأجل تطوير الاستقرار النفسي واستخدام المنهج الخاص بذلك من اجل الاستعداد للمناقشات وجعل الطالب يعتمد على مهاراته خلال المنافسات ويستطيع مواجهه أي ظروف يطرا خلال المنافسة وهذا يدل على ان لاعب كرة القدم يتطلب خلال مدة التدريب لبعض البرامج الارشادية التي فيها اعطا الاستقرار النفسي وتطويره باستخدام المناهج الخاصة لذلك لكي يستطيع ان يواجه أي ظرف طارئ خلال المباراة.

إذ يعد الاستقرار النفسي أحد العوامل المهمة في نمو بعض سمات الشخصية للطلاب إذ أن الطالب المستقر نفسياً يستطيع تحقيق اهدافه بسهولة وينظر الى نفسه نظرة ايجابية ويكون مستوى طموحه مرتفعاً في انجاز أي هدف يريد تحقيقه.

٥. الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. لمقياس الاستقرار النفسي الأثر الايجابي في تعلم المناولة بكرة القدم لدى طلاب اعدادية المثنى للعلوم الرياضية .

٢-٥ التوصيات

١. على مدربي كرة القدم تضمين الوحدات التعليمية بجلسات ارشادية لتعزيز الاستقرار النفسي الى الجانب التعليمي لما لها من اهمية في تعلم المهارات الاساسية في كرة القدم .
٢. إجراء دراسات مقارنة الاستقرار النفسي بين الفعاليات الفردية والجماعية .

المصادر

١. نهى عادل : علم النفس الرياضي وأثره في تحسين الأداء الرياضي ، بغداد ، دار المعرفة، ٢٠١٨.
٢. فاضل كردي شلاكة : اثر برنامج ارشادي في الاستقرار النفسي واداء اهم المهارات بكرة اليد وتحمل ادائها لدى اللاعبين الشباب، جامعة بابل ، كلية التربية البدنية والرياضة .
٣. امين الخولي ،محمود عنان : المعرفة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٩.
٤. صباح حسين العجيلي وآخرون : مبادئ القياس والتقويم التربوي، بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ ، ٢٠٠١.
٥. زهير قاسم الخشاب(وآخرون) كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية ، ط٢ ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩.

٦. محمد جاسم الياسري: الاسس النظرية لاختبارات التربية البدنية ، دار الضياء للطباعة والنشر. النجف الاشرف.٢٠١٠..
٧. نادر فهمي الزيود وهشام: مبادئ والقياس والتقويم في التربية، عمان، دار الفكر، ط٣، ٢٠٠٥.
٨. محمد نصر الدين رضوان : المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية ، ط ١، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٦.

أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم عرض عليهم (مقياس الاستقرار النفسي)

ت	اسم الخبير	الاختصاص	الجامعة	مكان العمل
١	أ. د محسن علي السعداوي	علم النفس الرياضي	ذي قار	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	أ. د عبد الكاظم جليل حسان	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	أ. د عبدالستار جبار ضمّد	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	أ. د عبد العباس عبدالرزاق	علم النفس الرياضي	ذي قار	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥	أ. د حازم جاسم خزعل	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٦	أ. د فاضل كردي شلاغة	علم النفس الرياضي	الكوفة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٧	أ. د محمد رحيم فعيل	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٨	أ. د علي حسين علي جاسم	علم النفس الرياضي	كربلاء	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٩	أ. د كاظم حبيب عباس	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
١٠	أ. د أوراس نعمه حسن	علم النفس الرياضي	المثنى	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
١١	أ. د حيدر عودة زغير	علم النفس الرياضي	البصرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة