

العلاقة بين بعض السمات النفسية و مستوى الانجاز لدى عدائي المسافات القصيرة في الجامعات الاردنية	العنوان:
مقابلة، معاذ عادل محمود	المؤلف الرئيسي:
مخادمة، عبدالكريم حسنا(مشرف)	مؤلفين آخرين:
2015	التاريخ الميلادي:
اربد	موقع:
1 - 89	الصفحات:
743048	رقم MD:
رسائل جامعية	نوع المحتوى:
Arabic	اللغة:
رسالة ماجستير	الدرجة العلمية:
جامعة اليرموك	الجامعة:
كلية التربية الرياضية	الكلية:
الاردن	الدولة:
Dissertations	قواعد المعلومات:
التحليل النفسي، مستوى الانجاز، التربية الرياضية، الجامعات الاردنية، علم النفس الرياضي	مواضيع:
<a href="https://search.mandumah.com/Record/743048">https://search.mandumah.com/Record/743048</a>	رابط:

## ملحق رقم (5)

### الإستبيان بصورته النهائية

اللاعب المحترم، تحية طيبة وبعد ...

يقوم الباحث بدراسة حول "العلاقة بين بعض السمات النفسية ومستوى الإنجاز لدى عدائي المسافات القصيرة في الجامعات الأردنية" وذلك إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية البدنية من كلية الدراسات العليا بجامعة اليرموك، ولتحقيق هدف هذه الدراسة يعرض الباحث عليكم إستبانة كما أنني على ثقة تامة بان الموضوعية وصدق الإستجابة سوف يكون لهما أعمق الأثر في الوصول إلى نتائج أكثر دقة، علما بان المعلومات الواردة من طرفكم في هذه الإستبانة سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لكم إهتمامكم ودعمكم للبحث التربوي في الجامعات الأردنية

الباحث

معاذ عادل محمود مقابلة

معلومات شخصية عن أفراد العينة:

- الفعالية:

1. 100 متر ( ) . 2. 200 متر ( ) . 3. 400 متر ( ) .

- الجنس:

1. ذكر ( ) . 2. أنثى ( ) .

- الجامعة:

1. اليرموك ( ) . 2. الأردنية ( ) . 3. العلوم والتكنولوجيا ( ) .  
4. ال البيت ( ) . 5. مؤتة ( ) . 6. الهاشمية ( ) .

- مستوى الإنجاز: المستوى الرقمي للاعب ( ) .

أرجو منكم قراءة كل مجال وفقراته بدقه وتمعن والإجابة عليها:

المجال الأول: سمة القلق.

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	متوسط	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	لدي المقدرة على ضبط حالة القلق قبل إشتراكى في المنافسة وهو الأمر الذي لا يؤثر على أدائي في بداية المنافسة.					
2	لدي القدرة على التحكم في مستوى توتري قبل إشتراكى في منافسة هامة.					
3	قبل المنافسة أميل إلى أن أتذكر خبرات النجاح في المنافسات الماضية.					
4	أشعر بعدم وجود حالة قلق بالرغم من ارتكاب أخطاء في أي منافسة رياضية هامة.					
5	قبل بداية المنافسة لا تدور في ذهني بعض الأفكار عن احتمال هزيمتي.					
6	لدي المقدرة على فصل التفكير ما بين المنافسة الحالية والمنافسة القادمة.					
7	قبل البدء في المنافسة لا أشعر بأنني عصبي.					

## المجال الثاني: سمة تركيز الانتباه.

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	متوسط	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	أستطيع بكل سهولة الإحتفاظ بتركيز إنتباهي من بداية المنافسة حتى نهايتها.					
2	أثناء إشتراكني في المنافسة فإنني لا أشعر إطلاقاً بوجود المتفرجين وأركز كل إنتباهي على ما يحدث في المنافسة.					
3	في الأوقات الحرجة في المنافسة أبقى ضمن تركيز الإنتباه العالي.					
4	عند إيقاف المنافسة لفترة من الوقت فإنني أبقى ضمن تركيز إنتباهي على ما يحدث في المنافسة.					
5	إذا كان أدائي في بداية المنافسة سيئاً فإنني أحاول نسيان ذلك وتركيز إنتباهي على ما سوف أقوم به بعد ذلك.					
6	أستطيع خلال المنافسة عدم التأثر بالنتيجة السلبية وتركيز إنتباهي على ما يحدث في المنافسة.					
7	أثناء المنافسة لا يتأثر تركيز الإنتباه لدي عندما تقارب المنافسة على الإنتهاء.					

### المجال الثالث: سمة التصور العقلي.

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	متوسط	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	أقوم بالتصور العقلي لما سوف أقوم به من أداء أثناء المنافسة.					
2	تكون مقدرتي على التفكير عالية في بداية المنافسة.					
3	قبل إشترائي بالمنافسة يكون من السهل علي أن أقوم بالتصور العقلي.					
4	قبل المنافسة أكاد أشعر بأنني مستعد نفسياً لإظهار أفضل ما عندي من قدرات.					
5	أستطيع بكل سهولة تهيئة وإعداد نفسي لكي أكون في أحسن حالاتي قبل المنافسة.					
6	أشعر بأنني مستعد ذهنياً للإشتراك بالمنافسات.					
7	أكون في أحسن حالات التصور العقلي في المنافسات الصعبة والهامة.					

## المجال الرابع: سمة الثقة بالنفس.

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	متوسط	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	أنا على ثقة بالنسبة لقدرتي على الأداء الجيد في المنافسة الصعبة والهامة.					
2	أستطيع أن أحتفظ بثقتي العالية في نفسي حتى و أنا في أسوأ حالاتي في المنافسة.					
3	في غالبية المنافسات التي أشترك فيها أكون على ثقة بأنني أقوم بالأداء بصورة جيدة.					
4	حدوث إصابة بسيطة لي خلال المنافسة لا يؤدي ذلك إلى إهتزاز ثقتي في نفسي.					
5	من السهولة أن أحافظ على ثقتي بنفسي عند مواجهة بعض الصعوبات في المنافسة.					
6	ثقتي في نفسي ثابتة لا تتغير من منافسة لأخرى.					
7	عندما أبدأ المنافسة بصورة غير موفقة فإن ثقتي في نفسي لا تنخفض أبداً.					

## ملحق رقم (6)

كتاب طلب تسهيل مهمة الباحث إلى عميد كلية التربية الرياضية

الأستاذ الدكتور عميد كلية التربية الرياضية المحترم.  
بواسطة الأستاذ الدكتور رئيس قسم التربية البدنية المحترم.

الموضوع: تسهيل مهمة

بعد التحية ...

أرجو الموافقة على تزويد الطالب معاذ عادل محمود مقابلة بكتاب تسهيل مهمة إلى من  
يهمه الأمر لإستكمال إجراءات رسالة الماجستير والمعنونه بـ:

"العلاقة بين بعض السمات النفسية ومستوى الإنجاز لدى عدائي المسافات القصيرة  
في الجامعات الأردنية"

وتفضلوا بقبول فائق الإحترام والتقدير

لإجراءاتكم

الطالب: معاذ عادل محمود مقابلة.

الرقم الجامعي: 2012382025

الموافق: 2014/7/20م

ملحق رقم (7)

كتاب عميد كلية التربية الرياضية إلى عمداء شؤون الطلبة في الجامعات الأردنية



جامعة اليرموك  
YARMOUK UNIVERSITY

كلية التربية الرياضية  
Faculty of Physical Education

الرقم : ك.ت.د. / ٥٠ / ١٠٧ / ٤٦٥  
التاريخ : ٢٣ / رمضان / ١٤٣٥ هـ  
الموافق : ٢٠١٤ / ٧ / ٢١ م

الاستاذ الدكتور عميد شؤون الطلبة / .....

الموضوع: تسهيل مهمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

يقوم الطالب معاذ عادل محمود مقابلة احد طلبة الماجستير في كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمه الجامعي (٢٠١٢٣٨٢٠٢٥) باعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية تخصص تربية بدنية وعنوان رسالته " العلاقة بين بعض السمات النفسية واثرها على الانجاز لدى عدائي المسافات القصيرة في الجامعات الاردنية".  
ارجو التكرم بالموافقة والايعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص بدراسته.

شاكرين ومقدرين حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

عميد كلية التربية الرياضية

أ.د. فايز ابو عريضة

اريد - الاردن  
Tel: + 962 - 2 - 721111

فاكس : ٧٢١١١٥٢ - ٢ - ٩٦٢ +  
Fax : + 962 - 2-7211152

Irbid - Jordan

تلفون : ٧٢١١١١١ - ٢ - ٩٦٢ +  
http://www.yu.edu.jo