

مستوى الثقة لرياضية وتأثيرها على مستوى الأداء الرقمي لدى لاعبات منتخب ألعاب

القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

سامر خالد أبو عيد<sup>1</sup>

كلية علوم الرياضة، قسم علوم الرياضة، الجامعة العربية الأمريكية، فلسطين

[Samer.abueid@aaup.edu](mailto:Samer.abueid@aaup.edu), [orcid.org/0000-0002-6363-4954](https://orcid.org/0000-0002-6363-4954)

\* إسلام محمد عباس<sup>2</sup>

كلية علوم الرياضة، قسم علوم الرياضة، الجامعة العربية الأمريكية، فلسطين

[Islam.abbas@aaup.edu](mailto:Islam.abbas@aaup.edu) , [orcid.org/0000-0002-6421-3879](https://orcid.org/0000-0002-6421-3879)

أ.د. مايسة محمد ربيع عبد الرحمن<sup>3</sup>

كلية علوم الرياضة والنشاط البدني، قسم علوم الرياضة البدنية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، المملكة العربية

السعودية ، [mmabdelrahman@pnu.edu.sa](mailto:mmabdelrahman@pnu.edu.sa)

مستوى الثقة الرياضية وتأثيرها على مستوى الأداء الرقمي لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد

الرحمن

## ملخص

هدفت الدراسة الى التعرف لمستوى الثقة الرياضية وأثرها على مستوى الأداء الرقمي لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي نظرا لملاءمته وطبيعة الدراسة. وتكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن للعام ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ والبالغ عددهم (٣٢) لاعبة، اما عينة الدراسة فتكونت من (٢٥) لاعبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وشكلت ما نسبته (٧٨%) من مجتمع الدراسة الأصلي حيث تم استبعاد (٢) لاعبات لعدم الانتظام في التدريب و (٥) لاعبات للتجربة الاستطلاعية

وتم تطبيق مقياس سمة الثقة الرياضية لروبين فيلي (Vealey1986) والمكون من (١٣) عبارة. كما تم قياس المستويات الرقمية لسباقات (عدو ٢٠٠ متر، عدو ١٠٠ متر، وثب طويل) للاعبات. ولتحليل البيانات تم استخدام برنامج الرزم الاحصائي (SPSS) وأشارت اهم النتائج الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي للاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وارتفاع مستوى الثقة الرياضية عالية لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن. وأوصى الباحثون الى ضرورة تركيز المدرب على خلق الثقة الرياضية والتعرف على الجوانب النفسية الإيجابية والسلبية لدى لاعبيه، والاهتمام بعمليات التدريب الرياضي وطرق التدريب المختلفة والتركيز على هذا النوع من الدراسات في مختلف الأنشطة الرياضية الأخرى.

الكلمات الدالة: الثقة الرياضية، مستوى الأداء الرقمي، ألعاب القوى.

## المقدمة

يعتمد التدريب الرياضي على أسس تربوية وعلمية حديثة تهدف إلى تطوير الأداء الرقمي وتحقيق الإنجازات والمستويات الرياضية العالية وتسعى لتطوير قدرات الرياضي من جميع نواحيها البدنية والمهارية والخطية والنفسية ولنموها الشامل والمتزن والإعداد النفسي من أهم هذه الجوانب. وعلم النفس الرياضي من العلوم التي ناقشت الكثير من الحالات النفسية سواءً كانت حالات تبني الأداء الرياضي وترفع منه أو تعيقه، ومن أحد هذه المواضيع التي يتناولها علم النفس الرياضي موضوع الثقة الرياضية فهو مهم جداً في تحقيق الأداء الرياضي العالي وتحقيق الإنجازات والأهداف التي يسعى إليها الرياضي، والثقة الرياضية شغلت العاملين في المجال الرياضي وأدت إلى إثارة بعض التساؤلات مثل إلى أي مدى من الثقة يستطيع فيها اللاعب تحقيق الفوز؟ فبعض الرياضيين عندما يتعرضون إلى ظروف خارجية لا تكون خاضعة تحت سيطرته تجعله يفقد الثقة بنفسه ويؤدي ذلك إلى فقدان الثقة الرياضية وبالتالي يفقد قدرته على الإنجاز، ومن ناحية أخرى هناك بعض الرياضيين الذين يتمتعون بدرجة مبالغ بها من الثقة بالنفس أو ما يسمى بالثقة الزائفة ورياضيين آخرين لديهم القدر الكافي من الثقة الرياضية التي تمكنهم من الأداء بشكل يتناسب مع قدراتهم الرياضية دون العائق النفسي الناتج عن قلة الثقة بالذات أو العكس الثقة المبالغ بها. (الغريبي والشمري، ٢٠١١)

وهذا ما أشارت إليه دراسة عباسي ودخيه (2017) حيث وجدوا أن حراس المرمى يملكون الثقة الزائفة في النفس، أما أدائهم الرياضي فقد كان بعيداً عن المستوى العالي، وأوصت الدراسة بضرورة ادخال الاعداد والتدريب السيكولوجي في البرامج السنوية للفرق المحترفة وضرورة معرفة المدربين تقنيات تنمية الثقة في النفس. وهناك نوعان من الأعراض التي قد تظهر على الرياضيين قبل المنافسة وهي أعراض نفسية وأعراض جسدية والتي قد تحدث معاً أو يكون أحدها مسبباً للآخر، إن العوامل التي قد تكون مسببة لهذه الأعراض قد تكون خوف الرياضي من الفشل أو قلة الثقة أو عدم الكفاءة وعدم القدرة على السيطرة، أيضاً نوع المنافسة ومدتها ومتطلباتها تؤثر أيضاً على الأعراض النفسية والجسدية (ربيعه، ٢٠١٧)

وأشارت دراسة للباحث حلاوة (2011) إلى وجود فروقات في حدة الأعراض النفس جسدية التي تسبق المنافسة الرياضية بين لاعبي المسابقات المختلفة بألعاب القوى وتأثيرها على المستوى الرقمي وكانت لصالح السباقات التي تؤدي في زمن قليل ، ورياضة ألعاب القوى تتميز بأدائها الصعب وتتطلب قدرات بدنية عالية من الرياضي في معظم مسابقاتها فهي تعتمد

بصورة كبيرة على قدرات اللاعب، وبذلك لا بد أن يتحلى اللاعب بقدرات نفسية تكافئ متطلبات الضغوط النفسية التي يواجهها رياضيين ألعاب القوى وذلك ليكونوا أكثر اتزاناً من جميع النواحي النفسية والبدنية والمهارية وأيضاً لتحقيق الإنجازات والأهداف المرجوة من هذه الرياضة وبالتالي يساعده ذلك على التخفيف من أعراض حالة ما قبل المنافسة أو استغلال هذه الأعراض لتكون عاملاً إيجابياً لتحقيق الطموح والرغبات خلال المنافسة الرياضية.

الثقة الرياضية تظهر بوضوح في أداء اللاعب أثناء المباراة فالأداء بالسرعة المثالية وعدم التسرع مع دقة الأداء المهاري والتصرف الخططي السليم كلها تظهر من مظاهر الثقة بالنفس، ويكتسب اللاعب الثقة بالنفس نتيجة للتدريب العلمي المنظم المستمر، ومهمة المدرب هنا هي وضع التمرينات المتدرجة وفقاً لقدرات اللاعب مما يكسبه اللياقة البدنية العالية والمقدرة على الأداء المهاري والخططي بالإضافة إلى الإعداد الذهني فعندما يطمئن اللاعب إلى مقدرته في الأداء أثناء التمرين والمباريات أداء سليم يشعره بالثقة النفسية. (محمد ٢٠٢٠)

ويعتبر العامل النفسي من أحد أهم الجوانب الرئيسية التي تؤثر على أداء لاعبي مسابقات ألعاب القوى، كونه يلعب دوراً هاماً في تحقيق الاتزان بجوانب اللاعب البدنية والمهارية، لذلك يعد من أهم العوامل التي تحرك تعزيز الثقة بالنفس في منافسات ألعاب القوى، وكلما خفت حدة أعراض قلة الثقة بالنفس كلما استطاع اللاعب أن يؤدي ويعمل على الأهداف والإنجازات التي تتناسب مع قدراته ويكون أكثر فاعلية في رؤية أخطائه أثناء المنافسة والعمل على تصحيحها. (زهرا، ٢٠٠٥)

ومن هنا برزت أهمية الدراسة بأنها أفادت بحقائق عن سمة الثقة بالنفس، والتي من شأنها أن تثري الميدان الرياضي عامةً ورياضة ألعاب القوى بشكل خاص، فضلاً عن مساعدة المدربين والمدرسين على تنمية الثقة بالنفس عند إعداد مناهج التدريب. أيضاً دراسة الثقة الرياضية تساعد في التنبؤ بسلوك اللاعبين مستقبلاً واستجاباتهم المتوقعة في مختلف المواقف التي قد تواجههم ومحاولة السيطرة عليها، وضعف الثقة والتوقعات السلبية قد تضعف من كفاءة الأداء وتؤدي إلى قلق، وضعف التركيز، أو عدم التركيز على الهدف. ومن خلال الدراسة يمكن تقليص العوامل المعيقة للأداء الرقمي بحل مشكلة التمايز الحاصل في مستوى الثقة لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ويساعد ذلك في رفع مستوى الأداء الرقمي لهم.

## مشكلة الدراسة

تعد الثقة الرياضية من أهم السمات النفسية للرياضيين فهي تعني إدراك الرياضي لكفاءته ومهارته وقدرته على أن يتعامل بفعالية مع المواقف المختلفة، كما تعني إحساس الرياضي بقيمته وأن لديه من الإمكانيات ما يجعله قادرا على العطاء ومواجهة الصعاب والتحديات والتغلب عليها دون الاعتماد على الآخرين؛ فضلا عن مقدرته على اتخاذ القرارات في الوقت المناسب وعدم الحساسية للنقد وفي ضوء ما تقدم ومن خلال تعرف الباحثات على أهمية الجانب النفسي وبخاصة مقدار ما يمتلكه الرياضي من الثقة الرياضية لتعلم المهارات الرياضية، كان دافعا للباحثات للتعرف على مستوى الثقة الرياضية لطالبات علوم الرياضة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري في بعض مسابقات ألعاب القوى لكونها من أكثر المهارات التي قد تتأثر بهذا العامل ولكون مسابقاتها تحتاج الى بعض من المثابرة والجرأة والشجاعة في أدائها . وتعد الثقة بالنفس مطلب نفسي لجميع مسابقاتها، ولندرة الدراسات التي تناولت تلك العلاقة على حد علم الباحثات ومن هنا جاءت فكرة الدراسة والتي تنص على " مستوى الثقة لرياضية وتأثيرها على مستوى الأداء الرقمي لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

## أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى التعرف على:

- 1- مستوى الثقة الرياضية لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- 2- مستوى الأداء الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى (عدو 200 متر، عدو 100 متر، وثب طويل) لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- 3- العلاقة بين مستوى الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

4- الفروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات العدو والوثب بمنتهج ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

## تساؤلات الدراسة

سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- 1- ما مستوى الثقة الرياضية لدى لاعبات منتهج ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ؟
- 2- ما مستوى الأداء الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى (عدو 100-200م - وثب طويل) لدى لاعبات منتهج ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية بين الثقة الرياضية و مستوى الاداء الرقمي للاعبات منتهج ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ؟
- 4- هل توجد فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات 100-200 متر عدو ولاعبات الوثب الطويل بمنتهج ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟

## مجالات الدراسة

- المجال البشري: لاعبات (100-200متر عدو) - لاعبات (الوثب الطويل) بمنتهج ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- المجال المكاني: نادي الطالبات في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- المجال الزمني: يوم الأحد بتاريخ 15-1-2023، الوقت 8 صباحاً - 12 مساءً، الفصل الدراسي الثاني.

## مصطلحات الدراسة

الثقة الرياضية (Sports confidence):

- هي شعور اللاعب بأن أداءه سوف يكون جيد بصرف النظر عن النتائج وحتى إذا كان المنافس متفوقاً عليه. (الخفاف،

- عرفها (عبد العزيز سليم ،2022) أنها القدرة والمهارة في أداء رياضي معين، وتعتبر من أهم السمات التي تميز اللاعبين ذوي دافعية الإنجاز العالي. (سليم، ٢٠٢٢)

### مستوى الأداء الرقمي (digital performance level):

تعريف اجرائي: قياس المسافة والزمن التي يحققها اللاعب اثناء المنافسة في ألعاب القوى.

### مسابقات ألعاب القوى (Athletics sport):

هي نشاط بدني يتضمن حركات طبيعية كالمشي والجري، والوثب، والرمي، ولألعاب القوى مسابقاتها التي تعتمد على الأرقام المنجزة التي تقاس بالزمن أو بالمسافة، وتختلف هذه المسابقات عن بعضها وما تتطلبه من مهارات فنية، وصفات بدنية وفيزيولوجية ونفسية لتحقيق أعلى الإنجازات الرياضية. (مدادة، ٢٠١٨)

### الدراسات السابقة

دراسة محمد و نور الدين (٢٠٢٠) هدفت الدراية الى التعرف على اثر برنامج نفسي على الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة السلة والتعرف على الفروق بين اللاعبين في تنمية الثقة بالنفس، استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان (الضابطة والتجريبية) واشتملت عينة البحث على ٢٠ لاعب من نوادي المسلية لكرة السلة بواقع (١٠) لاعبين من نادي اتحاد المسيلة لكرة السلة و(١٠) لاعبين من نادي شباب المسيلة، قام الباحثان بإجراء الاختبار القبلي باستخدام مقياس الثقة بالنفس بعدها تم تطبيق البرنامج الذي يتكون من (١٦) وحدة وبعد اكمال تطبيق البرنامج قام الباحثان بإجراء الاختبارات البعدية، وأشارت النتائج الى ان البرنامج المطبق كان له تأثير إيجابي في تنمية ثقة بالنفس لدى عينة الدراسة وأوصى الباحثان الى ضرورة اعتماد البرنامج في تنمية الثقة بالنفس والاهتمام بالجانب النفسي المتعلق بمختلف مهارات كرة السلة.

قام الباحثان عبد القادر ومحمد (٢٠١٩) دراسة بعنوان "مستوى الثقة بالنفس عند ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية". هدفت هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة بين الثقة بالنفس و ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، قام الباحثان باستخدام المنهج الوصفي ، وذلك باستخدام مقياس الثقة بالنفس كأداة لجمع المعلومات وتبلغ عينة البحث ( 60 ) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية ، وأسفرت النتائج إلى أن مستوى الثقة بالنفس عند الأداء كان جيد ، وعدم وجود فروق في مستوى الثقة بالنفس تعزى لمتغير الجنس ، وأوصت البحث إلى إيجاد برامج

ارشادية ونفسية تساهم في تعزيز الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، والاهتمام بالمشاكل النفسية التي تحدث لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ومساعدتهم لحل هذه المشاكل بأنفسهم لأن هذا يعزز من الثقة بالنفس.

قام الباحثان (عباسي ودخيه، 2017) بدراسة بعنوان " دراسة العلاقة بين مستوى الثقة بالنفس والأداء المهاري لحراس المرمى الجزائريين لكرة القدم ". هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير مستوى الثقة في النفس على أداء حراس مرمى النخبة لكرة القدم أثناء المنافسة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة عددها (26) حارس، وأسفرت نتائج البحث إلى أن حراس المرمى يملكون الثقة الزائفة في النفس، أما أداؤهم الرياضي فقد كان بعيدا عن المستوى العالي، وأوصت البحث بضرورة إدخال الإعداد والتدريب السيكلوجي في البرامج السنوية للفرق المحترفة وضرورة معرفة المدربين تقنيات تنمية الثقة في النفس.

قام الباحث (خالدي، 2016) بدراسة بعنوان " الثقة بالنفس و دورها في الرفع من أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة ".هدف البحث إلى قياس مستوى الثقة بالنفس و دورها في الرفع من مستوى الأداء في المنافسات، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (45) لاعب في كرة القدم من خلال توزيع استبيان روبن فيلي (1968) على اللاعبين الذي يتكون من (13) عبارة يقوم اللاعب بالإجابة على مقياس مكون من (9) درجات وأسفرت نتائج البحث إلى أن للثقة دور في رفع الأداء عند لاعبي كرة القدم خلال المنافسة ، وأوصت البحث إلى أهمية دور الأخصائي النفسي في إعداد اللاعبين نفسيا ، وعمل دورات تدريبية للاعبين لرفع مستواهم في الجانب النفسي.

قام الباحث (جابر، 2012) بدراسة بعنوان " الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين". وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تبعاً إلى متغيرات درجة اللعب، وطول اللاعب، واليد المستخدمة في اللعب، والخبرة في اللعب، وتصنيف اللاعب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتم اختيار عينة البحث على (96) لاعب، وتوصلت نتائج البحث إلى أن مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين كانت جيدة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى اللاعبين تعزى بمتغير درجة اللعب ، واليد المستخدمة في اللعب ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس تعزى لمتغير الخبرة في اللعب ، وأوصت البحث بضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للاعب وتنميته .

قام الباحث (حلاوة، 2011) بدراسة بعنوان "الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية وعلاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الأعراض النفس جسمية التي تسبق المنافسة

الرياضية لدى لاعبي ألعاب القوى وعلاقتها بالمستوى الرقمي، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي لدراسة الظاهرة باستخدام مقياس الأعراض النفس جسدية علاوي (1998) على عينة قوامها (90) لاعباً بألعاب القوى من المشاركين في نهائيات المسابقات ضمن بطولة نادي عمان الأولى للأندية العربية لألعاب القوى التي أقيمت في الأردن، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية معنوية بين هذه الأعراض والمستوى الرقمي في بعض مسابقات ألعاب القوى وأوصت البحث بضرورة عمل جلسات توعوية نفسية للرياضيين قبل المنافسات للتعود على الأعراض سواء أكانت النفسية أم الجسمية حتى لا تكون عاملاً معوقاً للأداء أثناء سير المنافسة.

قام الباحث Gali (٢٠١٥) بدراسة بعنوان "الثقة بالنفس والأداء المهاري في كرة الطائرة". وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والأداء المهاري في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات في جامعة بغداد، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة من (30) طالبة تم اختيارها بالطريقة العشوائية والبالغ عددهن (110) طالبة، واستخدم استبانة من تصميم روبن فيلي (1986) كأداة لجمع البيانات، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة معنوية بين الثقة بالنفس والأداء المهاري في الكرة الطائرة، وأن زيادة مستوى الثقة بالنفس كان له أثر إيجابي في تحسين مستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة، وأوصت البحث بضرورة إعداد برامج إرشادية لرفع مستوى الثقة بالنفس لدى الطالبات.

قام الباحث Hsan (٢٠١٥) إلى دراسة بعنوان "العلاقة بين الثقة بالنفس والدافعية لدى لاعبي الهوكي في تركيا". هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والدافعية لدى لاعبي الهوكي في تركيا، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة تكونت (110) لاعبا ولاعبة يشاركون في المنافسات المحلية للعمر أقل من (16) سنة واستخدم الباحثون الاستبيان كأداة لجمع المعلومات من تصميم (روبن فيلي 1986) لقياس سمة الثقة بالنفس، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة إيجابية قوية بين عناصر الدافعية الداخلية والخارجية وبين الثقة بالنفس وأوصت البحث إلى أن الإدراك الفعال لذاتهم وثقتهم في قدراتهم الرياضية يعمل على تحسين دافعيتهم في هذه اللعبة.

قام الباحثون Heper et al (٢٠١٤) بدراسة بعنوان "التوجيه ومستوى الثقة في النفس للاعبين كرة القدم" هدفت الدراسة إلى التحقق من مستوى توجيه الأهداف والثقة بالنفس الرياضية لدى لاعبي كرة القدم واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، تم اختيار عينة الدراسة من (87) لاعبا في دوري الهواة في كرة القدم في تركيا، واستخدم الباحثون استبيان كأداة لجمع البيانات من تصميم ( روبن فيلي 1986) لقياس مستوى الثقة بالنفس، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة

إحصائيا في الثقة الرياضية بالنفس بين الهواة والمحترفين في كرة القدم ولصالح الهواة ، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بينها في سمة الثقة الرياضية بالنفس ، ووفقا إلى هذه النتائج فإن الفروق في الثقة بالنفس الرياضية وتوجيه الأهداف بين لاعبي كرة القدم المحترفين والهواة يعتمد على المستوى المختلف للمنافسات ، وأوصت البحث لأهمية تطوير الجانب النفسي للاعبين في مختلف المراحل.

قام الباحث Skinner (٢٠١٣) بدراسة بعنوان " العلاقة بين الثقة بالنفس والأداء طوال الموسم الرياضي التنافسي". وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الثقة والأداء في المنافسات الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة الدراسة من (48) لاعبة في كرة القدم والكرة الطائرة في معهد رياضي غرب الولايات المتحدة، وتم جمع البيانات على خمسة مراحل أثناء الموسم الرياضي، وذلك من خلال استخدام مقياس الفعالية الجماعية (ثقة الفريق) وفعالية التدريب (ثقة المدرب) لدى اللاعبات. وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة إيجابية بين ثقة الفريق وثقة المدرب في الكرة الطائرة مقارنة مع ثقة الفريق والمدرب في كرة القدم التي أظهرت نتائجهم على العكس من ذلك. وفي ضوء هذه النتائج تقترح البحث أن ثقة الفريق وثقة المدرب ترتبط بنجاح الفريق والفوز خلال الموسم الرياضي ويجب تطويرها.

قام الباحثان Bebetos & Antoniou (٢٠٠٣) بدراسة بعنوان " المهارات النفسية للاعبين الريشة الطائرة" وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروقات في المهارات النفسية بين لاعبي الريشة الطائرة في اليونان تبعاً لمتغيرات العمر والجنس، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (85) لاعباً ولاعبة مشاركين في بطولة اليونان لعام (2002) للريشة الطائرة ، متوسط أعمارهم (22.3) سنة موزعين على ثلاث فئات عمرية واستخدم الباحثون الاستبيان كأداة لجمع البيانات والتي صممها (Goudas, etal, 1998) موزعة على سبعة مجالات ومن المجالات الثقة بالنفس ، وقد أظهرت النتائج قدرة اللاعبين في التعامل مع الضغوط النفسية المؤثرة في الأداء خلال المشاركة في البطولة ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في المهارات النفسية كالثقة بالنفس، وأوصت البحث إلى الاهتمام بالمهارات النفسية والعمل على تطويرها .

### التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة في مجال الثقة الرياضية تبين الآتي:

- يتضح من عرض الدراسات تنوع أهدافها فبعضها هدفت إلى التعرف على مستوى الأعراض النفس جسمية التي تسبق المنافسة الرياضية لدى لاعبي ألعاب القوى وعلاقتها بالمستوى الرقمي، كما في دراسة (حلاوة، 2011) وبعضها استهدف معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس والأداء المهاري في كرة الطائرة، كما في دراسة (Gali, 2015)
- هناك دراسات اهتمت بالثقة بالنفس ودورها في الرفع من مستوى الأداء في المنافسات، كما في دراسة (رضوان، 2016) ودراسة (عباسي، دخيه، 2017).
- هناك دراسات بينت وجود علاقة إيجابية بين ثقة الفريق وثقة المدرب وارتباطهم بنجاح الفريق، كما في دراسة (Skinner, 2013).
- هناك دراسات اهتمت بدراسة مستوى الثقة عند ممارسة النشاط الرياضي للطلاب والطالبات تبعاً لمتغير الجنس، وتبين عدم وجود فروق في مستوى الثقة بالنفس تعزى لمتغير الجنس، كدراسة (عبد القادر ومحمد، ٢٠١٨)
- اتفقت جميع الدراسات على استخدام المنهج الوصفي كوسيلة للتعرف على تأثير الثقة في مستوى الأداء في بعض الألعاب الرياضية.
- تتراوح حجم العينة في الدراسات التي استخدمت المنهج الوصفي ما بين (26) إلى (110) لاعبا ولاعبة.
- تنوعت الاختبارات والمقاييس المستخدمة في الدراسات تبعاً لنوع ومتغيرات البحث.
- اختلفت وتعددت الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات كل دراسة على حده، إلا أنها اتفقت على استخدام بعض الأساليب الإحصائية مثل (الوسيط - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - معامل الارتباط) ويرجع ذلك إلى هدف الدراسة المراد تحقيقه.

في ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة فقد استفاد الباحثون من هذه الدراسات الآتي:

- 1- تحديد مشكلة البحث والخطوات الواجب اتباعها.
- 2- تحديد منهجية البحث.
- 3- طريقة اختيار العينة وحجمها.
- 4- اختيار أداة القياس المناسبة لهذه الدراسة وطرق تقنينها.

5- استخدم الأساليب والمعالجات الإحصائية المناسبة.

6- طريقة عرض الجداول الإحصائية.

7- مناقشة وتفسير ونتائج الدراسة

## الطريقة والإجراءات

من خلال هذا الفصل سيتم التطرق للمنهج والجراءات المتبعة في البحث، والذي يتضمن: تحديد المنهجية المتبعة، والمجتمع والعينة المستهدفة، والأدوات المستخدمة من حيث البناء وأساليب التحقق من صدقها وثباتها، والأدوات والعمليات الإحصائية التي ستستخدم في تحليل البيانات، وذلك على النحو التالي:

### أولاً: منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي في جميع إجراءاته من حيث تحديد مجتمع الدراسة وعينته وتطبيق مقياس سمة الثقة بالنفس للرياضيين وذلك نتيجة ملائمة لطبيعة البحث.

### ثانياً: مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن لعام 2022-2023م، وبالبلغ عددهم (32) لاعبة وذلك وفقاً لسجلات المنتخب، كما بجدول (1).

جدول (1): توزيع مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير اللعبة (ن = 32)

اللعبة	العدد	النسبة المئوية (%)
عدو 100 متر	12	37.5
عدو 200 متر	9	28.1
وثب طويل	11	34.3
المجموع	32	% 100

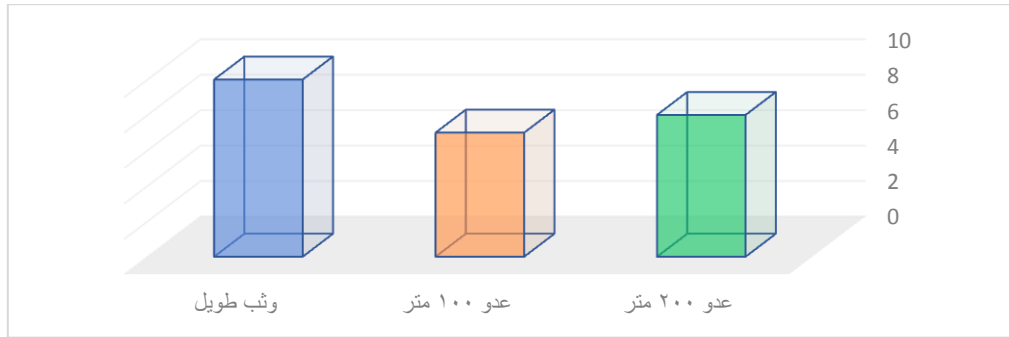
### ثالثاً: عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة يبلغ قوامها (25) لاعبة من لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن خلال سنة 2022-2023م، وذلك بعد أن تم استبعاد لاعبتين من العينة لعدم الانتظام في التدريب و (5) لاعبات لإجراء الدراسة الاستطلاعية وكان ذلك وفق سجلات المدرب وبيانات الاستبانة. وتمثل عينة الدراسة (78%) من المجتمع الكلي للدراسة، وتم اعتماد الطريقة العمدية في اختيار العينة ويوضح جدول (2) توزيع العينة تبعاً إلى متغير اللعبة.

الجدول (٢): توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغير اللعبة (ن=٢٥)

النسبة المئوية (%)	العدد	اللعبة
32	8	عدو 100 متر
28	7	عدو 200 متر
40	10	وثب طويل
%100	25	المجموع

شكل (١): النسب والتكرارات لتوزيع أفراد العينة وفقاً لنوع اللعبة



الجدول (٣): المتوسطات الحسابية والوسيط الحسابي والمنوال والانحراف المعياري وأقل مفردة وأكبر مفردة للبيانات الأساسية

لعينة الدراسة (ن=٢٥)

العمر التدريبي	الطول	الوزن	العمر	المتغيرات	
				العدد	العينة
25	25	25	25		
0	0	0	0	المفقود	
13.28	167.08	57.32	21.6240	المتوسط	
13.0	167.0	57.0	21.6	الوسيط	
12.0	165.	55.0	20.90	المنوال	
1.81475	1.77764	1.79629	1.676	الانحراف المعياري	
11.0	165.0	55.0	19.80	أقل مفردة	
16.0	170.0	60.0	23.50	أكبر مفردة	

يوضح جدول (٣) الإحصاءات الوصفية للبيانات الأساسية لعينة الدراسة فوجد أن متوسط أعمار عينة الدراسة 21,6 سنة بينما أصغر الأعمار كانت 19,8 وأكبرهن ٢٣,٥ سنة، متوسط أوزان عينة الدراسة 57,32 كيلو بينما أصغر الأوزان كان 55 وأكبر وزن 60 كيلو وباقي الإحصاءات موضحة بالجدول.

#### رابعاً: تجانس العينة:

من أجل أن يكون هناك تجانس بين أفراد العينة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات المؤثرة بالبحث، وقد كان تجانس

العينة في المتغيرات التالية:

- السن مقاساً بالسنوات
- الوزن مقاساً بالكيلوغرام
- الطول مقاساً بالسنتيمتر
- العمر التدريبي مقاساً بالشهور ويوضح الجدول (٤) مدى تجانس العينة:

#### الجدول (٤) تجانس المتغيرات الكمية للعينة

Sig.	df2	df1	Statistic Levene
.002	96	3	5.425

يوضح الجدول (٤) تجانس المتغيرات الكمية (العمر، الوزن، الطول، العمر التدريبي) باستخدام اختبار ليفيني وبما أن قيمة الدلالة الاحصائية (0,002) أقل من مستوى المعنوية (0,05) دل ذلك على أن المتغيرات متجانسة.

#### خامساً: أدوات الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة تم استخدام الأدوات الآتية:

- أداة قياس سمة الثقة الرياضية
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.
- استمارة استطلاع آراء الخبراء.
- استمارات جمع وتفرغ البيانات.

- اختبارات الأداء الرقمي وتشمل قياسات الوثب الطويل والعدو 100 متر والعدو 200 متر.
- شريط القياس لقياس مسافات الوثب الطويل.
- الساعة الرقمية Stop watch لحساب الزمن في 200/100 عدو.

### سادسا: إجراءات الدراسة الميدانية:

#### تم إجراء الدراسة وفق الخطوات الآتية:

- تحديد مجتمع وعينة البحث
- استخدام أداة قياس سمة الثقة بالنفس

تم استخدام مقياس سمة الثقة الرياضية لروبين فيلي (Vealey1986) ويحتوي المقياس على (13) عبارة يقوم اللاعب بالإجابة على العبارات القائمة على مقياس مدرج من 9 نقاط ويتم بعد ذلك جمع الدرجات في جميع العبارات

#### مفتاح التصحيح:

يتم جمع الدرجات التي حددها اللاعب في جميع العبارات وكلما اقترب مجموع هذه الدرجات من الدرجة القصوى وقدرها (117) كلما تميز اللاعب بدرجة أكبر من سمة الثقة الرياضية.

- قامت الباحثون بتعديل الاستبانة باللجوء إلى استطلاع آراء الخبراء وبناءً على ذلك تم القيام بعدد من التعديلات وهي:
- ❖ إضافة تعريف الثقة الرياضية في مقدمة الاستبانة
- ❖ إضافة العمر التدريبي
- ❖ إضافة عبارة (درجة تقني) في بداية السؤال
- ❖ تعديل في صياغة بعض الأسئلة
- تم الاخذ بآراء الخبراء وتعديل الاستبانة حتى وصل إلى الشكل النهائي
- تم صياغة تعليمات أداة الدراسة بغرض تعريف أفراد العينة على الهدف من أداة البحث، مع مراعاة وضوح العبارات وملاءمتها لمستوى المستجيبين.
- تم توزيع أداة الدراسة (الاستبانة) على أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية.

## سابعا: اجراء المعاملات العلمية للاستبانة كما يلي

### - صدق استبانة سمة الثقة الرياضية:

للتحقق من صدق أداة الدراسة في قياس ما وضعت لقياسه، عرضت على (٤) محكمين، وتم إجراء التعديلات التي طلبها المحكمون وعلى وجه الخصوص المتعلقة في صياغة الفقرات. بالإضافة إلى معامل الصدق في الجدول رقم (٥) تبين انه عالي في كل العبارات وهذا يدل على ان الاستبانة تمتاز بالصدق.

### - ثبات استبانة سمة الثقة الرياضية:

للتحقق من مدى ثبات اداة الدراسة (الاستبيان) تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥) طلاب تم استبعادهم من العينة الكلية للدراسة، ثم قام الباحثون باستخراج معامل الثبات بطريقة كرونباخ الفا ( Cronbach's Alpha) والجدول (٥) يوضح معاملات الثبات على مستوى كل محور والمستوى الكلي

جدول (٥): معاملات ألفا كرويناخ لكل عبارة والأداة ككل (ن = 25)

معامل الصدق	معامل الثبات	العبارات درجة ثقفي
0.82	٠.675	عند أداء مهارات حركية ضرورية للتفوق في المنافسة
٠,٩٠	0.806	على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة
0.85	.72	في القدرة على الأداء تحت ضغوط عصبية
0.93	0.862	في تنفيذ خطط ناجحة
0.78	0.609	في تركيزي لتحقيق النجاح
0.7	0.491	في التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لتحقيق الفوز
٠,٩٠	0.802	في قدراتي على انجاز أهداف المنافسة
0.87	٠.763	في أن أكون ناجحة في المنافسة
0.83	0.691	في استمرار نجاحي
0.89	0.795	في قدراتي على التفكير والاستجابة أثناء المنافسة
0.88	0.768	في مواجهة التحدي أثناء المنافسة
0.78	0.602	في النجاح ولو كان المنافس قوي
0.85	.72	في قدراتي على القيام بأداء ناجح بعد أداء فاشل

يوضح الجدول (٥) معامل الثبات والصدق بطريقة (ألفا كرونباخ) لأداة البحث. نلاحظ أن معامل ألفا كرونباخ مرتفع عدا العبارة (في التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لتحقيق الفوز) لذلك يمكن التوصل إلى أن الأداة تمتاز بالثبات، مما يجعل الباحثون مطمئنون لإجابات أفراد العينة على الاستبانة وبالتالي فإن النتائج التي سيتم التوصل إليها من خلال الاستبانة ستكون موثوقة ويعتمد عليها في الوصول إلى القرارات السليمة.

### التجارب الاستطلاعية:

#### التجربة الاستطلاعية (1)

قامت الباحثون بتطبيق استبانة قياس الثقة الرياضية لروبين فيلي (Vealey)، على عدد 5 لاعبات من منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وذلك يوم الاحد الموافق 2023/1/11 م في نادي الطالبات

#### التجربة الاستطلاعية (2)

قام الباحثون بتطبيق قياسات الأداء الرقمي المتمثلة في (عدو 100 م - عدو 200 م - وثب طويل)، على عدد مكون من 5 لاعبات من منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وذلك يوم الاحد بتاريخ 2023/1/8 م وقد استفادت الباحثون من الدراسات الاستطلاعية فيما يلي: -

➤ مناسبة اداة الاستبيان لعينة الدراسة

➤ إمكانية تطبيق الاختبارات الرقمية في التجربة الرئيسية

➤ تحديد مدى ملائمة المكان ومناسيته لتطبيق التجربة الرئيسية

➤ سهولة تطبيق الاستبيان ووضوحه على عينة التجربة الرئيسية

#### التجربة الرئيسية:

تم تطبيق الاستبانة والاختبارات لقياس الأداء الرقمي على العينة الرئيسية في يوم الأحد بتاريخ 2023/1/15 حيث تم توزيع استبانة سمة الثقة الرياضية بالإضافة إلى إجراء اختبارات لقياس الأداء الرقمي في (100 متر عدو، 200 متر عدو، والوثب الطويل) على عينة الدراسة البالغ عددهم (25) لاعبة وتوزيع الاستبانات وتقريغها، ولهذا الغرض تم استخدام الوسائل الإحصائية لتحقيق أهداف البحث.

## ثامنا: الوسائل الإحصائية:

تم تحليل بيانات هذه الدراسة باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، كما تمت الاستعانة ببرنامج

(إكسل) لعمل الرسوم البيانية، وتم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

❖ معامل ألفا كرونباخ لإيجاد معامل الثبات.

❖ التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الأولية.

❖ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

❖ اختبار معامل الارتباط لبيرسون.

❖ تحليل التباين الأحادي ANOVA.

## عرض وتحليل ومناقشة النتائج

أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي ينص "ما مستوى الثقة الرياضية لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى في

جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟"

وللإجابة عن هذا التساؤل، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد العينة على فقرات

المقياس والجدول رقم (٦، ٧) تبين ذلك

جدول (٦): متوسطات والانحرافات المعيارية وترتيب درجات الثقة الرياضية لجميع أفراد العينة (ن=٢٥)

الترتيب	مستوى الثقة	الانحراف المعياري	متوسط الدرجات	حجم العينة	العبارة (درجتي تقني)
7	عالٍ	1.58325	7.44	25	عند أداء مهارات حركية ضرورية للتفوق في المنافسة
12	عالٍ	1.49108	6.84	25	على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة
11	عالٍ	2.13931	6.92	25	في القدرة على الأداء تحت ضغوط عصبية
5	عالٍ	1.36260	7.76	25	في تنفيذ خطط ناجحة
4	عالٍ	1.19024	8.0	25	في تركيزي لتحقيق النجاح
8	عالٍ	1.22474	7.4	25	في التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لتحقيق الفوز
1	عالٍ	1.01325	8.12	25	في قدراتي على انجاز أهداف المنافسة
1	عالٍ	1.05357	8.12	25	في أن أكون ناجحة في المنافسة
3	عالٍ	.95394	8.08	25	في استمرار نجاحي
10	عالٍ	1.45717	7.04	25	في قدراتي على التفكير والاستجابة أثناء المنافسة
6	عالٍ	1.02144	7.72	25	في مواجهة التحدي أثناء المنافسة
13	عالٍ	1.46401	6.68	25	في النجاح ولو كان المنافس قوي
9	عالٍ	1.66533	7.24	25	في قدراتي على القيام بأداء ناجح بعد أداء فاشل
	عالٍ	1.36	7.49		المتوسط العام

يوضح الجدول (٦) المتوسطات والانحرافات المعيارية وترتيب درجات الثقة الرياضية لجميع أفراد العينة فكانت العبارتين

(في قدراتي على انجاز أهداف المنافسة، في أن أكون ناجحة في المنافسة) هما الأكثر ثقة لعينة الدراسة بمتوسط درجات

(8.12) وانحراف معياري (1.05، ١,٠١) على الترتيب بينما نجد أن العبارة (في النجاح ولو كان المنافس قوي) هي الأقل ثقة لدى عينة الدراسة حيث متوسط درجة الثقة لدى العينة (6.68) بانحراف معياري (1.46) ويبدل المتوسط أن العينة تتسم بالثقة الرياضية العالية.

جدول (٧) درجات الثقة الرياضية لكل لاعبة (ن = 25)

اللاعبة	مجموع درجات الثقة	متوسط درجاتها	الانحراف المعياري	مستوى الثقة
1	96	7.38	1.39	عالي
2	91	7	1.22	عالي
3	98	7.54	1.33	عالي
4	77	5.92	0.95	متوسط
5	96	7.38	1.12	عالي
6	97	7.46	1.05	عالي
7	84	6.46	1.66	عالي
8	117	9	0	عالي
9	105	8.08	0.95	عالي
10	86	6.62	1.45	عالي
11	97	7.46	1.45	عالي
12	104	8	0.82	عالي
13	89	6.85	1.14	عالي
14	117	9	0	عالي
15	101	7.77	1.79	عالي
16	94	7.23	1.3	عالي
17	117	9	0	عالي
18	82	6.31	2.5	عالي
19	91	7	1.47	عالي
20	96	7.38	1.66	عالي
21	102	7.85	0.9	عالي

عالٍ	0.75	8.31	108	22
عالٍ	1.57	6.85	89	23
عالٍ	0.87	7.62	99	24
عالٍ	1.17	7.77	101	25
عالٍ	1.14	7.49	97.36	المتوسط العام

جدول (٧): يوضح الثقة الرياضية لكل لاعبة ويشير الجدول الثقة عالية كنتيجة عامة حيث بلغ المجموع النهائي (97.36) من أصل 117 بمتوسط عام 7.49 وانحراف معياري 1.14 ويظهر الجدول أن اللاعبة رقم ١٤ احتلت المرتبة الأولى بحصولها على الدرجة الكاملة للثقة 117 من 117، كما نلاحظ أن اللاعبة رقم 4 لديها درجة ثقة منخفضة بمجموع 77 من أصل 117.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي ينص " ما مستوى الأداء الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى (عدو

٢٠٠-١٠٠م - وثب طويل) لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟

وللإجابة عن هذا التساؤل، وللإجابة عن هذا التساؤل، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الأداء الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى (عدو ٢٠٠-١٠٠م - وثب طويل) لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

جدول (٨) المتوسطات الحسابية والوسيط الحسابي والتباين والمنوال والانحراف المعياري وأقل مفردة وأكبر مفردة لنتائج القياسات

الرقمية (ن = 25)

مستوى النتيجة	النتيجة	وحدة القياس	نوع اللعبة
ممتاز	26,58	المتوسط	ثانية
	33.16	الوسيط	ثانية
	105.52	التباين	ثانية
	10.27	الانحراف المعياري	ثانية
	13.23	أقل مفردة	ثانية
	36.1	أكبر مفردة	ثانية
متوسط	15.27	المتوسط	ثانية

	15.72	الوسيط	ثانية	عدو 100 متر
	1.34	التباين	ثانية	
	1.15	الانحراف المعياري	ثانية	
	14.25	أقل مفردة	ثانية	
	17.3	أكبر مفردة	ثانية	
ممتاز	3.92	المتوسط	متر	وثب طويل
	3.85	الوسيط	متر	
	0.161	التباين	متر	
	0.4	الانحراف المعياري	متر	
	3.5	أقل مفردة	متر	
	4.84	أكبر مفردة	متر	

يوضح جدول (٨) إحصاءات نتائج عينة الدراسة وفقاً لنوع اللعبة فنجد ان متوسط نتيجة اللعبة عدو 200 متر ( 26.58 ثانية ) ومن خلال المحك تعتبر النتيجة ممتازة ، بينما متوسط نتيجة اللعبة عدو 100 متر ( 15.27 ثانية ) تعتبر نتيجة متوسطة ، متوسط نتيجة اللعبة وثب طويل ( 3.92 متر ) هي نتيجة ممتازة ومن خلال المحك يتوضح لنا أن مستوى نتيجة لعبة عدو 200متر ( ممتاز33 - متوسط 35 - ضعيف 37) بينما عدو 100متر( ممتاز 14 - متوسط 16 - ضعيف 18 ) والوثب الطويل ( ممتاز 4 - متوسط 3.5 - ضعيف 3) وبناء على ذلك أتضح أن مستوى الأداء الرقمي بشكل عام عالي عند العينة.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي ينص "هل توجد علاقة ارتباطية بين الثقة الرياضية ومستوى الاداء

الرقمي للاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟

وللإجابة عن التساؤل تم استخدام اختبار معامل الارتباط البسيط (Persons Correlation)، ونتائج الجدول رقم (١٠)

تبين ذلك

جدول (٩) معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مستوى الأداء الرقمي ومجموع درجات مقياس الثقة

معامل ارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية
0.79	0.013

يوضح الجدول (٩) معامل الارتباط بيرسون بين مستوى الأداء الرقمي ومجموع درجات مقياس الثقة حيث تشير النتائج معامل الارتباط بيرسون المستخدم وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي حيث ان قيمة معامل الارتباط بلغت (0.79) أي أكبر من القيمة الاحتمالية (0.013)

رابعاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع والذي ينص " هل توجد فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات ٢٠٠ - ١٠٠ متر عدو ولاعبات الوثب الطويل بمنتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)، ونتائج الجداول (١٠) تبين ذلك

جدول (١١): جدول تحليل التباين الأحادي لإيجاد قيم اختبار اف

قيمة ف المحسوبة	درجتي الحرية	القيمة الاحتمالية
0.491	2\22	0.618

يتضح من جدول (١٠) أنه تم استخدام اختبار اف المستخرج من جدول تحليل التباين ANOVA مع مراعاة الافتراضات المستخدمة وهي (المتغير الاول: نوع اللعبة) (المتغير الثاني: مجموع درجات مقياس الثقة) وأشارت النتائج ان القيمة الاحتمالية للاختبار (0.645) أكبر من مستوى القيمة الاحتمالية (0.05) وهذا يدل على عدم وجود فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات منتخب ألعاب القوى تبعاً لمتغير نوع اللعبة (100م-200م -وثب طويل)

## مناقشة النتائج

التساؤل الأول والذي ينص على "ما مستوى الثقة الرياضية لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟"

يتضح من الجدول رقم (٧)، (٨) أن مستوى الثقة الرياضية لدى اللاعبات عالية، حيث وصل المتوسط الحسابي إلى (٧,٤٩) وانحراف معياري (١,٣٦). كما أن العبارتين (في قدراتي على انجاز أهداف المنافسة، في أن أكون ناجحة في المنافسة) هما الأكثر ثقة لعينة الدراسة بمتوسط درجات (٨,١٢) على الترتيب وانحراف معياري (١,٠١، ١,٠٥) على الترتيب بينما نجد أن العبارة (في النجاح ولو كان المنافس قوي) هي الأقل ثقة لدى عينة الدراسة حيث متوسط درجة الثقة لدى العينة (٦,٦٨) بانحراف معياري (١,٤٦).

ويرى الباحثون أن سبب ارتفاع الثقة الرياضية عند اللاعبات قد يرجع إلى خبرات النجاح التي حصلوا عليها اثناء المنافسات، بالإضافة إلى الاهتمام بالصحة البدنية والجسدية وممارسة النشاط البدني، الأمر الذي يؤدي إلى رفع مستوى

الأداء البدني عند اللاعبة، مما يزيد لديهن من مستوى الثقة الرياضية، كما يعتبر الاحتكاك باللعبات اثناء التدريب أمراً ذا تأثير إيجابي على رفع مستوى الثقة الرياضية لدى اللاعبات، وهو ما أكدته كل من جربوع (2015)، الغريبي والشمري (2011)

وانتقلت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كل من (عبد القادر ومحمد، 2018) حيث اشارا إلى أن مستوى الثقة بالنفس تزداد عند ممارسة النشاط البدني. كما انتقلت مع دراسة جابر (2012) التي اشارت إلى تحسن مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين.

**التساؤل الثاني والذي ينص على " ما مستوى الأداء الرقمي لبعض مسابقات العاب القوى (عدو 100 - 200 م - وثب طويل) لدى لاعبات منتخب العاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟"**

يتضح من الجدول رقم (9) تحقيق مستوى عالي في سباقات المسافات القصيرة (100 متر) عدو و(200 متر) عدو وفى سباق الوثب الطويل حيث وصلت المتوسطات الحسابية على الترتيب إلى ( 15.27 ) و (26.58) و (3.92) ويرى الباحثون أن ارتفاع المستوى قد يرجع إلى اتباع عينة الدراسة الاسس العلمية الصحيحة في التدريب والتركيز على التدريبات التي من شأنها رفع عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بتلك السباقات كما في عنصر السرعة الانتقالية والحركية وسرعة الاستجابة بالإضافة إلى القوة المميزة بالسرعة، بالإضافة إلى الالتزام بالتدريب كما هو مخطط له مما ينعكس بشكل إيجابي على مستوى الأداء الرقمي ويؤكد ذلك الويسي واخرون (2016) والحسيني (2019) ودراسة الاقرع والعبسي (2021)، ودراسة اقزوح (2016) ودراسة تريش ولعياضي (2014) ودراسة منصورى (2014)

**التساؤل الثالث والذي ينص على " هل توجد علاقة ارتباطية بين الثقة الرياضية ومستوى الاداء الرقمي للاعبات منتخب العاب القوى في جامعة الأميرة نوره بنت عبد الرحمن؟"**

ويتضح من جدول (10) أنه تم استخدام اختبار اف المستخرج من جدول معامل الارتباط بيرسون مع مراعاة الافتراضات المستخدمة وهي (المتغير الأول: مستوى الأداء الرقمي) (المتغير الثاني: مجموع درجات مقياس الثقة). وكانت نتائج معامل الارتباط بيرسون المستخدم لمعرفة هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي هي ( 0.79 ) أي أكبر من القيمة الاحتمالية (0.013) وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية بين الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي وهى علاقة متبادلة ، فكل من الثقة الرياضية والممارسة الرياضية يتأثران كل منهما بالآخر ، فالثقة الرياضية تزداد مع كثرة الممارسة الرياضية والاشتراك في المسابقات بصفة مستمرة وتحسن المستوى البدني والمهاري لدى اللاعب، كما أن مستوى

الاداء الرقمي واحراز مستوى متقدم يتأثر بمقدار ثقة الرياضي بنفسه ، ويؤكد ذلك شتيوي (٢٠١٧) ودراسة عابد وآخرون (٢٠١٦). وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة رضوان (2016) حيث أشار إلى ان للثقة دور هام في رفع مستوى الأداء المهاري عند لاعبي كرة القدم خلال المنافسة، ودراسة Gali (٢٠١٥) والذي أشار الى ان زيادة مستوى الثقة بالنفس كان له أثر ايجابي في تحسين مستوى الاداء المهاري في كرة الطائرة.

التساؤل الرابع والذي ينص على "هل توجد فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات ١٠٠ و ٢٠٠ متر عدو ولاعبات الوثب الطويل بمنتخب ألعاب القوى في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟"

كما يتضح من جدول (١١) أنه تم استخدام اختبار اف المستخرج من جدول تحليل التباين ANOVA مع مراعاة الافتراضات المستخدمة وهي (المتغير الاول: نوع اللعبة) (المتغير الثاني: مجموع درجات مقياس الثقة) وأشارت النتائج ان القيمة الاحتمالية للاختبار (0.645) أكبر من مستوى القيمة الاحتمالية (0.05) وهذا يدل على عدم وجود فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات منتخب ألعاب القوى تبعاً لمتغير نوع اللعبة (100م-200م -وثب طويل) ويرى الباحثون أن ذلك قد يرجع إلى مشاركة لاعبات منتخب ألعاب القوى في نفس البطولات المحلية ولتلقبهم نفس التدريبات مع مدربة واحدة، وكذلك لوجود دعم نفسي بين اللاعبات وهو ما يؤكد Skinner (٢٠١٣) ودراسة مقابلة ومخادمة (٢٠١٥) وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع كل من عبد الرضا (2004) ودراسة جابر (2012)، حيث أشاروا إلى عدم وجود فروق في حالة الثقة بالنفس لدى اللاعبين تعزى بمتغير نوع او درجة اللعب

## الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:

١. ارتفاع مستوى الثقة الرياضية لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
٢. ارتفاع المستوى الرقمي لسباقات (عدو 200 متر، عدو 100 متر، وثب طويل) لدى لاعبات منتخب ألعاب القوى بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
٣. وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الثقة الرياضية ومستوى الأداء الرقمي.
٤. عدم وجود فروق في مستوى الثقة الرياضية بين لاعبات منتخب ألعاب القوى في سباقات (عدو 200 متر، عدو 100 متر، وثب طويل).

## التوصيات

في ضوء الاستنتاجات السابقة يوصي الباحثون بما يلي:

١. الاهتمام بتصميم المدرب برامج تدريبية للاعبات ألعاب القوى تراعي تنمية الثقة الرياضية لأهميتها في تحقيق مستويات رياضية عالي
٢. الاهتمام بعمليات التدريب الرياضي وطرق التدريب المختلفة ودمجها مع برامج تهتم بالإعداد النفسي للاعب.
٣. إجراء المزيد من الدراسات في نفس موضوع الدراسة الحالية على فئات عمرية متنوعة وأنشطة رياضية مختلفة.
٤. إجراء الدراسة على جميع منتخبات ألعاب القوى المتواجدة في الجامعات الأخرى في المملكة.

## لمصادر والمراجع

- الأفرع، هـ ، العبسي، ت (٢٠٢١). تأثير تدريبات القوة المميزة بالسرعة في المنحدرات على القدرة الهوائية القصوى والمستوى الرقمي للاعبي منتخب فلسطين لألعاب القوى. مجلة جامعة الأزهر - غزة، سلسلة العلوم الإنسانية ٢٣(٢)، ٢٩٣ - ٣٠٤.
- أفروح، سليم. (٢٠١٦). أثر برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة الانفجارية لدى عدائي سباقات السرعة U19. مجلة المعيار، ١٣ع، ١٧٨، ١٨٤. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1169807>
- تريش، ل ولعياضي، ع (٢٠١٤) اقتراح برنامج تدريبي رياضي وأثره في تنمية صفة تحمل السرعة لدى عدائي المسافات النصف طويلة فئة (١٦-١٨) سنة. مجلة الإبداع الرياضي، مج. ٢٠١٤، ع. ١٤، ص ص. ٥٢٥-٥٤٤.
- ثابت شتيوي. (٢٠١٧). مستوي الثقة بالنفس كعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية. مجلة الدراسات النفسية والتربوية، ١١(٣)، ص ٤٨٣.
- جابر، ر. (٢٠١٢) الطلاقة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين وعلاقته ببعض المتغيرات: مجلة الرياضة المعاصرة، جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، ١٨(١١). ص ١-١٩.
- جرعوب ع (٢٠١٥) دراسة تحليلية لبعض العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في الانجاز والتفوق الرياضي لمشاركي البطولة الوطنية المدرسية: مجلة المنظومة الرياضية، ٢، 2، الجزائر، جامعة الجلفة، 2015، ص 73-93.
- الحسيني، محمد. (٢٠١٩). تأثير تدريبات السرعة التنافسية علي خطوة العدو وعلاقتها بتطوير المستوى الرقمي لعدائي ام. مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ٥٠(٢)، ٤٣٠-٤٤٠.
- حلاوة، ر (٢٠١١). الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية وعلاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب: مجلة العلوم التربوية، المجلد 38، العدد 2، عمان، جامعة عمان، 2011، ص 17-44.
- خالدي ر (٢٠١٦). الثقة بالنفس ودورها في الرفع من اداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة: رسالة ماجستير غير منشورة، الجزائر، جامعة محمد بوضياف، كلية علوم وتقنيات النشاطات الدنية والرياضة، ص ٤٥.
- الخفاف، ن. (٢٠١٨). الثقة الرياضية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الموصل. مجلة كلية التربية الرياضية، ٣٠(٤)، ص ٢٥١.
- ربيعه، ج (٢٠١٢). واقع الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة وعلاقتها بالإنجاز لدى لاعبين أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في الأردن: دراسات، المجلد 44، العدد 2، الأردن، جامعة مؤتة.
- رضوان، خ (٢٠١٦) الثقة بالنفس ودورها في الرفع من اداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة: رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة محمد بوضياف، كلية علوم وتقنيات النشاطات الدنية والرياضة، ص ٤٥.
- زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥) التوجيه والإرشاد النفسي: ط ١، القاهرة، عالم الكتاب، ص ٢٨-٢٩.

سليم. ع. (٢٠٢٢) علم النفس الرياضي: ط١، القاهرة، دار ميرنا للنشر، ص٤٥.

عابد، خ' زايدي، و، الأطرش، ز (٢٠١٦) الثقة بالنفس وتأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكاراتيه: رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة العربي بن مهيدي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، قسم التربية البدنية والرياضية، ص ١٥٠.

عباسي، ز، دخية، ع. (٢٠١٦). العلاقة بين مستوى الثقة بالنفس والأداء المهاري لحراس المرمى الجزائريين لكرة القدم: رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة العربي بن مهيدي، ٢٠١٧، ص٥٢.

عبد الرضا ع (٢٠٠٤) دراسة مقارنة لحالة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة السلة في جامعة الموصل: مجلة أبحاث كلية التربية، (١) ٤، العراق، جامعة الموصل، ص١٨٣

عبد القادر، ر، محمد، أ (٢٠١٩). مستوى الثقة بالنفس عند ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ الطور الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجزائر، جامعة الجيلاني بونعامة.

الغريزي، و. الشمري، ف (٢٠١١). الاستقرار النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى لاعبي كرة اليد في العراق. مجلة علوم التربية الرياضية، ٥(٩)، العراق، جامعة الكوفة،

محمد، ح (٢٠٢٠) علم النفس الرياضي: ط١، دسوق، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع، دار الجديد للنشر والتوزيع، ص٩٥-٩٦.

محمد، ف، نورالدين، ب (٢٠٢٠) أثر برنامج نفسي في تنمية الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة السلة صنف اكابر- دراسة ميدانية لنادي كرة السلة بالمسيلة. مجلة الابداع الرياضي. ١١(٢). ص ١٠٥ - ١٢١.

مدادة، ن (٢٠١٨) العاب القوى ١: سوريا، مركز التصوير كلية التربية، ٢٠١٨، ص٤.

مقابلة، م ومخادمة، ع. (٢٠١٥). العلاقة بين بعض السمات النفسية ومستوى الانجاز لدى عدائي المسافات القصيرة في الجامعات الاردنية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، اريد. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/743048>

منصوري، إسماعيل (٢٠١٤) أثر برنامج تدريبي مقترح في تنمية القوة المميزة بالسرعة لدى عدائي المسافات القصيرة: رسالة ماجستير منشورة، الجزائر، جامعة محمد بوضياف المسلية، معهد الرياضة والتربية البدنية، ص٥٢

الويسبي، ن، عبد الرزاق، ب، الداود، ر، اخويلا، س. (٢٠١٦). تأثير تدريبات البليومتر ك على تطوير بعض القدرات الحركية والمستوى الرقمي لفعالية الوثب الثلاثي. مجلة المنارة للبحوث والدراسات، ٢٢(٣)، ٢٩٩ - ٣٢٥.

## رومنة المراجع العربية

Al-Qura', H., & Al-Absi, T. (2021). The impact of speed-specific strength training on slopes on the maximum aerobic capacity and digital performance of the Palestinian national athletics team players. Al-Azhar University Journal - Gaza, Series of Humanities, 23(2), 293-304.

- Aqzuoh, S. (2016). The impact of a proposed training program to develop explosive strength in U19 sprinters. *Al-Mi'yar Journal*, Issue 13, 178–184. Retrieved from <http://search.mandumah.com/Record/1169807>
- Trich, L., & Laayadi, A. (2014). Proposing a sports training program and its impact on developing speed endurance in middle–distance runners aged 16–18 years. *Journal of Sports Creativity*, 2014 edition, Issue 14, pp. 525–544.
- Shtaywi, Th. (2017). The level of self–confidence and its relation to achievement motivation among players of team sports in Palestinian universities. *Journal of Psychological and Educational Studies*, 11(3), p. 483.
- Jaber, R. (2012). Psychological fluency among volleyball players in Palestine and its relationship with some variables. *Journal of Contemporary Sport*, University of Baghdad, College of Physical Education and Sports Sciences for Women, 18(11), pp. 1–19.
- Jaraoub, A. (2015). An analytical study of some psychological and social factors affecting achievement and sports excellence among participants in the National School Championship. *Sports System Journal*, 2(2), University of Djelfa, Algeria, pp. 73–93.
- Al–Husseini, M. (2019). The impact of competitive speed training on running stride and its relation to improving the digital performance of 100m sprinters. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 50(2), 400–430.
- Halawa, R. (2011). Psychosomatic symptoms before sports competition and their relationship with the digital performance of Arab track and field athletes. *Journal of Educational Sciences*, 38(2), Amman, University of Amman, 2011, pp. 17–44.
- Khalidi, R. (2016). Self–confidence and its role in enhancing the performance of football players during the competition phase. Unpublished master's thesis, Mohamed Boudiaf University, Faculty of Sciences and Techniques of Physical and Sports Activities, Algeria, p. 45.
- Al–Khafaf, N. (2018). Sports confidence and its relation to perceptions of success among players of the College of Physical Education and Sports Sciences teams at the University of Mosul. *Journal of the College of Physical Education*, 30(4), p. 251.
- Rabieh, J. (2012). The status of psychosomatic symptoms before sports competition and its relationship with achievement among elite volleyball players in Jordan. *Studies Journal*, Volume 44, Issue 2, Jordan, Mutah University.
- Radwan, K. (2016). Self–confidence and its role in enhancing the performance of football players during the competition phase: Master's thesis, Algeria, Mohamed Boudiaf University, Faculty of Physical and Sports Activities Sciences, p. 45.

- Zahran, H. A. (2005). *Psychological counseling and guidance*: 1st edition, Cairo, Alam Al-Kutub, pp. 28–29.
- Salim, A. (2022). *Sports psychology*: 1st edition, Cairo, Dar Mirna Publishing House, p. 45.
- Abid, K., Zaydi, W., & Attarsh, Z. (2016). Self-confidence and its impact on achievement motivation among karate players: Master's thesis, Algeria, Arabi Ben Mhidi University, Institute of Physical Education and Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports, p. 150.
- Abbasi, Z., Dakhia, A. (2016). The relationship between self-confidence level and skill performance of Algerian football goalkeepers: Master's thesis, Algeria, Arabi Ben Mhidi University, p. 52.
- Abdel-Rida, A. (2004). A comparative study of self-confidence among basketball players at the University of Mosul: *Journal of Educational Research*, (1) 4, Iraq, University of Mosul, p. 183.
- Abdelkader, R., Mohamed, A. (2019). The level of self-confidence in physical sports activities among secondary school students: Unpublished master's thesis, Algeria, Guelma University.
- Al-Ghuraity, W., Al-Shammari, F. (2011). Psychological stability and its relationship to self-esteem among handball players in Iraq. *Journal of Sports Education Sciences*, 5(9), Iraq, University of Kufa.
- Mohammed, H. (2020). *Sports Psychology*: 1st edition, Damanhour, Dar Al-Ilm Wal-Iman Publishing and Distribution House, Dar Al-Jadid Publishing and Distribution, pp. 95–96.
- Mohammed, F., Nouraldin, B. (2020). The impact of a psychological program on developing self-confidence among senior category basketball players – A field study of basketball clubs in M'sila. *Journal of Sports Creativity*, 11(2), pp. 105–121.
- Maddah, N. (2018). *Track and Field 1: Syria*, College of Education Imaging Center,
- Maqableh, M., Makhadma, A. (2015). The relationship between some psychological traits and achievement level among short-distance runners in Jordanian universities (Unpublished master's thesis). Yarmouk University, Irbid. Retrieved from <http://search.mandumah.com/Record/743048>
- Mansouri, I. (2014). The impact of a proposed training program on developing speed-specific strength among short-distance runners: Published master's thesis, Algeria, Mohamed Boudiaf University of M'sila, Institute of Sport and Physical Education, p. 52.
- Al-Waisi, N., Abdul-Razzaq, B., Dawood, R., Akhouila, S. (2016). The effect of plyometric training on developing some motor abilities and digital level of triple jump efficiency. *Al-Manarah Journal for Research and Studies*, 22(3), pp. 299–325

## المراجع الاجنبية

- Bebetsos, E., & Antoniou, P. (2003). Psychological skills of Greek badminton athletes. Perceptual and motor skills, 97(3\_suppl), 1289-1296.
- Gali F (2015) The Relationship of Self-Confidence to the Skill Performance in Volleyball for Female Students of Physical Education College for Girls: Contemporary Sports Magazine, Vol (14), (4), pp 200
- Heper, E., Yolacan, S., & Kocaeksi, S. (2014). The examine goal orientation and sports self confidence level of soccer players. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 159, 197-200.
- HSAN, S., Ekici, S., Soyer, F., & Eskiler, E. (2015). Does self-confidence link to motivation? A study in field hockey athletes. Journal of Human Sport and Exercise, 10(1), 24-35.
- Skinner, B. R. (2013). The relationship between confidence and performance throughout a competitive season. : Unpublished master thesis, America, Utah State University,)2013,( pp33.

### Sport confidence and its relationship to the level of digital performance of the female athletics players at Princess Nourah bint Abdul Rahman University

#### Abstract

*This study aimed to identify sport confidence and the digital level of sport performance among the female athletics team at Princess Nourah bint Abdul Rahman University and the relationship between them, and to achieve that, the researchers used the descriptive approach due to its suitability to the nature of the study. The study was conducted on (32) female athletes among the female athletics team at Princess Nourah bint Abdul Rahman University. By using the sports confidence scale of (Robin Vealey, 1986) consisting of 13 phrases, and by measuring the digital level of the races (200-meter sprint, 100-meter sprint, and long jump) for the athletes. the results indicated that: There is a positive correlation between sports confidence and the digital level of sport performance. The average level of general digital performance for the types of races (200-meter sprint, 100-meter sprint, and long jump) is excellent for the female athletics team at Princess Nourah bint Abdul Rahman University. The level of sport confidence is high among the female athletics team at Princess Noura bint Abdul Rahman University. The researchers recommended that the coach's focus on creating sport confidence, and identifying the positive and negative psychological aspects of his players, also paying attention to sports training processes and the various training methods and focusing on this type of studies in various other sports activities.*

*Keywords: Sport confidence, the digital level of sport performance, athletics team.*