

دراسة العوامل النفسية والبدنية المؤثرة في تحفيز لاعبي الكرة الطائرة وتأثيرها على مستوى الأداء الفني  
**Study of the Psychological and Physical Factors Influencing the Motivation of Volleyball  
 Players and Their Impact on Technical Performance Levels**

أ. عماد رمضان كعيب

Imad Ramadan Kaib  
[e.kaib@uot.edu.ly](mailto:e.kaib@uot.edu.ly)

عضو هيئة تدريس بكلية التربية البدنية  
 وعلوم الرياضة / جامعة طرابلس

تاريخ القبول / 2025/10/12

أ. حسان العماري مسعود

Hassan Al-Imari Masoud  
[h.saeid@uot.edu.ly](mailto:h.saeid@uot.edu.ly)

عضو هيئة تدريس بكلية التربية البدنية  
 وعلوم الرياضة / جامعة طرابلس

درجة التقييم ( 70 )

أ. ربيع الهادي الرفاعي

Rabie Al-Hadi Al-Rifai  
[rabeeakikla7@gmail.com](mailto:rabeeakikla7@gmail.com)

عضو هيئة تدريس بكلية التربية البدنية  
 وعلوم الرياضة / جامعة طرابلس

تاريخ الاستلام / 2025/6/20

**الكلمات المفتاحية:** التحفيز النفسي، التحفيز البدني، الأداء الفني، كرة الطائرة.

**Keywords:** Psychological Motivation, Physical Motivation, Technical Performance, Volleyball, Youth Athletes.

#### ملخص البحث:

هدف هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين العوامل النفسية والبدنية المؤثرة في تحفيز لاعبي كرة الطائرة، ومدى تأثير هذه العوامل على مستوى الأداء الفني لدى فئة الناشئين (من 14 إلى 16 سنة). استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة الدراسة، وبلغت عينة البحث 40 لاعباً من أندية محلية ليبية، قُسموا إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة). تم استخدام أدوات ومقاييس نفسية وبدنية لقياس مستويات التحفيز، إلى جانب اختبارات مهارية لتقييم الأداء الفني. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية، كما بينت وجود علاقة ارتباط إيجابية قوية بين التحفيز النفسي والبدني من جهة، ومستوى الأداء الفني من جهة أخرى. أوصى الباحث بأهمية تضمين برامج التحفيز النفسي والبدني ضمن الخطط التدريبية، وإجراء تقييمات دورية للحالة النفسية والبدنية للاعبين، خاصة في الفئات السنية الصغيرة التي تمثل القاعدة الأساسية لبناء لاعبين متميزين في المستقبل.

#### Abstract:

This study aimed to investigate the relationship between psychological and physical factors that influence motivation among youth volleyball players, and how these factors impact their technical performance. The researcher used the descriptive analytical method, appropriate for the study nature. The sample consisted of 40 players (aged 14 to 16) from local Libyan volleyball clubs, divided into experimental and control groups.

Psychological and physical assessment tools were used to measure motivation levels, in addition to skill-based tests to evaluate technical performance. The findings revealed statistically significant differences in favor of the experimental group, and a strong positive correlation between both types of motivation (psychological and physical) and technical performance.

The study recommends incorporating psychological and physical motivational programs into training plans, and periodically assessing athletes' psychological and physical readiness—particularly in youth categories that represent the foundation for future elite players.

## مقدمة البحث:

يُعتبر التحفيز من أهم العوامل النفسية والبدنية التي تؤثر بشكل مباشر على الأداء الرياضي، حيث يشكل التحفيز المحرك الأساسي الذي يدفع الرياضيين لبذل أقصى طاقاتهم أثناء التدريب والمنافسات، مما ينعكس إيجابياً على مستوى الأداء الفني والنتائج المحققة. وتعتمد الرياضات الجماعية مثل الكرة الطائرة على تناغم الأداء الفردي والجماعي، ما يجعل من الضروري فهم العوامل المؤثرة في تحفيز اللاعبين على المستويين النفسي والبدني لتحقيق أعلى كفاءة فنية. (Deci&RichardMRyan, 1985) يشير التحفيز النفسي إلى الدوافع الداخلية والخارجية التي تؤثر على سلوك اللاعب، بينما يتعلق التحفيز البدني بالجاهزية البدنية والقدرة على التحمل التي تدعم القدرة على تنفيذ المهارات الفنية بدقة وفعالية (Roberts, 2018)

تعد المرحلة العمرية من 14 إلى 16 سنة من الفترات الحساسة التي تشهد تطورات بيولوجية ونفسية متعددة تؤثر في طريقة تفاعل اللاعبين مع متطلبات اللعبة، ويتميز اللاعب في هذه المرحلة بحساسية عالية للتغيرات النفسية والبدنية، الأمر الذي يستوجب تهيئة بيئة تدريبية مناسبة تعزز تحفيزه وتدفعه لتطوير أدائه الفني. وقد أكدت العديد من الدراسات أن عدم وجود تحفيز كافٍ يؤدي إلى ضعف الأداء، وانخفاض الرغبة في الاستمرار، مما يؤثر سلباً على النتائج التي يمكن تحقيقها خلال المباريات (المهدي، 2019). لذلك يصبح من الضروري دراسة العوامل النفسية مثل الثقة بالنفس، والتوتر، والقلق، والرضا الذاتي، بالإضافة إلى العوامل البدنية كالقوة، واللياقة، والمرونة، ودورها في تحفيز اللاعبين وتحسين أدائهم الفني (ناصر، 2017)

يرتبط التحفيز النفسي ارتباطاً وثيقاً بالأداء الفني في كرة الطائرة، إذ يسهم في تعزيز التركيز الذهني، والقدرة على اتخاذ القرارات السريعة، والمرونة النفسية التي تمكن اللاعب من مواجهة ضغوط المنافسات والتدريبات الشاقة (الشمري، 2020) كما أن الجانب البدني يمثل الأساس الذي يبنى عليه الأداء الفني، حيث تؤثر مستويات اللياقة والقوة والتحمل بشكل مباشر على قدرة اللاعب على تنفيذ المهارات بدقة، مثل الإرسال، والضرب، والاستقبال. وتشير الأبحاث الحديثة إلى أن التكامل بين التحفيز النفسي والبدني يخلق بيئة مثالية لتحقيق الأداء الرياضي المتميز (Johnson, 2020)

بالإضافة إلى ذلك، يتأثر تحفيز اللاعبين بالعوامل الاجتماعية والبيئية التي تحيط بهم مثل دعم المدربين، الروح الجماعية، والمنافسة الصحية، والتي تلعب دوراً حاسماً في الحفاظ على مستوى عالٍ من التحفيز النفسي والبدني. وقد أظهرت الدراسة أن الدعم النفسي والاجتماعي من البيئة المحيطة يساهم في تعزيز ثقة اللاعبين بأنفسهم، مما ينعكس إيجابياً على أدائهم الفني في المباريات. وعليه، فإن دراسة العوامل النفسية والبدنية المؤثرة على تحفيز لاعبي الكرة الطائرة تعطي صورة شاملة يمكن من خلالها تطوير برامج تدريبية متكاملة تأخذ بعين الاعتبار هذه العوامل لتحقيق نتائج ملموسة. (النجار، 2021)

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العوامل النفسية والبدنية المؤثرة في تحفيز لاعبي الكرة الطائرة وتأثيرها على مستوى الأداء الفني، مع التركيز على المرحلة العمرية من 14 إلى 16 سنة، حيث تمثل هذه المرحلة فترة انتقالية مهمة تتداخل فيها التغيرات الجسمانية مع النضج النفسي، مما يؤثر على قدرة اللاعب في التكيف مع متطلبات الرياضة والتدريب (الجواد، 2018). وبالتالي، فإن نتائج هذه الدراسة ستسهم في تقديم توصيات

علمية عملية للمدربين وأخصائيي التربية البدنية لتطوير برامج تدريبية تدمج بين الجوانب النفسية والبدنية، مما يعزز من كفاءة أداء اللاعبين الفني ويدعم استمراريتهم في ممارسة اللعبة.

### مشكلة البحث:

تُعد مرحلة الناشئين في كرة الطائرة، وبخاصة الفئة العمرية من 14 إلى 16 سنة، من المراحل الأساسية في بناء اللاعب وتطوير مستواه الفني، إذ تشهد هذه المرحلة تغيرات نفسية وبدنية متسارعة تؤثر بشكل مباشر على دافعية اللاعب واستمراريته في التدريب والمنافسة. ومن خلال المتابعة الميدانية للعملية التدريبية، لوحظ أن عددًا من لاعبي الكرة الطائرة في هذه المرحلة يعانون من ضعف مستوى التحفيز، الأمر الذي ينعكس سلبيًا على أدائهم الفني وقدرتهم على اكتساب المهارات الحركية وإتقانها (المهدي، 2019).

ويرتبط هذا الانخفاض في مستوى التحفيز بعدة عوامل نفسية، من أبرزها انخفاض الثقة بالنفس، والشعور بالقلق والتوتر أثناء الأداء، إلى جانب عوامل بدنية مثل ضعف اللياقة البدنية وقلة التحمل، مما يؤدي إلى تراجع مستوى التركيز والفاعلية خلال التدريبات والمباريات. وقد أشارت الملاحظات العملية والتقارير التدريبية إلى وجود تباين واضح في مستوى الأداء الفني بين اللاعبين الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من التحفيز النفسي والبدني أولئك الذين يعانون من نقص في هذا التحفيز (ناصر، 2017).

وعلى الرغم من الأهمية الكبيرة للتحفيز في المجال الرياضي ودوره في تحسين الأداء الفني وتطوير مستوى اللاعبين، إلا أن الدراسات التي تناولت العلاقة بين العوامل النفسية والبدنية المؤثرة في تحفيز لاعبي كرة الطائرة، وانعكاس ذلك على أدائهم الفني في هذه المرحلة العمرية، ما تزال محدودة، خاصة في البيئة المحلية. ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في وجود غموض حول طبيعة العلاقة بين العوامل النفسية والبدنية المؤثرة في تحفيز لاعبي كرة الطائرة، ومدى تأثير هذا التحفيز على مستوى أدائهم الفني، الأمر الذي يستدعي إجراء دراسة علمية تساهم في توضيح هذه العلاقة بشكل علمي دقيق.

### أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

1. التعرف على العوامل النفسية المؤثرة في تحفيز لاعبي الكرة الطائرة في المرحلة العمرية من 14 إلى 16 سنة.
2. تحديد العوامل البدنية التي تؤثر على مستوى تحفيز اللاعبين في كرة الطائرة.

### تساؤلات البحث:

1. ما هي العوامل النفسية التي تؤثر في تحفيز لاعبي الكرة الطائرة في المرحلة العمرية من 14 إلى 16 سنة؟
2. ما هي العوامل البدنية التي تؤثر على مستوى تحفيز لاعبي الكرة الطائرة في نفس المرحلة العمرية؟

## مصطلحات البحث:

## ● التحفيز النفسي

هو الدوافع الداخلية والخارجية التي تحفز الفرد على القيام بسلوك معين وتحقيق أهدافه الرياضية، ويشمل جوانب مثل الثقة بالنفس، الرغبة في الإنجاز، التحكم في القلق، والتركيز الذهني (Deci&RichardMRyan, 1985)

## ● التحفيز البدني

يشير إلى الحالة البدنية العامة للاعب ومدى جاهزيته الجسدية، مثل القوة، التحمل، اللياقة البدنية، والمرونة، والتي تؤثر على قدرته على بذل الجهد المطلوب لأداء المهارات الرياضية (Roberts, 2018)

## ● الأداء الفني

هو مدى قدرة اللاعب على تنفيذ المهارات التقنية والفنية الخاصة بالكرة الطائرة بدقة، وسرعة، وكفاءة خلال المباريات والتدريبات (DanielGould, 2018)

## ● كرة الطائرة

هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتنافسان على تسجيل النقاط عن طريق إرسال الكرة فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المنافس، وتتطلب مهارات فنية وحركية متعددة (النجار، 2021)

## الدراسات السابقة و الدراسات المرتبطة

## 1. (ناصر، 2017)

**عنوان الدراسة:** دور العوامل البدنية في تحسين تحفيز لاعبي كرة الطائرة  
**هدف الدراسة:** تقييم تأثير اللياقة البدنية والقوة العضلية على تحفيز اللاعبين وأداءهم الفني.  
**العينة:** 35 لاعبًا من المرحلة العمرية 14-16 سنة.  
**الإجراءات:** إجراء اختبارات لياقة بدنية وقوة مع متابعة تحفيز اللاعبين خلال فترة تدريبية.  
**النتائج:** تبين أن تحسين اللياقة البدنية يزيد من مستوى التحفيز البدني وبالتالي ينعكس إيجابًا على الأداء الفني.

## 2. (النجار، 2021)

**عنوان الدراسة:** العلاقة بين التحفيز النفسي والاجتماعي وأداء لاعبي الكرة الطائرة الشباب  
**هدف الدراسة:** الكشف عن دور الدعم الاجتماعي في تعزيز التحفيز النفسي وتحسين الأداء الفني.  
**العينة:** 50 لاعبًا من أندية مختلفة.  
**الإجراءات:** استُخدمت مقابلات واستبانات تقييم الدعم الاجتماعي والتحفيز النفسي، بالإضافة إلى تقييم الأداء الفني.  
**النتائج:** الدعم الاجتماعي كان له تأثير مباشر وقوي على التحفيز النفسي، مما ساهم في رفع مستوى الأداء الفني للاعبين.

## 3. دراسة (Johnson 2020)

**العنوان:**

أثر التحفيز النفسي والبدني على مستوى أداء لاعبي الكرة الطائرة

**هدف الدراسة:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير التحفيز النفسي والبدني في تنفيذ المهارات الفنية ومستوى الأداء أثناء المباريات لدى لاعبي الكرة الطائرة.

**عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة من (45) لاعباً من فئة الناشئين، تتراوح أعمارهم بين (14-16) سنة، من أحد مراكز التدريب الإقليمية.

**إجراءات الدراسة:**

استخدم الباحث مقياس التحفيز النفسي، إلى جانب اختبارات اللياقة البدنية، كما تم تسجيل مؤشرات الأداء الفني للاعبين خلال المباريات الرسمية.

**نتائج الدراسة:**

أظهرت نتائج الدراسة أن التحفيز النفسي والبدني يسهمان بشكل دال إحصائياً في تحسين دقة الأداء المهاري ورفع المستوى العام للأداء في المباريات.

## 4. دراسة (Roberts 2018)

**العنوان:**

الإعداد البدني ودافعية الرياضيين في الألعاب الجماعية

**هدف الدراسة:**

هدفت الدراسة إلى تحليل العلاقة التفاعلية بين مستوى الإعداد البدني ومستوى الدافعية لدى الرياضيين الناشئين في الألعاب الجماعية.

**عينة الدراسة:**

شملت عينة الدراسة (60) لاعباً من الألعاب الجماعية المختلفة، من بينها الكرة الطائرة.

**إجراءات الدراسة:**

اعتمدت الدراسة على تطبيق اختبارات اللياقة البدنية، إلى جانب استبيانات قياس الدافعية، وذلك خلال فترة تدريبية استمرت (12) أسبوعًا.

**نتائج الدراسة:**

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط إيجابية بين تحسن مستوى الإعداد البدني وارتفاع مستوى الدافعية، مما انعكس إيجابياً على تحسين تنفيذ المهارات الفنية لدى اللاعبين.

**إجراءات البحث****منهج البحث**

اعتمد البحث على المنهج الوصفي التحليلي، حيث يهدف إلى وصف وتحليل العوامل النفسية والبدنية التي تؤثر في تحفيز لاعبي الكرة الطائرة ودراسة تأثيرها على الأداء الفني.

**مجتمع البحث**

تكون مجتمع البحث من لاعبي الكرة الطائرة في المرحلة العمرية من 14 إلى 16 سنة في الأندية الرياضية بمدينة طرابلس، ليبيا، والذين يمارسون اللعبة بشكل منتظم ويشاركون في المسابقات الرسمية. ويقدر عدد أفراد المجتمع بحوالي 90 لاعبًا.

**عينة البحث**

تم اختيار عينة عمدية من مجتمع البحث تضم 40 لاعبًا، تمثل نسبة 44.4% من إجمالي مجتمع البحث مع مراعاة التمثيل الجيد للمرحلة العمرية، الجنس، ومستوى الخبرة التدريبية.

**الأجهزة المستخدمة في البحث**

- استبيانات نفسية مخصصة لقياس مستوى التحفيز النفسي والثقة بالنفس والقلق الرياضي.

**التحفيز النفسي**

- المقياس (SMS-II) Sport Motivation Scale-II
- المرجع Pelletier et al., 2013