



The motivational characteristic and its relationship to the performance of the court defense skill among Baghdad University volleyball team players

Dr. Muhammad Hamza Shuhaib¹, M.Sc. Ali Saadi Mohsen²,

Dr. Jamal Sakran Hamza³

^{1,2,3}University of Baghdad–College of Physical Education and Sports Sciences

Correspondent Author: jomal.hamza@cope.Bagdad.edu.iq

Abstract

The aim of the research is to identify the motivational trait and its relationship to the performance of the skill of defending the court, and the imposition of the research is that there are statistically significant differences between the motivational trait and the performance of the skill of defending the court of the players of the University of Baghdad volleyball team. The research included (12) players for the Baghdad University team / volleyball, while the research sample was (12) for the player, and the research sample constituted (100%). The most important conclusions are that the players of the University of Baghdad volleyball team enjoy positive motivational features. The two researchers also concluded that there is a strong relationship between motivational traits and the skill of defending the court in volleyball. The most important recommendations are to work on developing motivational traits through opening courses and holding sports tournaments

Keywords: motivational trait, defense of the field, volleyball



السمة الدافعية وعلاقتها في أداء مهارة الدفاع عن الملعب لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة

م.د. محمد حمزة شهاب¹، م.م. علي سعدي محسن²، ا.م.د. جمال سكران حمزة³

^{1,2,3}جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

هدف البحث هو التعرف على السمة الدافعية وعلاقتها في أداء مهارة الدفاع عن الملعب وفرض البحث هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السمة الدافعية وأداء مهارة الدفاع عن الملعب لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة، استعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملائمته مشكلة البحث اذ تحدد مجتمع البحث بـ (16) لاعب لمنتخب جامعة بغداد/ بالكرة الطائرة، اما عينة البحث فهم (12) للاعب وشكلت عينة البحث نسبة (75%). اما اهم الاستنتاجات فهي يتمتع لاعبو منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة بالسمات الدافعية الايجابية. وكذلك استنتج الباحثين أن هناك علاقة قوية بين السمات الدافعية ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة اما اهم التوصيات العمل على تطوير السمات الدافعية من خلال التشجيع والتحفيز المستمر من قبل المدرب واللاعبين فيما بينهم وإقامة بطولات رياضية.

الكلمات المفتاحية: السمة الدافعية، الدفاع عن الملعب، الكرة الطائرة



المقدمة واهمية البحث

يتطلب من اللاعبين الوصول إلى المستويات المتقدمة في الألعاب الرياضية التدريب المنتظم والمستمر لفترات زمنية طويلة هذا في المجال البدني لاكتساب القدرات البدنية والحركية والتوافقية العامة، وفي المجال التنافسي يكتسب اللاعب مفهوم الدافعية، مع البيئة التي يعيشها ويتأثر بها ويؤثر فيها وهذا التفاعل لا يقتصر على الاستجابة في المواقف الرياضية المختلفة التي يمر بها اللاعبين في أثناء التدريب والمنافسات بل ان اللاعب يدرك انه يتمتع بمهارات بدنية ومهارية عالية

والألعاب الجماعية او الفرعية يكون هناك توزيع للجهد حسب مراكز اللعب لكل لاعب اذ ان كل واحد يعرف مسؤولياته وواجباته سواء في الدفاع او الهجوم بالنسبة للفريق .

ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب الفرعية التي تتميز بسرعة الأداء والذي يظهر في تبادل الفريقين موقفي الدفاع والهجوم فتعد لحظة حياة الفريق المهاجم للكرة هي وضع الفريق المدافع في وضع استعداد عالي من الجانب النفسي من جهة ومن جهة أخرى جانب بدني ومهاري وخططي لصد الكرة من الضربات الساحقة على ان اتقان اللاعبين للمهارات الأساسية يؤدي الى تحقيق أعلى المستويات مما يساعدهم على حائط صد بصورة جيدة، يكون من الصعب على الفريق المهاجم تنفيذ الخطط الهجومية بصورة فعالة وان مفهوم الدافعية يؤثر في اسلوب اللاعبين وإنجازاتهم فمعرفة الدوافع له اهمية لكل من اللاعبين وخاصة اثناء الاشتراك في المنافسات لذا فان اهمية البحث هو دراسة السمة الدافعية وعلاقتها في أداء بعض المهارات الدافعية لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة.

مشكلة البحث

من خلال ملاحظته الباحثون للجانب النفسي من تأثير قوي وفعال وخصوصا الدافعية للفريق إذ ان الدافعية الكبيرة من دون مستوى مهاري وبدني وخططي لا يكون لها تأثير على صد الكرات من الفريق المهاجم .

لذا فان المشكلة تتجلى في التغلب على هجمات الفريق الخصم من خلال الدافعية وحائط الصد القوي للفريق المدافع ودون السماح للفريق المهاجم من الحصول على نقاط كثيرة. وعليه ارتأى الباحثون في دراسة السمة الدافعية وعلاقتها في أداء مهارة الدفاع عن الملعب لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة .

هدف البحث

فهو التعرف على السمة الدافعية وعلاقتها في أداء مهارة الدفاع عن الملعب لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة 2023.



فرض البحث

هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السمة الدافعية وأداء مهارة الدفاع عن الملعب لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد بالكرة الطائرة 2023.

مجالات البحث: -

المجال البشري: - لاعبي منتخب جامعة بغداد/ بالكرة الطائرة

المجال الزمني: - الفترة من 2023 / 2/12 ولغاية 2023/3/16

المجال المكاني: - القاعة الداخلية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد

منهجية البحث واجراءاته الميدانية: -

منهج البحث: -

استعمل الباحثين المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملائمته مشكلة البحث

عينة البحث: -

تحدد مجتمع البحث بـ (16) لاعب لمنتخب جامعة بغداد/ بالكرة الطائرة، اما عينة البحث فهم (12) للاعب وشكلت عينة البحث نسبة (75%).

الجدول (1) يبين مجتمع وعينة البحث

ت	المجتمع	العدد	النسبة المئوية
1	مجتمع البحث	16	100%
2	عينة البحث	12	75%
3	العينة الاستطلاعية	4	25%

وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث

استعان الباحثون بالوسائل البحثية (المصادر والمراجع العربية، الملاحظة والتحليل، الاختبارات والقياس، شبكة الانترنت)، واستعان الباحثون كذلك بالأدوات والأجهزة منها

- ساعة توقيت

- كاميرا تصوير



- ورقة وقلم
 - حاسبة لابتوب نوع (hp)
 - صافرة وكرات طائرة
 - شريط مقياس
- مقياس السمات الدافعية:

. الوصف:

يهدف مقياس السمات الدافعية للرياضيين الذي قام بإعداده محمد حسن علاوي ، (علاوي، 1998، ص194) في ضوء مقياس سابق (قائمة السمات الدافعية) إلى قياس بعض السمات الدافعية المختارة التي ترتبط بالإنجاز الرياضي الذي يتميز بالمستوى العالي. ويتضمن المقياس ٥ أبعاد أشارت إليها العديد من الدراسات في مجال السمات الدافعية الرياضية. وهذه الأبعاد هي:

الحاجة للإنجاز: وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية ومواجهة تحدى المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي.

الثقة في النفس: اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة الثقة بالنفس يكون واثقاً جداً من نفسه ومن قدراته ومهاراته ويستطيع التصرف بصورة جيدة في المواقف غير المتوقعة في المنافسة ويعبر بثقة عن وجهة نظره بدون تردد.

التصميم: اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة التصميم يعتبر من بين اللاعبين الأكثر بذلاً للجهد سواء في التدريب أو في المنافسة ولا يحاول أن يتراخى بغض النظر عن طول فترة التدريب أو نتيجة المنافسة وينفق المزيد من الوقت والجهد لتحسين قدراته ومهاراته ويتمسك بأهدافه لأقصى مدى

ضبط النفس: اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة ضبط النفس يستطيع التحكم في انفعالاته بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة للانفعالات في أثناء المنافسة الرياضية ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط.

التدريبية: اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدريبه ويستشير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدربه يفهمه جيداً ولا يتحيز للاعبين معينين. ويتضمن المقياس ٤٠ عبارة وكل من الأبعاد الخمسة تقيسه ٨ عبارات ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على كل عبارة في ضوء تعليمات المقياس طبقاً لمقياس ثلاثي التدرج: (نعم غير متأكد لا).



التصحيح - يتضمن بعد الحاجة للإنجاز على ٨ عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي: ١١/٢١/٣١ وأرقام العبارات التي في عكس اتجاه البعد هي: ٦/١٦/٢٦/٣٦ تماماً - بعد الثقة بالنفس يتضمن ٨ عبارات:

أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي: ٧/١٧/٢٧/٣٧ وأرقام العبارات التي في عكس اتجاه البعد هي: ٢/١٢/٢٢/٣٢

بعد التصميم يتضمن ٨ عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي: ٣/١٣/٢٣/٣٣

وأرقام العبارات التي في عكس اتجاه البعد هي: ٨/١٨/٢٨/٣٨

بعد ضبط النفس يتضمن ٨ عبارات:

أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي: ٩/١٩/٢٩/٣٩ وأرقام العبارات التي في عكس اتجاه البعد هي: ٤/١٤/٢٤/٣٤

بعد التدريبية يتضمن ٨ عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي: ١٥/٢٥/٣٥ / ٥

وأرقام العبارات التي في عكس اتجاه البعد هي: ٣٠/٤٠ / ١٠/٢٠

وعند تصحيح عبارات القائمة يتم منح العبارات التي في اتجاه البعد الدرجات التالية: نعم = ٣ درجات غير متأكد = ٢ درجة لا = درجة واحدة كما يتم منح العبارات التي في عكس اتجاه البعد الدرجات التالية: نعم - درجة واحدة غير متأكد = ٢ درجة لا = ٣ درجات ويتم جمع درجات كل بعد من أبعاد المقياس على حدة، إذ أن المقياس ليست له درجة كلية والدرجة العالية تشير إلى تميز اللاعب الرياضي بالسمة التي يقيسها البعد

التصحيح: فيما يلي بعض العبارات التي قد توضح اتجاهك أو سلوكك أو استجاباتك بصفة عامة: في مواقف التدريب أو مواقف المنافسة أو المواقف الرياضية بصفة عامة. التعليمات المطلوب منك. فإذا كانت العبارة تنطبق عليك تماماً ضع علامة (√) أسفل كلمة (نعم). أما إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك تماماً ضع علامة المطلوب منك وضع علامة (أمام كل عبارة وأسفل ما يتناسب مع كلمة (لا). وإذا لم تستطع أن تقرر عما إذا كانت العبارة تنطبق عليك أو لا تنطبق عليك تماماً فضع علامة (أسفل كلمة) (غير متأكد). ليست هناك عبارات صحيحة وأخرى خاطئة لأن كل لاعب رياضي يختلف عن الآخر في اتجاهه وسلوكه واستجاباته في مثل هذه المواقف. والمهم هو صدق إجابتك مع نفسك. - لا تترك أي عبارة دون إجابة وضع علامة واحدة أمام كل عبارة.

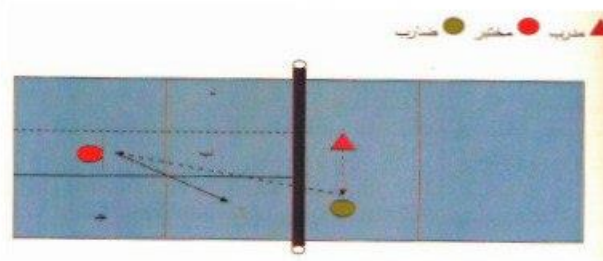


الاختبارات المستخدمة في البحث

1- اختبار مهارة الدفاع عن الملعب.

شروط التسجيل:

- (٤) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة أ.
- (٣) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ب.
- (٢) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ج.
- (١) نقطة لكل محاولة داخل المنطقة د.
- (صفر) عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق.
- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين منطقتين يحسب درجة المنطقة الأعلى.
- تلغى المحاولة التي يرتكب فيها المختبر خطأ قانونياً، والدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (٤٠) درجة. (هادي واخرون، ٢٠٠٧، ٢٢)



الغرض من الاختبار: قياس دقة مهارة الدفاع عن الملعب من مركز (6)

- الأدوات المستخدمة: ملعب الكرة الطائرة وقسم كما بالشكل - شريط لتحديد الأهداف - شريط قياس، 10 كرات طائرة.
- مواصفات الأداء: يقوم المدرب بإعداد الكرة للضارب فتوجه الكرة نحو المختبر فيقوم بالدفاع من مركز (6) موجهاً الكرة نحو مركز (2) المنطقة (أ).
- شروط التسجيل: للمختبر ثلاث محاولات.
- 4 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة أ.
- 3 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ب.



- 2 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ج.
- 1 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة د.
- صفر عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق.
- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين منطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى.
- تلغى المحاولة التي يرتكب فيها المختبر خطأ قانوني. مروان عبد المجيد، الموسوعة العلمية لكرة الطائرة: (عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001)، ص250.

وقام الباحثين بأجراء تجربة استطلاعية بمساعدة فريق العمل المساعد لمعرفة استعمال مقياس السمة الدافعية، واختبار الدفاع عن الملعب)، إذ تمت التجربة الاستطلاعية في القاعة الداخلية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد على عينة مكونة من (5) لاعبين وتم استبعادهم من عينة البحث، وكان هدفها هو تجربة المقياس والاختبارات بشكل اولي على اللاعبين والتعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثين

بتاريخ 2023/3/12. تم تطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية البالغة عددهم (12) لاعبا لكرة الطائرة لمنتخب جامعة بغداد وقد تم عرض المقياس بمساعدة فريق العمل المساعد. الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثين الوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

الجدول (2) نتائج مستوى الدافعية لدى لاعبي كرة الطائرة

الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	العدد	السمات
.5149	16	19.083	12	الحاجة للإنجاز
.9653		19.750		الثقة بالنفس
.5149		20.083		التصميم
.6216		19.250		ضبط النفس
.4523		20.250		التدريبية
2.757		17.166		الدفاع عن الملعب



الجدول (3) نتائج العلاقة بين الدافعية والدفاع عن الملعب لدى لاعبي كرة الطائرة

ت	العلاقة	ن	معامل الارتباط	Sig	الدلالة
1	الحاجة للإنجاز	12	.758**	.004	دال
	الدفاع عن الملعب				
2	الثقة بالنفس	12	.973**	.000	دال
	الدفاع عن الملعب				
3	التصميم	12	1**	.004	دال
	الدفاع عن الملعب				
4	ضبط النفس	12	.822**	.001	دال
	الدفاع عن الملعب				
5	التدريبية	12	1**	.004	دال

* معنوي عند مستوى الثقة (0.05) إذا كان نسبة الخطأ $\geq (0.05)$.

المناقشة

يتبين من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة معنوية في جميع سمات الدافعية لدى لاعبي كرة الطائرة وهم كلاً من الحاجة للإنجاز والثقة في النفس والتصميم وضبط النفس والتدريبية إذ بلغت درجة المتوسط الفرضي (16) لكل بعد من ابعاد المقياس الخمسة وتبين اوساطها كلها اكبر من الوسط الفرضي لها مما يوكد معنوية النتائج للمقياس وخاصة في التصميم والتدريبية بأعلى متوسط هو 20 درجة والاعلى هو التدريبية وبعدها التصميم وهذا ما يؤكد (محمد حسن علاوي) "ان الفرد الذي يفتقر الى السمات الدافعية الرياضية لا يستطيع تحقيق أعلى المستويات مهما بلغت قدراته ومستواه البدني والفني نظراً الى ان هذه السمات تؤثر بصورة مباشرة في شخصية الرياضي." ويؤكد (واثق. 2011. ص17) "ان الدافعية هي الأساس في كل شيء فهي كما قال عنها علماء النفس بأنها مفتاح الممارسة الرياضة بل هي محرك السلوك، فلا سلوك يمكن القيام به ان لم يكن هنالك دافع وراء هذا السلوك"

اما الجدول (3) والخاص بعلاقة الارتباط بين السمة الدافعية ومهارة الدفاع عن الملعب فيوضح من الجدول والدرجات الموجودة ان اعلى ارتباط بين مجالات المقياس ومهارة الدفاع كان بمجال التصميم والتدريبية إذ بلغت درجة الارتباط الى اعلى درجة اذا يؤكد (راتب، ٢٠٠٠ ، ٣٥١) ان الإعداد البدني الشامل الذي يتضمن تطوير جميع الصفات البدنية اللازمة لتطوير الحالة البدنية للرياضي من قوة وسرعة وتحمل ، ومرونة ورشاقة، وتوازن، تساعد الرياضي على بناء ثقته بنفسه ، وتقديره لدافعيته فضلا عن تقارب فئاتهم العمرية كونهم يمثلون مرحلة



دراسية كطالبة جامعة فضلا عن الاختيار الصحيح من المدربين للاعبين اللذين يمتلكون قدرات بدنية جيدة ولديهم الرغبة والدافعية في تحقيق الانجاز يمثلون النخبة بين طلبة الجامعة من الناحية البدنية.

الاستنتاجات:

استنتج الباحثون

- أن هناك علاقة قوية بين السمات الدافعية ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة

التوصيات:

- فهي العمل على تطوير السمات الدافعية من اقامة بطولات رياضية. للفرق الرياضية لمجموعتي البحث للكليات العلمية والإنسانية،

- التشجيع والتحفيز من قبل المدرب واللاعبين فيما بينهم

المصادر

- أ.م.د. هوشيار عبد الرحمن حمد، طؤران معروف قادر، عمر مجيد اغا ، هانا جلال فتح الله 2018مقارنة في السمات الدافعية و سرعة الاستجابة الحركية بين لاعبي الالعاب الفرقية والفردية لمنتخبات جامعة كويه مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، , المجلد /, العدد 54,

- بلوم: بنيامين واخرون1983، تقييم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المفتي، مصر، القاهرة،

- راتب ، اسامة كامل (٢٠٠٠) تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي دار الفكر العربي طا1، القاهرة .

- سمير صبري حسن 2022علاقة مهارتي الدرجة والتهديف بالسمات الدافعية لدى لاعبين منتخب كلية التربية الرياضية خماسي كرة القدم/جامعة كركوك مجلة علوم التربية الرياضية، , المجلد 15, العدد 1, الصفحات 94-104

- سهام حسن كريم المالكي 2009المهارات النفسية وعلاقتها بالسمات الدافعية للاعبات التنس الأرضي مجلة التربية الرياضية، , المجلد 21, العدد 2,

- عبد الرحمن ناصر راشد 2010دراسة مقارنة في السمات ال دافعية بين لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة للدوري العراقي بكرة القدم للمنطقة الوسطى- للموسم 2007-2008 مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، , المجلد 10, العدد 3,



- محمد حسن علاوي 1994؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات ، القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة ، ، ص194
- محمود شكر صالح 2012 السمات الدافعية للاعبين أندية الدرجة الممتازة بلعبة التايكواندو مجلة الرافين للعلوم الرياضية، ، المجلد 18، العدد 59،
- واثق وسمي راضي. (2011). علاقة السمات الدافعية الرياضية بأداء بعض القدرات المهارية لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم. مجلة علوم الرياضة، 3(3)، 367-388.
- هادي، ولهان حميد وآخرون (٢٠٠٧) سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول أيار كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، العراق.

ملحق (1) مقياس السمات الدافعية للرياضيين

ت	العبارات	نعم	غير متأكد	لا
1	اتدرب بجدية كي اصبح افضل لاعب في رياضتي			
2	اشعر بعدم الثقة بقدراتي وخاصة عند مواجهة منافس على درجة عالية من المستوى			
3	تنافس بأقصى جهدي سواء كنت فائزاً أو مهزوماً بفارق كبير .			
4	يعتقد بعض زملائي بانني من اللاعبين الذين يتميزون بشدة الانفعال			
5	انفذ بدقة كبيرة جدا كل ما يطلبه المدرب مني .			
6	أتدرب بجدية فقط حتى لا أنهزم في المنافسة.			
7	قدراتي ومهاراتي عالية بالمقارنة بزملائي			
8	هناك بعض المهارات الحركية التي أجد صعوبة في تنفيذها .			
9	أثناء المنافسة عندما أنفعل بسبب ما فاتني أستطيع أن أهدأ بسرعة واضحة.			
10	يتحيز المدربون غالباً لبعض اللاعبين.			
11	مستواي أفضل في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة			
12	ثقتي في نفسي كلاعب رياضي ليست على درجة عالية جدا			
13	في المنافسة الرياضية أحاول أن أبذل أقصى ما يمكنني من جهد بغض النظر عن نتيجة المنافسة .			
14	لقلق والتوتر الذي قد أشعر به قبل المنافسة يضايقتني			
15	هبوط مستوى اللاعب هو نتيجة لأخطاء اللاعب وليست نتيجة لأخطاء المدرب			
16	في بعض الأحيان يبدو أنني لا أبذل قصارى جهدي في المنافسة.			
17	أستطيع أن أتصرف بصورة جيدة في المواقف غير المتوقعة أثناء المنافسة.			



18	أنا من النوع الذى يمكن أن يستسلم بسهولة في المنافسة عند الهزيمة بفارق كبير .
20	عندما تسوء الأمور في المنافسة فإنني أستطيع أن أتحكم في انفعالاتي بدرجة كبيرة.
21	أشعر بأن مدربي لا يفهمني جيداً.
20	أبذل قصارى جهدى في سبيل الوصول لأعلى المستويات الرياضية.
2	أحياناً امتنع عن إبداء رأيي لمدربي خوفاً من أن ينتقدني .
2	أدرب بمفردى بالإضافة إلى أوقات التدريب العادية
23	أجد أنه من الصعوبة محاولتي التحكم في انفعالاتي أثناء المنافسة .
24	احترمت كل مدرب قام بتدريبي.
25	ليس من طبيعتي أن أواجه تحدى المنافس.
26	معظم زملائي يعتقدون بأنني لاعب واثق جداً من نفسه
27	إذا طلب منى أن أخضع لجدول تدريب قاسي بعد انتهاء الموسم الرياضي فانتى اتضايق
28	عندما ارتكب بعض الاخطاء في بداية المنافسة فإن ذلك لا يؤثر على أدائى بصورة واضحة.
29	أشعر بأن مدربي ينتقدنى بدون وجه حق
30	التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي.
31	أحياناً تكون قدرتى على اتخاذ القرار سبباً في هبوط مستوى أدائى في المنافسة .
32	عندما أتعلم مهارة جديدة فإنني أتدرب عليها حتى اتقنها تماماً.
33	-لا أستطيع أن أحتفظ بهدوني عندما يضايقتى المنافس .
34	استشير مدربي دائماً عندما أواجه بعض المشكلات.
35	في بعض المنافسات يبدو أننى لا أتنافس بصورة جديّة .
36	أستطيع أن أعبر عن وجهة نظرى بدون تردد حتى ولو كانت مختلفة عن رأى المدرب.
37	نادراً ما استمر في المران بعد انتهاء فترة التدريب العادية .
38	أفقد أعصابي بصورة نادرة أثناء المنافسة .
39	إذا لم يشركني المدرب كأساسي في المنافسة فإنني اكاد اعتقد انه يتخذ منى موقف