

تأثير المركبات الخططية في تطوير بعض المهارات

العقلية للاعبين الشباب بالكرة الطائرة

م.م محمد وليد شهاب م.م سنان عباس

م ٢٠٠٨

هـ ١٤٢٨

الباب الاول

١ - التعريف بالبحث : -

١ ١ مقدمة البحث وأهميته:-

أن التطور المذهل للعيان الذي عكسته بطولة كاس العالم للكرة الطائرة من مستوى فاق الكثير من التوقعات وهذا لم يكن وليد الصدفة بل جاءت نتيجة لجهود العلماء والمختصين في المجالين الأكاديمي والتطبيقي باستخدام أساليب علمية تهدف الى تطوير القدرات والمهارات للاعبين في كافة المستويات .

فقد كان المدربين يتسابقون مع الزمن في سبيل الارتقاء بمستوى أعداد اللاعبين من قدرات (بدنية ومهارية وخططية ونفسية) أذ وجدوا أن المركبات الخططية التي يؤديها اللاعب تلعب دوراً هاماً وكبيراً في تطوير الجوانب المذكورة وهذا ما اكدّه (Arnold , 1981) " أن المطلوب من المتعلم أن يقوم بتطبيق أشكال متنوعة لتنفيذ المهارة بأوضاع مختلفة وأن ينمون على اداء المهارة في مواقف مشابهة أو مقارب لحالات اللعب الحقيقية قدر الامكان " (1) .

وأن اداء المركبات الخططية تفرض على اللاعب جملة من المهارات العقلية تبدأ من الانتباه ثم التوكيد و ثم تركيز الانتباه ثم التصور العقلي وصولاً الى الاستجابة الحركية لغرض حل الواجبات الحركية المطلوبة من اللاعب أداؤها ، على أساس أن المركبات الخططية ترفع مستوى اداء اللاعبين نتيجة لتأثير هذه المركبات على الجوانب المهارية والعقلية .

(1) Arnold , Aek ; Developing sport skills , (New Jersey Monograph Motor skills , 1981)p-78 .

أن لخصوصية هذه اللعبة وتميزها بالكم الهائل من الاستجابات المختلفة والمتغيرة باستمرار أثناء المباراة جعلت من الباحثان الاهتمام بتسمية وتطوير المهارات العقلية .

وأن أهمية البحث تكمن في أن المركبات الخطئية التي تعطي للاعبين أثناء الوحدات التدريبية وخاصة اللاعبين الشباب منذ المراحل الأولى للتدريب تؤدي الى تطوير المهارات العقلية لدى اللاعب الذي بدوره يؤدي الى تطوير الاداء المهاري أثناء اداء المباريات في المنافسة لانها مشابهة لحالة اللعب .

١ ٢ مشكلة البحث :-

تعد لعبة الكرة الطائرة من الفعاليات التي تحتاج الى الكثير من المتطلبات الخاصة بها ومنها المهارات العقلية التي تلعب دوراً رئيساً في السلوك الحركي وذلك من خلال الإقلال من الحركات الزائدة والاقتصاد بالجهد المبذول ودقة في اتخاذ القرار نتيجة معلومات دقيقة وبرامج حركية متنوعة مخزونة في الذاكرة مما يؤدي الى حصول الاستجابة الحركية الدقيقة وبالتالي الوصول الى اللاعب المتكامل الذي تحتاجه لعبة الكرة الطائرة ، فمن خلال خبره الباحثان كونهما متابعان للفرق العراقية وجدوا أن أغلب المدربين يركزون في مفردات مناهجهم التدريبية على تطوير الجانب البدني والجانب المهاري وقلة تركيزهم على تطبيق الاساليب العلمية المتضمنة تطوير المهارات العقلية الاساسية ضمن مناهجهم التدريبية أثناء استخدام المركبات الخطئية مما دعا الباحثان الى استخدام هذه المركبات والتعرف على تأثيرها في تطوير بعض المهارات العقلية للاعبين الشباب بالكرة الطائرة .

١ ٣ هدفا البحث

١- أعداد تمارينات (مركبات خطئية) لتطوير بعض المهارات العقلية للاعبين الشباب بالكرة الطائرة .

٢- التعرف على تأثير المركبات الخطئية في تطوير بعض المهارات العقلية للاعبين الشباب بالكرة الطائرة .

٤-١ فرض البحث

١- وجود تأثير للمركبات الخطئية في تطوير بعض لمهارات العقلية للاعبين الشباب بالكرة الطائرة .

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري :- اللاعبين الشباب بالكرة الطائرة للاتحاد العراقي (فرع ديالى) للاعمار (١٧ - ١٨) و عدد هم (١٤) لاعباً .

١-٥-٢ المجال الزماني :- الفترة من ١ / ١ / ٢٠٠٨ لغاية ١٥ / ٣ / ٢٠٠٨

١ ٥ ٣ المجال المكاني :- ملاعب كلية التربية الرياضية جامعة

ديالى ومدرسة شهداء الاسلام في بعقوبة .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

٢-١ الدراسات النظرية :-

٢-١-١ المركبات الخطئية :-

تعد المركبات الخطئية واحدة من أهم الاساليب التي تعمل على تطوير الجوانب المهارية للاعب الكرة الطائرة كونها مشابهة لواجبات اللاعب في ظروف المنافسات ، إذ تجمع أكثر من مهارة في التمرين الواحد فضلا عن نوعها مما يؤدي الى زيادة عنصري الرغبة والتشويق عند ممارستها . وأن هذه المركبات تجمع حالات اللعب جميعها لتحتم على اللاعب الانتباه الشديد ليتحرك وفق المتغير الجديد بأنسياب وبدون فقدان جهد كبير ليؤدي المهارة بشكل فعال ، إذ أنها العمليات الهجومية والدفاعية سواء كانت فردية أو جماعية متناسبة مع روح القانون وتهدف اللعبة الوصول بالفريق الى النتائج المرموقة .

٢ ١ ٢ المهارات العقلية (برمجة معلومات) (Menta

(operation

" وهي العمليات المعرفية التي يتميز بها الكائن البشري من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم المهارات الحركية والقدرات الخطئية وهناك مراحل تمر بها العمليات العقلية أبتداء من دخولها الى الجهاز العصبي المركزي ثم تحديدها ومن ثم البحث في الذاكرة عن معلومات لها علاقة بها ، وكما هو معروف أن أنسجام وتفاعل العمليات العقلية يؤدي الى أملاك القدرات الحركية الخاصة التي تتدخل فيها هذه العمليات بدرجة أو بأخرى " (1) .

وهذا ما أكده يعرب خيون في تعريفه "وهي جميع الاحداث التي تدور داخل الدماغ منذ لحظة ، دخول المثير stimul الى لحظة اتخاذ القرار بالاجابة على ذلك المثير (2) .

أن الاعداد للعمليات العقلية يكون في اتجاهين :-

أولاً – نظري : أذ يجب على اللاعبين الإلمام بالعمليات العقلية ووظيفة كل منها وعلاقتها بالنشاط الحركي بشكل عام .

ثانياً – عملي : يتقسم الى ثلاثة محاور

- التدريب العقلي لمختلف المهارات بأستخدام العمليات العقلية الموجهة لسير الحركة .
- التدريب العملي بأستخدام الاجهزة وكذلك الاختبارات الورقية .
- التدريب على العمل العقلي المرتبط بالمهارات الحركية على أرض الملعب الخاص بكل لعبة (3) .

١ ٢ ١ ٢ مراحل العمليات العقلية stages of mental operations

(1) نصير صفاء محمد وعبد الوهاب غازي ، العمليات العقلية بناءها أبداعها : (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠٠٦) ، ص ٨٩ - ٩٠ .

(2) يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، ٢٠٠٢) ، ص ٤٧ .

(3) نصير صفاء محمد وعبد الوهاب غازي ، المصدر السابق ، ص ٨٩-٩٠ .

أن مراحل العمليات العقلية هي كل مايقوم به الفرد عند الاستجابة لمثير معين ، وأن كل هذه العمليات العقلية تأخذ وقتاً قصيراً جداً وخصوصاً في مجال الرياضة فقد تصل الى أجزاء الثانية والمراحل هي⁽¹⁾ : -

Environmental In put (المدخلات) :- مثيرات المحيط

Stimulus Identification :- مرحلة تحديد المثيرات

Searching In memory :- المرحلة الثالثة :- البحث في الذاكرة

Retention and forgetting :- الاحتفاظ والنسيان

Types of mmory :- أنواع الذاكرة

short – Term sensory stage أ- الذاكرة الحسية قصيرة الامد

short –Term memory ب- الذاكرة القصيرة الامد

Long – Term memory ج- الذاكرة الطويلة الامد

Motor memory (m.m) د- الذاكرة الحركية

المرحلة الرابعة : التفاعل بين المخزون وبين المثير – اتخاذ القرار

Decision making – Interaction Between memory Rstimali

Execution :- تنفيذ القرار

مثير ← دماغ ← الجهاز العصبي المركزي ← اتخاذ القرار ← الاداء



⁽¹⁾ يعرب خيون ، المصدر السابق ، ص ٤٨-٥٧ .

شكل (١) يوضح سير العمليات العقلية عند الاداء الحركي (1) .

" في بداية التدريب يحتاج المتعلم وقتاً طويلاً لتحديد الاستجابة ولكن بمرور التكرار والتدريب على تلك الاستجابة يقل الزمن المستغرق للاستجابة وكذلك تقل العمليات العقلية من ناحية فاعلية البحث والتفاعل تطراً لشيوع أستعمال تلك الاستجابة . وبالتدريب والتكرار الكبير سيهبط مستوى عمل العمليات العقلية الى مستوى دنيا من عمليات البرمجة أذ تكون العمليات تلقائية أوماتيكية نظراً لكونها معروفة جيداً من قبل الجهاز العصبي المركزي (2) " .

أذ رتب نصير صفاء و عبد الوهاب غازي العمليات العقلية حسب تسلسلها الى (3) :-

١-الانتباه ٢-الاحساس ٣-الادراك ٤-التصوير ٥-التذكر ٦-التفكير

٧-رد الفعل

١-٢-١-١ الانتباه Attention

لقد تطرق الكثير من العلماء المختصين في التعلم الحركي الى تعريف الانتباه أذ عرفه حلمي المليجي ٢٠٠٠ على أنه " توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين أستعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه " (1) .

كما عرفه علي الامير ٢٠٠٢ على أنه " عملية أرادية ينتخب الفرد خلالها منبهاً أو موضوعاً معيناً يهيمه ويحسر شعوره وحواسه فيه فهو توجيه الشعور وتركيزه نحو وجهة معينة (2) " وهذا ما يتفق معه الباحثان .

١-٢-١-٢ التركيز concentration

(1) قاسم لازم ، محاضرات (تعلم حركي) القيت على طلبة الدراسات العليا الماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، ٢٠٠٥ .

(2) يعرب خيون : المصدر السابق ، ص ٥٦ .

(3) نصير صفاء محمد و عبد الوهاب غازي ، المصدر السابق ، ص ٨٩-٩٠ .

(1) حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر ، ط ٨ : (بيروت ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، ٢٠٠٠) ، ص ٢٤١ .

(2) علي الامير ، فلسفة النفس ، ط ١ : (بغداد ، دار الشؤون الثقافية العامة ، ٢٠٠٢) ، ص ٢٤١ .

يعرف وجيه محجوب ١٩٨٩ التركيز على أنه " تجميع الأفكار وتثبيت الانتباه لتحقيق الهدف فإذا كان مفهوم الانتباه عام فجوهره التركيز⁽³⁾ ويشير يحيى النقيب ١٩٩٠ التركيز على انه " أنتقاء الرياضي للمثيرات المرتبطة بالاداء وتحويل أنتباهه اليها فالرياضي عليه أن يسلك أنتباهه بدرجة عالية من الحدة نحو بعض المثيرات في بعض الاحيان "⁽⁴⁾ أما أسامة كامل راتب فكان رأيه في التركيز هو " عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه الى مثير واحد فقط "⁽⁵⁾ وهذا ما يتفق معه الباحثان .

٢-١-٢-٣ تركيز الانتباه : - Concentrate the attention

أذ عرفه محمد العربي ١٩٩٦ بأنه " القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه فهذا يعني أن أنتباه الفرد مركزا عليه خلال لحظة معينة⁽⁶⁾ .

كما عرف وجيه محجوب ٢٠٠٢ بأنه " عملية ترشيح Filter للمعلومات الداخلية بحيث تدخل المعلومات المطلوبة فقط أما بقية المثيرات الخارجية فانها لاتدخل بعد الترشيح⁽⁷⁾ .

٢-١-٢-٤ التصور العقلي

" يستخدم التصور لغرض تحسين الاداء عن طريق مراجعة المهارات ذهنياً ويتضمن ذلك التخلص من الاخطاء بتصوير الاسلوب الصحيح للاداء الفني ، أن أغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطيعون بواسطة التصور العقلي مقارنة أستجاباتهم بالاداء الامثل ومن ثم محاولة تصحيح الاستجابات غير الصحيحة "⁽⁸⁾ .

(3) وجيه محجوب ، علم الحركة والتعلم الحركي : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٨٩) ، ص ٢٧ .

(4) يحيى كاظم النقيب ، علم النفس الرياضي ، ط ٣ : (الرياضي ، معهد أعداد القادة ، ١٩٩٠) ، ص ٢٥٩ .

(5) أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي ، ط ١ : (القاهرة) ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٤ ، ص ٢٨٣ .

(6) محمد العربي : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦) ، ص ٢٧٨ .

(7) يعرب خيون : المصدر السابق ، ص ٤٨ .

(8) يحيى كاظم النقيب ، المصدر السابق ، ص ٢٢٣ .

" ويأتي التصور العقلي أو المراجعة العقلية بعد التدريب على الاسترخاء العقلي وهو محاولة أسترجاع الاحداث أو الخبرات السابقة أو بناء صورة جديدة " (9)

٢-١-٢-١-٥ الاستجابة الحركية Moving res ponse

يمكن تعريف مصطلح الاستجابة الحركية في مفهوم علم النفس كما ذكرنا في معجم علم النفس " هو كل ما يطرأ على السلوك نتيجة لمنبه معين " (1) .
وقد عرف قاسم حسن الاستجابة الحركية على أنها " تغيير أو ظاهرة تطرأ على الغدد والعضلات وينعكس على السلوك نتيجة منبه معين مما يدعو الى التكيف وفقاً للوضع الجديد الناشئ في فعل التنبيه والاثارة " (2) .
وأن سرعة الاستجابة الحركية هي " الفترة الواقعة بين الاثارة والاجابة الكاملة المناسبة بأقصر وقت ويعتمد ذلك على أيعازات الجهاز العصبي وقابلية الجهاز العضلي في التنفيذ الحركي " (3) .

٢-٢ الدراسات المشابهة (المرتبطة)

٢ - ٢ - ١ دراسة (ضياء منير فاضل شوكت ٢٠٠٦) (4)

(تأثير تمرينات خطوية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب)

هدف الدراسة الى :-

١- التعرف على تأثير التمرينات الخطوية بأسلوب اللعب في التعلم والاحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب .

(9) يعرب خيون ، المصدر السابق ، ص ١٢٩ .

(1) مجمع اللغة العربية ، معجم علم النفس والتربية ، ج ١ : (القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ، ١٩٩٤) ، ص ٣٥ .

(2) قاسم حسن حسين ، علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة ، ط ١ : (الاردن ، دار الفكر في الاردن ، ١٩٨٨) ، ص ٤٠٧ .

(3) جمعة محمد عوض ، برنامج تدريبي لتطوير سرعة رد الفعل الحركي وأثره في تحسين بعض المهارات في الكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، ١٩٩٦) ، ص ٣١ .

(4) ضياء منير فاضل ؛ دراسة تأثير تمرينات خطوية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٦) .

٢- التعرف على تأثير أسلوب تعليم المهارات المتتبع والتعليم عن طريق التمرينات الخطئية باسلوب اللعب في التعلم والاحتفاظ وتقوية الاداء .

٣- التعرف على اسلوب التعلم بالتمرينات الخطئية والاسلوب المعتمد في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض مهارات كرة القدم .
عينة البحث والاجراءات الميدانية :-

فقد اختار الباحث منهجين للبحث ، اولهما استخدم المنهج التجريبي للتوصل الى أفضل تعليم للمهارات واداء حالات اللعب (الهدف الاول).

ثانيا ، المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وبالملاحظة لانسجامه ومطابقته مع مواصفات البحث في حالة تقويم الاداء الافضل لبعض المهارات .

تم اختيار عينة البحث والبالغ عددهم (٥٥) طالبا من شعبي (ه ، و) من طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية الرياضية – الدراسات الصباحية – جامعة بغداد والبالغ عددهم (١٩٢) طالبا .

-الاستنتاجات

توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية :-

اولا: أن اسلوب تعلم المهارات المتتبع والتعليم عن طريق التمرينات الخطئية باسلوب اللعب قد حققا تأثيرا ايجابيا في الاحتفاظ بتعلم بعض مهارات كرة القدم .

ثانيا: تفوق اسلوب التعليم عن طريق التمرينات الخطئية التعليمية باسلوب اللعب في تطوير مستوى اداء اللعب وبشكل متميز في الحالات الملائمة .

ثالثا: ظهور تقارب في التأثير بين حالات تنفيذ اداء المهارة اثناء اللعب ، لان الاسلوبين يهدفان الى تعليم المهارات ولكن بأسلوب مختلف .

رابعاً: أن أسلوب تعليم المهارات عن طريق التمرينات الخطئية بأسلوب اللعب قد زاد من كفاءة المتعلمين معرفياً في الخطط وإستراتيجيتهما ومهارياً في مجابهة متغيرات اللعب الطارئة والسيطرة والتحكم في حل المهمات الخطئية .

خامساً : اظهر المتعلمين تشوقاً ورغبة واندفاعاً وتبديداً للملل في ممارسة تعلم المهارات من خلال بيئة مشابهة كحالة اللعب الحقيقية ، وظهر التجاوب من خلال الاسئلة العامة التي طرحت في الوحدة التعليمية .

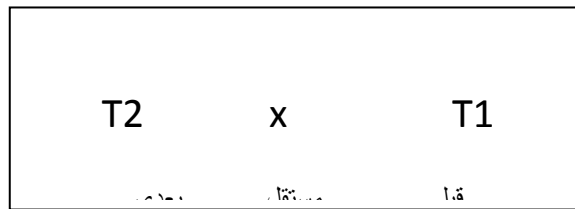
الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

٣-١ منهج البحث :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث ولكون المنهج التجريبي " هو محاولة لضبط كل العوامل الاساسية الموثرة في المتغير أو المتغيرات التابعة في التجربة ماعدا عاملاً واحداً يتحكم فيه البحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة^(١) ، وأن هذا المنهج يتصف بدقة نتائجه مقارنة مع النتائج الاخرى من (صدق وثبات وموضوعية) . إذ أتبع الباحث تصميم المجموعة الفردية ذات الاختبارين القبلي والبعدي أي قياس مجموعة واحدة قبل التجربة وبعدها .

" وبعد الفرق بين النتجتين لقياس المتغير دليلاً على أثر العامل التجريبي " ^(٢)



T1 Pre – Test يعني أختبار قبلي

X (مستقل) يعني متغير تجريبي (مستقل)

T2 Post – Test يعني أختبار بعدي

شكل (٢)

(١) نوري أبراهيم الشوك ورافع الكبيسي : دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية : (ب.م) ، (٢٠٠٤) ، ص ٥٩

(٢) أبو طالب محمد سعيد ، علم مناهج البحث ، ج ١ : (ب . م ، ١٩٩٠) ص ٢١ .

يوضح التصميم التجريبي للبحث

٢-٢ عينة البحث :-

أشتملت عينة البحث على (١٢) لاعباً من الاتحاد الفرعي للكرة الطائرة في ديالى لفئة الشباب للاعمار ١٧-١٨ سنة والمسجلين رسمياً ضمن كشوفات الاتحاد العراقي المركزي لكرة اليد للموسم ٢٠٠٧-٢٠٠٨ .

• أختار البحث نادي ديالى الرياضي بالطريقة العمدية للأسباب الآتية

-:

١ - قرب المركز التدريبي من محل سكن الباحثين .

٢ - تعاون الاتحاد الفرعي مع الباحثين في سبيل انجاز البحث .

٣ ٤ ١. تجانس العينة في مؤثرات النمو :-

لغرض التأكد من أن مؤثرات نمو اللاعبين جميعهم ملائمة قيد البحث ولمنع المؤثرات التي تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الموجودة تتطلب تجانس العينة (عن طريق منحني التوزيع الطبيعي) إذ أستخدم قانون معامل الالتواء لمؤشرات النمو (الطول ، الوزن ، العمر) .

جدول (١)

يبين تجانس العينة في مؤثرات النمو (الطول ، الوزن ، العمر)

| ت | مؤشرات النمو | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط و | معامل الالتواء |
|---|--------------|-------------|---------------|-------------------|---------|----------------|
| ١ | الطول | سم | ١٧,٠٧٥ | ٠,٤١٨ | ١٧,١٥٠ | ٠,٥٣٨- |
| ٢ | الوزن | كغم | ١٧٤,٠٠ | ٥,٢٤ | ١٧٥,٥٠ | ٠,٨٥٨- |
| ٣ | العمر | سنة | ٧٢,٥٠ | ٣,٦٥ | ٧٣,٥٠ | ٠,٨٢١- |

يبين الجدول (١) أن عينة البحث متجانسة في مؤشرات النمو (الطول ، الوزن ، العمر) إذ كانت قيم معامل الالتواء على التوالي (-٠,٥٣٨ ، -٠,٨٥٨ ، -٠,٨٢١

(وهي جميعها قيم محصورة بين (± 3)) إذ أنه " كلما كانت قيم معامل الالتواء محصورة بين (± 3) دل ذلك على أن الدرجات موزعة توزيعاً اعتدالياً أما إذا زادت أو نقصت عن ذلك فإن معنى هذا أن هناك عيباً ما في اختيار العينة " (1).

٣-٣ الاجهزة والادوات المستعملة ووسائل جمع المعلومات

ويعني بأدوات البحث " الوسيلة التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الادوات من بيانات وعينات وأجهزة " (2).

٣ ٣ ١ الاجهزة والادوات المستعملة في البحث :-

-جهاز حاسوب نوع (P4) + أقراص CD .

-جهاز عرض .

-كاميرا تصوير فديوية .

-جهاز تسجيل صوتي لتثبيت التركيز نوع (Banasony) .

-جهاز ضوئي يشير بسهم الى جهة اليمين وآخر لجهة اليسار .

-حاسبة يدوية نوع (sony) .

-جهاز قياس الوزن .

٣ ٣ ٢ وسائل جمع المعلومات

-المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

-استمارات الاستبانة .

-الاختبارات والمقاييس

-استمارات تسجيل نتائج الاختبارات الخاصة باللاعبين .

-الوسائل الاحصائية .

٣ ٤ تحديد متغيرات البحث :-

٣ ٤ ١ تحديد متغيرات المهارات العقلية :-

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠) ، ص ١٥١ .

(2) وجيه محبوب : طرائق البحث العلمي ومناهج ، ط٢ : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٨٨) ، ص ١٢٣ .

أعد الباحثين أستمارة أستمارة لأختبار أهم المهارات العقلية التي يكون للمركبات الخطئية عليها أكثر تأثيراً من غيرها. وتم عرض الاستمارة على عدد من المختصين في مجال (التعلم الحركي وعلم النفس والكرة الطائرة) وبلغ عددهم (سبعة) خبراء وبعد تفريع الاستمارات وأستخراج النسبة المئوية تم ترشيح المهارات العقلية التي حصلت على نسبة مئوية مقدرها (٧٥ %) فاكتر وعلى النحو المبين في الجدول (٢) .

جدول (٢)

يبين المهارات العقلية التي أجمع عليها الخبراء حسب التوقيت

| المتغيرات المختارة | التوقيت النهائي | أهمية المتغيرات | | المهارات العقلية | ت |
|--------------------|-----------------|-----------------|--------------------|----------------------------|----|
| | | الاهمية النسبية | الدرجة الكلية (٣٥) | | |
| √ | ١ | ٤٩,٢ % | ٣٣ | حدة الانتباه (الانتباه) | ١ |
| √ | ٢ | ٨٥,٧ % | ٣٠ | تركيز الانتباه (التركيز) | ٢ |
| √ | ٣ | ٨٢,٨ % | ٢٩ | التصور العقلي | ٣ |
| √ | ٤ | ٧٧,١ % | ٢٧ | الاستجابة الحركية | ٤ |
| X | ٥ | ٧٤,٢ % | ٢٦ | التوقع | ٥ |
| X | ٦ | ٦٢,٨٥ % | ٢٢ | رد الفعل | ٦ |
| X | ٧ | ٥٧,١ % | ٢٠ | الاحساس | ٧ |
| X | ٨ | ٥١,٤ % | ١٨ | توزيع الانتباه | ٨ |
| X | ٩ | ٤٨,٥ % | ١٧ | الادراك | ٩ |
| X | ١٠ | ٤٢,٨ % | ١٥ | الادراك الحسي | ١٠ |

٣-٤-١-١ تحديد أختبارات المهارات العقلية :-

بعد تحديد أهم المهارات العقلية المستعملة في البحث من خلال أستمارة الاستبانة التي عرضت على الخبراء والمختصين ، تم تحديد أهم المهارات العقلية وهي :

وتم ترشيح أختبارات مقننة قد سبق استخدامها كاختبارات المهارات العقلية من قبل الباحثين في التعلم الحركي وعلم النفس ونظراً لكثرة هذه الاختبارات المرشحة والتي بلغ عددها (٣-٤) لكل عملية عقلية أذ تم عرضها على مجموعة من المتخصصين والذي بلغ عددهم (سبعة) خبيراً وذلك لاختبار أنسبها عن طريق وضع إشارة (√) أمام الاختبار الأنسب لكل مهارة عقلية والجدول (٣) يبين الاختبارات المعتمدة والتكرارات والاهمية النسبية .

جدول (٣)

يبين أختبارات المهارات العقلية في البحث حسب رأي الخبراء والمتخصصين وعدد التكرارات والاهمية النسبية لكل اختبار

| ت | المهارات العقلية | الاختبارات المختارة | التكرار | الاهمية النسبية |
|---|-------------------|---|---------|-----------------|
| ١ | الانتباه | أختبار (بوردن أنفيمون) لقياس مظاهر الانتباه | ٧ | ١٠٠ % |
| ٢ | التصور العقلي | أختبار (رينر- مارتينز ١٩٩٣) تعريب أسامة كامل راتب | ٦ | ٨٥ % |
| ٣ | الاستجابة الحركية | أختبار الجري لمسافة (١٠) م لمثير متسلسل | ٥ | ٧١ % |

٣-٥ تجانس العينة في متغيرات البحث

لغرض التأكد من أن الاختبارات جميعاً ملائمة قيد البحث ولمنع المؤثرات التي تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الموجودة يتطلب تجانس العينة عن طريق منحى التوزيع الطبيعي أذ استخدم قانون الالتواء للاختبارات قيد البحث .

جدول (٤)

يبين تجانس العينة في الاختبارات المستعملة في البحث

| ت | الاختبارات | وحدة القياس | - س | \pm ع | الوسيط و | معامل الالتواء (ل) |
|---|--|--------------|--------|---------|----------|----------------------|
| ١ | أختبار (بوردن أنفيسون) لقياس حدة الانتباه | درجة | ٢٧٨,٩٠ | ٤٧,٢٠ | ٢٨١ | ٠,٤٣٨ |
| ٢ | أختبار (بوردن أنفيسون) لقياس تركيز الانتباه | درجة | ٨٧,٤٠ | ٢٠,٦١ | ٨٥ | ٠,٣٤٩ |
| ٣ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور البصري | درجة ٢٠-٤ | ١٣,١٠ | ٣,٤٢ | ١٣ | ٠,٠٨٧ |
| ٤ | أختبار (رينر مارتنز) التصور السمعي | درجة ٢٠-٤ | ١١,٥١ | ٣,٦٥ | ١١ | ٠,٤١٩ |
| ٥ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس الحس حركي | درجة ٢٠-٤ | ١٢,٠٩ | ٣,٥١ | ١٢ | ٠,٠٧٦ |
| ٦ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور الانفعالي | درجة ٢٠-٤ | ١١,٨٨ | ٢,٩٧ | ١١ | ٠,٨٨٨ |
| ٧ | الجري لمسافة (١٠ م) لمثير متسلسل | زمن / ثا | ١,٧٩ | ٠,٣٨ | ١,٧٢ | ٠,٥٥٢ |

يظهر الجدول (٤) ان عينة البحث متجانسة في الاختبارات قيد البحث إذ كانت قيم معامل الالتواء محصورة بين ± 3 إذ أنه " كلما كانت قيم معامل الالتواء محصورة بين ± 3 دل ذلك على أن الدرجات موزعة توزيعاً اعتدالياً أما إذا زادت أو نقصت عن ذلك فان معنى هذا أن هناك عيباً ما في اختيار الاختبارات قيد البحث^(١).

٣-٦-١ التجربة الاستطلاعية :-

٣-٦-١ التجربة الاستطلاعية الاولى :-

(١) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : المصدر السابق ، ص ١٥١ .

" وهي عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحث بغية لوقوف على السلبيات والايجابيات التي قد ترافق اجراء التجربة الرئيسية للبحث (2) .

أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ ٢٠٠٨/١/١ وذلك لمعرفة ملائمة المركبات الخططية على عينة البحث إذ أجريت التجربة بوجود العينة بالكامل (١٢) لاعباً وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية الاولى هو : -
١ - معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث ٣ عند تنفيذ التجربة

٢ - ملائمة المركبات الخططية مع عين البحث .

٣ - ملائمة المركبات الخططية مع وقت الوحدات التدريبية المحددة .

٤ ٦ ٣ التجربة الاستطلاعية الثانية :-

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠٠٨/١/٦ على عينة من (٦) لاعبين من غير عينة البحث وهم من مجتمع البحث مع وجود فريق العمل* وذلك للتعرف على صلاحية وملاءمة الاختبارات لمستوى العينة ولموضوع البحث وقد كان الغرض من التجربة الاستطلاعية الثانية هو (1) :-

١ - معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ الاختبارات قيد البحث .

٢ - التعرف على الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات والقياس .

٣ - التأكد من كفاءة فريق العمل ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياس .

٤ - اختبار صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة وأستمارة جمع المعلومات .

(2) نوري أبراهيم الشوك ورافع الكبيسي ، المصدر السابق ، ص ٨٩ .

* فريق العمل من باسم أبراهيم ، مدرب منتخب ديالى للمتقدمين سعد عبد الكريم : مدرب منتخب ديالى للشباب ، فؤاد عبد اللطيف بكالوريوس تربية رياضية .

(1) نوري أبراهيم الشوك ورافع الكبيسي : المصدر السابق ، ص ٨٩-٩٠ .

٥ - صلاحية العينة المختارة ومدى أستجابتها للاختبارات .
٦ - أيجاد الشروط والمعاملات العلمية للاختبار اصدق و ثبات موضوعية .

٧ - التعرف على مدى إمكانية القيام بالدراسة .

٧-٣ إجراءات البحث :-

٣-٧-١ الاختبارات القبليية :-

بعد الانتهاء من جمع وتجانس العينة تم إجراء الاختبارات القبليية لعينة البحث يوم الابعاء الموافق ٢٠٠٨/١/١٦ في القاعة المغلقة لنادي ديالى الرياضي / بعقوبة . وقد قام الباحثان بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة إجرائها وفريق العمل من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند إجراء الاختبارات البعديية .

-تم شرح أختبارات مظاهر الانتباه والتصور العقلي الرياضي والاستجابة الحركية من قبل الباحثان بصورة مفصلة قبل إجراء الاختبار الى أفراد العينة.

- تم تطبيق الاختبار من قبل الباحثان حتى يتمكن أفراد العينة من فهم الاختبارات وصحة تطبيقها .

-تم تسجيل النتائج طبقاً للشروط والمواصفات المحددة لكل أختبار .

٣-٧-٢ التجربة الرئيسيية :-

بعد اكمال اعداد المركبات الخططية تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين لابداء آرائهم ومقترحاتهم ومدى ملاءمتها لعينة البحث . وأعتمد الباحثان على الملاحظات والتوجيهات الواردة من قبلهم . وتم وضع مفردات المركبات الخططية على ضوء ذلك .

وتم العمل بالتجربة الرئيسيية على عينة البحث مدة (٨) أسابيع بدأت في يوم السبت ٢٠٠٨/١/١٩ ولغاية يوم الاربعاء ٢٠٠٨/٣/١٢ بواقع ثلاث وحدات تدريبيية في الاسبوع الواحد (السبت ، الاثنين ، الاربعاء) وبلغ عدد الوحدات

التدريبية (٢٤) وحدة وأستغرق زمن كل وحدة تدريبية (٩٠) دقيقة الى (١٢٠) دقيقة قسمت الى ثلاث أقسام هي :-

١- القسم التمهيدي ٢٥ دقيقة

٢- القسم الرئيسي ٦٠ دقيقة – ٩٠ دقيقة

٣- القسم الختامي ٥ دقائق

* أن عمل الباحثان مقتصر في الجزئين التعليمي والتطبيقي فقط من القسم الرئيسي للوحدة التدريبية الوقت (٤٥) دقيقة وخصت (٣) دقيقة للجزء التعليمي و (٢٤) للجزء التطبيقي ، والعمل في سائر أقسام الوحدة التدريبية ملحق (١) مع كادر تدريب فريق شباب نادي ديالى الرياضي بالكرة الطائرة .

* أعداد الباحثان مجموعة من المركبات الخطئية بالاعتماد على المصادر الاجنبية بالكرة الطائرة وبعض المصادر العربية الشائعة الاستعمال بالكرة الطائرة .

* أن تجربة البحث تبدأ في مرحلة الاعداد الخاص (التي تسبق المنافسات) .

٣-٧-٣ الاختبارات البعدية :-

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة في يوم السبت الموافق ٢٠٠٨/٣/١٥ وقد

أتبع الباحثان شروط وإجراءات الاختبارات القبلية نفسها .

٣-٨ الوسائل الاحصائية :-

أعتمد الباحث الوسائل الاحصائية الاتية في معالجة النتائج .

١ - الوسط الحسابي للبيانات غير المبوبة (الدرجات الخام)

٢ - الوسيط : (في حالة القيم الخام – القيم الفردية)

٣ - الانحراف المعياري : في حالة البيانات البسيطة

٤ - معمل الالتواء

٥ - النسبة المئوية

٦ - معامل الارتباط (بيرسون) بالطريقة المباشرة

٧ - اختبار (+) الاحصائي بدلالة الفروق بين وسطين مرتبطين)

للعينات المتناظرة).

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :-

وتضمن هذا الباب عرضاً مفصلاً لجميع نتائج الاختبارات المستخدمة بالبحث القبلية والبعديّة لأفراد عينة البحث وقد تم تحليل هذه النتائج على ضوء القوانين الاحصائية المستخدمة بالبحث والمناسبة لهذه البيانات على ضوء المرجع العلمي المثبت لهذا الاستخدام لكي يتم لنا اختبار فروض وأهداف البحث على ضوء الاجراءات الميدانية التطبيقية التي قام بها الباحثان بالتوصل الى هذه النتائج ومن ثم تم مناقشتها على ضوء الاطار المرجعي لها .

٤-١ عرض وتحليل نتائج أختبارات المهارات العقلية في الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث :-

جدول (٥)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي وفرق
للاوساط الحسابية ونسبة التطور لاختبارات المهارات العقلية

| ت | الوسائل الاحصائية الاختبارات | وحدة القياس | القبلي | | البعدي | | الفرق بين الايوساط | نسبة التطور % |
|---|---|----------------|--------|------|--------|------|-----------------------|------------------|
| | | | ع ± | س | ع ± | س | | |
| ١ | أختبار (بوردن أنفيمون) لقياس حدة الانتباه | درجة | ٢٨٧,٩ | ٠ | ٤٧,٢ | ٠ | ٥٥,٢٩ | ١٩,٢٠ |
| ٢ | أختبار (بوردن أنفيمون) لقياس تركيز الانتباه | درجة | ٨٧,٤٠ | ١ | ٢٠,٦ | ٦٣ | ٢٤,٤ | ٢٧,٩١ |
| ٣ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس القصور البصري | درجة ٢٠-٤ | ١٣,١٠ | ٣,٤٢ | ١٦,٧٥ | ٣,٣٦ | ٣,٦٥ | ٢٧,٨٦ |
| ٤ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور السمعي | درجة ٢٠-٤ | ١١,٥١ | ٣,٦٥ | ١٤,٩٠ | ٣,٧٩ | ٣,٣٩ | ٢٩,٤٥ |
| ٥ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس تصور الحس الحركي | درجة ٢٠-٤ | ١٢,٠٩ | ٣,٥١ | ١٥,٥٠ | ٣,٢٦ | ٣,٤١ | ٢٨,٢٠ |
| ٦ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور الافتعالي | درجة ٢٠-٤ | ١١,٨٨ | ٢,٩٧ | ١٤,١٥ | ٢,٧٧ | ٢,٢٧ | ١٩,١٠ |
| ٧ | الجري لمسافة (١٠) م لمثير متسلسل | زمن/ ثا | ١,٧٩ | ٠,٣٨ | ١,٥٢ | ٠,١٩ | ٠,٢٧ | ١٥,٠٨ |

من الجدول (٥) يتبين لنا قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور لاختبارات العمليات العقلية وعلى النحو الاتي :-

١ - حدة الانتباه :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية في الاختبار القبلي (٢٨٧,٩٠) وبأنحراف معياري قدره (٤٧,٢٠) في حين بلغ الوسط الحسابي (٣٤٣,٧٠) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٤٩,١٩) أما فرق الاوساط فبلغ (٥٥,٢٩) وبنسبة تطور قدرها (١٩,٢٠) .

٢ - تركيز الانتباه :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية بلغت في الاختبار القبلي (٨٧,٤٠) وبأنحراف معياري قدره (٢٠,٦١) في بلغ الوسط الحسابي (٦٣) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (١٧,٨٠) أما فرق الاوساط فبلغ (٢٤,٤) وبنسبة تطور قدرها (٢٧,٩١) .

٣ - التصور البصري :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية بلغت في الاختبار القبلي (١٣,١٠) وبأنحراف معياري قدره (٣,٤٢) في بلغ الوسط الحسابي (١٦,٧٥) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٣,٣٦) ، أما فرق الاوساط فبلغ (٣,٦٥) وبنسبة تطور قدرها (٢٧,٨٦) .

٤ - التصور السمعي :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية بلغت في الاختبار القبلي (١١,٥١) وبأنحراف معياري قدره (٣,٦٥) في حين بلغت الاوساط الحسابية

(١٤,٩٠) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٣,٧٩) ، أما فرق الاوساط فبلغ (٣,٣٩) وبنسبة تطور قدرها (٢٩,٤٥) .

٥ - التصور الحس حركي :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية في الاختبار القبلي (١٢,٠٩) وبأنحراف معياري قدره (٣,٥١) في بلغت الاوساط الحسابية (١٥,٥٠) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٣,٢٦) ، أما فرق الاوساط فبلغ (٣,٤١) وبنسبة تطور قدرها (٢٨,٢٠) .

٦ - التصور الانفعالي :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية في الاختبار القبلي (١١,٨٨) وبأنحراف معياري قدره (٢,٩٧) في حين بلغت الاوساط الحسابية (١٤,١٥) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٢,٧٧) ، أما فرق الاوساط فبلغ (٢,٢٧) وبنسبة تطور قدرها (١٩,١٠) .

٧ - الاستجابة الحركية :-

أذ تبين أن قيم الاوساط الحسابية في الاختبار القبلي (١,٧٩) وبأنحراف معياري قدره (٠,٣٨) في حين بلغت الاوساط الحسابية (١,٥٢) في الاختبار البعدي وبأنحراف معياري قدره (٠,١٩) ، أما فرق الاوساط فبلغ (٠,٢٧) وبنسبة تطور قدرها (١٥,٠٨) .

جدول (٦)

يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات أنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (t) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات العقلية .

| دلالة الفروق | قيمة (+) | | م ح خ ف | س ف | وحدة القياس | الوسائل الاحصائية الاختبارات | ت |
|--------------|----------|----------|---------|-----|-------------|------------------------------|---|
| | الجدولية | المحتسبة | | | | | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-------|------|------|---------|-------|--------------|--|---|
| معنوي | ٢,٢٠ | ٣,٢٢ | ٣٨٨٧٢ | ٥٥,٢٩ | درجة | أختبار (بوردن أنفيمون) لقياس حدة الانتباه | ١ |
| معنوي | | ٥,٢٢ | ٢٨٧٨,١٢ | ٢٤,٤ | درجة | أختبار (بوردن أنفيمون) لقياس تركيز الانتباه | ٢ |
| معنوي | | ٤,٤٥ | ٨٨,٨٧ | ٣,٦٥ | درجة ٢٠-٤ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس القصور البصري | ٣ |
| معنوي | | ٤,٥٩ | ٧٥,٠٧ | ٣,٤٠ | درجة ٢٠-٤ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور السمعي | ٤ |
| معنوي | | ٤,٧٦ | ٦٨,٦١ | ٣,٤٣ | درجة ٢٠-٤ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس تصور الحس الحركي | ٥ |
| معنوي | | ٤,٠١ | ٤٤,٦٣ | ٢,٢٩ | درجة ٢٠-٤ | أختبار (رينر مارتنز) لقياس التصور الافتعالي | ٦ |
| معنوي | | ٢,٨ | ٢,٠٤ | ٠,٢٨ | زمن/ثا | الجري لمسافة (١٠) م لمثير متسلسل | ٧ |

من الجدول (٦) تبين لنا قيم الاوساط الحسابية ومجموع مربعات أنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (t) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات العقلية وعلى النحو الآتي :-

١ - حدة الانتباه :-

أذ تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي أذ بلغت الاوساط الحسابية للفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (٥٥,٢٩) ومجموع مربعات أنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (٣٨٨٧٢) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٣٢٢) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما

كانت القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

٢ - تركيز الانتباه :-

أذ تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي أذ بلغت الاوساط الحسابية للفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (٢٤,٤) ومجموع مربعات أنحرافات العروق عن متوسط تلك الفروق (٢٨٧٨,١٢) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٥,٢٣) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

٣ - التصور البصري :-

أذ تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي أذ بلغت الاوساط الحسابية للفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي أذ بلغت الاوساط الحسابية للفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (٣,٦٥) وبمجموع مربعات أنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (٨٨,٨٧) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٤,٤٥) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

٤ - التصور السمعي :-

أذ تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي أذ بلغت الاوساط الحسابية للفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (٣,٤٠) وبمجموع مربعات أنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (٧٥,٠٧) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٤,٥٩) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت

القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

٥ - تصور الحس حركى :-

أذ تبين وجود فرق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى أذ بلغت الاوساط الحسابية للفرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى (٣,٤٣) وبمجموع مربعات انحرافات الفرق عن متوسط تلك الفرق (٦٨,٦١) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٤,٧٦) فى حين كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت القيمة المحتسبة اكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

٦ - التصور الانفعالى :-

أذ تبين وجود فرق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى أذ بلغت الاوساط الحسابية للفرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى (٢,٢٩) وبمجموع مربعات أنحرافات الفرق عن متوسط تلك الفرق (٤٤,٦٣) بلغت قيمة (t) المحتسبة (٤,٠١) فى كانت قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) عن مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

٧ - الاستجابة الحركية :-

أذ تبين وجود فرق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى أذ بلغت الاوساط الحسابية للفرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى (٠,٢٨) وبمجموع مربعات الانحرافات الفرق عن متوسط تلك الفرق (٢,٠٤) وبلغت قيمة (t) المحتسبة (٢,٨) فى حين قيمة (t) الجدولية (٢,٢٠) (عن مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١) ولما كانت قيمة

المحتسبة اكبر من قيمتها الجدولية دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

٤ ٢ مناقشة نتائج الاختبارات المهارات العقلية :-

من العرض والتحليل المبين في الجدولين (٥) و (٦) أظهرت هذه النتائج بان هناك فروقاً معنوية ذات دلالة أحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في الاختبارات المهارات العقلية ولصالح الاختبار البعدي وهذا يظهر تأثير المركبات الخطئية التي أدخلت في المنهج التدريبي على تطوير بعض المهارات العقلية ومنها حدة الانتباه إذ تعد واحدة من اهم المهارات العقلية التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة أثناء اداء المهارات الحركية وخاصة أثناء الوحدات التدريبية وهذه العملية تتطلب أعلى درجة أو مستوى من حدة الانتباه لغرض فهم اللاعب لكافة أجزاء المهارات الحركية المطلوب تعلمها والتدريب عليها الامر الذي يؤدي الى إعطاء صورة متكاملة عن طبيعة الاداء الحركي للمهارة المطلوب تنفيذها أو الخطة المطلوب التدريب عليها، الامر الذي يؤدي الى إعطاء صورة متكاملة عن طبيعة الاداء الحركي للمهارة المطلوب تنفيذها أو الخطة المطلوب التدريب عليها . إذ يحتاج لاعب الكرة الطائرة في عملية التعلم الاولى للمهارة الحركية الانتباه الكامل لمجريات الاداء الحركي بشكله الكامل والجزئي من خلال استقبال المثيرات الرئيسية المشاركة في العمل والتي تأتي من حاستي السمع والبصر مما يؤدي الى تكوين الية العمل الحركي بواسطة اختبار المثير الرئيسي المناسب للعمل الحركي وبالتالي تكوين أو اختبار الاستجابة الحركية المناسبة للمثير المختار .

وكذلك أظهرت النتائج الى أن تطوراً حاصلًا في التركيز وتركيز الانتباه إذ أن المركبات الخطئية أعطت لعينة البحث فرصة جديدة للسيطرة والتحكم في الافكار مما زاد على قدرة التركيز لديهم وذلك بعزل العوامل المشتتة للانتباه ومحاولة التركيز على الجوانب المرتبطة بالاداء التي لعبة دوراً مهماً في تطوير قدرة التركيز

لديهم ، " فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق هو الذي يستطيع أن يوفق بين موافقة الجسدية والعقلية لكيانه الخاص (1) .

أذ أن لاعب الكرة الطائرة بحاجة ماسة الى ضبط توتره لغرض السيطرة على أدائه المهاري والخططي فضلاً عن الثقة العالية بالنفس تساعد بالتغلب على المواقف الصعبة أثناء المباراة وهذا ما أشار اليه (أسامة راتب) ١٩٩٧ " أذ أن لزيادة الثقة بالنفس لدى اللاعب أثناء المباراة تساعد على زيادة تركيز الانتباه مما يؤدي الى قلة توتر اللاعب " (2) .

كذلك أظهرت النتائج الى أن المركبات الخططية أدت الى تطور التصور العقلي لعينة البحث ومنه التصور البصري للاداء الحركي أذ كلما زادت الاشياء التي تراها زادت معرفتنا بها ويقول المثل المشهور ((أن صورة واحدة أفضل من الف كلمة)) .

وبمعنى آخر أن التفكير بالصورة يسبق التفكير بالكلمات في اكثر الاحيان فضلاً عن ذلك فان الصور هي الناطق الفعلية التي يكتسب الانسان خبرته منها ، أما الكلمات فهي مجرد دلالات صوتية على تلك المناطق .

أن المركبات الخططية التي أعتمدت أعطت معلومات وتكرارات عقلية كافية لضمان تحسن الصورة الداخلية للجهاز العصبي من خلال تقوية الممرات العصبية المرسله من الجهاز العصبي الى هذه العضلات العاملة .

كذلك أظهرت النتائج على وجود تطور في التصور السمعي ويعتقد الباحثان أن هذا يرجع الى طبيعة المركبات الخططية التي أستخدمت في المنهج التدريبي أذ أن مفردات المنهج ساعدت على ضبط الحركات والاحساس والايقاع الحركي لكل أجزاء الحركة بصورة قريبة من الاداء الفعلي وأن تحسين التصور السمعي يرجع الى استخدام المعلومات السمعية التي يعطيها المدرب وتحويلها الى برامج تصويرية في الدماغ ، أي أن الدماغ يأخذ صورة عن المحيط أما عن طريق النظر وجمع

(1) John suer ; sporting body sporting mind united king on Cambridge univ press . . . 1993 p . 90

(2) أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي / المفاهيم والتطبيقات . ط٢ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧) ، ص ٣٤٢ .

المعلومات البصرية أو عن طريق السمع وتحويل الكلمات الارشادية والوصفية التي يعطيها المدرب الى صور تدخل الى الدماغ وهذا ما أتفق معه (محمد العربي وعبد النبي ١٩٩٥) (1) .

كذلك أظهرت النتائج على وجود تطور في التصور الحس حركي ويعتقد الباحثان أن السبب يعود البرنامج التدريبي الذي أستخدم المركبات الخطئية التي أعطت فرصة جيدة لعينة البحث لملاحظة الاحساس الحركي للمهارات ومحاولة اعادتها وتكرارها عقليا مما يعزز دقة الاشارة الحسية الذاهبة والاتية من العضلات وان الاحساسات الحركية تلعب دوراً مهماً في عملية التوافق بالنشاط للمركبات التي تتطلب التميز من أجزائها المختلفة فضلاً عن رأي (Gross Et , 1986) (1) في دراسته عن التأثير في اكتساب وحفظ الحركات عن طريق السيطرة على القابلية التصويرية .

وكذلك أظهرت النتائج الى أن المركبات الخطئية التي استخدمت في المنهج التدريبي وتكرارها يخفض من الحالة الانفعالية فكل ما كان الجهاز العصبي المركزي (C . N . S) منخفض الاستثارة زادت السيطرة الحركية وزادت الدقة لان الانفعال يكون بمستوى واطى ، مما أعطى للاعبين فرصة جيدة للسيطرة على الانفعالات بصورة ملائمة وعزلها ، وأن المركبات الخطئية تؤدي الى عزل الافكار غير مطلوب التركيز عليها إذ يكون التركيز في المهارات التي يؤديها اللاعب أثناء التمرين الواحد .

وهذا يؤدي بالتالي إلى تحسن قدرة التحكم بالانفعالات لان اكثر الانفعالات تكون نتيجة التفكير لان " الفكرة تؤكد المزاج والمزاج يولد التصرف " (2) ولغرض السيطرة على الموج يجب أن يكون هناك سيطرة على الفكرة والتي تكون عن طريق التركيز الداخلي وعزل الافكار وبذلك تنخفض الانفعالات المصاحبة للافكار المناسبة.

(1) محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال ، التدريب العقلي في التنس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) ص ٦٦-٨٦ .

(1) Grosset . at . al : Imagery ability and the acquisition of retention of movement , memory and cognition , 14 , 1986 , pp , 469 , 477 .

(2) Burns ; feeling Good , Burgees comp U . S . A 1978 , p 34 .

وكذلك أظهرت النتائج أن هناك تطور حاصل في زمن الاستجابة الحركية ، أذ أن مفردات المنهج التدريبي المتضمن على المركبات الخططية كان موفقاً في تطور زمن الاستجابة الحركية وذلك لاحتوائه على مركبات وتشكيلات تميزت بأدائها الحركي بالانتقال بحركة الجسم من مهارة الى أخرى والذي سيؤدي الى " زيادة سرعة كفاءة الجهاز العصبي لدى اللاعب في ادارة العمل العضلي الذي يؤدي بالوصول الى مرونة العمليات بمقدرة عالية في الانتقال مابين عمليات الاستشارة وعمليات الكف " (3) .

وأن استخدام المركبات الخططية المتنوعة والتكرارات سيؤدي الى قدرة العضلة على الانقباض والانبساط بسرعة عالية ، " أن قدرة العضلة على الارتخاء والمطاطية تعد عاملاً مهماً لتحقيق السرعة العالية والاداء المهاري الجيد " (1) .

الباب الخامس

١-٥ الاستنتاجات :-

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث فقد خرج بالاستنتاجات الاتية :-

١ - للمركبات الخططية الاثر الايجابي ضمن الفئة العمرية (الشباب) من خلال تقبلهم وتطورهم في أختبارات المهارات العقلية .

٢-٥ التوصيات :-

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي بما يأتي :-

١ - اعتماد المركبات الخططية ضمن المناهج التدريبية المخصصة للاعبين الشباب بالكرة الطائرة .

٢ - الاهتمام بالتدريب العقلي وأجراء الاختبارات العقلية بصورة منتظمة الى جانب الاعداد البدني والاعداد المهاري لفرق الشباب في العراق .

(3) أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ التدريب الرياضي والاسس الفسيولوجية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٧) ، ص ١٨٧ .
(1) أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الله سعد ؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٣) ، ص

٣ - ضرورة وجود متخصصين في علم النفس مع فرقنا الوطنية للاسهام في بنائها النفسي والعقلي .

المصادر العربية والأجنبية

- ❖ أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضى والاسس الفسيولوجية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٧) .
- ❖ أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الله سعد ، فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٣) .
- ❖ أبو طالب محمد سعيد ، علم مناهج البحث ، ج ١ : (ب . م) (١٩٩٠) .
- ❖ أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية فى المجال الرياضى ، ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٤) .
- ❖ أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضى / المفاهيم والتطبيقات . ط ٢ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧) .
- ❖ جمعة محمد عوض ، برنامج تدريبي لتطوير سرعة رد الفعل الحركي وأثره في تحسين بعض المهارات في الكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، ١٩٩٦) .
- ❖ حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر ، ط ٨ : (بيروت ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، ٢٠٠٠) .
- ❖ ضياء منير فاضل ؛ دراسة تأثير تمارين خطية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب : (اطروحة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٦) .

- ❖ علي الامير ، فسلجة النفس ، ط ١ : (بغداد ، دار الشؤون الثقافية العامة ، ٢٠٠٢) .
- ❖ قاسم حسن حسين ، علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة ، ط ١ : (الاردن ، دار الفكر في الاردن ، ١٩٨٨) .
- ❖ قاسم لازم ، محاضرات (تعلم حركي) القيت على طلبة الدراسات العليا الماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، ٢٠٠٥
- ❖ مجمع اللغة العربية ، معجم علم النفس والتربية ، ج ١ : (القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ، ١٩٩٤) .
- ❖ محمد العربي : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦) .
- ❖ محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال ، التدريب العقلي في التنس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) .
- ❖ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠) .
- ❖ نصير صفاء محمد وعبد الوهاب غازي ، العمليات العقلية بناءها أبداعها : (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠٠٦) .
- ❖ نوري أبراهيم الشوك ورافع الكبيسي : دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية : (بغداد ، (ب.م) ، ٢٠٠٤) .
- ❖ وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط ٢ : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٨٨) .
- ❖ وجيه محجوب ، علم الحركة والتعلم الحركي : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٨٩) .
- ❖ يحيى كاظم النقيب ، علم النفس الرياضي ، ط ٣ : (الرياضي ، معهد أعداد القادة ، ١٩٩٠) .

❖ يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، ٢٠٠٢) .

- ❖ Arnold , Aek ; Developing sport skills , (New Jersey Monograph Motor skills , 1981) Grosset . at . al : Imagery ability and the acquisition of retention of movement , memory and cognition , 14 , 1986 .
- ❖ Burns ; feeling Good , Burgees comp U . S . A 1978 ..
- ❖ John suer ; sporting body sporting mind united king on Cambridge univ press . 1993

ملحق (١)

توزيع وحدات المنهج التدريبي باستخدام المركبات الخطئية

| شدة الحمل | زمن الوحدة التدريسية | مجموع المركبات الخطئية | التاريخ | الاسبوع | رقم الوحدة |
|-------------------------|-------------------------|------------------------------|---------|---------|---------------|
| منخفض ٦٥-٦٠ % | ٩٠ دقيقة | | ١/١٩ | الاول | ١ |
| منخفض ٦٥-٦٠ % | ٩٠ دقيقة | | ١/٢١ | الاول | ٢ |
| منخفض ٧٠-٦٥ % | ٩٠ دقيقة | | ١/٢٣ | الاول | ٣ |
| متوسط ٧٥-٧٠ % | ٩٠ دقيقة | | ١/٢٦ | الثاني | ٤ |
| متوسط ٨٠-٧٥ % | ٩٠ دقيقة | | ١/٢٨ | الثاني | ٥ |
| متوسط ٨٠-٧٥ % | ٩٠ دقيقة | | ١/٣٠ | الثاني | ٦ |
| تحت القصى ٨٥-٨٠ % | ١٠٠ دقيقة | | ٢/٢ | الثالث | ٧ |
| تحت القصى ٨٥-٨٠ % | ١٠٠ دقيقة | | ٢/٤ | الثالث | ٨ |

| شدة الحمل | زمن الوحدة التدريسية | مجموع المركبات الخطئية | التاريخ | الاسبوع | رقم الوحدة |
|----------------|-------------------------|------------------------------|---------|---------|---------------|
| تحت ٨٥-٨٠ % | ١٠٠ دقيقة | | ٢/٦ | الثالث | ٩ |

| | | | | | | |
|------------|--------------|-----------|--|------|--------|----|
| % | القصى | | | | | |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١٠٠ دقيقة | | ٢/٩ | الرابع | ١٠ |
| ٧٥-٧٠ % | متوسط | ١٠٠ دقيقة | | ٢/١١ | الرابع | ١١ |
| ٧٥-٧٠ % | متوسط | ١٠٠ دقيقة | | ٢/١٣ | الرابع | ١٢ |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١١٠ دقيقة | | ٢/١٦ | الخامس | ١٣ |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١١٠ دقيقة | | ٢/١٨ | الخامس | ١٤ |
| ٩٠-٨٥ % | قصى | ١١٠ دقيقة | | ٢/٢٠ | الخامس | ١٥ |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١١٠ دقيقة | | ٢/٢٣ | السادس | ١٦ |

| شدة الحمل | | زمن الوحدة التدريبية | مجموع المركبات الخطية | التاريخ | الاسبوع | رقم الوحدة |
|------------|--------------|-------------------------|-----------------------------|---------|---------|---------------|
| ٨٠- ٨٥% | تحت القصى | ١١٠ دقيقة | | ٢/٢٥ | السادس | ١٧ |
| ٨٠-٧٥ % | متوسط | ١١٠ دقيقة | | ٢/٢٧ | السادس | ١٨ |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١٢٠ دقيقة | | ٣/١ | السابع | ١٩ |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١٢٠ دقيقة | | ٣/٣ | السابع | ٢٠ |
| ٩٠-٨٥ | قصى | ١٢٠ دقيقة | | ٣/٥ | السابع | ٢١ |

| | | | | | | |
|------------|--------------|-----------|--|------|--------|----|
| % | | | | | | |
| ٨٥-٨٠ % | تحت القصى | ١٢٠ دقيقة | | ٣/٨ | الثامن | ٢٢ |
| ٨٠-٧٥ % | متوسط | ١٢٠ دقيقة | | ٣/١٠ | الثامن | ٢٣ |
| ٨٠-٧٥ % | متوسط | ١٢٠ دقيقة | | ٣/١٢ | الثامن | ٢٤ |

| الزمن خلال وحدة (٢٤) تدريبية | الزمن خلال الوحدة | اقسام الوحدة التدريبية | |
|--------------------------------------|-------------------|------------------------|----------------|
| ٢٤٠ دقيقة | ١٠ دقائق | الاحماء العام | القسم التحضيري |
| ٣٦٠ دقيقة | ١٥ دقيقة | الاحماء الخاص | |
| ٧٢ دقيقة | ٣ دقائق | الجزء التعليمي | القسم الرئيسي |
| ١٠٠٨ دقيقة | ٤٢ دقيقة | الجزء التطبيقي | |
| ١٠٨٠ - ٣٦٠ دقيقة د | ١٥-٤٥ دقيقة | اللعب التعليمي | |
| ١٢٠ دقيقة | ٥ دقيقة | القسم الختامي | |
| ٢١٦٠د- ٢٨٨٠د | ٩٠-١٢٠ دقيقة | المجموع | |