

دراسة مقارنة في المهارات العقلية لدى لاعبي

أندية النخبة والممتازة والأولى في محافظة نينوى بكرة القدم

أ.م.د. معن عبد الكريم جاسم . د. نشأت بشير إبراهيم . م.م محمد رمضان نجم

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى :

- التعرف على المهارات العقلية بمحاورة كافة للاعبي أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل)
(بكرة القدم في محافظة نينوى .

- الكشف عن الفروق في المهارات العقلية بين لاعبي أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل)
(بكرة القدم في محافظة نينوى .

وأجريت الدراسة على عينة تألفت من (٥٧) لاعباً من أندية (الموصل ، نينوى ، المستقبل) بكرة القدم ، وقد تم جمع البيانات باستخدام مقياس المهارات العقلية .

واستنتج الباحثون ما يأتي :

- تفوق أندية النخبة (الموصل) على أندية الدرجة الممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) في عدد من المهارات العقلية

وهي (الإعداد العقلي - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - الدافعية - المقياس ككل) .

- تفوق أندية الدرجة الممتازة (نينوى) على أندية الدرجة الأولى (المستقبل) في مهارتي الإعداد العقلي والدافعية .
وأوصى الباحثون بما يأتي :

- حث مدربي كرة القدم على الاهتمام بشكل أكبر في تنمية المهارات العقلية لدى لاعبي كرة القدم .

- ضرورة تركيز مدربي أندية الدرجة الممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) على تطوير المهارات العقلية (الإعداد العقلي - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - الدافعية) بشكل أكبر .

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

يعد الجانب النفسي أحد الركائز الأساسية في عملية التدريب الرياضي الحديث لما له من أهمية كبيرة في تعزيز الفوز ، لذا يجب عدم إهمال القدرات العقلية والطاقة النفسية الهائلة التي تنجم عن الاستخدام الأمثل لمثل هذه القدرات والتي تعمل على تحقيق طفرات رياضية كبيرة ومهمة في المواقف الرياضية المختلفة سواء كان ذلك على مستوى المنافسة أو التعلم أو التدريب ، إذ نلاحظ في الآونة الأخيرة ظهور حركة معرفية ضمن مجال القدرات العقلية - النفسية مشيرةً بذلك إلى تلك المحاولات التي يبذلها البعض لتعديل السلوك عن طريق تغيير الكيفية التي يفكر بها الأفراد ، وتحظى القدرات العقلية باهتمام متزايد بين علماء النفس عموماً وأولئك الذين يركزون معظم اهتمامهم بشكل خاص على الرياضة والرياضيين ، وقد بدأ علماء النفس بتركيز طاقتهم على القدرات العقلية والفكرية والنفسية في مجمل الألعاب

الرياضية ، فانصب اهتمامهم على القدرات العقلية المتنوعة والمتغيرة والكيفية التي بموجبها تساهم هذه القدرات في ارتفاع وانخفاض الأداء عند الرياضيين وفي الوقت نفسه تم دراسة أسباب الاجتهادات النفسية والفسولوجية التي تحصل عند الرياضيين والتي تقود إلى مجموعة من الأخطاء المهمة في أثناء الأداء وغير المتوقعة غالباً (الوتار ، ٢٠٠٠ ، ٤٠) ، ومما يبين " أهمية الجانب العقلي في الرياضة تلك المكانة السامية والمنزلة الهامة التي يشغلها في وسائل الإعلام وأحاديث المدربين والمديرين والرياضيين ، فالجميع يؤكدون أهمية هذا الجانب في المنافسة فهو العامل الحاسم في العديد من المباريات وخاصة تلك المباريات ذات المستوى الرفيع التي يتضاءل فيها الفارق بين اللاعبين من حيث الأداء الفني واللياقة البدنية أو تقنيات التدريب أو استراتيجيات اللعب " .

(باهي وجاد ، ٢٠٠٦ ، ٨٧)

ومما تقدم ذكره فان أهمية البحث تتحدد في التعرف على المهارات العقلية لدى لاعبي عدداً من أندية محافظة نينوى بكرة القدم المشاركة في دوري النخبة والممتاز والأولى .

٢-١ مشكلة البحث :

بعد الإعداد النفسي للرياضيين أحد المهام المهمة التي يجب أن يطلع بها العاملون والمدربون في مجال التربية الرياضية كونه أحد العمليات المساهمة في تطوير الانجازات الرياضية ، وهو بذلك لا يقل أهمية عن عمليات الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعبين كرة القدم ، وإن المشكلة الأساسية اليوم التي تواجه لاعبي كرة القدم اليوم هي حاجتهم إلى مستوى جيد من الإعداد العقلي والذي يعد على جانب كبير من الأهمية في مباريات كرة القدم ، فامتلاك اللاعبين لمستوى عال من اللياقة البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم لا تكفي وحدها للوصول بهم والفريق ككل إلى مرحلة التفوق الرياضي ، إذ تعد المهارات العقلية أحد أبرز العوامل الإعدادية في المباريات الندية في كرة القدم ، فكثيراً ما نرى فريقين متنافسين يكونان على مستوى متقارب من الإعداد البدني والمهاري ، فيكون الفارق في تحكم اللاعبين من خلال ما يمتلكونه من مهارات وقدرات عقلية تحدث الفارق في المباراة لمصلحة هذا الفريق أو ذاك في كيفية ترجمة الأهداف التدريبية للمدرب على أرض الملعب ، ومن خلال متابعة الباحثون للدوري العراقي بكرة القدم فقد وجدوا عدم اهتمام المدربين بتنمية المهارات العقلية للاعبين كرة القدم وإغفال معظم المدربين لهذه المهارات ، ومن هنا برزت مشكلة البحث في الكشف عن الفروق في المهارات العقلية بين أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى من أجل الوقوف على أوجه الفصور التي تصاحب هذه المهارات لوضع الحلول المناسبة لها وصولاً للأداء الأمثل بأقصى كفاءة .

٣-١ هدفاً البحث :

٣-١-١ التعرف على المهارات العقلية بمحاورة كافة لاعبي أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى .

٣-١-٢ الكشف عن الفروق في المهارات العقلية بين لاعبي أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى .

١-٤ فرض البحث :

١-٤-١ وجود فروق معنوية في نتائج مقياس المهارات العقلية ومحاورة بين لاعبي أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى ولمصلحة نادي الموصل .

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : لاعبو أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى .

١-٥-١ المجال المكاني : ملاعب جامعة الموصل ونادي المستقبل بكرة القدم .

١-٥-١ المجال الزمني : الفترة من ٣ / ٤ / ٢٠١١ ولغاية ٢٥ / ٩ / ٢٠١١ .

١-٢ الإطار النظري والدراسات السابقة :

١-١-٢ المهارات العقلية في كرة القدم

المهارات العقلية تعد من أهم المواضيع التي لها علاقة بالجانب المهاري في كرة القدم فاللاعب الجيد يجب أن يمتلك المتطلبات الخاصة من حيث الكفاءة البدنية والفنية والعقلية والنفسية وغيرها إذ يتمكن من خلالها أداء الواجبات الملقاة على عاتقه ببذل أقل جهد ممكن وعلى أكمل وجه ، فليس المهم امتلاك اللاعب المهارة المطلوبة ولكن المهم هو تمكن اللاعب من تطبيقها بالشكل الجيد وبالوقت المناسب وبالمكان الصحيح لأن أصول اللعب الحديث في كرة القدم يتطلب من اللاعب أداء مستوى عالٍ ومثالي في أثناء المنافسة الأمر الذي يؤدي إلى تعرض اللاعبين إلى الضغوط النفسية التي تؤثر على مستوى أدائهم خلال المباريات ، وهذا يفرض على المدربين والمتخصصين والأجهزة الفنية ضرورة الاهتمام بتطوير اللاعبين عبر الإعداد النفسي والتدريب العقلي من خلال تدريبهم على اكتساب المهارات العقلية والتي تساعدهم على تحمل حالات الضغوط النفسية التي يتعرضون لها في المنافسات ، وهذا ما أشار إليه (الخيكاني، ٢٠٠٨) بأن الفرق الرياضية تقع تحت تأثير العديد من الضغوط النفسية التي قد تؤثر سلباً على مستواهم الفني خلال المباريات فلهذا كان التأكيد على ضرورة الاهتمام باللاعبين من الناحية النفسية من خلال التدريب على المهارات العقلية وفق برنامج علمي مقنن لتحمل ضغوط المنافسات وتجنبهم مشاعر القلق التي تؤثر على مستواهم وتزيد من دافعتهم حتى يتمكنوا من تحقيق أفضل النتائج (الخيكاني، ٢٠٠٨ ، ١٠٩) ، ويتفق بهذا الخصوص أيضاً (جبر، ٢٠٠٩) الذي يشير إلى " أن التدريب على المهارات العقلية وحل المشكلات النفسية الخاصة باللاعبين هما أساس الإعداد النفسي للاعبين" (جبر، ٢٠٠٩ ، ١) .

والمهارات العقلية قيد البحث هي (التصور العقلي - الإعداد العقلي - الثقة بالنفس - الاسترخاء - الانتباه - الدافعية) .

١-١-١-٢ التصور العقلي

" يوجد عدد من المصطلحات الشائعة عن معنى التصور العقلي تستخدم على نحو مرادف لتصف اللاعب

عقلياً ، ومن ذلك (التصور العقلي Imagery - التصور البصري Visualization - المراجعة العقلية Mental

(Rehearsal) ، وبغض النظر عن المسمى أو المصطلح فإنها تدور حول معنى واحد أساسي مفاده أن اللاعبين يستحضرون في عقولهم أو يتذكرون أحداثاً أو خبرات سابقة أو أن يستحضروا أحداثاً لم يسبق حدوثها من قبل " . (راتب ، ٢٠٠٧ ، ٣١٥) ، والتصوير العقلي "أكثر من مجرد رؤية Visualization فهو خبرة في عيون العقل ، ويشير (الطائي ، ٢٠٠٢) نقلاً عن مارتينز " على أن التصور الصحيح للمهارة الحركية تنتج عنه استجابات عصبية مماثلة للاستجابات العقلية ، إذ تؤدي عملية التصور هذه إلى إرسال إشارات عصبية من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة المطلوبة " (الطائي ، ٢٠٠٢ ، ١٢) ويرى (الضمد ، ٢٠٠٠) أن التصور العقلي يحقق نتائج إيجابية إذا تم لمدة وجيزة من الزمن وذلك لتجنب اللاعب الصعوبات التي يواجهها عند محاولة الاحتفاظ بالتركيز لمدة طويلة ، وقد وجد أن المدة مابين ثلاث إلى خمس دقائق مناسبة لتحقيق الهدف (الضمد ، ٢٠٠٠ ، ٢٠٢) ، ويعرف التصور العقلي بأنه " التفكير بأداء المهارات ذهنياً وإعادة تكرار خطوات أدائها ذهنياً وبسلسلة متعاقبة ويتصور أداء الحركات بنجاح " . (Schmidt , 1991 , 148)

ويتفق كل من (Weinberg , 1988) ، (عنان ، ١٩٩٥) ، (راتب ، ٢٠٠٧) على انه يمكن تقسيم التصور العقلي إلى نوعين أساسيين هما .

١- التصور العقلي الخارجي External Imagery :

وهو استحضار الصورة العقلية لأداء شخص آخر مثل لاعب مميز أو بطل رياضي وكأن اللاعب وهو يستحضر الصورة العقلية يشاهد شريطاً سينمائياً أو تلفزيونياً (الصورة والصوت والانفعال).

٢- التصور العقلي الداخلي Internal Imagery :

وهو استحضار الصورة العقلية لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها ، وفي هذا النوع يستطيع الرياضي انتقاء ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارة (الصورة والصوت - الإحساس بالحركة - الانفعال والتحكم) .

(Weinberg , 1988 , 105) ، (عنان ، ١٩٩٥ ، ٣٤٦) ، (راتب ، ٢٠٠٧ ، ٣١٧-٣١٨)

٢-١-١-٢ الإعداد العقلي (Mental preparation) :

تتجلى أهمية التدريب العقلي في أعداد اللاعب والدخول في المنافسات فهو يتضمن تصور الحركة وتسلسل مهاراتها والمواقف والأهداف وأبعاد المنافسة كلها وما يتعلق بها ، وأن اللاعب يجب أن يمتلك القدرة على تطبيق الخطط وتحليل أداء المنافس وإصدار القرارات وكل هذا يتطلب إمكانية عقلية متطورة للاعب (الطائي ، ٢٠٠٢ ، ٨) ، ويعد الإعداد العقلي جزء من التدريب العقلي وهو أول مرحلة من مراحل إذ يشير كل من (شمعون والجمال ، ١٩٩٦) إلى أن التدريب العقلي يهدف إلى تنمية اللاعب وتطويره للوصول إلى المستويات المطلوبة من خلال المراحل الآتية :

أ- مرحلة الإعداد العقلي: تهدف إلى تعلم الاسترخاء العضلي ، حالات العقل وحالات بديل الوعي (Alter State of Consciousness) والتي تمثل القاعدة الأساس للتحكم في التغيير الإيجابي .

ب- مرحلة التدريب على الطرائق العقلية : وتهدف إلى تعلم النظم البديلة للتحكم الذاتي ، وطرائق التوجيه الذاتي والتكوين الذاتي وطرائق التصور العقلي والتي يكون تأثيرها في ارتباطهما بحالة بديل الوعي .

ج - مرحلة تدريب القوة العضلية : وتهدف إلى دمج المهارات العقلية في المرحلة الأولى والثانية وتطبيقهما في مجالات مختلفة . (شمعون والجمال ، ١٩٩٦ ، ٢٠)

٢-١-١-٣ الثقة بالنفس (self Confidence) :

إن مفهوم الثقة بالنفس مثل غيره من المفاهيم الأخرى ، قد أطلق عليه الكثير من التسميات من بينها (تقدير الذات ، السلوك التوكيدي ، الكفاءة النفسية الاجتماعية) ، ويعتقد بعض الباحثين أن مفهوم الثقة بالنفس جزء من تقدير الذات أحياناً وأحياناً متغير مستقل عن هذا المفهوم (العنزي ، ٢٠٠١ ، ٥٠) ، ويعرف (علاوي) نقلاً عن (فيلي) الثقة بالنفس (self Confidence) على أنها الاعتقاد أو درجة التأكد أو اليقينية بأن الفرد يملك القدرة لكي يكون ناجحاً (علاوي ، ١٩٩٨ ، ٢٨٥) ، ويلاحظ في المجال الممارسة الرياضية أن هناك بعض الرياضيين يكونون غير واثقين من أنفسهم أي يعوزهم الثقة بالنفس (Lack of confidence) بينما هناك بعض الرياضيين يتميزون بدرجة مبالغ فيها من الثقة بالنفس (over confidence) أو الثقة الزائفة (false confidence) ويوجد فريق ثالث من الرياضيين لديهم مقدار من الثقة بالنفس وهذا المستوى المرغوب فيه من الثقة .

(راتب ، ٢٠٠٠ ، ٣٣٧)

٢-١-١-٤ التعامل مع القلق (Dealing with Anxiety) :

يحتل موضوع القلق مركزاً رئيساً في علم النفس بشكل عام وعلم النفس الرياضي بشكل خاص لما له من آثار واضحة ومباشرة في احتلال الوظائف النفسية أو الوظائف الجسمية أو كليهما ، ويعد القلق من أهم المشاكل الحيوية المعاصرة التي يتناولها علم النفس الرياضي ، إذ يمثل أحد الأبعاد الأساسية للخبرات الانفعالية للرياضي وعليه ينظر إلى القلق على أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر في سلوك الإنسان بصورة عامة والرياضي بصورة خاصة (الغريبي ، ٢٠٠٠ ، ١٥) ، وينظر بعض الأفراد إلى أعراض القلق على أنها إيجابية تسهل الأداء أو سلبية تعطل الأداء (Weinberg & Gould ، 1999 ، 85) ، وقد أشار العديد من الباحثين إلى أن القلق يعد بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوى اللاعب النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليه ، كما قد يؤدي القلق إذا زاد عن حده إلى فقدان التوازن النفسي ويذكر هنا (علاوي) إلى أنه لا بد للمدرب من اللجوء إلى خدمات الاختصاصي النفسي الرياضي ليساعده في الوصول إلى الحالة الأفضل من القلق والاستئثار لدى اللاعبين قبل المنافسة والتي تساعدهم على الأداء بأفضل ما لديهم من قدرات (علاوي ، ١٩٩٨ ، ٤٣٣) ، وفي حين يشير (سليمان) إلى أن العديد من المهتمين بالإعداد النفسي للاعبين يقدمون عدد من المقترحات التي يستطيع المدرب أو المرشد الاستفادة منها في توجيه قلق اللاعبين الوجهة التي تؤدي إلى تحسين الأداء وتحقيق نتيجة طيبة وهذه المقترحات هي إجراءات بسيطة يمكن من خلالها توجيه وتدريب اللاعبين للتعامل مع قلقهم وعندما لا تكون هذه الإجراءات فاعلة في التعامل مع القلق يستطيع المدرب أو الاختصاصي النفسي اللجوء إلى أساليب واستراتيجيات أخرى يستطيع من خلالها مساعدة الرياضي لكي يتحكم بالقلق بصورة أكثر فاعلية . (سليمان ، ٢٠٠١ ، ٩٦)

٢-١-١-٥ الانتباه

يعد الانتباه احد الأبعاد الحيوية المؤثرة في الأداء في المجال الرياضي، فالرياضي لا يستطيع الوصول إلى مستويات الأداء العالية إلا عندما يوجه كامل انتباهه إلى عملية أدائه للمهارات دون الأشياء الأخرى ، وأن الأداء

المتميز لا يحدث إلا عندما يركز الرياضي انتباهه على العوامل المرتبطة بالمهارة ، فتشتت الانتباه له تأثيرات سلبية على الأداء ، فعندما يقصد الرياضي انتباهه على المهارة ويكون في حالة نفسية - انفعالية إيجابية سيتمكن من أداء أفضل المستويات التي تسمح بها قدراته البدنية (النقيب ، ١٩٩٠ ، ٢٨١) ، ويعرف الانتباه في المجال الرياضي على أنه " القدرة على التركيز على الرموز المرتبطة في البيئة والاحتفاظ بهذا التركيز طول مدة المنافسة " (شمعون ، ١٩٩٦ ، ٢٥٥) ، ويقسم الانتباه إلى عدة أنواع

١- سعة الانتباه **Width of Attention** :

تعني سعة الانتباه مقدار المثيرات التي يجب أن يتعامل اللاعب معها في وقت معين، وتتضمن سعة الانتباه نوعين:

- الانتباه الواسع **Broad Attention** : يسمح هذا النوع من الانتباه للاعب بإدراك أحداث عديدة في وقت واحد . وهذا النوع يمثل أهمية خاصة للأنشطة الرياضية التي تتطلب اليقظة والحساسية للتغيرات السريعة في البيئة. أي الاستجابة للمثيرات المحددة .

- الانتباه الضيق **Narrow Attention** : يحدث هذا النوع من الانتباه عندما يكون المطلوب من اللاعب الاستجابة لمثير واحد أو اثنين فقط، كما في ضربة الجزاء بكرة القدم، الرمية الحرة بكرة السلة . ٢- اتجاه الانتباه **Direction of Attention**:

يصنف اتجاه الانتباه إلى نوعين على أساس مصدر المنبه أهو من داخل اللاعب نفسه أي الأحاسيس والمشاعر والأفكار أم هو من خارج اللاعب أي البيئة المحيطة به وكما يأتي:

- الانتباه الخارجي **External Attention** : يوجه نحو البيئة الرياضية التي تحدث خارج اللاعب مثل أداة اللعب وتحركات المنافس أو الزملاء في الفريق .

- الانتباه الداخلي **Internal Attention** : يوجه نحو الذات ويسمى بالتركيز الذاتي (**Self-focus**) ويشمل الأفكار والمشاعر والأحاسيس ، ومثال ذلك عندما يحلل المدرب اللعب دون الأداء الفعلي .

(راتب ، ٢٠٠٤ ، ٢٨٨-٢٨٩)

٢-١-١-٦ الاسترخاء

يعد الاسترخاء من المهارات العقلية المهمة ويعرف بأنه" انسحاب مؤقت ومتعمد من النشاط يسمح بإعادة الشحن والإفادة الكاملة من الطاقات البدنية والذهنية والانفعالية " ويتميز الاسترخاء بغياب النشاط والتوتر وهو فترة من السكون وإغفال الحواس ويحدث الاسترخاء والتوتر في درجات من التواصل ومع التدريب يمكن التعرف على أي نقطة في هذا التواصل وتصحيح أي نقطة خاطئة تحول دون ذلك (شمعون ، ١٩٩٦ ، ١٦٩) ، ويؤكد (عثمان ، ٢٠٠١) بان الاسترخاء هو حالة هدوء تنشأ لدى الرياضي عقب إزالة التوتر بعد تجربة انفعالية شديدة أو جهد جسدي شاق ، وقد يكون الاسترخاء غير إرادي عند الذهاب إلى النوم بحيث تتحول كهرباء الدماغ من ألفا في حالة الاستيقاظ إلى دلتا في حالة النوم ، أو إرادي عندما يتخذ المرء وضعا مريحاً ويتصور حالات باعثة على الهدوء عادة أو يرخي العضلات المشاركة في أنواع مختلفة من النشاط ، وقد أثبتت التجارب أن الإثارة المزمنة والقلق والتوتر والغضب يمكن أن تزول بالاسترخاء (عثمان، ٢٠٠١، ١٤٧) ، وينقسم الاسترخاء بشكل عام إلى نوعين:

- الاسترخاء العضلي .

- الاسترخاء العقلي . (شمعون ، ١٩٩٦ ، ١٦٩ - ١٨٢) .

٢-١-١-٧ الدافعية (Motivation) :

الدافعية من الموضوعات الرئيسية في علم النفس كما أنها أساس دراسة الشخصية الإنسانية لأن الإنسان هو الكائن الوحيد الذي يؤدي شعوره دوراً مهماً في حياته (الأزيروجاوي ، ١٩٩١ ، ٤٨) وإن لكل سلوك دافعاً وإن حالة الدافعية المترتبة عن سيطرة الدوافع على تفكير الفرد وأدائه تجعله دائماً في حالة نفسية غير متوازنة ويبقى يعمل ويجتهد بهدف تحقيق الدافع ، لذلك يوصف سلوك الفرد المدفوع بأنه سلوك هادف يكون فيه حيويًا ونشطاً (قطامي ، ٢٠٠٠ ، ٣٩٨) ، وتلعب الدافعية دوراً مهماً وفاعلاً في السلوك الرياضي إذ أنه " كلما زادت الدافعية أدى ذلك إلى زيادة نشاط اللاعب خلال التدريب ولكن إذا زادت شدة الدافعية عن حد معين لا تسمح به حدود الرياضي أدى ذلك إلى تعطيل نشاطه " (فوزي ، ٢٠٠٦ ، ١٦٢) ، وقد أشارت العديد من البحوث والدراسات إلى تعدد اختلاف العوامل التي يمكن أن تدفع الفرد لممارسة الرياضة وينبغي على المدرب التعرف على تلك العوامل حتى يمكن توجيه الفرد لمساعدته على بناء الدافعية نحو الممارسة الرياضي . (علاوي ، ١٩٩٧ ، ٢٣٥)

٢-٢ الدراسات السابقة

٢-٢-١ دراسة مؤيد عبد الرزاق الحسو (٢٠١٠)

المهارات العقلية وعلاقتها بالتفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم

أهداف الدراسة :

١- التعرف على المهارات العقلية والتفكير الخططي لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم.

٢- الكشف عن العلاقة بين المهارات العقلية والتفكير الخططي لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم .

٣- الكشف عن نسب إسهام بعض المهارات العقلية في التفكير الخططي لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم .

إجراءات الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته وعينة البحث ، أما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة عمدية والمتمثلة بلاعبي كرة القدم الذين ينتمون إلى أندية دهوك وبيبرس وكركوك الذين شاركوا في الدوري العراقي الممتاز للموسم الكروي ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩ لفئة المتقدمين والبالغ عددهم (٥٤) ، وقد اعتمد الباحث مقياس المهارات العقلية لـ (مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر جاد ، ٢٠٠٤) ، واستخدم الباحث (الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - قانون النسبة المئوية - معامل الارتباط البسيط - معادلة الانحدار - معادلة سبيرمان برون) كوسائل لجمع البيانات .

وتوصلت الدراسة إلى ما يأتي :

١- يمتلك لاعبو أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم مستويات جيدة في المهارات العقلية والتفكير الخططي.

٢- يوجد تناغم بين المهارات العقلية والتفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم وذلك بدلالة معنوية مصفوفة معامل الارتباط .

٣- أسهمت جميع المهارات العقلية بالتفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم وبنسب عالية ومعنوية .
(الحسو ، ٢٠١٠ ، ١٠٠ - ١٢٢)

٣- إجراءات البحث

٣- ١ منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي وذلك لملائمته وطبيعة البحث .

٣- ٢ عينة البحث : تمثل مجتمع البحث بلاعبي أندية محافظة نينوى المشاركة في الدوري العراقي للموسم الكروي ٢٠١٠ - ٢٠١١ ، أما عينة البحث فقد تم اختيارها بصورة عمدية والمتمثلة في أندية (الموصل و نينوى والمستقبل) والبالغ عددهم (٥٧) لاعباً بعد أن تم استبعاد حراس المرمى وكذلك استبعاد اللاعبين الذين لم يجيبوا على استمارات الاستبيان بشكلها الكامل ، والجدول (١) يبين بعض مواصفات عينة البحث .

الجدول (١)

بعض مواصفات عينة البحث

العمر التدريبي	العمر		عدد اللاعبين	الدرجة	أسم النادي
	ع±	س-			
٤,٦٩٨	٦,٥٦٥	٥,١٢٢	٢٥,١٧٣	٢٢	الموصل
٥,٨٢٥٢٧	٩,٩٤١٢	٥,٩٠٨	٢٨,٨٢٣	١٧	نينوى
١,٤٧٧	٤,٢٢٢	٢,٤٣٦	٣٠,٠٥٥	١٨	المستقبل

٣-٣ وسائل جمع البيانات

٣-٣-١ الاستبيان (مقياس المهارات العقلية) : اعتمد الباحثون مقياس المهارات العقلية المصمم من قبل باحثان في بريطانيا يعملان في اختصاص علم النفس الرياضي في جامعة نورث ويلز ، وقام بترجمة هذا المقياس كل من (باهي وجاد) والذي يتضمن (سبعة محاور) من محاور الجانب العقلي في الأداء الرياضي وبواقع (٤) فقرات لكل محور أي بمجموع (٢٨) فقرة للمقياس ككل ، وهذه المحاور هي (القدرة على التخيل - الإعداد العقلي - الثقة بالنفس - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - القدرة على الاسترخاء - الدافعية) ، ويحتوي هذا المقياس على (١٦) فقرة إيجابية و (١٢) فقرة سلبية ، ويصحح المقياس وفق ميزان تصحيح سداسي التدرج علماً أن بدائل الإجابة سوف تكون بشكل أرقام مسلسل من (١ - ٦) ، وتتم الإجابة من قبل اللاعب على كل فقرة وذلك بوضع دائرة حول الرقم الذي يراه مناسباً والدرجة العليا لكل محور هي (٢٤) درجة والدنيا (٤) درجات ، أي أن الدرجة العليا للمقياس ككل هي (١٦٨) والدرجة الدنيا هي (٢٨) درجة والملحق (١) يوضح ذلك (باهي وجاد ، ٢٠٠٦ ، ٩٩ - ١٠٢) ، ويجب ملاحظة أنه عند إجابة اللاعب على أي فقرة من الفقرات الإيجابية فإنه يمنح درجة الرقم الذي يضع حوله دائرة ، فمثلاً عند إجابة اللاعب على الفقرة الأولى (الإيجابية) ووضع دائرة حول الرقم (٦) فإنه يمنح (٦) درجة ، أما عند إجابة اللاعب على أي فقرة من الفقرات السلبية فإن الدرجة التي تمنح له تكون معاكسة للدرجة التي تمنح له في أثناء إجابته على الفقرات الإيجابية ، فمثلاً عند إجابة اللاعب على الفقرة الثالثة (السلبية) ووضع دائرة حول الرقم (٦)

فإنه يمنح (١) درجة ، وعند إجابة اللاعب على الفقرة التاسعة (السلبية) ووضع دائرة حول الرقم (٥) فإنه يمنح (٢) درجة وهكذا باستثناء المحور الرابع (التعامل مع القلق) ذات الفقرات السلبية ، فإنه عندما يتم التعامل مع كل محور على حدا فإن الدرجة التي تمنح للاعب في أثناء إجابته على أي فقرة من فقرات هذا المحور (التعامل مع القلق) هي نفس الرقم الذي يضع حوله دائرة لأنه كلما كان الوسط الحسابي للعينة في هذا المحور (التعامل مع القلق) قليل كلما كان ذلك أفضل ، فمثلاً عند إجابة اللاعب على الفقرة الثالثة عشر ووضع دائرة حول الرقم (٢) فإنه يمنح (٢) درجة ، وعند إجابة اللاعب على الفقرة الرابعة عشر ووضع دائرة حول الرقم (٦) فإنه يمنح (٦) درجة وهكذا ، أما عندما يتم التعامل مع المقياس بأكمله فإن الدرجة التي تمنح للاعب في أثناء إجابته على أي فقرة من فقرات هذا المحور (التعامل مع القلق) تكون معاكسة للدرجة التي تمنح له عندما يتم التعامل مع كل محور على حدا لأنه كلما كان الوسط الحسابي للعينة في المقياس بأكمله (المهارات العقلية) كبير كلما كان ذلك أفضل ، فمثلاً عند إجابة اللاعب على الفقرة الثالثة عشر ووضع دائرة حول الرقم (٢) فإنه يمنح (٥) درجة ، وعند إجابة اللاعب على الفقرة الرابعة عشر ووضع دائرة حول الرقم (٦) فإنه يمنح (١) درجة وهكذا ، والجدول (٢) يبين فقرات المحاور والفقرات الإيجابية والسلبية لكل محور .

الجدول (٢)

فقرات المحاور وفقراتها الإيجابية والسلبية

ت	المحور	أرقام الفقرات في المقياس	رقم الفقرة الإيجابية	رقم الفقرة السلبية
١	القدرة على التخيل	١ - ٢ - ٣ - ٤	١ - ٢ - ٤	٣
٢	الإعداد العقلي	٥ - ٦ - ٧ - ٨	٥ - ٦ - ٧ - ٨	—
٣	الثقة بالنفس	٩ - ١٠ - ١١ - ١٢	١٠ - ١٢	٩ - ١١
٤	التعامل مع القلق	١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦	—	١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦
٥	القدرة على التركيز	١٧ - ١٨ - ١٩ - ٢٠	—	١٧ - ١٨ - ١٩ - ٢٠
٦	القدرة على الاسترخاء	٢١ - ٢٢ - ٢٣ - ٢٤	٢١ - ٢٣ - ٢٤	٢٢
٧	الدافعية	٢٥ - ٢٦ - ٢٧ - ٢٨	٢٥ - ٢٦ - ٢٧	—
	المجموع	٢٨	١٦	١٢

٣-١-١-١ الأسس العلمية للمقياس :-

من أجل التأكد من مدى صلاحية المقياس يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار الأسس العلمية له (الثبات - الصدق) ، وعلى الرغم من أن المقياس (المهارات العقلية) هو مقياس عالمي مقنن وتم تطبيقه في البيئة العراقية ويتمتع بمعاملات الثبات والصدق إلا أنه يجب التأكد من مدى ملائمة هذا المقياس لعينة البحث ، وقد أشار إلى هذا (السويقي) نقلاً عن علاوي إلى أنه يجب حث الباحثين وتشجيعهم على بذل الجهد لإيجاد الأسس العلمية للاختبارات التي يرغبون في استخدامها على العينات التي يتم تطبيق الاختبارات عليها وعدم الاعتماد على نتائج المعاملات العلمية السابقة للاختبارات لضمان التحديث المستمر للاختبارات وبيان مدى قدرته التفسيرية والتنبؤية في الاستخدامات التطبيقية المختلفة (السويقي ، ١٩٩٩ ، ١٠) .

٣-٣-١-١-١ ثبات المقياس :

يمثل الثبات العامل الثاني بعد الصدق من حيث الأهمية في عملية بناء وتحليل الاختبارات والمقاييس ويشير ثبات الاختبار إلى مدى الدقة أو الإتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار أو المقياس الظاهرة التي وضع لقياسها (حسنين ، ٢٠٠٤ ، ١٤٥) .

ولغرض التأكد من مدى ثبات المقياس تم اعتماد طريقة التجزئة النصفية في حساب تقديرات الاتساق الداخلي للمقياس ، حيث تم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الفقرات الفردية والزوجية في حساب معامل نصف الثبات ومن ثم استخدام معادلة (سبيرمان براون) في حساب معامل الثبات الكلي ، وتم إجراء الثبات على لاعبي نادي العمال الرياضي في محافظة نينوى (درجة ثانية) والبالغ عددهم (٢٤) لاعباً باستثناء حراس المرمى ، وقد بلغت قيمة (ر) المحسوبة (٠,٨٣) وهذه القيمة تدل على أن الاختبار يتمتع بثبات عالٍ ، والجدول (٣) يبين ثبات الاختبار وذلك من خلال بيان الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات الفردية والزوجية وقيمة معامل ارتباط نصف الاختبار (بيرسون) وقيمة معامل الارتباط الكلي (سبيرمان براون)

الجدول (٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات الفردية والزوجية وقيمة معامل ارتباط نصف الاختبار (بيرسون)
وقيمة معامل الارتباط الكلي (سبيرمان براون)

المقياس	الفقرات الفردية		الفقرات الزوجية		قيمة (ر) لنصف الارتباط	قيمة (ر) للارتباط الكلي
	س-	ع±	س-	ع±		
المهارات العقلية	١٠٥,٩٢	١٢,١٣	١٠٤,٧٧	١٣,٦٦	٠,٧١	٠,٨٣

٣-٣-١-١-٢ صدق المقياس :

يشير مفهوم الصدق إلى جودت المقياس كأداة لقياس ما وضع أصلاً لقياسه (القمش وآخرون ، ٢٠٠٠ ، ١٣٢) ، واستخدم الباحثون الصدق المنطقي (صدق المحتوى أو المضمون) للتأكد من صدق المقياس ، إذ تم عرض المقياس الذي تم توضيحه في الملحق (١) على مجموعة من ذوي الاختصاص الموضحة أسمائهم في الملحق (٢) لبيان رأيهم في مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس ، وقد أظهرت استمارات الاستبيان بعد جمعها وفرزها موافقة جميع المختصين على فقرات المقياس ولكن بنسب متفاوتة تختلف من فقرة إلى أخرى ، علماً أن أقل نسبة اتفاق حصلت عليها بعض الفقرات هي (٨٨,٨٨ %) أي بموافقة (٨) مختصين من أصل (٩) مختصين ، وهذه النسبة تتيح للباحثين اعتماد هذه الفقرات ضمن فقرات المقياس ، إذ أن أقل نسبة اتفاق يمكن اعتمادها لقبول الفقرة ضمن فقرات المقياس هي (٧٥ %) (بلوم وآخرون ، ١٩٨٣ ، ١٢٦) .

٣-٣-٢ فترة تطبيق المقياس

بعد التأكد من ثبات المقياس وصدقه تم تطبيقه على عينة البحث والبالغ عددها (٥٧) لاعباً في الفترة الزمنية من ١٠ / ٥ / ٢٠١١ ولغاية ٣٠ / ٥ / ٢٠١١ ، وذلك بعد أن تم توضيح التعليمات لهم والتي تتعلق بكيفية الإجابة على فقرات المقياس.

٣-٣ الوسائل الإحصائية

تم استخراج الوسائل الإحصائية اعتماداً على البرنامج الإحصائي (Spss) باستخدام الحاسبة الالكترونية وهي (النسبة المئوية- الوسط الحسابي- الانحراف المعياري- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)- معادلة سبيرمان برون- اختبار تحليل التباين(F)- اختبار قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D))

٤ - عرض وتحليل نتائج البحث ومناقشتها

٤-١ عرض وتحليل مقياس المهارات العقلية ومحاورها لأندية محافظة نينوى (الموصل - نينوى - المستقبل)

الجدول (٤)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس المهارات العقلية ومحاورها لأندية محافظة نينوى (الموصل - نينوى - المستقبل)

نادي المستقبل		نادي نينوى		نادي الموصل		المهارات العقلية
ع±	س-	ع±	س-	ع±	س-	
٣,١٤	١٤,٥	٣,٠٣	١٦,٢٩	٢,٤٢	١٦,١٨	القدرة على التخيل
٣,٠١	١٤,٤٤	٤,١٥	١٦,٤١	٣,٣٠	١٧,٦٨	الإعداد العقلي
٣,٣٩	١٥,٥	٥,٣٣	١٦,٤١	٢,٩٨	١٨,٣١	الثقة بالنفس
١,٨٥	١٢,٥	٣,٨٠	١٤,٥٢	٤,٢٧	١٠,٠٩	التعامل مع القلق
٢,٧٧	١٥,٩٤	٤,٤٤	١٤	٣,٤٦	١٨,٤٥	القدرة على التركيز
٣,١٥	١٥,٠٥	٥,٠١	١٦,٨٨	٤,٤٠	١٧,٤٥	القدرة على الاسترخاء
٣,٤٢	١٣,٢٧	٥,٢٨	١٧,٨٢	٥,٠٧	١٧,٩٠	الدافعية
١٢,٠٦	١٠٤,٢٢	٢١,٨١	١١١,٢٩	١٤,٩١	١٢٣,٩٠	المقياس ككل

من الجدول (٤) والخاص بمقياس المهارات العقلية ومحاورها لأندية محافظة نينوى (الموصل - نينوى - المستقبل) يتبين يأتي :

١- أن قيم الأوساط الحسابية التي حققتها الأندية الثلاثة في كافة محاور المقياس انحصرت ما بين أعلى قيمة والبالغة (١٨,٤٥ درجة) وبانحراف معياري ($3,46 \pm$) والمتمثلة في محور (القدرة على التركيز) والتي حققها نادي الموصل (نخبه) وما بين أدنى قيمة والبالغة (١٠,٠٩ درجة) وبانحراف معياري ($4,27 \pm$) والمتمثلة في محور (التعامل مع القلق) والتي حققها نادي الموصل (نخبه) أيضاً .

٢- أن أعلى قيمة للوسط الحسابي في (المقياس ككل) حققها نادي الموصل (نخبة) بمقدار (١٢٣,٩ درجة) وبانحراف معياري ($14,91 \pm$) ، بينما نجد أن أدنى قيمة للوسط الحسابي في (المقياس ككل) حققها نادي المستقبل (أولى) بمقدار (١٠٤,٢٢ درجة) وبانحراف معياري ($12,06 \pm$) .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج فروق مقياس المهارات العقلية ومحاورها بين أندية محافظة نينوى (الموصل - نينوى - المستقبل)

الجدول (٥)

الوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين (F) بين أندية الموصل ونينوى والمستقبل في مقياس المهارات العقلية ومحاورها

المهارات العقلية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	نسبة الخطأ	النتيجة
القدرة على التصور	بين	٣٧,٠١٤	٢	١٨,٥٠٧	٢,٢٧٥	٠,١١	عدم وجود فرقة معنوية
	داخل	٤٣٩,٣٠٢	٥٤	٨,١٣٥			
الإعداد العقلي	بين	١٠٤,١٧٤	٢	٥٢,٠٨٧	٤,٢٦٦	٠,٠١	وجود فروق معنوية
	داخل	٦٥٩,٣٣٥	٥٤	١٢,٢١٠			
الثقة بالنفس	بين	٨٣,٤٨٧	٢	٤١,٧٤٣	٢,٦٨٥	٠,٠٧	عدم وجود فرقة معنوية
	داخل	٨٣٩,٣٩٠	٥٤	١٥,٥٤٤			
التعامل مع القلق	بين	١٩١,٦٩٢	٢	٩٥,٨٤٦	٧,٦٧٣	٠,٠٠١	وجود فروق معنوية
	داخل	٦٧٤,٥٥٣	٥٤	١٢,٤٩٢			
القدرة على التركيز	بين	١٩٤,٢٦٨	٢	٩٧,١٣٤	٧,٥١٠	٠,٠٠١	وجود فروق معنوية
	داخل	٦٩٨,٣٩٩	٥٤	١٢,٩٣٣			
القدرة على الاسترخاء	بين	٦٠,٠٤٧	٢	٣٠,٠٢٣	١,٦٥٧	٠,٢٠	عدم وجود فرقة معنوية
	داخل	٩٧٨,١٦٤	٥٤	١٨,١١٤			
الدافعية	بين	٢٥٩,٩٩٥	٢	١٢٩,٩٩٧	٥,٩٠٩	٠,٠٠٥	وجود فروق معنوية
	داخل	١١٨٧,٩٠٠	٥٤	٢١,٩٩٨			
المقياس ككل	بين	٤٠٠,٥,٢٦١	٢	٢٠٠,٢,٦٣٠			وجود فروق

معنوية		٢٧٣,٣٤٢	٥٤	١٤٧٦٠,٤٥٩	داخل
--------	--	---------	----	-----------	------

من الجدول (٥) والخاص بالوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين (F) بين أندية الموصل ونيوى والمستقبل في مقياس المهارات العقلية ومحاورها يتبين ما يأتي :

١. وجود فروق معنوية في المحور الثاني (الإعداد العقلي) بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (F) المحسوبة والبالغ قيمتها (٤,٢٦٦) أكبر من (F) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠١) وأمام درجة حرية (٢ و ٥٤) .

وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحثون إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المحور للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{MSE \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} + \frac{1}{n_3} \right)}$$

ت (الجدولية) = ١,٦٧ (من طرف) عند ن
MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = ٨,١٣٥
ن_١ = ٢٢ = ٢٢ ن_٢ = ١٧ = ١٧ ن_٣ = ١٨ = ٣
LSD = ١,٩

والجدول (٦) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في محور الإعداد العقلي
الجدول (٦)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمحور الثاني (الإعداد العقلي)

LSD	المستقبل	نيوى	الموصل	س-	النادي
١,٩	* ٣,٢٤	١,٢٧		١٧,٦٨	الموصل
	* ١,٩٧		١,٢٧ -	١٦,٤١	نيوى
		* ١,٩٧-	* ٣,٢٤ -	١٤,٤٤	المستقبل

من الجدول (٦) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في محور (الإعداد العقلي) يتبين أن هنالك فروقاً معنوية بين نادي الموصل ونادي المستقبل ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين نادي نيوى ونادي المستقبل ولمصلحة نادي نيوى وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغة قيمتها (٣,٢٤) (١,٩٧) أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (١,٩) ، وقد يعزو الباحثون سبب ذلك إلى أن العمر التدريبي للاعبين نادي الموصل (درجة نخبة) ونيوى (درجة ممتازة) بكرة القدم أكبر من العمر التدريبي للاعبين نادي

المستقبل (درجة أولى) بكرة القدم، فزيادة العمر التدريبي للاعب كرة القدم يعني أن اللاعبين قد قضوا سنوات طويلة في التدريب وهذا يؤدي بلا شك إلى تنمية القدرات العقلية للاعبين ومن هذه القدرات مهارة الإعداد العقلي، وهذا ما يؤكد (حسو) في دراسته حول المهارات العقلية وفيما يخص "الإعداد العقلي فقد توصل إلى أن الإعداد العقلي يلعب دوراً إيجابياً وبدرجة كبيرة في التفكير الخططي، وقد أعزى سبب ذلك إلى أن عينة البحث هم لاعبي الدرجة الممتازة أي من اللاعبين الذين لهم سنوات ممارسة طويلة بهذه اللعبة بحيث أكسبتهم سنوات التدريب المستمر في هذه الأندية الخبرة التي بلا شك سوف تعمل على تطوير قدراتهم العقلية" (حسو، ٢٠١٠، ١١٤) ومن ثم سوف ينعكس ذلك حسن أدائهم داخل الملعب.

٢- وجود فروق معنوية في المحور الرابع (التعامل مع القلق) بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (F) المحسوبة وبالبالغ قيمتها (٧,٦٧٣) أكبر من (F) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٠١) وأمام درجة حرية (٢ و ٥٤).
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المحور للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية.

$$LSD = t \times \sqrt{MSE \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} + \frac{1}{n_3} \right)}$$

t (الجدولية) = ١,٦٧ (من طرف) عند نسبة خطأ ٠,٠٥ وإمام درجة حرية ٥٤ (عدد العينة - عدد المجاميع)
MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = ١٢,٤٩٢
n = ٢٢ = ١ ن ١٧ = ٢ ن ١٨ = ٣ ن
LSD = ٢,٣٥٩

والجدول (٧) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في محور التعامل مع القلق
الجدول (٧)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمحور الثاني (التعامل مع القلق)

LSD	المستقبل	نينوى	الموصل	س-	النادي
٢,٣٥٩	* ٢,٤١ -	* ٤,٤٣ -		١٠,٠٩	الموصل
	٢,٠٢		* ٤,٤٣	١٤,٥٢	نينوى
		٢,٠٢ -	* ٢,٤١	١٢,٥	المستقبل

من الجدول (٧) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في محور (التعامل مع القلق) يتبين أن هنالك فروقاً معنوية بين نادي الموصل و نادي نينوى ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين نادي الموصل و نادي المستقبل ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغة قيمها (

من الجدول (٨) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في محور (القدرة على التركيز) يتبين أن هنالك فروقاً معنوية بين نادي الموصل ونادي نينوى ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين نادي الموصل ونادي المستقبل ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغة قيمها (٤,٤٥) (٢,٥١) أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (٢,٤) ، ويمكن أعزاء سبب ذلك إلى أن لاعبي نادي الموصل بكرة القدم يخوضون كافة مبارياتهم في دوري النخبة والذي يتميز بارتفاع مستوى الأداء وسرعته وكثرة الحالات المتغيرة في داخل أرض الملعب وهذا يتطلب من اللاعبين القدرة على تركيز الانتباه بشكل أكبر لأجل التعامل مع قوة الأداء التنافسي وسرعته للفرق المتنافسة حيث " تستدعي المواقف المتغيرة في مباراة كرة القدم سرعة تفكير اللاعب لاتخاذ القرارات الواجبة ، وتتوقف صحة هذه القرارات على خبرات اللاعب السابقة وشدة تركيزه وانتباهه على ما يحدث في الملعب " (مختار ، ١٩٧٧، ٣١٦) ، يؤكد (طليل) بأن لعبة كرة القدم يوجد فيها العديد من المواقف والحالات المتغيرة أثناء اللعب مما يتطلب من اللاعب تركيز انتباهه لملاحظة الموقف ثم إدراك المواقف للاعبين زملائه واللاعبين المنافسين (طليل ، ٢٠٠٥، ١٣)

٤- وجود فروق معنوية في المحور السابع (الدافعية) بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (F) المحسوبة والبالغ قيمتها (٥,٩٠٩) أكبر من (F) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٠٥) وأمام درجة حرية (٢ و ٥٤) .
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المحور للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{MSE \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} + \frac{1}{n_3} \right)}$$

ت (الجدولية) = ١,٦٧ (من طرف) عند نسبة خطأ ٠,٠٥ وأمام درجة حرية ٥٤ (عدد العينة - عدد المجموع)
MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = ٢١,٩٩٨
ن ٢٢ = ١
ن ١٧ = ٢
ن ١٨ = ٣
LSD = ٢,٤

والجدول (٩) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في محور الدافعية

الجدول (٩)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمحور السابع
(الدافعية)

النادي	س-	الموصل	نينوى	المستقبل	LSD
الموصل	١٧,٩		٠,٠٨	* ٤,٦٣	٣,١٣١
نينوى	١٧,٨٢	٠,٠٨ -		* ٤,٥٥	
المستقبل	١٣,٢٧	* ٤,٦٣ -	* ٤,٥٥ -		

من الجدول (٩) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في محور (الدافعية) يتبين أن هنالك فروقاً معنوية بين نادي الموصل و نادي المستقبل ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين نادي نينوى و نادي المستقبل ولمصلحة نادي نينوى وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغة قيمتها (٤,٦٣) أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (٣,١٣١) ، وقد يعزو الباحثون سبب ذلك إلى أن طبيعة اللعب في دوري النخبة والممتازة يختلف عما هو عليه في دوري الدرجة الأولى ، إذ أننا نجد أن لاعبي دوري النخبة والممتازة لديهم حماس أكبر في بذل أقصى ما لديهم من جهد لأنهم على علم سوف يكونوا تحت أنظار مدربي الفرق العريقة لاستقطابهم وتمثيلهم في المواسم المقبلة وربما تمثيلهم للمنتخبات الوطنية في المحافل الدولية ، هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن تمثيلهم لأحد الأندية العريقة سوف يكون بموجب عقد مغري مما يحسن من حالتهم المعاشية ، لذلك نجد أن الدافعية لدى أندية النخبة والممتازة أكبر مما هو عليه لدى أندية الدرجة الأولى .

٥- وجود فروق معنوية في (المقياس ككل) بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (F) المحسوبة والبالغ قيمتها (٧,٣٢٦) أكبر من (F) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٠٢) وأمام درجة حرية (٢ و ٥٤) .
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المحور للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{MSE \times \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} + \frac{1}{n_3} \right)}$$

ت (الجدولية) = ١,٦٧ (من طرف) عند نسبة خطأ ٠,٠٥ وأمام درجة حرية ٥٤ (عدد العينة - عدد المجاميع)
MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = ٢٧٣,٣٤٢
ن ٢٢ = ١ ن ١٧ = ٢ ن ١٨ = ٣

$$LSD = 11,038$$

والجدول (١٠) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في المقياس ككل

الجدول (١٠)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في (المقياس ككل)

النادي	س-	الموصل	نينوى	المستقبل	LSD
الموصل	١٢٣,٩		* ١٢,٦١	* ١٩,٦٨	١١,٠٣٨
نينوى	١١١,٢٩	* ١٢,٦١ -		٧,٠٧	
المستقبل	١٠٤,٢٢	* ١٩,٦٨ -	٧,٠٧ -		

من الجدول (١٠) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في (المقياس ككل) يتبين أن هنالك فروقاً معنوية بين نادي الموصل ونادي المستقبل ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين نادي الموصل ونادي نينوى ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغة قيمها (١٢,٦١) (١٩,٦٨) أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (١١,٠٣٨) ، ويعزو الباحثون إلى أن لاعبي نادي الموصل تفوقوا في معظم المهارات العقلية قيد البحث على أقرانهم اللاعبين في ناديي نينوى والمستقبل وبالتالي فإن المهارات العقلية وكما هو معروف لدينا تعد مترابطة فيما بينها وتكمل الواحدة الأخرى ، وهذا ما أكدته (Bush,1995) حينما عرفها بأنها عبارة عن عملية تنظيم سلسلة تكيف العمليات المعرفية وتطويرها من خلال التدريب عليها بهدف الحصول على النتائج المثلى للأداء (Bush ، 1995،6) ، ويضيف (شمعون وإسماعيل ، ٢٠٠١) إلى أن هنالك علاقة متداخلة بين المهارات العقلية ، إذ إن تطوير إحدى هذه المهارات يساعد في تطوير المهارات العقلية الأخرى (شمعون وإسماعيل ، ٢٠٠١ ، ٩٥) .

٥- عدم وجود فروق معنوية في المهارات (القدرة على التصور - الثقة بالنفس - القدرة على الاسترخاء) بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (F) المحسوبة لهذه المهارات والبالغ قيمها على التوالي (٢,٢٧٥ ، ٢,٦٨٥ ، ١,٦٥٧) أصغر من (F) الجدولية عند نسب خطأ على التوالي (٠,١١ ، ٠,٠٧ ، ٠,٢٠) وأمام درجة حرية (٢ و ٥٤) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها استنتج الباحثون ما يأتي

١- أن المهارات العقلية (الإعداد العقلي - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - الدافعية - المقياس ككل) حققت فروق معنوية بين أندية النخبة (الموصل) والممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) بكرة القدم في محافظة نينوى .

- ٢- تفوق أندية النخبة (الموصل) على أندية الدرجة الممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) في عدد من المهارات العقلية وهي (الإعداد العقلي - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - الدافعية - المقياس ككل) .
- ٣- تفوق أندية الدرجة الممتازة (نينوى) على أندية الدرجة الأولى (المستقبل) في مهارتي الإعداد العقلي والدافعية .
- ٥-٢ التوصيات :

- ١- حث مدربي كرة القدم على الاهتمام بشكل أكبر في تنمية المهارات العقلية لدى لاعبي كرة القدم .
- ٢- ضرورة تركيز مدربي أندية الدرجة الممتازة (نينوى) والأولى (المستقبل) على تطوير المهارات العقلية (الإعداد العقلي - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز - الدافعية) بشكل أكبر .
- ٣- إجراء بحوث مماثلة في ألعاب رياضية أخرى ولفئات عمرية مختلفة .

قائمة المصادر

- ١- الأزيجاوي ، فاضل محسن (١٩٩١) : أسس علم النفس التربوي ، دار الكتب للطباعة النشر ، جامعة الموصل .
- ٢- إسماعيل ، ماجدة محمد (١٩٨٧) : القلق لدى الناشئين في رياضة الجيمباز وعلاقته بتغيرات مستوى الأداء والجنس والمرحلة السنية ، بحوث المؤتمر الأول التربية الرياضية والبطولة ، المجلد الثالث ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- ٣- باهي ، مصطفى وجاد ، سمير (٢٠٠٦) : سيكولوجية الأداء الرياضي (نظريات - تحليلات - تطبيقات) ، ط١ ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر .
- ٤- بلوم ، بنيامين وآخرون (١٩٨٣) : تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون ، مطابع المكتب المصري الحديث ، القاهرة .
- ٥- جبر ، وليد احمد (٢٠٠٩) : الرعاية النفسية للرياضيين .
- nsc.gov.eg / files / Sports - Medicine/Educational - brochures / 3.pdf .
- ٦- حسنين ، محمد صبحي (٢٠٠٤) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط٦ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٧- الحسو ، مؤيد عبد الرزاق (٢٠١٠) : المهارات العقلية وعلاقتها بالتفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم ، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية ، المجلد ١٦ ، العدد ٥٤ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- ٨- الخيكاني ، عامر سعيد جاسم (٢٠٠٨) : سيكولوجية كرة القدم ، ط١ ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف ، العراق .
- ٩- راتب ، أسامة كامل (٢٠٠٠) : علم النفس الرياضية المفاهيم والتطبيقات ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ١٠- راتب ، أسامة كامل (٢٠٠٤) : تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ١١- راتب ، أسامة كامل (٢٠٠٧) : علم النفس الرياضي - المفاهيم والتطبيقات ، ط٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٢- سليمان ، سليمان عباس (٢٠٠١) : اثر برنامج إرشاد نفسي لخفض قلق الرياضيين قبل المباريات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد .
- ١٣- السويقي ، أحمد مصطفى (١٩٩٩) : الفروق بين لاعبي كرة الماء العرب في قلق المنافسة الرياضية ، وقائع المؤتمر العلمي ووقائع الرياضة العربي وطموحاتها المستقبلية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإمارات العربية المتحدة .
- ١٤- شمعون ، محمد العربي (١٩٩٦) : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ١٥- شمعون ، محمد العربي وإسماعيل ، ماجدة محمد (٢٠٠١) : اللاعب والتدريب العقلي ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب والنشر .
- ١٦- شمعون ، محمد العربي والجمال ، عبد النبي (١٩٩٦) : التدريب العقلي في التنس ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ١٧- الضمد ، عبد الستار (٢٠٠٠) : فسيولوجيا العمليات العقلية ، ط١ ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن .

- ١٨- الطائي ، مازن هادي كزار (٢٠٠٢) : أثر التدريب العقلي والبدني المهاري في دقة وسرعة الاستجابة الحركية للاعبين الريشة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل .
- ١٩- طويل ، علي حسين محمد احمد (٢٠٠٥) : بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
- ٢٠- عثمان ، فاروق السيد (٢٠٠١) : القلق وإدارة الضغوط النفسية ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٢١- علاوي ، محمد حسن (١٩٩٧) : علم النفس المدرب والتدريب الرياضي ، دار المعارف، القاهرة.
- ٢٢- علاوي ، محمد حسن (١٩٩٨) : مدخل في علم النفس الرياضي ، ط١ ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، القاهرة ، مصر .
- ٢٣- عنان ، محمود عبد الفتاح (١٩٩٥) : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة النظرية والتطبيق والتجريب ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ٢٤- العنزي ، فريح عويد (٢٠٠١) : المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخل ، دراسة ارتباطية عاملية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد ٢٩ ، العدد ٣ .
- ٢٥- الغريبي ، مؤيد عبد الرزاق (٢٠٠٠) : قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بعدد من المتغيرات الوظيفية لدى لاعبي كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
- ٢٦- فوزي ، احمد أمين (٢٠٠٦) : مبادئ علم النفس الرياضي - المفاهيم - التطبيقات ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٢٧- قطامي ، يوسف (٢٠٠٠) : أثر كل من متغير الجنس والصف والتحصيل الدراسي في دافعية التعلم لدى طلبة منطقة الأغوار الوسطى في الأردن ، دراسات ، المجلد ٢٧ ، العدد (٢) ، الأردن .
- ٢٨- القمش ، مصطفى وأخيران (٢٠٠٠) : القياس والتقييم في التربية الخاصة ، ط١ ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- ٢٩- مختار، حنفي محمود (١٩٧٧) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ٣٠- النقيب ، يحيى كاظم (١٩٩٠) : علم النفس الرياضي ، معهد إعداد القادة ، مطابع الأيوبي، الرياض ، السعودية .
- ٣١- الوتار ، ناظم شاكر يوسف (٢٠٠٠) : محاضرات للدراسات العليا لطلبة الدكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- 32- Bush, Natalie Durand(1995):Validity and Reliability of the Ottawa mental skills assessment tool (OMSAT), master theses unpublished, school of Human Kinetics. university of Ottawa.
- 33- Schmidt, A. Richard (1991): Motor control and learning Human kinetics publisher, U.S.A
- 34- Weinberg , R (1988) : The Mental Advantage, Developing your Psychological skills in Tennis, North .
- 35- Weinberg ,Robert S. and Gould Danical (1999) : Foundations of Sport and Exercise, 2nd ed, Human Kinetics .

الملحق (١)

مقياس المهارات العقلية

ت	الفقرات	بدائل الإجابة					
		١	٢	٣	٤	٥	٦
١	أستطيع أن أتدرب على رياضتي في عقلي						
٢	أتمرن على المهارة في ذهني قبل أن أستخدمها						
٣	من الصعب أن أكون صورة عقلية						
٤	أجد من السهل التخيل بالشعور بالحركة						

٥	أحدد بنفسي دائماً أهدافي من التدريب
٦	أهدافي دوماً محددة جداً
٧	دائماً أحدد بنفسي أهدافي بعد أن أنتهي من المنافسة
٨	عادة أحدد الأهداف التي أنجزها
٩	أعاني من فقدان الثقة بشأن أدائي
١٠	أدخل كافة المباريات بفكر واثق
١١	تتلاشى ثقتي بالتدريج كلما اقترب موعد المباراة
١٢	طول فترة المنافسة أحافظ على موقف إيجابي
١٣	كثيراً ما أعاني من الخوف من الخسارة
١٤	أقلق مما قد أحقه بنفسي من هزيمة في المباريات
١٥	أترك العنان لأخطائي لتثير القلق عند قيامي بالأداء
١٦	أفرط بالقلق بشأن التنافس
١٧	لا أستطيع التركيز على أفكاري أثناء المنافسات
١٨	يتخلى عني تفكيري أثناء المنافسات
١٩	الضجيج الغير متوقع يضر بأدائي
٢٠	تشتيت ذهني بسهولة يعد مشكلة بالنسبة لي
٢١	أستطيع أن أقوم بنفسي بالاسترخاء قبل المباراة
٢٢	أكون متوتراً للغاية قبل المباراة
٢٣	قدرتي على الهدوء هي إحدى نقاط قوتي
٢٤	أعرف كيف أسترخي في المواقف الصعبة
٢٥	في المنافسات عادة أعد نفس بما يكفي للتنافس الجيد
٢٦	أنا أستمتع فعلاً في المباريات الصعبة
٢٧	أنا قادر على تحفيز نفسي
٢٨	عادة أشعر بأني أبذل أقصى طاقتي

الملحق (٢)

أسماء المختصين الذين تم عليهم عرض استبيان المهارات العقلية لإبداء رأيهم في مدى ملائمة كل فقرة من فقرات المقياس

ت	أسم المختص	الاختصاص	مكان العمل
١	أ.د. محمد خضر أسمر	تعلم حركي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل

٢	أ.د. ناظم شاكر الوتار	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
٣	أ.د. معتز يونس ذنون	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
٤	أ.م.د. مؤيد عبد الرزاق	علم النفس / كرة سلة	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
٥	أ.م.د. نغم محمود محمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
٦	أ.م.د. نوفل فاضل رشيد	تعلم حركي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
٧	م.د. رافع إدريس	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
٨	أ.م. حازم جاسم الدوسري	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة البصرة
٩	م. وليد ذنون يونس	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل

A Comparative Study of the Mental Skills of Elite , Premier and First Division Soccer Players in Nineveh

Assist Proof .Dr. Ma'an A.Jassim

Lecture.Dr.Nashat.B.Ibrahim

Assist Lecture. Mohammed R. Najim

ABSTRACT

The study aims at :

- 1- Discovering the mental skills of elite soccer players (Mosul Club) , premier players (Nineveh Club) and first division players (Al-Mustaqbal Club) .
- 2- Finding and the mental skills difference among the elite soccer players(Mosul Club) , premier players (Nineveh Club) and first division players (Al-Mustaqbal Club) .

The study is conducted on a sample of (57) soccer players in Mosul , Nineveh , Al-Mustaqbal Clubs . The data are collected using mental skills scale .

The researchers conclude the following :

- 1- The elite soccer players (Mosul Club) are superior to premier players (Nineveh Club) and first division players (Al-Mustaqbal Club) in a number of mental skills (mental preparation , dealing with anxiety , concentration , motivation and the assessment as a whole) .
- 2- The premier players are superior to first division players in mental preparation and motivation .

The researchers recommend the following :

- 1- Soccer coaches are recommended to pay more attention to mental skills.
- 2- Coaches of premier and first division clubs are recommended to pay particular attention to specific mental skills(mental preparation , dealing with anxiety , concentration and motivation) .