

التوافق الحركي وعلاقته ببعض المهارات النفسية والهجومية برياضة المبارزة

أ.د. بسام عباس محمد / Dr.BAM971@yahoo.com

أ.د. عبدالهادي حميد مهدي / had_1964@yahoo.com

العراق. جامعة بغداد. كلية التربية الرياضية

الملخص

تبرز أهمية التوافق الحركي لدى لاعب المبارزة عند ادائه اثناء المنافسات والتدريب لحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد لأداء حركات من انواع مختلفة في ان واحد كحركة الطعن والسهم او الدفاع بعد تفهقر لأجل كسب لمسة قانونية على مدى زمن المباراة الواحدة او جميعها ضمن التصنيفات الاولى او بالأدوار اللاحقة (دور الاستبعاد المباشر) والأمر الذي يؤدي الى ضغط نفسي كبير على المبارزين علما تعد (المهارات النفسية) من العوامل المؤثرة في مستوى اداء المبارزين ولها دور كبير في تحسين وتطوير الاداء ووجود نقص أو الخلل في الحالة النفسية له تأثير مباشر على قدرته وادائه بشكل خاص وعلى الفريق ككل. وافترض الباحثان بان للتوافق الحركي علاقة ذات دلالة إحصائية ببعض المهارات النفسية والهجومية لدى لاعبي المنتخب الوطني بالمبارزة بالأسلحة الثلاث. واستنتج الباحثان بان هناك علاقة ارتباط معنوية بين التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية (القدرة على التصور, القدرة على تركيز الانتباه, الثقة بالنفس, دافعية الانجاز الرياضي) والهجومية (سرعة انتقال على الملعب, السرعة الحركية للذراع المسلحة) لكن لم تظهر العلاقة المعنوية بين التوافق الحركي والقدرة على الاسترخاء, القدرة على مواجهة القلق والدقة .

الكلمات المفتاحية: التوافق الحركي ، المهارات النفسية ، المبارزة

1- المقدمة

إن الوصول بالمبارز الى أفضل مستوى في الأداء يكمن بتهيئته وإعداده الجيد للمنافسات الفردية والفرقية التي سيشترك بها في المحافل الدولية وذلك من خلال الاهتمام بالمنهج التدريبي المعد مسبقاً من قبل لجنة المدربين والذي يشمل الإعداد البدني والمهاري والفني (تكتيك + تكتيك) فضلاً عن الإعداد النفسي والذي لا تقل أهميته في وصول المبارز لأفضل مستوى له قبل وفي أثناء المنافسة الرياضية , وهنا مجال علم النفس الرياضي هو احد المجالات المهمة في النشاط الرياضي من خلال الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم ومنها دراسة الشخصية الرياضية تلتها دراسات في بعض الظواهر النفسية (كالقلق والخوف والاستثارة الانفعالية) وعلاقتها بالإنجاز الرياضي، وقد اشارت نتائج هذه الدراسات الى ان العامل النفسي يؤثر في بعض الاحيان سلباً في الانجاز الرياضي ويؤثر في احيان أخرى ايجاباً .

وتعد رياضة المبارزة من الفعاليات الرياضية التي يبذل فيها اللاعب مجهوداً بدنياً كبيراً جداً على مدى زمن المباراة الواحدة او جميعها ضمن التصنيفات الاولى او بالأدوار اللاحقة وهي دور الاستبعاد المباشر والأمر الذي يؤدي الى ضغط نفسي كبير على المبارزين . اذا ان العامل النفسي له دور كبير على تقدم وتطور مستوى المبارز والاستقرار على الاداء و ذلك من خلال اعداده نفسياً للمنافسات. وتعد (المهارات النفسية) من العوامل المؤثرة في مستوى اداء المبارزين ولها دور كبير في تحسين وتطور الاداء ووجود نقص أو الخلل في الحالة النفسية له تأثير مباشر على قدرته وادائه بشكل خاص وعلى الفريق ككل، ولهذا يجب الاهتمام بالجانب النفسي من خلال اعداد مناهج و برامج نفسية .ومن هنا تبرز أهمية البحث بمعرفة مستوى كل من (التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية والهجومية) لمبارزي المنتخب الوطني العراقي بالأسلحة الثلاث . يتعرض المبارزون للكثير من العوامل النفسية اثناء المنافسات الفردية والفرقية وفي جميع الاسلحة الثلاث ولكن تختلف من مباراة الى اخرى وحسب اهمية تلك المباراة، وتؤكد الدراسات النفسية أهمية الجانب النفسي للفرد أيأ كان موقعه في الأسرة ، أو المدرسة أو العمل أو في أثناء ممارسة النشاط في أوقات الفراغ ، وتناولت العديد من هذه الدراسات الجانب النفسي للفرد الرياضي باعتبار أن مستقبل تطوير الأداء الرياضي للاعب و الوصول به للتفوق يعتمد علي زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية لديه ، حيث أصبح علم النفس الرياضي أساس في تحليل الكثير من المشكلات والمتغيرات النفسية التي يتعرض لها اللاعب، ويعد القدرة على (التصور - الاسترخاء - مواجهة القلق - الثقة بالنفس - دافعية الانجاز - تركيز الانتباه) إحدى هذه المتغيرات النفسية ذات التأثير الهام فيما يصدر عن الرياضيين من إنجاز ، وقد يكون الهدف الأساسي لاستمرارية الرياضي في ممارسة نشاطه .

2- اجراءات البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية.

2-1 عينة البحث :

تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية للاعبين المنتخب الوطني العراقي للمبارزة بالأسلحة الثلاث (FOIL - EPEE - SABER) والبالغ عددهم (12) لاعبا وقد مثل اربعة لاعبين من كل سلاح لان العينة هي جزء من مجتمع البحث الأصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة وبطريقة تمثل المجتمع الأصلي وتحقق أهداف البحث وتغني الباحث عن مشقات دراسة المجتمع .

2-2 الاختبارات :

يعد الاختبار أحد أهم الوسائل المستخدمة في البحث العلمي فبواسطتها يتم جمع المعلومات التي تعتمد في البحث والدراسة لحل الكثير من المشكلات التي تواجه التقدم العلمي. ومنها

1- اختبار التوافق الحركي (الدوائر المرقمة) (محمد حسن علاوي واسامة كامل، 1999، ص256)

2- مقياس المهارات النفسية

(محمد حسن علاوي، كمال الدين عبدالرحمن، عماد الدين عباس، 2003، ص455-458)

(منير نوح يعقوب ، 1989، ص50)

3- اختبار سرعة الانتقال على الملعب

(عبد الكريم فاضل عباس ، 2000، ص31-33)

4- اختبار السرعة الحركية للذراع المسلحة

(عبد الكريم فاضل عباس ، 2000، ص33-34)

5- اختبار الدقة

2-3 طريقة أجراء الاختبارات :

تم إجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث اذ قام الباحثان بالإشراف ف على الاختبارات (التوافق الحركي - المهارات النفسية - المهارات الهجومية) على عينة البحث يوم السبت الموافق 2014/2/22 في الساعة الثالثة عصرا، وتم اجراء اختبار المهارات النفسية يوم الاثنين الموافق 2014/2/24 ثم أجرى الباحثان قياس المهارات الهجومية يوم الاربعاء الموافق 2014/2/26 .

2-4 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية spss لاستخراج نتائج البحث.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات التوافق الحركي ومقياس المهارات النفسية واختبارات بعض المهارات الهجومية :

يتضمن هذا المحور عرضا وتحليلا لنتائج اختبار التوافق الحركي ومقياس المهارات النفسية واختبار بعض المهارات الهجومية التي تم التوصل اليها بعد معالجتها احصائيا .

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	التوافق الحركي	4.9200	0.50060
2	القدرة على التصور	16.17	2.443
3	القدرة على الاسترخاء	17.08	1.881
4	القدرة على تركيز الانتباه	13.33	2.774
5	القدرة على مواجهة القلق	14.00	1.651
6	الثقة بالنفس	17.42	2.610
7	دافعية الانجاز الرياضي	21.33	2.103
8	سرعة الانتقال على الملعب	10.1025	0.73634
9	السرعة الحركية للذراع المسلحة	5.1400	0.53508
10	الدقة	8.17	0.718

يتبين من الجدول (1) الذي يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث حيث كان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي للقدرة على التصور هو (16.17) وبانحراف معياري قدره (2.443) اما الوسط الحسابي للقدرة على الاسترخاء هو (17.08) وبانحراف معياري قدره (1.881) اما القدرة على تركيز الانتباه فقد كان الوسط هو (13.33) وبانحراف معياري قدره (2.774). اما مهارة القدرة على مواجهة القلق فقد كان وسطها الحسابي هو (14.00) وانحرافها المعياري قدره (1.651) ، اما مهارة الثقة بالنفس فقد كان وسطها الحسابي قدره (17.42) وبانحراف معياري قدره (2.610) اما مهارة دافعية الانجاز الرياضي فقد كان الوسط الحسابي لها (21.33) وبانحراف معياري قدره (2.103) ، اما مهارة سرعة انتقال على الملعب فقد كانت بوسط حسابي (10.1025) وبانحراف معياري قدره (0.73634) اما مهارة السرعة الحركية للذراع المسلحة فقد كانت بوسط حسابي قدره (5.1400)

المؤتمر العلمي الدولي لعلوم التربية الرياضية 20-18/ 10/2014/بابل

وبانحراف معياري قدره (5.1400) اما مهارة الدقة فقد كانت بوسط حسابي قدره (8.17) وبانحراف معياري قدره (8.17) .

2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين التوافق الحركي ومقياس المهارات النفسية وبعض المهارات الهجومية في رياضة المبارزة :

يبين الجدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الارتباط بيرسون والمعنوية الحقيقية والعينة ودلالة الارتباط بين التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية والهجومية برياضة المبارزة

جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الارتباط بيرسون والمعنوية الحقيقية والعينة ودلالة الارتباط بين التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية والهجومية برياضة المبارزة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الارتباط بيرسون	المعنوية الحقيقية significant	العينة N	دلالة الارتباط
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.939**	0.000	12	معنوي
القدرة على التصور	16.17	2.443				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.013	0.969	12	غير معنوي
القدرة على الاسترخاء	17.08	1.881				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.957**	0.000	12	معنوي
مهارة تركيز الانتباه	13.33	2.774				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	-0.097-	0.765	12	غير معنوي
القدرة على مواجهة القلق	14.00	1.651				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.928**	0.000	12	معنوي
مهارة الثقة بالنفس	17.42	2.610				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.941**	0.000	12	معنوي
مهارة دافعية الانجاز	21.33	2.103				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.879**	0.000	12	معنوي
سرعة الانتقال على الملعب	10.1025	0.73634				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.794**	0.002	12	معنوي
السرعة الحركية للذراع المسلحة	5.1400	0.53508				
التوافق الحركي	4.9200	0.50060	0.061	0.851	12	غير معنوي

				0.718	8.17	الدقة
--	--	--	--	-------	------	-------

3-2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي والقدرة على التصور :
 لأجل التعرف على العلاقة الارتباطية بين اختبار التوافق الحركي والقدرة على التصور استخدم معامل الارتباط البسيط بيرسون وكما مبين في جدول (2) حيث يتبين ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة القدرة على التصور فقد كان (16.17) وبانحراف معياري قدره (2.443) اما قيمة (ر) بيرسون فقد كانت القيمة (0.939^{**}) وبالمقارنة مع القيمة المعنوية الحقيقية (0.000) كانت دلالة الارتباط معنوية بين التوافق الحركي ومهارة القدرة على التصور .. ويعزو الباحثان وجود علاقة الارتباط هذه الى ان اللاعب في رياضة المبارزة يحتاج الى تنمية قدرة التصور العقلي لديه والتي تعمل على تحسين القدرة البصرية لغرض تطوير الاداء الحركي وهذا يتفق مع رأي (اسامه كامل راتب) والذي يشير الى " اللاعب يستحضر الصورة الذهنية لأداء مهارات او احداث سبق اكتسابها ومشاهدتها او تعلمها"

(اسامة كامل راتب ، 2004،

ص21)

3-2-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ومهارة القدرة على الاسترخاء :

لأجل التعرف على العلاقة الارتباطية بين التوافق الحركي والقدرة على الاسترخاء استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط بيرسون كما مبين في الجدول (2) حيث بين لنا ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة القدرة على الاسترخاء فقد كان (17.08) وبانحراف معياري قدره (1.881) اما قيمة (ر) بيرسون فقد ظهرت (0.013) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية وتساوي (0.969) وهذا معناه عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق الحركي والقدرة على الاسترخاء ويعزو الباحثان عدم وجود هذه العلاقة الى كون اللاعب الذي يقوم بأداء مهارات المبارزة والواضحة من خلال اداء اللعب يكون فيها في اقصى حالات الشد والانقباض لعضلات الجسم لذلك لم تظهر علاقة ارتباط بين المتغيرين وهذا ما اكده ابو العلا احمد عبد الفتاح (أبو العلا احمد عبد الفتاح , 1997)

"ان قدرة الرياضي للسيطرة على عمل العضلة من ارتخاء وانقباض تعد عاملا مهما لتحقيق السرعة العالية والاداء المهاري والتوافق الجيد " علما يعد الاسترخاء من المهارات العقلية المهمة التي تساعد على التحكم في

الضغوط وتوجيه الاستثارة الانفعالية خلال عملية التدريب او المنافسة الرياضية , ويعمل على الابقاء على مستويات الاستثارة المثلى وخفض الاستثارة الفسيولوجية التي تؤدي بدورها الى خفض مواز في التوتر العضلي والقلق الذي يتخذ صورة توتر في المجموعات العضلية الكبيرة , وتختلف مستويات الاسترخاء البدنية والعقلية والانفعالية ولكن هناك علاقة قوية فيما بينها فحدوث استثارة في احد هذه المستويات يؤثر في المستوى الاخر وفي الوقت نفسه من الممكن خفض مستوى الاستثارة في كل من المستويات الاخرى (محمد العربي شمعون, 1999, ص273)

3-2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج عرقلة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ومهارة تركيز الانتباه :
لأجل التعرف على العلاقة الارتباطية بين التوافق الحركي ومهارة تركيز الانتباه استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط بيرسون كما مبين في الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة تركيز الانتباه فقد كان (13.33) وبانحراف معياري قدره (2.774) اما قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق الحركي ومهارة تركيز الانتباه فقد كانت بقيمة (0.957^{**}) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.000) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي معنوية ويعزو الباحثان ذلك الى ان مهارة تركيز الانتباه من الاستعدادات العقلية ومن العوامل المهمة للأداء الناجح للمهارات الرياضية في المباراة فهنا لا يستطيع الوصول الى المستويات المتقدمة الا عندما يوجه كامل انتباهه الى عمليات ادائه للمهارات دون الاشياء الاخرى وان الاداء المتميز لا يحدث الا عندما يركز الرياضي انتباهه على العوامل المرتبطة بالمهارة

(كاظم يحيى النقيب, 1990,

ص281)

ويشير محمود عنان الى ان الانتباه والتركيز احد المهارات النفسية المرتبطة بإنجاز ونجاح الاداء في مهارات الرياضية ويبدو ذلك واضحا في المستويات العالية اذ يتطلب تركيز الرياضي في ادائه للمهارة دون المثيرات الاخرى المحيطة ببيئة اللعب ومن ناحية اخرى فان تشتيت الانتباه يأتي بنتائج سلبية على الاداء المهاري.

(محمود عبدالفتاح عنان, 1994, ص55)

3-2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ومهارة القدرة على مواجهة القلق:

يتبين من الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة القدرة على مواجهة القلق فقد كان (14.00) وبانحراف معياري قدره (1.651) اما

قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة القدرة على مواجهة القلق فقد كانت (ر) بيرسون هي بقيمة (-) 0.097 وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية والتي تساوي (0.765) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي غير معنوية ويعزو الباحثان عدم معنوية الفروق كونه ينظر الى القلق على انه من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر في سلوك الانسان بصورة عامة والرياضي بصورة خاصة (مؤيد عبدالرزاق حسو الغريزي, 2006, ص15)

فبعض الافراد ينظر الى اعراض القلق على انها ايجابية تسهل الاداء او سلبية تعطل الاداء (Weinberg 1999, p85) (Weinberg & Gould) وقد اشار العديد من الباحثين الى ان القلق يعد بمثابة انذار او اشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليه كما قد يؤدي القلق اذا زاد عن حده الى فقدان التوازن النفسي ويذكر هنا علاوي لابد للمدرب من اللجوء الى خدمات الاختصاصي النفسي الرياضي ليساعده في الوصول الى الحالة الافضل من القلق والاستثارة لدى اللاعبين قبل المنافسة والتي تساعدهم على الاداء بأفضل ما لديهم من قدرات (حسن علاوي , 1998, ص433)

3-2-5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة الثقة بالنفس :

يتبين من الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة الثقة بالنفس فقد كان (17.42) وبانحراف معياري قدره (2.610) اما قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة الثقة بالنفس فقد كانت (ر) بيرسون بقيمة (0.928**) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.000) وهذا يعني ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي معنوية. ويعزو الباحثان دلالة الارتباط المعنوية الى ان اغلب اللاعبين يهتمون بمهارات المبارزة ومنها سرعة حركة الذراع المسلحة وسرعة الانتقال في الملعب لانهما تعدان الحاسمة في احراز نقاط المباراة لذا تكرر اللاعب لهذه المهارات كثيرا سواء في التدريب او اللعب ولدت لديهم الثقة العليا عند ادائهم .. وهذا ما اكده اسامه كامل راتب (اسامة كامل راتب, 2000, ص211)

ان زيادة الثقة بالنفس لدى اللاعب في اثناء المباراة تعمل على زيادة تركيز الانتباه وبالتالي يؤدي الى قلة التوتر لدى اللاعب . علما نلاحظ في المجال الرياضي هناك ثلاث مستويات من الثقة اولهم رياضيين غير واثقين من انفسهم أي يعوزهم الثقة بالنفس (Lack of confidence) بينما هناك رياضيين يتميزون بدرجة مبالغ فيها من الثقة (false confidence) او الثقة الزائفة (over confidence) ينما المستوى الثالث لديهم مقدار من الثقة بالنفس وهذا المستوى المرغوب فيه من الثقة .

(اسامة كامل راتب ، 2004،

ص337)

3-2-6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ودافعية الانجاز :
يتبين من الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة دافعية الانجاز فقد كان (21.33) وبانحراف معياري قدره (2.103) اما قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة دافعية الانجاز فقد كانت (ر) بيرسون بقيمة (** 0.941) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.000) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي علاقة معنوية ويعزو الباحثان السبب كون رياضة المبارزة من الالعاب السريعة والمشوقة والتي تعتمد على التعزيز السريع واستحضار المهارات بجميع متغيراتها والتكيف عليها ، وهذا ما اكده (علاوي " 1998) ان دافعية الانجاز من العوامل النفسية الهامة التي يجب تلميتها لدى اللاعبين اثناء المنافسات الرياضية اذ تعد من العوامل الاساسية الهامة التي تساعد على اظهار قدرة كبيرة من المثابرة في الاداء فضلا عن اظهار نوعية مميزة في الاداء وايضا انجاز الاداء بمعدل مرتفع ، كذلك يؤكد احمد امين (امين فوزي، 2006، ص162)

"كلما زادت الدافعية ادى ذلك الى زيادة نشاط اللاعب خلال التدريب ولكن اذا زادت شدة الدافعية عن حد معين لا تسمح به حدود الرياضي ادى ذلك الى تعطيل نشاطه " .

3-2-7 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي وسرعة الانتقال على الملعب :
يتبين من الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة سرعة الانتقال على الملعب فقد كان (10.1025) وبانحراف معياري قدره (0.73634) اما قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة سرعة الانتقال على الملعب فقد كانت (ر) بيرسون بقيمة (** 0.879) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.000) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي معنوية. ويعزو الباحثان السبب "ان كل حركة رياضية تتطلب تحقيق واجب حركي معين ولهذا الغرض يتطلب جملة من الواجبات المختلفة الصعوبة. وهذه الصعوبة تحددها عوامل عديدة منها توافق الأداء الحركي للمهارة لذلك فعند تعلم أي مهارة رياضية يتطلب تنمية مكونات العناصر البدنية الخاصة بها والتوافق هو من العناصر التي تلعب دوراً مهماً في إتقان العديد من المهارات".

(زهرة شهاب أحمد العبيدي ، 1993،

ص29)

كذلك مهارة سرعة الانتقال على الملعب واجادتها تحتاج الى توافق جيد ما بين الرجلين والذراعين والعين وهذا ما يؤكد (عويس " 2000) ان امتلاك اللاعب القدرات العالية من التوافق لا تساعد فقط في اداء المهارات الحركية بصورة تامة ودقيقة ولكن تتعدى ذلك لتشمل تجنب الاخطاء المتوقعة . (عويس الحياي ،2000، ص221)

3-2-8 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ومهارة السرعة الحركية للذراع المسلحة :

يتبين من الجدول (10) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة السرعة الحركية للذراع المسلحة فقد كان (5.1400) وبانحراف معياري قدره (0.53508) اما قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة السرعة الحركية للذراع المسلحة فقد كانت (ر) بيرسون بقيمة (0.794^{**}) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.002) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي معنوية. ويعزو الباحثان معنوية الارتباط الى كون المبارز يحتاج الى التوافق الكلي ما بين اجزاء الجسم المختلفة القدم - الجذع - الذراع المسلحة للمس الهدف بقوة اكثر من 500 غم والاقتصاد في الجهد المبذول . وكما اكده ابو العلا احمد" (1997 التوافق هو قدرة الرياضي على سرعة الاداء الحركي مع دقة الاداء في تحقيق الهدف مع الاقتصاد في الجهد المبذول فيظهر ارتباط التوافق

بالسرعة في متطلبات الاداء الحركي ، كما تظهر صفة الرشاقة والتوازن والدقة في متطلبات الحركة من الناحية الشكلية او المكانية اي تحريك الجسم واجزائه بالدقة المطلوبة خلال فراغ المحيط (أبو العلا احمد عبد الفتاح ، 1997، ص2)

3-2-9 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين اختبار التوافق الحركي ومهارة الدقة :

يتبين من الجدول (2) ان الوسط الحسابي للتوافق الحركي هو (4.9200) وبانحراف معياري قدره (0.50060) اما الوسط الحسابي لمهارة الدقة فقد كان (8.17) وبانحراف معياري قدره (0.718) اما قيمة معامل الارتباط بين التوافق الحركي ومهارة الدقة فقد كانت (ر) بيرسون بقيمة (0.061) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10) وبالمقارنة مع المعنوية الحقيقية التي تساوي (0.851) وهذا معناه ان دلالة الارتباط بين المتغيرين هي غير معنوية.

وتعد الدقة من الاسس المهمة لتعلم المهارات الحركية الرياضية واتقانها بصورة عامة والمهارات الاساسية لرياضة المبارزة بصورة خاصة فعند القيام بعمل ما بسرعة كبيرة يكون ناتج العمل بدقة قليلة وتأثير اقل، ويكون

زمن الاداء كبيراً في حالة كون الهدف هو الدقة وعليه يرى الباحثان أن دقة الأداء الحركي ودقة التصويب لهما علاقة وثيقة الصلة ببعضها البعض ويكمل أحدها الأخرى إذ إن دقة التصويب مؤشراً جيداً لدقة الأداء الحركي الناجح . إذ إن فرصة التصويب قد تظهر فجأة مرة واحدة قد لا تتكرر في أثناء المباراة إذ الحركة المستمرة لوضع الجسم في ملعب المباراة أو حركات الذراع المسلحة من حيث أوضاع الدفاع، ومسافة التبارز المناسبة، والخداع المستخدم ... وغيرها تعدّ من المتغيرات وظروف المباراة الكثيرة التي تحدث في اثنائها . (بشار غالب شهاب، 2007، ص29)

4- الاستنتاجات :

- 1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية والهجومية برياضة المبارزة (قدرة اللاعب على التصور، تركيز الانتباه، الثقة بالنفس، دافعية الانجاز الرياضي، سرعة الانتقال في الملعب، السرعة الحركية للذراع المسلحة)
- 2- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق الحركي وبعض المهارات النفسية والهجومية برياضة المبارزة (قدرة اللاعب على الاسترخاء، قدرة اللاعب على مواجهة القلق، الدقة).

المصادر

- أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية : ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1997.
- احمد امين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي - المفاهيم - التطبيقات - ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2006.
- اسامة كامل راتب : علم نفس لرياضة المفاهيم - التطبيقات، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.

- اسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية، ط2، دار الفكر العربي، شارع عباس العقاد، مدينة نصر، القاهرة، 2004.
- بشار غالب شهاب: القيمة التنبئية لبعض القدرات الحركية الخاصة أساساً لانتقاء الناشئين في رياضة المبارزة بأعمار (13-16) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى، 2007.
- زهرة شهاب أحمد العبيدي؛ منهج مقترح لتطوير القابليات التوافقية وأثره بمستوى الأداء لمهارات الجمناستك الفني، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1993.
- عبد الكريم فاضل عباس؛ تأثير التدريب بأسلحة مختلفة الوزن في مستوى الاداء لبعض مهارات المبارزة وعناصر اللياقة البدنية، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية، 2000.
- عويس الحياضي؛ التدريب الرياضي النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مطبعة دار GAM، 2000.
- كاظم يحيى النقيب: علم النفس الرياضي، معهد إعداد القادة، اللجنة السعودية للتربية البدنية والرياضة، 1990.
- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
- محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
- محمد حسن علاوي، كمال الدين عبدالرحمن، عماد الدين عباس: الاعداد النفسي في كرة اليد (نظريات - تطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2003.
- محمد العربي شمعون: علم النفس الرياضي والقياس النفسي، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 1999.
- محمود عبدالفتاح عنان: سيكولوجية المنافسات الرياضية، سلسلة المناهج الرياضية، المجلس الاعلى للشباب والرياضة، حلوان، 1994.
- منير نوح يعقوب: تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للاعب المبارزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، 1989.
- مؤيد عبدالرزاق حسو الغريزي: تأثير الضغط النفسي والجهد البدني في بعض الاستجابات الهرمونية وفقاً للسمات الشخصية السائدة لدى لاعبي كرة السلة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل-كلية التربية الرياضية، 2006.
- Weinberg, Robert S. and Gould Danical (1999): Foundations of Sport and exercise, 2nd ed, Human Kinetics.