

القدرات العقلية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الأساسية بالتنس لدى طلاب كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة

أ.د. ياسين علوان التميمي ، م.م. اسراء علي محسن الخفاجي
العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

على الرغم من كثرة الدراسات والبحوث العلمية في المجال الرياضي عامة ورياضة التنس بشكل خاص إلا أنه مازال هناك العديد من المشكلات والمجالات التي تستوجب الدراسة والبحث وباعتبار القدرات العقلية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هي من ارقى مراتب نشاطهم وايماناً من الباحثان بالدور الفعال والمؤثر لتلك القدرات في تعلم المهارات الأساسية لرياضة التنس كونها تولد كامنة في الانسان وتتمو وتشتد بالرعاية والتدريب والاستعمال وهو ما حدى بها الى دراستها والتعرف على مستوياتها لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فضلاً عن الكشف عن علاقتها ونسب مساهمتها بأداء بعض مهاراتهم الأساسية بالتنس وهي حاولت علمية اسهاماً منها لخدمة العلم والمعرفة والرياضة العراقية.

وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية وذلك لملائمته لطبيعة البحث ، وقد تم تنفيذ المقياس على أفراد العينة والبالغ عددهم (50) طالب .
وأظهرت نتائج البحث الحالي أن طلاب المرحلة الثالثة يتمتعون بمستوى جيد لأداء بعض المهارات الأساسية في لعبة التنس وذلك لأنهم يتمتعون بقدرات عقلية عالية الذي كشفت عنه نتائج البحث.

الكلمات المفتاحية : القدرات العقلية ، المهارات الأساسية ، بالتنس

(Mental capacity and its relationship with some basic skills in tennis with the students of the Faculty of Physical Education and Sports Science)

a . Dr . Yassin Alwan al-Tamimi

M . M Israa Ali Mohsen al-Khafaji

Research Summary

In spite of the large number of scientific studies and research in the field of public sports and tennis in particular, but there are still many problems and areas for study and research, and as the mental abilities of students of the Faculty of Physical Education and Sports Science is one of the finest mattresses activity and the belief of the researchers efficient and effective for these capacities role to learn the basic skills of tennis being generated lurk in humans and grow much care, training and usage which Alone them to study and identify the levels of the students of the Faculty of Physical Education and Sports Science as well as disclosure of their relationship and proportions of their contribution to the performance of some of the basic skills in tennis, a scientific Try it as a contribution to the service science and knowledge and Iraqi sport.

The researchers have used the descriptive survey manner relations connectivity as it suits the nature of the research, and has been performed on a scale sample and totaling 50 students.

The current research has shown that the results of the third phase students have a good level to perform some basic skills in tennis and my game because they .have the capabilities of high mentality revealed by the search results

1- المقدمة:

ان التطور في الالعاب الرياضية ووصولها الى المستويات العليا مرهون بتظافر الجهود واعتماد البحث العلمي اسلوبا علميا في دراسة المشاكل والمعوقات التي تواجهها وازالة السلبيات من اجل تعلم المهارات ورفع المستوى الرياضي . وذلك عن طريق التعرف على ما وهب الله الانسان من قدرات وطاقات متعددة ومحاولة تحقيق اكبر قدر من الاستفادة من النظريات العلمية الحديثة ، فالتربية البدنية والرياضية احدى اهم المجالات الانسانية وهي عنصرا اساسيا في بناء الفرد واعداده بصورة متكاملة على اسس علمية ، وان امكانيات الفرد على بذل الجهد والعطاء تتوقف على مركز التحكم والسيطرة في الجسم وهو الدماغ فهو يعمل على تخزين المعلومات وتفسيرها واتخاذ القرارات حولها وهو مركز التفكير والذكاء فضلاً عن أنه يكون شخصية الإنسان ، لذا فقد تزايد الاهتمام بدراسة نشاطاته ووظائفه وبالأخص القدرات العقلية .

ولقد اثبتت الدراسات في مجال علم النفس الرياضي وتعلم المهارات والحركات الرياضية الى دور واهمية القدرات العقلية في تفوق الأداء الرياضي وهو ما دعى الباحثين الاهتمام بالقدرات العقلية لمساهمتها الفعالة في عملية تعلم المهارات الرياضية وتطبيق خطط اللعب كما وتعد عاملاً مهماً في رفع المستوى الرياضي في جميع الالعاب الرياضية ورياضة التنس من الالعاب الممتعة والي تحضي بقبول في الكثير الطبقات المجتمعية وبالأخص المعنين من الرياضيين والمتابعين لما لها من جمالية في الاداء الفردي وخفة الحركة ، وكل هذه المهارات لها اشكالها الحركية وتحتاج الى نسق في التعامل مع الخصوم والتحام الجملة الحركية وجودة الاداء.

وتشكل المهارة جانبا مهما منها في لعبة التنس هي العاب مهارية كما هي بدنية وبالتالي فان المهارات تحتاج الى مستوى معين من القدرات العقلية لابد ان يمتلكها المتعلم كالذكاء والتصور والانتباه والادراك والتصور وغيره ، وهي تعد من المحددات الاساسية لتعلم المهارات الاساسية في رياضة التنس يكون قادراً على تجاوز الصعوبات والعقبات اثناء قيامة بأداء المهارات.

ونتيجة لما تطرق اليه الباحثان تكسب هذه الدراسة اهميتها النظرية والعلمية وهو ما يفسح المجال للباحثان المساهمة في توسيع الخزينة العلمية ومن ثم يعود على تطور المجال العلمي في تعلم المهارات العقلية بالمستوى المهاري لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

وعلى الرغم من كثرة الدراسات والبحوث العلمية في المجال الرياضي عامة ورياضة التنس بشكل خاص ألا أنه مازال هناك العديد من المشكلات والمجالات التي تستوجب الدراسة والبحث وباعتبار القدرات العقلية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هي من ارقى مراتب نشاطهم وايماناً من الباحثان بالدور الفعال والمؤثر لتلك القدرات في تعلم المهارات الأساسية لرياضة التنس كونها تولد كامنة في

الانسان وتنمو وتشتد بالرعاية والتدريب والاستعمال وهو ما حدى بهما الى دراستها والتعرف على مستوياتها لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فضلاً عن الكشف عن علاقتها ونسب مساهمتها بأداء بعض مهاراتهم الأساسية بالتنس وهي محاولة علمية اسهاماً منها لخدمة العلم والمعرفة والرياضة العراقية. ويهدف البحث الى:

- 1- التعرف على القدرات العقلية لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2- التعرف على العلاقة بين القدرات العقلية واداء بعض المهارات الاساسية بالتنس لدى طلاب المرحلة الثالثة.
- 3- التعرف على نسب مساهمة القدرات العقلية في اداء بعض المهارات الاساسية بالتنس لدى طلاب المرحلة الثالثة .

2- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل للعام الدراسي(2015-2016) ، والبالغ عددهم (96) طالب ، وجاء اختيار عينة البحث بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة وبواقع (50) طالبا وشكلت نسبة (52%) من المجتمع المبحوث وكما مبين في جدول (1)

الجدول(1)

النسبة المئوية	عينة التجربة الرئيسية	النسبة المئوية	عينة التجربة الاستطلاعية	المجتمع
52%	50	96%	10	96

2-3 الأدوات والأجهزة والوسائل المساعدة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع البيانات:

- الاختبار والقياس

- المصادر والمراجع العلمية

- استبانة جمع البيانات وتفرغها

- الوسائل المساعدة في تحليل البيانات (spss)

- استمارة استطلاع رأي الخبراء

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

- الحاسبة اليدوية نوع Enko

- الحاسبة الالكترونية نوع hp

- اقلام رصاص

- كاميرا فيديو - لتصوير الطلاب نوع canon

- جهاز فيديو (CD)

2-4 اجراءات الميدانية للبحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث عمد الباحثان الى اتباع الخطوات الاتية:

2-4-1 تحديد القدرات العقلية:

من اجل تحديد اهم القدرات العقلية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة التي سوف يعتمد عليها الباحثان في بحثها وبعد الاطلاع على الادبيات الخاصة من خلال التحليل الذي قامت به الباحثان والمراجعة الدقيقة لعدد من المراجع والمصادر العلمية حول تحديد القدرات العقلية المؤثرة في لعبتي التنس ، ولغرض اختيار بعض منها ، تم توزيع استبانة على مجموعة من الاساتذة والمختصين والخبراء بهذا المجال والبالغ عددهم (11) مختصا وخبيراً لتحديد اهمية تلك القدرات التي يرونها ضرورية في اداء المهارات الاساسية بالتنس من قبل الطلاب .

اذ اشتملت الاستمارة على (7) قدرات عقلية وبعد جمع الاستمارات و تفريغ بياناتها وتحليل آراء الخبراء والمختصين واستخراج القدرات التي تصلح و استبعاد القدرات العقلية التي لم لا تصلح باستخدام مربع كاي، وكما مبين في الجدول (2) ، الذي يبين القدرات العقلية التي اجمع عليها الخبراء والمختصون مرتبة على وفق اختيارهم ، وعليه استبقت (ثلاثة) قدرات لان قيمة (كا²) المحسوبة لها اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) والجدول (2) يبين ذلك:

الجدول (2) يبين القدرات التي اعتمدت في ضوء آراء الخبراء و المختصين

القدرات العقلية	الموافقون	%	غير الموافقون	%	قيمة كاي المحسوبة	دالتها الاحصائية
تركيز الانتباه	10	90	1	1	7.36	معنوي
الذكاء	5	45.4	6	54.6	0.09	غير معنوي
الادراك	4	36.3	7	63.4	- 0.81	غير معنوي
القدرة على الاسترخاء	9	81.8	2	18.2	4.45	معنوي
اتخاذ القرار	5	45.4	6	54.6	0.09	غير معنوي
التصور الذهني	11	100	0	صفر	11	معنوي
الملاحظة	3	27.2	8	72.8	- 2.27	غير معنوي

قيمة كاي الجدولية = 3.84 عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.05)

2-4-1-1 ترشيح الاختبارات الخاصة بقياس القدرات العقلية:

تعد الاختبارات "من اهم وسائل تقييم اللاعبين سواء للوقوف على مستوى قدراتهم البدنية العامة والخاصة ومستواهم الفني بالنسبة للأنشطة التخصصية التي يمارسونها"، لذا سعى الباحثان الى مسح المصادر و المراجع العلمية لتحديد اختبارات لقياس القدرات العقلية اذ تم ترشيح اختبارات ممثلة للقدرات العقلية روعي فيها توافر الامكانيات المناسبة لتطبيقها ، وتنوعها ودرجة الصعوبة عند تنفيذها ، فضلا عن تمتعها بدرجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية ،من خلال تصميم استبانة للاختبارات العقلية وضع فيها بين (3) اختبارات لقياس القدرة العقلية المرشحة من قبل الخبراء والملحق (2) يبين ذلك ، وعرضها على (11) من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي لاختيار ما يرونه مناسباً والملحق (1) يبين ذلك ، وبعد جمع البيانات وتفريغها فقد رشحت ثلاثة اختبارات لقياس القدرات العقلية ، اذ تم تحديد الاختبارات التي حصلت على نسبة اتفاق عالية ، والتي حققت نسبة مئوية مقدارها (100%) فاكثر وقيمة مربع كاي المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.05) والجدول (3) يبين ذلك. (احمد بسطويس ، 1996 ، ص388)

الجدول (3) يبين ترشيح الاختبارات التي اعتمدت في ضوء آراء المختصين والخبراء

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	الموافقون	%	غير الموافقون	%	مربع كاي	دلالة الفروق
1	تركيز الانتباه	اختبار (بوردون - انفيموف) المعدل للانتباه لـ عبد الجواد طه لقياس مظاهر الانتباه ، اختبار تركيز الانتباه	11	100	صفر	صفر	11	معنوي
2	التصور العقلي	مقياس التصور العقلي الرياضي اعداد (رينر مارتنز) ، واعد صورته الى العربية اسامة كامل راتب .	11	100	صفر	صفر	11	معنوي
3	الاسترخاء	مقياس القدرة على الاسترخاء هذا المقياس وضعه فرانك فيتال سن 1971م واعد صورته الى العربية محمد علاوي ، واحمد السويقي (1982) .	11	100	صفر	صفر	11	معنوي

2-4-2 تحديد المهارات الاساسية في التنس:

لغرض تحديد بعض المهارات الاساسية بلعبتي التنس لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة قام الباحثان بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة والقريبة من الدراسة الحالية .فضلاً عن أجراء المقابلات الشخصية مع مجموعة من الخبراء والمختصين في رياضة التنس .

2-4-2-1 تقييم الأداء الفني للمهارات الاساسية بالتنس:

"تمثل عملية التقييم للمهارات الحركية بحساب النقاط دورا فعالا في مجال التربية الرياضية فهي من الطرائق المهمة المعتمدة على الملاحظة العلمية في تقييم المهارة ، اذ ان دقة تقييم هذه المهارة تعتمد على عمق المقوم العلمي ومدى معرفته بطريقة الاداء الفني " . (وجيه محبوب ، 1988 ، ص373)

لذا استفاد الباحثان بعملية تقييم مستوى الاداء الفني على المحكمين(ملحق4) عند اجراء الاختبارات الفنية على عينة البحث وهي تنفذ المهارات الاساسية في لعبتي التنس . وقد خصص الباحثان درجات لأقسام المهارات الاساسية في لعبة التنس باستمارة تقييم الاداء الفني ملحق (5) وفي لعبة المبارزة باستمارة تقييم الاداء الفني ملحق (6) بعد عرضها على خبراء اللعبة بالفيديو (CD) والاعادة لأكثر من مرة للأداء الفني حيث يقوم الطالب بأداء محاولتين لكل مهارة وتسجيل أفضل محاولة .

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2016/3/13 على عينة مؤلفة من (10) طلاب وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، وكان الهدف من التجربة ما يأتي:

- 1- التعرف على مدى تفهم واستيعاب الطلاب لمفردات الاختبارات العقلية .
 - 2- التأكد من صلاحية الادوات والأجهزة التي ستستخدم في التجربة الرئيسية .
 - 3- التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثان عند اجراء الاختبارات لغرض تجاوزها .
 - 4- التعرف على الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات .
- ومن خلال التجربة الاستطلاعية توصل الباحثان الى:
- 1- صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث .
 - 2- صلاحية جميع الاختبارات المستخدمة من حيث تمتعها بالوقت المناسب للتنفيذ وصلاحية المكان وسهولة تطبيق مفردات الاختبارات المستخدمة من قبل عينة البحث .
 - 3- كفاءة فريق العمل المساعد في طريقة تنفيذهم لاختبارات البحث .(ملحق13)

2-6 التجربة الأساسية:

بعد استكمال تعلم طلاب المرحلة الثالثة (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) المهارات الأساسية في لعبتي التنس والمبارزة ، حيث تم توزيع مقاييس القدرات العقلية على الطلاب في تاريخ 2016/4/6 ، وتم اختبارهم بمهارتي الارسال والضربة الامامية في لعبة التنس وتصوير اداء الطلاب في تاريخ 2016/4/14 وعرضه على الخبراء .

2-7 الاسس العلمية للاختبارات:

على الرغم من ان اختبارات القدرات العقلية (اختبار بوردن انفيروف - مقياس التصور العقلي - اختبار الاسترخاء) تتمتع بصدق وثبات عاليين فان الباحثان عمدا الى التأكد من مدى الصدق والثبات لهذه الاختبارات وقد اشار الى هذا (السويفي ، 1999) نقلا عن محمد حسن علاوي اذ "يطلب ويشجع الباحثين الى بذل المزيد من الجهد لإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات التي يرغبون في استخدامها على الصيغات التي يتم تطبيق الاختبارات عليها وعدم الاعتماد على نتائج المعاملات العلمية السابقة للاختبارات لضمان التحديث الدائم والمستمر للاختبارات وبيان مدى قدرته التفسيرية والتنبؤية في الاستخدامات التطبيقية المختلف". (احمد مصطفى السويفي ، 1999 ، ص 10)

2-7-1 صدق الاختبارات:

"تعد درجة الصدق العامل الأكثر أهمية بالنسبة الى محكات وجود الاختبار والمقاييس".

(عايد حسين عبد الامير ، 2000 ، ص 40)

يعد الصدق الظاهري من الوسائل المهمة المستخدمة للدلالة على صدق المقياس ويهدف هذا النوع الى معرفة مدى تمثيل الاختبار للظاهرة التي يهدف الى قياسها ويعد هذا النوع من الصدق من اهم الانواع المستخدمة في الاختبارات المقننة " (عبد الجليل ابراهيم الزوبعي (واخرون) ، 1981 ، ص 39)

فقد تم عرض الاختبارات والمقاييس العقلية على عدد من السادة الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي وقد اتفقت اراء السادة الخبراء والمختصين بنسبة 100% على صلاحية الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث لقياس الغرض الذي وضعت من اجلها .

2-7-2 ثبات الاختبارات:

يقصد بالثبات "الاستقرار بمعنى انه لو تكررت عمليات قياس الفرد بينت درجته شيئاً من الاستقرار ومعامل الثبات هو معامل ارتباط بين درجات الافراد في الاختبار في مرات الاجراء المختلفة".

(اسامة علي ايمن ، 2010 ، ص 257)

ولأجل الحصول على ثبات الاختبارات تم حساب معامل ثبات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبارات واعادة تطبيق الاختبارات على (10) طلاب ، اذ تم اجراء الاختبارات بتاريخ 2016/4/17 وتم اعادة تطبيق الاختبارات بتاريخ 2016/4/24 اي بعد مرور (7) ايام وعلى العينة نفسها وتحت نفس الظروف ، اذ ان "لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور خمسة الى سبعة ايام على الاختبار الاول"

(ذوقان عبيدات (واخرون) ، 1988 ، ص160)

بعدها تم ايجاد معامل الارتباط البسيط (ارتباط بيرسون) بين نتائج التطبيق الاول والثاني والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4) يبين معامل الثبات لاختبارات القدرات العقلية المطبقة على عينة البحث

ت	اختبارات القدرات العقلية	معامل الثبات
1	تركيز الانتباه	0.987
2	التصور العقلي	0.874
3	الاسترخاء	0.829

2-8 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) لإيجاد الوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط البسيط
- قانون النسبة المئوية
- قانون مربع كاي

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث:

3-1 عرض الالتواء للقدرات العقلية ومهارتي الارسال والضربة الامامية في لعبة التنس:

الجدول (5) يبين الالتواء للقدرات العقلية ومهارتي الارسال والضربة الامامية في لعبة التنس

ت	المتغيرات	س	ع	الالتواء
1	تركيز الانتباه	16.88	1.94	2.44
2	التصور العقلي	52.28	9.27	0.33
3	القدرة على الاسترخاء	41.82	3.82	0.39
4	الارسال في لعبة التنس	5.42	1.93	0.91
5	الضربة الامامية في لعبة التنس	4.79	0.59	0.84

3-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدرجات الكلية للقدرات العقلية:

بانتهاء الباحثان من تطبيق المقاييس الثلاث للقدرات العقلية (تركيز الانتباه ، التصور العقلي ، القدرة على الاسترخاء) على افراد عينة البحث البالغ عددها (50) طالب . وبعد جمع البيانات الخاصة بالمقاييس الانفة الذكر وتفرغها و معالجتها احصائيا من خلال حساب مؤشرات الاحصاء الوصفي يقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري بعدها سعى الباحثان الى حساب قيمة الوسط الفرضي لكل من مقياسي محاور التصور العقلي والقدرة على الاسترخاء والبالغة (50) لمقياس التصور العقلي و(37.5) لمقياس القدرة على الاسترخاء بعدها سعى الباحثان للاستدلال عن الفرق بين الاوساط الحسابية المتحقق والوسط النظري من خلال استخدام اختبار (T) لعينة واحدة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والوقوف على ما يمتلكونه الطلاب من مستوى تصور عقلي والقدرة على الاسترخاء والجدول (5) يبين ذلك

جدول (6) يبين درجات الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي ودلالة الفروق لتركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء

القدرات العقلية	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
تركيز الانتباه	50	16.88	1.94	14.5	61.96	0.00	لصالح الوسط الحسابي
التصور العقلي	50	52.28	9.27	50	10.04	0.00	لصالح الوسط الحسابي
الاسترخاء	50	41.82	3.82	37.5	15.77	0.00	لصالح الوسط الحسابي

عند ملاحظة الجدول (6) الذي يبين درجات الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الحسابي لتركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء ، نجد ان تركيز الانتباه والذي بلغ فيه الوسط الحسابي (16.88) والانحراف المعياري (1.94) والوسط الفرضي (14.5) و t المحسوبة (61.96). اما التصور العقلي فقد بلغ فيه الوسط الحسابي (52.28) والانحراف المعياري (9.27) والوسط الفرضي (50) و t المحسوبة (10.04) .

واما القدرة على الاسترخاء فبلغ فيها الوسط الحسابي (41.82) و الانحراف المعياري بقيمة (3.82) ، والوسط الفرضي (37.5) واما t المحسوبة (15.77) . ويتبين من الجدول (1) ارتفاع مستوى القدرات العقلية ويعزو الباحثان هذا الارتفاع في مستوى القدرات العقلية للطلاب الى ان الانشطة الرياضية تؤثر تأثيرا ايجابيا على تنشيط القدرات العقلية ، اذا تكسبهم التوافق الحركي الذي يساعدهم على اداء المهارات الحركية عن طريق التصور واسترجاع المعلومات والتركيز والاسترخاء وانخفاض مستوى التوتر اثناء اداء المهارات الرياضية . ويتفق هذا مع ما اكدته عايدة محمد (1998) عن Vanier "ان للعب دورا هاما في تنمية الحركات الرياضية للفرد في تحسين توافقه العصبي والعضلي"

(عايدة محمد ، 1998 ، ص57)

3-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء واداء بعض المهارات الاساسية بالتنس:

3-3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء واداء بعض المهارات الاساسية بالتنس :

3-3-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء والارسال في لعبة التنس :

الجدول (7) يبين معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء والارسال في لعبة التنس

القدرات العقلية	العدد	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
تركيز الانتباه	50	0.297	0.036	معنوي
التصور العقلي	50	0.291	0.040	معنوي
الاسترخاء	50	0.339	0.016	معنوي

الجدول (7) يبين علاقة الارتباط البسيط بيرسون بين متغيرات البحث وعند ملاحظة الجدول (6) نجد ان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال و تركيز الانتباه كان بدرجة (0.297) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.036) وهذا معناه ان العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة الارسال كانت مؤثرة وفعالة ويعزو الباحثان بان تركيز الانتباه يؤثر على اداء مهارة الارسال في لعبة التنس حيث يعد تركيز الانتباه من العوامل الفعالة والمهمة لإتقان اداء المرات الحركية الاساسية في لعبة التنس واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال و التصور العقلي كان بدرجة (0.291) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.040) وهذا معناه ان العلاقة بين التصور العقلي ومهارة الارسال مؤثرة وفعالة اي الارتباط معنوياً ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال والقدرة على الاسترخاء كان بدرجة (0.339) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.016) وهذا معناه ان العلاقة بين القدرة على الاسترخاء ومهارة الارسال مؤثرة وفعالة والارتباط قوي جدا ويعزو الباحثان ذلك الى انه كلما زادت القدرة على الاسترخاء وانخفض مستوى التوتر تحسن مستوى الاداء المهاري ويتفق هذا مع ما اكده Giacobbi "ان عملية الاسترخاء التعاقبي تعمل على خفض ردود الافعال والمستوى العام للضغط النفسي ويعدل مستوى القلق الجسدي مما يكون له تأثير ايجابي على زيادة الاداء الرياضي. (2000). 62 – 42 , 14 Giacobbi)

3-1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء والضربة الامامية في لعبة التنس:

الجدول (8) يبين نتائج معامل الارتباط البسيط بين تركيز الانتباه والتصور العقلي والقدرة على الاسترخاء والضربة الامامية في لعبة التنس

القدرات العقلية	العدد	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
تركيز الانتباه	50	0.295	0.037	معنوي
التصور العقلي	50	0.299	0.035	معنوي
الاسترخاء	50	0.334	0.018	معنوي

الجدول (8) يبين علاقة الارتباط البسيط بيرسون بين متغيرات البحث وعند ملاحظة الجدول (7) نجد ان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية و تركيز الانتباه كان بدرجة (0.295) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.037) وهذا معناه ان العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة الضربة الامامية كانت مؤثرة وفعالة ويعزو الباحثان بان تركيز الانتباه يؤثر على اداء مهارة الارسال في لعبة التنس حيث يعد تركيز الانتباه من العوامل الفعالة والمهمة لإتقان اداء المرات الحركية الاساسية في لعبة التنس وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة احمد صلاح اذ اشار النتائج الى ان " هناك علاقة ايجابية بين اشكال الانتباه ومستوى الاداء كما ان زيادة القلق يؤثر سلباً على القدرة على تركيز الانتباه" واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية و التصور العقلي كان بدرجة (0.299) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.035) وهذا معناه ان العلاقة بين التصور العقلي ومهارة الضربة الامامية مؤثرة وفعالة ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية والقدرة على الاسترخاء كان بدرجة (0.334) اي ان الارتباط كان معنوياً عند مستوى دلالة (0.018) وهذا معناه ان العلاقة بين القدرة على الاسترخاء ومهارة الضربة الامامية مؤثرة وفعالة .

(احمد صلاح ، 2002 ، ص 146)

3-4 نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء بعض المهارات الاساسية بالتنس:

3-4-1 نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء بعض المهارات الاساسية بالتنس:

3-4-1-1 نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء مهارة الارسال بالتنس:

جدول (9) يبين نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء مهارة الارسال في لعبة التنس

القدرات العقلية	قيمة الارتباط	نسبة المساهمة
تركيز الانتباه	0.297	0.088
التصور العقلي	0.291	0.084
الاسترخاء	0.339	0.114

الجدول (9) يبين علاقة الارتباط البسيط بيرسون بين متغيرات البحث وعند ملاحظة الجدول (10) نجد ان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال وتركيز الانتباه كان بدرجة اي ان (0.297) الارتباط كان معنويا و نسبة المساهمة بين مهارة الارسال وتركيز الانتباه فهي بدرجة (0.088) ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال والتصور العقلي كان بدرجة (0.291) اي ان الارتباط كان معنويا و نسبة المساهمة بين مهارة الارسال والتصور العقلي فهي بدرجة (0.084) ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الارسال والقدرة على الاسترخاء كان بدرجة (0.339) اي ان الارتباط كان معنويا ونسبة المساهمة بين مهارة الارسال والقدرة على الاسترخاء فهي بدرجة (0.114) . ويعزو الباحثان الى ان القدرات العقلية تساهم في رفع مستوى الاداء المهاري ويتفق هذا مع ما اشارت اليه دراسة يحيى محمد زكريا الى "امكانية تحقيق اداء مهاري متميز اذا اتجهنا الى استخدام بعض المهارات كالتصور العقلي والتخيل الداخلي والخارجي وتدريب السلوك البصري الحركي" (يحيى محمد زكريا ، 2006 ، ص 137)

3-4-1-2 نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء مهارة الضربة الامامية بالتنس:

جدول (10) يبين نسبة مساهمة القدرات العقلية في اداء مهارة الضربة الامامية بالتنس

القدرات العقلية	قيمة الارتباط	نسبة المساهمة
تركيز الانتباه	0.295	0.087
التصور العقلي	0.299	0.089
الاسترخاء	0.334	0.111

الجدول (10) يبين علاقة الارتباط البسيط بيرسون بين متغيرات البحث وعند ملاحظة الجدول (9) نجد ان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية و تركيز الانتباه كان بدرجة (0.295) اي ان الارتباط كان معنوياً و نسبة المساهمة بين مهارة الضربة الامامية و تركيز الانتباه فهي بدرجة (0.087) ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية والتصور العقلي كان بدرجة (0.299) اي ان الارتباط كان معنوياً و نسبة المساهمة بين مهارة الضربة الامامية والتصور العقلي فهي بدرجة (0.089) ، واما معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين مهارة الضربة الامامية والقدرة على الاسترخاء كان بدرجة (0.334) اي ان الارتباط كان معنوياً و نسبة المساهمة بين مهارة الضربة الامامية والقدرة على الاسترخاء فهي بدرجة (0.111) .

ويعزو الباحثان الى ان القدرات العقلية ترتبط دائماً مع فن الاداء ومستوى الانجاز ارتباطاً ايجابياً ومعنوياً ، والتصور العقلي يساعد على ادراك الحركة وتنفيذها فنيا وادائها يرتبط بالإحساس بها وتفسيرها لكي يتم تنفيذها بشكل صحيح . وهذا يتفق مع ما ذهب اليه (محمد ابو الكشك ، 1998) في ان " التصور العقلي يتضمن قيام الرياضي بتصور الحركة ، وتسلسل المهارات والمواقف والاحداث وجميع مظاهر المنافسة وتبدو اهمية ممارسة التصور العقلي بانه عند تصور الحركة واسترجاعها عقلياً تنتج الانقباضات التي تنتقل عبر الممرات العصبية او مرتبطت بهذه الحركات وتكمن الفائدة في ان المثيرات الناتجة عن التصور الحركي تعمق الممرات العصبية وبذلك تسهم في الارتقاء بالمستوى المهاري ومستوى الانجاز .

(محمد ابو الكشك ، 1998 ، ص75)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- تمتع طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمستوى عالي من التصور العقلي .
 - 2- تمتع طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمستوى عالي في القدرة على الاسترخاء .
 - 3- للقدرات العقلية التي يتمتع بها طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة علاقة طردية ومعنوية بأداء بعض المهارات الأساسية في لعبة التنس.
 - 4- ان للقدرات العقلية نسبة مساهمة عالية في تحسين اداء الفني لمهارتي الارسال والضربة الامامية بلعبة التنس لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- 4-2 التوصيات:

- 1- استعمال القدرات العقلية مع تعلم الاداء المهاري ضمن المناهج الدراسية و الوحدات التعليمية للطلاب لما لها من اثر في عملية تسريع التعلم .
- 2- اجراء اختبارات دورية لقياس القدرات العقلية ومستوى الاداء الفني للطلاب خلال الموسم الدراسي.
- 3- التركيز على القدرات العقلية في المجال الرياضي حتى يمكن تكامل الاعداد والاستفادة من ذلك في رفع مستوى الاداء المهاري للطلاب .
- 4- استخدام الاختبارات والمقاييس الذهنية المستخدمة في البحث كأدوات ووسائل علمية لقياس وتقويم الجانب الذهني للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 5- ضرورة الاخذ بنظر الاعتبار نتائج هذه الدراسة عند اجراء دراسة مماثلة للطالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 6- اجراء بحوث مشابهة للتعرف على نسبة مساهمة كل قدرة عقلية بتعلم الاداء الفني للمهارات الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

ملحق (1)

استمارة استطلاع تحديد القدرات العقلية

جامعة بابل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الماجستير

الاستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة :-

تروم الباحثة اجراء الرسالة الموسومة (القدرات العقلية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الاساسية بالتنس والمبارزة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في مجال اختصاصكم يرجى تفصلكم بالتأشير بعلامة (✓) على اهم القدرات التي لها علاقة بمهارتي الارسال والضربة الامامية بالتنس ومهارتي الطعن والهجوم المركب الدائري ، سلاح الشيش بالمبارزة .

مع الشكر والتقدير

الاسم:-

اللقب العلمي:-

التخصص:-

مكان العمل:-

التاريخ:-

التوقيع:-

طالبة الماجستير

اسراء علي محسن

لا تصلح	تصلح	القدرات العقلية
		تركيز الانتباه
		الذكاء
		الادراك
		القدرة على الاسترخاء
		اتخاذ القرار
		التصور العقلي
		الملاحظة

ملحق (2)

أسماء الخبراء والمختصين تم استطلاع آراهم فيما يخص تحديد القدرات العقلية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. حيدر عبد الرضا	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. حيدر ناجي حبش	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
3	د. سلمان عكاب سرحان	أستاذ	التقويم والقياس	جامعة الكوفة-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	حسين ربيع حمادي	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الانسانية
5	د. امل علي سلومي	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	د. هيثم حسين	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	د. شيماء علي خميس	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	د. حسن علي حسين	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	جامعة كربلاء-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	د. رعد عبد الامير	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	د. رائد عبد الامير	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	د. فاضل كردي	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (3)

استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لبيان مدى صلاحية الاختبارات للقدرات العقلية

جامعة بابل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا – الماجستير

الاستاذ الفاضل..... المحترم

تحية طيبة:-

تروم الباحثة اجراء البحث الموسوم (القدرات العقلية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الاساسية بالتنس والمبارزة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) ونظرا لمل تمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال يرجى الاطلاع على الاستمارة المرفقة وبيان مدى صلاحية الاختبارات الموضوعة للقدرات العقلية ومدى ملائمتها لعينة البحث ، بكتابة كلمة (يصلح) أو (لا يصلح)، وفي حالة وجود أي اضافة أو تعديل للاختبارات تسجل في الاستمارة .

مع الشكر والتقدير

الاسم :-

اللقب العلمي :-

الاختصاص :-

مكان العمل :-

التاريخ :-

التوقيع :-

طالبة الماجستير

اسراء علي محسن

استمارة ترشيح اختبارات القدرات العقلية

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	يصلح	لا يصلح	الملاحظات
1	تركيز الانتباه	اختبار (بوردون - انفيموف) المعدل للانتباه — عبد الجواد طه لقياس مظاهر الانتباه ، اختبار تركيز الانتباه			
2	التصور العقلي	اعد (رينر مارتنز) مقياس التصور العقلي الرياضي ، واعد صورته الى العربية اسامة كامل راتب .			
3	الاسترخاء	مقياس القدرة على الاسترخاء هذا المقياس وضعه فرانك فيتال سنة 1971م واعد صورته الى العربية محمد علاوي ، واحمد السويقي (1982) .			

الملحق(4)

أسماء الخبراء والمختصين تم استطلاع آراهم فيما يخص تحديد اختبارات القدرات العقلية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. عامر سعيد الخيكاني	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. حيدر عبد الرضا	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	د. حيدر ناجي حبش	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
4	د. حسين ربيع حمادي	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الانسانية
5	د. امل علي سلومي	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	د. هيثم حسين	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	د. شيماء علي خميس	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	د. حسن علي حسين	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	جامعة كربلاء-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	د. رعد عبد الامير	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	د. كاظم عبد نور	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الانسانية
11	د. عماد حسين عبيد	استاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية الاساسية

ملحق(5)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بابل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

عزيزي الطالب

تحية طيبة

بين يديك مجموعة من العبارات التي يراد بها ابداء رأيك فيها بكل حرية وصدق وامانة ، وبما ينطبق عليك فعلا ، لغرض خدمة البحث العلمي الذي نرجو مشاركتك فيه بجدية ، ولا حاجة لذكر الاسم .

ونأمل الا تترك عبارة واحدة من دون ان تجيب عليها ، مع ملاحظة انه لا توجد عبارة صحيحة واخرى خاطئة ، فالإجابة تعد صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به اتجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة .

وابداء بالإجابة بعد ان تقرأ العبارة بدقة ثم ضع امام كل واحدة منها علامة (✓) في اسفل البديل الذي تختاره والان ابداء بعد تدوين المعلومة الاتية :

علما ان اجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحث ولا تستخدم الا لأغراض البحث العلمي .

طالبة الماجستير

اسراء علي محسن

ملحق (6) توصيف اختبار (بوردون- انفيموف) المعدل لقياس مظاهر الانتباه

استخدم الباحثان اختبار (بوردون- انفيموف) المعدل من قبل عبد الجواد طه عام 1971 . ويعد هذا الاختبار احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمستخدم لقياس خمس من مظاهر الانتباه وهي (الحدة والثبات والتركيز والتوزيع والتحويل) وان الاختبار عبارة عن ورقة تحتوي على (31) سطرا من الارقام العربية موزع هيئة مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-5) ويحتوي كل سطرا على (10) مجموعات ومجموع ارقامها (40) رقما اي ان الاختبار يحتوي (310) مجموعة اي يحتوي على (1240) رقما ، وقد وضعت ارقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل متقن كما روعي في وضعها ان تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية ايضا لضمان عدم حفظها من قبل المختبر . ويوضح الشكل (4) استمارة (بوردون- انفيموف) لقياس تركيز الانتباه. (احمد محمد خطار واخرون ، 1978 ، ص 399)

وقد استخدم الباحثان في دراستها الاختبار التالي:

1- اختبار تركيز الانتباه:

الغرض من الاختبار: قياس تركيز انتباه اللاعب .

الادوات: جهاز مشنت صوتي ، ورقة مقياس الانتباه ، ساعة توقيت ، قلم .

طريقة تنفيذ الاختبار: زمن الاختبار (دقيقتان فقط)

عند سماع كلمة (ابداً) يقوم اللاعب بقلب الورقة في لحظة تشغيل ساعة التوقيت ويبدأ اللاعب بالبحث والشطب للرقم (96) سطرا تلو الآخر ومن اليسار لليمين ، ولمدة دقيقة واحدة فقط ، وعند سماعه كلمة (قف) يضع اللاعب علامة رأسية بجانب الارقام التي وصل اليها .

طريقة التصحيح واحتساب النتائج (للدقيقة الاولى) :

يتم استخراج الدلالات الاتية :

$A =$ (الحجم العام) وهو عدد الارقام التي نظرها اللاعب منذ بداية الاختبار وحتى كلمة (قف) .

$b =$ عدد التراكيب المفروض شطبها في ورقة الاختبار منذ البداية وحتى كلمة (قف).

$B =$ عدد الاخطاء العام (عدد التراكيب الخطأ التي شطبها + عدد التركيب الصحيحة التي لم يشطبها).

$E =$ معامل دقة العمل او تنفيذ الاختبار :

$$b - B \times 100$$

$$E = \frac{\quad}{\quad}$$

b

$$U1 = A \times E$$

بعد انتهاء الدقيقة الاولى يتم اعادة الاختبار نفسه ولمدة (دقيقة واحدة) ايضا ولكن بوجود مثير صوتي ، فعند اعطاء اشارة البدء يتم تشغيل الجهاز الذي يعطي صوتا بمعدل دقة واحدة لكل ثانية .

طريقة التصحيح واحتساب النتائج (للدقيقة الثانية) :

يتم استخراج الدلالات السابقة نفسها ، اي استخراج قيمة (U2) حيث :

$$U2 = A \times E$$

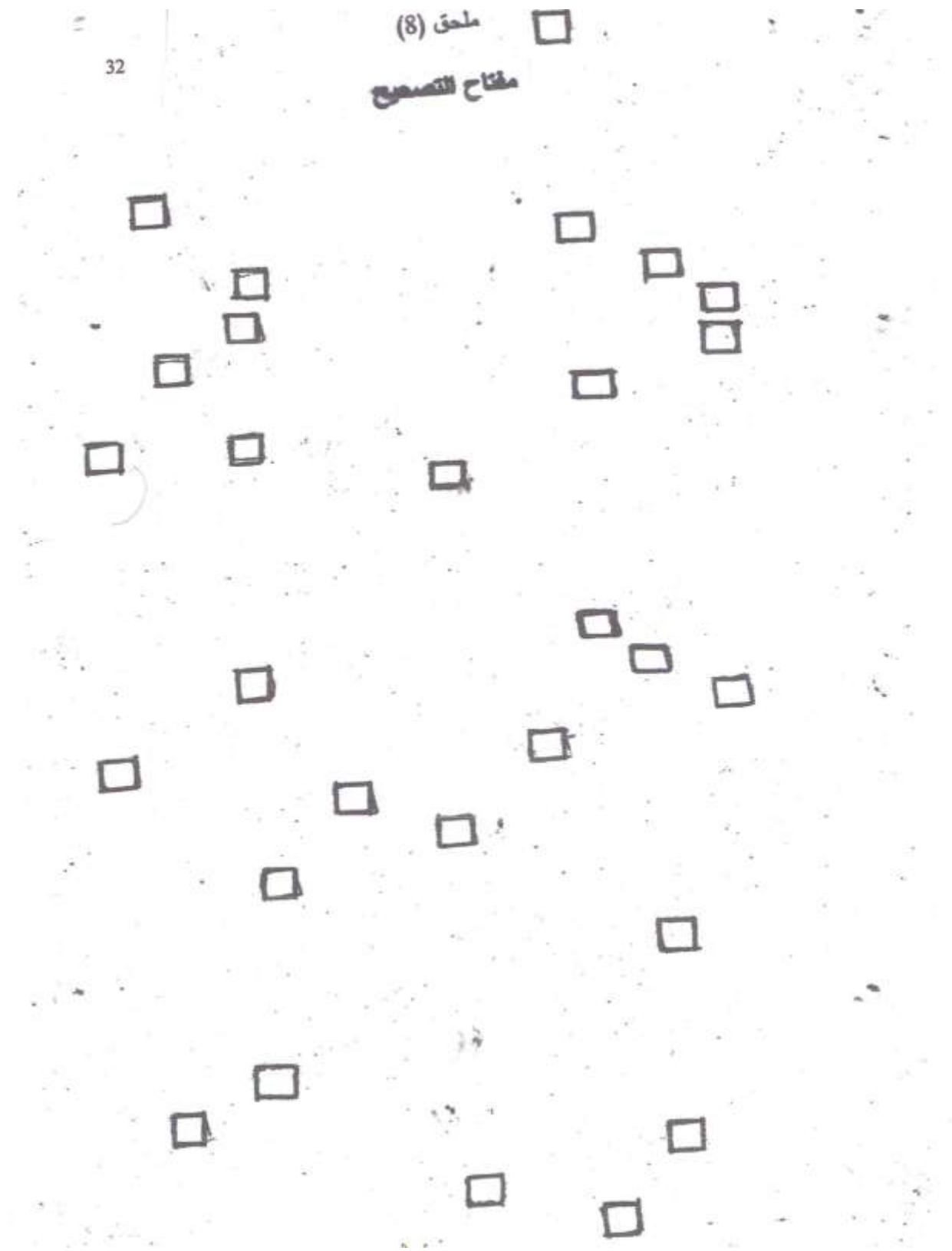
بعدها يتم حساب تركيز الانتباه عن طريق المعادلة الاتية :

$$K = U1 - U2$$

ملحق (7) اختبار تركيز الانتباه

31

1947 1948 1949 1950 1951 1952 1953 1954 1955 1956 1957 1958 1959 1960 1961 1962 1963 1964 1965 1966 1967 1968 1969 1970 1971 1972 1973 1974 1975 1976 1977 1978 1979 1980 1981 1982 1983 1984 1985 1986 1987 1988 1989 1990 1991 1992 1993 1994 1995 1996 1997 1998 1999 2000 2001 2002 2003 2004 2005 2006 2007 2008 2009 2010 2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 2021 2022 2023 2024 2025 2026 2027 2028 2029 2030 2031 2032 2033 2034 2035 2036 2037 2038 2039 2040 2041 2042 2043 2044 2045 2046 2047 2048 2049 2050 2051 2052 2053 2054 2055 2056 2057 2058 2059 2060 2061 2062 2063 2064 2065 2066 2067 2068 2069 2070 2071 2072 2073 2074 2075 2076 2077 2078 2079 2080 2081 2082 2083 2084 2085 2086 2087 2088 2089 2090 2091 2092 2093 2094 2095 2096 2097 2098 2099 2100 2101 2102 2103 2104 2105 2106 2107 2108 2109 2110 2111 2112 2113 2114 2115 2116 2117 2118 2119 2120 2121 2122 2123 2124 2125 2126 2127 2128 2129 2130 2131 2132 2133 2134 2135 2136 2137 2138 2139 2140 2141 2142 2143 2144 2145 2146 2147 2148 2149 2150 2151 2152 2153 2154 2155 2156 2157 2158 2159 2160 2161 2162 2163 2164 2165 2166 2167 2168 2169 2170 2171 2172 2173 2174 2175 2176 2177 2178 2179 2180 2181 2182 2183 2184 2185 2186 2187 2188 2189 2190 2191 2192 2193 2194 2195 2196 2197 2198 2199 2200 2201 2202 2203 2204 2205 2206 2207 2208 2209 2210 2211 2212 2213 2214 2215 2216 2217 2218 2219 2220 2221 2222 2223 2224 2225 2226 2227 2228 2229 2230 2231 2232 2233 2234 2235 2236 2237 2238 2239 2240 2241 2242 2243 2244 2245 2246 2247 2248 2249 2250 2251 2252 2253 2254 2255 2256 2257 2258 2259 2260 2261 2262 2263 2264 2265 2266 2267 2268 2269 2270 2271 2272 2273 2274 2275 2276 2277 2278 2279 2280 2281 2282 2283 2284 2285 2286 2287 2288 2289 2290 2291 2292 2293 2294 2295 2296 2297 2298 2299 2300 2301 2302 2303 2304 2305 2306 2307 2308 2309 2310 2311 2312 2313 2314 2315 2316 2317 2318 2319 2320 2321 2322 2323 2324 2325 2326 2327 2328 2329 2330 2331 2332 2333 2334 2335 2336 2337 2338 2339 2340 2341 2342 2343 2344 2345 2346 2347 2348 2349 2350 2351 2352 2353 2354 2355 2356 2357 2358 2359 2360 2361 2362 2363 2364 2365 2366 2367 2368 2369 2370 2371 2372 2373 2374 2375 2376 2377 2378 2379 2380 2381 2382 2383 2384 2385 2386 2387 2388 2389 2390 2391 2392 2393 2394 2395 2396 2397 2398 2399 2400 2401 2402 2403 2404 2405 2406 2407 2408 2409 2410 2411 2412 2413 2414 2415 2416 2417 2418 2419 2420 2421 2422 2423 2424 2425 2426 2427 2428 2429 2430 2431 2432 2433 2434 2435 2436 2437 2438 2439 2440 2441 2442 2443 2444 2445 2446 2447 2448 2449 2450 2451 2452 2453 2454 2455 2456 2457 2458 2459 2460 2461 2462 2463 2464 2465 2466 2467 2468 2469 2470 2471 2472 2473 2474 2475 2476 2477 2478 2479 2480 2481 2482 2483 2484 2485 2486 2487 2488 2489 2490 2491 2492 2493 2494 2495 2496 2497 2498 2499 2500 2501 2502 2503 2504 2505 2506 2507 2508 2509 2510 2511 2512 2513 2514 2515 2516 2517 2518 2519 2520 2521 2522 2523 2524 2525 2526 2527 2528 2529 2530 2531 2532 2533 2534 2535 2536 2537 2538 2539 2540 2541 2542 2543 2544 2545 2546 2547 2548 2549 2550 2551 2552 2553 2554 2555 2556 2557 2558 2559 2560 2561 2562 2563 2564 2565 2566 2567 2568 2569 2570 2571 2572 2573 2574 2575 2576 2577 2578 2579 2580 2581 2582 2583 2584 2585 2586 2587 2588 2589 2590 2591 2592 2593 2594 2595 2596 2597 2598 2599 2600 2601 2602 2603 2604 2605 2606 2607 2608 2609 2610 2611 2612 2613 2614 2615 2616 2617 2618 2619 2620 2621 2622 2623 2624 2625 2626 2627 2628 2629 2630 2631 2632 2633 2634 2635 2636 2637 2638 2639 2640 2641 2642 2643 2644 2645 2646 2647 2648 2649 2650 2651 2652 2653 2654 2655 2656 2657 2658 2659 2660 2661 2662 2663 2664 2665 2666 2667 2668 2669 2670 2671 2672 2673 2674 2675 2676 2677 2678 2679 2680 2681 2682 2683 2684 2685 2686 2687 2688 2689 2690 2691 2692 2693 2694 2695 2696 2697 2698 2699 2700 2701 2702 2703 2704 2705 2706 2707 2708 2709 2710 2711 2712 2713 2714 2715 2716 2717 2718 2719 2720 2721 2722 2723 2724 2725 2726 2727 2728 2729 2730 2731 2732 2733 2734 2735 2736 2737 2738 2739 2740 2741 2742 2743 2744 2745 2746 2747 2748 2749 2750 2751 2752 2753 2754 2755 2756 2757 2758 2759 2760 2761 2762 2763 2764 2



ملحق (9)

مقياس التصور العقلي

وهو المقياس الذي اعده "رينر مارتنز" واعد صورته العربية اسامة كامل راتب .

حيث يتضمن هذا المقياس اربعة مواقف رياضية :

- الممارسة بمفردك .

- الممارسة مع اخرين .

- مشاهدة الزميل .

- الاداء في المسابقة (المنافسة) .

والمطلوب من المفحوص ان يتصور الموقف الموضح له وتستجيب لكل موقف وفقا لميزان تقدير من خمسة ابعاد وكما

موضح بالمقياس .

ت	الفقرات	1	2	3	4	5
1	عدم وجود صورة للموقف					
2	وجود صورة لكن غير واضحة					
3	صورة واضحة بدرجة متوسطة					
4	صورة واضحة بدرجة كبيرة					
5	صورة واضحة بدرجة كبيرة جدا					

موقف (1) الممارسة بمفردك

اختر مهارة محددة في رفعة الخطف ... التصور العقلي انك تؤدي المهارة في المكان المعتاد بمفردك (الملعب ، المضمار ، حمام السباحة ، القاعة الرياضية ... الخ) اغلق العينين حوالي دقيقة وحاول ان تشاهد نفسك في هذا المكان ، تسمع الاصوات ، وتشعر بجسمك وهو يؤدي الحركات وكن واعيا بحالتك العقلية والانفعالية .

ت	المواقف الرياضية	1	2	3	4	5
1	كيف تجد رؤية نفسك وانت تؤدي المهارة					
2	كيف تجد الاستماع للأصوات المصاحبة للأداء					
3	كيف تشعر بجسمك يؤدي المهارة					
4	كيف تجد الشعور بحالتك الانفعالية المصاحبة					

موقف (2) الممارسة مع الآخرين

اداء التصور العقلي لنفس المهارة السابقة ، ولكن في حضور مدربك وزملائك في الفريق ، في هذه اللحظة ارتكبت خطأ واضحا . اغلق العينين حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ والموقف الذي يحدث بعده مباشرة .

ت	المواقف الرياضية	1	2	3	4	5
1	كيف تجد رؤية نفسك					
2	كيف تجد الاستماع للأصوات					
3	كيف تجد الاحساس الحركي للمهارة					
4	كيف تجد الشعور بحالتك الانفعالية					

موقف (3) مشاهدة الزميل

التفكير في الزميل لك يفشل في اداء مهارة سهلة . اغلق العينين حوالي دقيقة استحضر الصورة العقلية بنشاط وواقعية لاداء زميلك وهو يفشل في اداء هذه المهارة في احدى المسابقات او المنافسات الرياضية .

ت	المواقف الرياضية	1	2	3	4	5
1	كيف تجد رؤية زميلك					
2	كيف تجد الاستماع للأصوات					
3	كيف تشعر بجسمك					
4	كيف تجد الشعور بالانفعالات					

موقف (4) الاداء في المسابقة

التصور العقلي لنفسك تقوم بالأداء في احدى المسابقات (المنافسة) وانت تلعب بمهارة فائقة ، ويوجد جمهور وزملاء يعبرون عن تقديرهم لك . الان اغلق العينين حوالي دقيقة وتصور هذا الموقف بواقعية ونشاط كلما امكنك ذلك .

ت	المواقف الرياضية	1	2	3	4	5
1	كيف تجد رؤية نفسك					
2	كيف تجد الاستماع للأصوات					
3	كيف تجد الاحساس بالأداء الحركي					
4	كيف تجد الشعور بالانفعالات					

تقدير درجاتك للتصور العقلي:

التصور البصري = جمع الدرجات في العبارة (١) للمواقف الاربعة =

التصور السمعي = جمع الدرجات في العبارة (٢) للمواقف الاربعة =

الاحساس الحركي = جمع الدرجات في العبارة (٣) للمواقف الاربعة =

الحالة الانفعالية المصاحبة = جمع الدرجات في العبارة (٤) للمواقف الاربعة =

تتراوح الدرجات لكل (بعد) بين ٤ درجات كحد أنى و ٢٠ درجة كحد أقصى و كلما زادت الدرجة بين ذلك كفاءتك في القدرة على التصور العقلي والدرجة المنخفضة تعني انك تحتاج الى المزيد من التدريب لتطوير هذا البعد للتصور العقلي .

ملحق (10)

مقياس القدرة على الاسترخاء

هذا المقياس وضعه فرانك فيتال سنة ١٩٧١م وأعد صورته العربية محمد علاوي ، وأحمد السوفي (١٩٨٢) . يتكون المقياس من (١٥) عبارة، تتيح للاعب الفرصة للتعبير عن قدرته على الاسترخاء البدني الاداري والعقلي عن طريق الاستجابات اللفظية لعبارات المقياس ، والدرجة العظمى للمقياس (٦٠) درجة والصغرى (١٥) درجة ، وذلك عن طريق الاستجابة على عبارات المقياس، فأمام كل عبارة أربع اجابات (دائما - أحيانا - نادرا - أبدا) تعطي لها درجة تقديره على الترتيب التالي (١-٣-٢-٤) ، هذا ويصلح المقياس لجميع المراحل السنية بنين/بنات مع تباين المستوى الاقتصادي والتعليمي .

ت	العبارات	دائما	احيانا	نادرا	ابدا
1	هل تميل للتغير في حياتك				
2	هل تشعر بنوبات من القلق				
3	هل لديك وقت للاسترخاء والراحة قبل النوم				
4	هل انت خاليا من العصبية او النرفزة الشديدة				
5	هل تتناوب نوبات من الصداع				
6	هل تقوم بهز رجلتك او طريقة اصابعك او قضم اظافرك				
7	هل تشعر بالتوتر عندما تجلس على مقعد لمدة طويلة				
8	عندما ينتابك توتر هل يمكن التخلص منه				
9	هل تستيقظ منتعش بعد ان تأخذ غفوة اثناء اليوم				
10	هل يمكنك التركيز في موضوع واحد فقط				
11	هل يشغل بالك شيء اخر عندما تمارس اي نشاط او هواية محببة اليك				
12	هل تستيقظ منتعشا في الصباح				
13	هل يسهل عليك النوم ليلا				
14	هل تستطيع ان تنسى همومك عندما تذهب للنوم ليلا				
15	هل يمكن القيام بحركات بسيطة لإزالة التوتر حتى تستطيع النوم				

ملحق (11)

استمارة تقويم اداء بعض المهارات بالتنس

اختبار تقويم الأداء الفني:-

يؤدي تقويم المهارات الرياضية دوراً فعالاً لأنه يعطي مؤشراً حقيقياً للاتجاه الصحيح لتقدم ورقي أداء مهارات اللاعبين وهناك طرائق مختلفة لتقويم المهارات الرياضية إذ اعتمد الباحث طريقة حساب النقاط فقد استخدم "التصوير الفديوي للقيام بعملية التقويم لان ذلك سوف يزيد من موضوعية التقويم ، ومن ثم عرضت على المقيمين(*)

استخدم التصوير الفديوي لإتاحة الفرصة للمقوم في التركيز على الحركة كذلك يمكنه تكبير وإعادة الحركة عدة مرات وهذا يساعد أيضاً المقوم على منح المختبر الدرجة التقويمية المناسبة والأكثر دقة ، وقام الباحث باحتساب درجة كل طالب من خلال المعدل لدرجات المقيمين الثلاث .

علماً أن الدرجة النهائية للتقويم (١٠) درجات والتي اعتمد فيها البناء الظاهري للمهارة وكانت الدرجة مقسمة وفق أقسام المهارة الثلاثة وكما يأتي :-

١- القسم التحضيري يمنح (٢) درجة.

٢- القسم الرئيس يمنح (٥) درجات.

٣- القسم الختامي يمنح (٣) درجات.

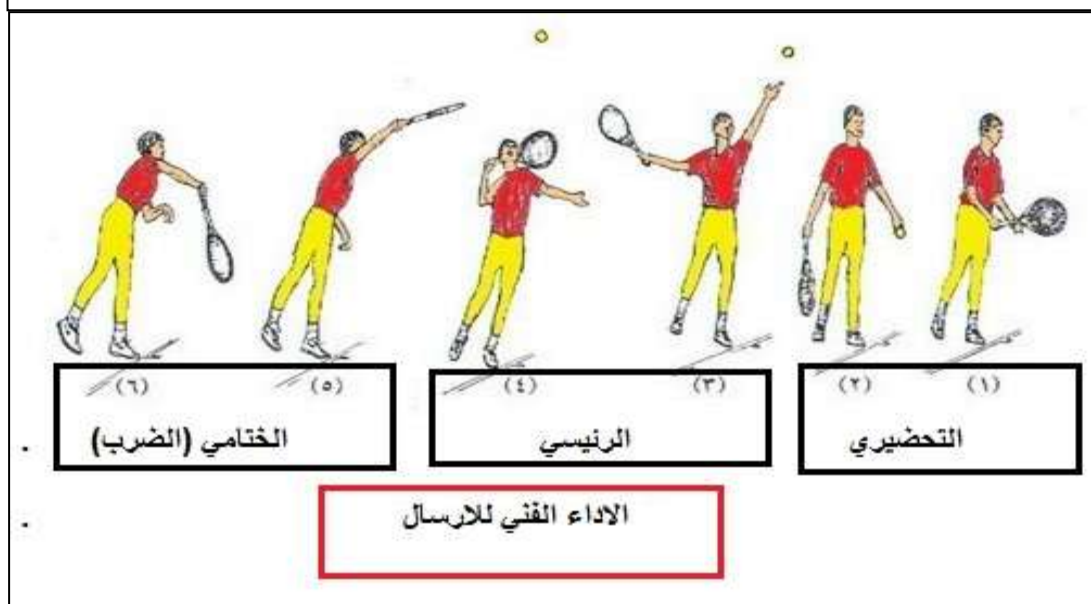
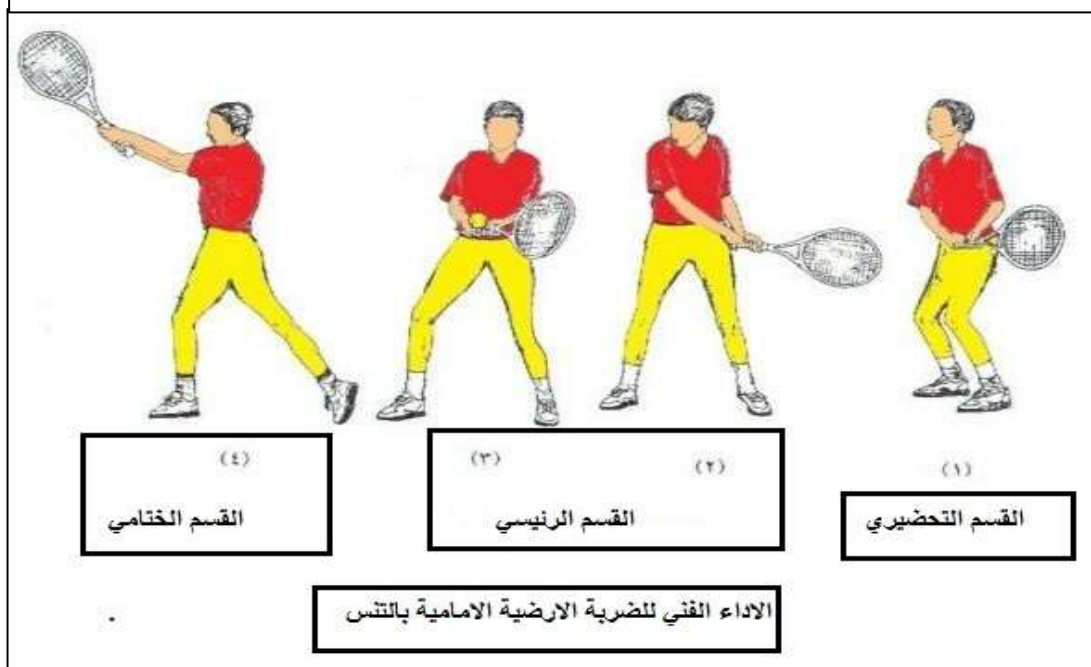
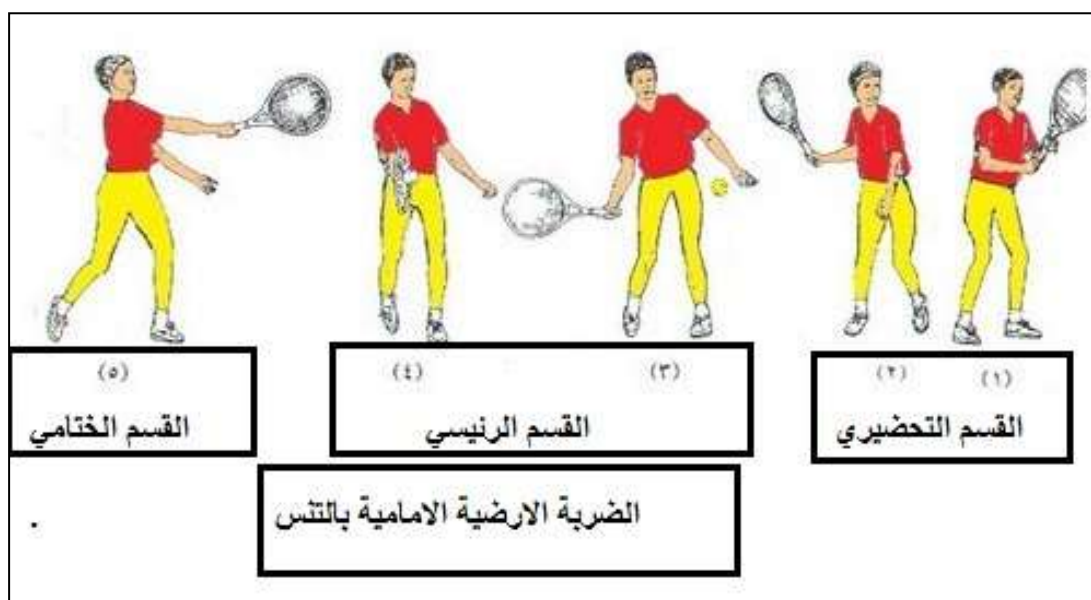
* (المقيمين) هم كل من:

أ.م.د. مازن هادي كزار: مدرس مادة العاب المضرب الريشة الطائرة جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة).

أ.م.د. ماهر عبد الحمزة حردان: مدرس العاب المضرب التنس جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. حذيفة ابراهيم الحربي: مدرس مادة العاب المضرب الريشة الطائرة جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة).



ملحق (12)

أسماء الخبراء والمختصين الذين تم استطلاع أراهم في تقييم الاداء المهاري للطلاب في لعبة التنس

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. مازن هادي كزار	استاذ مساعد	تعلم حركي/العاب المضرب	جامعة بابل — كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. ماهر عبد الحمزة حردان	استاذ مساعد	تعلم حركي/العاب المضرب	جامعة بابل — كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	د. حذيفة ابراهيم الحربي	استاذ مساعد	تعلم حركي/العاب المضرب	جامعة بابل — كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (13)

اسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	الشهادة
1	مازن محمد	دراسات عليا/ماجستير
2	صدام فخري	دراسات عليا/ماجستير
3	احمد حمزة	دراسات عليا/ماجستير
6	حيدر الغزالي	دراسات عليا/ماجستير
4	امير محسن	بكالوريوس
5	رغداء علي	بكالوريوس