

تأثير برنامج ارشاد بالمعنى في سرعة الطعن ودقته للاعبين المبارزة بسلاح الشيش في اقليم

كوردستان العراق

أ.د. عزيمة عباس السلطاني ، م. يادكار سعيد عبدالعزيز

العراق. اربيل. جامعة صلاح الدين. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

من خلال اطلاع الباحثين على المصادر والبحوث والدراسات العلمية والعربية والاجنبية وفي حدود علمه تبين ان هناك قلة في منهاج ارشاد بالمعنى لسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش لدى الرياضيين في البيئة العراقية بشكل عام وكوردستان - العراق بشكل خاص ، وذلك للتعرف على تأثير منهج ارشاد بالمعنى في سرعة الطعن ودقته والتي من شأنها ان تعمل على تصنيف وترتيب اللاعبين وفقا لقدراتهم النفسية والعقلية وتعمل كأساس صادق للتنبؤ بالنجاح في المستقبل ومن ثم امكانية عمل على منهج إرشادية نفسية تساهم في تطوير سرعة الطعن ودقته ، ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء منهج ارشاد بالمعنى لدى لاعبي المبارزة ، وذلك لتطوير سرعة الطعن ودقته لدى اللاعبين ولمساعدة اللاعبين في الوصول الى افضل درجات سرعة الطعن ودقته . وهدف البحث هو بناء منهج ارشاد بالمعنى للاعبين المبارزة في اقليم كوردستان العراق . وتمثل عينة البحث بلاعبين فئة المتقدمين في اقليم كوردستان العراق في لعبة

(المبارزة) للموسم ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ والمتمثلة ب (٧٠) لاعبا موزعين على (١٦) اندية بالعبة المبارزة ، اختار الباحثين اندية اربيل لسهولة تطبيق المنهاج عليهم والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا والتي هي (نادي اكاد) ب (٥) لاعبين ونادي (بيشكوتن) ب (٤) لاعبين ونادي (هندرين) ب (٤) لاعبين ونادي (قلاي تركمان) ب (٤) لاعبين ونادي (ثالا) ب (٣) لاعبين و(٥) لاعبين من(هندرين ، بيشكوتن) كعينة للشباب والتجارب.

الكلمات المفتاحية: تأثير برنامج ارشاد ، سرعة الطعن ، المبارزة.

يعد الارشاد فنا وعلما ينسب الى العلوم التربوية والنفسية ، كما انه خدمة فنية يمارسها المرشد المتخصص لكي يقوم بتقديم المساعدة "بشكل مباشر أو غير مباشر "لشخص بحاجة لها لمساعدته على التكيف الشخصي أو التربوي أو المهني أو هو فن من فنون العلاقات الاجتماعية التي تقوم على أساس علمي وتدريب عملي وفني في مراكز ومؤسسات متخصصة .(فرانكل ، ٢٠٠٧) و(الحسيني ، ٢٠١١) .

والإرشاد وعملية من عمليات التوجيه التي تقوم بين المرشد والمسترشد "الشخص القائم بالإرشاد واللاعب المتلقي للإرشاد "وتبنى هذه العلاقة الفنية علاقة صداقة بين الرشد واللاعب أو بين المدرب واللاعب من خلال تعمق الباحثين وذوي الاختصاص في دراساتهم وأبحاثهم حول موضوع الإرشاد وأهميته للأشخاص العاديين والرياضيين على وجه الخصوص . (بني احمد ، ٢٠٠٧ ، ص١٤) ويعد الإرشاد

النفسي الوجه العملي والفعلية الذي يحاول أن يقود الرياضي صوب الصحة النفسية المثلى، وهو أحد قنوات الخدمة النفسية التي يتم تقديمها للأفراد والجماعات بهدف التغلب على بعض الصعوبات التي تعترض أهدا فالفرد والجماعة (التميمي ، ٢٠١٦ ، ص١٠٥) الإرشاد بالمعنى

هو احد المدارس الارشادية وهو التوجه الانساني وتبع تطبيقات العلاج الوجودي،Existential Therapy ويعد اسلوبا جديدا في الارشاد النفسي ويعتبر مجال أوسع عن علاج الوجودي ، لانه نجح في تطوير فنياته في الممارسة الارشادية ، ضمن منظومة الاهتمام بالاتجاه الانساني الذي يهتم بدراسة الانسان كخبرة روحية الى جانب كونه تركيب بيولوجي وعقلي قابل للنمو والتغيير والتسامي.(Frankl.1976.p75)

مجموعة من الفنيات والانشطة المستخدمة من الاسس والمبادئ التي قدمها فرانكل في نظريته الارشاد بالمعنى والتي تؤكد على الفردية الانسان وأن لديه حرية ارادة وان جودة له معنى وله قيمة ، ويمكن بمساعدة الارشاد اكتشاف جوانب القوة والضعف واستثمار طاقة الاصلية في ايجاد معنى وهدف في الحياة.

وفي لعبة المباراة التي تتميز بتحمل اللاعب موقف المنافسة وحده وجها لوجه مع منافسه ولما كانت النواحي التكتيكية والتقنيكية للاعب كثيرة ومتعددة، تطلب ان يكون هذا اللاعب على قدر مناسب من المعرفة حتى يستطيع ان يواجه كل هذه المواقف المتغيرة والمتعددة التي يوجهها بمفرده في اثناء سير التبارز في التدريب او المنافسة والتأقلم مع هذه الظروف ذاتيا ، فان ذلك يتطلب منه ان يكون على قدر عال من الاحساس بفاعلية الذات لتكون له القدرة على مواجهة تلك المتطلبات فالأشخاص الذين يمتلكون الكفاءة في المجالات متنوعة تكون قدرتهم على مواجهة تحديات الحياة ، والفشل اكثر فمصطلح الكفاءة الذاتية المدركة يشير الى

معتقدات الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ المخططات العملية المطلوبة لا نجاز الهدف المراد (احمد على ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٢)

كما ان اللاعب المباراة يحتاج الى الشعور بامتلاكه للهوية والتي لا تتفصل عن الذات وتقييمه لها حيث ان الهوية هي الاحساس بالاستمرارية والتطابق مع الذات ومع الصورة التي يحملها الآخرون عن الشخص (cote – j .1988 . p88)

ويذكر كل من (محمد حسن ومحمد نصرالدين) "انه كلما يتميز الفرد الرياضي بقدر كبير من السمات الكفاءة الذاتية وناحية النفسية المناسبة للمواقف والمثيرات التي يتعرض لها كان ادائه متميزا وان الاهتمام بالجانب النفسي يعد متغيرا هاما يؤدي الى رفع قدرة اللاعب على الاداء"

(محمد حسن علاوي ، ص ١١٠)

لا يعتمد الاداء الحركي للاعب المباراة على الجوانب البدنية والمهارية والخطية فحسب بل يعتمد على ما يمتلكه من العوامل اخرى تتعلق بالجانب النفسي الذي يمتلكه كتنبي الفرد اعتقادا بانه يمتلك الكفاءة الذاتية لا نجاز الاهداف المطلوبة والذي يعد من بين الخصال الاساسية للفرد .

من خلال اطلاع الباحثين على المصادر والبحوث والدراسات العلمية والعربية والاجنبية وفي حدود علمه تبين ان هناك قلة في منهاج ارشاد بالمعنى لسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش لدى الرياضيين في البيئة العراقية بشكل عام وكوردستان - العراق بشكل خاص ، وذلك لتعرف على تأثير منهاج ارشاد بالمعنى في سرعة الطعن ودقته والذي من شأنها ان يعمل على تصنيف وترتيب اللاعبين وفقا لقدراتهم النفسية والعقلية وتعمل كأساس صادق للتنبؤ بالنجاح في المستقبل ومن ثم امكانية عمل على منهاج إرشادية نفسية تساهم في تطوير سرعة الطعن ودقته ، ومن هنا ظهرت الحاجة الى اعداد منهاج ارشاد بالمعنى لدى لاعبي المباراة ، وذلك لمعرفة تأثيره في سرعة الطعن ودقته لدى اللاعبين ولمساعدة اللاعبين في الوصول الى افضل درجات سرعة الطعن ودقته .

ويهدف البحث الى:

- ١- اعداد منهج ارشاد بالمعنى للاعبي المباراة في سلاح الشيش .
- ٢- الكشف عن الفروق في سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي للاعبي عينة البحث .
- ٣- الكشف عن الفروق في سرعة الطعن ودقته للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدي .

٢- اجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحثين المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي المباراة فئة المتقدمين في اقليم كردستان للموسم (٢٠٢٠-٢٠٢١) اذ بلغ مجتمع البحث (٧٠) لاعبا موزعين على (١٦) نادي ، اختار الباحثين اندية اربيل لسهولة تطبيق المنهاج عليهم والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا والتي هي (نادي اكاد) ب (٥) لاعبين ونادي (بيشكوتن) ب (٤) لاعبين ونادي (هندرين) ب (٤) لاعبين ونادي (قلاى تركمان) ب (٤) لاعبين ونادي (ثالا) ب (٣) لاعبين و(٥) لاعبين من (هندرين ، بيشكوتن) كعينة للثبات والتجارب.

١-٢-٢ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (٤٥) لاعبا، يمثلون (١١) ناديا ، فقد مثل محافظة كركوك ب(١٦) لاعبا من الاندية التالية (سولاف نوى) ب(٥) لاعب ونادي (بابا كوركور) ب(٣) لاعب ونادي (كيوان) ب(٣) لاعب ونادي (التاخي) ب(٣) لاعب ونادي (ليان) ب(٢) لاعب ، اما محافظة دهوك فقد مثلها نادي زيرفاني ب(٤) لاعبين ، ومحافظة السليمانية ب (٢٥) لاعب مثلتها اندية (سيروان نوى) ب (٥) لاعب

ونادي (سرجنار) ب (٤) لاعب ونادي (بيشمركة سليمان) ب(٦) لاعب ونادي (بختياري)

ب(٥) لاعب ونادي (اشتي) ب(٥) لاعبين واختار الباحثين اندية اربيل لسهولة تطبيق البرنامج عليها .

٢-٢-٢ التجانس بين افراد عينة البحث:

لتجنب تأثير العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى العينة في (الكتلة والطول والتحصيل الدراسي والعمر التدريبي) ، أجرى الباحثين التجانس بين افراد عينة البحث في المتغيرات كما مبين في الجدول (١) .

جدول (١) يبين التجانس للاعبين عينة البحث

المتغيرات ووحدة القياس	كتلة/كغم	عمر/سنة	طول/سم	التحصيل لدراسي*	العمر التدريبي /سنة
الوسط الحسابي	67.16	23.91	175.33	4.25	4.08
الانحراف المعياري	5.25	0.79	3.25	0.75	0.90
معامل الالتواء	0.31	0.16	0.57	0.47	0.18

يبين في الجدول (١) ان القيمة (معامل الالتواء) لكل من (الكتلة والعمر والطول والتحصيل الدراسي والعمر التدريبي) كانت (٠,٣١ ، ٠,١٦ ، ٠,٥٧ ، ٠,٤٧ ، ٠,١٨) على التوالي وهي اقل من (+ - ١) وهذا يدل على ان افراد العينة متجانسين في هذه المتغيرات .

في هذا المتغير، تم اعطاء الدرجات حسب المرحلة الدراسي: الاميين درجة واحدة ، الذين انهوا المرحلة الابتدائية درجتان ، والمرحلة المتوسطة ثلاثة درجات ، والمرحلة الاعدادية اربعة درجات ، والمرحلة البكالوريوس خمسة الدرجات).

من اجل ايجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث قام الباحثين باستخدام اختبار (t . test) بين المجموعتين في متغير الدراسة (تأثير برنامج ارشاد بالمعنى في سرعة الطعن ودقته لاعبي المبارزة بسلاح الشيش) كما مبين في جدول (٢).

الجدول (٢) يبين التكافؤ بين مجموعتي البحث

المقياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		t القيمة المحسوبة	قيمة الاحتمالية Sig	الدالة
	س	+ع	س	+ع			
سرعة الطعن/ثانية	14.32	0.82	12.61	0.91	-0.303	0.769	غير دال
دقة الطعن/درجة	6.82	0.76	9.51	0.55	1.88	0.094	غير دال

يبين جدول (٢) ان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعة البحث في سرعة الطعن ودقته حيث بلغت قيمة (t) سرعة العن ودقته (-٠,٣٠٣ ، ١,٨٨) والقيمة الاحتمالية (٠,٠٩٤ ، ٠,٧٦٩) وبما ان القيمة الاحتمالية اكبر من (٠,٠٥) وهذا يدل على عدم وجود فروق بين مجموعتين ، وهذا يدل على ان المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في سرعة الطعن ودقته .

٢-٣-١ الاجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز قياس الطول والوزن الكرتوني نوع (Detect) يقيس لأقرب (٠,٢) كغم امريكي المنشاء.
- جهاز حاسوب محمول نوع (TOSHIBA) ياباني المنشاء .
- جهاز شاخص الكرتوني لسرعة الطعن ودقته ايطالي المنشاء نوع (FAVE)

٢-٣-٢ الوسائل والادوات المستخدمة في البحث:

- المراجع والمصادر العربية والاجنبية .
- اراء الخبراء والمختصين .
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- كاميرا تصوير فيديو مع مسند كاميرا .
- سلاح الشيش تدريبي عدد (١٠) .
- بدلة مبارزة عدد (٦) .
- قناع الرأس عدد (٤) .
- قفاز عدد (٦) .
- شريط لاصق .
- اختباري سرعة الطعن ودقته .
- استمارة تسجيل البيانات وتفرغها .
- الملاحظة الميدانية والمقابلات الشخصية مع ذو الاختصاص.

٢-٤ اختبار سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش: (عابدين ، جمال عبدالحميد ، ١٩٨٤ ، ص ١٥٤)
هدف الاختبار: لقياس وسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش في المباراة .
الادوات اللازمة: شاخص الكتروني* ، وسلاح شيش تدريبي .

خط الاستعداد وارتفاع الشاخص: يرسم الخط بشريط لاصق على الارض لكل لاعب وحسب مسافة الطعنة لكل مبارز من وضع الاستعداد امام الهدف والمتناسبة مع طول ذراعه ورجليه . ويكون الشاخص على الارتفاع المناسب لطول اللاعب .

وصف الاختبار:

- يقف اللاعب المختبر على خط الاستعداد بوضع التحفز بعد ان تم تحديده من قبل القائم بالاختبار والذي هو الباحثين فضلا عن خط الطعن الخاص بهذا المختبر الذي يكون مستعدا لأداء الاختبار .
- عندما يسمع المختبر اشارة البدء من قبل مدير الاختبار وهي (ابدا) يقوم بأداء (١٠) طعنات متتالية بأقصى سرعة ممكنة مع التأكيد على الدقة في الوقت نفسه .
- يجب على اللاعب المختبر ان يثبت قدمه الخلفية اثناء الاداء .
- يجب على اللاعب ان ينقل قدمه الامامية من خط الاستعداد الى خط الطعن عند اداء الطعنة ثم العودة.

- الشاخص الكتروني:

عبارة عن هدف يعلق على الحائط على سكة تتحرك حسب طول اللاعب مرسوم عليها (٥) دوائر تضيء هذه الدوائر باللون الاحمر عند ظهور المثير عليها وتضيء بالأخضر عند تحقيق اللمس عليها وان المدة الزمنية بين الضوئين هي الزمن المستغرق لعملية اللمس ويسجل الزمن على الشاشة الرقمية في اعلى الجهاز مع تسلسل المحاولة كما ويظهر الجهاز ايضا في نهاية المحاولات العشر معدل او متوسط هذه المحاولات . كما موضح في الشكل (١) .



الشكل (١) يوضح الشاخص الالكتروني

طريقة التسجيل: يتم تسجيل عدد الطعنات الصحيحة على الهدف علما ان اعلى درجة دقة يمكن ان يحصل عليها المختبر هي (١٠) طعنات صحيحة واقل درجة هي (صفر) وفي الوقت نفسه يسجل الجهاز تلقائيا معدل زمن الطعنات العشرة علما ان الجهاز يسجل ١,٥ للمحاولة الفاشلة .

٢-٥ المعاملات العلمية للاختبارات المختارة:

لغرض اعتماد الاختبارات المختارة في الدراسة ، قام الباحثين بإجراء المعاملات العلمية من الصدق والثبات وكما يأتي:

١- الصدق:

من اجل التحقق من صدق الاختبارات قيد البحث اعتمد الباحثين الصدق الظاهري وذلك من خلال عرضها على مجموعة من المختصين ، ملحق (١) وذلك لإبداء ملاحظاتهم وآرائهم حول مدى صلاحية تلك الاختبارات وملائمتها لقياس السرعة الطعن ودقته ، وقد اشاروا الى صلاحيتها للتطبيق على افراد العينة بنسبة بلغت (٨٨%) .

٢- الثبات:

بغية حساب معاملات الثبات لاختبار سرعة الطعن ودقته ، قام الباحثين بإيجاده عن طريق الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار ، فقد تم تطبيق الاختبار الاول على عينة من (٥) لاعبين ثم اعيد تطبيقه مرة ثانية على اللاعبين انفسهم بعد اسبوع (٧ ايام) ، اذ يشير (محمد صبحي حسنين ، ١٩٩٥ ، ص١٩٧)

الى "ان استخدام فترة اسبوع كفاصل بين التطبيقين في الاختبارات الاداء يعد اجراء مناسباً للحصول على معامل الثبات بهذا الاسلوب (محمد صبحي حسنين ، ١٩٩٥ ، ص١٩٧)

"وتم ايجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الاختبارين الاول والثاني ، اذ بلغت قيم (ر) المحتسبة (٠,٨٦ ، ٠,٨٥) لاختباري (سرعة الطعن ودقة الطعن) على التوالي والتي كانت اكبر من (ر) الجدولية والتي تبلغ (٠,٧٥) وتحت نسبة خطأ (٠,٠٥) ، وعند درجة حرية (٥) ويتضح من النتائج ان هناك علاقة ارتباط معنوية مما يؤكد ثبات الاختباران ، كما مبين في الجدول (٣) .

جدول (٣) يبين قيم (ر) المحتسبة والجدولية لاختبارات المختارة

الاختبارات	قيم (ر) المحتسبة	* قيمة (ر) الجدولية
اختبارات السرعة الحركية للطعن	0.86	0.75
اختبارات دقة الطعن	0.85	

● الدرجة الجدولية عند نسبة خطأ <(٠,٠٥) ودرجة حرية (٥) .

٢-٦ تغيرات البحث وكيفية ضبطها:

٢-٦-١ السلامة الداخلية للتصميم:

لضبط السلامة الداخلية لابد من السيطرة على بعض المتغيرات التابعة لها وهي:

أ- العمليات المتعلقة بالنضج:

والمقصود بالنضج "هي عمليات النمو البيولوجي والنفسي التي تحدث لا فراد التجربة في اثناء اجرائها"

(الكبيسي ، ٢٠٠٤ ، ص٢٤)

وتم ضبط هذا المتغير بتحقيق التجانس في العمر والكتلة والطول .

ب- ظروف التجربة والعوامل المصاحبة لها:

ويقصد بها كل الحوادث التي يمكن حدوثها في اثناء مدة التجربة ، من تاريخ بدء تنفيذ التجربة ولغاية انتهائها ، التي لها اثر في المتغيرات ، الى جانب المتغيرات المستقلة ، اذ لم يتعرض البحث خلال مدة التجربة لحادث مؤثر سلبي وفيما يتعلق بهذا البحث ، لم تتعرض عينة البحث خلال مدة التجربة من تاريخ ٢٠٢١/ ٣/١٥ ولغاية ٢٠٢١/٥/٣١ الى اي حادث يذكر ويؤثر سلبا في التجربة .

ج- ادوات القياس:

تمت السيطرة على هذا العامل باستخدام الادوات نفسها في الاختبارين القبلي والبعدي مع عينة البحث .

د- الفروق في اختيار افراد التجربة :

تمت السيطرة على هذا المتغير بتحقيق التجانس والتكافؤ بين المجموعتين ، فضلا عن ذلك استخدم الباحثين الطريقة العشوائية في اختيار المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية .

هـ- التاركون للتجربة:

ويقصد به الاثر الناتج عن انقطاع بعض اللاعبين وتركهم ضمن احدى مجموعات البحث ، مما يؤثر على نتائج الاختبار ، سيطر الباحثين على هذا المتغير ، ولم يحدث عارضا يؤثر في سير تجربة البحث.

٢-٦-٢ السلامة الخارجية للتصميم:

يمكن للباحث تعميم نتائج بحثه خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة اذا ما تحقق من السلامة الخارجية للتصميم (ملكاوي ، ١٩٧٨ ، ص ١٧٢)

ولتحقيق السلامة الخارجية ينبغي ضبط العوامل الآتية:

أ- تفاعل تأثير المتغير التجريبي (المستقل) مع اختيار العينة:

ليس لهذا العامل او المتغير اي تأثير في التجربة وذلك لاختيار عينة البحث بالطريقة عشوائية ، تحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث .

ب- اثر الاجراءات التجريبية:

لم يشعر الباحثين اللاعبين بأهداف البحث ، فضلا عن ذلك يتطلب العمل التجريبي في البحث ضبط عوامل اخرى تتعلق باجراءات تجريبية حفاظا على سلامة التصميم التجريبي من اثارها ومن هذه العوامل

ج- اثر الاختبار القبلي:

تم ازالة تأثير هذا المتغير ، وذلك بإطالة المدة ما بين الاختبارين القبلي والبعدي .

د- اثر التفاعل بين عاملين او اكثر او تداخل المواقف التجريبية:

لم يتعرض افراد العينة لأي تجربة اخرى خلال مدة تنفيذ التجربة ، اذ ينبغي ان لا يتعرض افراد عينة البحث (التجريبية والضابطة) الى اجراءات تجارب اخرى خلال الفترة الزمنية نفسها ، وبالتالي انعدام تأثير هذا العامل .

هـ- مكان الوحدات الارشادية:

طبقت وحدات الارشاد بالمعنى جميعها على المجموعة التجريبية في مكان واحد وهو كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/جامعة صلاح الدين/اربيل (قاعة المباراة العملي) . بالتنسيق مع السادة المختصين بتطبيق وحدات البرنامج الارشادي وبتنظيم الجدول الاسبوعي لإعطائها .

٧-٢ المنهج الارشادي:

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في اعداد برنامج الارشاد بالمعنى الذي يهدف الى معرفة تأثيره في الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته لدى لاعبين المبارزة في اقليم كوردستان ، تبني الباحثين نظرية الارشاد بالمعنى للعالم (وليام جلاس) ، لذا استخدم الاساليب الفعالة في التخطيط ، ويسعى البحث للوصول الى اقصى حد من الفعالية وباقل التكاليف .وبعد الاطلاع على الادبيات والمراجع العلمية المتعلقة بالمنهج الارشادية ، تم اعداد منهاج للإرشاد بالمعنى وتأثيره في الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته للاعبي المبارزة (الملحق ١) ، وقد عرض المنهاج على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس الرياضي للتحقق من مدى صلاحيته. والذي يضم (١٢) جلسة ارشادية جماعية بمعدل جلستين في الاسبوع (الاحد والاثنين) من كل اسبوع ، زمن كل جلسة (٤٥) دقيقة ولمدة ستة اسابيع .

- اللقاء المادة الارشادية: القيت المحاضرات الارشادية من قبل الدكتور (سعيد نزار سعيد) استاذ علم النفس الرياضي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية/جامعة صلاح الدين .

١- الفترة الزمنية للتجربة:

تمت السيطرة على هذا المتغير ، بإخضاع عينة البحث في المجموعة التجريبية لمدة زمنية واحدة ، اذ بدأت بتاريخ ٢٠٢١/٣/١٥ وانتهت بتاريخ ٢٠٢١/٥/٣١ .

٢- مكان الجلسات الارشادية:

طبقت جلسات المنهاج الارشادية جميعها على المجموعة التجريبية في مكان واحد . وهو القاعة الدراسية لعبة المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية/جامعة صلاح الدين/اربيل ، من بداية تنفيذ التجربة وحتى نهايتها ، اذ قام الباحثين بالتنسيق مع السادة المختصين بتطبيق جلسات المنهاج الارشادي وفق جدول اسبوعي منظم .

٢-٧-١ خطوات اعداد منهج الارشاد بالمعنى:

تم الاعتماد على نظام التخطيط في اعداد منهج الارشاد بالمعنى ، اذ قام الباحثين بوضع منهج الارشاد بالمعنى ، واعداده في ضوء الهدف البحث ، مستندا الى الخطوات الاتية

(الدوسري ، ١٩٨٥ ، ص٢٣٨)

١- تحديد الحاجات:

تعد الخطوة الاولى في عملية بناء المنهاج الارشادي هو اعداد اسبقيات ، تتضمن عناوين الجلسات الارشادية (الملحق ١) معتمدا على الادبيات والدراسات السابقة ، وقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال التربية وعلم النفس وعلم النفس الرياضي ، والاخذ بأرائهم حول عناوين بعض الجلسات ومحاورها وقد كان هناك اتفاق على تسلسل الجلسات ، وكذلك الاتفاق على ان يكون زمن الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة .

١- اختيار الاولويات:

بعد انتهاء من اعداد عناوين الجلسات ومحاورها والاتفاق عليها من قبل الخبراء ، قام الباحثين بأعداد المنهاج الارشادي (الملحق ١) وتوزيعه على مجموعة من الخبراء وترتيب عناوين الجلسات الارشادية ترتيبا يعتمد على التسلسل المنطقي للجلسات الارشادية ، وحسب الاسبقيات اعتمادا على اراء الخبراء في ترتيبها ، وتم اخذ ملاحظاتهم بنظر الاعتبار حول بعض الجلسات من حيث المحتوى والفنيات وتسلسل المحاور .

٢- تحديد الاهداف

الهدف من المنهج للبحث الحالي هو معرفة تأثير برنامج الارشاد بالمعنى في الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للاعبي المباراة في اقليم كوردستان .

٣- ايجاد النشاطات لتحقيق الاهداف من منهاج الارشاد بالمعنى

احتوى المنهاج على مجموعة من النشاطات والاساليب والفنيات ، وقد وظفها الباحثين من اجل تحقيق الاهداف المطلوبة ، علما ان الباحثين استخدم فنيات الارشاد بالمعنى .

٢-٧-١٢ الأساليب والفنيات الإرشادية المتبعة في البرنامج الإرشادي بأسلوب إرشاد بالمعنى

١- المناقشة Discussion:

المناقشة فنية أساسية في العمل مع الجماعة لأنها أساس الاتصال والتفاعل بين أعضاء الجماعة ومن خلالها يتم تبادل الآراء واتخاذ القرارات ، وتعرف المناقشة بأنها نشاط جماعي منظم يدور حول موضوع ما ويتم بالتفاعل اللغوي اللفظي بهدف الفهم وتبادل الآراء واتخاذ القرارات المرتبطة بموضوع المناقشة

(سعفان ، ٢٠٠٨ ، ص ١٥٩)

وهو ان تكون مناقشة الموضوعات في جو مريح او لطيف اي في جو لا تشعر المسترشد فيه بالتهديد والنقد واطهار جو مشحون والاستماع الى ما يصدر عن المسترشد من قول وفعل ، وتبصيرهم بالمعنى عن طريق التعبير الحر والتوضيح عن كامل ما يدور في الجلسة الإرشادية .

٢- الحوار السقراطي The Socratic Dialogue:

يعتبر احد الفنيات الأساسية للإرشاد بالمعنى ، فيه يقوم المرشد بطرح اسئلة عديدة على المسترشد تمكنه ان يكشف القيم الشخصية ذات المعنى لديه والوسائل التي يمكنها ان تحقق هذه القيم ، كما يطرح اسئلة مصممه للتوضيح. ان الاختبار دائما متاح لمعيشة القيم الذاتية الشخصية ومعنى الحياة ، حتى لو كان هذا الاختيار محدودا باتجاه الفرد الوحيد التي يتخذها نحو المشكلة او نحو الحياة

(الفحل ، ٢٠٠٧ ، ص ١٦٠)

من خلال الحوار السقراطي يتمكن الرياضيين من توضيح وجهات نظرهم وطريقة تفكيرهم ، اذ انه يساعد الرياضي على التفكير بعمق حتى يقوم بطرح بعض الافتراضات ، يجعل الرياضي قادرا على التفكير والتحليل والوصول الى ادلة دامغة حيال كل موضوع او قضية ، على الرياضيين احترام آراء الآخرين وتقبل الآخر والرؤى ووجهات النظر طالما كانت تهدف الى الصالح العام ، الاستجواب المباشر للرياضي يساعده على ان يكون ذو قوة ملاحظة وسرعة بديهة اكبر وعلى كل ما يتمكن من تذكره حتى يقوم بالإجابة على الاسئلة المطروحة لديه .

٣- تعديل الاتجاهات : Modification of Attitude

فنية تعديل الاتجاهات في الارشاد بالمعنى بناء على ان الفرد يمكنه ان يتغلب على مشكلاته من خلال الاتجاه الذي يتخذه نحو مشكلته من خلال احداث تغيير ايجابي في اتجاه الرياضي نحو ذاته وظروفه ومعوقاته مما يساعده على التغلب على ما يعانیه من مشكلات ، وان يتعايش ويتأقلم مع ما لا يمكنه حله.

٤- التحليل بالمعنى Logo analysis

التحليل بالمعنى هو تحليل لخبرات الرياضي من اجل البحث عن مصادر ذات معنى جديد ، وخلال تقييم هذه الخبرات تصل لخبرات جديدة تكشف من خلال رؤية جديدة بالهدف في الحياة .

٥- اسلوب صرف التفكير Dereliction

في مثل هذا الاسلوب يصرف الانتباه عن العملية وعن الذات ، ومثل هذا التغافل او صرف التفكير يمكن ان يبلغ الدرجة التي ينصرف عندها وعي المسترشد الى المظاهر الايجابية

(الشمري والتميمي ، ٢٠١٢ ، ص ٢٢١)

٦- القصد العكسي Paradoxical Intention

ففي حالة توقع القلق ، فان القلق يحد النتائج نفسها التي يتوقعها الفرد وتوقع القلق يحدث اضطرابا في الاداء او يمنع الاداء كليا . اذ انه بقدر ما يخاف المسترشد من حدوث الاعراض المشكلة يحاول تجنبه ، بقدر ما يكون عرضه لحدوثه

(فرانكل ، ١٩٩٨ ، ص ١٢٤-١٢٣) ٧-

الواجب المنزلي Homework

هي نشاطات يعطيها المرشد الى لاعبين المجموعة الارشادية وتطبيقها ، ويتم متابعة النتائج اول بأول ، بان يقدم لاعبين المجموعة الارشادية تقارير في كل جلسة تعبر عن مشاعرهم والمصاعب التي يواجهونها ، والواجبات المنزلية طابع سلوكي حيث يقوم المسترشدون بتنفيذ ما تعلمن في البيئة الواقعية ، ويهتم الارشاد بهذه الطريقة بالواجبات المنزلية ، لأنها تساعد لاعبين المجموعة في ان يفكرون بسلوك طرق اكثر عقلانية

٨-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحثين بالتجربة الاستطلاعية بتاريخ (٢٠٢١/٣/٩) على عينة مؤلفة من (٥) لاعبين وهم من ضمن مجتمع البحث ، اذ تم فيها اجراء اختبار مقياس (اختبار سرعة الطعن ودقته) واعطاء جلسة ارشادية ليست من ضمن المنهج ، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية التعرف على ما يأتي:

- ١- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثين في اثناء التطبيق الفعلي للمنهج الارشادي .
- ٢- الاجابة عن الاستفسارات والتساؤلات من قبل اللاعبين والاذ بها عند التطبيق على عينة التجربة.
- ٣- التعرف على تقبل اللاعبين للمنهج الارشادي .
- ٤- التعرف على ملائمة مكان الجلسات والاجواء المصاحبة والاحتياجات المتاحة بالمنهج .

٩-٢ التجربة الرئيسية:

١-٩-٢ الاختبار القبلي:

بعد تحديد عينة البحث الاساسية المتمثلة بالمجموعتين التجريبية والضابطة ، قام الباحثين بالاختبار القبلي بتاريخ ٢٠٢١/٣/١٣ على المجموعتين التجريبية والضابطة ، من خلال مقياس (سرعة الطعن ودقته) على العينة في قاعة المباراة في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية في جامعة صلاح الدين/اربيل

٢-٩-٢ تطبيق المنهج الارشادي:

هيا الباحثين الظروف لتنفيذ منهاج الارشاد بالمعنى ، وبأشر بتطبيقه بالتعاون مع السيد المحاضر

(د. سعيد نزار) على المجموعة التجريبية في قاعة المباراة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة واستغرق تطبيق المنهج (٤٢) يوما ، وابتداء من ٢٠٢١/٣/١٥ ولغاية ٢٠٢١/٥/٣١ ، اذ تم خلال هذه المدة تطبيق المنهج الارشادي بالاعتماد على الاسلوب الجماعي وطريقة المناقشة . واستغرقت مدة تطبيق المنهج الارشادي (٦) اسابيع ، وبواقع جلستين ارشاديتين في كل اسبوع ، ومدة الجلسة الارشادية

(٤٥) دقيقة ، وكان عدد الجلسات الارشادية (١٢) جلسة ، واقامت الجلسات يومي (الاحد والاثنين) في الساعة (١٠,٤٥) صباحا ، اما المجموعة الضابطة فلم تخضع الى المنهاج الارشادي وبقيت في ظروفها الاعتيادية .

٢-٩-٣ الاختبار البعدي:

قام الباحثين بالاختبار البعدي بتاريخ ٢٠٢١/٦/٦ على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتحت الظروف نفسها التي تم فيها الاختبار القبلي اختباري سرعة الطعن ودقته .

٢-١٠ الوسائل الاحصائية المستخدمة: استخدم الباحثين الحقيبة الاحصائية (spss) لاستخراج قيم المتغيرات للدراسة بالاعتماد على الوسائل الاحصائية الاتية:

- معادلة مربع (كا٢) لعينة واحدة Chi-Square one sample test-

- الوسط الحسابي Mean

- الانحراف المعياري Standard . Deviation

- المعامل الالتواء Skew modulus

- الاختبار التائي للعينتين المستقلتين t. test for independent

- معامل الارتباط بيرسون person correlation C efficient

- معامل الفاكرونباخ Alpha Cronbach

- الاختبار التائي للعينة الواحدة one sample t . test

٣- عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش:

٣-١ عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعة التجريبية.

الجدول (٤) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) والقيمة الاحتمالية (Sig) لاختبار سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعة التجريبية

المقياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		t القيمة المحسوبة	القيمة الاحتمالية Sig	*الدلالة
	س	+ع	س	+ع			
سرعة الطعن/ثانية	13.66	1.23	12.61	0.91	3.45	0.02	دالة
دقة الطعن/درجة	7.16	0.74	9.51	0.55	11.05	0.00	دالة

(0.05) معنوية عندما تكون قيمة الاحتمالية اقل او تساوي *

يتبين من خلال الجدول (٤) وجود فروق دلالة معنوية في (سرعة الطعن) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي اذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (٣,٤٦) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ويعزو الباحثين سبب التحسن في سرعة الطعن هو لتعرض لاعبي المجموعة التجريبية للمنهج الارشادي الذي ساعد اللاعبين على معرفة كيفية التخلص من التوتر الذي يسبب التقلصات والتشنجات ويعيق ويبطئ من حركاتهم في الاداء الامر الذي ساعد على تطور مستوى سرعة الطعن ، اذ يشير كل من

(قاسم حسن ومنصور جميل ، ١٩٨٨) "على ان التوتر العضلي يعتبر من العوامل التي تقلل من سرعة التنفيذ الحركي وتؤدي في النهاية الى ابطاء الحركات . اذ ان اعداد اللاعبين من ناحية النفسية لها دور كبير في تحسين القدرات الذهنية للاعبين "، وهذا ما يؤكده (بيان واخرون ، ٢٠٠٩)

"على ان المهارات والقدرات النفسية والذهنية تلعب دورا هاما للاعب المبارزة وخاصة في سرعة حركته وتصرفاته وفي دقة تركيزه واتخاذ القرارات المناسبة وفي الوقت المناسب لخدمة التصويب نحو الهدف المحدد" (بيان علي عبد و اخرون ، ٢٠٠٩ ، ص٤٩)

وبما يخص (دقة الطعن) يتبين من خلال الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، ويرى الباحثين ان هذا الفرق يعود الى التأثير الذي احدثه البرنامج الارشادي وذلك في مساعدة اللاعبين في القدرة على السيطرة والتحكم في الضغط النفسي الذي كانوا يتعرضون له سابقا اذ انهم لا يعرفون الاسلوب او الطريقة الصحيحة لمواجهته لكن الجلسات الارشادية التي تلقاها لاعبي المجموعة التجريبية ساعدتهم في التركيز على الهدف بصورة افضل اذ انه عند التحكم في الضغط النفسي بصورة فعالة يستطيع الرياضيون التركيز بصورة افضل على اهدافهم اذ ان التطور الحقيقي للاعب المباراة يأتي نتيجة استخدامه لعقله استخداما صحيحا كما يشير (وديع ياسين) "ان دقة الاداء تنمو لدي الرياضي عندما يكون لديه الامكانية في كيفية توجيه حركاته الارادية فالدقة هي قدرة الفرد في السيطرة على حركاته الارادية لتحقيق هدف معين"

(وديع ياسين وياسين طه ، ٢٠٠٩ ، ص٦٧)

٢-٣ عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لسرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعة الضابطة

الجدول (٥) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) والقيمة الاحتمالية (sig) لاختبار سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعة الضابطة

المقياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		t القيمة المحسوبة	القيمة الاحتمالية Sig	*الدلالة
	س	+ع	س	+ع			
سرعة الطعن/ثانية	14.32	0.82	14.06	0.71	1.69	1.00	غير دالة
دقة الطعن/درجة	6.82	0.76	7.65	0.52	2.70	0.03	دالة

*معنوية عندما تكون قيمة الاحتمالية اقل او تساوي (٠,٠٥)

يتبين من خلال الجدول (٥) عدم وجود فروق معنوية في (سرعة الطعن) بين الاختبارين القبلي والبعدي لسرعة الطعن للمجموعة الضابطة اذ بلغت قيمة (T) المحتسبة (١,٦٩) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وهي اكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، ويعزو الباحثين سبب ذلك الى ضعف الارشادات النفسية لدى لاعبي هذه المجموعة الامر الذي يؤدي الى عدم استفادة اللاعبين من مهاراتهم وقدراتهم البدنية والمهارية بشكل جيد ، اذ يشير (محمد حسن علاوي ، ٢٠٠٢) الى ان "نجاح او فشل اللاعب الرياضي في اظهار افضل ما عنده من قدرات ومهارات تكمن في عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات الحركية والبدنية وما بين المهارات النفسية" (محمد حسن علاوي ، ٢٠٠٢ ، ص ٢٠١) وبالنسبة

الى (دقة الطعن) يتبين من خلال الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، ويعزو الباحثين سبب ذلك الى طبيعة اللعبة والتي تتطلب من لاعب المباراة ان يتميز باللياقة البدنية الجيدة لتساعده على مواجهة التعب والجهد العالي وما يترتب عليه من ضغوط اذ ان تمارين اللياقة البدنية تأخذ حيزا كبيرا في التدريب وهذا بدوره سوف يؤدي الى تطوير الدقة لديهم وهذا ما اكده من (التكريتي والحجار ، ١٩٨٦) "في ان الدقة تتأثر ايجابيا بتطوير عناصر اللياقة البدنية" (وديع ياسين التكريتي وياسين طه الحجار ، ٢٠٠٩ ، ص ٧٨)

٣-٣ عرض نتائج الاختبارين البعدين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش. الجدول (٦) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) والقيمة الاحتمالية (sig) للاختباري سرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش للمجموعتين التجريبية والضابطة

المقياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		القيمة t المحسوبة	القيمة الاحتمالية Sig	الدلالة *
	س	ع-+	س	ع-+			
سرعة الطعن/ثانية	14.06	0.71	12.61	0.91	2.98	0.01	دالة
دقة الطعن/درجة	7.65	0.52	9.51	0.55	5.96	0.00	دالة

*معنوية عندما تكون قيمة الاحتمالية اقل او تساوي (٠,٠٥)

يتبين من خلال الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة معنوية في (سرعة الطعن) بين الاختبارين البعدين ولصالح المجموعة التجريبية ، اذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٢,٩٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ويعزو الباحثين سبب تحسن لاعبي المجموعة التجريبية على لاعبي المجموعة الضابطة الى دور المنهج الارشادي الذي تعرضوا له والذي يعتبر الجزء المهم والمكمل من الناحية النفسية بالنسبة للاعبي المجموعة الارشادية لان الاعداد النفسي الجيد يقلل من التوتر والقلق والخوف والذي سوف ينعكس ايجابيا على نتائج هذا الاداء بل سيدفع الى تحسن الاداء وتطوره وبالعكس مهما كانت القدرات البدنية او المهارية عالي للاعبين وكانت ناحية النفسية منخفضة سيؤثر في المحصلة النهائية سلبا على ادائهم ونتائجهم وهذا ما يؤكد محمد حسن "في ان الجوانب البدنية والمهارية والنفسية تعتبر لبنة اساسية في عملية الاعداد وكل جانب مكمل للجانب الاخر حيث ان الاعداد البدني يتأسس على الاعداد النفسي فهو يساعد في تحسين عناصر اللياقة البدني . (محمد حسن علاوي ، ٢٠٠٣ ، ص١٤٣)

واما بالنسبة (لدقة الطعن) يتبين من خلال الجدول (٢٢) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين ولصالح المجموعة التجريبية ، ويعزو الباحثين هذا الى ان لاعبي المجموعة التجريبية تم اضافة المنهج الارشادي النفسي الى منهجهم التدريبي المعد من المدرب والذي يكون احد الجوانب الرئيسية في عملية الاعداد ، وذلك من خلال الاهتمام بالعوامل النفسية والارشاد النفسي التي يتعرض لها اللاعبين في وحدات التدريب او المنافسة والمحاولة في مساعدتهم لمواجهة الضغوط الواقعة عليهم وفي المحصلة النهائية سوف تخدم دقتهم في تحديد الاهداف وفي التصويب عليها ، وهذا ما يشير اليه (اسامة راتب) في انه " عندما يستطيع اللاعب المواجهة والتغلب على مصادر الضغوط النفسية على نحو افضل ، فان ذلك يجعله في حالة افضل للتركيز على اهدافه ، حيث من خلال الاعداد المتمثل بمنهج لتدريب على الجوانب النفسية قد كسب اللاعبين القدرة على عزل المشتتات والافكار التي تسببه في شرودهم الذهني وعدم التركيز والضغوط المسببة في فقدان الدقة في تحديد الاهداف والتصويب عليها . اذ ان الاعداد النفسي يتم من خلال مساعدة اللاعبين في السيطرة على افكار والتحكم في الانفعالات اي عدم التوتر او الخوف الزائد عند المنافسة ، اذ ان الاداء المثالي للاعب يتحقق من خلال تطوير الناحية النفسية .

(اسامة كامل راتب ، ٢٠٠٣ ، ص١٠٣ ، ٩٨)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- تأثير المنهج الارشاد بالمعنى ايجابيا وبشكل كبير في السرعة الطعن ودقته بسلاح الشيش لدى لاعبي المجموعة التجريبية وهذا مؤشر على ان الاهتمام بالجانب النفسي لدى اللاعبين يلعب دور كبير في تحقيق التحسن بالأداء وتقديم اقصى ما يمكن من القدرات والطاقات الممكنة .
- ٢- للمنهج الارشاد بالمعنى المعد من قبل الباحثين تأثير واضح في تحسن مستوى سرعة الطعن ودقته للاعبي المجموعة التجريبية
- ٣- قلة وجود التوجيهات الارشادات النفسية ادت الى عدم وجود فروق للمجموعة الضابطة.

٤-٢ التوصيات:

- ١- امكانية الاستفادة من منهج الارشادي بالمعنى الذي اعده الباحثين في المساعدة الرياضيين ولاسيما لاعبي المباراة للتغلب على العقبات والمشاكل النفسية وتدريبهم على التعامل معها بالكفاءة وفاعلية من اجل تثبيت السلوك الايجابي لديهم ، والحد من اغلب العوامل والامور الجانبية التي تأثر سلبا في انماطهم المزاجية ومستوى ادائهم .
- ٢- الاهتمام بالإرشاد النفسي للاعبي المباراة على وفق متطلبات هذه اللعبة جنبا الى جنب مع الاعداد البدني والمهاري والخططي ، وللتحقيق ذلك يجب العمل على فتح دورات للمدربين في كيفية الاعداد النفسي لتتناسب مع المواقف والظروف التي تواجه لاعبيهم في وحدات التدريب والمنافسات وكذلك استخدام الاساليب والاستراتيجيات التي تساعد في تخلص لاعبين من الصعوبات والمشاكل النفسية التي قد يتعرضون لها.
- ٣- ضرورة وجود المرشد النفسي رياضي ضمن الفرق الرياضية ، والاهتمام بتأهيل اللاعبين وتدريبهم على الارشادات النفسية مثل الاسترخاء وتركيز الانتباه ومواجهة القلق والثقة بالنفس ودافعية الانجاز والتي لها دور كبير في الارتقاء بمستوى الاداء المهاري لدي اللاعبين .

المصادر

- ابو عطية ، سهام (٢٠٠٢): مبادئ الارشاد النفسي ، ط٢ ، دار الفكر للنشر وتوزيع الاردن.
- ابو علام ، رجاء محمد ومحمود ، نادية ، (١٩٨٩): الفروق الفردية وتطبيقاتها التربوية ، ط٢ ، دار القلم للنشر ، الكويت .
- ابو سعد ، احمد عبداللطيف (٢٠١٠) علم النفس الارشادي ، ط٢ ، دار الميزة للنشر وتوزيع ، عمان ، الاردن .
- اسامة كامل راتب: علم نفس الرياضي المفاهيم التطبيقات، ط٢ (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥)
- اسامة كامل راتب (٢٠٠٠): تدريب المهارات النفسية تطبيقات في مجال الرياضي (القاهرة ، دار الفكر العربي).
- احمد عبدالغني الدباغ (٢٠٠٣): العلاقة بين مرونة بعض مفاصل الجسم وسرعة ودقة الطعن في السلاح الشيش (مجلة الرافدين للعلوم الرياضية المجلد ٣٥ ، العدد ٣٥) .
- ابراهيم نبيل عبدالعزيز (١٩٩٩): مبادئ الاساسية في تعلم المبارزة : بغداد ، المكتبة الوطنية .
- التميمي (٢٠١٦): الارشاد النفسي (مكتبة الجليل ، غزة ، فلسطين) .
- الزعبي (٢٠٠٢): التوجيه والارشاد النفسي ، ط٢ ، عالم الكتاب ، القاهرة .
- الدوسري (١٩٨٥): فعالية برنامج ارشاد جمعي في التدريب على حل المشكلات والاسترخاء العضلي في ضبط التوتر النفسي الجامعة الاردنية .
- بيان علي عبد علي واخرون (٢٠٠٩): اسس رياضة المبارزة : بغداد ، دار الارقام للطباعة.
- بسام عباس محمد البياتي (١٩٩٨): برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية).
- بيان على عبد (١٩٩٤): دراسة تحليلية حول اهمية الصفات البدنية الخاصة للاعبي المبارزة : جامعة بغداد كلية التربية الرياضية ، مجلة التربية الرياضية ، العدد ٦ .
- قاسم حسن حسين (١٩٩٨): تعلم قواعد اللياقة البدنية دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان .
- قاسم حسن وايمان شاكر (١٩٩٨): مبادئ الاسس الميكانيكية للحركات الرياضية ، دار الفكر العربي ، عمان .

جامعة صلاح الدين/ربيل

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا/دكتوراه

م/استبيان اراء المحكمين حول صلاحية المنهج الارشادي

الفاضل: دكتور/الدكتورة السلام عليكم تحية طيبة وبعد

يقوم الباحثين بإجراء دراسة بعنوان "تأثير برنامج الارشاد بالمعنى في الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته بسلام الشيش للاعبين المبارزة " على عينة من لاعبين المبارزة في اقليم كوردستان ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال نرجو بيان رأيكم بمدى صلاحية فقرات المنهج الارشادي بالمعنى وتأثيره في الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته والذي اعده الباحثين .

لذا نرجو من سيادتكم الاطلاع على تلك الفقرات وابداء آرائكم في بيان مدى صلاحيتها لهذا الغرض وهل ان عدد الجلسات الارشادية والفترة الزمنية كافية . راجين اضافة او تعديل او حذف ما ترونه ضروري لإظهار محتوى المنهج بصورة ملائمة لهدف البحث . علما ان المنهج يتضمن (١٢) جلسة ارشادية بمعدل جلستين في الاسبوع وزمن كل جلسة (٤٥) دقيقة .

مع وافر الشكر والتقدير

التوقع:

اسم الخبير:

طالب دكتوراه

ملحق (٢)

رقم الجلسة	محتوى الجلسة الارشادية	الوقت	الملاحظات
1	عنوان الجلسة: تعارف وتمهيد اهداف الجلسة: - الترحيب بالمجموعة الارشادية واقامة علاقة بين الباحثين وافراد مجموعة التجريبية. - اسباب اختيارهم للمشاركة بالبرنامج . - تعارف بين افراد المجموعة الارشادية . - ارساء توجه ايجابي نحو البرنامج الارشادي وتكوين جو من الثقة والالفة . - تهيئة المسترشد نفسيا للمشاركة الفاعلة في برنامج . - توضيح اهداف البرنامج الارشادية ومحتواه وحثهم على التعاون والمشاركة بايجابية والاتفاق على عدد الجلسات ومواعيدها . الفنيات المستخدمة: النقاش والحوار ، اعطاء التعليمات ، الواجب المنزلي .	٥٤ د	
2	عنوان الجلسة: الارشاد بالمعنى اهداف الجلسة: - تعريف افراد المجموعة التجريبية بما هي الارشاد بالمعنى مفهومه واسسه واهميته. - التعرف على مشكلات افراد المجموعة التجريبية . الفنيات المستخدمة: الحوار والمناقشة ، التوضيح ، تحليل بالمعنى ، الواجب المنزلي	٥٤ د	
3	عنوان الجلسة: ثقة بالنفس اهداف الجلسة: - التعرف معنى الثقة بالنفس واهميتها في الشخصية . - تنمية ثقة لاعب بنفسه - زيادة القدرة المسترشد في الاعتماد على النفس - جعل المسترشد مؤمنا بقدراته وقابلياته في مواجهة التحديات والمشكلات والمغريات التي تواجهه - نبذ الغرور كصفة سلبية في شخصية الفرد .	٥٤ د	

		الفنيات المستخدمة: مناقشة والحوار ، تعديل الاتجاهات ، الواجبات المنزلية	
4	٤٥	عنوان الجلسة: تقبل وتقييم الذات اهداف الجلسة: - تعرف الى معرفة الجوانب الايجابية والسلبية للذات . - عريف مجموعة الارشادية بما هي تقبل وتقييم الذات والنقد البناء واهمية في التقويم السلوك . - قيم الذات والوعي بعناصر القوة والضعف لدى مجموعة المشاركة . - زيادة فهم مجموعة الارشادية لذاته بجوانبها المختلفة الاجتماعية - الانفعالية - المعرفية . - زيادة القدرة اللاعب على جوانب الكفاءة الذاتية لديه .ت - مكن اللاعبين مجموعة من تقبل الذات وتقبل نقد الاخرين والاعتراف بالأخطاء عند الوقوع فيه . الفنيات المستخدمة: الحوار السقراطي وتعديل الاتجاهات ، الواجب المنزلي	
5	٤٥	عنوان الجلسة: التماسك الاجتماعي اهداف الجلسة: - تنمية وترسيخ التماسك الاجتماعية للاعبين . - يتعرف اللاعبون على التواصل الاجتماعية والعمل بروح الجماعة والولاء لها . - يسير الطلاب بأهداف وخطوات التماسك الاجتماعية . الفنيات المستخدمة: المناقشة والحوار ، تحليل المعنى ، الواجبات المنزلية	
6	٤٥	عنوان الجلسة: التناؤل اهداف الجلسة: - مساعدة المجموعة الارشادية على تدعيم الاتجاه الايجابي التناولي نحو المستقبل . - ادراك المجموعة الارشادية ان التخطيط للمستقبل وتحقيق الآمال والطموحات ينبع من داخل الشخص على الذات . - تدعيم الاتجاه الايجابي التناولي نحو المستقبل من خلال تبصير اللاعبين الافراد بإمكانية تحقيق الانسان معاني عديدة لحياته حتى في ظل اسوء الظروف من خلال	

		تحسين الهدف في الحياة والاستمتاع بالحياة والتغلب على الصدمات . الفنيات المستخدمة: المناقشة الحوار السقراطي وتعديل الاتجاهات الواجبات المنزلية	
7	٤٤٥	عنوان الجلسة: تماسك الهوية الشخصية اهداف الجلسة: - بيان اهمية الالتزام بالهوية . - بيان معنى الهوية واهمية التمسك بها . - بيان الاثارة السلبية للإصلاح عن الهوية والتكر لها. الفنيات المستخدمة: المناقشة تحليل معنى ، اسلوب صرف التفكير ، الواجب المنزلي	
8	٤٤٥	عنوان الجلسة: تدريب الاعبين على مواجهة مواقف الضاغطة اهداف الجلسة: - ان يتدرب مجموعة مشاركة في البرنامج على التحكم في السلوكي عند الغضب - ضبط النفس عند مشاركات الرياضية. الفنيات المستخدمة: المناقشة ، فنية القصد العكسي ، الواجب المنزلي	
9	٤٤٥	عنوان الجلسة: مفهوم القلق الرياضية الاعراض ، الاثار السلبية الناتجة اهداف الجلسة: - مفهوم قلق بالصورة العامة وتأثيراتها على النتائج الرياضية . - اعطاء تصور واضح وشامل عن مفهوم القلق بشكل العام والقلق في المشاركات الرياضية بشكل خاص . - حديث عن انواع واشكال قلق الرياضية ومصادره - الوقوف علي الاثار الايجابية والسلبية لقلق الرياضية . - مناقشة الاعراض (النفسية/الجسمية/الاجتماعية/العقلية) الناتجة عن المشاركات الرياضية . الفنيات المستخدمة: المناقشة ، لحوار السقراطي ، تحليل المعنى ، الواجب المنزلي	
		عنوان الجلسة: استخدام اسلوب تنمية وتقييم التوكيد الذات	

١٠	اهداف الجلسة: - تعزيز مبدا الثقة بالنفس عند افراد المجموعة المشاركة . - تعزيز القدرات والامكانيات عند افراد المجموعة المشاركة . - اخراج اللاعبين المشاركون من حالة الجو التدريبي الى جو ترويحي ترفيهي . - تقييم الذات والوعي بعناصر القوة والضعف لدى الشخص . - زيادة فهم المجموعة مشاركة لذاتهم بجوانبها المختلفة الاجتماعية /الانفعالية /المعرفية. - زيادة القدرة اللاعب على جوانب الكفاءة الذاتية لديه . الفنيات المستخدمة: الحوار والنقاش الشرح والتوضيح ، وتعديل الاتجاهات الواجب المنزلي	٤٤٥
11	عنوان الجلسة: الهوية الانا الشخصية اهداف الجلسة: - تعريف الهوية الانا الشخصية ومفهومه. - ماذا يعني الانا . - الانسجام مع الانا وعدم الانسجام مع الانا . - انواع الهويات . الفنيات المستخدمة: التوضيح والمناقشة ، تحليل المعنى ، الواجب المنزلي	٤٤٥

	٥٤٥ د	عنوان الجلسة: الختامية تقييم اثر البرنامج اهداف الجلسة: - ان يتم التكامل من الجلسات الارشادية السابقة للبرنامج الارشادي . - عرض مختصر لمحتوى الجلسات السابقة . - معرفة النتائج التي توصل اليها المسترشدين من خلال المحاضرات التي استخدم خلال جلسات البرنامج . - معرفة مدى التحسن الذي شعر به المسترشدين بعد الانتهاء من الجلسات . - ارشاد المشاركين الى ضرورة الاستمرار في تنفيذ ما تم اكتسابه وتوظيفه في حياتهم . الفنيات المستخدمة: المناقشة ، التعزيز	12	
--	-------	--	----	--

الملحق (٣)

استمارة تسجيل لاختبار دقة الطعن وسرعته

ت	الاسماء اللاعبين	الزمن	عدد اللمسات
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			