

اليقظة الذهنية وعلاقتها بالتحكم برد الفعل باستخدام منظومة الريهوكام المعرفية لكرة القدم الصلالات للطلاب

م.د رياض عبد الحمزة مرزة

المديرية العامة لتربية ذي قار

م . م ماهر محمد راضي

جامعة ذي قار/ كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة

م.د بركات عبد الحمزة حمد

المديرية العامة لتربية القادسية

ملخص البحث باللغة العربية

تتجلى أهمية هذه الدراسة بأنها تساهم في إيجاد العلاقات الارتباطية ما بين متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير التحكم برد الفعل وفق منظومة الريهوكام المعرفية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية مما ينعكس ذلك بالنسبة للمدرسين والمتخصصين والمدرسين بهذه اللعبة بالأخذ بنظر الاعتبار هذه المتغيرات إضافة الى علاقاتها الارتباطية للعمل على تبني هذه العلاقات من قبل المتخصصين وتطبيقها حتى يتسنى تطوير المستويات للطلاب وبأسلوب علمي يمتاز بالدقة والمصداقية وبالتالي تحقيق التقدم والتطور الرياضي، وتتجلى مشكلة البحث من خلال التساؤلات المطروحة من اجل التعرف على متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير التحكم برد الفعل وماهي العلاقة بين هذه المتغيرات وهل بإمكاننا التنبؤ بمتغير التحكم برد الفعل من خلال متغيرات اليقظة الذهنية لمعرفة اهمية المتغيرات للطلبة عند ممارسة كرة القدم للصلالات، وقد قام الباحثون باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لحل مشكلة البحث وقد تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الرابعة والبالغ عددهم (120) طالب موزعة على اربعة شعب وقد بلغ عدد عينة البحث (30) طالب حيث استنتج الباحثون بأن هنالك علاقة ارتباط إيجابية بين متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير التحكم برد الفعل للعينة المفحوصة.

Abstract

**Mindfulness and its relationship to reaction control using the Rehocam
Cognitive System of futsal for students**

By

**Dr. Riad Abdel Hamza Dr. Barakat Abdel Hamza Maher Mohammed
Radhi**

**General Directorate of Education Dhi Qar
The Education General Directorate of Al-Qadisiya
College of Physical Education and Sports Sciences –University of Dhi Qar**

The importance of this study is manifested in the fact that it contributes to finding the correlational relationships between the variables of mindfulness and the variable of control of the reaction according to the cognitive system of Rehocam for the students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Al- Qadisiya, which is reflected for the trainers, specialists and teachers in this game by taking into account these variables in addition to its relational relations of these relationships by specialists and apply them in order to develop levels for students in a scientific manner characterized by accuracy and credibility and thus achieve progress and mathematical development. With the variable of control of the reaction through the variables of mindfulness to know the importance of the variables for students when practicing futsal, the researchers used the descriptive approach in the survey method and correlations to solve the research problem. A student divided into four divisions of (30) students, where the researchers concluded that there is a positive correlation between the variables of mindfulness and the variable of control of the reaction of the sample examined.

1- مقدمة البحث وأهميته:

يعد علم النفس الرياضي من العلوم المهمة في تحقيق التقدم والتفوق في المجال الرياضي كونه امثل استثمار لطاقات الطلبة واللاعبين على حد سواء ولمجمل الطاقات والامكانيات العقلية والبدنية والخططية وكذلك المهارية فهو يعد احد القواعد والركائز المهمة والاساسية في التدريب لتحقيق الاهداف المرجوة بالاعتماد على نظرياته ومبادئه ومواكبة التطور الحاصل في التقنيات والاجهزة المبتكرة ذات الجودة العالية واستخدامها لصالح البحث العلمي كمنظومة الريهوكام المعرفية.

وان لعبة كرة القدم للصلالات تلقى اهتمام بالغ في العالم كونها من الالعاب الشعبية ويرغب في ممارستها ومشاهدتها جميع الاعمار ومن كافة المستويات لكون ممارستها تتسم بالانسيابية والسهولة ومساحة ملعبها الصغير وعدد لاعبيها وكذلك الشبه الكبير بمهاراتها الاساسية مع مهارات كرة القدم المكشوفة مما يؤدي الى امكانية ممارسة نشاطها من قبل عدد كبير من المبتدئين. ولاحظ الباحثون ان لعبة كرة القدم للصلالات تختلف في بعض سلوكياتها عن سلوكيات كرة القدم المفتوحة ، وان الحقيقة التي لم تكن واضحة بالنسبة للمدرب واللاعب والاستاذ والطالب على حد سواء هو ان الاداء المهارى لايتحقق دون ان تكون له يقضه ذهنية وامتلاكه رد فعل جيد ، كل هذه الاسباب قد دفعت الباحثون للقيام بهذه الدراسة العلمية من اجل التعرف على الحقائق لكي تمكن المدرسين العمل بموجب هذه الدراسة. وتتجلى أهمية هذه الدراسة بأنها قد تساهم في ايجاد العلاقات الارتباطية مابين متغيرات اليقظة الذهنية ومتغيرالتحكم برد الفعل وفق منظومة الريهوكام المعرفية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية لمادة كرة القدم الصالات مما ينعكس ذلك بالنسبة للمدربين والمتخصصين والمدرسين بهذه اللعبة بالأخذ بنظر الاعتبار هذه المتغيرات أضافة الى علاقاتها الارتباطية للعمل على تبني هذه العلاقات من قبل المتخصصين وتطبيقها حتى يتسنى تطوير المستويات للطلاب وبأسلوب علمي يمتاز بالدقة والمصداقية وبالتالي تحقيق التقدم والتطور الرياضي،وللتطور

السريع الحاصل بمجالات الحياة كافة ومنها المجال الرياضي وعلومه المتعددة وعلم النفس الرياضي على وجه الخصوص للحصول على معلومات دقيقة باستخدام اسس علمية صحيحة من خلال الاجهزة النفسية المتطورة للارتقاء بالعمل الرياضي وجوانبه المتعددة، وقد تمثلت في الكثير من التقنيات والاجهزة الحديثة التي عملت وساهمت بشكل فعال في سبيل التعرف وتطوير الكثير من الجوانب المهمة للحصول على النتائج المرجوة، ومن بين هذه التقنيات والاجهزة الحديثة هي منظومة الريهوكام (RehaCom) المعرفية وقد أطلق عليها أسم المنظومة الشاملة لما تحتويه على أدوات الفحص كأدوات التشخيص والتي تبلغ تسعة وحدات فحص ويمكن من خلال كل واحدة من هذه الوحدات التسع أن تطبق على عدد كبير من المتغيرات وقياسها وفق أسس علمية دقيقة، وكذلك برامجها التدريبية العلاجية فأن هذه المنظومة تحتوي على أكثر من خمسة وعشرون برنامجاً تدريبياً.

1-2 مشكلة البحث:

تتجلى مشكلة البحث من خلال عدة تساؤلات وكالاتي:

- 1- ماهي درجة اليقظة الذهنية عند طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟
- 2- ما هي درجة التحكم برد الفعل عند طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟
- 3- ماهي العلاقة بين درجة اليقظة الذهنية والتحكم برد الفعل وهل هنالك ارتباط بينهما؟

1-3 اهداف البحث:

1- التعرف على درجة متغيرات اليقظة الذهنية ودرجة متغير التحكم برد الفعل باستخدام منظومة الريهوكام المعرفية بكرة القدم الصالات لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية.

2- التعرف على العلاقة بين متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير التحكم برد الفعل باستخدام منظومة الريهوكام المعرفية بكرة القدم الصالات لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية.

1-4 فرض البحث:

يفترض الباحثون ان هناك علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين متغيرات اليقظة الذهنية (بدون أشاره صوتية، بإشارة صوتية) ومتغير (التحكم برد الفعل) بكرة القدم الصالات لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2018/2019.

1-5-2 المجال الزمني : الفترة من 2019/1/7 لغاية 2019/3/7.

1-5-3 المجال المكاني : مختبر وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية.

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي من قبل الباحثون بأسلوب العلاقات التبادلية الارتباطية وذلك لملائمته لحل مشكلة البحث.

3-2 مجتمع وعينة البحث:

قام الباحثون باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة القادسية والبالغ عددهم (120) طالب موزعة على أربعة شعب (ب ، ج ، د ، هـ) وتم اختيار شعبة (ب) عينة للبحث بالطريقة العشوائية (الفرعة) والبالغ عددهم (30) طالب حيث شكلت النسبة 40% من مجتمع البحث.

3-3 الادوات والاجهزة والوسائل المستخدمة في جمع المعلومات:

1_ المقابلات الشخصية.

2_ اسمارات لسحب البيانات وتفرغها.

3_ الاختبار والقياس.

4_ ساعة إيقاف.

5_ جهاز حاسوب محمول نوع (hp).

6_ منظومة الريهاكوم المعرفية.

7_ المصادر والمراجع .

3-4 المتغيرات المدروسة: متغيرات اليقظة الذهنية بإشارة صوتية وبدون أشاره صوتية وقت الراحة والجهد البدني المقنن، وكذلك متغير سرعة رد الفعل وقت الراحة.

3-5 التجارب الاستطلاعية:

3-5-1 التجربة الاستطلاعية الاولى:

عمل الباحثون على إجراء التجربة الاستطلاعية الاولى من أجل التعرف على المعوقات التي قد تواجههم أثناء إجراء التجربة الرئيسية بإجراء تجربتهم الاستطلاعية على مجموعة من الطلبة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهم (3) طلاب في يوم الاثنين الموافق 7 / 1 / 2019 في تمام الساعة التاسعة صباحاً في مختبر علم النفس الرياضي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية، من أجل التعرف على عمل منظومة الريهاكوم (RehaCom) المعرفية والتأكد من سلامتها للعمل، ومدى استعداد المختبرين لإجراء الاختبار، وكذلك مدى ملائمة الاختبارات لمجتمع البحث، ومعرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات وتنفيذها ووقت الراحة بين اختبار وآخر، وكذلك معرفة كفاءة فريق العمل المساعد) .

3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

عمل الباحثون على إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية من أجل التعرف على المعوقات التي قد تواجههم أثناء تطبيقهم للتجربة الرئيسية عند إجراء الجهد البدني المقنن بعد ذلك أجروهم للاختبارات اليقظة الذهنية ، حيث قام الباحثون وبمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم الاربعاء الموافق 9 / 1 / 2019 في تمام الساعة التاسعة صباحاً، على مجموعة من الطلبة البالغ عددهم (3) طالب ومن غير

الطلبة المشتركين في التجربة الاستطلاعية الاولى من أجل التعرف على التالي: (مكان أجراء الجهد البدني المقنن، مدى استعداد وملائمة عينة البحث لأداء الجهد البدني المقنن، طبيعة الجهد البدني المقنن، الوقت المحدد لأجراء الجهد البدني المقنن، كفاية فريق العمل المساعد وكفاءته).

3- 5- 3 التجربة الرئيسية:

بعد اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى والتجربة الاستطلاعية الثانية واكتمال جميع متطلبات البحث من تحديد الاختبارات المستهدفة في البحث وهي اليقظة الذهنية ومن أجل قياسها في وقتي الراحة والجهد البدني المقنن ومتغير التحكم برد الفعل وقت الراحة وضبط جميع المتغيرات التي قد تأثر على اجراء الاختبارات، بعد ذلك تم اجراء التجربة الرئيسية على مجتمع البحث البالغ عددهم (30) طالب في مادة كرة القدم الصالات لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية والشكل (1) يوضح جهاز منظومة الريهاكوم المعرفية.

شكل (1) يوضح الجهاز الخاص بالتجربة الرئيسية وهو منظومة الريهاكوم (RehaCom) المعرفية



وقد استغرقت التجربة الرئيسية ستة وعشرون يوماً حيث بدأت التجربة الرئيسية بتطبيق اختبارات اليقظة الذهنية والتحكم برد الفعل وفق منظومة الريهاكوم (RehaCom) المعرفية لعينة البحث بوقت الراحة في يوم الخميس الموافق 2019/1/17 وانتهت في يوم الثلاثاء الموافق 2019/1/29 وبعد ذلك تم تطبيق التجربة الرئيسية بوقت الجهد البدني المقنن في يوم الأحد الموافق 2019/2/3 وانتهت في يوم الأحد الموافق 2019/2/17 وقد استمرت الاختبارات لمدة يومين شمل اختبارات اليقظة الذهنية واختبار التحكم برد الفعل وفق منظومة الريهاكوم (RehaCom) المعرفية أثناء وقت الراحة من خلال تطبيق اختبار اليقظة الذهنية لكل مفحوص وعند الانتهاء يتم أعطاءها استراحة لمدة دقيقتين حسب المعلومات التي حصل عليها الباحثون من قبل الخبراء الذين تم استطلاع آراءهم حول منظومة (RehaCom) المعرفية وبعدها يطلب منه تطبيق اختبار سرعة رد الفعل، واليوم الثاني شمل أداء المفحوصين للجهد البدني المقنن على ملاعب كرة القدم للصالات لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية، وبعد ذلك تم تطبيقهم للاختبارات اليقظة الذهنية وفق منظومة الريهاكوم (RehaCom) المعرفية من خلال تطبيق اختبار اليقظة الذهنية لكل طالب.

جدول (1) يبين كل متغير من المتغيرات المدرجة في جدول النتائج الخاصة

Data	يوم الاختبار
Correct	عدد ردود الافعال الصحيحة ذات العلاقة اقصى 20
Mistakes	عدد ردود الافعال غير ذات صلة
Omissions	عدد ردود الافعال التي أغفلت بالإجابة بأقصى وقت 26

Outliners	الاجابات التي لم تحصل على رد فعل ضمن مدى الوقت وبانحراف معياري اكثر من 2,35
Anticipation	إجابات رد الفعل المتوقعة بوقت ظهور المنبه على ان يكون اقل من 100 ملي ثانية
Avg. Reac Time	معدل جميع ردود الافعال للمنبهات ذات العلاقة بملي ثانية
Median Reac Time	متوسطات جميع ردود الفعل للمنبهات ذات العلاقة بملي ثانية
SD Reac Time	الانحراف المعياري عن القيمة المتوسطة لأوقات رد الفعل للمؤثرات ذات الصلة في الملي ثانية

3-6 الوسائل الاحصائية:

1_ الحقيبة الإحصائية (SPSS) .

2_ برنامج (Excel).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد أن أستكمل الباحثون جمع البيانات الناتجة عن الاختبارات المستخدمة في البحث والتي تم وضعها على شكل جداول لما تمثله من سهولة في استخلاص الادلة العلمية ولأنها أداة توضيحية مناسبة للبحث تمكنا من تحقيق فرض وأهداف البحثي ضوء الإجراءات الميدانية التي عمل بها الباحثون.

4-1 عرض نتائج متغيرات اليقظة الذهنية التحكم برد الفعل وتحليلها ومناقشتها:

4-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وأقل وأكبر قيمة وحجم المجتمع لمتغيرات اليقظة الذهنية وسرعة رد الفعل:

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث وأقل وأكبر قيمة وحجم المجتمع

ت	المجالات	حجم المجتمع	اقل قيمة	اكبر قيمة	الوسط	الانحراف
متغيرات اليقظة الذهنية						
1	بدون اشارة صوتية وقت الراحة	30	0,1-	0,66	0,251	0,340
2	باشارة صوتية وقت الراحة	30	0,41-	1,57	0,523	0,855
3	بدون اشارة صوتية وقت الجهد	30	0,61-	1,41	0,377	0,885
4	باشارة صوتية وقت الجهد	30	0,11-	0,62	0,181	0,311
5	التحكم بردالفعل وقت الراحة	30	0,64-	1,13	0,148	0,754

يتبين من خلال الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وأقل وأكبر قيمة وحجم عينة البحث لمتغيرات اليقظة الذهنية (بدون اشارة صوتية وقت الراحة، باشارة صوتية وقت الراحة، بدون اشارة صوتية

وقت الجهد، بإشارة صوتية وقت الجهد) ومتغير التحكم برد الفعل وقت الراحة والتي من خلالها يمكن الوصول إلى وصف حقيقة عينة البحث ومن هنا كان الوسط الحسابي معبرا عن المعدلات التي تتمركز حولها نتائج عينة البحث في كل من متغيرات اليقظة الذهنية والتحكم برد الفعل المدروسة حيث ظهرت جميع الاوساط الحسابية بأشارات موجبة مما يدل على ان عينة البحث تقع ضمن المدى الطبيعي تقريبا، كما يمكن عد الانحرافات المعيارية وسيلة يتم من خلالها الكشف عن مدىات التشتت لنتائج عينة البحث عن الوسط الحسابي وبإشارات موجبة ايضاً.

2-4 التوصيف الإحصائي لتوزيعات متغيرات البحث لعلاقة الارتباط:

تناول الباحثون في البحث بتوقع متغير ما (النتيجة) (التحكم برد الفعل وقت الراحة) اعتمادا على متغير او المتغيرات اليقظة الذهنية (بدون اشارة صوتية وقت الراحة، بإشارة صوتية وقت الراحة، بدون اشارة صوتية وقت الجهد، بإشارة صوتية وقت الجهد) لعلاقات الارتباطات باستعمال (تحليل التقدم) حيث سيعرض نماذج التقدير، التي تم استنتاجها والتأكد من مدى دقتها.

كما عمل الباحثون بتوصيف المتغيرات، وعرض نتائج المعادلات التنبؤية، مع تفسير النتائج.. ومع ان هناك طرائق مختلفة لتحديد المتغيرات الداخلة في الانموذج، اعتمد الباحثون الطريقة التقدمية (Forward) والتي تتم من خلالها ادخال المتغيرات المستقلة واحداً تلو الاخر واول متغير يدخل النموذج هو من له اعلى ارتباط (موجب أو سالب) بالمتغير التابع ثم يدخل المتغير الذي له أعلى ارتباط جزئي الى النموذج وفي كل خطوة يتم تطبيق معيار معين لدخول متغير جديد ويتوقف إدخال المتغيرات عندما لا يتحقق المعيار المستخدم (1 : 171).

جدول (3) يبين التوصيف الاحصائي من خلال قيمة اختبار (كولموجورفسميرنوف) لعينة بناء الانموذج في المتغيرات

اختبار (k-s)		الانحراف	الوسط	المتغيرات	اليقظة الذهنية
المحسوبة	مستوى الدلالة				
0,160	0,136	0,340	0,251	بدون اشارة صوتية وقت الراحة	
0,101	0,139	0,859	0,523	بإشارة صوتية وقت الراحة	
0,200	0,119	0,889	0,387	بدون اشارة صوتية وقت الجهد	
0,178	0,128	0,319	0,189	بإشارة صوتية وقت الجهد	
0,200	0,108	0,758	0,157	التحكم برد الفعل وقت الراحة	

إن نتائج الجدول (3) تؤشر حسن أنتشار درجات مجتمع بناء الانموذج عند كل من متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير (التحكم برد الفعل وقت الراحة) وعند حساب قيمة (k-s) للمتغيرات المبجوة جاءت نتائجها كالآتي (0,136، 0,139، 0,119، 0,128، 0,108) على التوالي وان القيم الخاصة بمستوى الدلالة المرافقة لها جاءت كالآتي (0,160، 0,101، 0,200، 0,178، 0,200) وقد حققت جميع المتغيرات المنحنى الاعتدالي.

4-2-1 علاقة الارتباط لمتغير التحكم برد الفعل وقت الراحة مع متغيرات اليقظة الذهنية:

4-2-1-1 أيجاد علاقة الارتباط بين متغيرات اليقظة الذهنية ولمتغير التحكم برد الفعل وقت الراحة:

لتحقيق عملية استخراج قوة العلاقة ما بين درجات المتغيرات في الدراسة الحالية لعينة البحث، تم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

جدول (4) يبين مصفوفة الارتباط بين متغيرات اليقظة الذهنية لوقتي الراحة والجهد البدني المقنن ومتغير

التحكم برد الفعل / الراحة

اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية / الراحة	اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية / الجهد	اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية / الراحة	اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية / الجهد	التحكم برد الفعل / الراحة	الارتباط
0,945	0,965	0,969	0,949	1	التحكم برد الفعل وقت الراحة
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	الدلالة
0,950	0,976	0,965	1		اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية وقت الراحة
0,000	0,000	0,000	0,000		الدلالة
0,951	0,991	1			اليقظة الذهنية بإشارة صوتية وقت الراحة
0,000	0,000	0,000			الدلالة
0,946					اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية وقت الجهد
0,000	0,000				الدلالة
1					اليقظة الذهنية بدون أشاره صوتية وقت الجهد
0, 000					الدلالة

عند استعراض نتائج الجدول (4) نجد أن قيم معامل الارتباط بين متغير الانتباه الانتقائي (التحكم برد الفعل) لوقت الراحة ومتغيرات اليقظة الذهنية (بدون اشارة صوتية وقت الراحة، بإشارة صوتية وقت الراحة، بدون اشارة صوتية وقت الجهد، بإشارة صوتية وقت الجهد). قد بلغت (0,949، 0,969، 0,965، 0,945) على التوالي وان قيمة مستوى الدلالة المرافقة لها جاءت بمقدار (0,000، 0,000، 0,000، 0,000) وهي أصغر من (0,05) وهذا يؤشر ان الارتباط معنوي والعلاقة حقيقية.

جدول (5) يبين قيمة اختبار (F) المحسوبة وقيمة مستوى المعنوية المرافقة لها

الانموذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	مستوى المعنوية	
الأول	بين المجموعات	15,829	1	15,827	381,048	0,000	معنوي
	داخل المجموعات	1,164	28	0,043			
	الكلي	16,989	29				
الثاني	بين المجموعات	16,007	2	8,002	219,321	0,000	معنوي
	داخل المجموعات	0,979	27	0,035			
	الكلي	16,989	29				

يبين الجدول (5) نتائج تحليل التباين الذي يستخدم لفحص مدى قبول نموذج الانحدار من الناحية الإحصائية وفيه نفحص فرضية صفرية مفادها بأن معامل الارتباط المتعدد (R) يساوي صفراً، أي لا يوجد ارتباط ما بين مجموعة المتغيرات المستقلة من جهة والمتغير التابع من جهة أخرى، ونجد بأن قيمة مستوى الدلالة المرافقة لقيم (F) المحسوبة البالغة (381,048، 219,321) جاءت بمقدار (0,000، 0,000) على التوالي وهي أصغر من (0,05) مما يدل هذا على معنوية أنموذج الانحدار الخطي المتعدد، وبالتالي فإن الأنموذج يمثل العلاقة بين المتغيرات قيد البحث (التحكم برد الفعل) بوقت الراحة ومتغيرات اليقظة الذهنية (بدون أشاره صوتية بوقت الجهد، بإشارة صوتية بوقت الجهد) أفضل تمثيل.

ويؤكد الباحثون هنا أن على الرغم من أن تحليل التباين يخبرنا فيما إذا كان الانموذج يعطي درجة جيدة من التوقع لمتغير النتيجة (التحكم برد الفعل) بوقت الراحة إلا أنه لا يخبرنا عن المساهمة المنفصلة للمتغيرات التنبؤية في الأنموذج، لذلك لا يمكننا الاستنتاج بأن متغيرات اليقظة الذهنية (بدون أشاره صوتية بوقت الجهد، بإشارة صوتية بوقت الجهد) هي جميعها متنبئات جيدة لمتغير النتيجة (التحكم برد الفعل) وقت الراحة.

4-2-2 مناقشة نتائج أنموذج (التحكم برد الفعل) وقت الراحة:

من خلال النتائج التي ظهرت تبين أنه يمكن التنبؤ في (التحكم برد الفعل) لوقت الراحة من خلال متغيرات اليقظة الذهنية وهي (بدون إشارة صوتية وقت الجهد البدني المقتن، بإشارة صوتية وقت الجهد البدني المقتن) على التوالي، حيث أظهرت النتائج أن متغير اليقظة الذهنية بدون إشارة صوتية وقت الجهد البدني المقتن أكثر مساهمة في التنبؤ في (التحكم برد الفعل) لوقت الراحة لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لمادة كرة القدم الصالات بالنسبة لبقية متغيرات اليقظة الذهنية، حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (4,667) وهي أعلى قيمة بالنسبة لبقية متغيرات اليقظة الذهنية، ويمكن للطلاب من التحكم برد الفعل في وقت الراحة من خلاله ما يملكه من يقظة ذهنية عندما لا تكون هناك بعض المشتتات الصوتية في وقت الجهد البدني وذلك من خلال توقع الطالب الجيد لأفكار منافسه بشكل خاص وقراءته للمباراة بشكلها العام وكلما تمتع الطالب

بقدره عقلية جيدة تمكن من التصرف الجيد الذي يمتاز بالدقة لمواقف اللعب المتمسة بالتغير وبالتالي ممكن للطلاب من السيطرة والتحكم بردود افعاله وكذلك التوقع الجيد للمثيرات ذات الصلة وابتعاده ايضا عن المثيرات غير ذات الصلة وكذلك زيادة تركيزه للمباراة وبالأخص عندما لا يكون هناك اي اشارات او مشتتات تعمل لتخبط المثيرات المستهدفة والغير مستهدفة مما يكون الوصول للمهمة بشكل اسهل ويعمل الطالب بتفعيله للجانب الذهني من خلال تحليله لمنافسه بإيجاد نقاط القوة والضعف مما يزيد من قدرة الطالب على التحكم بردود افعاله وتوجيهه للكرات في الاماكن المناسبة لوضعه تحت الضغط في اكثر اوقات اللعب مما ينعكس هذا على اجتهاده واجباره بأداء الدفاع بدل الهجوم والاستفادة من اخطائه المباشرة، ويستطيع الطالب انتقائه لمثيراته المستهدفة بتحكم بردود افعاله وبأقل وقت ممكن عندما يكون الطالب ذو مستوى عالي من اليقظة الذهنية وبالتالي تحقيقه لنتائج مرجوة وجيدة، وهذا يتفق مع ما ذكره (عبد الستار الضمد 2000) " تعد القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم المهارات الحركية والقدرات الخطئية والمهارات النفسية ، وكما هو معروف ان انسجام وتفاعل العمليات العقلية العليا يؤدي إلى امتلاك القدرات الحركية الخاصة التي تتدخل فيها هذه العمليات بدرجة أو بأخرى " (2: 20)

" وكما ان العمليات العقلية والتي تسمى في بعض الأحيان برمجة المعلومات هي الأحداث التي تدور داخل الدماغ منذ لحظة دخول المثير الى لحظة اتخاذ القرار للإجابة على ذلك المثير ، وهناك مراحل تمر بها المعلومات ابتداء من دخولها الى الجهاز العصبي المركزي ثم تحديدها ومن ثم البحث في الذاكرة عن معلومات لها علاقة بها ، ثم التفاعل بين ما موجود في الذاكرة وبين المثير الجديد . ويكون نتيجة هذا التفاعل اتخاذ قرار وتنفيذ هذا القرار عن طريق اشارات حسية من الجهاز العصبي المركزي الى الجهاز المحيطي ومن ثم العضلات المطلوب عملها " (3: 43)

4-2-3 مناقشة نتائج (اليقظة الذهنية)

واظهرت النتائج أيضا أن متغير اليقظة الذهنية بإشارة صوتية وقت الجهد البدني المقنن كانت له مساهمة واضحة بعد متغير اليقظة الذهنية بدون اشارة صوتية وقت الجهد البدني المقنن في التنبؤ بالتحكم برد الفعل لوقت الراحة للطلبة بالنسبة لبقية متغيرات اليقظة الذهنية حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (2,208) بالنسبة لمتغيرات اليقظة الذهنية، حيث يواجه لاعب كرة القدم للصالات العديد من المثيرات خلال مجريات اللعب ونظراً لتعدد مهارات (اللعبة) فيتوجب عليه اداء خاص لكل حركة أو مهارة من مهارات اللعبة فيحتاج منه وفي كل الاوقات التهيؤ لا داءها من لحظة ظهور المثير الى لحظة الاستقبال للكرة والتي تعتبر نهاية رد الفعل، وكذلك سيطرته على ردود افعاله لظهور المثيرات من خلال استقبال منافسه لكل كرة فهنا يتطلب منه التركيز في المثير المستهدف وهو اتجاه الكرة المرسله من منافسه بهدف وصوله للكرة واستقبالها بالوقت المناسب وهنا يكون للطلاب الكثير من البدائل لاستقبال كرات منافسه وقطعها وخصوصاً عند التركيز على مثير ذات صلة بالمهمة او الهدف وتجاهل المثيرات الأخرى الغير ذات صلة بالمهمة او الهدف، ويعد التحكم بردود الافعال من الامور المهمة للاعبين كرة قدم الصالات لما لها الدور الحاسم في الحصول على أفضل النتائج الممكنة في حالة امتلاك الطالب لها وتركيزه لتنفيذ الاهداف المنشودة والمرجوة بالطالب والفتنة وعدم الارتباك في الأداء من خلال التحكم بأفكاره الايجابية وتجنب السلبية منها ولفترات طويلة من التحكم باللعب ومواجهة المواقف الصعبة وتركيز أنتباهه على تحركات منافسه من جهة ومبادراته بحركات فنية لمعالجات هجومية وحسب تحرك المنافس من جهة أخرى وكلما كانت هناك اشارات صوتية وكان الطالب يمتنع من جراء الجهد المبذول وطول وقت

اللعب كانت المهمة اصعب على الطالب فيتوجب عليه انتقاء المثير المعني ومن بين مجموعة من المثيرات، والطالب الذي يتمتع باليقظة الذهنية خلال هذا الوضع سيقدم أفضل ما لديه من نتائج رياضية مبتغاة. ويرى محمود محمد انه "يعد الصوت والصورة من اهم عناصر التي يشد انتباه المتعلم ويحفزه على الحفظ ويعزز الصورة ويحقق التفاعل والانفعال مع البرنامج (4: 177).

ويرى الباحثون ان الممارسة وتنمية القابليات العقلية لها دور كبير في تطوير اليقظة الذهنية وامكانية التحكم برود الافعال وهذا ما أكده (محمود عبد الفتاح عنان) من " أن الممارسة العقلية كاستراتيجية معرفية أكثر فاعلية من عدم الممارسة ويجب استخدامها بطرق مكمله مع الممارسة البدنية لإعطاء نتائج أفضل). (5: 343)

5-الإستنتاجات والتوصيات:

5-1 الإستنتاجات: نظرا الى النتائج السابقة فقد استنتج الباحثون الاتي:

- 1- هناك علاقة ارتباط ايجابية بين متغيرات اليقظة الذهنية ومتغير التحكم برد الفعل لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعبة كرة القدم الصالات .
- 2- استنتج الباحثون بأن الطالب الذيمتلكمتغيراتاليقظةالذهنيةهونفس الطالب الذيمتلكمتغيرات ردود فعل جيدة وانتباه .

5-2 التوصيات:

- 1- يوصي الباحثون بأجراء بحوث مشابهة للفعالية الاخرى والوقوف على ما تظهر من نتائج وتعميمها.
- 2- يوصي الباحثون بأجراء بحوث بمتغيرات نفسية اخرى ومعرفة نتائجها والعمل عليها من قبل المعنيين.

المصادر

- 1- حمزة محمد دودين: التحليل الأحصائي المتقدم للبيانات باستخدام SPSS، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2010 م.
- 2- عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط1 ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000 ، ص20.
- 3- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، 2002 ، ص43 .
- 4_محمود محمد: فاعلية برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل القائمة على الرسوم والصور المتحركة في تعليمالمهارات الحركية ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 2000 ، .
- 5-محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، (1995)،