



علاقة نمطي التفكير الداخلي والخارجي لأداء مهارة القلبة الهوائية الأمامية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للسيدات مريم سالم نجف الطائي

الملخص

اشتمل البحث على خمسة ابواب تضمن الباب الاول المقدمة واهمية البحث وكانت مشكلة البحث التباين في اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني وكان هدف البحث هو التعرف على العلاقة بين نمطي التفكير الداخلي والخارجي واداء مهارة القلبة الهوائية الامامية في الجمناستك الفني. اما فرض البحث هناك علاقة ارتباط معنوية بين نمطي التفكير الداخلي والخارجي واداء مهارة القلبة الهوائية الامامية وتضمن الباب الثاني الدراسات النظرية حيث تم التطرق في هذا الباب الى (نمطي التفكير الداخلي والنمط الخارجي حيث تم تقسيم العينة حسب مقياس ستيرنبرغ (stern berg) حيث يتكون هذا المقياس من (8) فقرات لكل نمط وحسب السلم التالي: (1- لا تنطبق علي اطلاقا 2- لا تنطبق علي بشكل واضح 3- تنطبق علي بشكل بسيط 4- تنطبق عليا الى حد ما 5- تنطبق علي جيدا 6- تنطبق علي بدرجة عالية 7- تنطبق علي بدرجة عالية جدا) ثم جمع الدرجات التي وضعت على جميع الفقرات الثمانية ونقسمها على العدد (8) ونقرب النتيجة لرقم عشري واحد وبعدها نقارنها بالمعيار الموجود لمعرفة مدى انطباق النمط على الفرد بعدها قامت الباحثة بتصوير اداء اللاعبين وعرض التصوير على المقومين الثلاثة لاعطاء الدرجات وعلى ضوء ذلك تم اختيار الوسط الحسابي لدرجات المقومين الثلاثة لاستخراج الدرجة النهائية لكل لاعب علما ان درجة التقييم من (10) درجات اما الباب الثالث فقد استخدمت الباحثة الاسلوب الوصفي وكانت عينة البحث من لاعبين منتخب ناشئين في بغداد وعددهم 8 لاعبين. اما الباب الرابع تضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج اما الباب الخامس فاحتوى الاستنتاج التالي ان معرفة انماط تفكير اللاعبين دور مهم في تحسين مستوى اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية على بساط الحركات الارضية. اما التوصيات توصي الباحثة باجراء دراسات مشابهة لمعرفة علاقة نمطي التفكير الداخلي والخارجي بمهارات اخرى في الجمناستك الفني او في فعاليات اخرى .
الكلمات المفتاحية:

Pattern internal and external relationship thinking skill to perform aerodynamic front somersault on the mat ground movements in the women's artistic gymnastics

Abstract

A search on the five-door to ensure the door first presented and the importance of research and the research problem, a variation in the performance of the skill summersault gymnasts on the table movements ground in artistic gymnastics for ladies and the aim of the research is to identify the relationship between a typical reflection of external and internal performance skill summersault gymnasts in artistic gymnastics for women . either impose a search



there is a significant correlation between a typical reflection of external and internal performance skill summersault gymnasts and ensure the door the second theoretical studies have been addressed in this section to (a typical internal reflection and style exterior and gymnastics and skill summersault gymnasts), as well as similar studies either Part III has been used researcher descriptive style was the research sample of junior players elected in Baghdad and the number 8 players. either Part IV The presentation, analysis and discussion of the results either Section V Vahtoy conclusions and recommendations

1-المقدمة

1-1مقدمة البحث واهميتها

مما لا شك فيه ان التقدم العلمي الحاصل في المجال الرياضي قد شهد تطورا ملحوظا في مختلف الالعاب الرياضية محققا قفزة نوعية في تحقيق الانجازات والمستويات الرياضية. ولان تسير العملية التعليمية بالطريق الصحيح وتواكب التطور فانه من الضروري مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين اذ ان لكل لاعب طريقته المفضلة للتفكير (نمط تفكير خاص به) وهذه الانماط لاتوصف بانها سلبية او ايجابية وانما لكل مزاياه وعيوبه ومن هذه الانماط هو النمط الداخلي والخارجي ومن خلال ما تقدم تكمن اهمية البحث في دراسة العلاقة بين نمطي التفكير الداخلي والخارجي واداء مهارة القلبة الهوائية الامامية على بساط الحركات الارضية للسيدات

من خلال متابعة الفرق تبين بان هناك تباين في مستوى اللاعبين عند اداءهم مهارة القلبة الهوائية الامامية لذا ارتأت الباحثة بتوزيع بعض الاستمارات الخاصة بنمطي التفكير الداخلي والخارجي لمعرفة اسباب ذلك الضعف هو عدم مراعاة نمطي التفكير الداخلي والخارجي لدى اللاعبين وبالتالي عدم مراعاة نوع التمارين التي تلائم كل نمط وطريقة التدريب ومن خلال ذلك نتوصل الى معرفة هل هناك علاقة بين مستوى اداء اللاعب للمهارة ونمط التفكير الداخلي او التفكير الخارجي .

ويهدف البحث الى التعرف على نمط التفكير الداخلي والخارجي ومستوى اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية لدى عينة البحث والتعرف على العلاقة بين نمطي التفكير الداخلي والخارجي ومستوى اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية لدى عينة البحث.

2-اجراءات البحث

2-1منهج البحث

لغرض الوصول الى الحقائق العلمية المبينة على اسس موضوعية لابد من الاختيار المناسب للمنهج ولدراسة المشكلة لذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته مشكله وموضوع البحث اذ ان "جميع البيانات والمعلومات عن ظاهرة ما او شي او حادث بهدف التعرف على هذه الظاهرة وتحديد الوضع الحالي لها والتعرف على جوانب القوة والضعف فيها من اجل معرفة صلاحية هذا الوضع او مدى الحاجة للقيام بتغييرات اساسية او جزئية في هذه الظاهرة" (67:6)

2-2مجتمع وعينة البحث

ان عملية اختيار العينة يرتبط ارتباطا وثيقا بطبيعة المجتمع المأخوذ منه العينة "ذلك الجزء من المجتمع الاصلي التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرائق علمية وانها تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً بحيث يجري عليها الباحث مجمل عمله" (67:6)



لذا تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية من لاعبين منتخب الناشئين في بغداد والذين يتدربون في قاعة المركز التدريبي لاتحاد الجمناستك (قاعة سمير خماس) وعددهم 8 لاعبين وبذلك بلغت نسبة العينة (100%) من مجموع مجتمع الاصل.

2-4 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث (2:2)

- بساط حركات ارضية
- شريط قياس
- مادة مغنسيوم
- كامرة فيديو نوع كاسيو عدد 1
- حاسبة لابتوب نوع (hp) واقرص حاسبة ليزيرية
- مقياس نمطي التفكير

2-5- مقياس نمطي التفكير الداخلي والخارجي (ذوقان عبيدات وسهيلة ابوالسميد: 2007) قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعه من ذوي الخبرة والاختصاص. (*) وتم الاتفاق على المقياس بنسبه اتفاق (87%) فما فوق والمقياس هو:

يتضمن المقياس نمطي التفكير الداخلي والخارجي من ثمان فقرات متنوعه تصف خصائص كل نمط اذ يتم وضع امام كل فقرة الدرجة من (1-7) وحسب السلم التالي (1-لاتنطبق علي اطلاقا 2-لاتنطبق علي بشكل واضح 3-تنطبق علي بشكل بسيط 4-تنطبق عليا الى حد ما 5- تنطبق علي جيدا 6-تنطبق علي بدرجة عالية 7-تنطبق علي بدرجة عالية جدا) ثم نجمع الدرجات التي وضعت على جميع الفقرات الثمانية ونقسمها على العدد (8) ونقرب النتيجة لرقم عشري واحد وبعدها نقارنها بالمعيار الموجود لمعرفة مدى انطباق النمط على الفرد. وهذه الفقرات موضحة في ملحق (1)

2-6- تقييم الاداء الفني

قامت الباحثة بتحديد مستوى اداء اللاعبين بالاعتماد على (3) مقومين السابق ذكرهم وذلك من خلال قيام الباحثة بتصوير اداء اللاعبين ال (8) وعرض التصوير ع المقومين لاعطاء الدرجات. وعلى ضوء ذلك تم اختيار الوسط الحسابي لدرجات المقومين الثلاثة لاستخراج الدرجة النهائيه لكل لاعب علما ان درجه التقييم من (10 درجات)

2-7 التجربة الاستطلاعية

التجربة الاستطلاعية هي عبارة عن دراسة اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه " (5:267) لاختيار البحث وادواته اذ قامت الباحثة بأجراء تجربتها الاستطلاعية على عينة من لاعبين المنتخب بتاريخ 27-1-2014 بمساعدة فريق عمل مساعد وذلك (4:3)

- 1- معرفة الوقت المستغرق للقيام بالاختبارات وسلاستها
- 2- للتعرف على مدى سلامة الاجهزة والادوات
- 3- معرفة مدى تجانس العينة ومدى سهولة الاختبارات

عائدة علي حسين . استاذ كلية التربية الرياضية للبنات , جامعة بغداد .

بشرى كاظم . استاذ مساعد , كلية التربية الرياضية للبنات , جامعة بغداد .

هدى شهاب , استاذ مساعد , كلية التربية الرياضية للبنات , جامعة بغداد



4- معرفة السلبيات والمعوقات التي قد تعترض طريقة اجراء الاختبارات .

8-2 التجربة الرئيسية .

تم إجراء التجربة الرئيسية وذلك يوم الخميس 30 / 1 / 2014 الساعة 4,30 عصرا على عينة البحث الذي اشتملت في تطبيق مقياس نمطي التفكير الداخلي ونمط التفكير الخارجي وعلى ضوء المقياس حددت عدد اللاعبين من ذوي نمط التفكير الداخلي واللاعبين من ذوي نمط التفكير الخارجي اذ بلغ عدد اللاعبين من ذوي النمط التفكير الداخلي (5 لاعبين) في حين بلغ عدد اللاعبين من ذوي نمط التفكير الخارجي (3 لاعبين) بعدها قامت بتصوير مهارة القلبة الهوائية الامامية بتاريخ 2014/1/30 وقد تم عرضه على الحكام لغرض تقييم الاداء الفني .

9-2 الوسائل الاحصائية .

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية spss

1- الوسط الحسابي .

2- الانحراف المعياري .

3- معامل الارتباط (بيرسون) .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

تضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لذلك قامت الباحثة بعرض نتائج البحث على شكل جداول كونها تعد وسيلة توضيحية لنتائج البحث كما قامت الباحثة بعرض النتائج لغرض الوصول الى تحقيق اهداف وفروض البحث .

3-1 عرض نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة القلبة الهوائية الامامية .

جدول (1)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة القلبة الهوائية الامامية على بساط الحركات الارضية

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغيرات
0.48033	8.5750	القلبة الهوائية
0.638	4.227	التفكير الداخلي
0.817	6.231	التفكير الخارجي

يبين الجدول رقم (1) الوسط الحسابي للقلبة الهوائية الامامية (8.5750) والانحراف المعياري (0.48033) ي ان مستوى اللاعبين ككل في مهارة القلبة الهوائية الامامية كان جيدا وكان الوسط الحسابي لنمط التفكير الداخلي (4.227) والانحراف المعياري للتفكير الداخلي (0.638) في حين بلغ الوسط الحسابي للتفكير الخارجي (6.231) اما الانحراف المعياري فبلغ (0.817)



الجدول رقم (2) بين علاقة الارتباط مع كل من نمطي التفكير الداخلي والخارجي

الارتباط	الدلالة الحقيقية	ارتباط بيرسون	المتغيرات
معنوي	0.001	0.927	مهارة القلبية الهوائية
معنوي	0.003	0.525	التفكير الداخلي
معنوي	0.007	0.913	التفكير الخارجي

(1) عند النظر للجدول رقم (2) للتعرف على علاقة الارتباط بين نمط التفكير الداخلي مع مهارة القلبية الهوائية الامامية وعلاقة الارتباط بين نمط التفكير الخارجي ومهارة القلبية الهوائية الامامية نلاحظ ان معامل الارتباط نمط التفكير الداخلي قد بلغ (0.925) وكانت الدلالة الحقيقية (0.003) فكان الارتباط معنوي بينما العلاقة الارتباطية بين نمط التفكير الخارجي كان (0.913) عند مستوى دلالة (0.007) كان معنوي عالي مما يدل على معامل الارتباط ما بين التفكير الخارجي مع مهارة القلبية الهوائية كان اعلى ارتباطا من نمط التفكير الداخلي وارتباطه مع مهارة القلبية الهوائية الامامية " وان نجاح اللاعبين او فشلهم يعزى الى سوء الانسجام بين طرق والاساليب المتبعة وبين طرق التي يفكر بها اللاعبين اكثر من عزو ذلك الى قدرات اللاعبين انفسهم ولذلك حمل المدرب مسؤولية تعليم اللاعبين بطريقة تنسجم مع انماط تفكيرهم ما يمكن (7:171) وهذا يدل على ان اللاعبين من ذوي نمط التفكير الخارجي اكثر معنوية من اللاعبين من ذوي نمط التفكير الداخلي

4-الخاتمة

- 1- ان معرفة انماط تفكير اللاعبين دور مهم في تحسين مستوى اداء مهارة القلبية الهوائية الامامية على بساط الحركات الارضية .
- 2- ان مستوى لاعبين المنتخب الناشئين للجمناستك الفني كان جيدا لاداء مهارة القلبية الهوائية الامامية
- 3- التأكيد على معرفة انماط التفكير اللاعبين من حيث النمط الداخلي والخارجي وبقية انماط تفكير اللاعبين برياضة الجمناستك لما لها من اهمية في الاداء المهاري للاعب وخاصة على جهاز بساط الحركات الارضية .
- 4- اجراء دراسات مشابهة لمعرفة علاقه انماط التفكير الاخرى بمستوى اداء مهارة القلبية الهوائية الامامية
- 5- اجراء دراسات مشابهة لمعرفة علاقه نمطي التفكير والداخلي والخارجي بمهارات اخرى في الجمناستك الفني او في فعاليات رياضية اخرى .



المصادر

- 1- عبد الجبار توفيق : معجم اللغة العربية علم النفس والتربية , الجزء 1 , (القاهرة , الهيئة العامة للشؤون البدنية , 1984) , ص 79 .
- 2- عابدة علي حسين وآخرون : الاسس الفنية والميكانيكية للجمناستك الفني للسيدات المرحلة الاولى , بغداد , دار الكتب والوثائق , 2010 , ص 7-8 .
- 3- وجيه محجوب : البحث العلمي ومنجيته , بغداد دار الكتب للطباعة والنشر , 2002 , ص 267 .
- 4- وجيه محجوب واحمد البدري : البحث العلمي , رط العراق , مطبعة جامعة بغداد , 2002 , ص 67 .
- 5- عبد الرزاق كاظم علي الزبيدي : تأثير منهج تدريبي مقترح للقوة العضلية الخاصة في تطوير أداء القلبتين الهوائية الخلفية المكورة على بساط الحركات الارضية وعلاقته بمستوى الانجاز . مجلة التربية الرياضية , مجلد 15 , العدد الاول , 2006 .
- 6- غادة مؤيد شهاب العبادي : (تأثير استخدام اسلوب التعلم المقلوب في تعلم بعض المهارات الحركية بالجمناستك الفني) بحث تجريبي , مجلة التربية الرياضية , مجلد الخامس عشر , العدد الاول , 2006 .
- 7- ذوقان عبيدات وسهيلة ابو السميد : الدماغ والتعليم والتفكير , ط1 (دار الفكر للنشر والتوزيع . عمان 2007) , ص 165 .
- 8- [www.indet .codrn .cus. Com .pdf .w.connonbiolosport](http://www.indet.codrn.cus.Com.pdf.w.connonbiolosport) 20 .

ملحق (1)

مقياس نمط التفكير الداخلي

الاسئلة	لاينطبق علي اطلاقا	لاينطبق عليية بشكل واضح	ينطبق علي بشكل بسيط	ينطبق علي الى حد ما	ينطبق علي جيدا	ينطبق علي بدرجة عالية جدا
1- أحب ان اشرف على العمل وانفذه دون استشارة احد .						
2- حين اقيم مشروعا اعتمد على احكامي وارائي .						
3- افضل الحالات التي انفذ فيها ارائي واحكامي دون الاعتماد على الغير .						



							4- حين اناقش او اكتب افكاري استخدم فقط افكاري الخاصة .
							5- احب المشروعات التي استطيع استكمالها وحدي .
							6- احب ان اقرأ التقارير للحصول على المعلومات التي اريدها ولاارغب في طلبها من الاخرين .
							7- حين تواجهني مشكلة اقوم بالعمل وحدي .
							8- احب ان اعمل منفردا .

ملحق (2)
مقاييس نمط التفكير الخارجي

ينطبق علي بدرجة عالية جدا	ينطبق علي بدرجة عالية	ينطبق علي جيدا	ينطبق علي الى حد ما	ينطبق علي بشكل بسيط	لاينطبق عليه بشكل واضح	لاينطبق علي اطلاقا	الاسئلة
							1- حين ابدأ عملي افضل جلبه عصف فكري مع الاخرين.
							2- حين احتاج الى معلومات افضل الاتصال بالآخرين للحصول عليها بدلا من قراتها او البحث عنها
							3- افضل العمل الذي ينتج لي فرصة التفاعل والاتصال مع الاخرين كعضو في فريق
							4- افضل العمل مع الاخرين
							5- افضل العمل حيث تتاح لي فرصة التفاعل مع الاخرين وحيث يعمل كل فرد مع الاخرين
							6- في إي نقاش أو في كتابة تقرير أفضل تبادل الآراء مع الآخرين
							7- أحب إن ادمج أفكاري مع أفكار الآخرين
							8- حين اتخذ قراراتي فإنني اخذ آراء

المجلد 14 العدد 4 عام 2015



مجلة الرياضة المعاصرة

الأخرين بعين الاعتبار