تأثير مركز ضبط النفس على تعلم بعض مهارات سلاح الشيش

م.م رجاء حسن ألمشايخي

الخلاصة

لاحظت الباحثة التباين الكبير بين المتعلمات من الطالبات في تفسير نتائج أدائهم فالبعض منهن تفسر النتائج في ضوء عوامل خارجية مثل الحظ و الصدفة ،وتأثير الزميلة والقاعة والدروس الأخرى والتجهيزات والقدر، ومساعدة الآخرين، بينما البعض الأخر يفسر النتائج في ضوء عوامل شخصية ذاتية داخلية مثل الاستعداد والتعلم والتدريب الجاد ،والقدرة والمحاولة والمجهود ، إضافة إلى ما سبق ,أن هذا البحث يعتبر استجابة عملية للتوجيهات الحديثة في علم النفس ، التي تعطي اهتماما لمركز ضبط النفس في عملية التعلم .

لذا هدف البحث إلى:-

- التعرف على درجة مركز ضبط النفس ومن ثم إيجاد الفروق بين أفراد عينة البحث وفقا لمركز الضبط النفس في تعلم بعض مهارات سلاح الشيش .

تم استعمال المنهج التجريبي على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات, إذ بلغ عددهن (107) طالبة مثلن المجتمع الأصل (100%) للعام الدراسي 2013-2014 . وبعد استبعاد الطالبات المتعلمات والراسبات ولاعبات المنتخبات الرياضية وعينة التجربة الاستطلاعية بلغ عدد العينة(80) طالبة ونسبتهن من المجتمع (74,76%), وتم تطبيق مفردات منهاج مادة المبارزة على جميع إفراد العينة, وبعد تنفيذ المنهاج تم قياس مستوى التعلم لديهن وقياس مركز الضبط وتقسيمهم الى مجموعتين وبشكل مقصود (ووفقا لما تفرزه نتائج مقياس الضبط الى مجموعة ذوي الضبط الداخلي ومجموعة ذوي الضبط الخارجي ومن ثم تم المقارنة في تعلم مهارات سلاح الشيش وفقا لمركز الضبط .

وبعد معالجة النتائج وتحليلها استنتجت الباحثة مايأتي:

- ظهر أن عينة البحث طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات تتميز بمركز ضبط داخلي .
- ظهر أن ذوي الضبط الداخلي أفضل في تعلم مهارات سلاح الشيش من ذوي الضبط الخارجي.

بناءً على ما ورد في البحث من استنتاجات توصي الباحثة بالآتي:-

- ضرورة اهتمام الجهات الرياضية المسئولة عن مختلف الألعاب الرياضية المؤسسات التعليمية والأندية الرياضية والمنتخبات الوطنية بمركز ضبط النفس لما له من تأثير في نتائج التعلم .
- الاهتمام برياضة المبارزة من خلال أجراء دراسات مختلفة لتحسين التعلم وتطوير الانجاز ولفئات عمرية أخرى.
- الإفادة من مقياس هذه الدراسة للتعرف على علاقة مركز الضبط ببعض المتغيرات البدني والمهارية وغيرها.

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

يعد مركز الضبط من سمات الشخصية التي حظيت باهتمام الباحثين في مجال علم النفس الاجتماعي والشخصية, فضلاً عن كونها أحد الجوانب البارزة في تحديد العلاقات ألارتباطيه بين سلوك الفرد وما يرتبط به من نتائج تساعده على أن ينظر إلى إنجازاته وأعماله وعلى نجاحه أو فشله في ضوء قدراته وما يستطيع القيام به من مجهودات مبذولة ، ومثابرة في تحقيق أهدافه وما يرجوه من نتائج لسلوكه وما يتخذه من قرارات حيال هذا السلوك.

لذا يعد مفهوم مركز ضبط النفس (الداخلي والخارجي) متغير هام لتفسير السلوك الإنساني, في المواقف المختلفة وذلك للتعبير عن مدى شعور الفرد, من حيث قدرته على التحكم في الأحداث الخارجية التي يمكن أن يتأثر فيها.

وترى الباحثة أن بعض الطلبة (المتعلمين) بعد الانتهاء من تعلم المهارة وبخاصة في حالة عدم تحقق التعلم الجيد او المطلوب في مستوى الأداء بالدرجة التي يتمنى الوصول إليها يرجعون ذلك الفشل إلى عوامل خارجية (سوء العلاقة مع المدرس , أو ضعف قابلية المدرس على إيصال المادة العلمية , سوء المنهاج او الطريقة او الأدوات او العلاقة مع الزملاء , الحظ السيئ, نفوذ الآخرين) وغيرها من العوامل المختلفة, و البعض الأخر من المتعلمين يرجعون ذلك الضعف في الأداء او الفشل, إلى نقص في قدرتهم البدنية والمهارية لعدم انتظامهم في التعلم و التدريب وعدم قدرتهم على بذل المجهود المطلوب والمناسب مع تحقيق الهدف الذي يسعى من اجله، هنا نجد في الحالة الأولى أن المتعلمين ينتمون إلى أفراد وجهة الضبط الخارجي, أما في الحالة الثانية ينتمون إلى أفراد وجهة الضبط الداخلي, بهذا يمكن التعبير عن مفهوم وجهة الضبط كمتغير أو كسمة موجودة لدى متعلمي و ممارسي الأنشطة الرياضية التنافسية المختلفة وخاصة الفردية وتتباين درجات اعتقاد المتعلمين وفقا للادراكات التي يعتقدها كل منهم .

وتكمن أهمية البحث في محاولة تفسير العلاقات التي تحكم هذا المتغير النفسي, حتى يمكن من خلال نتائج هذه الدراسة المساعدة في حسن توظيف تلك المتغيرات وتوجه عملية التعلم وتعزيزها بما يحقق أفضل مستوى من التعلم , ومن اجل إعطاء معلومات ومؤشرات تساعد في تحسين مستوى برامج التعلم والإعداد النفسي قصير وطويل المدى , وبما يسهم في رفع مستوى التعلم والأداء لدى أفراد عينة البحث (المتعلمات لمادة المبارزة).

1-2 مشكلة البحث:-

أن عملية التعلم لابد أن تكون عن طريق رفع الاستعداد الذاتي للمتعلم وتهيئته لما يراد منه من مستوى أداء وتعبئة الطاقة النفسية ليتحقق الوصول إلى المستوى الرياضي العالي, والمحافظة عليه في مدى استخدام المتعلم لأقصى قدراته البدنية والمهارية والنفسية. وتعد الجوانب النفسية في رياضة المبارزة من المحددات المهمة في التعلم والتدريب , ومن خلال متابعة و مشاهدة الباحثة لدرس المبارزة للطالبات المرحلة الثالثة في كلية لتربية الرياضية للبنات , وجدت أن اغلب الطالبات تتكامل لديهم القدرات البدنية

والمواصفات الجسمية لتحقيق التعلم الجيد, لكن نجدهم يفتقرون إلى تكامل المهارات النفسية, وقلة ضبط النفس أثناء عملية التعلم, وهذا ما قد يؤثر في تحقيق الهدف المطلوب.

إذ لاحظت الباحثة التباين الكبير بين المتعلمات من الطالبات في تفسير نتائج أدائهم فالبعض منهن تفسر النتائج في ضوء عوامل خارجية مثل الحظ و الصدفة ،وتأثير الزميلة والقاعة والدروس الأخرى والتجهيزات والقدر، ومساعدة الآخرين، بينما البعض الأخر يفسر النتائج في ضوء عوامل شخصية ذاتية داخلية مثل الاستعداد والتعلم والتدريب الجاد ،والقدرة والمحاولة والمجهود ، إضافة إلى ما سبق, أن هذا البحث يعتبر استجابة عملية للتوجيهات الحديثة في علم النفس ، التي تعطي اهتماما لمركز ضبط النفس في عملية التعلم .

3-1 أهداف البحث :

- التعرف على درجة مركز ضبط النفس لدى المتعلمات في درس المبارزة..
- إيجاد الفروقات بين أفراد عينة البحث وفقا لمركز الضبط النفسي في تعلم بعض مهارات سلاح الشيش .

4-1 **فروض البحث:-**

- هناك تباين في مستوى مركز ضبط النفس لدى عينة البحث .
- وجود فروق بين أفراد عينة البحث وفقا لمركز الضبط النفسي في تعلم بعض مهارات سلاح الشيش .
- وجود علاقة ارتباط بين مراكز ضبط النفس وتعلم بعض مهارات سلاح الشيش .

5-1 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد للعام الدراسي 2013-2014 والبالغ عددهن (107) طالبة.

2-5-1 المجال ألزماني :- الفترة من 6-10-2013 ولغاية 15-1-2014

3-5-1 المجال المكاني :- قاعة المبارزة في كلية التربية الرياضية للبنات.

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 مفهوم مركز الضبط:

يُعرف مركز الضبط بأنه الدرجة التي عليها يدرك الفرد أن المكافأة أو التدعيم تتبع أو تعتمد على سلوكه هو ومواصفاته ، فى مقابل الدرجة التي عليها يدرك الفرد أن المكافأة أو التدعيم مضبوطة أو محكومة بقوى خارجية ، وربما تحدث مستقلة عن سلوكه. أي أن مركز الضبط هو مدى إدراك الفرد بوجود علاقة سببية بين سلوكه وبين ما يتلو هذا السلوك من مكافأة أو تدعيم. (6:1)

لذا ترى الباحثة أن مركز الضبط عبارة عن إدراك الفرد لمصدر المسؤولية عن النتائج والأحداث فمركز الضبط الداخلي يعنى أن الفرد يأخذ على عاتقه مسئولية النجاح أو الفشل نتيجة لجهوده الخاصة

وقدراته الذاتية , أما مركز الضبط الخارجي فيشير إلى أن الفرد يرجع ما يحدث إلى أمور خارج نطاق تحكم القدر والحظ والصدفة .

2-1-2 موقع الضبط في المجال الرياضي :

بما أن الاتصاف بالضبط الداخلي والخارجي يعتمد بشكل أساس على مدى إدراك الفرد للعلاقة بين السلوك والاستجابات في البيئة وعلى مدى شعوره بالمسؤولية الشخصية تجاه الإحداث فجوهر الضبط أذن هو الاعتقاد بوجود علاقة بين الفعل والنتيجة ويمثل موقع الضبط في الرياضة بناء نفسياً يشير إلى اعتقاد اللاعبين عما إذا كانوا يضبطون شخصياً ما يحدث لهم ويتحكمون فيه واللاعبون ممن يظهرون ضبطاً داخلياً يميلون إلى الاعتقاد بان سلوكهم في المواقف التنافسية يؤثر في النتائج اما اللاعبون الذين يبدون ضبطاً خارجياً يميلون إلى عزو نتائجهم إلى عوامل خارجية مثل (الحكم, الجمهور, الخصم, أدوات اللعب, الصدفة, القدر, الحظ , المدرب نفسه) (82:1)

وقد قام (واينر)بدمج عوامل (هايدر) الأساسية التي هي (المحاولة والقدرة، صعوبة المهمة، الحظ)على النحو الأتي:

1- عوامل داخلية (شخصية): وتشمل:

(القدرة) ويعد عامل داخلي مستقر. و(المجهود) ويعد عامل داخلي غير مستقر .

2- عوامل خارجية (بيئية) : وتشمل (صعوبة مهمة) ويعد عامل خارجي مستقر. و(الحظ) ويعد عامل خارجي غير مستقر (192:8)

وفي الواقع أن كل رياضي لديه مزيج من نوعي الضبط الداخلي والخارجي ولكن الاختلاف في درجة سيطرة أي منهما بمعنى أن رياضياً يغلب عليه الضبط الخارجي وأخر يكون النمط السائد عنده هو الضبط الداخلي وهنا تظهر أهمية دور كل من الرياضي والمدرب في معرفة النمط السائد لدى الرياضي هل هو الضبط الخارجي أم الضبط الداخلي. (81:3)

فان اللاعبين الذين يعتقدون بان قدراتهم وقبلياتهم المهارية والبدنية وطبيعة أدائهم في السباقات وما يترتب على نجاحهم أو فشلهم يعود إلى أسباب داخلية تعود أليهم فهؤلاء هم ذوي موقع الضبط الداخلي بينما نجد اللاعبين ذوي موقع الضبط الخارجي يعتقدون بان ما يحدث لهم في السباقات من نجاح أو فشل طبيعة أدائهم يعود إلى أسباب خارجية مثل (الحظ أو الصدفة أو القدر أو الآخرين) (35:9)

2-2 الدراسات المشابهة :

2-2-1 عماد أبو القاسم محمد علي,1991.

مركز التحكم الداخلي- الخارجي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري لدى ناشئي كرة اليد. (11:5)

هدف البحث إلى:

1- التعرف على الفروق بين الناشئين ذوي التحكم الداخلي والخارجي في مستوي الأداء المهاري في كرة اليد .

2- إيجاد العلاقة بين مستوي الأداء المهاري في كرة اليد ومركز التحكم لدي الناشئين.

استخدم المنهج الوصفي ، باستخدام أسلوب المسح الميداني , واشتملت عينة البحث علي جميع ناشئ كرة

اليد تحت 18 سنة بمحافظة أسيوط والمشتركين في بطولات الأندية والجمهورية بالاتحاد المصري لكرة اليد للموسم 1990/ 1991 وقد بلغ حجم العينة (100) مائة ناشئ.

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يستنتج الباحث ما يلي :

1- إن الناشئين ذوي التحكم الداخلي أي الذين حصلوا علي درجات منخفضة في اختبار مركز التحكم من خلال نتائج البحث أنهم أفضل في مستوي الأداء المهاري لكرة اليد من الناشئين ذوي التحكم الخارجي.

2- إن الناشئين ذوي التحكم الخارجي أي الذين حصلوا علي درجات مرتفع في اختبار مركز التحكم من خلال نتائج البحث أنهم أقل في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد من الناشئين ذوي التحكم الداخلي.

3- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيا بين مركز التحكم ومستوى الأداء المهاري لدي ناشئي كرة اليد وذلك يعني أنة كلما قلت الدرجة في اختبار مركز التحكم كلما زاد مستوي الأداء المهاري والعكس .

2-2-2 دراسة: محمد نعمة حسن,2004.

موقع الضبط وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين (12:7)

هدفت الدراسة إلى:

– معرفة موقع الضبط لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين وتبعا للفعاليات (القصيرة ، المتوسطة ، الطويلة ، الرمي ، الوثب) .

– معرفة الفروق في موقع الضبط لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين تبعا للفعاليات الخمس .

– معرفة العلاقة بين موقع الضبط ودافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين وتبعا للفعاليات الخمس.

وقد شملت عينة الدراسة (80)لاعباً يمثلون أفضل ثمانية أندية في لعبة الساحة والميدان . وقد استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي, وبعد تطبيق المقاييس على العينة ,تم معالجة البيانات و التوصل إلى الاستنتاجات بان لاعبي الساحة والميدان المتقدمين هم من ذوي موقع الضبط الداخلي ولديهم دافعية للانجاز وان البعد الأقوى بالنسبة لدافعية الانجاز هو بعد دافع تحقيق النجاح كما وجد بان هنالك علاقة ايجابية بين موقع الضبط ودافعية الانجاز تبعا للفعاليات الخمس.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

1-3 منهج البحث :

تم اختيار المنهج التجريبي وذلك لملائمته وطبيعة البحث .

2-3 العينة :-

اشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات, إذ بلغ عددهن (107) طالبة مثلن المجتمع الأصل (100%).للعام الدراسي 2013-2014 . وبعد استبعاد الطالبات المتعلمات والراسبات ولاعبات المنتخبات الرياضية وعينة التجربة الاستطلاعية بلغ عدد العينة(80) طالبة ونسبتهن من المجتمع (74,76%) والجدول (1) يبين تفاصيل العينة .

وتم تطبيق مفردات منهاج مادة المبارزة على جميع إفراد العينة . علما ان الباحثة لم تجري تجانس للعينة كونهم من مرحلة عمرية واحدة وتعلم مادة المبارزة لهم اول مرة . وبعد تنفيذ المنهاج تم قياس مستوى

التعلم لديهن وقياس مركز الضبط وتقسيمهم الى مجموعتين وبشكل مقصود (ووفقا لما تفرزه نتائج مقياس الضبط الى مجموعة ذوي الضبط الداخلي ومجموعة ذوي الضبط الخارجي ومن ثم تم المقارنة في تعلم مهارات سلاح الشيش وفقا لمركز الضبط .

جدول (1) يبين توزيع عينة البحث

ت	العينة	العدد	النسبة المؤوية
1	مجتمع البحث الكلي	107 طالبة	%100
2	عينة التجربة الاستطلاعية	10 طالبات	%9,36
3	العينة المستبعدة بسبب الرسوب والغياب	13 طالبة	%12,14
4	الطالبات لاعبات المنتخبات	4 طالبة	%3,74
5	عينة التجربة الرئيسة	80طالبة	%74,76

3 – 3 الأدوات ووسائل جمع المعلومات:-

- المصادر العربية والأجنبية.
- الانترنيت (شبكة المعلومات الدولية).
- المقابلات الشخصية,(ملحق 1).
- مقياس مركز الضبط.

4-3 خطوات إجراء البحث .

1-4-3 مقياس مركز ضبط النفس. (10:3)

يتكون المقياس من (41) فقرة, و يمثل البعد الداخلي الفقرات التالية (1, 3, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 33, 36, 38, 40, 41). وفقرات الأخرى تمثل البعد الخارجي وتتمثل بالفقرات(2, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 16, 19, 23, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 35, 37, 39).

إن عملية تصحيح المقياس تتم بوضع درجة مناسبة لكل فقرة وحسب إجابة المستجيب من خلال مفتاح التصحيح الذي هو عبارة عن الأداء الذي يكشف بها المفحوص عن الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس.
أما بدائل الإجابة لكل من البعدين يبنها الجدول (2).

جدول (2)
يبين بدائل الإجابة لكل من البعدين الداخلي والخارجي لمركز ضبط النفس.

بدائل الإجابة و وزن الفقرة	موافق تماماً	موافق	ارفض	ارفض تماماً
البعد الداخلي	**4**	**3**	**2**	**1**
البعد الخارجي	**1**	**2**	**3**	**4**

ويمكن معرفة موقع الضبط لدى الطالبات, من درجة المقياس بصورته النهائية متكوناً من (41) فقرة, لذا فأن أعلى درجة محتملة تحصل عليها الطالبة هي (164) درجة والدرجة الأدنى (41) درجة , لأن تقدير الإجابة رباعي, وبهذا يكون الوسط الفرضي للمقياس هو (103) درجة حيث كلما كانت درجة الطالبة أعلى من الوسط الفرضي كان ذلك مؤشرا على انها من ذوي موقع الضبط الداخلي, أما أذا كانت درجته اقل أو تساوي من الوسط الفرضي فيكون من ذوي موقع الضبط الخارجي.

3-4-2 الأسس العلمية للمقياس.

3-2-4-1 الصدق :-

تحققت الباحثة من صدق المقياس:

أولا- بمؤشر الصدق الإبعاد (معامل الاتساق الداخلي) ثبات المقياس الداخلي لأبعاد مركز ضبط النفس, ويتحقق هذا النوع من الصدق من ارتباط درجة البعد بدرجة المقياس الكلية, وهذا معناه أن البعد يقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية للمقياس وفقا لإجابات أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (10) طالبة, حيث كانت قيمة معامل الاتساق الداخلي لجميع الأبعاد هي نسب مقبولة لان قيم مستوى الخطأ لقيم الارتباط اقل من مستوى خطا(0,05). والجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3)

يبين قيم معامل الثبات (معامل الاتساق الداخلي) لأبعاد مركز ضبط النفس

إبعاد مركز ضبط النفس	قيمة معامل الثبات	مستوى الخطاء	عدد الفقرات
الضبط الداخلي	***0,72**	**0,000**	**21**
الضبط الخارجي	***0,76**	**0,000**	**20**
* معنوي عند مستوى خطا ≤(0,05)			

ثانيا- بمؤشر الصدق الفقرات (معامل الاتساق الداخلي)، ويعد مؤشراً لتجانس الفقرات الذي نستطيع من خلاله أن نقرر بأن المقياس يقيس خصوصية معينة وبدقة تامة, ويتحقق هذا النوع من الصدق من ارتباط درجة الفقرة بدرجة المقياس الكلية, وهذا معناه أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية

للمقياس, ويتحقق ذلك عند استعمال معامل الارتباط البسيط , وتعد أساليب تحليل الفقرات مؤشراً على هذا النوع من الصدق. (43:4)
تحذف الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للاستبيان (غير معنوية) على اعتبار أن الفقرة لا تقيس الظاهرة أو السمة التي يقيسها المقياس بأكمله. وبعد معالجة النتائج للمقياسين لتبين من الجدول (4) أن جميع فقرات المقياسين حقق قيم معنوية, لان قيم مستوى الخطأ لقيم الارتباط اقل من مستوى خطا(0,05).

جدول (4)
يبين قيم معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس مركز ضبط النفس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	دلالة لارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	دلالة ارتباط
1	*0,72	0,001	معنوي	22	*0,75	0,001	**معنوي**
2	*0,76	0,001	معنوي	23	*0,76	0,001	**معنوي**
3	*0,75	0,001	معنوي	24	*0,72	0,001	**معنوي**
4	*0,74	0,001	معنوي	25	*0,76	0,001	**معنوي**
5	*0,61	0,010	معنوي	26	*0,75	0,001	**معنوي**
6	*0,56	0,020	معنوي	27	*0,74	0,001	**معنوي**
7	*0,86	0,000	معنوي	28	*0,81	0,000	**معنوي**
8	*0,76	0,001	معنوي	29	*0,81	0,000	**معنوي**
9	*0,75	0,001	معنوي	30	*0,83	0,000	**معنوي**
10	*0,76	0,001	معنوي	31	*0,72	0,001	**معنوي**
11	*0,72	0,001	معنوي	32	*0,76	0,001	**معنوي**
12	*0,76	0,001	معنوي	33	*0,75	0,001	**معنوي**
13	*0,75	0,001	معنوي	34	*0,74	0,001	**معنوي**
14	*0,74	0,001	معنوي	35	*0,61	0,010	**معنوي**
15	*0,81	0,000	معنوي	36	*0,56	0,020	**معنوي**
16	*0,81	0,000	معنوي	37	*0,86	0,000	**معنوي**
17	*0,83	0,000	معنوي	38	*0,76	0,001	**معنوي**
18	*0,62	0,010	معنوي	39	*0,75	0,001	**معنوي**
19	*0,72	0,001	معنوي	40	*0,76	0,001	**معنوي**
20	*0,71	0,001	معنوي	41	*0,75	0,001	**معنوي**
21	*0,71	0,001	معنوي				

3-4-2-2 ثبات المقياس :-

يعد المقياس ثابتا أذا حصلنا منه على النتائج نفسها لدى أعادة تطبيقه على الأفراد أنفسهم في ظل نفس الظروف. ولأجل استخراج الثبات استخدمت الباحثة طريقة (أعادة الاختبار) وتم تطبيق معامل ثبات

الاختبار على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددها (10طالبات تم استبعادهن من العينة الرئيسة) وهن من ضمن المجتمع الأصلي.

واجري التطبيق الأول للمقياس بتاريخ 2013/10/13 , وبعد مرور(7) أيام أعادت الباحثة الاختبارات مرة ثانية وعلى العينة نفسها، بتاريخ 2013/10/20 وفي نفس الظروف التي طبق بها المقياس في الاختبار الأول قدر الإمكان, من اجل الحصول على نتائج صحيحة , ومن ثم أوجدت الباحثة معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون, وبعد مقارنة قيم مستوى الخطأ, لمعاملات الارتباط تبين أنها اقل من مستوى خطا(0,05) وهذا يؤكد أن المقياس وإبعاده تتمتع بدرجة ثبات عالية والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5)

يبين قيم معامل الثبات لمقياس مركز ضبط النفس وإبعاده

مقياس مركز ضبط النفس وإبعاده	قيمة معامل الثبات	مستوى الخطاء	دلالة الارتباط
الضبط الداخلي	***0,96**	**0,000**	**معنوي**
الضبط الخارجي	***0,94**	**0,000**	**معنوي**
مقياس مركز ضبط النفس	***0,95**	**0,000**	**معنوي**
* معنوي عند مستوى خطا ≤(0,05)			

3-4-3 تقييم تعلم بعض مهارات سلاح الشيش:-

تم تقييم تعلم بعض مهارات سلاح الشيش بوساطة ثلاثة محكمين[*] , وذلك بوضع درجة من (10) , وبأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم, والمهارات التي تم تقييمها هي (الهجمة بتغير الاتجاه- الهجمة الزمنية المضادة- الدفاع المستقيم).

3 - 5 التجربة الاستطلاعية:-

أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 6/ 2013/10 على (10) طالبات تم استبعادهن من التجربة الرئيسية, والهدف من التجربة الاستطلاعية هو الوقوف على المعوقات التي قد تصادف الباحثة أثناء إجراء الاختبارات والتجربة الميدانية والتعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .

* - تم تقييم تعلم بعض مهارات سلاح الشيش من قبل كل من :
1- أ.د فاطمة عبد مالح : تدريب مبارزة . كلية التربية الرياضية للبنات . جامعة بغداد
2- م..د اشراق غالب / مبارزة . كلية التربية الرياضية للبنات . جامعة بغداد
3- م.م نور حاتم / مبارزة . كلية التربية الرياضية للبنات . جامعة بغداد.

6-3 إجراءات التجربة الرئيسة :

بعد ان تم أجراء التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية الاختبار وتوفر المواصفات العلمية له , تم تطبيق مفردات منهاج مادة المبارزة المعتمد من الهيئة القطاعية على طالبات المرحلة الثالثة على عينة البحث البالغة (80) طالبة بتاريخ 2013/10/22 مع مراعاة كافة الإجراءات القانونية في أثناء تنفيذ الاختبار النهائي. علما كل طالبات المرحلة الثالثة (107) تم تطبيق المنهاج عليهن لكن تم قياس مركز الضبط وتعلم المهارات لعينة البحث المختارة فقط لغرض البحث العلمي . وتم أجراء اختبار بعدي فقط كون وكون التعلم لدى أفراد العينة الخام في بداية تطبيق المنهاج صفر. وتم أجراء الاختبار البعدي بتاريخ 2014/1/15

3 - 7 الوسائل الإحصائية

استعملت القوانين الإحصائية وفق نظام الـ (SPSS) الإحصائي وهي :-

- الوسط الحسابي.
- الوسط الفرضي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط .
- النسبة المئوية.
- اختبار (ت) للعينات المستقلة.

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :-

4-1 عرض وتحليل نتائج مقياس مركز الضبط :

جدول (6)

يبين المعالم الإحصائية لمقياس مركز الضبط لدى عينة البحث :

المعالم الإحصائية	مركز ضبط النفس لدى عينة البحث
الوسط الحسابي	118,02
الوسط الفرضي	103
الانحراف المعياري	11,48

أعلى قيمة بالمقياس	164
اقل قيمة بالمقياس	41
أعلى قيمة حققتها العينة	153
اقل قيمة حققتها العينة	97
معامل الالتواء	0,49
عدد أفراد العينة	80

يتبين من الجدول (6) أن عينة البحث من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات بشكل عام قد حققت وسط حسابي بلغ (118,02) درجة في مقياس مركز الضبط, بينما بلغت قيمة الوسط الفرضي (103) درجة, وبلغت قيمة الانحراف المعياري (12,56) درجة في حين كانت أعلى درجة في مقياس مركز الضبط (164) درجة, وبلغت أعلى قيمة حققتها العينة من المقياس (153) درجة , بينما اقل قيمة في المقياس بلغت (41) درجة واقل قيمة حققتها العينة من المقياس بلغت (97) درجة , وبلغت قيمة معامل الالتواء (0,49). ولما كانت قيمة الوسط الحسابي اكبر من قيمة الوسط الفرضي, فهذا يعني أن عينة البحث من بشكل عام تتمتع بمركز ضبط داخلي.

2-4 عرض وتحليل نتائج الفروق بين أفراد عينة البحث في مركز الضبط الداخلي ومركز الضبط الخارجي

لغرض معرفة الفروق بين أفراد عينة البحث في مركز الضبط الداخلي و مركز الضبط الخارجي تم استعمال اختبار(ت) للعينات المستقلة. وكما مبين في الجدول(7).

الجدول (7)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين مركزي الضبط الداخلي والخارجي لدى عينة البحث

مقياس مركز الضبط	الضبط الداخلي ن=58		الضبط الخارجي ن= 22		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
	سَ	± ع	سَ	± ع			
	68,5	7,3	49,52	7,86	14,99	0,000	معنوي
معنوي عند مستوى دلالة ≤ (0,05)*							

تبين من الجدول (7) آن (58) طالبة من أفراد عينة البحث تتميز بمركز الضبط الداخلي وحققت وسط حسابي بلغ(68,5) درجة وبانحراف معياري بلغ(7,3) درجة, أما (22) طالبة الباقي من أفراد عينة البحث تتميز بمركز الضبط الخارجي وحققت وسط حسابي بلغ(49,52) درجة وبانحراف معياري بلغ(7,86) درجة, ولغرض اختبار الفرضية المتعلقة بدلالة الفروق بين الأوساط تم استعمال اختبار (ت) للعينات المستقلة , فتبين أن قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (14,99) وعند مقارنتها بمستوى الدلالة البالغة (0,000), تبين أنها اقل من مستوى دلالة (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين مركز الضبط الداخلي ومركز الضبط الخارجي ولصالح مركز الضبط الداخلي, أي أن أغلبية عينة البحث يتمتعون بمركز ضبط داخلي.

3-4 عرض وتحليل النتائج الفروق بين أفراد عينة البحث في تعلم بعض مهارات المبارزة وفق مركز الضبط.

جدول (8)

يبين المعالم الإحصائية بين أفراد العينة ذوي الضبط الداخلي والخارجي في تعلم بعض مهارات سلاح الشيش.

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	الضبط الداخلي ن=58		الضبط الخارجي ن= 22		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة	النتيجة
			س	ع	س	ع			
1	الهجمة بتغير الاتجاه	درجة	8,3	0,82	5,7	0,48	6,8	0,000	معنوي
2	الهجمة الزمنية المضادة	درجة	8	1,15	5,6	0,84	5,3	0,010	معنوي
3	الدفاع المستقيم	درجة	8,7	0,94	5,9	0,56	8	0,000	معنوي
* معنوي عند مستوى دلالة ≤ (0,05)									

تبين من الجدول (8) أن أفراد عينة البحث ذوي الضبط الداخلي أفضل في تعلم بعض مهارات السلاح الشيش من أفراد عينة البحث ذوي الضبط الخارجي .

4-4 مناقشة النتائج:-

تبين من الجداول (6-7-8) أن عينة البحث بشكل عام تتميز بمركز ضبط داخلي, كون (58) طالبة منهم يتميزون بضبط داخلي و(18) طالبة تتميز بضبط خارجي.

كما تبين أن أفراد عينة البحث من ذوي الضبط الداخلي هن أفضل في تعلم بعض مهارات السلاح الشيش من ذوي الضبط الخارجي .

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن التحكم والضبط للسلوك الإنساني يلعب دوراً هاماً في حياة الفرد النفسية والاجتماعية, حيث أن الفرد يولد في بيئة معينة يجد نفسه مضطراً للتعامل معها ، أو التفاعل مع ضغوط وقوى خارجية تدفعه إلى القيام بأنماط سلوكية يقبل عليها برضا ، وقد لا يرضى عنها ولكن عليه أن يقوم مدفوعاً بذلك النوع من التحكم الخارجي معتمداً في ذلك على مساعدة غيره من الآخرين الذين يعيشون معه، على أنه كثيراً ما يحاول الفرد أن يتحكم في هذه البيئة ذاتياً على طريقته الخاصة، وما لديه من جهود يمكنه بذلها، وما اكتسبه من خبرة، وما لديه من قدرة على المثابرة ودافعية للإنجاز وهى عوامل تساعد الفرد على التحكم الذاتي للسيطرة على البيئة.

ومن خلال متابعة الباحثة للعملية التعليمية لدى أفراد عينة البحث وجدتهن بعد نهاية كل موسم دراسي وفي فترة الامتحانات تحاول الطالبات تقييم نتائجهن وتقييم مستوى أدائهن ومحاولة تحديد أسباب ذلك كله ,وبصفة خاصة محاولة تحديد أسباب النجاح والرسوب في الامتحان العملي لمادة المبارزة, أو محاولة تحديد أسباب نجاحهن أو فشلهن. "ويطلق في علم النفس الرياضي على محاولة الرياضي تحديد أسباب فوزه أو هزيمته أو أسباب نجاحه أو فشله مصطلح التعليل السببي أو جهة الضبط (9:10) , فكأن مصطلح التعليل السببي أو جهة الضبط بالنسبة للاعب الرياضي يقصد به التعليلات السببية المدركة من اللاعب

الرياضي لنتائج أدائه في المنافسة الرياضية وبصفة خاصة في حالات النجاح أو الفشل أو في حالات الفوز أو الهزيمة. (374:6)

اذ أن هناك من الأسباب التي يمكن للفرد التحكم فيها بصورة كاملة بالنسبة لنتائج الأداء أو السلوك, أو الفوز أو الهزيمة ,أو النجاح أو الفشل مثل مقدار الجهد الذي يمكن للفرد أن يبذله,كما أن هناك من الأسباب التي لا يمكن الرياضي التحكم فيها بصورة تامة لنتائج الأداء أو السلوك, أو الفوز أو الهزيمة ,أو النجاح أو الفشل ,مثل الحظ والقرعة . لذا وجدت الباحثة أن الطالبات اللواتي يتميزن بالضبط الداخلي تم اعتمادهم على الجهود الذاتية والقدرات البدنية والمهارية في تعلم بعض مهارات المبارزة وبالتالي كان تعلمهن أفضل من اللواتي تميزن بالضبط الخارجي , إذ تم اعتمادهن على الحظ والصدفة وعوامل أخرى مثل بناء علاقات ودية معتقدين أنها أفضل طريقة لتعلم المهارات وهذا مما جعلهن حققن مستوى اقل في تعلم بعض مهارت سلاح الشيش .

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات :

بعد معالجة النتائج وتحليلها استنتجت الباحثة مايأتي:

- ظهر أن عينة البحث طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات تتميز بمركز ضبط داخلي .
- ظهر أن ذوي الضبط الداخلي أفضل في تعلم مهارات سلاح الشيش من ذوي الضبط الخارجي.

5-2 التوصيات :

بناءً على ما ورد في البحث من استنتاجات توصي الباحثة بالآتي:-

- ضرورة اهتمام الجهات الرياضية المسئولة عن مختلف الألعاب الرياضية المؤسسات التعليمية والأندية الرياضية والمنتخبات الوطنية بمركز ضبط النفس لما له من تأثير في نتائج التعلم .
- الاهتمام برياضة المبارزة من خلال أجراء دراسات مختلفة لتحسين التعلم وتطوير الانجاز ولفئات عمرية أخرى.
- الإفادة من مقياس هذه الدراسة للتعرف على علاقة مركز الضبط ببعض المتغيرات البدني والمهارية وغيرها.

المصادر العربية والأجنبية .

1. أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة (المفاهيم – التطبيقات)، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997.
2. براندان برادلى (فى) ليندزاى وبول "ترجمة صفوت فرج" ؛ مرجع فى علم النفس الإكلينيكى للراشدين القاهرة الأنجلو المصرية.2000.
3. سعيد نزار سعيد ؛ بناء مقياس مركز التحكم للاعبي كرة اليد في إقليم كردستان العراق كلية التربية الرياضية في جامعة صلاح الدين – أربيل,2010.
4. عبد الجليل إبراهيم الزوبعي وآخرون ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية. (الموصل مطبعة جامعة الموصل ، 1981) .
5. عماد أبو القاسم محمد علي؛ مركز التحكم الداخلي- الخارجي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري لدى ناشئي كرة اليد. رسالة ماجستير في جامعة المنيا - كلية التربية الرياضية - الترويح الرياضي.1991.
6. محمد حسن علاوي :علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية , دار الفكر العربي , القاهرة ,2002 .
7. محمد نعمة حسن ؛ موقع الضبط وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين (أطروحة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية،جامعة بابل،2004).
8. محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البد نية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) ،ط1، القاهرة، دار الفكر العربي،1995.
9. ناظم شاكر الوتار : مركز التحكم وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 1993.
10. What makes bowling balls hook? **Author**: Frohlich, Cliff .**Journal**: American journal of physics **ISSN**: 00029505 **Year**: 2004 **Volume**: 72 **Issue**: 9**Pages**: 1170-1177 **Provider**: American Institute of Physics (AIP) **Publisher**: American Institute of Physics, AIP **DOI**: 10.1119/1.1767099.مكتبة افتراضية.

ملحق (1)
أسماء الخبراء والمختصين.

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	ا.د أديب محمد ألخالدي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد كلية التربية ابن الرشد
2	ا.د عامر سعيد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية الرياضية .
3	ا.د سعاد سبتي عبود	علم النفس التربوي	جامعة بغداد كلية التربية الرياضية للبنات
4	ا.د فاضل لازم الجنابي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد كلية التربية ابن الرشد
5	ا.م.د أحلام جبار	علم النفس التربوي	جامعة بغداد كلية التربية ابن الرشد

ملحق (2)
مقياس مركز ضبط النفس

عزيزتي الطالبة /
هذه بعض العبارات التي يستخدمها المتعلمين ليصفوا أنفسهم أو ليصفوا شعورهم .
ضع أشارة (√) في الخانة التي تصف شعورك.
أجب بصدق حيث لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة

الرقم	العبـــارات	موافق تماما	موافق	ارفض	ارفض تماما
1	غالبا ما اشعر بالخجل من المدرسة حينما اقصر فيما يكلفني به أثناء التعلم				
2	مجريات عملية التعلم تؤثر على قدراتي وكفاءتي في كسب زملائي				
3	عدم تعاوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية لتحقيق التعلم				
4	لااستطيع التحكم بما يحدث في الدرس				
5	من المستحيل معرفة ما سيواجهني في التعلم				
6	استطيع ان انفذ توجيهات التي يضعها لي مدرسي بجدية				
7	من الصعب أن تكون لدي السيطرة الكافية على مستقبلي الرياضي				
8	الرغبة في تحقيق اداء افضل تجعلني ابذل قصارى جهدي اثناء الدرس				
9	لا أستطيع منع أحد من أخذ دوري في الاداء				
10	أحاسب نفسي عند الأداء الخاطئة				
11	تعلمي في كثير من الاحيان يرجع الى الحظ				
12	استطيع ان اتفوق في التعلم واصبح لاعبة في المبارزة امثل منتخب العراق وان واظبت على التدريب				
13	قابلية المتعلمات معي يحدد نتيجة التعلم				
14	افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا				
15	لا اعترف بوجود الحظ مطلقا				
16	الاحداث التي قد ترجع الى الصدفة تلعب دورا هاما في تحديد نتيجة التعلم				

17	نكرات الذات والتضحية توصلني الى النجاح دائما				
18	ممارستي لرياضة المبارزة تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات				
19	رئيس مجموعة التعلم في الصف هو الذي يقودنا الى تعلم افضل				
20	عندما يبدا الدرس اشعر انني على اتم الاستعداد للقيام بواجبي				
21	استمار بالدروس مهم لتعلم افضل				
22	ثقتي بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالي مهما كانت العوامل الخارجية				
23	مدرسي هو الذي يوجهني لحل مشكلاتي				
24	أعتقد ان نجاح زميلاتي يعتمد على الجهد الذي نبذله في التعلم				
25	إذا شعرت بإجهاد فأنني اعتذر عن الاستمرارفي تاديه التمارين				
26	اشعر أحيانا بالخوف من التنافس مع الزميلات				
27	يمكنني الحد من نتائج أخطائي في التعلم				
28	اشعر دائما بالخوف من الهزيمة حينما أتذكر موعد الامتحان				
29	يرجع هبوط مستواي إلى عدم اهتمام المدرس بي				
30	يرجع هبوط مستواي إلى عدم دراية مدرسي بأساليب التعلم والتدريب الحديثة				
31	دائما أكون حريصا على تتبع توجيهات مدرسي من خارج الصف التعليمي				
32	كثيرا ما يوجه لي مدرسي اللوم على أخطاء لم ارتكبها				
33	أحرص على أن أحقق أداء افضل بقدراتي أولا				
34	لا اتوقع تقدم مستوى مهما بذلت من جهد أثناء التعلم والتدريب				
35	انخفاض مستوى في الأداء يجعلني أفكر أحيانا إنني لاعب سيء الحظ				
36	يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر				
37	أرى انه من الأفضل أن أنفذ تعليمات مدرسي بكل دقة حتى ولو كانت على حساب زميلاتي				
38	أفضل أن أكون مثابر في التعلم من أن أكون محظوظاً				
39	اعتقد أن عدم توفر الملاعب المغلقة الجيدة له دور كبير على عدم تطور التعلم				
40	عندما أحس أن أدائي ضعيف أحاول تخطي ذلك بنفسي				
41	إذا أحسنت الاستفادة من قدراتي فسوف أصل إلى مستوى عال من الأداء				

Abstract

The effect of self-control center to learn some skills epee

M.M .Raja Hassan ALmchaakhi

I noticed researcher great contrast between the educated of the students in interpreting the results of their performance Some of them interpret the results in light of external factors such as luck and chance, and the impact of the associates and the hall and other lessons, equipment and fate, and to help others, while others interpret the results in light of the factors of personal self-internal, such as readiness and learning and serious training, and the ability and try and effort, in addition to the above, this research is a practical response to the directives of modern psychology, which give attention to the center of restraint in the learning process.

So the goal of your search: -

- To identify the degree of self-control center and then find the differences between the members of the research sample according to the Centre for setting self-learn some skills in epee.

The experimental method was used on the third phase students in the College of Physical Education for Girls, reaching their number (107) accounted for student community Original (100%). For the academic year 2013-2014. After the exclusion of students educated sports teams and players and experience the exploratory sample number of the sample (80) and percentage of the student community (74.76%) were applied vocabulary Platform fencing material to all members of the sample. After the implementation of the curriculum has been measuring the level of learning, and had to measure locus of control and divided into two groups and deliberately (and in accordance with what is produced by the results of scale adjustment to the group with

the internal control and the group with external control and then was the comparison in learning skills epee according to the Center settings. After processing and analyzing the results the researcher concluded the following:

- appeared that the research sample Phase III students in the Faculty of Physical Education for Girls characterized the status of internal control.
- It appears that with the internal control better at learning skills epee with external control.

Based on the conclusions of the research in the researcher recommends the following:

- Paying attention to sports bodies responsible for the various sports, educational institutions, sports clubs and national teams, the status of self-control because of its effect on learning outcomes.
- interest in the sport of fencing by conducting various studies to improve learning and achievement and the development of other age groups.
- benefit from the scale of this study to identify the relationship of locus of control some variables and physical skills .. and others.