

تأثير تمرينات مركبة بدنية مهارية بالكرة الطائرة على تنمية
بعض عمليات الأداء العقلي

بحث تقدم به

أ.د رافع الكبيسي

م.د نداء ياسر العبيدي

م.د وسن جاسم محمد

ملخص البحث

تأثير تمرينات مركبة بدنية مهارية بالكرة الطائرة على تنمية بعض عمليات الأداء العقلي

أن لعبة الكرة الطائرة إحدى الألعاب الفرعية التي تحتاج إلى تدريب عال وراق اسوة ببقية الألعاب الأخرى، وذلك نتيجة للتطور السريع الفعال الذي حصل خلال السنوات الأخيرة، لذا حظيت لعبة الكرة الطائرة بهذا التطور من الناحية الفنية والتدريسية وكذلك تطور قانون اللعبة اسهم في تحريك مكامن المدربين باتجاه وضع اللمسات التي تساهم في تطوير قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والوظيفية والعقلية والتقنية. كان الهدف من الدراسة هو : معرفة تأثير تمرينات مركبة بدنية مهارية بالكرة الطائرة على تنمية بعض عمليات الأداء العقلي. فقد تم إجراء التجربة الرئيسة على عينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية بعد أن أجريت الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة وتم اعطائهم منهج تدريبي بدني مهاري لتنمية العمليات العقلية لدى الطلبة. حيث تم التوصل إلى نتائج في الدراسة إلى وجود فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية.

وأوصى الباحثون بضرورة إجراء اختبارات إلى الطلبة قبلية وبعدية واستخدام تمرينات مركبة بدنية ومهارية لزيادة تنمية قدراتهم العقلية في لعبة الكرة الطائرة.

Abstract

The Effect of compound physical–skill In Volleyball for Developing same mental performance operations

Volleyball is one of the team sports that needs high level of training due to the rapid development in the game during these recent years. This development led coaches & trainers of volleyball to find new ways for developing the players physical & skill abilities as well as functional , mental & technical.

The aim of the research is to identify the effect of compound exercises in volleyball on the development of some mental performance operations.

The main experiment wasperformed a sample are students of second yeard students of the college of Physical Education. Pretests & post tests were conducted as well. Then the traing program was introduced to develop the mented operations of the students. The researchers concluded that there are significant differences in favor of the experimental group in the posi tests. Finally the researchers recommended making tests of students and using compound exercises for developing mental operations in volleyball.

الباب الأول

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

لعبة الكرة الطائرة إحدى الألعاب الفرعية التي تحتاج إلى تدريب عال وراق اسوة ببقية الألعاب الأخرى، وذلك نتيجة للتطور السريع الفعال الذي حصل خلال السنوات الأخيرة نتيجة التغيرات الكثيرة التي طرأت على اغلبية الألعاب الفرعية والفردية، وقد حظيت لعبة الكرة الطائرة بهذا التطور من الناحية الفنية والتدريسية وكذلك تطور قانون اللعبة اسهم في تحريك مكامن المدربين باتجاه وضع اللمسات التي تساهم في تطوير قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والوظيفية والعقلية والتقنية وبالرغم من أن لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يتميز لاعبيها بالعديد من القدرات البدنية والمهارية والعقلية والتي لها دوراً هاماً في أداء وتطبيق المهارات المختلفة لمنتهى السرعة والدقة، ونتيجة التعديلات والتغيرات التي شملت قواعد اللعبة ازدادت أهمية القدرات العقلية مع هذه التغيرات وخاصة قاعدة الدفاع عن الملعب حيث اعطت دعماً كبيراً في تعزيز المهارات الدفاعية مقارنة بالتطور الحاصل في المهارات الهجومية وجاءت هذه القاعدة كلف مبدأ الموازنة بين المهارات الدفاعية والهجومية الأمر الذي يعمل على تحقيق التكامل في تطوير مستوى المهارات في لعبة الكرة الطائرة فضلاً عن تحقيق عنصر الإثارة والتشويق إذن فالقدرات العقلية تلعب دوراً أساسياً في المجال الرياضي، فاللاعب الذي يمتلك قدرة عالية من تلك القدرات تكون لديه فرصة أفضل في المواقف التي يجب فيها اتخاذ الحاسمة والاستجابة في وقت محدد من الزمن⁽¹⁾. من هنا ومن اجل رفع العملية الرياضية العلمية جاءت أهمية البحث والتي تكمن في دراسة تأثير تمرينات مركبة بدنية مهارية بالكرة الطائرة على تنمية بعض عملية الأداء العقلي ليستطيع الباحثون من خلال ذلك وضع اتجاهات جديدة في الوسط الرياضي العملي خدمة للصالح العام.

(1) محمد عربي شمعون وعبد النبي الجمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط1 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996)، ص197.

2-1 مشكلة البحث :

تعد عملية تنمية الأداء العقلي إحدى المتطلبات الأساسية والمساهمة فعلاً في التأثير في أداء بعض التمرينات الحركية من حيث الأداء البدني والمهاري لتحقيق انجاز عالي المستوى لأي لعبة من الألعاب الرياضية بصفة عامة وفي مجال لعبة الكرة الطائرة بصفة خاصة.

وعلى الرغم من تلك الأهمية إلا أنه ومن خلال خبرة الباحثون لكونهم من العاملين بهذا المجال لاحظوا أن هناك اهتماماً بتعلم المهارات الأساسية وبالقابليات البدنية شكل عام وقلة التركيز على عملية الأداء العقلي التي يحتاجها لاعبو الكرة الطائرة في عمليات الهجوم والدفاع التي بدورها تمتاز بالسرعة والرشاقة والقوة وعمليات الأداء العقلي الإدراك - حركي والإحساس بالمساحة والإحساس بالتقدم بما في ذلك عمليات الأداء العقلي لذا ارتأى الباحثون في وضع منهج بدني مهاري ينفي من ورائه التأثير في الأداء العقلي الذي يسهم هو الآخر في رسم صورة اللاعب المستقبلية لتحقيق الانجاز المطلوب أولاً ومن ثم تحقيق الرؤيا المستقبلية لإطراء الجهد الفكري والجسدي لإتمام مستوى الأداء المطلوب.

3-1 اهداف البحث :

- 1- إعداد تمرينات مركبة ضمن المنهج المقرر لدى طلاب الكرة الطائرة.
- 2- معرفة تأثير التمرينات المركبة موضوعة البحث على تنمية بعض عمليات الأداء العقلي.

4-1 فروض البحث :

- 1- هناك فروض ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة موضوعة البحث لدى عينة البحث.
- 2- هناك فروض ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعديّة لدى عينة البحث.

5-1 مجالات البحث :

- المجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة لمادة الكرة الطائرة.
- المجال الزمني : الفترة من 2012/1/25 لغاية 2012/3/20.
- المجال المكاني : القاعة المغلقة لكلية التربية الرياضية/جامعة بغداد/الجادرية.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والمشابهة :

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 الأداء البدني والمهاري والعقلي :

أن لعبة الكرة الطائرة تتطلب قدرات عقلية عالية لان التدريب العقلي يعمل على رفع مستوى الأداء المهاري، إذ أن إدخال التمارين المركبة المهارية أثناء أداء تمارين بدنية يؤدي إلى رفع مستوى الأداء العقلي. ولما كانت اغلب مهارات الكرة الطائرة متتالية ومتسلسلة، وتتطلب مستوى عالٍ من الدقة في الأداء، وان هذا الجانب تزامن مع التعديلات الأخيرة للعبة مما جعل قانونها أسرع، مما يتوجب على الطالب أن يشعر ويفكر ويدرك ويوفق بين جهازيه العصبي والعضلي بصورة اشمل، وتؤدي عمليات الأداء العقلي دوراً مميزاً في استيعاب الفرد واكتسابه المعلومات ومن ضمن هذه القدرات التذكر فهو يتضمن " اكتساب المعرفة أو الخبرة لخطوة أولى ويتبعها فيما بعد استدعاء أو تذكر ما تم اكتسابه والنسيان هو الفرق بين ما تم تعلمه وما تم تذكره، وقد صنفت الذاكرة إلى نوعين نوع قصير المدى وكذلك الذاكرة طويلة المدى بالإضافة إلى معرفة الصفات التي يجب أن تتحلى بها المادة التعليمية حتى يسهل استيعابها وتذكرها، كما أنهم معنيون بدراسة النسيان وأسبابه لتقليل تكرار حدوثه "(2).

(2) عبد الرحمن عدس ونايفة قطامي؛ مبادئ علم النفس، ط1 : (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 2000)، ص79.

والتفكير هو أيضا واحدة من العمليات العقلية وهي عبارة عن "سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير عن طريق إحدى الحواس الخمسة، وهو عملية بحث عن معنى في الموقف والخبرة، إذ أن القدرة على استخدام التفكير ومهاراته يؤدي إلى توظيف الفرد للمعلومات التي يتوصل لها في تحديد الاختبارات المناسبة أو البدائل والاختراقات التي تفسر أساسا لحل المشكلات التي تواجههم" (3). فضلا عن وجود عملية التركيز والانتباه التي تفيد الطالب في عمليته التعليمية إذ يعرف التركيز بأنه " عبارة عن تطبيق الانتباه نحو المثيرات (الرموز) المرتبطة بالبيئة والاحتفاظ بالانتباه نحو المثيرات (الرموز)" (4)، كما يعرف بأنه العملية التي يقوم من خلالها بادراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة (5)، وبالتالي ستتطور عملية الإدراك الحس حركي للطالب والذي يعتبر ذو أهمية كبيرة في مجالات الحياة المختلفة وذلك لأهميته في جميع حركات التوافق، وهو يعني الإحساس الذي يعطينا القدرة على إدراك وضع الجسم وأعضائه في الفراغ بدرجة يمكننا بها من معرفة مسببات الحركة من دون استعمال حواسنا الخمسة فهو يرجع أحيانا إلى الإحساس العقلي أو ما يسمى بالحاسة السادسة (6). كما يمكن تعريف الإدراك الحس-حركي بأنه عبارة عن " انعكاس الأشياء الخارجية التي تؤثر في لحظة تواجدها بصورة مباشرة في الفرد والتي تحدث نتيجة استثارة عصبية مطابقة في المخ أو يبني الإدراك الحس-حركي على أساس فسيولوجي إذ هو عبارة عن مثيرات عصبية في أعضاء الحواس ناتجة عن مثيرات خارجية إلى أجزاء المخ المختلفة لتحدث ارتباطات عصبية وثيقة" (7). ويتضح مما تقدم أن عملية الإدراك الحس-حركي عبارة عن إدراك الإحساس الذي يعطينا معلومات عن أوضاع أجزاء الجسم وقوة انقباض عضلاته واتجاهها في أثناء الحركات الإرادية وهو يستقر في الحس-الداخلي للمفاصل والعضلات

(3) محمد حمد الطيبي؛ تنمية قدرات التفكير الإبداعي : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2007)، ص13.
(4) اسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي، ط2 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004)، ص283.
(5) محمود عبد الفتاح؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995)، ص22.
(6) سهام حمد النعيمات؛ العلاقة بين متغيرات الادراك الحسي – حركي ومستوى الاداء المهاري على اجهزة جمباز السيدات : (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، 1995) ص16.
(7) محمد حسن علاوي وسعد جلال؛ علم النفس الرياضي : (مصر، دار المعارف، ب ت)، ص402.

والأوتار وهو يشبه أي حس داخلي آخر يمكن اثارته وتنبيهه ويمكن أن يكون التنبيه ناتجاً عن ضغوط أو شد هذا ويمكن تطوير الأداء العقلي عن طريق المثيرات الحس حركية لتنمية الإحساس بالزمن والإحساس بالمسافة والإحساس بقوة القفز والإحساس بالقوة العضلية وغيرها.

1-2 الدراسات المشابهة :

1-1-2 دراسة وسن جاسم محمد (2002) (8) :

بغوان (الإدراك الحس حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة)

هدفت الدراسة إلى :

- التعرف على الإدراك الحس حركي ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
 - التعرف على العلاقة بين الإدراك الحس حركي ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- وشملت عينة البحث (82) لاعباً من فرق اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وتوصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :

- وجود معامل ارتباط معنوي بين نتائج الاختبارات المهارية والحس حركية (الخاصة).
- وجود معامل ارتباط معنوي بين نتائج الاختبارات المهارية والحس حركية (العامة).
- وجود معامل ارتباط قوية بين القدرات الحس حركية (الخاصة) والقدرات الحس حركية (العامة).

(8) وسن جاسم محمد؛ الإدراك الحس حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002).

الباب الثالث

3 – منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لمعرفة تأثير تمارين مركبة بدنية مهارية بالكرة الطائرة على تنمية بعض عمليات الأداء العقلي، إذ يعد المنهج التجريبي " من أفضل مناهج البحث العلمي لحل المشكلات بالطريقة العلمية"⁽⁹⁾.

3-2 عينة البحث :

تم اختيار العينة عمدياً من طلاب كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد، وهم طلاب المرحلة الثالثة شعبة (ج) والبالغ عددهم (35) وقد تم استبعاد خمسة طلاب لعدم الالتزام مع الباحثون حيث تم تقسيمهم إلى (15) تجريبية و(15) ضابطة.

الجدول (1) يبين تكافؤ عينة البحث

قيمة (t)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات (الاختبارات)	ت
	ع ±	س	ع ±	س		
0.899	18.2282	54.533	14.9092	60.000	الإحساس بمسافة الوثب للإمام	1
0.420	4.8107	12.000	5.5831	12.8000	الإحساس بالقدم (ويب)	2
1.653	2.1996	2.1333	3.0347	3.7333	حركة القدم بالفراغ الرأسي	3
0.539	6.1489	8.6667	8.5595	10.1333	الإدراك الحس الحركي للذراعين بالفراغ الأفقي	4
1.948	2.0517	3.0667	4.6119	5.333	الإدراك الحس الحركي للذراعين بالفراغ الرأسي	5
1.522	1.8387	1.333	3.4407	2.8667	اختبار رمي الكرة	6

قيمة (ت) الجدولية (2.048) عند درجة حرية (28) وبمستوى دلالة (0.05)

⁽⁹⁾ احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي؛ اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية : (الاردن، مكتبة المنارة، 1987)، ص106.

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

تعد الأجهزة وأدوات البحث " من الوسائل الأساسية التي لا بد لأي باحث أن يعتمد عليها من أجل الوصول إلى النتائج المطلوبة تحقيقاً لهدف أو أهداف البحث⁽¹⁰⁾.

- 1- المراجع والمصادر العربية والأجنبية. 2- المقابلات الشخصية.
- 3- الوسائل الإحصائية. 4- استمارة تفريغ البيانات.
- 5- شريط قياس بالبوصة عدد (2). 6- شريط لاصق ملون.
- 7- مسطرة عدد (2). 8- عصابة للعينين عدد (2) من القماش.
- 9- ملعب الكرة الطائرة. 10- كرات عدد (10). 11- كراسي عدد (3).

3-4 إجراءات البحث الميدانية :

من أجل تحديد أهم الاختبارات الخاصة بموضوع الدراسة فقد تم اختيار ستة اختبارات⁽⁴⁾ لإجراء البحث وهي كالآتي :

3-4-1 الاختبار الأول : اختبار الإحساس بمسافة الوثب :

إن أشهر نماذج هذه الاختبارات (اختبار - Scott)، إذ يهدف إلى قياس القدرة على الإحساس بمسافة الوثب للإمام، وإن تحقيق الطالب المسافة المطلوبة يدل على الإحساس الحركي، ويؤدي هذا الاختبار بدون استخدام حاسة البصر ويعد هذا الاختبار صالحاً للجنسين من عمر عشر سنوات حتى نهاية مرحلة التعليم الجامعي.

⁽¹⁰⁾ نوري ابراهيم الشوك؛ محاضرات في البحث العلمي لطلبة الدراسات العليا، الماجستير، يوم الثلاثاء 2000/12/19.

⁽⁴⁾ تم اختيارهم بوساطة الخبراء وهم: 1- أ.د. يعرب خيون /تعلم تحركي/كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد.

2- أ.د. شاكر الشبخلي/علم التدريب/كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد.

3- أ.م.د. حسين سبهان/ علم التدريب الكرة الطائرة/ كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد.

يرسم على الأرض خطان متوازيان المسافة بينهما (24) بوصة يخصص احدهما للبدء (خط البداية) والآخر كهدف (خط الهدف)، يقف الطالب خلف خط البداية مواجهة لخط الهدف بحيث تكون قدمه خلف خط البداية مباشرة، يترك الطالب لتقدير بعد مسافة خط الهدف عنه ثم تعصب العينين ويترك في هذا الموضع (5) ثوان ثم يقوم الطالب بالوثب بالقدمين معاً من خط البدء إلى الأمام محاولاً الوصول إلى خط الهدف ومحاولاً لمسها (بالعقبين).

- يتم تسجيل المسافة بين خط الهدف ونهاية عقبي الطالب.

- تعاد المحاولة مرة أخرى وتكون مجموع الدرجة للطالب محصلة المحاولتين.

2-4-3 الاختبار الثاني : اختبار الإحساس بالقدم (اختبار ويب – Weibe) :

يهدف هذا الاختبار إلى قياس القدرة على الإحساس بالمسافة الجانبية إذ تدل دقة نقل إحدى القدمين جانباً للمسافة المحددة مسبقاً على ارتفاع مستوى الإحساس شريطة عدم استخدامه حاسة البصر. يرسم خطان على الأرض المسافة بينهما (12) بوصة يقف الطالب بحيث تكون إحدى قدميه موازية للخط الأيسر أي قدمه اليمين قريبة وموازية للخط الأيسر ويترك الطالب فرصة لتقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه.

- يقوم الطالب بنقل قدمه اليمنى جانباً إلى الخط الثاني الذي يبعد (12) بوصة.

- تحسب المسافة من القدم حتى الخط الثاني.

3-4-3 الاختبار الثالث : اختبار الإدراك الحس حركي للقدم بالفراغ الرأسي (اختبار ويب – Weibe) :

يهدف هذا الاختبار إلى قياس الإحساس بحركة القدم عمودياً للأعلى عند ثني مفصل الركبة. يرسم خط أفقي على الحائط يكون على ارتفاع (14) بوصة يقف الطالب موازي للحائط ويترك له فرصة لتقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عينيه ويحاول الطالب رفع القدم المجاورة للحائط إلى مستوى الخط المرسوم على الحائط عن طريق ثني الركبة.

- تسجل المسافة بين القدم والخط المرسوم على الحائط عن طريق ثني الركبة.

3-4-4 الاختبار الرابع : اختبار الإدراك الحس حركي للذراعين بالفراغ الأفقي (اختبار ويب – Weibe) :

يهدف هذا الاختبار إلى قياس الإحساس الحركي الأفقي للذراعين من وضع الجلوس على المقعد والطالب مواجه للحائط، توضع مسطرة تثبت على الحائط في وضع أفقي بحيث يكون طرفها السفلي على ارتفاع من الأرض يوازي مستوى نظر الطالب وهو في وضع الجلوس على المقعد وتوضع علامة معينة على المسطرة ويطلب من الطالب بعد الجلوس على المقعد تقدير العلامة المطلوبة على المسطرة، ثم تعصب عيناه ويطلب الإشارة بوضع السبابة على العلامة مباشرة وهو معصوب العينين.

- تسجل المسافة بين مكان ملامسة سبابة الطالب على المسطرة والعلامة المرسومة عليها.

3-4-5 الاختبار الخامس : اختبار الإدراك الحس حركي للذراعين بالفراغ الرأسي (اختبار ويب – Weibe) :

يهدف إلى قياس الإحساس الحركي للذراعين في الحركات الرأسية من وضع الجلوس على المقعد والطالب مواجه للحائط توضع مسطرة مثبتة بشكل رأسي مع إجراءات الاختبار الرابع نفسها.

3-4-6 الاختبار السادس : اختبار الإحساس برمي الكرة (اختبار ويب – (Weibe) :

يرسم خطان المسافة بينهما (50) بوصة يقف الطالب قبل خط البداية ويقوم برمي الكرة وهو معصوب العينين، بعد اعطائه مدة (5) ثوانٍ لتقدير المسافة بينه وبين خط النهاية (المطلوب الرمي إليه).

- تسجيل المسافة سلباً أو ايجابياً (قبل الخط أو بعده).

3-5 التجربة الاستطلاعية :

اجري الباحثون التجربة الاستطلاعية في يوم الأربعاء الموافق 2012/1/25 في قاعة كلية التربية الرياضية في الجادرية على عينة مكونة من (5) لاعبين من الذين لم يشاركوا في التجربة الرئيسية عند اختيار عينة البحث وقبل البدء بالتجربة الرئيسية، إذ قام الباحثون بتطبيق الاختبارات التي تم اختيارها في موضوع الدراسة وذلك لغرض :

1- معرفة الزمن المستغرق عند تنفيذ الاختبارات.

2- مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

3- التأكد من فريق العمل المساعد.

3-6 التجربة الرئيسية :

بعد أن تم التأكد من صلاحية الاختبارات المرشحة للتطبيق وكذلك صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة تم تطبيق التجربة الرئيسية في يوم الاحد الموافق 2012/1/29 وذلك على النحو التالي :

- إجراء الاختبارات القبلية : في تاريخ 27 / 1 / 2012 تم تطبيق اختبارات البحث الحس حركية والمتمثلة بـ(اختبار الإحساس بمسافة الوثب، الإحساس بالقدم، حركة القدم بالفراغ الرأسي، الإدراك الحس-حركي للذراعين بالفراغ الأفقي، اختبار الإدراك الحس-حركي للذراعين بالفراغ الرأسي، اختبار رمي الكرة) على عينة البحث.

- التمرينات المركبة المعطاة : بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية تم تطبيق التمرينات على الطلاب لمدة (8) أسابيع، إذ كان زمن الوحدة التدريبية (90 د) أما الشدة فقد تراوحت (80-85 %) من قدرة اللاعبين، والملحق رقم (1) يوضح نموذج لوحدة تدريبية هدفها إعطاء تمرينات مركبة (بدنية مهارية).

- الاختبارات البعدية : تم تطبيق الاختبارات البعدية بتاريخ 2012/3/20 التي تم اجراءها بعد تطبيق التمرينات المركبة، حيث سعا الباحثون في مراعاة تطبيق الاختبارات تحت نفس

- الظروف التي تمت في الاختبارات القبلية من حيث المكان والزمان والوقت المستغرق لكل اختبار.

3-7 الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية :

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (T) الجدولية والمحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

الباب الرابع

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4-1 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات البحث للمجموعة الضابطة

الجدول (2)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ف) و (ع ف) وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ومعنوية الاختبار للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي

الاختبارات	قبلي		بعدي		ف	ع ف	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدالة
	ع ±	س	ع ±	س					
1	14.849	60.000	11.664	24.933	35.066	5.533	6.337	2.145	معنوي
2	5.583	12.800	3.972	6.066	6.733	1.697	3.967		معنوي
3	3.034	3.733	3.739	2.466	1.266	0.819	1.546		غير معنوي
4	4.008	10.133	4.011	4.066	6.066	2.458	2.468		معنوي
5	4.011	5.333	2.636	2.333	3.000	0.736	4.072		معنوي
6	3.440	2.866	3.266	2.666	0.200	1.448	0.138		غير معنوي

* قيمة (ت) الجدولية (2.145) عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05)

يتبين من الجدول (2) أن فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار (الإحساس بمسافة الوثب) للمجموعة الضابطة حيث بلغت (35.066) وانحراف معياري قدره (5.533) كما بلغت قيمة (t) المحسوبة (6.337) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.451) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، فقد ظهر أن قيمة (t) المحسوبة أكبر من قيمة (t) الجدولية فهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في هذا الاختبار. أما في اختبار (الإحساس بالقدم الأفقي) فقد كانت نتائج الأوساط الحسابية لهذا الاختبار (6.733) وانحراف معياري قدره (1.697) كما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3.967) وكانت ذات دلالة معنوية مقارنة بقيمة (t) الجدولية البالغة (2.451) لهذا الاختبار. أما اختبار (الإحساس بالقدم بالفراغ العمودي) فكانت فرق الأوساط لهذا الاختبار (1.266) وانحراف معياري قدره (0.819) وكانت قيمة (t) المحسوبة (1.546) أقل من قيمة (t) الجدولية (2.451) فقد كانت الفروق عشوائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذه المجموعة.

أما في اختبار (الإحساس بالذراعين الأفقي) فقد كانت فروق الأوساط الحسابية (6.066) وانحراف معياري (2.458) أما قيمة (t) المحسوبة (2.468) فقد كانت الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (2.451) لهذا الاختبار. أما فرق الأوساط الحسابية لاختبار (الإحساس بالذراعين الرأسي) كانت (3.000) بانحراف معياري (0.367) وكانت قيمة (t) المحسوبة (4.072) فقد كانت الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي مقارنة بالقيمة الجدولية والبالغة (2.451) لهذا الاختبار. أما في اختبار (الإحساس برمي الكرة) فقد كانت فروق الأوساط الحسابية (0.200) وقيمة الانحراف المعياري (1.448) أما قيمة (t) المحسوبة (0.138) فقد ظهرت الفروق عشوائية بين الاختبارين القبلي والبعدي مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (2.451) لهذا الاختبار.

2-4 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات البحث للمجموعة التجريبية :

الجدول (3) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ف) و(ع ف) وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ومعنوية الاختبار للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي

الاختبارات	قبلي		بعدي		ف	ع ف	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدالة
	س	ع ±	س	ع ±					
1	54.533	18.228	13.333	11.579	41.200	3.460	11.906	2.145	معنوي
2	12.000	4.810	1.600	1.919	10.400	1.416	7.340		معنوي
3	2.133	2.199	1.553	1.849	1.300	0.860	2.203		معنوي
4	8.666	6.148	1.533	1.846	7.133	1.337	5.333		معنوي
5	3.066	2.051	1.850	1.870	2.066	0.315	6.546		معنوي
6	1.333	1.838	0.466	0.639	0.966	0.886	2.781		معنوي

* قيمة (ت) الجدولية (2.145) عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05)

يتبين من الجدول (3) أن فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار (الإحساس بمسافة الوثب) للمجموعة التجريبية قيد البحث حيث بلغت (41.200) وانحراف معياري قدره (3.460) كما بلغت قيمة (t) المحسوبة (11.906) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.451) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، مما يدل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار. أما في اختبار (الإحساس بالقدم الأفقي) فقد بلغت فرق الأوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي (10.400) وكانت قيمة الانحراف المعياري (1.416) كما كانت قيمة (t) المحسوبة (7.340) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.145) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار.

أما فرق الأوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار (الإحساس بالقدم بالفراغ العمودي) فقد بلغت (1.300) وانحراف معياري قدره (0.860) وكانت قيمة (t) المحسوبة (2.203) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.145) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) مما يدل على أن الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار. أما في اختبار (الإحساس بالذراعين الأفقي) فقد كانت فروق الأوساط الحسابية تبلغ (7.133) وانحراف معياري (1.337) وكانت قيمة (t) المحسوبة (5.333) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.145) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار. كما كانت فرق الأوساط الحسابية لاختبار (الإحساس بالذراعين الرأسي) بلغت (2.066) وانحراف معياري (0.315) وكانت قيمة (t) المحسوبة (6.546) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.145) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) مما يدل على أن الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار. أما في اختبار (الإحساس برمي الكرة) فقد كانت فروق الأوساط الحسابية (0.966) وقيمة الانحراف المعياري (0.886) وكانت قيمة (t) المحسوبة (2.781) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.145) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) مما يدل على أن الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذا الاختبار.

3-4 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات الإدراك الحس-حركي للمجموعة الضابطة والتجريبية :

يتضح من النتائج المبينة في الجدولين (2، 3) أن هناك فرقاً معنوياً بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في اختبار (الإحساس بمسافة الوثب اختبار سكوت) و(اختبار الإحساس بالقدم) و(اختبار الإدراك الحس-حركي للقدم بالفراغ الخطي الأفقي اختبار ويب) واختبار (الإدراك الحس-حركي للذراعين بالفراغ الخطي الأفقي) أما بالنسبة لاختبارين (الإدراك الحس-حركي للقدم بالفراغ الرأسي) واختبار (الإحساس برمي الكرة) فقد كانت الفروق معنوية بالنسبة للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فكانت الفروق غير معنوية.

ويعزو الباحثون الفروق المعنوية لاختبارات الإدراك الحس - حركي المعنية بالبحث إلى متغيرات عدة تدخلت في عملية التعليم التي أدت إلى ظهور هذه الفروق المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث " فالإدراك لا يأتي فجأة إذ أن التجربة والممارسة والتكرار يطور الإدراك الحسي لدى المتعلم "(11). فاختبار الوثب إلى الأمام واخذ خطوة للجانب هي من الاختبارات المهمة في لعبة الكرة الطائرة فهي تدخل ضمن الجانب المهاري حيث أن اللاعب أو الطالب يحتاج أثناء تأدية المناولة من الأسفل أو الدفاع عن الملعب أو أداء مهارة حائط الصد إلى الوثب للإمام والتحرك للجانبين وظهور هذه النتائج بمعنوية عالية دليل واضح على مدى فعالية التمارين المركبة التي أعطيت للطلاب في المنهج التعليمي الموضوع من قبل الباحثون، في حين لا ننسا أن المنهج المتبع من قبل المدرس أدى إلى نتائج معنوية أيضاً ولكن اقل من النتائج التي ظهرت للمجموعة التجريبية ولهذا كان الارتباط قوي ومعنوي نتيجة ارتباط هذه الصفات بطبيعة أداء المهارات، إذ أن اغلب الحركات لمهارات الكرة الطائرة تتطلب أداء الوثبات الطويلة إلى الأمام والجانب وان المهارات التي تؤدي بالقرب من الشبكة تتطلب ادراكاً عالياً لمسافة الوثب إلى الأمام من اجل عدم مس الطالب للشبكة أو عبور الخط الفاصل بين الملعبين مما يعاقب عليه القانون بفقدان نقطة لهذا " أن أهم مميزات التدريب على الوثبات سواء إلى الأمام أو إلى الجانبين يزيد من الأداء الحركي بمعنى أن القوة المكتسبة من هذه التدريبات تؤدي إلى أداء حركي أفضل في الكرة الطائرة "(12). وكذلك يعزو الباحثون سبب ظهور الفروق المعنوية لبقية اختبارات البحث إلى فاعلية البرنامج الموضوع من قبل الباحثون للمجموعة التجريبية وأيضاً فاعلية المناهج المقررة للمجموعة الضابطة إلا أن ظهور بعض الفروق الغير المعنوية للمجموعة الضابطة لاختباري (الإحساس برمي الكرة والإحساس بالقدم بالفراغ الرأسي) بين الاختبارين القبلي والبعدي وبالرغم من أن الفروق كانت معنوية للمجموعة التجريبية إلا أن التطور لم يكن بالشكل الملفت للنظر لبقية الاختبارات ويعتقد الباحثون أن السبب وراء هذه النتائج لعدم وجود برنامج خاص بتنمية المدركات الحسية بشكل خاص ومباشر لهذه الاختبارات ولكن النتائج جاءت نتيجة لوجود تمارين مركبة عديدة في البرنامج وفي المنهج طورت ناحية بشكل اكبر من ناحية أخرى ولهذا يجب التأكيد على زيادة فترة التمارين المعطاة للطلبة من اجل

(11) وحيه محبوب؛ علم الحركة والتعلم الحركي، ط1: (بغداد، دار الكتب للطباعة، 1989)، ص33.

(12) Kinda S.A sher, editor, Coaching Volleyball : (Ammerican volleyball coaches association, masterspress, 1997) P.22 .

الحصول على نتائج أفضل إذ أن " كلما زادت فترة التمرين بالنسبة للطلاب أو اللاعب كلما زادت خبراته ومهارته في مواقف اللعب المختلفة " (13).

4-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار (T) للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات البعدية :

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية

الاختبارات	المجموعة	س	\pm ع	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة		
1	ضابطة	24.93	11.66	2.733	2.048	معنوي		
	تجريبية	13.33	11.57					
2	ضابطة	6.066	3.97	3.921		2.048	معنوي	
	تجريبية	1.60	1.91					
3	ضابطة	2.46	3.73	2.230			2.048	معنوي
	تجريبية	1.553	1.849					
4	ضابطة	4.06	4.00	2.223	2.048			معنوي
	تجريبية	1.53	1.84					
5	ضابطة	2.33	2.63	2.526		2.048		معنوي
	تجريبية	1.850	1.870					
6	ضابطة	2.66	3.26	2.560			2.048	معنوي
	تجريبية	0.46	0.63					

* قيمة (ت) الجدولية (2.048) عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05)

(13) ايمان حمد شهاب؛ برنامج مقترح في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والإدراك الحس – حركي عند الاطفال بعمر 4-5 سنوات (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998)، ص34..

يبين الجدول (4) نتائج اختبار (t) للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية إذ بلغت قيمة (t) للاختبارات (اختبار الإحساس بمسافة الوثب، اختبار الإحساس بالقدم، اختبار الإدراك الحس-حركي للقدم بالفراغ الرأسي، اختبار الإدراك الحس-حركي للذراعين بالفراغ الخطي الأفقي، اختبار الإدراك الحس-حركي للذراعين بالفراغ الخطي الأفقي، اختبار الإحساس برمي الكرة) كانت (2.733، 3.921، 2.230، 2.223، 2.526، 2.560) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.048) عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) ظهرت هناك دلالة معنوية لهذه الاختبارات للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات البعدي بعدي. وهذا يعزو الباحثون تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة إلى الالتزام عينة البحث بالمفردات الوحدة التدريبية المعدة من قبل الباحثون والتي اثرت بالإحساس بمسافة الوثب حيث أن التوافق بين خطوات اللاعب وإحساسه في المسافة سيحقق التوافق لمستويات تطويراً على عقل اللاعب وجسمه وهذا ما أكده (Bourne) من أن " الانتباه يجعل الإنسان يتعلم ويتذكر ويفكر في كل شيء لان المتعلم يجب أن ينتبه أولاً ثم يدرك الأشياء ثانياً " (14). إضافة إلى ما ذكر فان العينة التجريبية حققت تفوق باختبار القدم والإدراك الحس-حركي سواء كان للقدمين أو الذراعين أو في الإحساس برمي الكرة وهذا يعتمد وحسب ما يراه الباحثون على (الاختبار والتهيؤ الذهني وتوجيه الشعور وتركيزه على الأشياء سواء كانت تلك الأشياء ملاحظة أو عند أداء اللاعب وتفكيره) وهذا ما حققته العينة التي عملت بتوجيه الباحثون والمدرسين في التأكيد على مسارات التوقع والعمل الفكري لان اللاعبين وليس الاتجاه العمل الغير مدروس في رمي الكرة (15). إضافة إلى ما ذكر فان الباحثون عملوا من خلال برنامجهم التدريبي إلى توجيه العينة إلى " تحسين وتطوير الحركات وتثبيتها من خلال عملية التصور المركز لخط سير الحركة دون الأداء الفعلي لها" (16)، وهذا ما يعطي منبر الحرية للاعب عند التطبيق الفعلي أي عند تكرار الأداء فيكون هنا لدى اللاعب التصور المتوقع الفعلي مع التصور العملي أي عند الأداء لاختيار تطبيق المهارة مع التوقع للكرة في الفراغ أو عند استخدام الذراع والقدم عند الإحساس بالفراغ، مع كل ما

(14) E.Bourne & alhers (1981): **cognition eroces and prentice** :(Hul- new heresy) P.111 .

(15) احمد عزت؛ برامج في اصول علم النفس، ط1: (الاسكندرية، المكتب المصري الحديث، 1970)، ص179.

(16) محمد العربي شمعون؛ المجلة الاولمبية، اللجنة الاولمبية المصرية، القاهرة، 1987، ص32.

ذكر فان هناك أوجه فكرية تصويرية وتطبيق لفكرة تحقيق المتطلبات العقلية في الملعب فاهتمام الباحثون بالناحية المهارية والبدنية مع التفكير الذهني حقق المجال الأساسي الذي تفره اغلب المصادر من أن " المخرج بين التدريب الذهني والتدريب المهاري في رفع مستوى الأداء المهاري وتطوير المهارة الحركية" سبب أساسي من إحساس اللاعب فيما يدور حوله ولهذا تفوقت العينة التجريبية التي نفذت تمارين الإحساس بالمسافة سواء كان بالقدم أو الذراعين، إضافة إلى إمكانية العينة في الاحتفاظ بالانتباه على فترة إعطاء الملاحظات والتمارين مما أعطى "جرعات التدريب أن تؤدي بالمتعة والتشويق مما زاد من درجة تركيز اللاعبين أثناء الأداء" (17).
مما حقق دعماً واقعياً للتصور الذهني الذي استوعبته العينة بصورة صحيحة مما وسع المدارك العصبية ومسارها الذي يساهم في نقل المعلومات من الاعصاب الحسية إلى الدماغ الذي يصدر اوامره إلى العضلات عن طريق الاعصاب الحركية في تحقيق الأداء الصحيح في المراحل التدريبية سواء كان في التدريب أو المنافسة.

(17) اسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات) : (مصر، دار الفكر العربي، 2007)، ص366.

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

- ❖ ساهمت عمليات الأداء العقلي في تطوير مستوى العينة من خلال تطور اختبارات الإحساس بالمسافة.
- ❖ ساهمت عمليات الأداء العقلي في تطوير مستوى العينة من خلال تطور اختبارات الإحساس بالقدم (ويب).
- ❖ ساهمت عمليات الأداء العقلي في تطوير مستوى العينة من خلال تطور اختبارات الإدراك الحس - حركي للذراعين بالفراغ الرأسي.
- ❖ ساهمت عمليات الأداء العقلي في تطوير مستوى العينة من خلال تطور اختبارات الإحساس برمي الكرة.

2-5- التوصيات :

- ❖ ضرورة الاهتمام بالتمارين التي تساعد على تنمية عمليات الأداء العقلي.
- ❖ استخدام وسائل حديثة للطلاب لتنمية عملياتهم العقلية.
- ❖ ضرورة إجراء اختبارات مستمرة للطلبة لتقييم أنواع أخرى من التمرينات.

المصادر العربية والأجنبية

- ❖ احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي؛ اساسيات البحث العلمي فى التربية والعلوم الانسانية : (الاردن، مكتبة المنارة، 1987).
- ❖ احمد عزت؛ برامج فى اصول علم النفس، ط1: (الاسكندرية، المكتب المصري الحديث، 1970).
- ❖ اسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية تطبيقات فى المجال الرياضى، ط2 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- ❖ اسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة(المفاهيم والتطبيقات) : (مصر، دار الفكر العربي، 2007).
- ❖ ايمان حمد شهاب؛ برنامج مقترح فى التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والإدراك الحس – حركي عند الاطفال بعمر 4-5 سنوات (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998).
- ❖ سهام حمد النعيمات؛ العلاقة بين متغيرات الادراك الحسي – حركي ومستوى الأداء المهاري على اجهزة جميز السيدات : (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، 1995).
- ❖ عبد الرحمن عدس ونايفة قطامي؛ مبادئ علم النفس، ط1 : (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 2000).
- ❖ محمد العربي شمعون؛ المجلة الاولمبية، اللجنة الاولمبية المصرية، القاهرة، 1987.
- ❖ محمد حسن علاوي وسعد جلال؛ علم النفس الرياضى : (مصر، دار المعارف، ب ت).
- ❖ محمد حمد الطيبي؛ تنمية قدرات التفكير الابداعي : (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع، 2007).
- ❖ محمد عربي شمعون وعبد النبي الجمال؛ التدريب العقلي فى التنس، ط1 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996).
- ❖ محمود عبد الفتاح؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995).
- ❖ نوري ابراهيم الشوك؛ محاضرات فى البحث العلمي لطلبة الدراسات العليا، الماجستير، يوم الثلاثاء 2000/12/19.
- ❖ وجيه محجوب؛ علم الحركة والتعلم الحركى، ط1: (بغداد، دار الكتب للطباعة، 1989).

