

اثر منهج تعليمي مقترح لتطوير التصور العقلي للاعبين لكرة القدم للصالات بعمر (١١-١٢) سنة
السيد ماجد حسين مسير

أ.م.د سلام جبار صاحب

استلام البحث: ٢٠١٤/٦/٢٦

قبول النشر: ٢٠١٤/٨/٢٨

ملخص البحث

الفصل الأول :

اشتمل هذا الفصل على مقدمة البحث وأهميته والتي تم التطرق من خلالها إلى أهمية دراسة التصور العقلي أما مشكلة البحث فتكمن بأن هناك قصور في الاهتمام بالنواحي العقلية للرياضيين بالمقارنة بالاهتمام الواضح بالإعداد البدني والمهاريوالخططي . وهدف البحث الى : اعداد منهج تعليمي مقترح للتصور العقلي للاعبين المنتخبين المدارس الابتدائية كرة القدم للصالات بأعمار (١١-١٢) سنة اما فروض البحث : هناك تأثير ايجابي للمنهج المعد من قبل الباحث لتطوير التصور العقلي ولغرض حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه استخدم الباحث المنهج التجريبي اشتمل مجتمع البحث على منتخبات المدارس عددهم (١٧٢) لاعبا الابتدائية للعبة كرة القدم للصالات المشاركون في الدوري الذي تقيمه المديرية العامة لتربية الديوانية - لعام (٢٠١٣-٢٠١٤م) والبالغ يمثلون (١٠) مدرسة الابتدائية . إما عينة البحث تم اختيارها عشوائيا من المدارس المشاركة ، اذ تم اختيار مدرسة واحدة عدد لاعبين عشرون لاعبا واستمر لمدة ثمانية اسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية في الاسبوع، في ايام (السبت الاثنين .الاربعاء) وكانت مدة الوحدة للتصور العقلي (١٥) دقيقة ومن اهم استنتاجات

١ . إن للتصور العقلي أهمية بالغة في تحسن قابلية اللاعب في أداء المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات بعمر (١١-١٢) سنة لمنتخبات المدارس الابتدائية.

٢ . كلما زادت قابلية اللاعب على التصور كلما ارتقى مستوى أدائه .

وبناء على ما جاء من استنتاجات فان الباحث يوصي بآتي ::

- ١ . استخدام منهج التعليمي للتصور العقلي مع مثيرات مرئية لزيادة اكتساب التعلم وتطويره .
- ٢ . التأكيد على استعمال التصور العقلي مع التعليم المهاري لما له من دور في عملية تسريع التعلم .

Effect of educational program proposal to development of mental visualization of futsal players (11-12) years

Assis Prof Dr. Salam Jabbar Sahib

Majid Hussein

Abstract

This research includes an introduction to research and its importance and which are addressed to the importance of the study of mental visualization either the problem is that there is a lack of attention to the mental aspects of athletes compared with the clear interest in physical preparation and skills and the plan. The research objective: to prepare a tutorial proposal for the mental perception of players elected primary schools Football Championships by age (11-12) years as hypotheses: there is a positive impact of the curriculum prepared by the researcher to develop mental visualization in order to resolve the problem and achieve its objectives.

The researcher used experimental method involving the research community on the primary school teams for football game to the participants in the League championships organized by the Directorate-General for education of the Diwaniyah (2013-2014).

172 (the players representing (10) primary school. Either search randomly selected sample of participating schools, one school has been selected for the number of players twenty players and lasted for eight weeks and three modules per week, in the days of (.Sunday, Wednesday, Saturday.) was a unit of mental perception (15) minutes.

One of the most important conclusions

1-The mental perception of paramount importance in improving the player's ability to perform basic skills to football championships by age (11-12) years old for primary school teams.

2- The more manageable the player visualization where elevated the level of his performance

Recommendations:

1- Using educational program for mental visualization with visual stimuli to increase the acquisition of learning and development.

2-Emphasizing on the using of mental visualization with skills education because its role in the process of accelerated learning

١-التعريف بالبحث:-

٢- المجال الزمني الفترة من ١٠١٤/١/٢٢ ولغاية ١٥ / ٦ / ٢٠١٤/

٣ - المجال المكاني : ساحة الألعاب مدرسة الظفر الابتدائية للبنين - محافظة القادسية.
الفصل الثاني

٢- الدراسات النظرية**١-٢- التصور العقلي**

يعد التصور العقلي من المهارات النفسية الهامة ويستخدم لغرض تحسين الأداء عن طريق تصور المهارة ذهنياً، وتصحيح الأخطاء عن طريق التصور الصحيح للمهارة المطلوب تعلمها، ويعرف بأنه " العمليات العقلية التي تهدف للتوصل إلى نتيجة ما وبعد انعكاس للأشياء والظواهر التي سبق للرياضي إدراكها جراء خبراته السابقة" (١)،

٢-٢- خصائص المرحلة العمرية (١١-١٢) سنة للذكور:

لقد قسم العلماء التطور الحركي للإنسان منذ ولادته وحتى سن الشيخوخة إلى مراحل متعددة على أساس العمر، كما يؤكد علاوي (١٩٧٩) " أن النمو الحركي في هذه المرحلة يصل إلى ذروته ونعتبره الفترة المثلى للتعلم الحركي، ويفتقر الطفل إلى نواحي القوة والسرعة ويتصف بالرشاقة والمهارة وسرعة الاستجابة ويؤثر النمو البدني بصورة واضحة على النمو الحركي" (٢) ويؤكد هارا (١٩٩٩) " بأن هذه المرحلة هي أحسن مرحلة تعلم في عمر الطفولة لأن في هذه المرحلة نحصل على عمر المستوى الخاص" (٣). ويشير محمد العربي شمعون (٢٠٠١) نقلاً عن (أونتال) إلى أن السن المناسبة لبداية التصور الحركي والبصري تبدأ من (٩) سنوات (٤)

٣- منهجه البحث وإجراءاته الميدانية**١-٣ منهج البحث**

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة .

٢ - ٣ مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على منتخبات المدارس الابتدائية للعبة كرة القدم للصالات المشاركين في الدوري المرحلة الثالثة للبطولة الذي تقيمها المديرية العامة لتربية الديوانية - لعام (٢٠١٣-٢٠١٤م) والبالغ عددهم (١٧٢) لاعبا يمثلون (١٠) مدرسة الابتدائية . إما عينة البحث تم اختيارها عشوائياً من المدارس المشاركة، إذ تم اختيار مدرسة واحدة عدد لاعبيها عشرون .

٣-٣ الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث :

٣-٣-١ أدوات البحث :

١. المصادر والمراجع العلمية

(١) قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠) ص ١٠٣ .

(٢) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي، ط٤، دار المعارف، القاهرة (١٩٧٩) : ص ١٣٦

(٣) هارا : أصول التدريب، (ترجمة) عبد علي نصيف، ط٢، الموصل، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٩، ص ٩٠

(٤) محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١ ، ص ٤٧٢ .

١-١ المقدمة وأهمية البحث:-

لقد حقق التقدم العلمي تطوراً ملحوظاً في مجالات الحياة كافة، و المجال الرياضي من تلك المجالات الذي حظي بنسبة كبيرة من هذا التطور والتي جاءت بفضل الدراسات والبحوث، التي نفذها العديد من الباحثين والدارسين والمختصين في هذا المجال، إذ إن المتعلم بحاجة إلى التفكير بالمهارة عقلياً كما هو الحال بالنسبة إلى أداء المهارة بدنياً، ويعد التصور العقلي من الأساليب التعليمية الناجحة التي أخذت حيزاً كبيراً في مجال التعلم الحركي لما له من دور مهم في عملية التعلم وخاصة خلال مراحل اكتساب المهارة الحركية، إذ إنه عندما يتم التصور العقلي بطريقة صحيحة فإن المتعلم يتصور ويفكر في خط سير الحركة وبمراحلها المختلفة ويتصور كيفية الأداء الذي سيقدمه بحيث يمكن للمتعلم أن يكون صورة جزئية خاصة به ويحاول أن يترجمها إلى حركة . إذ يستعمل لغرض تجسيد الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقلياً ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني. وان اغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطيعون بواسطة التصور العقلي مقارنة استجاباتهم بالأداء الأمثل ومن ثم تصحيح الاستجابات الخاطئة . ومن كل ما تقدم تتجلى أهمية الدراسة في وضع منهج تعليمي يهدف إلى تطوير التصور العقلي لدى منتخبات المدارس الابتدائية لكرة القدم للصالات بأعمار (١١-١٢) سنة

٢-١ مشكلة البحث :

ومن خلال متابعة الباحثان للعبة كرة القدم للصالات وكونهم من معلمي كرة القدم في المدارس الابتدائية واطلاعهما ميدانياً على مناهج بعض المدرسين والمدرسين لاحظا بأن هناك عدم الاهتمام بالنواحي العقلية للرياضيين وخصوصاً جانب التصور العقلي بالمقارنة مع الاهتمام الواضح بالإعداد البدني والمهاري والخططي . ومن أجل الارتقاء بالعملية التعليمية والأداء المهاري للاعبين لمنتخبات المدارس الابتدائية لكرة القدم للصالات بأعمار (١١-١٢) سنة ، حيث يرى الباحثان ضرورة التصور العقلي لما يضيفه للاعب من خبرات ويساعد على تحقيق المزيد من المعرفة والفهم لأداء المهارات الحركية .

٣-١ أهداف البحث :

١- اعداد منهج تعليمي للتصور العقلي للاعبين منتخبات المدارس الابتدائية لكرة القدم للصالات بأعمار (١١-١٢) سنة
٢. التعرف على الفروق في الاختبارات القبلية والبعديّة للاعبين من افراد عينة البحث لقياس التصور العقلي .

٤-١ فروض البحث :-

١ - هناك تأثير ايجابي للمنهج المعد من قبل الباحث لتطوير التصور العقلي .

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي عند قياس التصور العقلي للاعبين من افراد عينة البحث ولصالح الاختبار البعدي.

٥-١ مجالات البحث :

١- المجال البشري : لاعبو منتخب المدرسة الظفر الابتدائية بأعمار (١١-١٢) سنة في مركز محافظة القادسية .

٤. مقياس التصور العقلي

٢. استمارة استبيان

٣. استمارات جمع البيانات

٢-٥-٣ الاختبارات القبليّة لعينة البحث

تم إجراء الاختبار القبلي في الساعة العاشرة صباحاً ليوم (الأحد) ٢٠١٤/٢/١٦م اختبار التصور العقلي وإجراء اختبار الذكاء (رافن) على ساحة الألعاب مدرسة الظهر الابتدائية للبنين - محافظة القادسية وبوجود فريق العمل المساعد وقام الباحث بشرح كيفية إجراء الاختبارات والتأكد من استيعاب المتعلمين لشروط الاختبارات

٣-٥-٣ المنهج التعليمي المهاري

بُشِرَ فعلياً بالمنهج التعليمي المهاري بتاريخ ٢٠١٤/٢/١٩ واستمر لمدة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع، في أيام (السبت، الاثنين، الأربعاء) وكان وقت الوحدة التعليمية المهارية (٤٠) دقيقة يعتمد الباحث المنهج التعليمي المهاري الذي أعده المعلم (*).

١-٣-٥-٣ منهج التصور العقلي

قام الباحث بأعداد منهج تعليمي للتصور العقلي ثم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس والتدريب الرياضي وكرة القدم للصالات وعن طريق إجراء المقابلات الشخصية للتصور العقلي وكانت مدة الوحدة للتصور العقلي (١٥) دقيقة انظر ملحق (٣)

١٥-٥-٣ الاختبارات البعدية-

بعد اكمال الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحث، أجريت الاختبارات البعدية، وتحت الظروف نفسها التي أجريت فيها الاختبارات القبليّة. أجري الاختبار البعدي لاختبار التصور العقلي لمجموعة البحث بتاريخ ٢٠١٤/٤/٢٠ من يوم الأحد وفي الساعة العاشرة صباحاً.

٦-٣ الوسائل الإحصائية :

الوسط الحسابي

الانحراف المعياري

اختبار (ت) للعينات المترابطة

معامل الالتواء

١-٤ عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبليّة**والبعدية وقيمة(ت) لاختبارات****٢-٣-٣ اما الأجهزة والوسائل المستخدمة في البحث**

١. MP3.

٢. (جهاز الداتا شو: DATA SHOW)

٤.٣ تحديد متغير الدراسة :

عمد الباحث الى الاطلاع على العديد من المصادر والرسائل والإطريخ المتعلقة بموضوع الدراسة وبعدها قام بتحديد متغير التصور العقلي كمتغير للدراسة .

١.٤.٣ تحديد الاختبار المستخدم في الدراسة:

قام الباحث بالاطلاع على المصادر والدراسات المتعلقة بموضوع التصور العقلي وبعدها تم تحديد مقياس التصور العقلي (مقياس رينرمارتينز) والذي أعده مارتينز (١٩٩٣) والذي قام بتعريبه أسامه كامل راتب وأعاد صياغته ضياء جابر محمد (٢٠٠٢) (١) انظر ملحق (١) . وجعلها أكثر وضوحاً لتلائم الأعمار الصغيرة حيث قام الباحث

٢-٤-٣ التجربة الاستطلاعية

تعد التجربة الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء الاختبار لتفاديها " . (٢) فقد أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية في يوم (السبت) الموافق ٢٠١٤/٢/١٩م على عينة من مجتمع البحث وهم (١٦) لاعبا، وأشرف الباحث و بمساعدة فريق عمل مساعد (*). وكان الباحث يهدف من هذه التجربة الاستطلاعية إلى ما يأتي :-

١. معرفة معوقات العمل التي قد تعترض عمل التجربة الميدانية .
٢. التأكد من إمكانية معلم المادة المكلف من فهم وتنفيذ المنهج المطلوب .
٣. معرفة متطلبات منهج التعليمي وأوقات الوحدات التعليمية .

١٥-٥-٣ إجراءات البحث:-**١-٥-٣ التجانس**

لغرض ان يكون خط الشروع واحدا لكل افراد المجموعة قام الباحث بعملية تجانس لعينة البحث بالنسبة لبعض المتغيرات وهي (العمر، الوزن، الطول، الذكاء) وكما مبين في جدول (١)

جدول (١) يبين التجانس

المتغيرات	التجريبية		
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الالتواء
الطول	0.02	1.44	0.44
الوزن	2.45	39.05	0.67
الذكاء	3.52	82.8	0.25

(١) ضياء جابر محمد : تأثير اساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠٠٢، ص ١٠٧ .

(٢) قاسم المندلوي وآخرون : الاختبارات والقياس والتقييم في التربية الرياضية، الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٩، ص ١٠٧ .

*- ينظر الملحق (٢) .

(*) عامر علي بكالوريوس تربية رياضية .

جدول (٢)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعدي وقيمة (ت) لاختبار التصور البصري

مستوى الاثر	حجم الاثر	الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبار
			الجدولية	المحسوبة	ع	س	ع	س	
كبير	٠.٩٤	معنوي	٢.١٠	١٩.٩٠	١.٢٥	١٦.٧٠	.٨٤	٨.٦٠	التصور البصري

يبين الجدول (٢) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار التصور البصري. وقد اظهرت النتائج بان الوسط الحسابي لاختبار التصور البصري في الاختبار القبلي كان (٨.٦٠) ، مقداره وبانحراف معياري (.٨٤) ، الوسط الحسابي للاختبار البعدي (١٦.٧٠) ، وبانحراف معياري مقداره (١.٢٥) ، اما قيمة (ت) ، فقد بلغت للتصور البصري (٠.٩٤) مما يدل على ان مستوى الاثر (كبير)

جدول (٣)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعدي وقيمة (ت) لاختبار التصور السمعي

مستوى الاثر	حجم الاثر	الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبار
			الجدولية	المحسوبة	ع	س	ع	س	
كبير	.٩٦	معنوي	٢.١٠	١٤.٣٤	.٧٨	١٧.٢٠	١.٢٢	٩.٢٠	التصور السمعي

يبين الجدول (٣) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار التصور السمعي. وقد اظهرت النتائج بان الوسط الحسابي لاختبار التصور السمعي في الاختبار القبلي كان (٩.٢٠) ، وبانحراف معياري مقداره (١.٢٢) ، الوسط الحسابي للاختبار البعدي (١٧.٢٠) ، وبانحراف معياري مقداره (.٧٨) ، اما قيمة (ت) ، للتصور السمعي (.٩٦) مما يدل على ان مستوى الاثر (كبير)

جدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعدي وقيمة (ت) لاختبار التصور الحس حركي

مستوى الاثر	حجم الاثر	الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبار
			الجدولية	المحسوبة	ع	س	ع	س	
كبير	.٨٧	معنوي	٢.١٠	٢١.٣٩	.٧٨	١٧.٢٠	.٩٩	٩.١٠	التصور الحس حركي

يبين الجدول (٤) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار التصور الحس حركي وقد اظهرت النتائج بان الوسط الحسابي لاختبار التصور الحس حركي في الاختبار القبلي كان (٩.١٠) ، وبانحراف معياري مقداره (.٩٩) ، الوسط الحسابي للاختبار البعدي (١٧.٢٠) ، وبانحراف معياري مقداره (.٧٨) ، اما بلغت للتصور الحس حركي (٠.٨٧) مما يدل على ان مستوى الاثر (كبير)

جدول (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعدي وقيمة (ت) لاختبار الحالة الانفعالية

مستوى الاثر	حجم الاثر	الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبار
			الجدولية	المحسوبة	ع	س	ع	س	
كبير	.٩٧	معنوي	٢.١٠	٢٤.٠٠	٠.٧٣	١٧.١٠	.٨٧	٩.١٠	الحالة الانفعالية

(٠.٧٣)، اما قيمة (ت) ، المحسوبة لمعرفة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي فبلغت (٢٤.٠٠) ، وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٠) ، بدرجة حرية (١٨) ، وتحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ، وهذا يدل على وجود فرق . اما قيمة حجم الاثر

الحالة الانفعالية المصاحبة فقد بلغت (٩٧.) مما يدل على ان مستوى الاثر (كبير)

جدول (٦)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والقبلي والبعدي وقيمة(ت) لاختبار التصور العقلي

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت)		الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية			
التصور العقلي	٣٦.٠٠	٢.٥٨	٦٨.٢٠	١.٩٨	٣٤.٦٧	٢.١٠	معنوي	٩٩.	كبير

النظرة الصحيحة والواقعية للحركة " (٢) إذ يشير (محمد عبد الحسين المالكي) " إلى أن الاستهلال بالتعلم من خلال تصور نموذج الأداء الصحيح باستخدام التدريب الذهني يساعد على تثبيت الأداء الصحيح لدى المتعلم واستيعابه ، ويزيد من السيطرة والتحكم باستخدام التدريب الذهني يساعد على تثبيت الأداء الصحيح لدى المتعلم واستيعابه ، ويزيد من السيطرة والتحكم بمحيط الأداء وإعطاء فرصة لتركيز الانتباه حول الأماكن الصعبة في الأداء قبل تنفيذه او تكرارها بالوسائل البدنية (٣) . ويضيف الباحث بأن القدرة على التصور العقلي في المجال الرياضي من المتغيرات المهمة التي تعكس تأثير المنهج التعليمي العقلي على الأداء ، حيث يستخدم التصور العقلي لغرض تجسيد الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا .: كما يشير محمد محمود الحيلة إلى أن " الوسائل التعليمية تعمل على تحقيق الاتصال ونقلًا لأهداف التعليمية من المعلم إلى المتعلم وهي تزيد من ، فاعلية وتحسين عملية التعلم وتحفز المتعلمين إلى المزيد من المشاركة في المواقف التعليمية وتشويقهم في المشاركة للمزيد من التعلم لاستمرار فيه ، كما أنها تسهل عملية التذكر عن طريق استدعاء المعلومات " (٤) كما يشير محمود موسى العكيلي (أن التدريب الذهني بصورة عامة والتصور العقلي بصورة خاصة المهارات الحركة يساعد الرياضي في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات ، ولاشك أن ذلك يعاون الرياضي من أن يصبح أكثر إماماً بمتطلبات النجاح وتعلم المهارات الحركية) (٥)

يبين الجدول (١٠) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار التصور انفعالي وللمجموعتين التجريبية والضابطة . وقد اظهرت النتائج بان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كان (٩.١٠) ، وبانحراف معياري مقداره (٠.٨٧) ، الوسط الحسابي للاختبار البعدي (١٧.١٠) ، وبانحراف معياري مقداره

يبين الجدول (٦) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار التصور العقلي. وقد اظهرت النتائج بان الوسط الحسابي لاختبار التصور العقلي في الاختبار القبلي كان (٣٦.٠٠) ، وبانحراف معياري مقداره (٢.٥٨) ، الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٦٨.٢٠) ، وبانحراف معياري مقداره (١.٩٨) ، اما قيمة (ت) ، المحسوبة لمعرفة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي فبلغت (٣٤.٦٧) ، وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٠) ، بدرجة حرية (١٨) ، وتحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي . اما قيمة حجم الاثر فقد بلغت للتصور العقلي (٩٩.) مما يدل على ان مستوى الاثر (كبير)

٢-٤ مناقشة نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لاختبار

قدرات التصور العقلي

الجدول (٦،٣،٤،٥) يبين ان قيم (ت) المحسوبة في اختبارات (محور بصري، محور السمعي، محور الحسركي، محور الانفعالية) ، كانت على التوالي (٣٤.٦٧، ٢٤.٠٠، ٢١.٣٩، ١٤.٣٤، ١٩.٩٠) ، وجميعها اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢.١٠١) بدرجة حرية (١٨) ، وتحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ، ولمصلحة الاختبار البعدي

يرى الباحث سبب ذلك إلى فاعلية المنهج التعليمي بما يحتويه هذا المنهج من شرح وعرض وصور وأفلام تعليمية وإرشادات ، وكذلك تطبيق العملية التصور العقلي من خلال النشاط التعليمي في المنهج وأخذ فكرة واضحة عن المهارة الحركية ، وهذا ما أدى إلى نتائج أفضل في الاختبار البعدي ، إذ يشير كل من (محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي) إلى أنه " عند تنفيذ المناهج بشكل فعال فإن الأداء العام للطلاب يتحسن كثير ، ومن ثم يمكن للطلاب أن يكتسبوا فائدة إضافية هي تطوير تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات" (١) كما يشير عبد علي نصيف (إلى أن " المتعلم لا بد أن تكون لديه فكرة واضحة عن المهارة التي يريد تعلمها وخاصة النقاط المهمة للسير الحركي ، بعدها يحاول المتعلمون تصور الحركة ، فالنقاط الثلاثة (العرض والشرح والتصور) تكون لدى المتعلم

(٢) - عبد علي نصيف؛ التدريب في المصارعة، ط٢: جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧، ص١٦

(٣) - محمد عبد الحسين عطية المالكي ؛ اثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم) :رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد ٣٨، ١٩٩٨،

(٤) - محمد محمود الحيلة ؛ طرائق التدريس واستراتيجياته: العين، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠١، ص٣٠

(٥) - محمود موسى العكيلي ؛ (تأثير التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد) :بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية ،جامعة بابل، العدد الرابع، ٢٠٠٥، ص٤٠

(١) - محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي؛ التصميم التجريبي (نظرية وممارسة) :عُمان، دار المسيرة للنشر، ١٩٩٩، ص٦٢

٨. محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط٣ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١
٩. محمد عبد الحسين المالكي : أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٨ .
١٠. محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية - النظرية والتجريب ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ .

ملحق (١)

اختبار التصور العقلي

- إعداد : مارتينز ١٩٩٣
- تعريب : أسامة كامل راتب
- إعادة صياغة : ضياء جابر محمد ٢٠٠٢
- قبل الإجابة على هذا المقياس على الرياضي أن يتذكر التصور العقلي هو ليس مجرد الرؤية لشيء ما ، وإنما يتطلب استخدام الحواس المختلفة وكذلك المشاعر والانفعالات المرتبطة بالنشاط.
- كما ويتضمن هذا المقياس أربعة محاور وهي :
- ١- كيف ترى الصورة (محور بصري) .
 - ٢- ما وضوح سمائك للأصوات (محور سمعي) .
 - ٣- كيف تشعر بعضلات جسمك أثناء الأداء (محور حركي) .
 - ٤- كيف تميز حالتك المزاجية (محور انفعالي) .
- بعدا تمام عملية التصور الذهني قوم نفسك وفقا لميزان تقدير من خمسة أبعاد وعلى النحو التالي :
- أ- عدم وجود صورة ذهنية للنشاط (لا يوجد) .
 - ب- وجود صورة ولكن غير واضحة (غير واضح) .
 - ج- صورة واضحة بدرجة متوسطة (وسط) .
 - د- صورة واضحة بدرجة كبيرة (واضح) .
 - هـ- صورة واضحة بدرجة كبيرة جدا (واضح جدا) . (أولا)
- تصور الممارسة بمفردك :
- اختر مهارة محددة من لعبة كرة القدم مثل الدرجة وأنت تؤديها في الملعب الذي تتدرب فيه يوميا بمفردك من دون وجود احد معك ، ثم أغمض العينين لمدة دقيقة وحاول أن تتصور نفسك تؤدي الدرجة في هذا المكان مع التركيز على سماع الأصوات المحيطات
- بالملاعب أثناء الأداء وان تحس وتشعر بجسمك يؤدي الدرجة فعلا وان تكون واعيا بحالتك العقلية والانفعالية.

١-٥ الاستنتاجات

١. إن للتصور العقلي أهمية بالغة في تحسن قابلية اللاعب في أداء المهارات الأساسية للاعب كرة القدم للصالات بعمر (١١-١٢) سنة لمنتخبات المدارس الابتدائية.
٢. كلما زادت قابلية اللاعب على التصور كلما ارتقى مستوى أدائه .
٣. قلة اهتمام المعلمين في تخصيص وحدات تعليمية لتنمية القابليات العقلية للاعبين من خلال تفاوت مستوى قدراتهم وعدم وصولها الى درجة الإتقان .
- ٥ - ٢ التوصيات .

- ١) استخدام منهج التعليمي للتصور العقلي مع مثيرات مرئية لزيادة اكتساب التعلم وتطويره .
- ٢) التأكيد على استعمال التصور العقلي مع التعليم المهاري لما له من دور في عملية تسريع التعلم .
- ٣) تشجيع اللاعبين على التدريب على المهارات الأساسية من خلال منهج تعليمي للتصور العقلي في اوقات غير اوقات التدريب (الوقت الشخصي للاعب)

المصادر

١. ضياء جابر محمد : تأثير أساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠٠٢ .
٢. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط٤، دار المعارف، القاهرة(١٩٧٩)
٣. عبد علي نصيف وقاسم حسن حسين : مبادئ علم التدريب الرياضي ، بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٨٨ .
٤. حسين عبد الزهرة الفتلاوي. الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعب كرة الطائرة. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ،
٥. قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠)
٦. (ممدوح عبد الفتاح عنان. سيكولوجية التربية البدنية الرياضية : ط١ .(القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)،
٧. محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي؛ التصميم التجريبي (نظرية وممارسة: (عمان، دار المسيرة للنشر، ١٩٩٩ ،

ت	الفقرات	لا يوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
١	هل تمكنت من تصور نفسك تؤدي الدرجة.	١	٢	٣	٤	٥
٢	هناك أصوات موجودة بالملاعب أثناء الأداء هل تمكنت من سماعها .	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بجسمك يؤدي الدرجة وعضلاتك تتقلص	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل شعرت بالخوف أو الفرح أو الحزن أثناء الأداء .	١	٢	٣	٤	٥

ثانيا : تصور الممارسة مع الآخرين :

الآن تصور نفسك وأنت تؤدي الدرجة أيضا ولكن مع وجود المدرب والزملاء في الفريق وهذه المرة ارتكبت خطأ واضحا أثناء الدرجة كأن يكون لم ترفع راسك أثناء الدرجة لترى الزملاء والخصم ، أغلق العينين لمدة دقيقة وتصور نفسك في هذه الحالة والملاحظات التي سوف تصدر من المدرب بعد ذلك .

ت	الفقرات	لا يوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
١	هل تمكنت من تصور نفسك وأنت ترتكب الخطأ بالدرجة.	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل استمعت للأصوات المحيطة بك أثناء الأداء.	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بعضلات جسمك تتقلص أثناء الأداء.	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل كان مزاجك بحالة فرح أم حزن أم خوف.	١	٢	٣	٤	٥

ثالثاً : تصور مشاهدة الزميل :

فكر الآن في زميل يؤدي الدرجة وهو ينفرد بحارس المرمى ولكنه يرتكب خطأ في الدرجة ويفشل في تحقيق هدف بلحظات حاسمة من المباراة ، أغلق العينين لمدة دقيقة وتصور زميلك هذا وهو يفشل بالدرجة.

ت	الفقرات	لا يوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
١	هل تمكنت من تحديد أخطاء زميلك.	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل تمكنت من تمييز الأصوات الموجودة في الملعب أثناء الخطأ .	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل جسمك كان بوضع مسترخي أو متشنج .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل تمكنت أن تميز حالتك المزاجية أثناء ارتكاب خطأ زميلك .	١	٢	٣	٤	٥

رابعاً : تصور الأداء في المسابقة :

تصور نفسك تلعب في مباراة مهمة وأنت تؤدي المهارات التي تعلمتها بشكل رائع وهناك جمهور كبير حاضر في الملعب وجميعهم يشجعونك ويهتفون باسمك ، الآن أغلق العينين لمدة دقيقة واحدة وتصور نفسك بهذه الحالة .

ت	الفقرات	لا يوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
١	هل تمكنت من تصور نفسك ونت في هذه الحالة	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل تمكنت من سماع الأصوات الموجودة في الملعب.	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بعضلات جسمك تؤدي المهارات .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل استطعت أن تميز إحساسك بالفرح أثناء المباراة .	١	٢	٣	٤	٥

• تتحصر الدرجة ما بين (٤) كحد أدنى وبين (٢٠) كحد أعلى وكلما زادت الدرجة يبين كفاءتك بالتصور الذهني .

بعد الانتهاء من عملية التصور علينا أن نتعرف على درجتنا في هذا الاختبار ، ويتم حساب الدرجة عن طريق جمع درجات كل محور على حدة وكالاتي :

الملحق (٢)

يوضح المقابلات الشخصية التي أجراها الباحث

أجرى الباحث مقابلات شخصية عديدة مع ذوي الخبرة والاختصاص في الاختبارات والقياس والتدريب الرياضي و كرة القدم للصالات وطرائق التدريس والتعلم الحركي من أجل التأكد من ان كل خطوة طبقها الباحث كانت وفق أسس علمية صحيحة .
أسماء السادة المختصين الذين تم اجراء المقابلات الشخصية معهم

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
١	أ. د	عبد الله حسين الأمي	تعلم حركي	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
٢	أ. د.	فاطمة عبد مالح المالكي	تعلم- المبارزة	جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية للبنات
٣	أ. م. د.	محمد مطر عراك	اختبارات- كرة القدم	جامعة المثنى – كلية التربية الرياضية
٤	أ. م. د.	رولا مقداد	تعلم حركي _ مبارزة	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
٥	أ. م. د.	حامد نوري	تعلم -جمنا ستك	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
٦	م. د	رافقت عبد الهادي	علم النفس – كرة قدم	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
٧	م. د	حبيب شاكر جبر	تدريب رياضي – كرة قدم	جامعة المثنى – كلية التربية الرياضية
٨	م. د.	بسمة توفيق صالح	تعلم -جمناستك	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
٩	م. د	احمد فاهم نعيمش	اختبارات- كرة القدم للصالات	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
١٠	أ. م.	علاء جبار	اختبارات – كرة قدم	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية
١١	م. م	محمد عبد الرحمن	تعلم حركي _ مبارزة	جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية

ملحق (٣)

منهج تعليمي للتصور العقلي من قبل الباحث

الوحدة التعليمية : ١
اليوم والتاريخ : الاربعاء ٢٠١٤/٢/١٩ الأدوات المستعملة : عرض فلم
عن مهارة الدرجة باستخدام (جهاز الداتا شو: Data Show) +mp3 الزمن ١٥ دقيقة
الهدف : توضيح أهمية التصور العقلي ، تعليم الاسترخاء ، تصور مهارة الدرجة الكرة بداخل القدم

- شرح عام عن أهمية التصور العقلي في اكتساب المهارة الدرجة الكرة بالقدم (٣) دقيقة
- البدء بتعليم الاسترخاء
- يطلب من اللاعبين الجلوس طويلاً مع الاسترخاء (٣) دقيقة
- ابدأ بعملية تنظيم التنفس من (٤-٥) مرات على ان يكون التنفس من البطن وليس من الصدر ومن الانف واطلاق الزفير من الفم بهدوء
- بعد كل زفير يصبح الجسم اكثر استرخاء ... هادئ ... ثقيل
- بعد الوصول الى اليه التنفس ، يتم الانتقال الى بقية اجزاء الجسم
- الان تخيل انك تذهب الى مكان خاص جدا . تذهب اليه عندما تود الراحة والامان
- في هذا المكان الشمس ساطعة والسماء زرقاء
- انت في حالة استرخاء تستمتع بالدفء و السكون
- راحة (٦٠) ثانية
- عرض فلم عن مهارة الدرجة باستخدام (جهاز الداتا شو: Data Show) (٢) دقيقة
- يطلب من اللاعبين اغماض العينين تصور مهارة الدرجة الكرة بداخل القدم بشكل مجزأ (٢) دقيقة
- لبدء بتمارين تمنية الحواس من خلال تجزئة مهارة الدرجة الكرة بداخل القدم
- محاولة تصور المهارة كاملة وبالسرية الاعتيادية
- يطلب من اللاعبين تحريك اصابع اليدين والقدمين وسحب القدمين باتجاه الصدر ورفع الذراعين للأعلى
- فتح العينين ثم النهوض
- راحة (٦٠) ثانية
- عرض فلم عن مهارة الدرجة باستخدام (جهاز الداتا شو: Data Show) (٣) دقيقة

الملاحظات :

- ١- أهمية اقتناع اللاعبين بجدرى هذا النوع من تعلم
- ٢- جذب انتباه اللاعبين إلى طبيعة وأغراض تعلم التصور العقلي
- ٣- الجلوس بوضع مريح ويفضل الجلوس الطويل وعدم الاستلقاء على الظهر لأنه يقود اللاعبين للنوم