

## التصور العقلي وعلاقة بدقة مهارة التهديف لدى لاعبي دوري النخبة بكرة القدم

أ.د سلمان عكاب سرحان الجنابي أ.د عباس مهدي صالح الغزيري م.م عقيل كاظم هادي

### ملخص البحث

**مشكلة البحث:** هناك بعض الجوانب لم تلق الاهتمام المطلوب ومنها دراسة تأثير المهارات العقلية ومنها التصور على أداء المهارات الأساسية في الألعاب الرياضية المختلفة بشكل عام ومهارات كرة القدم بشكل خاص وأولها وأهمها مهارة التهديف إذ تعد الأهداف ملح كرة القدم وأن ذلك الأمر دعا الباحث إلى دراسة العلاقة بين التصور العقلي كمهارة عقلية هامة مع دقة التهديف كأهم مهارة بكرة القدم، **هدف البحث:** \* التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة مهارة التهديف لدى لاعبي دوري النخبة بكرة القدم. **فرض البحث:** توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية معنوية بين التصور العقلي ودقة مهارة التهديف لدى لاعبي دوري النخبة بكرة القدم، **مجتمع البحث وعينه:** يحدد مجتمع وعينة البحث من أهم الأولويات التي تقع على عاتق الباحث وإن مجتمع البحث الحالي هم لاعبي فرق دوري النخبة في العراق للموسم (2014-2015) البالغ عددهم (195) مسجلين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم، واختار الباحث عينات عشوائية وفق ما تتطلبه إجراءات البحث، وبعدد كلي يبلغ (131) **التجربة الميدانية الرئيسة:** قام الباحث بتطبيق المقياس والاختبار على لاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2014-2015) للمدة من 2017/12/28 إلى 2018/1/14 بتوزيع المقياس مع فريق العمل المساعد على عينة البحث البالغ عددها (107) لاعباً بعد استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية مع شرح مفردات المقياس قبل الإجابة عنه، ثم تطبيق اختبار دقة التهديف بكرة القدم. **الاستنتاجات:** ارتفاع مستوى التصور العقلي للاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2017-2018). ارتفاع مستوى دقة التهديف للاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2017-2018). **التوصيات:** الاهتمام بتدريب التصور العقلي للاعبين. القيام ببحوث حول علاقة التصور العقلي بمهارات كرة القدم الأخرى.

### 1-التعريف بالبحث:

**1-1 مقدمة البحث وأهميته:** لقد حظيت لعبة كرة القدم لشعبيتها الجارفة بقيمة الاهتمام مقارنة بنظيراتها الأخرى من الألعاب الرياضية إذ يشهد عالم كرة القدم اليوم سرعة كبيرة ودقة متناهية في تطبيق المهارات الحركية المختلفة والمتنوعة والتي تحتاج إلى علاقة وثيقة بين اللياقة البدنية والمهارات الحركية مع تكامل الجوانب النفسية وبدأ الاهتمام بعلم النفس الرياضي بوصفه علماً مهماً لتحقيق التفوق في الأداء الرياضي ، وأنه يأتي في مقدمة العلوم المساعدة على نجاح المدرب

وتطوير الأداء الرياضي ، وللمظاهر النفسية والاجتماعية والاقتصادية دور هام في نتائج المباريات فهي تؤثر في مستوى أداء اللاعبين وقدراتهم عند تنفيذهم الواجبات الفنية والخططية.

وأولت الدول المتطورة العناية والاهتمام بهذه اللعبة، ويتضح ذلك من خلال تطرق العلم الحديث لجميع عناصر هذه اللعبة بالبحث بهدف تحقيق الانجازات الرياضية العالية، فأصبح التدريب الحديث عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على وصول اللاعبين إلى التكامل في الأداء، وبذلك تطورت اللعبة في السنوات الأخيرة وتغير طابع اللعب نظراً لتعدد أساليب اللعب الجديدة وما ارتبط بذلك من تنوع في الخطط الهجومية والدفاعية بشكل ملحوظ وكل ما يرتبط بها من مستوى بدني ومهاري وخططي ونفسي وتربوي.

ومن خلال ما تقدم نجد أن للتصور العقلي كمهارة عقلية أساسية دورا مهما في رفع مستوى التعلم ، غير أن تكرار التصور العقلي خلال الوحدة التعليمية لا يكون عشوائيا واجتهاديا وإنما وفق أسس وقواعد علمية تساعد على الارتقاء بالمستوى المهاري بشكل أفضل ، ولكن ما هو حجم ما يعطيه المدرس أو المدرب من التصور العقلي وهل نبقى وراء اجتهادات غير مدروسة علميا ، فالمدرس أو المدرب قد لا يعرف التكرار المناسب لتلك المرحلة العمرية من المبتدئين ولكل مستوى من مستويات تعلم الأداء ولكل مهارة من مهارات كرة القدم ،ومن هنا تبرز أهمية الدراسة من خلال التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة أداء مهارة التهديف بكرة القدم .

### **1-2 مشكلة البحث :**

رغم التطور الذي حدث في طرائق اللعب الحديث ورفع قدرات اللاعبين على أداء جميع متطلبات اللعب والاستخدام الأمثل لطاقتهم الكامنة لأداء أفضل وبكفاءة أكثر طوال وقت المباراة وقدرتهم على التكيف العام والاستجابة للمؤثرات والمواقف المتغيرة، إلا أن هناك بعض الجوانب لم تلق الاهتمام المطلوب ومنها دراسة تأثير المهارات العقلية ومنها التصور على أداء المهارات الأساسية في الألعاب الرياضية المختلفة بشكل عام ومهارات كرة القدم بشكل خاص وأولها وأهمها مهارة التهديف إذ تعد الأهداف ملح كرة القدم وأن ذلك الأمر دعا الباحث إلى دراسة العلاقة بين التصور العقلي كمهارة عقلية هامة مع دقة التهديف كأهم مهارة بكرة القدم.

### **1-3 هدف البحث:**

\* التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة مهارة التهديف لدى لاعبي دوري النخبة بكرة القدم.

### **1-4 فرض البحث :**

\* توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية معنوية بين التصور العقلي ودقة مهارة التهديف لدى لاعبي دوري النخبة بكرة القدم.

## 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : لاعبو دوري النخبة بكرة القدم في العراق للموسم 2017/2018.

1-5-2 المجال المكاني : ملاعب ومواقع تدريب فرق دوري ألنخبة بكرة القدم.

1-5-3 المجال الزمني : الفترة من 2017/11/14 والغاية 2018./2/16

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

1-2-1 الدراسات النظرية :

1-2-1-1 التصور العقلي: عندما يتلقى أي شخص المفاهيم والأفكار والمعلومات من المعلم أو المربي ويحاول تطبيقها فإنه بلا شك يحاول استذكار أو استرجاع ما قاله أو أداه هذا المعلم بين الحين والآخر ، وعندما يكون هذا الاسترجاع ذهنيا من دون الأداء الفعلي فإن ذلك يعني انه يستخدم عملية التصور .

وقد شاع استخدام عدد من المصطلحات التي تقابل التصور مثل التكرار (الاسترجاع) الرمزي Symbolic Rehearsal ، الممارسة غير الظاهرة Covert Practice ، والاسترجاع المعرفي Cognitiv Rehearsal ، والاسترجاع العقلي Mental Rehearsal (1).

ويضيف شمعون (2001) مجموعة أخرى من المصطلحات المرادفة للتصور العقلي هي التصور البصري Visualization ، النمذجة Modeling ، التدريب التصوري Imginal Practice ، التدريب البصري الحركي Visuomotor Training ، التدريب المعرفي Cognitive Training ، التدريب الفكر حركي Idcomotor Training (2).

إن اغلب التعريفات التي تناولت التصور تنطوي على مصطلح الاسترجاع أو الاعاده والتذكر حيث يعرفه محجوب (1989) على انه " الصورة التي يأخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح للحركة وتنطبع بالدماغ وتلعب الممارسة والخبرة في ثبات هذه الصورة ، وتكون هذه الصورة الموجودة في الدماغ أساس أولي لتأدية الرياضي الحركة " (1).

ويعرف راتب (2000) التصور العقلي بأنه "وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات سابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الإعداد العقلي للأداء " (2). كما ويعرفه لزام (2005) على انه " محاولة استرجاع الأحداث أو الخبرات الحسية السابقة أو بناء صورة جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة " (3)، كما يذكر راجح (1970) " إذا كان الإدراك الحسي هو تظن الفرد لأشياء حاضرة بالفعل تؤثر في حواسه ، فالتصور هو استحياء

(1) محمود عبد الفتاح عنان : مصدر سبق ذكره ، 1995 ، ص 343 .

(2) محمد العربي شمعون: التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 ، ص 209 .

(1) وجيه محجوب : علم الحركة - التعلم الحركي ، جامعة الموصل ، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989 ، ص 38 .

(2) أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000 ،

ص 117 .

(3) قاسم لزام صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، بغداد ، مطابع الجمعة ، 2005 ، ص 226 .

هذه الأشياء في الذهن على هيئة صور في غياب التنبيهات الحسية "(5) ، "والتصور العقلي لا يعتمد فقط على حاسة البصر ولكن يجب أن يشمل اكبر قدر من الحواس مجتمعة حتى يمكن تحقيق التكامل في التصور لأنها على جانب كبير من الأهمية "(6).

وهذا يعني أن التصور العقلي أكثر من مجرد رؤية فهو خبرة في عيون العقل ، وبالرغم من أن حاسة البصر تشكل جانبا أساسيا في عملية التصور إلا انه يمكن أن يتضمن احد أو مجموعة من الحواس الأخرى مثل اللمس ، أو السمع ، ويفضل استخدام جميع الحواس كلما أمكن ذلك . فلاعب القفز بالزانة يستخدم البصر لمشاهدة العارضة في الارتفاع المحدد ، وحاسة اللمس في القبض على الزانة ، وحاسة السمع في صوت ارتطام الزانة بالصندوق ، والإحساس الحركي في أوضاع الجسم في الهواء وبالتالي فان استخدام العديد من الحواس يعمل على الدعم الايجابي للتصور العقلي(1) ، " كما أن هناك فرق بين التصور العقلي للمهارة والوصف اللفظي لها ، فاللاعب في حالة تصور سلسلة من الأحداث ليس لديه الوقت للتصور والوصف لان ذلك يحدث في نفس التوقيت المحدد للأداء ، ولهذا السبب فانه من الأهمية ممارسة التصور العقلي أكثر من الوصف اللفظي بالكلمات حيث أن التحكم في الصور العقلية أصبح إحدى المهارات الهامة في تطوير الأداء"(2) ، " ويؤدي التصور لدى الرياضي درجة عالية في إتقان المهارات ، ولولا التصور لأصبح الرياضي مرتبطا فقط بالأشياء المدركة أو ينعكس في شعوره فقط الأشياء المؤثرة عليه مباشرة في نفس اللحظة "(3).

## **2- الدراسات المشابهة:دراسة (الغزوي،2006)(15):**

**مشكلة البحث :** إن الحالة النفسية لها الأثر الكبير في الإنجاز الرياضي سواء كان ذلك سلباً أو إيجاباً إذ يعد القلق من السمات الشخصية التي تؤثر في أداء اللاعب قبل المنافسات الرياضية إذ أكد الخبراء والمختصون إن للقلق تأثيراً مباشراً في أداء اللاعب ولذلك فان هناك علاقة ارتباط بين القلق المتعدد الأبعاد ( البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال ) ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

**1st IPSSD-CONFERENCE**

- 
- (5) احمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط8 ، الإسكندرية ، المكتب المصري الحديث ، 1970 ، ص321 .  
(6) محمد العربي شمعون وعبدلنبي الجمال : التدريب العقلي في التنس ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 ، ص50 .  
(1) عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة تحليل - تدريب - قياس ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 2000 ، ص197 .  
(2) عبد الستار جبار الضمد : المصدر السابق نفسه ، 2000 ، ص198 .  
(3) قاسم المندلوي ووجيه محبوب : مبادئ علم التدريب الرياضي ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1982 ، ص47 .  
15-أياد ناصر حسين : القلق المتعدد الأبعاد وعلاقتها بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة القادسية .كلية التربية الرياضية،2006.



#### أهداف البحث :

1. التعرف على القلق المتعدد الأبعاد ( البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال ) لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط .
2. التعرف على دقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة .

**فرض البحث:** افترض الباحث أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق المتعدد الأبعاد ( البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال ) ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

**مجتمع وعينة البحث:** تتضمن مجتمع البحث (7) أندية يمثلون منطقة الفرات الأوسط بالكرة الطائرة للدرجة الأولى وقد شملت العينة على (74) لاعباً إذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، **مقياس البحث:** اعتمد الباحث في دراسته على المقياس الذي أعده محمد حسن علاوي وهو (مقياس استبيان تقويم أذات) يحتوي على ثلاثة أبعاد وهي البعد المعرفي والبعد البدني وبعد سرعة وسهولة الانفعال ويتكون كل بعد من (15) فقرة وباتجاهين. وقام الباحث بتقويم المقياس من خلال استخراج الأسس العلمية (صدق - ثبات - موضوعية) وذلك لاستخراج ملائمة تطبيقه على لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق.

**التجربة الرئيسية:** أجريت التجربة الرئيسة على عينة البحث البالغة (74) لاعباً وهم يمثلون أندية الدوري للدرجة الأولى بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط وشملت التجربة الرئيسة تطبيق مقياس البحث (مقياس استبيان تقويم أذات) والاختبارين المهاريين هما اختبار دقة أداء مهارة الإرسال من الأعلى (تنس) الشكل (3) واختبار دقة أداء مهارة استقبال الإرسال بالذراعين من الأسفل الشكل (4) .

#### الاستنتاجات :

1. هناك علاقة معنوية بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) ودقة أداء مهارة الإرسال من الأعلى (تنس) .
2. هناك علاقة معنوية بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) و دقة أداء مهارة استقبال الإرسال بالذراعين (من الأسفل).

#### التوصيات :

على وفق النتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يأتي :-

1. تأكيد الاهتمام بالقلق المتعدد الأبعاد بوصفه سمة شخصية فردية تؤثر استجاباتها في الرياضي وتحديد البعد المؤثر في الأداء

2. التأكيد والقيام بمحاضرات نظرية تخص الإعداد النفسي للرياضي وخاصة القلق للفرد الرياضي

### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: إن طبيعة المشكلة هي الأساس الذي يتم من خلاله اختيار منهج البحث إذ أن المنهج هو " الطريق الذي يستخدمه الباحث لدراسته المشكلة لكي يصل إلى الحقيقة ويكشف عنها إذ أن طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج البحث " (1)، لذا أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية كونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة البحث الحالي.

### 3-2 مجتمع البحث وعينه :

يعد تحديد مجتمع وعينة البحث من أهم الأولويات التي تقع على عاتق الباحث وان مجتمع البحث الحالي هم لاعبي فرق دوري النخبة في العراق للموسم (2014-2015) البالغ عددهم (195) مسجلين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم، واختار الباحث عينات عشوائية وفق ما تتطلبه إجراءات البحث، وبعدد كلي يبلغ (131) وهم يشكلون نسبة (67,1%) وكما مبين في الجدول (1) :

الجدول (1) يبين مجتمع البحث وعينه

ت	أسم الفريق	عدد اللاعبين	العينة	النسبة المئوية
1	الشرطة	25	15	60%
2	نفط الوسط	24	22	91,6%
3	الميناء	25	17	68%
4	الزوراء	24	13	54,1%
5	القوة الجوية	25	19	76%
6	نفط الجنوب	25	18	72%
7	دهوك	24	15	62,5%
8	أمانة بغداد	23	12	52,1%
	المجموع	195	131	67,1%

### 3-3 أدوات البحث والأجهزة المستخدمة :

- 1- المصادر والمراجع العربية. 2- مقياس التصور العقلي. 3- استمارات لتفريغ البيانات.
- 1- حاسبة يدوية 5- جهاز حاسوب 6- أقلام حبر ورصاص. 7- ورق . 8- ساعة توقيت.

### 3-4 إجراءات البحث الرئيسية:

(1) احمد بدر : أصول البحث العلمي ، عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 1985 ، ص5 .

**3-4-1 تحديد مقياس التصور العقلي :** استخدم الباحث مقياس التصور العقلي المصمم من قبل (مارتنيز 1993) والمعرب من قبل (أسامة كامل راتب) والمطبق من قبل الباحث (ضياء جابر محمد 2002) والذي يهدف إلى التعرف على مستوى التصور العقلي لدى اللاعب ينظر ملحق (1) والمقياس مكون من أربعة مواقف رياضية كالآتي :

أولا : الممارسة بمفردك .

ثانيا : الممارسة مع الآخرين .

ثالثا : مشاهدة الزميل .

رابعا : الأداء في المسابقة .

إذ يتكون كل موقف من (4) فقرات وبذلك أصبح المقياس يتكون من (16) فقرة ويقوم اللاعب بالإجابة على فقرات المقياس ، أما طريقة تصحيح المقياس وبدائل الإجابة فهي على النحو التالي

جدول (2) يبين طريقة تصحيح مقياس التصور العقلي

ت	لايوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
1	1	2	3	4	5
2	1	2	3	4	5
3	1	2	3	4	5
4	1	2	3	4	5

**3-4-2 تحديد اختبار دقة التهديف بكرة القدم :** الاختبار هو " قياس قدرة الفرد على أداء عمل معين وفق ضوابط وصيغ علمية دقيقة" <sup>(16)</sup>، إذ عرض الباحث الاختبارات المقننة وعددها (3) اختبارات في مجال قياس دقة أداء مهارة التهديف على الخبراء والمختصين وتم توزيع الاستمارات عليهم وبعد جمعها تم تفريغ البيانات وإيجاد النسبة المئوية لكل اختبار وتم قبول الاختبار الذي حصل على أكبر نسبة مئوية لاتفاق السادة الخبراء، وفيما يلي وصف الاختبار المستخدم:

\* اختبار دقة التهديف بكرة القدم (1):

الهدف من الاختبار:- قياس دقة التهديف.

الادوات المستخدمة: 3 شواخص المسافة بين شاخص واخر 1.5 يارد بحيث تكون المسافة بين اخر شاخص وخط الجزاء 1.5 يارد بحيث يبعد اول شاخص عن منطقة الجزاء 6 يارد.

- كرة قدم

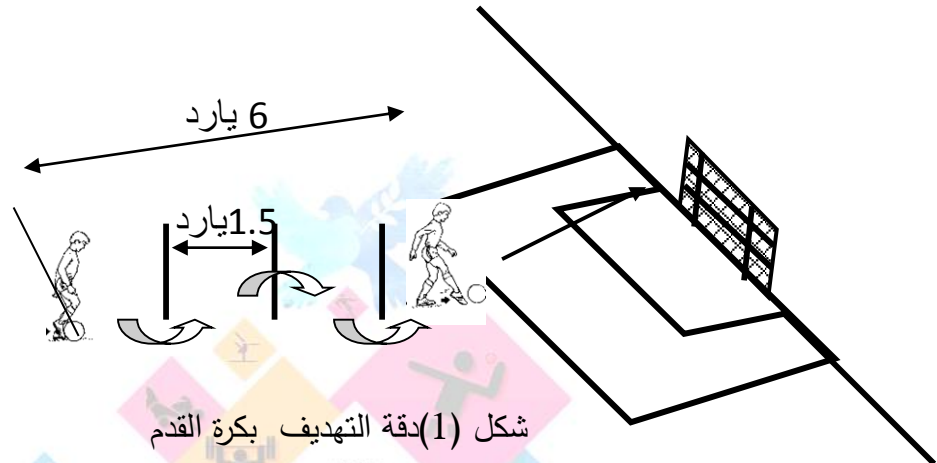
1- وجيه محجوب : مصدر سبق ذكره ، 2001، ص 201 .

2- عماد العطوانى: تأثير التدريب الذهني على تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، 1999، ص 42.

- اثنان من المساعدين

- هدف مقسم

**طريقة الاختبار:** يقف المختبر على خط بداية الاختبار الذي يبعد 3 يارد عن او مانع الذي يبعد عن خط منطقة الجزاء 6 ياردة وعند الإشارة يقوم المختبر بالدحرجة بين الشواخص الثلاثة باي قدم ويقوم بالتهديف نحو المرمى لمسح بواسطة حبل مربوط في الاعلى بالعارضة في الاسفل بالارض من جانبي اليمين واليسار مقسم من كل جهة الى أربعة مربعات طول ضلع المربع 20سم.



**احتساب الدرجات:**

- يمنح اللاعب 5 محاولات تسجل مجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب في 5 محاولات.
- يمنح اللاعب 2 درجة للتسديدة التي تمر خلال الحبال المربوطة من الجانب اليمين او اليسار.
- يمنح اللاعب درجة واحدة عند ضرب الكرة في الوسط بين الخططين.
- يعطى اللاعب صفر عند تسديد الكرة خارج الحدود المذكورة.

**3-4-3 التجربة الاستطلاعية:** تعد التجربة الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله في أثناء إجراء التجربة لتفاديها مستقبلاً" (17)، اذ أجريت التجربة الاستطلاعية على جزء من عينة البحث وهم لاعبي نادي نفط الوسط والبالغ عددهم (24) لاعب بتاريخ 2017/12/24، وبعد اختبار المقياس قام الباحث بإجراء اختبار دقة التهديف بكرة القدم وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية معرفة ما يلي :

- 1- الممارسة العملية لتوزيع استمارة مقياس سمة القلق .
- 2- معرفة الوقت المستغرق للإجابة على المقياس وزمن الاختبار المهاري .
- 3- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الرئيسية .
- 4- تدريب الكادر المساعد .

17 - قاسم حسن المندلاوي وآخرون : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، الموصل ، مطابع التعليم العالي في الموصل ، 1989، ص 107



### 3-4-4 الأسس العلمية للمقياس والاختبار :

**3-4-4-1 الصدق المقياس والاختبار :** الصدق هو احد المعاملات المهمة للاختبار الجيد وهو يقيس الاختبار بدقة الشيء الذي وضع من اجله ويعرف الصدق هو " الدرجة التي يقيس بها الاختبار الشيء المراد قياسه "(18) فالصدق احد المعاملات الأساسية للاختبار الجيد إذ قام الباحث باستخدام الصدق الظاهري لذا وزع المقياس والاختبار على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس (ملحق 2 ) لإبداء آرائهم وملاحظاتهم في صلاحية المقياس والاختبار لغرض تطبيقها على لاعبي منتخب جامعة الكوفة بكرة القدم ،وقد تبين صلاحيتها لقياس ما وضعت لقياسه.

**3-4-4-2 ثبات المقياس والاختبار :** ثبات الاختبار يعني أن " الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه غير مرة وفي الظروف نفسها "(19) ولحساب معامل الثبات للمقياس والاختبار تم تطبيقهما عينة التجربة الاستطلاعية يوم 2017/12/20 وأعيد التطبيق بعد مرور (14) يوماً على اللاعبين أنفسهم وتحت نفس الظروف وبهذا استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار للحصول على ثبات المقياس والاختبار " حيث تعد هذه الطريقة من ابسط الطرائق وأسهلها كما إنها مهمة في تعيين معامل ثبات الاختبار وتتلخص هذه الطريقة في اختبار مجموعة من الأفراد ثم يعاد التطبيق مرة أخرى وعلى المجموعة نفسها ويحسب معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ) بين التطبيقين للحصول على معامل ثبات الاختبار "(20). وكان معامل ثبات مقياس التصور العقلي (0,91) وثبات اختبار دقة التهديف (0,93) وهذه معاملات ارتباط عالية وكما مبين في الجدول (3):

**3-4-4-3 موضوعية المقياس والاختبار :** الموضوعية وهو " الاختبار الذي يعطي النتائج نفسها مهما اختلف المصححون أي إن النتائج لا تتأثر بالمصحح أو شخصيته ويكون الاختبار موضوعياً إذا كانت أسئلته محددة وإجاباته محددة بحيث يكون للسؤال الواحد جواباً واحداً فقط ولا يترك مجالاً للشك " (21) ولذا فان المقياس يتسم بالموضوعية ويمكن تطبيقه على البيئة العراقية ،اما اختبار دقة التهديف بكرة القدم فقد تم ايجاد معامل موضوعية من خلال ايجاد معامل ارتباط بيرسون بين نتائج محكمين\* يقومان بتسجيل نتائج عينة التجربة الاستطلاعية وبلغ معامل الموضوعية (0,89) وكما مبين في الجدول (3):

18 - ليلي السيد فرحات : طرق تقنين الاختبارات والقياس في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، مركز الكتاب للنشر ، 2001 ، ص 111 .

19 - ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي ، مفهومه ، أدواته ، أساليبه ، ط 4 ، عمان ، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، 1992 ، ص164 .

20 - سعد عبد الرحمن : القياس النفسي ، ط2 ، الإمارات العربية المتحدة ، مكتبة الفلاح للطباعة والنشر ، 1997 ، ص201.

21 - ريسان خريبط مجيد : مصدر سبق ذكره ، 1987 ، ص 10 .

جدول (3) يبين ثبات وموضوعية ابعاد المقياس واختبار دقة التهديق

الموضوعية	الثبات	الأداة
موضوعي	0,91	مقياس التصور العقلي
0,89	0,93	اختبار دقة التهديق

3-5 التجربة الميدانية الرئيسة: بعد إيجاد الأسس العلمية لمقياس التصور العقلي واختبار دقة التهديق بكرة القدم قام الباحث بتطبيق المقياس والاختبار على لاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2014-2015) للمدة من 2017/12/28 إلى 2018/1/14 بتوزيع المقياس مع فريق العمل المساعد على عينة البحث البالغ عددها (107) لاعباً بعد استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية مع شرح مفردات المقياس قبل الإجابة عنه، ثم تطبيق اختبار دقة التهديق بكرة القدم.

3-6 الوسائل الإحصائية (22) :

1- النسبة المئوية 2. الوسط الحسابي 3- الانحراف المعياري 4. معامل الارتباط البسيط

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج العلاقة بين التصور العقلي واختبار دقة التهديق بكرة القدم :

جدول (4) يبين العلاقة بين التصور العقلي واختبار دقة التهديق بكرة القدم

الاختبار	س	ع	قيمة معامل الارتباط	نسبة الخطأ	الدلالة
التصور العقلي	66	12	المحسوبة	الجدولية	معنوي
دقة التهديق	7	2	0.82	0,19	0,05

من الجدول اعلاه كان الوسط الحسابي للاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2017-2018) على مقياس التصور العقلي يبلغ (66) درجة بانحراف معياري يبلغ ( 12 ) درجة ، فيما بلغ الوسط الحسابي لدقة التهديق بكرة القدم يبلغ ( 7 ) درجة بانحراف معياري يبلغ ( 2 ) درجة ، أما قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين فبلغت ( 0.82 ) وهي قيمة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة ( 0.19 ) بنسبة خطأ ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 105 ) مما يدل على وجود علاقة معنوية طردية بين التصور العقلي ودقة التهديق بكرة القدم للاعبي دوري النخبة بكرة القدم.

22 - وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب ، 1999 ، ص 214.

\*المحكمين :

1- أ.د سلمان الجنابي /الاختبار والقياس/جامعة الكوفة كلية التربية الرياضية.

2-م.د محسن محمد حسن/علم النفس الرياضي / جامعة الكوفة كلية التربية الرياضية.

يرى الباحث أن سبب ظهور هذه العلاقة الطردية بين التصور العقلي ودقة التهديد بكرة القدم يعود إلى أن التصور العقلي له تأثير واضح من خلال تعديل وتثبيت الشكل الصحيح للمهارة فاللاعب يقوم بأداء المهارة ومن ثم استحضارها ذهنيا وبالعكس وبذلك فقد يعوض التصور العقلي عن بعض التكرارات البدنية أثناء الأداء ، حيث يشير شمعون (2001) إلى أنه يمكن أن يستخدم التصور العقلي في مراحل اكتساب وإتقان المهارات الحركية حيث يقدم التصور العقلي إجراءات ووسائل تساعد على إمداد الأفراد بالطرق المناسبة التي تعمل على تعديل السلوك وتحسين التعلم (4) . ويتفق الباحث مع ما أشار إليه الطالب والويس (1993) في " أن التصور العقلي لأداء المهارة والمقرون أو المتبوع بالأداء الفعلي لها في غضون عملية التعلم الحركي يكون ذا فاعلية عالية ويحقق نتائج أفضل مما لو كان ذلك التعلم مقتصرًا على الناحية التطبيقية للأداء فقط " (1).

كم أن "التصور العقلي لا يقتصر دوره على رفع مستوى الانجاز الرياضي فحسب بل يتعدى دوره كذلك إلى تعزيز وزيادة مستوى الدافعية الذاتية لدى الرياضي نفسه ، ويضيف أن الأفراد الذين يمارسون التصور العقلي يصبحون أكثر تعلقًا من غيرهم بالدورات التعليمية أو المناهج التعليمية المعدة لهم خلال وقت التدريب أو التعلم " (2)

ويضيف خيون (2002) إلى أن "الجهاز العصبي المركزي يمكن أن يستخدم التصور العقلي لتوفير التكرار الفعلي ، حيث يقوم الفرد بعملية العرض المتتابع للمهارة الحركية وإعادة هذا العرض ومحاولة تعديل المسارات غير الصحيحة ، وإحدى هذه الخطوات في هذا الجانب هو الوضوح والذي يرتبط بواقعية الصورة ونقائها من خلال التقدير الشخصي للفرد ويزداد الوضوح بزيادة تكرار التصور (2) . كما يطلق راتب (2000) على "التصورات العقلية بالخريطة العقلية بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن للمخ إرسال إشارات واضحة لأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه " (3)

#### **5- الاستنتاجات والتوصيات :**

#### **5-1 الاستنتاجات :**

- 1- ارتفاع مستوى التصور العقلي للاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2017-2018).
- 2- ارتفاع مستوى دقة التهديد للاعبي دوري النخبة بكرة القدم للموسم (2017-2018).

(4) محمد العربي شمعون : مصدر سبق ذكره ، 2001 ، ص 32 .

(1) نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي ، بغداد ، دار الحكمة ، 1993 ، ص 66 .

(2) Martin.K.A.Hall.C.R : Using Mental Imagery to Enhance Intrinsic Motivation, Journal of sport and Exercise Psychology, 1995.pp.54-69 .

(2) يعرب خيون : مصدر سبق ذكره ، 2002 ، ص 130 .

(3) أسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، 2000 ، ص 117 .

3- زيادة مستوى التصور العقلي للاعب يؤدي إلى زيادة مستوى دقة التهديف لديه.

## 5-2 التوصيات :

1- الاهتمام بتدريب التصور العقلي للاعبين.

2- القيام ببحوث حول علاقة التصور العقلي بمهارات كرة القدم الأخرى.

### ملحق (1) اختبار التصور العقلي

قبل الإجابة على هذا المقياس على الرياضي أن يتذكر التصور الذهني هو ليس مجرد الرؤية لشيء ما ، وإنما يتطلب استخدام الحواس المختلفة وكذلك المشاعر والانفعالات المرتبطة بالنشاط، ويتضمن هذا المقياس أربعة مواقف رياضية كالآتي :

أولاً : الممارسة بمفردك . ثانياً : الممارسة مع الآخرين .

ثالثاً : مشاهدة الزميل . رابعاً : الأداء في المسابقة .

كما ويتضمن هذا المقياس أربعة محاور وهي :

أ-كيف ترى الصورة (محور بصري) .

ب-ما وضوح سماعك للأصوات (محور سمعي) .

ج-كيف تشعر بعضلات جسمك أثناء الأداء (محور حس حركي) .

د-كيف تميز حالتك المزاجية (محور انفعالي) .

بعدا تمام عملية التصور الذهني قوم نفسك وفقاً لميزان تقدير من خمسة أبعاد وعلى النحو التالي:

أ-عدم وجود صورة ذهنية للنشاط (لايوجد) .

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 جداً (واضح جداً) .

أولاً ( تصور الممارسة بمفردك : اختر مهارة محددة من لعبة كرة القدم مثل الدرجة وأنت تؤديها في الملعب الذي تتدرب فيه يومياً بمفردك من دون وجود أحد معك ، ثم أغمض العينين لمدة دقيقة وحاول أن تتصور نفسك تؤدي الدرجة في هذا المكان مع التركيز على سماع الأصوات المحيطة بالملعب أثناء الأداء وان تحس وتشعر بجسمك يؤدي الدرجة فعلاً وان تكون واعياً بحالتك العقلية والانفعالية.

ت	الفقرات	لايوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
1	هل تمكنت من تصور نفسك تؤدي الدرجة .	1	2	3	4	5
2	هناك أصوات موجودة بالملعب أثناء الأداء هل تمكنت من سماعها .	1	2	3	4	5
3	هل شعرت بجسمك يؤدي الدرجة وعضلاتك تتقلص .	1	2	3	4	5
4	هل شعرت بالخوف أو الفرح أو الحزن أثناء الأداء .	1	2	3	4	5

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	لايوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
1	هل تمكنت من تصور نفسك وأنت ترتكب الخطأ بالدرجة.	1	2	3	4	5
2	هل استمعت للأصوات المحيطة بك أثناء الأداء.	1	2	3	4	5
3	هل شعرت بعضلات جسمك تتقلص أثناء الأداء.	1	2	3	4	5
4	هل كان مزاجك بحالة فرح أم حزن أم خوف.	1	2	3	4	5

ثالثا ( 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	لايوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
1	هل تمكنت من تحديد أخطاء زميلك .	1	2	3	4	5
2	هل تمكنت من تمييز الأصوات الموجودة في الملعب أثناء الخطأ .	1	2	3	4	5
3	هل جسمك كان بوضع مسترخي أو متشنج .	1	2	3	4	5
4	هل تمكنت أن تميز حالتك المزاجية أثناء ارتكاب خطأ زميلك .	1	2	3	4	5



رابعا ( 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
1	هل تمكنت من تصور نفسك ونت في هذه الحالة .	1	2	3	4	5
2	هل تمكنت من سماع الأصوات الموجودة في الملعب.	1	2	3	4	5
3	هل شعرت بعضلات جسمك تؤدي المهارات	1	2	3	4	5
4	هل استطعت أن تميز إحساسك بالفرح أثناء المباراة .	1	2	3	4	5

ملاحظة : تقدير درجة التصور الذهني تكون كالآتي :

التصور البصري : جميع الدرجات في العبارة (1) للمواقف الأربعة = -----  
 التصور السمعي : جميع الدرجات في العبارة (2) للمواقف الأربعة = -----  
 التصور الحسركي : جميع الدرجات في العبارة (3) للمواقف الأربعة = -----  
 الحالة الانفعالية المصاحبة : جميع الدرجات في العبارة (4) للمواقف الأربعة = -----  
 تنحصر الدرجة ما بين (4) كحد أدنى وبين (20) كحد أعلى وكلما زادت الدرجة يبين كفاءتك بالتصور الذهني .

التقييم :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 :

ت	الأسئلة	المحور	الدرجة
1-	جميع الدرجات في السؤال (1) للمواقف الأربعة.	البصري	
2-	جميع الدرجات في السؤال (2) للمواقف الأربعة.	السمعي	
3-	جميع الدرجات في السؤال (3) للمواقف الأربعة.	الحسركي	
4-	جميع الدرجات في السؤال (4) للمواقف الأربعة.	الانفعالي	

وإذا أردنا أن نفسر درجاتنا التي حصلنا عليها في التصور نستخدم المعيار الآتي :

ممتاز	جيد	معتدل	مقبول	ضعيف
20-18	17-15	14-12	11-8	7-4