

الصلابة العقلية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبات البومزا ببطولة العالم الثانية بكوريا

أ. م. د/ جيهان يوسف أحمد الصاوي (*)

المقدمة ومشكلة البحث:

إن التدريب الرياضي للاعبين المستويات العالية في الرياضات المختلفة يعتمد في المقام الأول على الإعداد البدني والمهاري والخططية وكيفية الاستفادة من تنميتهم وتطويرهم دون الأخذ بالإعداد النفسي والذي لا يقل أهمية في مساهمته لزيادة فاعلية وكفاءة العملية التدريبية.

والإعداد النفسي "Psychological Preparation" من أكثر الطرق تأثيراً وفعالية في المساعدة على تحقيق النمو المتوازن للأفراد عامة وللرياضيين خاصة، فهو يشكل بجانب الإعداد البدني والمهاري جزءاً لا يتجزأ من عملية تعليم وتدريب الرياضيين وإعدادهم لخوض مجال التنافس الرياضي.

ويعد الإعداد النفسي من أهم العوامل التي تساعد اللاعب في السيطرة على أفكاره أي تركيز الانتباه والتحكم في الانفعالات وعدم التوتر أو الخوف الزائد عند المنافسة، وكذلك فإن الأداء المثالي للاعب نتيجة الإعداد النفسي أو تنظيم الطاقة النفسية يتحقق من خلال تطوير المهارات النفسية مثل تركيز الانتباه، الثقة بالنفس في مواجهة الضغوط النفسية، التصور العقلي، ويهدف إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين من أجل مواجهة المشاكل التي تعترضهم والوصول إلى الحلول السليمة.

ومن هذا المنطلق احتل الإعداد النفسي مكانة هامة في التدريب الرياضي ودأبت الدول التي تسعى إلى تحقيق مراكز متقدمة في المجال الرياضي على تعيين أخصائي نفسي رياضي لكل فريق من أجل اختيار اللاعبين وتحديد الإجراءات العملية الواجب إتباعها مع كل لاعب من لاعبي الفريق أثناء التدريب والمباريات ليكتمل بذلك مثلث الإعداد الرياضي بدلاً من الوقوف عند حد تنمية الجوانب المعرفية والبدنية من الشخصية الرياضية الذين كانا إلى عهد قريب هما فقط في مجالات الإعداد لخوض المنافسات الرياضية. (٣٢)

(*) أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات - تايكونديو - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة - العدد (٥٧)	١٧١	كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - ٢٠٠٩
--	-----	---

ويشير "محمد العربي شمعون" (١٩٩٦) إلى أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء وتركيز الانتباه والتصور العقلي والاسترجاع العقلي يجب أن تسير جنب إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (٣٦٢ : ٨).

ويشير "محمد حسن علاوي" (١٩٩٨) أن المتغيرات النفسية هي أحد المتطلبات الهامة للوصول إلى المستويات العالية في الأنشطة المختلفة، حيث أن معظم الأبطال الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية إلا وهو العامل النفسي الذي يلعب دوراً هاماً يتأسس عليه تحقيق الانتصار والفوز. (١١ : ١٣٥).

والتايكوندو إذ يعتبر من الرياضات القتالية (دفاع عن النفس) وقد حظي في السنوات الأخيرة بالاهتمام العالمي في مجالي التدريب والتحكيم والتعديل الدائم في قواعد المنافسة من قبل الاتحاد العالمي للتايكوندو، وكان يقتصر مسابقات التايكوندو على منافسات الاشتباك "Kyorugi" إلى أن تم إدراج فن البومزا "poomsea" ضمن المنافسات وأقيمت أول بطولة عالم في كوريا الجنوبية عام ٢٠٠٦ وحظيت بإقبال من معظم دول العالم وتحقيق مراكز متقدمة في منافسة قوية. (٢٨).

والبومزا "poomsea": هي مجموعة من الحركات المتتالية في عدد من الاتجاهات يتم فيها تخيل قتال وهمي ضد منافس أو أكثر خلال زمن معين يختلف من بومزا إلى أخرى وإيقاع وأداء متناسق من حيث السرعة والبطء والقوة والرشاقة والدقة في الأداء مع القدرة في السيطرة على الجسم من حيث التوازن والتحكم في التنفس. لذا فإنها تحتاج إلى عزل المتغيرات الخارجية أثناء الأداء وخاصة في المنافسة. (٢٩).

وتعتبر البومزا "poomsea" تجربة حقيقية للاشتباك التخيلي كما أنها تساعد اللاعبين على زيادة الثقة بالنفس ودراسة رد الفعل تجاه التغير المفاجئ للسلوك المضاد والتصور لحركة في الاتجاهات المختلفة مع كيفية التحكم في النفس وتنمية عناصر التوازن والتوافق والمرونة، لذا فهي تتطلب قدر كبير من القوة والسرعة والديناميكية المتغيرة بين الهجوم والدفاع وتغيير الاتجاه والانتقال من القوة المميزة بالسرعة إلى البطيء في الأداء مع التركيز والسيطرة، دقة الأداء. (٢٨) (٢٩).

ومن الواقع التدريبي نجد أن معظم البرامج التدريبية تعتمد على الإعداد البدني والمهاري والخططي دون الاهتمام بتعبئة اللاعب لقدراته النفسية المتمثلة في الصلابة العقلية للتغلب على المواقف والضغوط التي يتعرض لها أثناء المنافسة.

ويري "جون ليفكوييتس وآخرون" "john lefkowits, et al" أن الصلابة العقلية ليست رغبة في هلاك المنافس وإنما هي سمة عقلية وبدنية وانفعالية وتعني الوصول إلى الأداء الأمثل والأقصى من المهارات والقدرات بغض النظر عن ظروف وملابسات المنافسة. (١٨ : ٥٤).

وتوضح "جولي راي jolly ray" (٢٠٠٣) مفهوم الصلابة العقلية على أنه القدرة على ثبات الأداء المثالي تحت ضغوط المنافسة الشديدة وأنها سمة مكتسبة ولا تورث. (١٩ : ٩).

ويذكر كل من "جيمس لوهر james leohr" (١٩٩٤) & "جولد وآخرون goulg et al" (٢٠٠٢): أن المهارات النفسية والتي تعكس الصلابة العقلية تعتبر من أهم المساهمات في تحقيق الإنجاز الرياضي بنسبة ٥٠%. (١٧ : ٥)، (١٦ : ٥٢).

ويشير "جوان دالكوتير joann dahlkoter" أن الأنشطة الرياضية تعتمد في أدائها على ٩٠% من محددات الصلابة العقلية كما أنها تعتبر الحد الفاصل بين الفوز والهزيمة. (٣٢).

ويري "سمون ميدلتون وآخرون simon middleton et al" (٢٠٠٤) الصلابة العقلية على أنها أقصى مستوى نفسي طبيعي يستطيع اللاعب الوصول إليه وتطويره بما يحققه من قدرة على تحمل التدريب والمنافسة من خلال تقوية الثقة بالنفس والتركيز على الأداء تحت ضغط. (٢٤) ويعرف "يونج سيوب كيل yong sup kil" (٢٠٠٩) الصلابة العقلية في التايكوندو بأنها القدرة على التركيز في الأداء والتصميم على الاستمرار في التنافس باستخدام المواهب والمهارات الخاصة بأعلى مستوى بالرغم من تواجد الصعوبات والعواقب التي تدفع إلى الانسحاب بالتفكير عن الهدف (عدم التركيز). (٣٣ : ٨٥).

ومن خلال انضمام الباحثة للمنتخب القومي المصري لليومزا ك لاعبة والاحتكاك المستمر بين اللاعبين واللاعبات فقد لاحظت انخفاض قدراتهم النفسية وعدم ثبات الأداء ما بين التدريب والمباريات التجريبية البسيطة (التصفيات لتحديد المستوى) والتذبذب في المستوى نتيجة القلق والخوف من الفشل والإحاح الدائم في السؤال والاستفسار عن مكان المنافسة ونوعية وكم الجمهور والتذمر الداخلي في التغير المستمر للأماكن المنافسة ومواجهة الجمهور.

وانطلاقاً من عدم استطاعة الباحثة من إجراء الدراسة على المنتخب المصري داخل مصر وإتاحة الفرصة إلى الباحثة للتواجد في بطولة العالم الثانية لليومزا بكوريا الجنوبية ٢٠٠٧ كان دافع قوي لإجرائها على لاعبات العالم للتعرف على الصلابة العقلية لديهن وعلاقتها بمستوى المباريات.

أهداف البحث

يهدف هذا البحث إلى التعرف على

- ١- الفروق بين الفائزات والمهزومات في الدور النهائي لكل فئة من الفئات العمرية في كل من مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء.
- ٢- الفروق بين الفئات العمرية الخمس لكل من الفائزات والمهزومات في كل من مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء.
- ٣- العلاقة بين محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للبويزا لكل من الفائزات والمهزومات.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين الفائزات والمهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في بعض محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين الفئات العمرية الخمس لكل من الفائزات والمهزومات في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا.
- ٣- يوجد ارتباط دال إحصائياً بين محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للبويزا لكل من الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا.

مصطلحات البحث:

الصلابة العقلية: Mental toughness

هي "القدرة على ثبات الأداء المثالي تحت ضغوط المنافسة الشديدة وأنها سمة مكتسبة ولا تورث". (١٩ : ٩).

التايكوندو- بومزا Taekwondo- poomsae هي مجموعة مهارات متوازنة بين الدفاع والهجوم والصدات والركلات والتحركات والتي تمثل معركة وهمية مع شخص أو عدة أشخاص وهميين في مختلف الاتجاهات (٢٩).

مستوى الأداء: level of performance

يتحدد مستوى الأداء من خلال الدرجة الكلية لمتوسط درجات حكام البطولة السبعة بعد استبعاد أعلى وأدنى درجة وهي من عشرة درجات. (تعريف إجرائي)

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة- العدد (٥٧)	١٧٤	كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة حلوان- ٢٠٠٩
---	-----	---

الدراسات السابقة:

- ١- قام مجموعة من الباحثين في الصين (٢٠٠٩) بدراسة تهدف إلى تحليل الصلابة العقلية للرياضيين في سن المراهقة وكانت من أهم النتائج أن الصلابة العقلية تبلغ أشدها في مرحلة المراهقة لدي الرياضيين وتختلف درجاتها من حيث الجنس (النوع) والمستوى الرياضي وعدد سنوات التدريب. (٣١).
- ٢- قام "كيون جي Kuan. G" (٢٠٠٧) بدراسة تهدف إلى التعرف على الهدف الموجه والصلابة العقلية ومدى تأثيرها على نتائج الأداء في منافسة الألعاب الجماعية كما محدد للرياضيين، واشتملت العينة على (٢٠٣) لاعب يمارسون رياضة الواشي وينتمون إلى دولة ماليزيا وفي مرحلة الجامعة وتمت المقارنة بين متغيرات الصلابة العقلية لكل من الحائزين على ميداليات (فائزين) وغير الحائزين (مهزومين). (١٩)
- ٣- قامت مرفت رشاد (٢٠٠٦) بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير تدريبات الهيبوكسيك على التحمل الخاص بمهارات المبارزة والكفاءة التنفسية وعلاقتها بالصلابة العقلية واشتملت العينة على (٢٠) لاعبة من لاعبات السلاح بنادي عبد العزيز بالشرقية وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وقامت بتطبيق المقياس "لجيمس لوهر" وتدريبات الهيبوكسيك وكانت من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تحمل السرعة، وتحمل القوة، وحجم التهوية الرئوية ومستوى الصلابة العقلية، ووجود علاقة عكسية بين عدد مرات التنفس والصلابة العقلية. (١٣)
- ٤- قامت "كرست وكلوغ crust & clough" (٢٠٠٥) بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة العقلية والتحمل البدني، واشتملت العينة على (٤١) طالب يمارس الرياضة واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وتم تطبيق مقياس الصلابة العقلية واختبار التحمل وكانت من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة العقلية والتحمل البدني. (١٤).
- ٥- قامت "ساندي جوردون sandy Gordon" (٢٠٠٤) بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة العقلية بمقياس استراتيجيات الأداء ومهارات التحمل لرياضة الكروكيت واشتملت العينة على (٣٠٠) لاعب كروكيت دولي واستخدمت المنهج الوصفي وقامت بتصميم مقياس للصلابة العقلية يتكون من (٥٠) عبارة وكانت من أهم النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المقياس والمقاييس النفسية الأخرى. (٢٣)
- ٦- قام "سيمون ميدلتون وآخرون simon middletone et al" (٢٠٠٤) بدراسة تهدف إلى التعرف على ماهية الصلابة العقلية للموهوبين رياضياً واشتملت العينة على (٤٧٩) لاعباً من رياضات (السباحة وألعاب الميدان والمضمار والسلة وكرة القدم) واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وقاموا بتطبيق مقياس الصلابة

العقلية لـ "جيمس لوهر" وكانت من أهم النتائج أن السمات الخاصة بالصلابة العقلية والتي ترتبط بالإبحار الرياضي هي الكفاءة والقدرة على الانتباه والتركيز والدافعية ومهارات التحمل. (٢٤)

٧- قام "فوري وبوتجيتير fourie & potgieter" (٢٠٠١) بدراسة تهدف إلى التعرف على مكونات الصلابة العقلية في المجال الرياضي واشتملت العينة على (١٣١) مدرب؛ (١٦٠) لاعب موهوب لـ (٣١) رياضة واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وقاما بتطبيق مقياس الصلابة العقلية وكانت من أهم النتائج اتفاق المدرسين على سمة التركيز وتطوير الصلابة العقلية حيث أنها تكتسب بالتدريب بينما اتفق اللاعبين على سمة الدافعية لتحقيق الفوز. (١٥)

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث: اشتمل مجتمع البحث على المشاركات في بطولة العالم الثانية لليومزا والتي أقيمت في (أنشون بكوريا الجنوبية) في الفترة من ٤ نوفمبر إلى ٦ نوفمبر ٢٠٠٧م وقد بلغ عددهن (٩٥) لاعبة.

وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية الطبقية مسابقات الإناث (female) للدور النهائي (٨ لاعبات) من مختلف الدول الأجنبية في (٥) فئات عمرية طبقاً لمسابقات اليومزا من قبل الاتحاد العالمي للتايكوندو وتم استبعاد مسابقات الفرق والزوجي لعدم اكتمال استمارتهن ومشاركة الباحثة في التنافس أثناء مسابقات الفرق. والجدول (١) التالي يوضح وفقاً للفئات العمرية بالبطولة.

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث وفقاً للفئات العمرية في مسابقات اليومزا

م	الفئة العمرية	المسمى بـ	أفراد المجتمع	العينة الأساسية	النسبة المئوية للعينة/ المجتمع
١	فوق ١٤ - ١٨ سنة	جونيور junior	٢٨	٨	٢٨%
٢	فوق ١٨ - ٣٠ سنة	سنيور senior- one	٣٠	٨	٢٦%
٣	فوق ٣٠ - ٤٠ سنة	سنيور ٢ senior- two	١٧	٨	٤٧%

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة - العدد (٥٧)	١٧٦	كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - ٢٠٠٩
--	-----	---

م	الفئة العمرية	المسمي بـ	أفراد المجتمع	العينة الأساسية	النسبة المئوية للعينة/ المجتمع
٤	فوق ٤٠ - ٥٠ سنة	مستر - master-one	١٢	٨	٦٦%
٥	فوق ٥٠ سنة	مستر - master-two	٨	٨	١٠٠%
	المجموع		٩٥	٤٠	٤٢%

أدوات جمع البيانات:

استعانت الباحثة بمقياس قائمة الأداء النفسي لتحديد الصلابة العقلية لـ "جميس لوهر" ١٩٨٦ في صورته الأصلية وغير معرب (باللغة الإنجليزية) وذلك لمناسبته لطبيعة البطولة ولغة المتنافسات ويتضمن (٧) محاور نفسية هي "الثقة بالنفس؛ الطاقة السلبية؛ تحكم الانتباه؛ تحكم التصور البصري؛ مستوى الدافعية؛ الطاقة الإيجابية وتحكم الاتجاه وبلغ عدد عبارات المقياس (٤٢) عبارة، (٦) عبارات لكل محور من محاور المقياس ومقسمة كالتالي:

المحور	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
١- الثقة بالنفس	٤٨؛ ٢٢؛ ٢٩؛ ٣٦	١٥؛ ٤١
٢- الطاقة السلبية	٢؛ ٩؛ ١٦؛ ٢٣؛ ٣٠	٣٧
٣- تحكم الانتباه	٣؛ ٢٤؛ ٣١؛ ٣٨	١٧؛ ١٠
٤- تحكم التصور البصري	٤؛ ١١؛ ١٨؛ ٢٥؛ ٣٢؛ ٣٩	-
٥- مستوى الدافعية	٥؛ ١٢؛ ١٩؛ ٢٦؛ ٤٠	٣٣
٦- الطاقة الإيجابية	٦؛ ١٣؛ ٢٠؛ ٢٧؛ ٣٤؛ ٤١	-
٧- تحكم الاتجاه	٧؛ ٢١؛ ٢٨؛ ٣٥؛ ٤٢	١٤

وتقوم اللاعبة بالإجابة على تلك العبارات من خلال ميزان خماسي الدرجات (دائماً- غالباً- أحياناً- نادراً- لا).

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإيجاد المعاملات العلمية للمقياس على ٩ لاعبات من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية للبحث وممثلين للخمس الفئات العمرية وقد توصلت الباحثة إلى:

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة- العدد (٥٧)	١٧٧	كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة حلوان- ٢٠٠٩
---	-----	---

- ١- فهم العينة إلى المطلوب من المقياس والاتفاق على أن اللغة الإنجليزية مفهومة لدي جميع المشاركين.
- ٢- التعرف على طريقة التطبيق والزمن المستغرق للإجابة.
- ٣- إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمقياس.

ن = ٩

صدق الاتساق الداخلي للمقياس:

حيث تم حساب صدق الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط كندال بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس. والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

معاملات الارتباط لكندال بين كل عبارة والمحور الذي يمثلها

وبين كل محور والدرجة الكلية لمقياس الصلابة العقلية

م	الثقة بالنفس	الطاقة السلبية	تحكم الانتباه	التصور البصري	مستوى الدافعية	الطاقة الإيجابية	تحكم الاتجاه
-١	* ٠.٥٨٨	* ٠.٥٧١	* ٠.٧٣٣	* ٠.٥٨١	* ٠.٧٦٥	* ٠.٦٦١	* ٠.٦٢٤
-٢	* ٠.٧٠٦	* ٠.٨٧٨	* ٠.٨٩٩	* ٠.٤٤٩	* ٠.٤٩٨	* ٠.٥٩٩	* ٠.٥٦٨
-٣	* ٠.٦١٩	* ٠.٤٢٥	* ٠.٩١١	* ٠.٧٨٣	* ٠.٦٨٧	* ٠.٦٢٨	* ٠.٧٤٥٢
-٤	* ٠.٥٨٨	* ٠.٦٩٠	* ٠.٨١٨	* ٠.٧٥٩	* ٠.٥٩٨	* ٠.٦٣٩	* ٠.٥٤٩
-٥	* ٠.٦٨٨	* ٠.٥٠٣	* ٠.٨٣٠	* ٠.٦٨٩	* ٠.٨١٢	* ٠.٥٨٩	* ٠.٥٢٨
-٦	* ٠.٨٦٠	* ٠.٧٢٧	* ٠.٤٦٣	* ٠.٤١٧	* ٠.٤٩٩	* ٠.٧٧٣	* ٠.٦٣٨
المجموع	* ٠.٧٤٥	* ٠.٦٩٦	* ٠.٨٠٣	* ٠.٨٣٩	* ٠.٧٥٢	* ٠.٩٣٤	* ٠.٨٤٧

*دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يتضح من الجدول (٢) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين درجات كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه، حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط بين (٠.٤٢٥ : ٠.٩١١)، وهذا يعطي دلالة مباشرة على مدى صدق الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان، كما يوضح الجدول (٣) صدق الاتساق الداخلي بين المحاور الخاصة بالمقياس والدرجة الكلية للمقياس، كما يتضح وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة - العدد (٥٧)	١٧٨	كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - ٢٠٠٩
--	-----	---

٠.٠٥ بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس، وهذا يعطي دلالة مباشرة على مدى صدق الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة العقلية للاعبات قيد البحث.

ثبات المقياس:

لإيجاد معامل الثبات لمحور مقياس الصلابة العقلية، قامت الباحثة باستخدام طريقة التجزئة النصفية لإجابات عينة البحث باستخدام معادلة سبيرمان- بروان وجتمان - معامل ألفا كرونباخ، لإيجاد معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لكل محور من المقياس، والجدول (٣) يوضح ذلك.

ن = ٩ جدول (٣)

معاملات الارتباط بالتجزئة النصفية بين العبارات الفردية والزوجية لمحاور مقياس الصلابة العقلية

معامل الفاكروناخ	التجزئة النصفية		محاور المقياس	م
	معامل جتمان	معامل سبيرمان		
٠.٥٩٨	٠.٦٢٢	٠.٥٨١	محور الثقة بالنفس -	١-
٠.٥٤٤	٠.٥٧٤	٠.٥٣٢	محور الطاقة السلبية.	٢-
٠.٦٤٠	٠.٦٣٦	٠.٦٤٥	محور تحكم الانتباه	٣-
٠.٥٩٢	٠.٦٠١	٠.٥٧٩	محور تحكم التصور البصري	٤-
٠.٧٢٧	٠.٧١٠	٠.٧٣٤	محور مستوى الدفاعية	٥-
٠.٦٨٩	٠.٦٩٥	٠.٦٨٦	محور الطاقة الإيجابية	٦-
٠.٨١٩	٠.٨٢٣	٠.٨١١	محور الثقة بالنفس	٧-

يتضح من الجدول (٣) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ وبين نصفي المقياس للمحاور، حيث تراوحت بين (٠.٥٣٢ : ٨.١١) لمعامل ارتباط سبيرمان، وتراوحت بين (٠.٥٧٤ : ٠.٨٣٢) لمعامل ارتباط جتمان ومعامل الفاكروناخ تراوحت بين (٠.٥٤٤ ، ٠.٨١٩) وهذا يعطي دلالة مباشرة على مدى صدق مقياس الصلابة العقلية قيد البحث.

الخطوات التنفيذية للبحث:

- قامت الباحثة بتسجيل بيانات كل متسابقة في جميع الأدوار وتدوين النتائج.
- حصر لجميع المتسابقات اللاتي وصلن للدور النهائي لكل مسابقة (٨ لاعبات).
- تم توزيع مقياس الأداء النفسي لتحديد الصلابة العقلية وتوضيح أي استفسار حول المقياس.
- تم تحديد مستوى الأداء من خلال الدرجات المدونة على الشاشة الالكترونية في نهاية أداء كل متسابقة في المنافسة (نتائج المنافسة).

المعالجة الإحصائية:

استخدمت الباحثة (معادلة سيرمان- بروان و جتمان- معامل ألفا كرونباخ- متوسط الرتب- مجموع الرتب- قيمة "ي" لمان ويتني- تحليل التباين بطريقة كروسكال- ويلز- كا^٢- معامل ارتباط كاندال).

عرض ومناقشة نتائج البحث:

أولاً عرض نتائج البحث:

جدول (٤)

دلالة الفروق بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (١٤ - ١٨ سنة) Junior

في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء
١ ن = ٢ ن = ٤

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط الرتب		مجموع الرتب		قيمة "ي" لمان ويتني	قيمة (P) احتمالية الخطأ
			اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات		
مقياس الصلابة العقلية	- محور الثقة بالنفس	درجة	٦.٥٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	١٠.٠٠	٠.٠١٩ *	
	- محور الطاقة السلبية	درجة	٣.٠٠	٦.٠٠	١٢.٠٠	٢٤.٠٠	٠.٠٨٠	
	- محور تحكم الانتباه	درجة	٢.٥٠	٦.٥٠	١٠.٠٠	٢٦.٠٠	٠.٠٢١ *	
	- محور تحكم التصور البصري	درجة	٦.٢٥	٢.٧٥	٢٥.٠٠	١١.٠٠	٠.٠٣٧ *	

* ٠٠٠٣٦	١.٠٠٠	١١.٠٠٠	٢٥.٠٠٠	٢.٧٥	٦.٢٥	درجة	- محور مستوى الدافعية
* ٠٠٠١٩	٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢٦.٠٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	- محور الطاقة الإيجابية
* ٠٠٠٢٠	٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢٦.٠٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	- محور تحكم الاتجاه
* ٠٠٠٤٣	١.٠٠٠	١١.٠٠٠	٢٥.٠٠٠	٢.٧٥	٦.٢٥	درجة	- الدرجة الكلية للمقياس
* ٠٠٠٢١	٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢٦.٠٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	مستوى الأداء:

* للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥.

يوضح جدول (٤) أن قيمة مستوى الدلالة الإحصائية للطرفين عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥، بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة الجونيور Junior (١٤ - ١٨ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء في اليومزا، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في جميع المتغيرات قيد البحث فيما عدا محور الطاقة السلبية.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (١٨ - ٣٠ سنة) Senior

(A) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء $n = 1$ $n = 2$ $n = 4$

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط الرتب		مجموع الرتب		قيمة "ي" لمان ويتي	قيمة (P) احتمالية الخطأ
			اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات		
	- محور الثقة بالنفس	درجة	٦.٠٠٠	٣.٠٠٠	٢٤.٠٠٠	١٢.٠٠٠	٢.٠٠٠	٠.٠٦٣
	- محور الطاقة السلبية	درجة	٣.٥٠	٥.٥٠	١٤.٠٠٠	٢٢.٠٠٠	٤.٠٠٠	٠.٢٤٣
	- محور تحكم الانتباه	درجة	٣.٠٠٠	٦.٠٠٠	١٢.٠٠٠	٢٤.٠٠٠	٢.٠٠٠	٠.٠٦٥
	- محور تحكم التصور البصري	درجة	٦.٣٧	٢.٦٣	٢٥.٥٠	١٠.٥٠	٠.٥٠	* ٠.٠٢٧
	- محور مستوى الدافعية	درجة	٥.٦٣	٣.٣٧	٢٢.٥٠	١٣.٥٠	٣.٥٠	٠.١٧٨
	- محور الطاقة الإيجابية	درجة	٦.٣٧	٢.٦٣	٢٥.٥٠	١٠.٥٠	٠.٥٠	* ٠.٠٢٨
	- محور تحكم الاتجاه	درجة	٦.٥٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	* ٠.٠٢٠

مقياس الصلابة العقلية

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط الرتب		مجموع الرتب		قيمة "ي" لمان ويتي	قيمة (P) احتمالية الخطأ
			اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات		
-	الدرجة الكلية للمقياس	درجة	٦.٣٧	٢.٦٣	٢٥.٥٠	١٠.٥٠	٠.٥٠	٠.٠٢٨ *
مستوى الأداء:								
		درجة	٣.٠٠	٦.٠٠	١٢.٠٠	٢٤.٠٠	٢.٠٠	٠.٠٨٣

* للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يوضح جدول (٥) أن قيمة مستوى الدلالة الإحصائية للطرفين عند مستوى معنوية ٠.٠٥، بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة Senior (A) (١٨ - ٣٠ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء في اليومزا، حيث يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور تحكم التصور البصري والطاقة الإيجابية وتحكم الاتجاه، أما باقي المتغيرات قيد البحث فلا يوجد بها فروق دالة إحصائية وذلك لأن قيمة مستوى الدلالة (Sig) أكبر من ٠.٠٥.

جدول (٦)

دلالة الفروق بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة Senior (٣٠ - ٤٠ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء (B) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء
 $n = 2 = 1$

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط الرتب		مجموع الرتب		قيمة "ي" لمان ويتي	قيمة (P) احتمالية الخطأ
			اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات		
-	محور الثقة بالنفس	درجة	٥.٧٥	٣.٢٥	٢٣.٠٠	١٣.٠٠	٣.٠٠	٠.١٣٧
-	محور الطاقة السلبية	درجة	٢.٦٣	٦.٣٧	١٠.٥٠	٢٥.٥٠	٠.٥٠	٠.٠٢٩ *
-	محور تحكم الانتباه	درجة	٢.٧٥	٦.٢٥	١١.٠٠	٢٥.٠٠	١.٠٠	٠.٠٣٧ *
-	محور تحكم التصور البصري	درجة	٦.٠٠	٣.٠٠	٢٤.٠٠	١٢.٠٠	٢.٠٠	٠.٠٦٥
-	محور مستوى الدافعية	درجة	٥.٧٥	٣.٢٥	٢٣.٠٠	١٣.٠٠	٣.٠٠	٠.١٣٧
-	محور الطاقة الإيجابية	درجة	٥.٧٥	٣.٢٥	٢٣.٠٠	١٣.٠٠	٣.٠٠	٠.١٣٤

٠.٢٤٠	٤.٠٠	١٤.٠٠	٢٢.٠٠	٣.٥٠	٥.٥٠	درجة	- محور تحكم الاتجاه
٠.٥٦٤	٦.٠٠	١٦.١١	٢٠.٠٠	٤.٠٠	٥.٠٠	درجة	- الدرجة الكلية للمقياس
* ٠.٠٤٣	١.٠٠	١١.٠٠	٢٥.٠٠	٢.٧٥	٦.٢٥	درجة	مستوى الأداء:

*قيمة (Sig) للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يوضح جدول (٦) أن قيمة مستوى الدلالة الإحصائية للطرفين عند مستوى معنوية ٠.٠٥، بين الالعاب الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (B) Senior (٣٠ - ٤٠ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء في اليومزا، حيث يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه ومستوى الأداء لليومزا أما باقي المتغيرات قيد البحث فلا يوجد بها فروق دالة إحصائية وذلك لأن قيمة مستوى الدلالة (Sig) أكبر من ٠.٠٥.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين الالعاب الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (٤٠ - ٥٠ سنة) Master

(A) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ن = ١ = ٢ = ٤

قيمة (P) احتمالية الخطأ	قيمة "ي" لمان ويتي	مجموع الرتب		متوسط الرتب		وحدة القياس	المتغيرات	م
		اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات			
* ٠.٠١٩	٠.٠٠	١٠.٠٠	٢٦.٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	- محور الثقة بالنفس	مقياس الصلابة العقلية
٠.٨٨٢	٧.٥٠	١٨.٥٠	١٧.٥٠	٤.٦٣	٤.٣٧	درجة	- محور الطاقة السلبية	
٠.٦٥٩	٦.٥٠	١٦.٥٠	١٩.٥٠	٤.١٣	٤.٨٧	درجة	- محور تحكم الانتباه	
* ٠.٠٢٩	٠.٥٠	١٠.٥٠	٢٥.٥٠	٢.٦٣	٦.٣٧	درجة	- محور تحكم التصور البصري	
* ٠.٠٢٩	٠.٥٠	١٠.٥٠	٢٥.٥٠	٢.٦٣	٦.٣٧	درجة	- محور مستوى الدافعية	
* ٠.٠٢٠	٠.٠٠	١٠.٠٠	٢٦.٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	- محور الطاقة الإيجابية	
* ٠.٠٢١	٠.٠٠	١٠.٠٠	٢٦.٠٠	٢.٥٠	٦.٥٠	درجة	- محور تحكم الاتجاه	
* ٠.٠٤٣	١.٠٠	١١.٠٠	٢٥.٠٠	٢.٧٥	٦.٢٥	درجة	- الدرجة الكلية للمقياس	
٠.١٤٩	٣.٠٠	١٣.٠٠	٢٣.٠٠	٣.٢٥	٥.٧٥	درجة	مستوى الأداء:	

*قيمة (Sig) للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يوضح جدول (٧) أن قيمة مستوى الدلالة الإحصائية للطرفين عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين الالعاب الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا خلال مرحلة Master (A) (٤٠ - ٥٠ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء الفني في البويزا، حيث يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه ومستوى الأداء للبويزا أما باقي المتغيرات قيد البحث فيوجد بها فروق دالة إحصائية وذلك لأن قيمة مستوى الدلالة (Sig) أقل من ٠.٠٥.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين الالعاب الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا خلال مرحلة (فوق ٥٠ سنة) Master (B) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء
 $n = 1 = 2 = 4$

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط الرتب		مجموع الرتب		قيمة "ي" لمان ويتي	قيمة (P) احتمالية الخطأ
			اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات	اللاعبات الفائزات	اللاعبات المهزومات		
مقياس الصلابة العقلية	- محور الثقة بالنفس	درجة	٥.٥٠	٢.٠٠	٢٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٣٤ *
	- محور الطاقة السلبية	درجة	٤.٣٧	٣.٥٠	١٧.٥٠	١٠.٥٠	٤.٥٠	٠.٥٨٦
	- محور تحكم الانتباه	درجة	٥.١٣	٢.٥٠	٢٠.٥٠	٧.٥٠	١.٥٠	٠.١٠٨
	- محور تحكم التصور البصري	درجة	٥.١٣	٢.٥٠	٢٠.٥٠	٧.٥٠	١.٥٠	٠.١٠٨
	- محور مستوى الدافعية	درجة	٥.٥٠	٢.٠٠	٢٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٣٤ *
	- محور الطاقة الإيجابية	درجة	٥.٣٧	٢.١٧	٢١.٥٠	٦.٥٠	٠.٥٠	٠.٠٥٠
	- محور تحكم الاتجاه	درجة	٥.٥٠	٢.٠٠	٢٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٣٤ *
	- الدرجة الكلية للمقياس	درجة	٥.٥٠	٢.٠٠	٢٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٣٤ *
	مستوى الأداء:	درجة	٥.٥٠	٢.٠٠	٢٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٣٤ *

* للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يوضح جدول (٨) أن قيمة مستوى الدلالة الإحصائية للطرفين عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥، بين اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا خلال مرحلة Master (B) (فوق ٥٠ سنة) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء في البويزا، حيث يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه وتحكم التصور البصري، أما باقي المتغيرات قيد البحث فيوجد بها فروق دالة إحصائية وذلك لأن قيمة مستوى الدلالة (Sig) أقل من ٠.٠٠٥.

جدول (٩)

تحليل التباين بطريقة كروسكال- ويلز لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث في مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للاعبات الفائزات

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	درجات الحرية	متوسط الرتب	قيمة "كا ^٢ " المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة "Sig"	الدلالة
١	- محور الثقة بالنفس	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٤.١٤٥	٠.٠٠٧	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٨.٧٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٣.٠٠			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٧.٥٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	١٠.٧٥			
٢	- محور الطاقة السلبية	(١٨ : ١٤) سنة	٤	٢.٦٣	١٣.٦٨٦	٠.٠٠٨	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١١.٠٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.١٣			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٤.٧٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٨.٠٠			
٣	- محور تحكم الانتباه	(١٨ : ١٤) سنة	٤	٤.٧٥	١٦.٦٠٩	٠.٠٠٢	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٤.٢٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٠.٥٠			

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	درجات الحرية	متوسط الرتب	قيمة "كا ² " المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة "Sig"	الدلالة
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٦.٥٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	١٦.٥٠			
٤	-محور تحكم التصور البصري	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٣.٦٣	١٥.٣٧٠	٠.٠٠٠٤	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١١.٨٨			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.١٣			
		(٥٠ : ٤٠) سنة	٤	١٥.٥٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٥.٣٨			
٥	- محور مستوى الدافعية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٦.٧٥٦	٠.٠٠٠٢	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٩.٠٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٨.٠٠			
٦	- محور الطاقة الإيجابية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٧٥	١٤.٤٧٣	٠.٠٠٠٦	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١٠.٧٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٤.٧٥			
		(٥٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.٦٣			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٧.٦٣			
٧	- محور تحكم الاتجاه	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٥.٥٥٦	٠.٠٠٠٤	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٧.٥٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٥.٠٠			
		(٥٠ : ٤٠) سنة	٤	١٧.٠٠			

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	درجات الحرية	متوسط الرتب	قيمة "كا ^٢ " المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة "Sig"	الدلالة
		(فوق ٥٠) سنة	٤	١٠.٥٠			
٨	الدرجة - للمقياس الكلية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٥.٢٢٩	٠.٠٠٥	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٨.٢٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٤.٧٥			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٩.٧٥			
٩	مستوى الأداء:	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٥.١٣	٩.٧٩٠	٠.٠٤٣	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٩.٢٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٢.٦٣			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٨.٢٥			

* قيمة "كا^٢" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥ = ٩.٤٩

يتضح من الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥ لصالح قيمة "كا^٢" المحسوبة ومستوى الدلالة Sig بين متوسطات الرتب للمراحل السنوية قيد البحث في جميع محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء الخاص بمسابقات البومزا للاعبات الفائزات، لذلك ستقوم الباحثة باستخدام طريقة مان وتني لتوضيح اتجاه الفروق بين متوسطات رتب تلك المراحل السنوية.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطات رتب المراحل العمرية قيد البحث بطريقة مان وتيني في مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للاعبات الفائزات

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث				
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)
١	- محور الثقة بالنفس	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠١٨	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠١٩	
			٠٠٧٦٧	* ٠٠٠٢١	٠٠٠٧٨		
			٠٠٥٥٩	٠٠٠٨٠			
			٠٠٠٨٠				
							(فوق ٥٠) سنة
٢	- محور الطاقة السلبية	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠٢٩	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢١	
			٠٠٢٤٣	٠٠٢٤٣	٠٠٠٨١		
			* ٠٠٠٢٩	٠٠٧٧٠			
			٠٠٠٨١				
							(فوق ٥٠) سنة
٣	- محور التحكم الانتباه	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢٠	٠٠٧٦٥	
			* ٠٠٠٢٣	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠١٩		
			* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢٠			
			٠٠٩٩٩				
							(فوق ٥٠) سنة
٤	- محور التحكم	(١٨ : ١٤) سنة	٠٠٣٠٦	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠١٩	

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث				
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)
	التصور البصري	(٣٠ : ١٨) سنة			٠.٠٦٥	٠.١٨٠	* ٠.٠٢١
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠.٨٨٢	* ٠.٠١٩
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠.٠٢٢
		(فوق ٥٠) سنة					
٥	- محور مستوى الدافعية	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠.٠١٩	* ٠.٠١٩	* ٠.٠١٩	* ٠.٠٢٠	* ٠.٠١٨
		(٣٠ : ١٨) سنة			* ٠.٠٢٣	* ٠.٠٢١	٠.٥٥٧
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠.٧٣٢	* ٠.٠٢٠
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠.٠٢١
		(فوق ٥٠) سنة					
٦	- محور الطاقة الإيجابية	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠.٠١٩	* ٠.٠١٨	* ٠.٠١٩	* ٠.٠١٩	* ٠.٠٣٧
		(٣٠ : ١٨) سنة		٠.١٣٧		٠.٠٨١	٠.٢٣٤
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠.٧٣٢	* ٠.٠٣٧
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠.٠٢٩
		(فوق ٥٠) سنة					
٧	- محور التحكم الاتجاه	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠.٠٢١	* ٠.٠٢٠	* ٠.٠١٩	* ٠.٠١٩	* ٠.٠٢٢
		(٣٠ : ١٨) سنة		* ٠.٠٢٤	* ٠.٠٢١		٠.٢٤٣
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠.٣٠٦	٠.١٠٨
		(٥٠ : ٤٠) سنة					٠.٠٥٩

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث							
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)			
		(فوق ٥٠) سنة								
٨	- الدرجة الكلية للمقياس	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠.٠٢١	* ٠.٠٢١	* ٠.٠٢١	* ٠.٠٢٣	* ٠.٠١٨			
		(٣٠ : ١٨) سنة						٠.٧٧٣	٠.٠٢١ *	٠.٠١٩ *
		(٤٠ : ٣٠) سنة						٠.١١٠	٠.٢٤٨	
		(٥٠ : ٤٠) سنة						* ٠.٠٤٣		
		(فوق ٥٠) سنة								
٩	مستوى الأداء:	(١٨ : ١٤) سنة	٠.٢٤٨	* ٠.٠٢١	* ٠.٠١٨	* ٠.٠١٨	٠.٢٤٨			
		(٣٠ : ١٨) سنة						٠.٥٦٤	* ٠.٠٤٣	٠.٢٤٧
		(٤٠ : ٣٠) سنة						٠.٢٤٨	٠.١٤٩	
		(٥٠ : ٤٠) سنة						* ٠.٠٤٥		
		(فوق ٥٠) سنة								

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين المراحل العمرية قيد البحث في محاور مقياس الصلابة العقلية وكذلك مستوى الأداء للاعبات الفائزات في بطولة العالم بكوريا، حيث توجد فروق دالة إحصائية.

جدول (١١)

تحليل التباين بطريقة كروسكال - ويلز لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث في مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للاعبات المهزومات

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	درجات الحرية	متوسط الرتب	قيمة "كا ^٢ " المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة "Sig"	الدلالة
١	- محور الثقة بالنفس	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٥.٦١٢	٠.٠٠٠٤	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١٠.٥٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٥.٠٠			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٥.٠٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٦.٠٠			
٢	- محور الطاقة السلبية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٣.٥٠	١٥.٣٠٨	٠.٠٠٠٣	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١١.٢٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١١.٨٨			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٤.٨٣			
٣	- محور تحكم الإنتباه	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٦.٣٨	١٤.٧٨٩	٠.٠٠٠٥	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٣.٠٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٢.١٣			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٦.٦٣			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	١٢.٥٠			
٤	- محور تحكم التصور البصري	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٣.٢٥	١٤.٢٧١	٠.٠٠٠٦	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١١.٨٨			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.١٣			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٢.٥٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٥.٠٠			
٥	- محور مستوى الدفاعية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٦٣	١٥.٥٧٩	٠.٠٠٠٤	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١٠.٣٨			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.٣٨			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٣.٧٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٥.٨٣			

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	درجات الحرية	متوسط الرتب	قيمة "كا ² " المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة "Sig"	الدلالة
٦	- محور الطاقة الإيجابية	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٦.٢١٨	٠.٠٠٣	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	١١.١٣			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٢.١٣			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٦.٠٠			
٧	- محور تحكم الاتجاه	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٥.٩٩٤	٠.٠٠٣	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٨.٠٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٧.٠٠			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٣.٧٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٨.٣٣			
٨	- الدرجة الكلية للمقياس	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٢.٥٠	١٥.٥٤٧	٠.٠٠٤	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٩.٥٠			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٦.٥٠			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٤.٠٠			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٦.٦٧			
٩	مستوى الأداء:	(١٤ : ١٨) سنة	٤	٤.٧٥	١٣.٠٤٨	٠.٠١١	دال
		(١٨ : ٣٠) سنة	٤	٩.٧٥			
		(٣٠ : ٤٠) سنة	٤	١٢.٠٠			
		(٤٠ : ٥٠) سنة	٤	١٧.٢٥			
		(فوق ٥٠) سنة	٤	٥.٠٠			

* قيمة "كا²" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٩.٤٩

يتضح من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ لصالح قيمة "كا²" المحسوبة ومستوى الدلالة Sig بين متوسطات الرتب للمراحل السنوية قيد البحث في جميع محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء الخاص بمسابقات البومزا للاعبات المهزومات، لذلك ستقوم الباحثة باستخدام طريقة مان وتني لتوضيح اتجاه الفروق بين متوسطات رتب تلك المراحل السنوية.

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطات رتب المراحل العمرية قيد البحث بطريقة مان وتيني في مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للاعبات المهزومات

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث							
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)			
١	- محور الثقة بالنفس	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٣٢			
			(٣٠ : ١٨) سنة			٠٠٠٦١	٠٠٠٦١	* ٠٠٠٣١		
				(٤٠ : ٣٠) سنة				١٠٠٠	* ٠٠٠٣١	
					(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠٠٠٣١
						(فوق ٥٠) سنة				
٢	- محور الطاقة السلبية	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠١٩	٠٠٤٧١			
			(٣٠ : ١٨) سنة				* ٠٠٠٢٩	٠٠٠٥٠		
				(٤٠ : ٣٠) سنة				* ٠٠٠٢٨	* ٠٠٠٣٤	
					(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠٠٠٣٢
						(فوق ٥٠) سنة				
٣	- محور التحكم الانتباه	(١٨ : ١٤) سنة	٠٠٠٧٨		* ٠٠٠٣٨	* ٠٠٠٢٠	٠٠٠٥٠			
			(٣٠ : ١٨) سنة			* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٣٢		
				(٤٠ : ٣٠) سنة				٠٠٧٨	٠٠٨٥٣	
					(٥٠ : ٤٠) سنة					٠٠١٠٨
						(فوق ٥٠) سنة				
٤	- محور التحكم	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠١٨	* ٠٠٠١٨	* ٠٠٠٢٠	٠٠٢٧١			

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث				
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)
	التصور البصري	(٣٠ : ١٨) سنة			٠٠٠٧٦	٠٠٨٨٢	* ٠٠٠٣٢
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠٠١٨٩	* ٠٠٠٣٢
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠٠٠٣٤
		(فوق ٥٠) سنة					
		(١٨ : ١٤) سنة		* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٢١	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٤٨
٥	محور مستوى الدافعية	(٣٠ : ١٨) سنة			* ٠٠٠٢٨	٠٠١٣٧	* ٠٠٠٤٣
		(٤٠ : ٣٠) سنة				٠٠٢٤٠	* ٠٠٠٣٤
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠٠٠٣٢
		(فوق ٥٠) سنة					
		(١٨ : ١٤) سنة		* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٣٢
٦	محور الطاقة الإيجابية	(٣٠ : ١٨) سنة			٠٠٠١٩	٠٠٦٤٢	٠٠٠٣٧
		(٤٠ : ٣٠) سنة				* ٠٠٠٣٧	* ٠٠٠٣٢
		(٥٠ : ٤٠) سنة					* ٠٠٠٣٧
		(فوق ٥٠) سنة					
		(١٨ : ١٤) سنة		* ٠٠٠١٩	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٢٠	* ٠٠٠٣٢
٧	محور التحكم الاتجاه	(٣٠ : ١٨) سنة			* ٠٠٠٢٢	* ٠٠٠٢٨	٠٠٨٥٣
		(٤٠ : ٣٠) سنة				* ٠٠٠٨٠	* ٠٠٠٣٤
		(٥٠ : ٤٠) سنة					٠٠٠٥٠
		(١٨ : ١٤) سنة					

م	متغيرات البحث	مجموعات البحث	قيمة "Sig" لتحديد دلالة الفروق بين مجموعات البحث				
			(١٨ : ١٤)	(٣٠ : ١٨)	(٤٠ : ٣٠)	(٥٠ : ٤٠)	(فوق ٥٠)
		(فوق ٥٠) سنة					
٨	- الدرجة الكلية للمقياس	(١٨ : ١٤) سنة	* ٠.٠٠٢١	* ٠.٠٢٠	* ٠.٠٠٢١	* ٠.٠٠٣٤	
		(٣٠ : ١٨) سنة		* ٠.٠٠٢١	٠.٠٠٨٣	٠.١٥٧	
		(٤٠ : ٣٠) سنة			٠.٢٤٨	* ٠.٠٠٣٤	
		(٥٠ : ٤٠) سنة				* ٠.٠٠٣٤	
		(فوق ٥٠) سنة					
٩	مستوى الأداء:	(١٨ : ١٤) سنة	٠.١٤٩	* ٠.٠٠٤٣	* ٠.٠٠٢١	٠.٧٢٤	
		(٣٠ : ١٨) سنة		٠.٤٦٨	* ٠.٠٠٢١	٠.١٠٨	
		(٤٠ : ٣٠) سنة			* ٠.٠٠٤٣	٠.٠٥٠	
		(٥٠ : ٤٠) سنة				* ٠.٠٠٣٤	
		(فوق ٥٠) سنة					

يتضح من الجدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين المراحل العمرية قيد البحث في محاور مقياس الصلابة العقلية وكذلك مستوى الأداء للاعبات المهزومات في بطولة العالم بكوريا، حيث توجد فروق دالة إحصائية.

جدول (١٣)

العلاقة بين محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للبويزا لكلا من اللاعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا
ن = ٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	اللاعبات الفائزات		اللاعبات المهزومات	
			معامل ارتباط كاندال	الدلالة	معامل ارتباط كاندال	الدلالة
٣	- محور الثقة بالنفس	درجة	٠.٧٩١	دال	٠.٧٤٢	دال

-	محور الطاقة السلبية	درجة	-٠.٧٣٦	دال	-٠.٦٢٠	دال
-	محور تحكم الانتباه	درجة	-٠.٥٩٣	دال	-٠.٦٣٤	دال
-	محور تحكم التصور البصري	درجة	٠.٧١٨	دال	٠.٦٥٣	دال
-	محور مستوى الدافعية	درجة	٠.٧٣٩	دال	٠.٦٦٧	دال
-	محور الطاقة الإيجابية	درجة	٠.٨١٨	دال	٠.٧٦٧	دال
-	محور تحكم الإتجاه	درجة	٠.٧٤٥	دال	٠.٦١٢	دال
-	الدرجة الكلية للمقياس	درجة	٠.٧٨٦	دال	٠.٦٧٣	دال

* قيمة (Sig) للدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥

يوضح جدول (١٣) أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الالعبات الفائزات في بطولة العالم للبومزا في مقدار الصلابة العقلية وبين مستوى الأداء للبومزا، حيث بلغت قيمة معاملات الارتباط بطريقة كندال بين (-٠.٧٣٦ : ٠.٨١٨)، كذلك يوجد علاقة ارتباطية بين الصلابة العقلية للالعبات المهزومات وبين مستوى الأداء للبومزا، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-٠.٦٣٤ : ٠.٧٦٧).

ثانياً مناقشة نتائج البحث:

١- الفروق بين الفائزات والمهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء

يشير جدول (٤) الخاص بالفروق بين الالعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبومزا خلال مرحلة (١٤ - ١٨ سنة) Junior في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء إلى وجود فروق دالة إحصائياً في جميع المتغيرات قيد البحث فيما عدا محور الطاقة السلبية مما يدل على أن تلك المرحلة العمرية تؤثر الطاقة السلبية على الأداء وتزيد من التوتر وتشتيت الانتباه وضعف التركيز.

ويشير جدول (٥) الخاص بالفروق بين الالعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبومزا خلال مرحلة (١٨ - ٣٠ سنة) Senior (A) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء وجود فروق دالة إحصائياً في كل من محور تحكم التصور البصري والطاقة الإيجابية وتحكم الإتجاه، أما باقي المتغيرات قيد البحث فلا يوجد بها فروق دالة إحصائياً مما يدل على عدم مصادرة التوتر والقلق والخوف (الطاقة السلبية).

ويشير جدول (٦) الخاص بالفروق بين الالعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبومزا خلال مرحلة (٣٠ - ٤٠ سنة) Senior (B) في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء.

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة - العدد (٥٧)	١٩٦	كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - ٢٠٠٩
--	-----	---

وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه ومستوى الأداء لليومزا أما باقي المتغيرات قيد البحث فلا يوجد بها فروق دالة إحصائية مما يدل على تجنب التوتر والقلق والخوف وزيادة الثقة بالنفس في تلك المرحلة العمرية.

ويشير جدول (٧) الخاص بالفروق بين الالعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (٤٠) - ٥٠ سنة (A) Master في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء عدم وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه ومستوى الأداء لليومزا أما باقي المتغيرات قيد البحث فيوجد بها فروق دالة إحصائية. مما يدل على أنه كلما تقدم العمر وزادت السنوات التدريبية كلما زادت الثقة بالنفس ومستوى الدافعية والقدرة على مواصلة الأداء.

يشير جدول (٨) الخاص بالفروق بين الالعبات الفائزات والمهزومات ببطولة العالم لليومزا خلال مرحلة (فوق ٥٠ سنة) (B) Master في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء عدم وجود فروق دالة إحصائية في كل من محور الطاقة السلبية وتحكم الانتباه وتحكم التصور البصري، أما باقي المتغيرات قيد البحث فيوجد بها فروق دالة إحصائية مما يدل على أن تلك الفئة العمرية يتساوي لديها مستوى الأداء والثقة بالنفس ومستوى الدافعية وتحكم الاتجاه. ويتضح من ذلك وجود الفروق بين الفائزات والمهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية (الثقة بالنفس - الطاقة السلبية - تحكم الانتباه - تحكم التصور البصري - مستوى الدافعية - الطاقة الإيجابية - تحكم الاتجاه) ومستوى الأداء.

وتعزي الباحثة ذلك لاختلاف الفئات العمرية وسمات كل فئة ومتطلباتها ومدى ما تم لها من إعداد واختلاف بعض البرامج التدريبية وعدد ساعات التدريب ومدى التفرغ الذهني للفئات العمرية ذات الصلة بالأعمال الوظيفية والأسرية.

وترى الباحثة أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي عامة ورياضات النزال بصفة خاصة نظراً لتأثيرها على أداء الالعبات وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً وهاماً لتحقيق الطاقة الإيجابية والالعبة التي تتصف بالثقة تستطيع تطوير أدائها والتركيز أثناء المباراة وبذل الجهد في أقل من دقيقة وهي معدل الأداء لكل يومزا وتستطيع الأداء دون توتر أو تشتت الانتباه نتيجة التشجيع المستمر داخل صالة المسابقة لإحدى المتنافسات على ملعب آخر.

ولذلك يرى محمد العربي شمعون أن مستوى الأداء من أهم العوامل التي يجب العناية بها عند وضع برامج المهارات النفسية حيث يتباين مستوى الأداء وفقاً لتصنيف الالعبين في ضوء الخبرة وعدد سنوات الممارسة ويؤكد أيضاً على أهمية التقارب في مستوى الأداء لتحقيق التفاعل المطلوب. (٨: ٨١، ٨٢).

٢- الفروق بين الفئات العمرية الخمس لكل من الفائزات والمهزومات في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء.

ويتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الرتب للمراحل السنوية قيد البحث في جميع محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء الخاص بمسابقات اليومزا للالعبات الفائزات. وجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل العمرية قيد البحث في محاور مقياس الصلابة العقلية وكذلك مستوى الأداء للالعبات الفائزات.

وجداول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الرتب للمراحل السنوية قيد البحث في جميع محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء الخاص بمسابقات البومزا للاعبات المهزومات.

وجداول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل العمرية قيد البحث في محاور مقياس الصلابة العقلية وكذلك مستوى الأداء للاعبات المهزومات.

وترى الباحثة أن مسابقات تايكونديو - بومزا تتطلب لاعبة تتسم بالثقة بالنفس والسيطرة على الانفعالات والخوف وتركيز الانتباه أثناء الأداء مع عزل جميع المثيرات الخارجية والتي تعمل على تشتت الانتباه حيث تحتاج أداء البومزا إلى الانتقال في الاتجاهات المختلفة مع التغير المستمر في إيقاع الأداء من بطئ إلى سريع ومن قوة إلى الأداء السلس طبقاً لمتطلبات وأساسيات كل بومزا وعدم تصحيح الخطأ أثناء حدوثه وإنما الاستمرار في الأداء وهذا يتوقف على تحكم التصور البصري الذي يعطي للاعبة الانطباع الأول للأداء وتحكم الاتجاه.

ونظراً إلى طبيعة التحكيم في مسابقات البومزا من حيث تقسيمها إلى شكل الأداء وفيات الأداء ويرتكز في المقام الأول على التحكيم الذاتي من قبل الحكام واختلاف الأداء ما بين (الأوربي - الكوري).

ويتفق ذلك مع ما جاء به سيمون ميدلتون وآخرون (٢٠٠٤) أن أهم سمات الصلابة العقلية والتي ترتبط بالإنجاز الرياضي هي القدرة على مواصلة الأداء بكفاءة ومواجهة الفشل وتركيز الانتباه وزيادة الدافعية وتحمل ظروف المنافسة (٢٢).

ويذكر العربي شمعون، ماجدة إسماعيل (٢٠٠٣) إلى أن اللاعب يتعرض للعديد من الضغوط مثل ضغط الجو المحيط من وسائل الإعلام والجمهور وحضور شخصيات عامة في المجتمع وضغوط التدريب الرياضي كالتدريب الزائد والإجهاد وأولوية الفوز والعلاقة مع المدرب، بالإضافة إلى ضغوط المنافسة الرياضية والضغوط الشخصية والعقلية والاجتماعية (١٠ : ١٩٢).

٣- العلاقة بين محاور مقياس الصلابة العقلية والمستوى الأداء للبومزا لكل من الفائزات والمهزومات.

يتضح من جدول (١٣) أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اللاعبات الفائزات في بطولة العالم للبومزا في مقدار الصلابة العقلية وبين مستوى الأداء للبومزا، حيث بلغت قيمة معاملات الارتباط بطريقة كندال بين (-٠.٧٣٦ : ٠.٨١٨)، كذلك يوجد علاقة ارتباطية بين الصلابة العقلية للاعبات المهزومات وبين مستوى الأداء للبومزا، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (- ٠.٦٣٤ : ٠.٧٦٧).

وتعزي الباحثة ذلك إلى أن اعتبار اللاعبات الفائزات والمهزومات هن جميعهن ممن وصلن إلى الدور النهائي وهن (٨) لاعبات والتنافس على المراكز الأربعة المتقدمة للحصول على الميداليات كما أن جميع اللاعبات ذات مستوى علمي في الأداء والتنافس وعدم حصول مصر على إحدى الميداليات يرجع إلى عدم الاهتمام بالجانب النفسي على الإطلاق بالإضافة إلى تحميل اللاعب عبء مساعدة المدرس في إحماء زميلتها وشحنها نفسياً بطريقة سلبية وإجهادها بدنياً ومعنوياً دون النظر لكونها في حاجة إلى التركيز والانتباه إلى أداء من يقع معها في نفس الفئة العمرية من مختلف الدول ولذا فإن العلاقة الارتباطية دالة لكلا التصنيفين لتقارب المستوى الفني للأداء والعمر الزمني داخل كل فئة.

وتتميز لاعبة التايكونديو عامة والبومزا خاصة بالقدرة على تركيز الانتباه حيث يعد الانتباه بعداً حيوياً في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها، وتعد قدرة الرياضي على توظيف كل من الانتباه والتركيز من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة. (١٢ : ٢١٩).

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة - العدد (٥٧)	١٩٨	كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - ٢٠٠٩
--	-----	---

ويذكر محمد العربي شمعون أن حدوث الإنجازات الرياضية يرتبط بوجود اللاعب في منطقة الطاقة النفسية المثلي وقد وجد أن أهم ما يميزها هو أن يكون الانتباه قد تم توجيهه كلية إلى أداء المهارة. (٧: ٢١٩).

الاستخلاصات:

- في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث ومن نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية:
- وجود فروق دالة إحصائياً بين الفائزات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا.
- وجد فروق دالة إحصائياً بين المهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا.
- وجد فروق دالة إحصائياً بين الفائزات والمهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا.
- وجد فروق دالة إحصائياً بين الفئات العمرية الخمس لكل من الفائزات والمهزومات في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبويزا.
- يوجد ارتباط دال إحصائياً بين محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للبويزا لكل من الفائزات والمهزومات ببطولة العالم للبويزا.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج توصي بالتالي:

- الاهتمام بالجانب النفسي وتنمية مهاراته وخاصة الصلابة العقلية للاعبات التايكوندو - بومزا.
- ضرورة التعرف على أهم السمات النفسية المميزة للاعبات البومزا عن غيرها.
- ضرورة تعيين أخصائي نفس رياضي بجانب الجهاز النفسي للفريق لتنمية الجوانب النفسية وتطبيق البرامج الإرشادية لتحسين الأداء أثناء المنافسات.
- إجراء دراسات مماثلة على عينة من الذكور في رياضة التايكوندو - بومزا.

قائمة المراجع

أولاً المراجع العربية:

- ١- أحمد سعيد زهران: التوجه التنافسي وعلاقته بالعدوان لدى لاعبي التايكوندو (دراسة تحليلية مقارنة) المجلة العلمية، كلية التربية الرياضية بنين- جامعة طنطا، (٢٠٠٣).
- ٢- -: القواعد العلمية والفنية لرياضة التايكوندو، دار الكتب المصرية، الطبعة الثانية ٢٠٠٦.
- ٣- أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠.
- ٤- -: قلق المنافسة (ضغوط التدريب - احتراق الرياضي)، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧.
- ٥- -: علم نفس الرياضة (المفاهيم - التطبيقات)، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠.
- ٦- -: تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠.
- ٧- محمد العربي شمعون: التدريب العقلي- الطريق إلى البطولة، الاتحاد العربي للطب الرياضي، مجلة علوم الطب الرياضي، البحرين، العدد الثاني، ١٩٩٥.

المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة- العدد (٥٧)	١٩٩	كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة حلوان- ٢٠٠٩
---	-----	---

- ٨ - : التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة (١٩٩٦).
- ٩ - : الصلابة العقلية والإنجازات الرياضية، مؤتمر قسم علم النفس الرياضي، كلية التربية الرياضية بنين الهرم، جامعة حلوان، ٢٠٠١.
- ١٠ - محمد العربي شمعون وماجدة محمد إسماعيل: التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى، القاهرة ٢٠٠٢.
- ١١ - محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨ م.
- ١٢ - محمود عبد الفتاح عنان: سيكولوجية التربية البدنية والرياضة "النظرية والتطبيق والتجريب"، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥.
- ١٣ - مرفت محمد رشاد: تأثير تدريبات الهيبوكسيك على التحمل المهاري الخاص والكفاءة النفسية وعلاقتها بالصلابة العقلية في المبارزة، مجلة بحوث التربية الشاملة، المجلد الثاني للنصف الأول، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٦.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 14 - crust 1, clough pj: relationship between mental toughness and physical endurance percept mot skills,(2005)
- 15- fourie.s.potgieter j r (2001):the nature of mental toughness in sport,south African journal for research in sport,physical education and recreation>vol23 no.2 p 63-72
- 16- gould,d.,et al(2002): psychological characteristics and their development in Olympic. Journal of applied sport psychology. 14.
- 17- james loehr(1994):the new toughness training for sports new yourk. penguin books usa.
- 18- john lefkowits, david r. mcduff,corina riismandel,(2003): mental toughness training manual for soccer, united kingdom article sports dynamics.
- 19- Jolly ray(2003):mental toughness, levelLIII hockey coaching course, kamataka state hockey association , Bangalore
- 20- kuon, g.(2007) functional signicance of goal orientations and mental toughness as delerminants of athleles social psitions in team games , unpublished master thesis,universitii sains malaysia
- 21- Meyers, M.C., Bourgeois, A.E., LeUnes, A. and Murray, N.G. (1998)Mood and psychological skills of elite and subelite equestrianathletes. *Journal of Sport Behavior* 22, 399-409.
- 22- Middleton, S.C., Marsh, H.M., Martin, A.J., Richards, G.E. and Perry,C. (2005) Discovering mental toughness: A qualitative study Of mental toughness in elite athletes. *Psychology Today* 22,60-72
- 23- sandy Gordon(2004): mood and performance relationships among players at the world student games karaken, copetition journal of sports behavior.
- 24 -simon middleton et a(2004):discovering mental yough ness aqualitative study of mental toughnessin elite athletes,third international biennia;, self research conferece,july4-7,berlink germany.
- 25- Yukelson, D.: What is Mental Toughness and how to Develop It? <http://www.mascsa.psu.edu/dave/Mental-Toughness.pdf>

ملخص البحث

التايكوندو يعتبر من الرياضيات القتالية (دفاع عن النفس) وقد حظي في السنوات الأخيرة بالاهتمام العالمي في مجال التدريب والتحكيم والتعديل الدائم في قواعد المنافسة من قبل الاتحاد العالمي للتايكوندو، وكانت تقتصر مسابقات التايكوندو على مسابقات الاشتباك "Kyorugi" إلى أن تم إدراج فن البومزا "Poomsea" ضمن المنافسات وأقيمت أول بطولة عالم في كوريا الجنوبية عام ٢٠٠٦م وحظيت بإقبال من معظم دول العالم وتحقيق مراكز متقدمة في منافسة قوية. ومن الواقع التدريبي نجد أن معظم البرامج التدريبية تعتمد على الإعداد البدني والمهاري والخططي دون الاهتمام بتعبئة اللاعب لقدراته النفسية المتمثلة في الصلابة العقلية للتغلب على المواقف والضغط التي يتعرض لها أثناء المنافسة. ومن خلال انضمام الباحثة للمنتخب القومي للبومزا كلاعبة والاحتكاك المستمر بين اللاعبين واللاعبات فقد لاحظت انخفاض قدرتهم النفسية وعدم ثبات الأداء ما بين التدريب والمباريات التجريبية البسيطة (التصفيات لتحديد المستوى) والتذبذب في المستوى نتيجة القلق والخوف من الفشل والإحاح الدائم في السؤال والاستفسار عن مكان المنافسة ونوعية وكم الجمهور والتدزم الداخلي في التغير المستمر للأماكن المنافسة ومواجهة الجمهور. وانطلاقاً من عدم استطاعة الباحثة من إجراء الدراسة على المنتخب داخل مصر وإتاحة الفرصة إلى التواجد في بطولة العالم الثانية للبومزا بكوريا الجنوبية عام ٢٠٠٧م، كان دافع قوي لإجرائها على لاعبات العالم للتعرف على الصلابة العقلية لديهن وعلاقتها بمستوى المباريات.

وكانت من أهم النتائج:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين الفئات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبومزا.
- وجود فروق دالة إحصائياً بين المهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبومزا.
- وجود فروق دالة إحصائياً بين الفئات والمهزومات في كل فئة من بين الفئات العمرية في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبومزا.
- وجود فروق دالة إحصائياً بين الفئات العمرية الخمس لكل من الفئات والمهزومات في مقدار الصلابة العقلية ومستوى الأداء ببطولة العالم للبومزا.
- يوجد ارتباط دال إحصائياً بين محاور مقياس الصلابة العقلية ومستوى الأداء للبومزا لكل من الفئات والمهزومات ببطولة العالم للبومزا.

Abstract:

Taekwondo as one of the martial arts (self defense) has gained in recent years, world attention in the fields of training and adjustment Paltgim Permanent Secretary in the competition rules by the World Taekwondo Federation, was limited to competition taekwondo competitions of engagement "kyorugi" that have been listed art Albomza" poomsea "competitions were held within the first world championship in South Korea in 2006 and received popular with most of the world and to achieve advanced positions in strong competition.

It is actually a training program, we find that most training programs based on the physical, tactical skill and without attention to the mobilization of the player of mental abilities in mentally tough to overcome the attitudes and pressures encountered during competition.

It is through the inclusion of a researcher for the national team career as Boumza and the constant friction between the players and the players have noticed the decline in their mental instability of performance between training and matches, simple test (qualifying to determine the level) and the fluctuation in level as a result of anxiety and fear of failure and permanent representative to the urgency question and inquiry about the place of competition and the quality and quantity of public The internal discontent in the continuous change of places to compete with the public.

Based on the inability of the researcher of the study the team in Egypt and the opportunity to be present at the world championships for the second Boumza South Korea 2007 was a strong motive for holding on to players on the world to know to have mental toughness and their relationship to the level of prospective matches.

It was one of the most important Antaij:

-The presence of statistically significant differences between the D winners in each category of age groups in the amount of mental toughness and level of performance for the world championship Boumza.

-Found statistically significant differences between the D Defeated women in each category from among the age groups in the amount of mental toughness and level of performance for the world championship Boumza.

-Found statistically significant differences between D and Defeated women winners in each category from among the age groups in the amount of mental toughness and level of performance for the world championship Boumza.

-D. found differences statistically between age groups for each of the five winners and Defeated women in the amount of mental toughness and level of performance for the world championship Boumza.

-No statistically significant link between the axes D hardness scale mental and Mistoyalada Boumza for each of the winners and World Champion Defeated women Boumza.