

تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين التنس الارضي الناشئين

دكتوراه / الشيماء محي الدين هنداوي الجميعة

أستاذ مشارك بكلية التربية البدنية وعلوم الحركة – جامعة بنغازي

مقدمة ومشكلة الدراسة:-

تعد القدرات العقلية من الأمور النفسية التي تلعب دوراً هاماً في عملية التعلم المهاري وتطبيق خطط اللعب أثناء المباريات كما أنها تعتبر العامل الحاسم في الكثير من حالات اللعب أثناء المباريات وتأثيرها على العمليات العقلية.

حيث يلعب مستوى القدرات العقلية دوراً هاماً في تطور مستوى اللاعبين خاصة في المستوى العالي، لذا توصي أغلب نتائج الدراسات العلمية ضرورة الاهتمام بتطوير برامج التدريب العقلي للاعبين، ولما كانت رياضة التنس الارضي من الرياضات التي تحتاج إلى مستوى عالي من القدرات العقلية للسيطرة على القرارات الفنية خلال المباراة ودراسة طريقة أداء المنافس والثقة بالنفس والتحكم في درجة القلق والسيطرة عليه ومستوى مرتفع من التركيز طول زمن المباراة، من هنا تظهر أهمية القدرات العقلية للاعبين التنس الارضي. (١٠: ٤)

كما تعد القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية والتي اهتم بها العاملون في المجال الرياضي لغرض دراسة ومعرفة الفروق الفردية بين الأشخاص، كما أن المهارة العقلية ذات أهمية في أداء المهارات الرياضية، فهي التي تمكن الرياضي من الوصول إلى حالة عقلية تمنع دخول الأفكار السلبية والمشتتة إلى نشاط الرياضي. (٥: ١٢٥)

كما أن قدرة اللاعب على تنفيذ مهارة عقلية تنفيذاً ناجحاً مرة فهذا يعني انه يمتلك القدرة البدنية لتحقيق ذلك كلما حاول، ولكنه قد لايفضل لأن عقله يتداخل على نحو غير سليم ويفسد هذا التأزر والتوافق الجسمي والعضلي ولا يعززه. (١١: ١٣٥٢)

وتمثل عملية تطوير المهارة العقلية في الرياضيين الناشئين عملية تطوير المهارات التقنية، ففي التطوير التقني نوضح لكل واحد منهم أكثر الأساليب كفاءة في أداء مهارة خاصة

مع تقديم النصح له بشأن استخدامها ومع تحسن أداء الرياضي يتكيف هذا الأسلوب الكلاسيكي بما يتناسب مع نمط الجسم والقوة وطول الأطراف والشخصية بما يختص بالرياضي معين.

(٨ : ٧٨)

ومن خلال خبرة الباحثة وعملها في مجال تدريب التنس الأرضي فقد لاحظت ان عملية الاهتمام بالمهارات العقلية وما تتضمنه من إبعاد مثل القدرة على التخيل والإعداد العقلي والثقة بالنفس والتعامل مع القلق والقدرة على التركيز لم يتم إعطاءها الاهتمام الكافي من المدربين والمسؤولين عن العملية التدريبية على الرغم من تأثيرها على قدرة اللاعب على الأداء الأمثل في حال إتقانها والتدريب عليها، وهذا يعود في كثير من الأحيان إلى افتقار المناهج التدريبية التي يضعها المدربون إلى الجزء الخاص بالإعداد النفسي ، وهذا هو مكن المشكلة لذا فقد رأت الباحثة أهمية دراسة مستوى القدرات العقلية للاعب التنس الأرضي للتعرف على مستوى اللاعبين في القدرات العقلية ودرجة تأثيرها على نتائج المباريات لغرض تقييم مستوى اللاعبين نفسياً وهل تركز البرامج التدريبية على تطوير مستوى القدرات العقلية للاعبين أم لا، حتى يتسنى تطوير برامج التدريب في ضوء نتائج الدراسة الحالية.

أهمية الدراسة:-

تكمن أهمية الدراسة في التعرف على:-

- دراسة مستوى القدرات العقلية للاعب التنس الأرضي بدولة ليبيا.
- دراسة تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات.
- تقييم برامج التدريب من خلال التعرف على مستوى القدرات العقلية للاعبين.
- الوقوف على جانب مهم من الجوانب النفسية التي تدعم جهود المدربين والقائمين على العملية التدريبية في الوصول باللاعبين إلى مستويات أعلى.

أهداف الدراسة:-

التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعب التنس الأرضي الناشئين بدولة ليبيا من خلال تحقيق الواجبات التالية:-

- (١) التعرف على مستوى القدرات العقلية للاعب التنس الأرضي الناشئين.
- (٢) التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعب التنس الأرضي الناشئين.

فروض الدراسة:-

- (١) الدلالة الاحصائية لمستوى القدرات العقلية للاعبى التنس الارضى الناشئين؟
 (٢) توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين الفائزين والخاسرين في مستوى القدرات العقلية.

المصطلحات العلمية:-**القدرات العقلية:-**

"هي القوة العقلية والإيمان بالذات والقدرة على التركيز في لحظات الشدة والحرّج" وهذه القدرات هي (القدرة على التخيل - الإعداد العقلي - الثقة بالنفس - التعامل مع القلق - القدرة على التركيز). (٣: ٢٤١)

الدراسات المرجعية:-

دراسة هشام هنداوي هويدي (٢٠٠٨م) (٦) بعنوان "بعض القدرات العقلية وأثرها علي مستوي الأداء في الهجوم البسيط بسلاح الشيش" وهدفت الدراسة إلي التعرف علي القدرات العقلية لدي عينة البحث ومعرفة العلاقة بينها وبين مستوي الأداء واستخدم الباحث المنهج الوصفي وبلغ حجم العينة (١٢٠) طالب من طلاب المرحلة التعليم الجامعي واستخدم الباحث استمارة تقويم الأداء المهاري واستطلاع رأي الخبراء ومن أهم النتائج التي توصل إليها أن القدرات العقلية لها تأثير في مستوي الأداء في الهجوم البسيط لسلاح الشيش وان القدرة العقلية في القدرة ذات العلاقة الأقوي بمستوي أداء الهجوم.

دراسة ازيخانى واخرون Azimkhani et al (٢٠١٣م) (٧) بعنوان "الربط بين الممارسة البدنية والعقلية هو الأحسن لتعلم مهارة جديدة" وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الممارسة العقلية على تعلم مهارة جديدة فى كرة اليد، واستخدم المنهج التجريبي، وتكونت العينة من (٦٤) طالب، وكانت اهم نتائج الدراسة تميز المجموعة التى خضعت للممارسة العقلية والبدنية عن باقى المجموعات فى تحسن زمن الأداء وكفاءة الاحتفاظ بالكرة، مما أثبت صحة فرضية الدراسة وأهمية الربط بين التدريب العقلي والبدنى عند تعلم المهارات الحركية الجديدة.

إجراءات الدراسة:-**منهج الدراسة:-**

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحى بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية.

الضبط التجريبي:-

- **المتغير المستقل :** لاعبي التنس الارضي المشاركين فى بطولة التنس الارضي مستوى الدرجة الاولى فى بنغازى موسم ٢٠١٩م.
- **المتغير التابع :** مقياس القدرات العقلية.

مجالات الدراسة:-**المجال الزمنى:-**

العام الرياضى ٢٠١٩ / ٢٠٢٠ م وذلك خلال بطولة التنس الأرضي لمنطقة بنغازى مستوى الدرجة الأولى.

المجال المكاني:-

تم تطبيق الدراسة الحالية داخل مجمع ملاعب التنس الأرضي بملاعب المدينة الرياضية بمدينة بنغازى.

عينة الدراسة:-

بلغ حجم عينة الدراسة على (٦٤) لاعب تنس أرضي تحت ١٨ سنة، من دولة ليبيا منطقة بنغازى.

عينة الدراسة الأساسية:-

تم اختيار أفراد العينة الأساسية بالطريقة العمدية حيث بلغ حجم العينة (٣٤) لاعب والمشاركين فى بطولة بنغازى للتنس الارضي مستوى الدرجة الأولى.

عينة الدراسة الإستطلاعية:-

أما بالنسبة لعينة الدراسة الاستطلاعية فقد تم تحديد عدد (٣٠) لاعب من المجتمع الاصلى لعينة الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الاساسية من بعض اندية بنغازى بغرض استخراج المعاملات العلمية لمقياس القدرات العقلية.

أدوات الدراسة:-**أولاً:- مقياس القدرات العقلية:-**

تم استخدام مقياس القدرات العقلية تصميم الباحث البريطانى ريتشارد بتلر Richard Butler ترجمة مصطفى باهى وسمير عبد القادر (١٩٩٩م) (٤) والمكون من (٢٠) فقرة موزعة على (٥) قدرات عقلية كما يلي:-

- القدرة على التخيل ويتكون من (٤) فقرات.
- الإعداد العقلي ويتكون من (٤) فقرات.
- الثقة بالنفس ويتكون من (٤) فقرات.
- التعامل مع القلق ويتكون من (٤) فقرات.
- القدرة على التركيز ويتكون من (٤) فقرات.

ويشمل المقياس ست أوزان للاستجابة المتعلقة بفقرات المقياس من درجة إلى ست درجات، وبهذا تكون أعلى درجة استجابة على فقرات المقياس (٦) درجات، وأقل استجابة (١) درجة، وأعلى درجة استجابة للمقياس كلة (١٢٠) درجة، وأقل درجة (٢٠) درجة، وبعد الرجوع إلى الدراسات التي تناولت قياس القدرات العقلية للرياضيين، تم التوصل إلى ثلاث مستويات للحكم على مستوى القدرات العقلية وهما كما يلي:-

- ضعيف من (٢:١) درجة.
- متوسط من (٤:٢.١) درجة.
- ضعيف من (٦:٤.١) درجة.

ثانياً:- نتائج بطولة بنغازى للتنس الأرضي:-

نتائج بطولة بنغازى للتنس الأرضي مستوى الدرجة الأولى موسم ٢٠١٩/٢٠٢٠م.

وقد تم تحديد عينة الدراسة فى هذه المرحلة كما يلي:

- الفائزون :اللاعبين المتأهلين لدور ٤
- الخاسرون :اللاعبين الذى لم يتأهلون لدور ٤

التحقق من المعاملات العلمية لمقياس القدرات العقلية:-

تم إيجاد معامل الاتساق الداخلي وثبات ألفا كرونباخ للمقياس على عينة استطلاعية قوامها (٣٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للدراسة كما هى موضحة فى الجداول التالية :

جدول رقم (١)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفاكرونباخ في القدرة على التخيل

ن = ٣٠

رقم الفقرة	العناصر	معامل الاتساق الداخلي	معامل ألفا كرونباخ
١-	استطيع أن اتدرب على رياضتي في عقلي.	٠.٨٥٣	٠.٨٧٤
٢-	اتمرن على المهارة في ذهني قبل أن استخدمها.	٠.٧٩٥	
٣-	استطيع ان اكون صورة عقلية للمهارة.	٠.٧٦٤	
٤-	اجد من السهل تخيل الشعور بالحركة.	٠.٧٧١	

** ر معنوى عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٤٩ * ر معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٤٩

يتضح من جدول (١) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفاكرونباخ في القدرة على التخيل والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الإتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (٠.٧٦٤ إلى ٠.٨٥٣) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق المقياس، كما يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفاكرونباخ أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٧٤) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول رقم (٢)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفاكرونباخ في قدرة الإعداد العقلي

ن = ٣٠

رقم الفقرة	العناصر	معامل الاتساق الداخلي	معامل ألفا كرونباخ
١-	احدد بنفسني دائما اهدافي في التدريب.	٠.٨٢١	٠.٨٦٤
٢-	اهدافي دوما محددة جداً.	٠.٨٠٥	
٣-	دائما احلل بنفسني ادائي بعد الانتهاء من المنافسة.	٠.٧٨٣	
٤-	عاده احدد الاهداف التي انجزها.	٠.٧٦٤	

** ر معنوى عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٤٩ * ر معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٤٩

يتضح من جدول (٢) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفاكرونباخ في قدرة الإعداد العقلي والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الإتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (٠.٧٦٤ إلى ٠.٨٢١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق المقياس، كما

يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٦٤) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول رقم (٣)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في قدرة الثقة بالنفس

ن = ٣٠

رقم الفقرة	العناصر	معامل الاتساق الداخلي	معامل ألفا كرونباخ
١-	لا اعانى من فقدان الثقة بشأن ادائي.	**٠.٧٩٦	**٠.٨٤١
٢-	ادخل كافة المباريات بفكر واثق.	**٠.٨٠٦	
٣-	كلما اقترب موعد المباراة ازادت ثقة بنفسي.	**٠.٧٦٢	
٤-	طول المنافسة احافظ على مواقف ايجابية.	**٠.٧٩٢	

** ر معنوي عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٤٩ * ر معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٤٩

يتضح من جدول (٣) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في قدرة الثقة بالنفس والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الاتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (٠.٧٦٢ إلى ٠.٨٠٦) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق المقياس، كما يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٤١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول رقم (٤)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في قدرة التعامل مع القلق

ن = ٣٠

رقم الفقرة	العناصر	معامل الاتساق الداخلي	معامل ألفا كرونباخ
١-	لا اعانى من الخوف من الخسارة	**٠.٨٥١	**٠.٨٩٤
٢-	لا اعانى من القلق بشأن المنافسة.	**٠.٨٤٧	
٣-	لا اترك العنان لاطناني لتثير القلق.	**٠.٨٠٥	
٤-	لا افرط في القلق بشأن التنافس.	**٠.٨٣٢	

** ر معنوي عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٤٩ * ر معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٤٩

يتضح من جدول (٤) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في قدرة التعامل مع القلق والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الاتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (٠.٨٠٥ إلى ٠.٨٥١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق المقياس،

كما يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٩٤) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول رقم (٥)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في القدرة على التركيز

ن = ٣٠

رقم الفقرة	العناصر	معامل الاتساق الداخلي	معامل ألفا كرونباخ
١-	استطيع التركيز على افكارى اثناء المنافسة.	٠.٧٩٥**	٠.٨٢٢**
٢-	لا يتخلنى عنى تركيزى اثناء المنافسة.	٠.٨٠٨**	
٣-	الضجيج غير المتوقع لا يغير ادانى.	٠.٧٣٧**	
٤-	تعليمات المدرب لا تفقدنى تركيزى اثناء المنافسة.	٠.٧٥١**	

** ر معنوى عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٤٩ * ر معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٤٩

يتضح من جدول (٥) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ في القدرة على التركيز والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الاتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (٠.٧٣٧ إلى ٠.٨٠٨) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق المقياس، كما يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٢٢) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

الدراسة الاساسية:-

تم تطبيق مقياس القدرات العقلية خلال فترة اقامة بطولة التنس الارضي مستوى الدرجة الاولى ببنغازى بدولة ليبيا وقت تم توزيع المقياس قبل اقامة المباريات للاعبين بشكل مفصل حيث استعانت الباحث ببعض المساعدين لها في تطبيق الدراسة لتسهيل تطبيق المقياس على اللاعبين بشكل منفصل بعض شرح تعليمات المقياس والهدف من الدراسة.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:-

- معامل ارتباط بيرسون.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- النسبة المئوية.
- اختبار "ت".

عرض النتائج:-

عرض نتائج الفرض الأول للدراسة : الدلالة الاحصائية لمستوى القدرات العقلية

للاعبي التنس الارضي الناشئين :-

جدول رقم (٦)

يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى القدرة على التخيل للاعبين التنس الارضي عينة

الدراسة

ن=٣٤

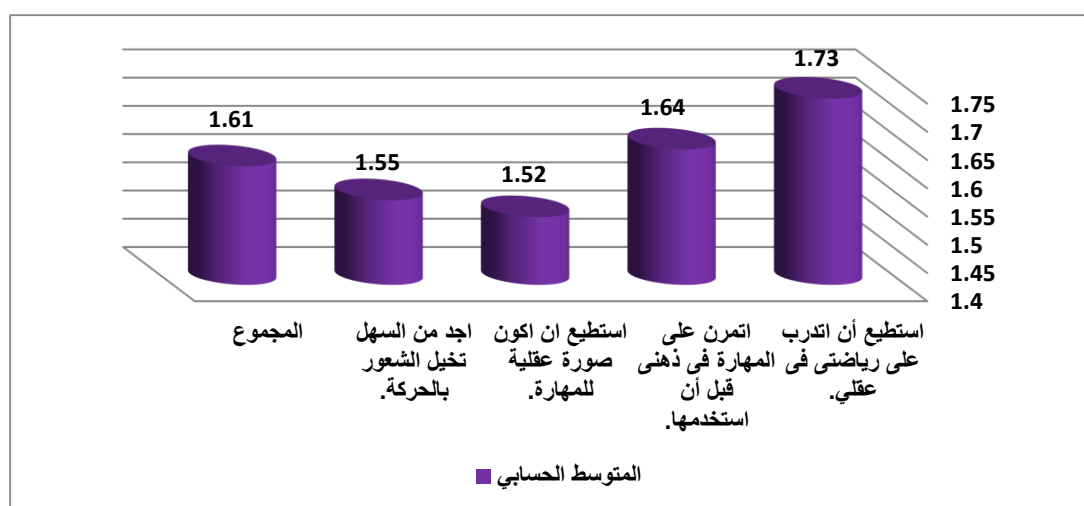
م	الدلالات الاحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س١	±١ع		
١	استطيع أن اتدرب على رياضتى فى عقلي.	١.٧٣٥	١.٣٣٥	١	ضعيف
٢	اتمرن على المهارة فى ذهنى قبل أن استخدمها.	١.٦٤٧	٠.٨٧٠	٢	ضعيف
٣	استطيع ان اكون صورة عقلية للمهارة.	١.٥٢٩	١.١٤٣	٤	ضعيف
٤	اجد من السهل تخيل الشعور بالحركة.	١.٥٥٨	١.١٤٢	٣	ضعيف
	المجموع	١.٦١٧	١.١٣٧	-	ضعيف

ضعيف من (٢:١) درجة متوسط من (٤:٢.١) درجة ضعيف من (٦:٤.١) درجة

يتضح من الجدول رقم (٦) ان مستوى القدرة على التخيل لعينة الدراسة كانت ضعيفة فى

جميع الفقرات المكونة له حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (١.٧٣٥ – ١.٥٢٩)

مما يوضح انخفاض مستوى لاعبي التنس الارضي فى مستوى القدرة على التخيل.



شكل رقم (١)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة للقدرة على التخيل

جدول رقم (٧)

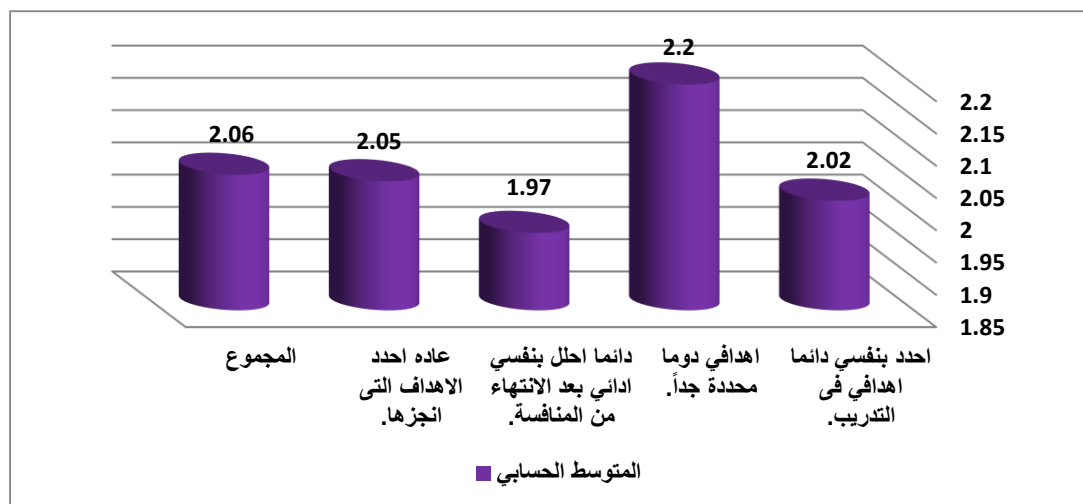
يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى الاعداد العقلي للاعبى التنس الارضي عينة الدراسة

ن=٣٤

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
١	احدد بنفسى دائما اهدافى فى التدريب.	٢.٠٢٩	١.٢٤٨	٣	متوسط
٢	اهدافى دوما محددة جداً.	٢.٢٠٥	١.٥٨٦	١	متوسط
٣	دائما احلل بنفسى ادائى بعد الانتهاء من المنافسة.	١.٩٧٠	١.٣٣٩	٤	ضعيف
٤	عاده احدد الاهداف التى انجزها.	٢.٠٥٨	١.٤٩٣	٢	متوسط
	المجموع	٢.٠٦٦	١.٤٢٥	-	متوسط

ضعيف من (٢:١) درجة متوسط من (٤:٢.١) درجة ضعيف من (٦:٤.١) درجة

يتضح من الجدول رقم (٧) ان مستوى قدرة الاعداد العقلي لعينة الدراسة كانت متوسطة فى جميع الفقرات المكونة له فيما عدا الفقرة رقم (٣) دائما احلل بنفسى ادائى بعد الانتهاء من المنافسة والتي كانت الاستجابة عليها (ضعيفة)، حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (١.٩٧٠ – ٢.٢٠٥) مما يوضح انخفاض مستوى لاعبي التنس الارضي فى مستوى قدرة الاعداد العقلي.



شكل رقم (٢)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة الاعداد العقلي

جدول رقم (٨)

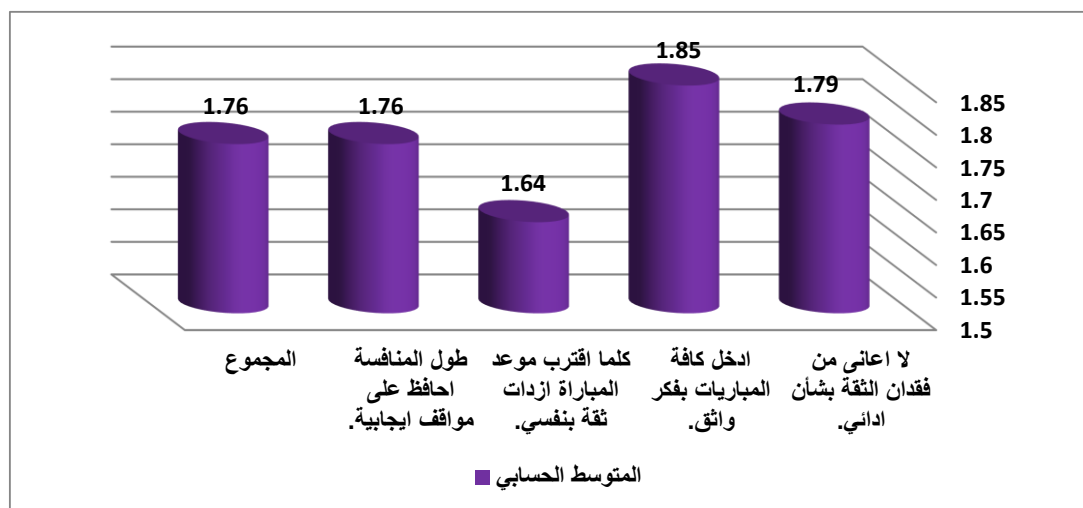
يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى قدرة الثقة بالنفس للاعبين التنس الارضي عينة الدراسة

ن=٣٤

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س١	±١ع		
١	لا اعانى من فقدان الثقة بشأن ادائي.	١.٧٩٤	١.٣٨٨	٢	ضعيف
٢	ادخل كافة المباريات بفكر واثق.	١.٨٥٢	١.٦٤٧	١	ضعيف
٣	كلما اقترب موعد المباراة ازدادت ثقة بنفسي.	١.٦٤٧	١.٠٥٣	٤	ضعيف
٤	طول المنافسة احافظ على مواقف ايجابية.	١.٧٦٤	١.٤١٥	٣	ضعيف
	المجموع	١.٧٦٤	١.٣٣٩٤	-	ضعيف

ضعيف من (٢:١) درجة متوسط من (٤:٢.١) درجة ضعيف من (٦:٤.١) درجة

يتضح من الجدول رقم (٨) ان مستوى قدرة الثقة بالنفس لعينة الدراسة كانت ضعيفة في جميع الفقرات المكونة له حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (١.٨٥٢ – ١.٦٤٧). مما يوضح انخفاض مستوى لاعبي التنس الارضي في مستوى قدرة الثقة بالنفس.



شكل رقم (٣)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة الثقة بالنفس

جدول رقم (٩)

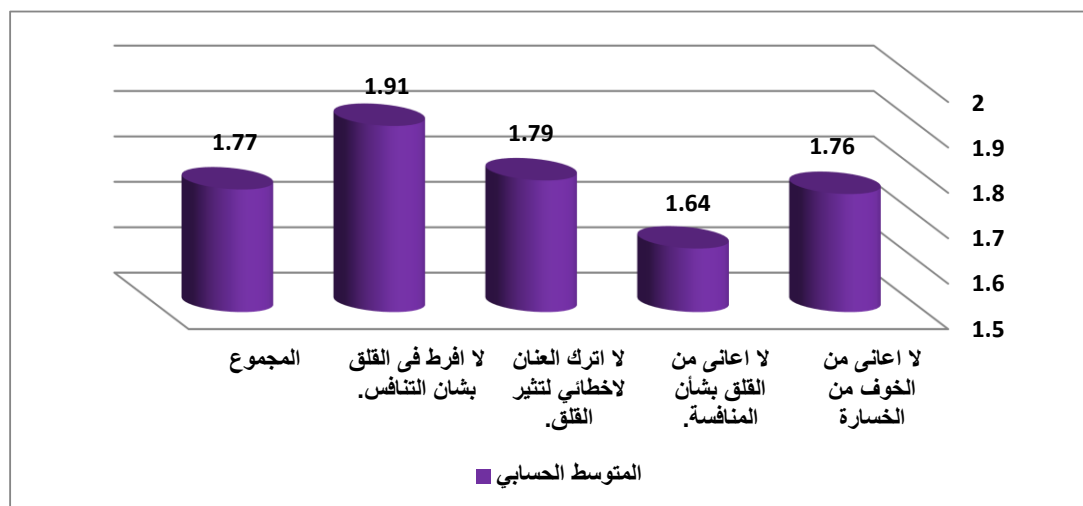
يوضح الدلالات الإحصائية لمستوى قدرة التعامل مع القلق للاعبين التنس الارضي عينة الدراسة

ن=٣٤

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س١	±١ع		
١	لا اعانى من الخوف من الخسارة	١.٧٦٤	١.٣٢٩	٣	ضعيف
٢	لا اعانى من القلق بشأن المنافسة.	١.٦٤٧	٠.٩٦٦	٤	ضعيف
٣	لا اترك العنان لاطناني لتثير القلق.	١.٧٩٤	١.٣٤٥	٢	ضعيف
٤	لا افرط فى القلق بشأن التنافس.	١.٩١١	١.٤٤٢	١	ضعيف
	المجموع	١.٧٧٩	١.٢٨٧	-	ضعيف

ضعيف من (٢:١) درجة متوسط من (٤:٢.١) درجة ضعيف من (٦:٤.١) درجة

يتضح من الجدول رقم (٩) ان مستوى قدرة التعامل مع القلق لعينة الدراسة كانت ضعيفة فى جميع الفقرات المكونة له حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (١.٦٤٧ – ١.٩١١) مما يوضح انخفاض مستوى لاعبي التنس الارضي فى مستوى قدرة التعامل مع القلق.



شكل رقم (٤)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة التعامل مع القلق

جدول رقم (١٠)

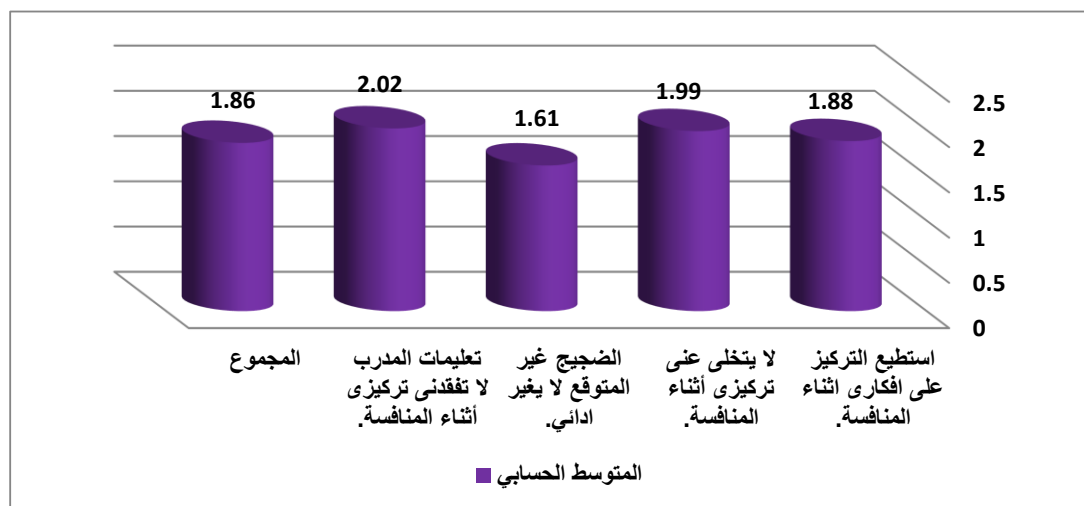
يوضح الدلالات الإحصائية لمستوى القدرة على التركيز للاعبين التنس الارضي عينة الدراسة

ن=٣٤

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
١	استطيع التركيز على افكارى اثناء المنافسة.	١.٨٨٢	١.١٨٢	٣	ضعيف
٢	لا يتخلى عنى تركيزى اثناء المنافسة.	١.٩٩١	١.٦١٥	٢	ضعيف
٣	الضجيج غير المتوقع لا يغير ادائي.	١.٦١٧	١.٦١٣	٤	ضعيف
٤	تعليمات المدرب لا تفقدنى تركيزى اثناء المنافسة.	٢.٠٢٩	١.٥٤٣	١	متوسط
	المجموع	١.٨٦٠	١.٣٩٩	-	ضعيف

ضعيف من (٢:١) درجة متوسط من (٤:٢.١) درجة ضعيف من (٦:٤.١) درجة

يتضح من الجدول رقم (١٠) ان مستوى القدرة على التركيز لعينة الدراسة كانت ضعيفة فى جميع الفقرات المكونة له فيما عدا الفقرة رقم (٤) تعليمات المدرب لا تفقدنى تركيزى اثناء المنافسة والتي كانت الاستجابة عليها (متوسطة)، حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (١.٦١٧ – ٢.٠٢٩) مما يوضح انخفاض مستوى لاعبي التنس الارضي فى مستوى القدرة على التركيز.



شكل رقم (٥)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة للقدرة على التركيز

عرض نتائج الفرض الثاني للدراسة : وجود فروض ذات دلالة احصائية بين اللاعبين الفائزين و الخاسرين في مستوى القدرات العقلية:-

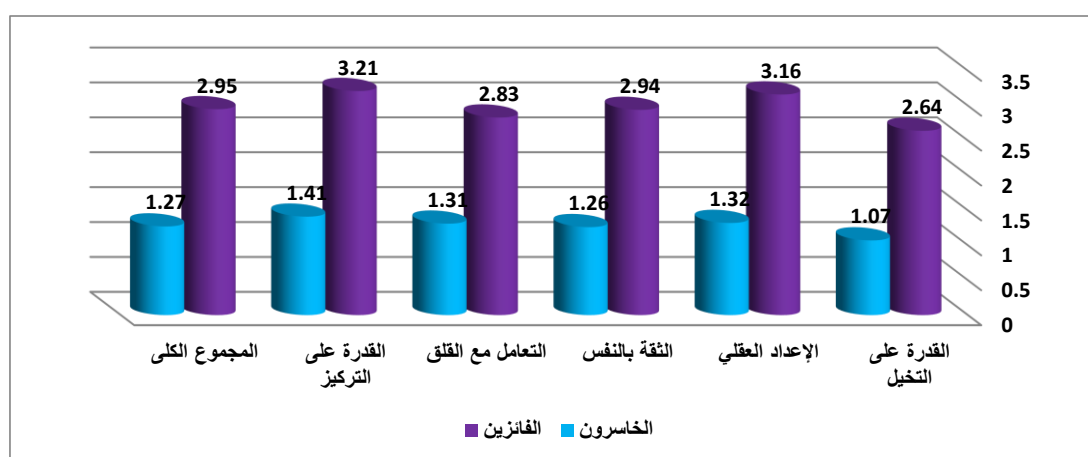
جدول رقم (١١)

دلالة الفروق اللاعبين الفائزين والخاسرون في مستوى القدرات العقلية

قيمة "ت" المحسوبة	نسبة الفرق %	الفرق بين المتوسطين	الخاسرون ن=٢٦		الفائزون ن=٨		الدلالات الاحصائية المهارات
			ع±	-س	ع±	-س	
**٤.٢٢٥	١٤٦.٦٨٥	١.٥٧١	٠.٦٨٢	١.٠٧١	١.٣٤١	٢.٦٤٢	القدرة على التخيل
**٤.١٩٨	١٣٨.٤٦١	١.٨٣٦	٠.٥٤٢	١.٣٢٦	١.٦٧٣	٣.١٦٢	الإعداد العقلي
**٤.٠٤١	١٣١.٩٤٠	١.٦٧٣	٠.٧١٤	١.٢٦٨	١.٥١٣	٢.٩٤١	الثقة بالنفس
**٣.٥٣٧	١١٦.٣٢٣	١.٥٢٥	٠.٦٥٢	١.٣١١	١.٦١١	٢.٨٣٦	التعامل مع القلق
**٤.٦٠٣	١٢٧.٧٦٢	١.٨٠٤	٠.٧٢٢	١.٤١٢	١.٤١٢	٣.٢١٦	القدرة على التركيز
**٤.٧٦٦	١٣١.٧١٤	١.٦٨٢	٠.٥١٣	١.٢٧٧	١.٣٢٦	٢.٩٥٩	المجموع الكلي

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٦٩٧ *قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٤٥٧

يتضح من الجدول رقم (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين اللاعبين الفائزين والخاسرون في مستوى القدرات العقلية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٥٣٧ – ٤.٧٦٦) وهي اكبر من قيمة "ت" المحسوبة عند مستوى (٠.٠١) مما يوضح تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج مباريات التنس الارضي لعينة الدراسة.



شكل رقم (٦)

يوضح الفرق في المتوسط الحسابي بين اللاعبين الفائزين والخاسرين في مستوى القدرات العقلية

مناقشة النتائج:-

بعد عرض النتائج الخاصة بالفرض الاول والثاني يتضح انخفاض مستوى عينة الدراسة فى مستوى القدرات العقلية حيث جاءت ضعيفة فى أغلب الفقرات المكونة للمقاييس وجاءت متوسطة فى (٥) فقرات فقط، بينما كانت ضعيفة فى (١٥) فقرة مما يوضح ضعف مستوى لاعبي التنس الارضى فى مستوى القدرات العقلية.

وتعزى الباحثة انخفاض مستوى عينة الدراسة لما طرحته فى مشكلة الدراسة أن هناك قصور من المدربين فى الاهتمام بمستوى الاعداد النفسى فى برامج التدريب مما كان له تأثير سلبي على مستوى العينة فى مستوى القدرات العقلية.

وتتفق نتائج الدراسة مع ما يوضحة هشام هنداوي (٢٠٠٨م) (٦) ان التدريب العقلي له تأثير إيجابي على تحسن مستوى الانجاز، وأن ضعف مستوى القدرات العقلية يؤدي لانخفاض مستوى الانجاز فى المنافسات الرياضية.

وهو ما تبرره نتائج الدراسة الحالية حيث أستطاع اللاعبين الفائزون والمتأهلين لدور الاربعة من بطولة بنغازى من التفوق فى درجات المقياس علي اللاعبين غير المتأهلين وهو ما يوضح وجود علاقة طردية بين ارتفاع مستوى القدرات العقلية ومستوى الانجاز فى المنافسات الرياضية.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة علي محمد و محسن محمد (٢٠١٣م) (٢) في وجود علاقة ارتباط حقيقية بين القدرات العقلية والقدرة على الاداء بصورة أفضل من اللاعبين اصحاب المستوى الضعيف فى مستوى القدرات العقلية.

كما تبرز نتائج رامي صالح (٢٠١٧م) (١) انه توجد علاقة ارتباط مرتفعة بين مستوى القدرات العقلية وقابلية الطلاب لتعلم مهارات العاب القوى، وهو ما يوضح اهمية الاهتمام بالتدريب العقلي.

وتتفق أيضا نتائج الدراسة مع نتائج دراسة جي فونتاني وآخرون FONTANI G.AND ALL (٢٠٠٦م) (٩) والتي توصلت إلى أن اللاعبين اصحاب المستوى العالي فى الاداء كان مستوى القدرات العقلية لديهم مرتفع مقارنة بباقي اللاعبين الخاسرين، وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية.

الاستنتاجات:-

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة من تحليل البيانات الخاصة بالدراسة الحالية
أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:-

(١) كانت أعلى مستوى للقدرات العقلية لعينة الدراسة فى مستوى قدرة الاعداد العقلي
وجاءت بدرجة ضعيف لعينة الدراسة.

(٢) كانت أقل مستوى للقدرات العقلية لعينة الدراسة فى مستوى القدرة على التخيل وجاءت
بدرجة ضعيف لعينة الدراسة.

(٣) توصلت الباحثة أن مستوى القدرات العقلية (القدرة على التخيل – الاعداد العقلي –
الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز) لدى لاعبي التنس الأرضي
ضعيف.

(٤) تفوق اللاعبون الفائزون فى المباريات فى مستوى القدرات العقلية (القدرة على التخيل
– الاعداد العقلي – الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز) على
اللاعبون الخاسرون.

التوصيات:-

استرشاداً بنتائج الدراسة توصي الباحثة بما يلي:

(١) الاهتمام بتطوير مستوى الاعداد المهني لمدربي التنس الارضي من خلال حضور
دورات فى مجال علم النفس الرياضي.

(٢) تطوير برامج التدريب الخاصة بإعداد لاعبي التنس الارضي والاهتمام بتطوير
مستوى القدرات العقلية لهم.

(٣) إجراء مزيد من الدراسات العلمية التى تستهدف تطبيق برامج التدريب العقلي على
لاعبي التنس الارضي بدولة ليبيا.

قائمة المراجع:-**أولاً : المراجع العربية:-**

- ١- رامي صالح حلاوة : المهارات العقلية وعلاقتها بمستوى التعلم في بعض فعاليات
العاب القوى، بحث منشور، مجلة دراسات العلوم التربوية،
مجلد ٤٤، العدد ٤، ملحق ٩، ٢٠١٧م.
- ٢- علي محمد جواد، محسن محمد حسن : المهارات العقلية وعلاقتها بالتحمل النفسي لدى اللاعبين
المتقدمين بكرة القدم، بحث مشنور، مجلة علوم التربية
الرياضية، العدد الرابع، المجلد السادس، ٢٠١٣م.
- ٣- محمد العربي شمعون : التدريب العقلي فى المجال الرياضي، دار الفكر العربي،
القاهرة، ٢٠٠١م.

- ٤- مصطفى حسين باهي،
سمير عبد القادر جاد
: سيكولوجية التفوق الرياضي، مكتبة النهضة المصرية، ط١،
القاهرة، ١٩٩٩م.
- ٥- مصطفى حسين باهي،
سمير عبد القادر جاد
: المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، الدار
العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٦م.
- ٦- هشام هنداوي هويدي
: بعض القدرات العقلية وأثرها علي مستوي الأداء في الهجوم
البيسط بسلاح الشيش ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ،
جامعة القادسية، ٢٠٠٨م.

ثانياً : المراجع الأجنبية:-

- 7- Azimkhani, A., Abbasian, S., Ashkanai, A., & Gurosy, R. The compination of mental and physical practice is better for instruction of a new skill. Nigada university journal of physical education and sport sciences vol 7, no 2,2013, pages 179-187.
- 8- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. JSEP, 33:75-102, 2011.
- 9- FONTI G., LODIL., FLICIA., MIGLIORINI S., CORRADSCHI ATTENTION IN ATHLETES OF HIGH AND LOW EXPERIENSE ENGAGED IN DIFFERENT OPEN SKILL SPORT, PERCEPTUAL AND MOTOR SKILLS, ISSN 00315125, CODEN PM SAZ,,2006.
- 10- Richard, G , Cowden , K, And Mark ,H . Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: an exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. Article in Perceptual & Motor Skills: Exercise & Sport 2014, 119, 3, 1-18.
- 11- Teodor, C., & Claudiu, M The importance of the Psychological training in increasing the Performance in handball, Social and Behavioral Sciences 84,2013 , pages 1350-1355.

ملخص الدراسة

تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين التنس الارضي

الدكتوراه : الشيماء محي الدين هنداوي الجميعة

يلعب مستوى القدرات العقلية دوراً هاماً في تطور مستوى اللاعبين خاصة في المستوى العالي، لذا توصي أغلب نتائج الدراسة العلمية ضرورة الاهتمام بتطوير برامج التدريب العقلي للاعبين، ولما كانت رياضة التنس الارضي من الرياضات التي تحتاج إلى مستوى عالي من القدرات العقلية للسيطرة على القرارات الفنية خلال المباراة ودراسة طريقة أداء المنافس والثقة بالنفس والتحكم في درجة القلق والسيطرة عالية ومستوى مرتفع من التركيز طول زمن المباراة، من هنا تظهر أهمية القدرات العقلية للاعبين التنس الارضي.

تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين التنس الارضي بلبيبا واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي باستخدام مقياس القدرات العقلية تصميم Richard Butler والمكون من (٢٠) فقرة موزعة على خمس مهارات عقلية (القدرة على التخيل – الاعداد العقلي – الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز)، وتم تطبيق الدراسة على عدد (٣٤) لاعب تنس ارضي مستوى الدرجة الأولى.

وتوصلت الباحثة بعد تطبيق المقياس على عينة الدراسة وإجراء المعالجات الإحصائية ومقارنتها بنتائج المباريات إلى ما يلي :

(١) توصلت الباحثة أن مستوى القدرات العقلية (القدرة على التخيل – الاعداد العقلي

– الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز) لدى لاعبي التنس

الأرضي ضعيف.

(٢) تفوق اللاعبون الفائزون في المباريات في مستوى القدرات العقلية (القدرة على

التخيل – الاعداد العقلي – الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز)

على اللاعبون الخاسرون.