

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

*صفيه دسوقي السيد

مقدمة:

إن الأطفال هم رجال المستقبل، وإن الاهتمام بتنشئة الطفل التنشئة السليمة الصحيحة لهو حجر أساس في بناء مجتمع قوي سليم، وبناء وطن شامخ صامد، وكما يسعى الأباء والأمهات لتنشئة أطفال أصحاء ويهتمون بالصحة الجسدية للأطفال عن طريق الاهتمام بالتغذية السليمة وسرعة اكتشاف أي أمراض تصيب الأطفال وسرعة علاجها وغير ذلك من مظاهر العناية بالصحة الجسدية للطفل، يجب أيضا أن ينتبه الأطفال إلى الاهتمام بالأنشطة التعليمية للطفل لأن التعليم في الصغر كالنقش على الحجر.

ولأن الاهتمام بالأنشطة التعليمية تجعل من عملية التعليم عملية شيقة ومسلية للطفل وتجعله يقبل على تلقي المعلومات بسهولة، وكذلك أيضا يجب الاهتمام بالأنشطة الترفيهية والتي يتم من خلالها اكتشاف مواهب الطفل وقدراته المختلفة والمتنوعة ومن خلال الاهتمام بالأنشطة الترفيهية يستطيع الطفل أن يقضي وقت فراغه فيما ينفع ويفيد.

وتعتبر الأنشطة الترفيهية جزء من المقومات الأساسية في الحياة اليومية لدي جميع أفراد المجتمع المعاصر، وذلك عائد لارتفاع مستوي الوعي باهيتها في تحقيق الحاجات الإنسانية وتطوير الصحة البدنية والنفسية والعقلية للأفراد المجتمع. (١٣: ٢٦٣-٢٨٣)

وعرفت ولاء أبو شلبك (٢٠٢٠م) (١١) الأنشطة الترفيهية بأنها "الأنشطة أو الخبرات التي يتم إجراؤها في أوقات الفراغ، وعادة ما يتم اختيارها طواعية من قبل المشارك، إما بسبب الرضا أو المتعة أو الإثراء الإبداعي المستمد، أو لأنه يدرك بعض القيم الشخصية أو الاجتماعية التي يمكن اكتسابها

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

منها، قد يُنظر إليها أيضاً على أنها عملية مشاركة، أو حالة عاطفية مشتقة من المشاركة، أظهرت دراسات مختلفة أهمية الأنشطة الترفيهية في حياة المرء على وجه التحديد في ثلاثة جوانب: الصحة البدنية و الصحة العقلية وتحسين نوعية الحياة.

ويذكر علما النفس أن الأنشطة الترفيهية أو اللعب هو ميل فطري بمعنى أنه متواجد عند جميع البشر، والطفل يلعب بفطرته ويعتبر من أهم عوامل التنشئة السليمة للطفل فهو ينمي مهارات التواصل والتفاعل مع البيئة المحيطة به ويزيد من قدرته علي التعبير و الابداع، وعن طريق إتاحة منافذ اللعب للأطفال يمكن توجيه طاقاتهم الي البناء. (٤ : ٢)

ويعتبر التواصل هو أيضا الفطرة التي فطرنا الله سبحانه وتعالى عليها، فالإنسان بطبعه كائن اجتماعي، يسعى الى التفاعل مع الآخرين، والانخراط داخل المجتمع الذي يعيش فيه. فهو ينجذب للجماعة، ويجد نفسه في الاندماج داخلها، من خلال التواصل سواء كان لفظياً عن طريق اللغة المنطوقة والكلام، أو غير لفظي عن طريق تعبيرات الوجه، وإشارات اليد، ونظرات العين، ووضعيات الجسم المختلفة. (٥ : ٥)

يرى رايت **Wright** (٢٠١٤م) أن التواصل الاجتماعي له أهمية كبيرة في تحديد دور الفرد داخل الجماعة وبالتالي يشعر بقيمته الاجتماعية، كما يساعد الفرد على الاقتراب من غيره وبالتالي الشعور بالطمأنينة، يساعده أيضا علي اتخاذ القرار من خلال وعيه ومعرفته بما يدور حوله. (١٢ : ٧٥)

وتشير زينب شقير (٢٠٠٦م) أن هناك ثلاثة أنواع من التواصل (لفظي - غير لفظي - اجتماعي)، ولنجاح أي عملية تواصل، لابد من تداخل وتكامل الثلاثة أنواع، فلا يمكن أن تتم عملية التواصل بشكل جيد ونجاح، بدون تدخل أنواعه وتكاتفهم جنباً إلي جنب؛ ولا يتم هذا إلا من خلال

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

التدريب الجيد علي كيفية التواصل بشكل سليم، من خلال برامج تدريبية تهدف إلي تنمية مهارات التواصل بأنواعه اللفظي وغير اللفظي والاجتماعي. (٦: ١٧)

ويرى الهذيلي (٢٠٠٥م) (١٠) أن مرحلة الطفولة المبكرة هي فترة التعلم النشط الفعال التي يتعلم الأطفال خلالها التحرر من التركيز حول ذاته والابتعاد عن الانانية وتقبل أفكار وأراء التي تدور حوله ، ويتعلم الطفل عن طريق اللعب حقوقه وواجباته من خلال الأدوار التي يؤديها كما تساعده علي اكتشاف علاقاته الاجتماعية، ولكي يتفهم الطفل الأدوار الاجتماعية المختلفة المطلوبة منه و من الاخرين بع ينبغي إتاحة الفرصة له لكي يعيشها ويمثلها سواء من مواقف حقيقية او من خلال لعبة او نشاط رياضي .

وتري الباحثة رياضة الكاراتيه من الأنشطة التي توفر للأطفال اللحظات من الفرح الجماعي مع الاحداث أثناء المنافسة والمواجهة أمام الزميل، كما أنها تعمل علي توسيع دائرة معارف الطفل وتجعله قادر على إقامة العلاقات مع الاخرين.

ورياضة الكاراتيه من الرياضات القتالية والتي تتعدد مهاراتها الحركية ويتوقف نجاح اللاعب علي مدي اتقانه لهذ المهارات، كما ان رياضة الكاراتيه من الأنشطة الرياضية التي تحتاج التوافق العضلي العصبي وأشارت بعض الدراسات أن فئة اللاعبين يحدث لهم تشتت والانشغال بالمؤثرات الخارجية لذلك تري الباحثة أن الأنشطة الترفيهية أثناء الممارسة سوف يجذب انتباههم والتشويق الذي يساعد علي الاستثارة. (٧: ٣٤)

مشكلة البحث:

مما سبق ومن خلال خبرة الباحثة لومن خلال بعض المقابلات الشخصية مع مدربي الكاراتيه في تلك المرحلة وجدت أن أطفال لديهم قصوراً في الترفيه عن الأطفال في ممارسة الأنشطة الرياضية

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

بصفة عامة ولعبة الكاراتيه بصفة خاصة كما أن الدراسات التي تناولت برامج تعليمية ورياضية لتلك المؤسسات تفتقر الغالبية العظمى منا في أسلوب التعلم إلى الجانب الترويحي المحبب لنفوس هؤلاء الأطفال والمناسب لظروفهم.

ومنا هنا رأيت الباحثة أن يشارك هؤلاء الأطفال في ممارسة النشاط الرياضي الهادف وذلك من خلال تعليمهم بعض المهارات الأساسية للكاراتيه، ولكن باستخدام الألعاب الترفيهية التي تتميز بالتشويق والإثارة والمنافسة مما يزيد من دافعيتهم نحو عملية التعلم حيث أصبح التعلم عن طريق التدريبات التقليدية يشعرهم بنوع من الملل وعدم الإقبال وعزوف العديد منهم عن الممارسة. وعلى ذلك تعد هذه الدراسة محاولة لدمج الألعاب الترفيهية مع رياضة الكاراتيه والتعرف علي تأثيره في تعلم بعض المهارات الأساسية.

هدف البحث: -

- يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الأنشطة الترفيهية على تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كوميتيه وكاتا).

فروض البحث:

- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كوميتيه وكاتا).

مصطلحات البحث:

الألعاب الترفيهية: "الأنشطة الترفيهية هي الأنشطة التي لا يقوم بها الفرد التزاماً، بل يقوم بها لأنها تولد المتعة. وبالتالي هي تلك الإجراءات التي تسمح لشخص أن يكون مطلقاً وممتع". (١١)

التواصل الاجتماعي: "هي علاقة متبادلة تنشأ بين أطفال اللاعب خلال الأنشطة و الفعاليات المتنوعة ومن أهمها مواقف اللعب بمختلف أشكالها والتي تنمي لديهم مشاعر الحب و التعاون و الصداقة". (٣)

رياضة الكاراتيه: " أن رياضة الكاراتيه من الرياضات النزالية الفردية ذات الفن الرفيع والتي تتميز بتنوع الأساليب الفنية وكثرة المهارات الهجومية الأساسية". (٢: ٦٧)

الدراسات المرجعية:

قام أنن ووركي **Ann and wruke** (١٩٩٢م) (١٤) بدراسة إلى استقصاء الالعاب الجماعية كأسلوب تعلم لدى أعمارهم من (٦-٩) سنوات في مدرسة جون ريفان بولاية تكساس، عينة مكونه من (٣٨) طالباً ،وبعد تطبيق إجراءات الدراسة المتمثلة في استخدام الالعاب الجماعية ، أظهرت النتائج الاثر الإيجابي لصالح الالعاب اللغوية في تكوين مهارة عالية في تخزين المفاهيم ،وفى تعزيز الاداء الشفوي اللغوي ، واكتساب المفردات المرتبطة بالألوان والاشكال .من هنا جاءت توصية الدراسة بضرورة تطبيق الالعاب الجماعية داخل غرف الصف.

قام السيد دار (٢٠٠١م) (١) دراسة استهدفت التعرف على أثر استخدام الالعاب التعليمية في تدريس العلوم على تنمية العلوم على تنمية الاتجاهات التعاونية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي من مرحلة التعلم الأساسي ،استخدام الباحث المنهج التجريبي ،دليل المعلم والالعاب التعليمية ومقياس الاتجاهات التعاونية اختيرت العينة من تلاميذ وتلميذات الصف الخامس الابتدائي وقوامها (٧١) تلميذاً وتلميذه قسمت إلى إلى مجموعتين تجريبية وضابطة درست المجموعة التجريبية الوجدتين المختارتين باستخدام الطريقة العادية وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الاتجاهات التعاونية -المساهمة-المساندة-التقدير-الاتصال- الشعور-بالمسئولية ،لصالح المجموعة التجريبية.

قامت علا إبراهيم (٢٠٠٨م) (٨) بدراسة بعنوان :تأثير الألعاب الشعبية والحركية على تنمية التفاعل الاجتماعي وتحسين المهارات الحركية والنمو الإدراكي من المرحلة الثانية من رياض الأطفال: وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الألعاب الشعبية والحركية على تنمية التفاعل الاجتماعي وتحسين

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

المهارات الحركية والنمو الإدراكي من المرحلة الثانية من رياض الأطفال واستخدمت المنهج التجريبي: وكانت أهم النتائج أن برنامج الألعاب الشعبية والحركية له تأثير إيجابي على التفاعل الاجتماعي وتحسين المهارات الحركية والنمو الإدراكي من المرحلة الثانية من رياض الأطفال.

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة وأهداف البحث.

مجتمع وعينة البحث: يشمل مجتمع البحث لاعبي الكاراتيه بنادي ههيا الرياضي والمسجلين والمعتمدين بالاتحاد المصري للكاراتيه للموسم الرياضي (٢٠٢٢م - ٢٠٢٣م) البالغ عددهم (٤٧) لاعبا، تم اختيار عينة عشوائية يبلغ عددها (١٥) لاعب من خارج العينة الأساسية لإجراء الدراسة الاستطلاعية، كما تم استبعاد (٢) لاعب لعدم انتظامهم في حضور الجلسات أثناء تطبيق البرنامج، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٣٠) لاعب وذلك لإجراء الدراسة الأساسية وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث وفقاً للدراسة الاستطلاعية والأساسية .

جدول (١)

تصنيف عينة البحث

العينة الكلية		استبعاد		العينة الاساسية				العينة الاستطلاعية		تصنيف العينة
%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	
%١٠٠	٤٧	%٤.٣	٢	%٣٨.٣٠	١٨	%٢٥.٥٣	١٢	%٣١.٩١	١٥	

أسباب اختيار عينة البحث

- العمر التدريبي لا يقل عن ٤ سنوات.
- اللاعبين مسجلين بالاتحاد المصري للكاراتيه.
- توافر العينة المتاحة للتطبيق لدى الباحثة.

اعتدالية العينة Homogeneity of Simple

قامت الباحثة بإيجاد التجانس لعينة البحث في متغيرات النمو والعمر التدريبي وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

اعتدالية مجتمع البحث في المتغيرات قيد البحث "الوزن - العمر الزمني - العمر التدريبي - الطول"

ن = ٤٥

م	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	العمر	٢٠.٠٨	٢٠	٠.٩٤	٠.٣٩
٢	الوزن	٦٢.٣١	٦٢.٥	٦.٨٥	٠.٠٤٤
	الطول	١٦٠.٤٧	١٦٠	٣.٢١	٠.١٥
٣	العمر التدريبي	٦.٣٦	٦	١.٠٢	٠.٤٠

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء في الوزن والعمر الزمني وعدد سنوات الخبرة والطول تتراوح ما بين (٠.٠٤٤، ٠.٤٠) انحصرت بين (٣±).

أدوات ووسائل جمع البيانات:

- استمارة تسجيل البيانات الخاصة لقياسات (قيد البحث).
- مقياس التواصل الاجتماعي.

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى على عينة قوامها (١٥) لاعبة الكاراتيه من نفس مجتمع البحث ومن خارج الدراسة الأساسية وذلك يوم (٢٢/١٠/٢٠٢٢) بهدف حساب معاملات العلمية (الصدق _ الثبات) لمقياس التواصل الاجتماعي قيد البحث.

صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (١٥) لاعبة لحساب قيمة معامل

الارتباط بين درجة كل عبارة على والدرجة الكلية للمقياس:

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

جدول (٣)

معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية

ن = ١٥

م	العبارات	معامل الارتباط (ر)
١.	يكون أدائي أفضل في المباراة الأكثر صعوبة عن السهلة	٠.٥٤٨
٢.	أتجنب تحدي المنافسين الأقوياء	٠.٥٤٧
٣.	أنا لاعب عنيف في لعبي	٠.٥١٦
٤.	أخشى المنافس الذي يتميز بالعنف والخشونة	٠.٦٧٢
٥.	لا بد أن لعب بعنف وخشونة لكي اكسب المباراة	٠.٣٨٤
٦.	عندما تسوء الأمور في المباراة استسلم بسهولة	٠.٤٠٩
٧.	في المباراة اعتقد أنني ابذل جهدا أكثر ومضاعف عن التمارين	٠.٤٥٨
٨.	أمارس التمرين الشاق لفترات إضافية خارج أوقات التدريب الرسمية	٠.٦١١
٩.	أمتلك جميع الموصفات الإرادية لقيادة أي فريق	٠.٤٩٢
١٠.	في استطاعتي أداء التدريب العنيف لعدة مرات أسبوعيا	٠.٦٤٤
١١.	أعتبر فترات التدريب فترات ممتعة ومشوقة	٠.٥٣٦
١٢.	التدريب المتكرر والروتيني يبعث في نفسي الملل	٠.٤٢٦
١٣.	لا أتقبل التدريب الذي يستمر لفترات طويلة	٠.٦٦٧
١٤.	أشعر بضيق عندما يكون أدائي ضعيفا	٠.٤٣٩
١٥.	يصعب علي العودة لحالتي الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة في المباراة	٠.٤٣٢
١٦.	أبذل ما املك من جهد خلال المباراة لتجنب انتقاد المدرب	٠.٥٢٥
١٧.	لدي القدرة على استعادة الشفاء بعد المباراة بسرعة	٠.٧٦٨
١٨.	أقتع مدربي بالجهد الذي ابذله في المباراة بما يجنبني نقده	٠.٤٦٣
١٩.	أفضل أن يتولى الآخرين مسؤولية القيادة	٠.٧٦٣
٢٠.	لدي الخبرة الكافية في التعامل مع أوقات المباراة الحرجة	٠.٦٦٤
٢١.	أشعر بحساسية نحو انتقاد الآخرين لي	٠.٦٢٦
٢٢.	ألعب بكل جدية حتى يشعر المنافس بعدم التهاون	٠.٥٩٥
٢٣.	لدي القدرة على ضبط النفس عند مضايقة الآخرين لي	٠.٦٩٠
٢٤.	باستطاعتي تسهيل مهمة المدرب الفنية والإدارية	٠.٦٢٢

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٥٤٩

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

قامت الباحثة بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة علي حده والدرجة الكلية للمقياس علي عينة البحث الاستطلاعية وجدول (٣)، يوضح ذلك.

معامل ثبات المقياس

قامت الباحثة باستخدام طريقة " التجزئة النصفية، ألفا كرونباخ " لإيجاد معامل ثبات المقياس وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

الثبات " بالتجزئة النصفية " ومعامل ألفا كرونباخ " لأبعاد مقياس التواصل الاجتماعي للاعبين الكاراتيه

ن = ١٥

م	الأبعاد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	معامل ألفا كرونباخ
	الدرجة الكلية للمقياس	٢٤	٠.٨٦	٠.٧٧١

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٥٤٩

يتضح من جدول (٤) أن معامل الارتباط عن طريق "التجزئة النصفية " (٠.٨٦)، وعن طريق "ألفا كرونباخ " (٠.٧٧١) مما يدل علي أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.
الدراسة الأساسية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس التواصل الاجتماعي قيد البحث لعينة البحث الأساسية والتي قوامها (٣٠) لاعب وذلك في الفترة الزمنية من ١ / ١١ / ٢٠٢٢ م. إلي ٣ / ١١ / ٢٠٢٢ م

المعالجات الإحصائية Statistical processors

تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف وفروض البحث وقد تم معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي Arithmetic Average

- الوسيط Mediator

- الانحراف المعياري Standard Deviation

- معامل الالتواء. Coefficient Convolution
- معامل الارتباط البسيط " بيرسون "
- معامل ألفا كرونباخ. Cronbach's alpha Coefficient.
- التجزئة النصفية (سبيرمان - براون، جتمان)

عرض ومناقشة النتائج:

في ضوء أهداف البحث وفروضه تقوم الباحثة بعرض ومناقشة النتائج وتفسيرها كالتالي:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٦)

الفرق بين التواصل الاجتماعي للاعبين الكاتا ولاعبين الكوميتيه

المتغيرات	لا عبى الكاتا		لا عبى الكوميتيه		م ف	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
التواصل الاجتماعي	٥.١٠٨	٩٩.٥٠٠	٣.٧٩٢	٨٥.٧٥٠	١٣.٧٥	*٦.٩١٣

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين مستوى التواصل الاجتماعي للاعبين الكاتا والكوميتيه في رياضة الكاراتيه ولصالح لا عبى الكاتا.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٦) ان مستوى التواصل الاجتماعي للاعبين الكاتا مرتفع مقارنة بمستوى تلك التواصل لدى لا عبى الكوميتيه، وترجع الباحثة ذلك الى طبيعة مسابقات الكاتا والتي تنمي احترام الذات وبناء الثقة فهي لا تعلم فقط أساسيات الدفاع عن النفس، بل تبني احترام الذات وتعلم الشعور

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

بالرضا عن أنفسهم. بينما لا عبي الكوميتيه لديهم مستوى أقل من القلق؛ شعور متزايد بالمسؤولية؛ لديهم مستوى متزايد من احترام الذات؛ وهم أكثر ذكاء اجتماعياً.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه إيبوران وآخرون **Epuran, et al., (٢٠٠٨م)** انه في رياضة الكاراتيه يتم إجراء وظائف الحركة بوعي من خلال حالات نفسية أعلى مثل الذكاء والتحفيز والتوازن العاطفي، في الوقت نفسه لا ينبغي لنا أن نتجاهل أهمية القدرات الفكرية، والتي نذكر من بينها القدرات المتعلقة بالأداء وهي: التحليل السريع وتوليف المواقف، وفهم قدرات الخصم، التكتيكات، ومعرفة الحالة الذهنية للخصم، والقدرة على التركيز على الأداء، والاختيار من بين الحلول المختلفة، واتخاذ القرارات، واتخاذ الإجراءات. (١٧: ٨٦١ - ٨٦٥)

وهذا يتفق مع ما ذكره إيبوران وآخرون **Epuran, et al., (٢٠١٥م)** ان هذه القدرات النفسية مهمة للغاية للاعبين الكوميتيه، بالنظر إلى أنهم يمارسون رياضة استكشافية، فهم يقاتلون خصومًا لا يمكن التنبؤ بهم ومقاتلين ويؤدون أعمالهم بأقصى كثافة وتحت ضغط الوقت، وهو أمر خاص بالقتال التنافسي (آخر ٣٠ ثانية)، هذه المواقف هي مكونات بنائية لشخصية اللاعب، ناتجة عن التأثيرات التعليمية والاجتماعية، الاستعداد، والمشاعر، والميول، والدوافع، والتفضيلات، والدافع وما إلى ذلك تمثل بعضًا من مجموعة المواقف الكاملة. (١٦: ٩٢٧ - ٩٣٧)

كما يتفق مع ما تراه إلببينا بيسكورسكا وآخرون **Elżbieta Piskorska, et al., (٢٠١٦م)** ان للجانب النفسي والعقلي أهمية خاصة في الرياضات القتالية، حيث يكون الهجوم الفعال مرتبط بباتصال جسدي مباشر مع الخصم ويتم تنفيذه وفقاً لقواعد صارمة، غالبًا ما يكون القتال ضد الخصم مصحوبًا بخطر الألم والإصابة، والتي يمكن أن تسبب عدم ارتياح نفسي للمنافسين. يتطلب هذا النوع من المسابقات الرياضية قوة عقلية واسعة وردود فعل سريعة وصحيحة من الناحية التكتيكية في مواقف محاكاة متغيرة، بالإضافة إلى دقة وخيال. (١٥:٢)

وبذلك يتحقق الفرض والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كوميتيه وكاتا)".

الإستخلاصات:

- ارتفاع مستوى التواصل الاجتماعي للاعبين الكاتا بالمقارنة بالتواصل الاجتماعي للاعبين الكوميتيه.

التوصيات: في ضوء أهداف البحث ونتائجه توصي الباحثة بالآتي:

- ١ ضرورة الاهتمام بالترفيه والتواصل الاجتماعي وتنميتها وتطويرها في مجال التدريب.
- ٢ ضرورة قيام الأندية بتعيين مدرب وأخصائي نفسي يمكن الاستعانة به لإعداد الفريق في العملية التدريبية والمنافسات.
- ٣ إجراء دراسات أخرى مشابهة على فرق الألعاب الفردية.

المراجع:

١. أحمد محمود إبراهيم (١٩٩٥): مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية في رياضة الكاراتيه، منشأة المعارف، الإسكندرية .
٢. أصف يوسف، لينا لطيف (٢٠١٣): أثر الألعاب الاجتماعية في تنمية التواصل الاجتماعي لدي أطفال الرياض (٥ - ٦) سنوات دراسة تجريبية علي رياض الأطفال في دمشق، مجلة تشرين للبحوث و الدراسات العلمية.

تأثير الألعاب الترفيهية علي تحسين التواصل الاجتماعي للاعبين رياضة الكاراتيه (كاتا وكوميتيه)

٣. حفصاوى بن يوسف (٢٠٠٨): دور اللعب في حياة الطفل ، مجلة البحوث و الدراسات العلمية ، العدد الثاني، جامعة حسيبة بن بوعلي ، الجزائر.
٤. زين الدين بن موسى (٢٠٠٤): سمات الطفل الموهوب لغويا وطرائق تنميتها، كلية الآداب واللغات، جامعة قسنطينة، الجزائر.
٥. زينب محمود شقير(٢٠٠٦) :اضطرابات اللغة والتواصل، ط٤، القاهرة، دار الفكر العربي.
٦. السيد إبراهيم دار (٢٠٠١) : أثر استخدام الألعاب التعليمية في تدريس العلوم على تنمية الاتجاهات التعاونية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي من مرحلة التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق
٧. صفاء صالح حسين (٢٠١٦): الكاراديو بين النظرية والتطبيق، مذكرة غير منشورة، دارالخطيب للطباعة.
٨. علا توفيق إبراهيم (٢٠٠٨): تأثير الألعاب الشعبية والحركية على تنمية التفاعل الاجتماعي وتحسين المهارات الحركية الأساسية والنمو الإدراكي للمرحلة الثانية من رياض الأطفال، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، العدد ٥٥.
٩. محمود ربيع البديهي (٢٠١٦) : تأثير برنامج تدريبي الخصائص المهارية والخططي وفقا استراتيجية مباريات المستوى العالمي عمى مستوى أداء ونتائج العبي رياضة الكاراتيو، رسالة دكتوراه، كمية التربية الرياضية بنين بالهرم، جامعة حلون
١٠. نهاد الهذيلي(٢٠٠٥): فاعلية برنامج تدريبي مستند الي اللعب في تنمية التفكير الابتكاري لدي الأطفال المعاقين سمعيا في مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية، الأردن.
١١. ولاء هاشم أبو شلبك (٢٠٢٠): النوع الاجتماعي والمكان و الاختلافات في ممارسة الأنشطة الترفيهية الرياضية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس.

12. **Wright (2014)**: Effects of a speech generating device and peer training on the directed communication between preschoolers with down syndrome and their peers. Dissertation Abstracts International Section A, 75.
13. **Walker, G.J, Deng& diser, R(2001)**: Ethnicity, acculturation, self – construal, and motivations for outdoor recreation. Leisure Sciences, 23(4), 263-283.
14. **Wruke , N.& Ann ,C., (1992)** : An investigation into the development of oral English in concept formation through the use of group games , Unpublished Doctoral Dissertation , . woman's university , Dentan , Texas, U.S.A.
15. **Elżbieta, P., Jan, M., Andrzej, K., Ewelina, W., Bartłomiej, N., Alina, B. (2016)**: Mental skills in combat sports - review of methods anxiety evaluation; VOLUME 12, 301
16. **Epuran, G., L. Dovleac, I.S. Ivasciuc, and B. Tescaşiu. (2015)**: Sustainability and Organic Growth Marketing: an Exploratory Approach on Valorisation of Durable Development Principles in Tourism, Amfiteatru Economic, 17(40): 927-937.
17. **Epuran Gheorghe, 2008**. "Le Marche Mondial Du Vin Et Les Nouvelles Orientations Du Marketing," Annals of Faculty of Economics, University of Oradea, Faculty of Economics, vol. 4(1), pages 861-865, May.