مجلة المنظومة الرياضية		ISSN: 2392-5442, ESSN : 2602-540X
مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة_الجزائر		المجلد: 08العدد: 03 السنة: 2021
تاريخ الإرسال:2021/06/24 تاريخ القبول: 2021/08/04		الصفحات : 480 - 493

علاقة التصور العقلي بالإدراك الحسي الحركي لدى ناشئ كرة الطائرة (9-12) سنة

The relationship of mental perception with kinesthetic perception At the junior volleyball (9-12) years

–مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية – جامعة الجزائر 3 – –

الهواري القيزي[1]*، نورالدين بن حامد[2]

[1]جامعة بومرداس (الجزائر)، e.elguaizi@univ-boumerdes.dz

[2]جامعة بومرداس (الجزائر)، n_benhamed@yahoo.fr

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة التصور العقلي بالإدراك الحس حركي لدى ناشئ كرة الطائرة، ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي على عينة متكونة من 28 لاعباً، تم اختيارهم بشكل عشوائي، ولجمع البيانات استخدمنا مقياس التصور العقلي ومقياس دايتون للقدرات الحس حركية، وبعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التصور العقلي والإدراك الحس حركي، وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة بضرورة استعمال تمارين التصور العقلي في عملية تدريب ناشئ كرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: - التصور العقلي – الإدراك الحس حركي – كرة الطائرة

Abstract:

The study aimed to identify the relationship of mental perception and sense-motor perception among volleyball juniors. For this purpose ،we used the descriptive approach on a sample of 28 players that were deliberately chosen. To collect data ،we used the mental perception scale and the Dayton scale for sensory kinesthetic abilities ،and after collecting the results and treating them statistically It was found that there is a statistically significant relationship between mental perception and sense-kinesthetic perception ،and on this basis the study recommended the necessity of using mental visualization exercises in the process of training volleyball beginners

Keywords: - mental perception - kinesthetic perception - volleyball

*المؤلف المرسل

1. مقدمة:

كرة الطائرة من الألعاب الرياضية الجماعية التي لها خصائص مختلفة تميزها عن باقي الألعاب الرياضية الأخرى لما تعود به من فوائد كثيرة على ممارسيها من النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية، و تتميز كرة الطائرة بالإيقاع السريع والمباغتة فضلاً عن مهاراتها المتسلسلة والمتتالية والتي تتطلب مستوى عالٍ من القدرات التوافقية و الحس حركية من أجل أداء يتميز بالسرعة الأداء و رد الفعل ، ويبدأ التحضير لصناعة لاعبي ذو مستوى عالي منذ المراحل الأولى للناشئين حيث يعتبر العلماء مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12) سنة بأنها المرحلة التي يتحسن فيها التوافق العضلي والعصبي لدى الطفل وكذلك الإحساس بالاتزان ، ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته ، كما تعتبرانها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية ، وللقدرات الحس حركية أهمية بالغة في لعبة كرة الطائرة باعتبارها القدرات التي تمثل التفاعل والتكامل بين كل من الوظائف الحركية والوظائف الإدراكية في السلوك الإنسانية (راتب، 1990) ، فالقدرات الحس حركية إحدى العمليات العقلية التي تؤدي دوراً مهماً في تكامل الأداء الحركي والشعور العضلي الصحيح عند الأداء لمختلف أجزاء الجسم وفق ألخصوصية الأداء، وتكمن أهمية الإدراك الحس حركي كونه عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل ، فهي تزود العقل بالمعلومات بما يجب أن تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة" (قاسم، 1998) ، وفي الآونة الأخيرة ازداد الاهتمام بالنواحي العقلية من المختصين بعلم النفس والباحثين والمدربين الرياضيين نظرا لأهميتها في الارتقاء بسرعة تعلم المهارات الحركية، فمهما كانت لياقة اللاعب عالية وبنيته الجسدية قوية فلا بد من وجود موجه وقائد لهذه الإمكانيات الجسمانية واللياقة البدنية العالية، الذي يقوم بهذا الدور هو العقل الذي يُمكن استعمال هذه الإمكانيات في الاتجاه السليم الذي يخدم تحقيق الهدف، فالتفوق الرياضي يتوقف على مدى إفادة اللاعبين من قدراتهم العقلية على نحو لا يقل أهمية عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، (علاوي ، 1998) ويعتبر التصور العقلي أحد أهم الأسباب في وصل الرياضي إلى إنجاز المتطلبات المهارية و الحركية بصورة جيدة من خلال ما يقدمه من استراتيجيات فعالة تنظم و تزيد في فعالية الأداء الرياضي ، فهو تقنية نفسية شائعة يستخدمها الرياضيون ، و يشير محمد زغلول بأن كرة الطائرة تتميز عن باقي الرياضات المشابه باعتمادها على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني ويشير محمد عنان أن ممارسة التصور العقلي كاستراتيجية أكثر فاعلية من عدم الممارسة و يجب استخدامه بطريقة مكملة مع الممارسة البدنية إعطاء أفضل النتائج (محمد سعد زغلول و محمد، 2001) ، ومن خلال ما سبق قمنا بطرح التساؤل الآتي : **هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصور العقلي و القدرات الحس حركية لدى ناشئ كرة الطائرة (9-12) سنة** ؟ ليتفرع عن هذا التساؤل أسئلة فرعية كالآتي:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصور البصري وتوازن الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصور السمعي والإيقاع والتحكم العصبي العضلي الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى تصور الإحساس الحركي وإدراك المجال والاتجاهات الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟

2.1 الفرضيات:

تعرف الفرضيات على أنها "ذلك الحل المسبق لإشكالية البحث"(Angers, 1996, p. 102)، وهناك من يرى أن فروض البحث هي "تنبؤ لعلاقة بين متغيرين" (Lamoureux, 1995, p. 124)

1.2.1الفرضية العامة:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصورالعقلي والقدرات الحس حركية لدى ناشئ كرة الطائرة (9-12) سنة.

2.2.1 الفرضيات الجزئية:

قمنا بصياغة الفرضيات الجزئية كالآتي:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصور البصري وتوازن الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التصور السمعي والإيقاع والتحكم العصبي العضلي الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى تصور الإحساس الحركي وإدراك المجال والاتجاهات الجسم لدى ناشئ كرة الطائرة؟

3.1 أهداف الدراسة: تمثلت أهداف الدراسة في النقاط الآتية:

- تحديد مستويات التصور العقلي لدى لاعبي كرة الطائرة.
- معرفة العلاقة بين مستوى التصور العقلي ومستوى الإدراك الحس حركي لدى لاعبي كرة الطائرة.
- توضيح قيمة القدرات الحس حركية لدى في لعبة كرة الطائرة.

4.1 مصطلحات الدراسة:

1.4.1 التصورالعقلي:

التصور العقلي (mental imagery) مهارة نفسية أو مهارة عقلية يمكن تعلمها واكتسابها وينظر إليه على أنه وسيلة عقلية، أو أداء عقلي يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقا لهذه البرمجة فكأن التصور العقلي في الرياضة يعني أن اللاعب يفكر بعضلاته ، كما أشار هاريس وآخرون، إلى أن التصور العقلي يتضمن استدعاء أو استحضار أو استرجاع الذاكرة للأشياء أو المظاهر أو الأحداث المختزنة من واقع الخبرة الماضية، ومن ناحية أخري، لا يقتصر التصور فقط على مجرد استدعاء أو استرجاع أو استحضار هذه الخبرات، وإنما يعمل على إنشاء أو إحداث أفكار وخبرات جديدة، أي أن الفرد لا يسترجع في الذهن أو العقل الخبرات القديمة فقط وإنما يمكن أن يتناولها بالتعديل والتغيير وإنتاج صور وأفكار جديدة.(الفهري، 2017).

2.4.1 الإدراك الحس حركي:

يعد الإدراك الحس حركي إحدى العمليات العقلية التي تؤدي دوراً مهماً في تكامل الأداء الحركي والشعور العضلي الصحيح عند الأداء لمختلف أجزاء الجسم وفقاً لخصوصية الأداء، ويمكن تعريف الإدراك الحس حركي بأنه " عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل ، فهي تزود العقل بالمعلومات بما يجب أن تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة" (قاسم ، 1998، صفحة 841) ،كما تعرف بأنها القدرات التي تمثل التفاعل والتكامل بين كل من الوظائف الحركية والوظائف الإدراكية في السلوك الإنسانية (راتب، 1990، صفحة 42)

3.4.1 المرحلة العمرية 9-12 سنة:

ويصطلح عليها بالطفولة المتأخرة وهي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات الحركية والعقلية السابق اكتسابها حيث ينتقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية، ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي تبدأ في النمو قبل ذلك، كما يتجه إلى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل إلى مجرد الاجتماع لمن في سنه(عيساوي، 1992، صفحة 15).

4.4. كرة الطائرة:

الكرة الطّائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18 م و عرضه 9 م و تقسمه شبكة إلى جزئين متساويين ، و ارتفاع الشّبكة هو 2.43 م للذّكور و 2.33 م للإناث ، و الهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم و تفادي سقوطها في الجزء الخاص به ، و تتحرّك الكرة فوق الشّبكة ، يبدأ اللّعب عن طريق اللاّعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة ، و ذلك بإرسالها فوق الشّبكة إلى منطقة الفريق الخصم و هو ما يسمّى بالإرسال ، و لكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرّات دون حساب لمسة الصّد إن وجدت، و لا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرّتين متتاليتين و يستمر اللّعب حتّى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح .

5.1 الدراسات السابقة والمشابه:

وقبل قيامنا بالدراسة الميدانية قمنا بالبحث البيبليوغرافي والاطلاع على عدد من الدراسات السابقة التي تناول مواضيع مشابهة ونذكر منها:

1.5.1 دراسة مفتاح مجادي بعنوان : اثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام تمرينات التصور العقلي في تحسين مهارتي التمرير والاستقبال وباطن القدم لدي ناشئ كرة القدم (12-14) سنة

حيث هدفت الدراسة الى التعرف على اثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التصور العقلي في تحسين مهارتي التمرير والاستقبال بباطن القدم لدى ناشئ كرة القدم ولتحقيق هذا الهدف اتخذ الباحث اختبار دقة التمرير واختبار استقبال الكرة بباطن القدم واعتمد الباحث على المنهج التجريبي وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة و جاءت النتائج على ان للتصور العقلي اثر ايجابي في تحسين مهارتي التمرير و الاستقبال .

2.5.1 دراسة لبشيري أحمد بعنوان : تأثير استخدام التصور العقلي في برنامج الاعداد البدني السنوي على تحسين بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة الطائرة ،

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير استخدام التصور العقلي في برنامج الإعداد البدني على تحسين بعض القدرات البدنية و المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، حيث طبق برنامج التصور العقلي على المجموعة التجريبية من أجل معرفة الفروق بين المجموعتين في الاختبار البعدي، حيث كانت أهم النتائج تؤكد على استخدام هذا الأخير وفق المعالجة الإحصائية وحسب معامل التجديد، وقد اظهرت النتائج مدى فاعلية استخدام التصور العقلي في مرحلة التحضير البدني العام والخاص لتطوير القدرات المهارية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة (لبشيري ، 2018)

3.5.1 دراسة أبو الطيب (2013) بعنوان : الشعور العقلي وعلاقته بالإدراك الحس حركي لدى سباحي المنتخب الأردني

حيث هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الشعور العقلي وعلاقته بالإدراك الحس- حركي ، حيث تكونت عينة الدراسة من خمسة سباحين وخمس سباحات من المنتخب الأردني لموسم 2012، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث إلى أن هناك ارتباطاً مع بعدي الشعور البصري والشعور من منظور داخلي لدى أفراد عينة الدراسة الذكور والإناث، وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بتطوير قدرات الإدراك الحس- حركي عند السباحين لما لها دور في تطبيق الأحمال التدريبية المقننة لتلافي وصول السباح إلى مرحلة الإجهاد (أبو الطيب ،2013).

2. إجراءات البحث

1.2 الدراسة الاستطلاعية:

قبل البدء في إجراء التجربة الاستطلاعية قمنا بزيارة ميدانية لتفقد الوسائل المستعملة ومعرفة أوقات تدريب الفريقين وبعد ذلك قمنا بدراسة الإمكانيات المتوفرة ومستوى الفريقين، وهذا من أجل التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات وتجنب العراقيل والمشاكل التي يمكن أن تواجهنا خلال العمل الميداني، حيث قابلنا الطاقم المسؤول وكذا المدربين لكلا الفريقين وتم الاتفاق على الوقت المخصص لإجراء الاختبارات.

2.2 منهج البحث:

يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وتختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه (السماك، 1989 ، صفحة 42).

في بحثنا استخدمنا أداة الاختبار والملاحظة في تنفيذ قياس مستوى الإدراك الحس حركي الذي استخدمنا المنهج التجريبي، بالإضافة إلى المنهج الوصفي في عملية قياس مستوى التصور العقلي.

3.2 عينة البحث وكيفية اختيارها:

تمثل مجتمع البحث في الفرق الرياضية الممارسة لكرة الطائرة بولاية الجلفة والتي لها فئة (9-12) سنة وقمنا باختيار العينة بشكل عشوائي مكونة من 28 رياضي كلهم ذكور وتتراوح أعمارهم بين 9 و12 سنة.

4.2 أدوات البحث

1.4.2 استبيان التصور في الرياضة (Sport Imagery Questionnaire) ،

يعتبر من أكثر الأدوات التي تم تطبيقها في مجال علم النفس الرياضة وقد قام بإعداده " مارتنز (1982"Mratens) ويقدم هذا الاستبيان وصفاً لأربع خبرات شائعة في المجال الرياضي وهي:

الممارسة الفردية ، الممارسة مع الآخرين مشاهدة زميل والاشتراك في المنافسة وبعد قضاء دقيقة واحدة للتصور على كل بعد من هذه الإبعاد الأربعة يقوم اللاعب بالاستجابة على مقياس تقدير من خمسة أبعاد وهي تبدأ من عدم التصور الى تصور واضح لبعض إشكال حسية وهي (البصر- السمع – والإحساس الحركي والحالة الانفعالية المصاحبة وقد قام بتعريب هذا المقياس (راتب أ.، 1995).

2.4.2 مقياس دايتون للقدرات الحس حركية:

يهدف هذا المقياس إلى قياس الكفاءة الإدراكية (الحس – حركية) والتي تعتمد على العديد من العوامل الحركية يساعد على تحديد ونمو القدرات الإدراكية الحركية، ويعني امتلاك الطفل لهذه العوامل أنه يمتلك القدرة على الادراك وتتألف بطارية هذا المقياس من 15اختبار فرعي

وتم اختيار ثلاث اختبارات من هذا المقياس تتعلق بفرضيات بحثنا وهي كالآتي:

- **إدراك المجال والاتجاهات**: يطلب من الطفل الإشارة إلى الاتجاهات التالية: (أمام – خلف- أسفل – بجانبك .)يوضع مكعبات على المنضدة ويطلب من الطفل وضعها(أسفل – أعلى – على القمة – في القاع – بين) تمنح نصف درجة لكل اتجاه صحيح،
- **الإيقاع والتحكم العصبي العضلي**: في كل مرة إذا تمكن من الحجل على قدم واحدة (ست مرات متتالية)، على نفس الرجل درجتين والرجل الثانية درجتين، يمنح الطفل (2) درجة لكل خطوة صحيحة
- **التوازن:** يقف الطفل على قدم واحدة والعينان مغلقتان لمدة (5) ثانية ثم يتم تبديل القدمين، يمنح الطفل (2) درجة لكل قدم (مركز ديبنو للتفكير و التعليم، 2017).

3.4.2 الأسس العلمية للأداة (سيكوميترية الأداة)

* **الصدق**: تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار. ويحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتا تاما (مروان، 1999، صفحة 68)

وفي دراستنا اعتمدنا على صدق المحكمين حيث قمنا بعرض الاختبارات والقصص الحركية المستعملة على عدد من المختصين في مجال التربية الحركية ورياض الأطفال الذين أبدو موافقتهم لسلامة القصص الحركية بشكل كامل

* **الثبات:** إن ثبات النتائج المتحصل عليها في الاختبارات أمر ضروري من أجل إعطاء مصداقية للاختبار، وقد قمنا في دراستنا بإجراء الاختبارات، ثم قمنا بإعادة نفس الاختبارات وفي نفس الظروف، ثم قارنا النتائج المتحصل عليها بواسطة معامل الارتباط **بيرسون** ووجدنا أن قيمة الارتباط قوية جداً في جميع الاختبارات المدروسة كما هو موضح في الجدول رقم (01).

جدول رقم (01) يبين درجة ثبات الاختبارات المستعملة

الاختبارات	معامل الارتباط	الملاحظة
إدراك المجال والاتجاهات	0،73	ارتباط قوي
الإيقاع والتحكم العصبي العضلي	0،94	ارتباط قوي
التوازن	0،93	ارتباط قوي

4.2.4 الوسائل الإحصائية

لكي يتسنى لنا التعليق والتحليل للنتائج المتحصل عليها بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي تتضمن معالجة الحسابات التي تمكننا من ترجمة النتائج بطريقة دقيقة للاختبارات التي قمنا بها لأجل هذا الغرض استعملنا الأدوات التالية:

***المتوسط الحسابي:**

يعتبر أحد الطرق الإحصائية الأكثر استعمالا خاصة في مراحل التحليل الإحصائي فهو حاصل قسمة مجموعة مفردات أو قيم في المجموعة التي أجري عليها القياس: س1، س2، س3، ...، سن، على عدد هذه القيم ن ويصطلح عليه عادة س (السامراني ع.، 1973، صفحة 75).

$$\bar{س} = \frac{\sum س}{ن}$$

***الانحراف المعياري:**

وهو من أهم مقاييس التشتت وأدقها، حيث يدخل استعماله في الكثير من قضايا التحليل الإحصائي والاختبارات، ويرمز له بالرمز: ع، فإذا كان قليلا أي قيمته صغيرة فإنه يدل على أن القيم متقاربة، والعكس صحيح (السامراني ن.، 1975، صفحة 55).

$$ع = \sqrt{\frac{\sum (س - \bar{س})^2}{ن - 1}}$$

8- معامل ارتباط بيرسون

تقوم هذه الطريقة على أساس حساب المتوسط الحسابي لكل من المتغيرين المراد معرفة العلاقة بينهما، ثم يتم حساب انحراف كل قيمة عن متوسطها ثم تربيع هذه الانحرافات وضربها في بعضها بعد ذلك، ثم يطبق قانون معامل ارتباط بيرسون عن طريق الانحرافات وهو:

$$r_p = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum x)^2)(n\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

3. عرض وتحليل النتائج:

1.3 عرض النتائج:

جدول رقم (02) يبين نتائج مقياس التصور العقلي في الرياضة

الأبعاد / الرياضيين	التصور البصري	التصور السمعي	تصور الإحساس الحركي
01	15	14	13
02	12	15	14
03	9	14	12
04	10	11	11
05	11	12	12
06	13	14	15
07	13	11	9
08	10	15	13
09	8	13	11
10	11	14	15
11	9	11	14
12	14	10	12
13	12	12	13
14	15	14	11
15	11	15	14
16	14	10	10
17	14	14	9
18	13	12	12
19	11	11	13
20	9	12	14
21	11	9	15
22	14	14	13
23	15	11	11
24	13	10	14
25	14	14	12
26	12	9	9
27	15	15	14
28	11	13	11

جدول رقم (03) يبين نتائج مقياس دايتون للقدرات الحس حركية

الأبعاد / الرياضيين	التوازن	الإيقاع والتحكم العصبي العضلي	إدراك المجال والاتجاهات
01	14	15	15
02	13	14	13
03	10	13	13
04	10	12	12
05	12	14	11
06	12	11	14
07	12	15	10
08	11	15	12
09	9	14	12
10	10	13	14
11	11	12	14
12	15	11	13
13	14	11	13
14	13	13	12
15	13	14	14
16	15	11	11
17	15	14	11
18	12	12	10
19	12	10	12
20	10	11	15
21	12	10	14
22	12	14	14
23	15	12	10
24	14	11	13
25	13	13	12
26	12	10	11
27	14	14	13
28	10	14	12

2.1.3 عرض نتائج مقياس دايتون للقدرات الحس حركية:

2.3 تحليل النتائج:

الجدول رقم 04 يبين العلاقة بين التوازن والتصور البصري

المقياس	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	درجة الاحتمال المعنوية sig	مستوى الدلالة
مقياس دايتون للقدرات الحس حركية	التوازن	12,32	1,7649	0,81	0,013	0,05
مقياس التصور العقلي	التصور البصري	12,10	2,07			

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ أن متوسط التوازن قدر بـ (12,32) والإنحراف المعياري قدر بـ (1,76) ، أما أن متوسط التصور البصري قدر بـ (12,10) والإنحراف المعياري (2,07) ، أما فيما يخص معامل الإرتباط فيساوي (0,81) عند مستوى دلالة (0,05) ، وقيمة الإحتمال SIG فتساوي (0,013) وهي أقل من (0،05) بالتالي توجد علاقة طردية بين مستوى التوازن و مستوى التصور البصري , و من هاته النتائج يتضح أن مهارة التصور البصري تعتمد بدرجة كبيرة على حاسة الإبصار وعمليات التخيل و إدراك العلاقات بين مجموعه من الأجزاء وقدرة الفرد على التصور البصري لموضع جسم متحرك في الفضاء ,وهي تركز على الدقة البصرية أو التمييز البصري , وإدراك المساحة أو العمق, والتوازن العضلي للعينين عند النظر و التركيز على موضع شيء معين لمعرفة العلاقة بين الوضع الحالي و الوضع الذي يصبح فيه, و كذلك إدراك العلاقة بين الشكل الحالي للجسم و الشكل الذي يتحول إليه الجسم عند ثنيه أو عند تحريك شيء معين لليمين أو لليسار أو وضع هذا الشيء في وضع معكوس,وكذلك تصور أوضاع مكونات شيء معين إذا تم فصلها عن بعضها , وفي تقدير أبعاد الشكل في الأوضاع المختلفة.

جدول رقم 05 يبين العلاقة بين الإيقاع و التحكم العصبي العضلي و التصور السمعي

المقياس	المحاور	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الإرتباط	درجة الاحتمال المعنوية sig	مستوى الدلالة
مقياس دايتون للقدرات الحس حركية	الإيقاع و التحكم العصبي العضلي	12,60	1,61	0,71	1200,	0,05
مقياس التصور العقلي	التصور السمعي	12,46	1,91			

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ أن متوسط ا الإيقاع و التحكم العصبي العضلي قدر بـ (12,60) والإنحراف المعياري قدر بـ (1,61) ، أما أن متوسط التصور السمعي قدر بـ (12,46) والإنحراف المعياري (1,91) ، أما فيما يخص معامل الإرتباط فيساوي (0,71) عند مستوى دلالة (0,05) ، وقيمة الإحتمال SIG فتساوي (0,012) وهي أقل من (0,05) بالتالي

توجد علاقة طردية بين مستوى الإيقاع و التحكم العصبي العضلي و مستوى التصور السمعي , ويعزو الباحثون ذلك الى ان التصور السمعي يؤدي لتكوين صور أفضل للعمل المراد تعلمه وبالتالي تكوين برامج حركية اشمل وتحتوي على ابعاد متعددة وهذا يؤدي بدوره الى تعلم افضل يشمل جميع المتغيرات المتعلقة بالبيئة وهذا ما اكده شمعون الذي اشار الى ان الدماغ يأخذ صور عن المحيط اما عن طريق النظر وجمع المعلومات البصرية او عن طريق السمع وتحويل هذه المعلومات الإرشادية والوصفية الى صورة تدخل الدماغ ويتم التعامل معها بشكل أفضل (شمعون، 1995)

جدول رقم 06 يبين العلاقة بين إدراك المجال والاتجاهات وتصور الإحساس الحركي

المقياس	المحاور	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الإرتباط	درجة الاحتمال المعنوية sig	مستوى الدلالة
مقياس دايتون للقدرات الحس حركية	إدراك المجال و الإتجاهات	12,5	1,45	0,77	1400,	0,05
مقياس التصور العقلي	تصور الإحساس الحركي	12,35	1,8			

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن متوسط إدراك المجال و الاتجاهات قدر بـ (12,5) والإنحراف المعياري قدر بـ (1,45) ، أما أن متوسط تصور الإحساس الحركي قدر بـ (12,35) والانحراف المعياري (1,8) ، أما فيما يخص معامل الإرتباط فيساوي (0,77) عند مستوى دلالة (0،05) ، وقيمة الاحتمال SIG فتساوي (0,014) وهي أقل من (0،05) بالتالي توجد علاقة طردية بين مستوى إدراك المجال و الإتجاهات و مستوى تصور الإحساس الحركي. وهذا يتفق مع ما يقوله بياجيه بأن الحركة تتأثر بالإدراك كما يتأثر الإدراك بالحركة ولا يمكن الفصل بينهما، و قد عبر بياجيه تعبيرا دقيقا عن هذه العلاقة عندما وضع ما أسماه بالمخططات الحس-حركية للتعبير عن حقيقة التكامل الإدراكي الحركي , كما يؤكد بياجيه أن أي تمييز بين كل من الوظائف الحركية و الوظائف الإدراكية ليس أكثر من استجابة لحاجات البحث و التحليل العلمي .

4. الاستنتاج العام:

من خلال النتائج المتحصل عليها سابقا، وما أسفرت عنه من استنتاجات، تبين أن وجود علاقة طردية بين مستوى التصور العقلي و القدرات الإدراكية الحس حركية لدى ناشئ كرة الطائرة ومن ثم وجدنا أن الفرضيات الخاصة بدراستنا قد تحققت ، من خلال تحقق الفرضيات تحققا كاملا يمكننا القول أن الفرضية العامة قد تحققت والتي تفترض وجود علاقة بين التصور العقلي و القدرات الحس حركية، وهذا ما يؤكد على أن الهدف الرئيسي من الدراسة قد تحقق .

إن إتباع الاهتمام بالتدريب العقلي كطريقة للرفع من مستوى القدرات الإدراكية الحس الحركية هي من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للفائدة الكبيرة التي تقدمها لناشئ كرة الطائرة حيث تستدعي وضع اللاعب ظروف و مواقف حقيقية مشابهة لما هو موجود في الواقع ، وهذا ما تطلب من المربيين الاعتماد على التدريب العقلي بشكل كبير لتطوير وتنمية القدرات الإدراكية الحس حركية لناشئ كرة الطائرة ، إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد اللاعب في بناء جسمه

وعقله بصورة سليمة، وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة إعطاء التصور العقلي المكانة والأهمية التي يستحقها أثناء عملية التدريب ، وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لابد أن تكون مرجعا ومنطلقا للمختصين في مجال تدريب الناشئين للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح .

5- خاتمة

لقد أصبح الاهتمام بالجانب العقلي للرياضي دور كبير في مجال التدريب الرياضي وقد ظهرت بحوث كثيرة في مجال علم النفس الرياضي وهذا قصد الوصول بالرياضي لأعلى المستويات من كل النواحي ويعد التصور العقلي أحد الأساليب العقلية المستخدمة في هذا المجال و من هنا انطلقت هذه الدراسة حول إشكالية علاقة التصور العقلي بمستوى القدرات الحس حركية لدى لاعبي كرة الطائرة ، فمن خلال النتائج المتوصل إليها و تأكيد الفرضيات وعليه فان القدرة على التصور العقلي من المتغيرات الهامة التي تؤثر في الأداء اذ يستعمل لغرض تجسيد الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني، وان اغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطيعون بواسطة التصور العقلي مقارنة استجاباتهم بالأداء الأمثل ومن ثم تصحيح الاستجابات الخاطئة، ومن هنا تتضح أهمية البحث في استعمال التصور العقلي كوسيلة تساعد في تعلم المهارة وترسيخها لفترة طويلة واعتبارها جزءاً مساندا ومكملا لها

و للتصور العقلي علاقة مباشرة بمستوى القدرات الإدراكية الحس الحركية حيث يعتبر التصور الحركي المرحلة التي تسبق تنفيذ المهارة التي أساسها القدرات الإدراكية الحس حركية التي تعد إحدى العمليات العقلية التي تؤدي دوراً مهماً في تكامل الأداء الحركي والشعور العضلي الصحيح عند الأداء لمختلف أجزاء الجسم وفقاً لخصوصية الأداء

، وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لابد أن تكون مرجعا ومنطلقا للمختصين في مجال التدريب النفسي للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح

الاقتراحات والتوصيات:

في حدود نتائج البحث وانطلاقاً من الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصى الباحث بما يلي:

- ضرورة الاهتمام بتطوير القدرات الحس حركية عند ناشئ كرة الطائرة.
- التأكد على التدريب على المهارات النفسية وبصفة خاصة التصور العقلي لما له من دور بالغ الأهمية في زيادة فاعلية الاداء سواء في التدريب أو المنافسات.
- أهمية العمل على استخدام القياسات النفسية خلال الموسم الرياضي حتى يمكن التعرف على مواطن القوة والضعف واحتياجات اللاعبين لتحقيق الأمثل من الفاعلية في التدريب والمنافسات.
- استخدام اختبارات القدرات الحس حركية تساعد في تقيم مستوى الناشئين.
- إقامة دورات للمدربين عن كيفية استخدام تمارين التصور العقلي مع الناشئين.
- ضرورة رفع مستوى تركيز اللاعب، كرفع مستوى التعلم الحركي خاصة في حالة تعلم مهارة جديدة
- القيام بالتهيئة المسبقة للاعب كي يواجه سلوكا يمكن أن يحدث في موقف تدريبي او خلال المنافسة واستبداله بموقف إيجابي مرغوب فيه

المراجع العربية:

- أبو الطيب حسن. (2013). الشعور العقلي وعلاقته بالإدراك الحس حركي لدى سباحي المنتخب الأردني. دراسات العلوم التربوية، المجلد 40، ملحق3.
- اسامة كامل راتب. (1990). النمو الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أسامة كامل راتب. (1995). علم نفس الرياضة. القاهرة : دار الفكر العربي.
- حسن حسين قاسم. (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية الأردن: دار الفكر العربي.
- زغلول سعد محمد سعد زغلول، و لطفي السيد محمد. (2001). الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم و المدرب. القاهرة:.
- السامراني،ع .ل .(1973) .الإحصاء في التربية الرياضية، .العراق :دار الكتاب والطباعة والنشر.
- السماك،م .أ .(1989) .الأصول في البحث العلمي .دار الحكمة للطباعة والنشر .
- عبد الرحمان عيساوي. (1992). سيكولوجية النمو- دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق. بيروت: دار النهضة العربية.
- عبد المجيد إبراهيم مروان. (1999). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختيارات في التربية الرياضة. عمان.
- عبد النور موساوي، و يوسف بركان. (2009). الإحصاء. الجزائر: دار العلوم.
- الفهري،ع2017) .، .(17 05 مفهوم التصور العقلي 1). .(2موقع الرياضة Récupéré sur: https://arriyadiyah.com/553523 .
- قاسم ،ح .ح .(1998) .الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية .الأردن : دار الفكر العربي.
- لبشيري أحمد (2018)، تأثير استخدام التصور العقلي في برنامج الاعداد البدني السنوي على تحسين بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة الطائرة ، مجلة الإبداع الرياضي بالمسيلة ، المجلد 9 العدد 1 -، الصفحة.
- محمد حسن علاوي. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- مركز ديبنو للتفكير و التعليم. (2017). مقياس القدرات الإدراكية الحس حركية. عمان: مركز ديبونو لتعليم التفكير.

- نزار الطالب، محمود السامراني. (1975). مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية، . العراق: دار الكتاب والطباعة والنشر.

المراجع الأجنبية

- M. (1996). Initiation Pratique A La Metodologie Des Sciences Humaines. québec.،Angers
- A. (1995). recherche et méthodologie en science humaines. Québec: Édition Études ،Lamoureux vivantes.