

الذكاء الجسمي - الحركي و علاقته بإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو صنف اقل من 17 سنة

Physical-Bodily/Kinesthetic intelligence and its relation to the Managing psychological stress among taekwondo athletes. Category under 17 years old

لحمر عقبة^{1*} ، قاسمي فيصل²، محمد مهدي يحي³

¹ جامعة محمد الشريف مساعدي سوق اهراس، o.lahmar@univ-soukahrass.dz

² جامعة العربي التبسي تبسة، faycalgasm@gmail.com

³ جامعة محمد الشريف مساعدي سوق اهراس، m.yahia@univ-soukahrass.dz

مخبر علوم الأنشطة البدنية الرياضية والصحة العمومية - جامعة سطيف 02

تاريخ الاستقبال: 2022/06/23؛ تاريخ القبول: 2022/10/20؛ تاريخ النشر: 2023/02/23

ملخص: يهدف البحث الحالي إلى إبراز العلاقة بين الذكاء الجسمي الحركي وإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة المنخرطين في الرابطة الولائية لرياضة التايكواندو بسكرة ، و ذلك من خلال التعرف على مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى عينة البحث ، و العلاقة الارتباطية بين الذكاء الجسمي الحركي وإدارة الضغوط النفسية.

تم اختيار عينة البحث و المتمثلة في مجموعة من الرياضيين المتمين للرابطة الولائية لرياضة التايكواندو بسكرة و المقدر عددهم 40، حيث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية . استخدم الباحث في الدراسة مقياس الذكاء الجسمي الحركي ، و اختبار الضغوط النفسية قائمة حالة قلق المنافسة. و تم التوصل إلى أن مستوى الذكاء الجسمي الحركي عالي. فيما كشفت النتائج عن وجود علاقة معنوية ايجابية بين كل من الذكاء الجسمي الحركي وإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو عند مستوى الدلالة 0.05

الكلمات المفتاح: الذكاء الجسمي الحركي ؛ إدارة الضغوط النفسية

Abstract: The current research aims to highlight the relationship between physical and kinetic intelligence and psychological stress management among Taekwondo athletes under 17 years old involved in the State Association of Taekwondo in Biskra , by identifying the level of physical intelligence of the research sample ,And the correlation between physical-kinesthetic intelligence and psychological stress management .

The research sample was selected, which consisted of a group of athletes belonging to the State Association of Taekwondo in Biskra, and their estimated number was 40, They were chosen randomly, The researcher used in the study the physical-kinesthetic intelligence scale , And the psychological stress test is a list of the state of competition anxiety

It was concluded that the level of physical-kinesthetic intelligence is high, While the results revealed the existence of a positive significant relationship between the bodily-kinesthetic intelligence and psychological stress management among taekwondo athletes at the significance level of 0.05.

Keywords: Physical-Bodily/Kinesthetic-intelligence; Managing psychological stress.

مقدمة :

تصنف رياضة التايكواندو كوسيلة للدفاع عن النفس حيث شغلت حيز كبير بين الألعاب الرياضية الفردية القتالية. و التي لها خصوصية في متطلباتها و تتصف بأشكال عديدة من المهارات تؤدي بطرق مختلفة و متعددة و أن هذه التقنيات تتطلب امتلاك الرياضيين مهارات نفسية و عقلية متعددة .

و لقد مرت رياضة التايكواندو في التدريب الرياضي بمرحلة التحسين و التطوير. حيث تشهد استقرار و ذلك وفقا لاستفتاء الرياضيين حيث لم يعد يهتموا بسمة الأداء بل تعدو إلى الدور القتالي الفعلي للتايكواندو . (Yuan & Jian, 2021)

و شهد التدريب الرياضي في السنوات الأخيرة تحولات مهمة حيث أصبح يهتم بالمتدرب كمركز للعملية التدريبية و كذلك دور المدرب في تسهيل و دعم العملية التدريبية. ومع تقارب الأداء البدني و الخططي و المهاري و النفسي أصبح الجانب المعرفي يلعب دور مهم في تحقيق الأداء الأمثل إلا انه من الانتقادات الشائعة طرق التدريب و المناهج التدريبية الكلاسيكية حيث لم تأخذ بعين الاعتبار الفروق بين الفروق بين الرياضيين و التنوع في ذكائهم المتعدد و المتنوع فيما بينهم . (Najeh & Ibrahim, 2020)

ظهرت نظرية الذكاءات المتعددة أواخر السبعينيات من طرف عالم النفس هوارد جاردنر، حيث قسم الذكاء إلى ثمانية أنواع و من بينها الذكاء الجسمي الحركي و هو الخبرة في استخدام الجسم للتعبير عن الأفكار و المشاعر و سهولة استخدام احد أجزائه للقيام بمهارة معينة. (Sami, Najeh, Mohd., & Omar, 2021)

و يتمثل أيضا انه قدرة بيولوجية أو طاقة ديناميكية نامية و هي ناتج تفاعل تكوينات جسمية وحركية و ظروف بيئية و تعني استطاعة لفرد التحكم و السيطرة على جسمه باستخدام حواسه الطبيعية في شكل تحريك اجزائه في الأوقات الصعبة . و قدرة استخدام الجسم ككل بشكل أسرع . أو القدرة على التوافق الحسي و الحركي أو امتلاك المعارف و الخبرات من خلال حركة (Ahmed & Nizar, 2020)

يعبر عن استخدام الفرد لجسده وحركاته بشكل امثل. و يمكن للأفراد الذين يتمتعون بذكاء جسمي مرتفع تطبيق الحركات الرياضية والألعاب الإيقاعية المنتظمة بسهولة. و يجمع بين مهارات التنسيق والتوازن والسرعة ومواهب اليد والمرونة و يمتلك هؤلاء الأفراد (اللاعبين والرياضيين وفناني التمثيل الإيمائي و رياضي الألعاب الفردية القتالية أمثلة جيدة على هذا النوع من الذكاء. (Tamer, Zeynep, Gürkan, & Selçuk, 2014)

تعد الضغوط النفسية هي إحدى العوائق التي يواجهها الرياضي و تؤثر في حياته الشخصية و مستوى أدائه فتختلف حسب شدة تأثيرها على الرياضيين في عديد من مواقف التدريب و المنافسة³ و في إدارة هذه الضغوط يستخدم الرياضي تقنيات مختلفة بغرض خفض التوتر و البعض الآخر يتعامل مع الجوانب المعرفية المتعلقة بتقويم مصدر الضغط. (ناظر، 2008)

تعتبر الضغوط النفسية احد أسباب التي تعيق العملية التدريبية بمسلكها المرجو و المطلوب، و تتضح الضغوط النفسية لدى المتدرب أو الرياضي على حالة من التوتر والإحباط أو المزاج السيئ الناتج عن ضغوط التدريب أو المنافسة أو ضغوط الحياة الشخصية حيث يؤثر على جوانب نفسية و عقلية أخرى و ينعكس ذلك على أداء الرياضي. (شنگه و عظيمة، 2019)

هو اضطراب التوازن بين قدرات و استطاعة الرياضي من جهة و المرغوب منه من جهة أخرى , فإذا ادرك الرياضي إن المطلوب منه يفوق قدراته و إمكانياته يؤدي به إلى الشعور بضعف الثقة بالنفس و يصبح يشعر بالتوتر و الإحباط الناتج على الضغط النفسي .
(عباس، 2021)

مشكلة البحث

نظرا لأهمية الذكاء الجسمي الحركي و إدارة الضغوط النفسية في المجال الرياضي فقد تم دراستهم في العديد من الأبحاث (محسن، 2016) حيث تناول الذكاء الجسمي الحركي و علاقته بالتفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم و أظهرت النتائج وجود علاقة معنوية إيجابية بين المتغيرين ، كما تناول (علي، 2021) مساهمة الذكاء الجسمي الحركي و اليقظة الذهنية باختبارات التهديف للاعبي الأكاديمية الرياضية لكرة القدم و توصل الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الجسمي الحركي و اليقظة الذهنية . أما الدراسات فيما يخص إدارة الضغوط النفسية فتناول (عباس، 2021) موضوع تأثير تدريب الاسترخاء على إدارة الضغوط النفسية لدى لاعبي الساحة و الميدان و خلص إلى جود علاقة معنوية إيجابية للقدرة على إدارة الضغوط لصالح القياس البعدي ، كما تناول (ختام، 2019) دراسة إدارة الضغوط النفسية و مستوى الذكاء العاطفي و علاقتهما بالتحصيل الدراسي لدى رياضيي السباحة و نتج عن وجود علاقة ارتباطيه بين إدارة الضغوط النفسية و الذكاء العاطفي

لهذا أردنا أن نبحث طبيعة العلاقة ما بين الذكاء الجسمي - الحركي وإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو بولاية بسكرة.

و بناء على ما تم التطرق إليه نسعى من خلال دراستنا إلى الإجابة على التساؤل التالي : هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين

الذكاء الجسمي - الحركي وإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة ؟

لينبتق عنه التساؤلات الآتية :

1- ماهو مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة ؟

2- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الجسمي الحركي و ادارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة.

الفرضيات الجزئية :

1- مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة عالي.

2- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الجسمي الحركي و ادارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة.

أهداف الدراسة :

1- إبراز مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى رياضيي التايكواندو بولاية بسكرة .

2- إظهار العلاقة بين كل من بين الذكاء الجسمي الحركي و إدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكواندو بولاية بسكرة.

الكلمات الدالة في الدراسة :

الذكاء الجسمي الحركي : هو قدرة أو استطاعة الفرد أو الرياضي على استخدام جسمه أو جزء منه لحل مشكلة أو القيام بحركة أو مهارة رياضية و التعبير عن الأفكار و الأحاسيس عن طريق الحركة , و الأشخاص الذين يمتلكون هذا النوع من الذكاء لهم درجة عالية من التوافق الجسمي الحركي ، و لديهم ميول للحركة و لمس الأشياء. (علي، 2021) ،ويعد الذكاء الجسمي الحركي القدرة على استخدام الجسم بحساسية و فعالية عالية حيث يمكن الأفراد من استخدام احد أجزاء أو الجسم كله في أداء أو القيام بمهارة حركية أي التوافق بين العقل و الجسد لتفسير الأشياء المادية و معالجتها. (Egemen, Osman, & Necati, 2012).

الضغوط النفسية : هو حالة انفعالية مؤلمة أو بغيضة يحاول الرياضي تجنبها و تؤثر عن الأداء عن طريق التوتر العضلي الزائد عن الحد ، كما انه تعمل على تضيق بؤرة انتباه الرياضي ،و تعرف كذلك بعدم التوازن بين المتطلبات (البدنية أو النفسية)و المقدرة على الاستجابة تحت ظروف عندما يكون الفشل في الاستجابة لتلك المتطلبات يمثل نتائج هامة . (ناظر، 2008).

الدراسات السابقة و المشابهة:

دراسة (سكينة، 2021)

"الذكاء الجسمي - الحركي و علاقته بالمرونة النفسية لدى لاعبي المبارزة "

هدفت الدراسة إلى :

1- الكشف على مستوى الذكاء الجسمي - الحركي للاعبي المبارزة .

2- إبراز مستوى المرونة النفسية لدى لاعبي المبارزة .

3- إظهار العلاقة بين الذكاء الجسمي - الحركي و المرونة النفسية للاعبي المبارزة.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث، اشتملت عينة الدراسة على 14 لاعب من مجتمع الدراسة الكلي ، كما استخدم الباحث مقياسي الذكاء الجسمي - الحركي و المرونة النفسية، و توصل الباحث إلى كلما كان الذكاء الجسمي - الحركي عالي كانت المرونة النفسية لدى اللاعبين عالية ، و أن اللاعبين لديهم القدرة من الاستفادة من الأحداث و المواقف التي يتعرضون لها بحيث تشكل لديهم عوامل وقاية ضمن بيئتهم الداخلية و الخارجية للتمكن من التكيف مع مختلف الظروف و الأوضاع لتحقيق الانجاز ، كما خلص إلى وجود علاقة معنوية ايجابية بين كل من الذكاء الجسمي - الحركي و المرونة النفسية للاعبي المبارزة المتقدمين.

دراسة : (Ahmed & Nizar, 2020)

"الذكاء الجسمي - الحركي و علاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة اليد "

هدفت الدراسة إلى التعرف على :

إبراز علاقة الذكاء الجسمي - الحركي و علاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبي نادي ديالي بكرة اليد الشباب

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة المشكلة ، تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية حيث اشتملت على لاعبي كرة اليد الشباب المشاركين في دوري أندية العراق للموسم الرياضي (2018-2019) و البالغ عددهم 96 يمثلون 08 أندية، و كانت عينة البحث هم لاعبي نادي ديالي و البالغ عددهم 12 لاعب .

استخدم الباحث مقياس الذكاء الجسمي-الحركي و اختبارات مناولة الكرة ،الطبطة ،و دقة التصويب بكرة اليد ، كما استعان بالوسائل الإحصائية وفق الحقيبة الإحصائية SPSS و تمثلت في (الوسيط ، الوسيط الحسابي ، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون) و توصل إلى الاستنتاجات التالية :

من خلال النتائج المستخلصة من الاختبارات أن هناك علاقة ارتباط معنوي بين الذكاء الجسمي الحركي و المهارات الأساسية قيد الدراسة المناولة ، التصويب ، الطبطة ، كما أن للذكاء الجسمي دور مهم في عملية التعلم و التدريب للمهارات الأساسية للتخصص.

دراسة (ختام أم موسى، 2019)

" مهارات مواجهة الضغوط النفسية و مستوى الذكاء العاطفي و علاقتهما بالتحصيل الرياضي لدى الطلبة المسجلين في اختصاصات السباحة في كلية التربية البدنية و الرياضية بالجامعة الأردنية "

هدفت هذه الدراسة التعرف على :

مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية و الذكاء العاطفي لدى طلبة السباحة بكلية التربية الرياضية

الفروق في مهارات مواجهة الضغوط النفسية و مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة السباحة بكلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس

الفروق في مهارات مواجهة الضغوط النفسية و مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة السباحة بكلية التربية الرياضية تبعا لمتغير مستوى المساق

استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملائمة طبيعة الموضوع ، و اشتملت عينة الدراسة طلبة كلية التربية البدنية و الرياضية في

الجامعة الأردنية المسجلين في اختصاص السباحة و البالغ ، استخدم الباحث مقياس الذكاء العاطفي و و مقياس مهارات مواجهة الضغوط النفسية ، وتوصل الباحث

مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية و الذكاء العاطفي جاء بمستوى متوسط لدى طلبة السباحة بكلية التربية الرياضية

مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية و الذكاء العاطفي لدى الطلاب أعلى من الطالبات في اختصاص السباحة

توجد علاقة ارتباطيه بين مهارات مواجهة الضغوط النفسية و الذكاء العاطفي لدى طلبة السباحة بكلية التربية الرياضية

التعليق على الدراسات السابقة :

استعرضنا مجموعة من الدراسات السابقة التي لها صلة بدراستنا الحالية ، التي بينت أن دراسة " العلاقة ما بين الذكاء الجسمي -

الحركي وإدارة الضغوط النفسية لدى رياضيي التايكوندو بولاية بسكرة " وقد اتضح ما يلي :

تختلف الدراسات السابقة فيما بينها من حيث الأبعاد و المتغيرات التي تم التركيز عليها من طرف كل دراسة، و من هذا المنطلق للدراسات السابقة آخذنا فكرة واضحة حول دراستنا ، للخروج بمعطيات جديدة التي تخدم رياضة التايكواندو في ولاية بسكرة ، بالإضافة إلى فتح المجال لأفكار جديدة لدراسات مستقبلية .

فالدراسات السابقة التي تم التطرق إليها في إطار بحثنا فقد خلص الباحث منها إلى عدة نقاط أهمها:

- كان للدراسات السابقة اثر كبير في تكوين أسس و تصور شامل للموضوع قيد الدراسة الأمر الذي ساهم في صياغة وضبط إشكالية وفرضيات الدراسة بشكل دقيق .

- من حيث الإطار المنهجي للدراسة في تحديد المنهج و أداة الدراسة

- الاستفادة من النتائج المتوصل و كذا الاقتراحات و التوصيات للدراسة الحالية بهدف الوصول الى نتائج تتماشى مع أهداف الدراسة و تبحث فرص لدراسات مستقبلية في نفس متغيرات الدراسة .

الجانب التطبيقي

1- الطرق المنهجية المتبعة :

التجربة الاستطلاعية :

بعد قيام الباحث بالاتصال بالرابطة الولائية للتايكواندو بسكرة، التي قدمت لنا جميع المعلومات عن النوادي الرياضية المنخرطة ، كما قام الباحث بزيارة ميدانية لعدد من هذه النوادي و كذا الاقتراب من رؤساء النوادي و المدربين المشرفين على رياضة التايكواندو هناك من اجل تسهيل عملية توزيع المقياس ، و كذلك اخذ فكرة عن المعوقات التي قد تواجه الرياضيين في فهم فقرات المقياس ، حيث أجريت التجربة الاستطلاعية من الرياضيين خارج عينة الدراسة و البالغ عددهم 15 رياضي الذين ينتمون لنادي اتحاد مستقبل العالية حيث استغرق الوقت للإجابة عن كل مقياس ب15 دقيقة ، وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية إظهار ما يلي

- استخلاص الشروط العلمية للأداتين .

- التجربة العملية لتوزيع استمارة مقياس الذكاء الجسمي الحركي و الضغوط النفسية

- التأكد من فهم الرياضيين لعبارات المقياسين، و حساب الزمن المستغرق للإجابة عليهما

- الكشف على المعوقات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الرئيسية.

أدوات جمع البيانات و المعلومات

اختبار الذكاء الجسمي الحركي :

تم اخذ مقياس الذكاء الجسمي الحركي الذي أعده (خوله احمد حسن ، 2006) ، و تم تقنينه من طرف (زانا، 2018) إذ يتكون

المقياس من (55) فقرة تقيس الذكاء الجسمي الحركي عند الرياضيين حيث بلغت الفقرات الموجبة فيه (46) فقرة تحمل الأرقام : (1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-13-14-15-17-18-20-22-24-25-26-28-29-30-31-33-34-35-

36-37-38-39-40-41-43-45-46-47-48-49-50-51-52-53-54-55) بينما بلغت الفقرات السالبة (09) فقرات و التي تحمل الأرقام : (12-16-19-21-23-27-32-42-44) ، و تكون الإجابة على الفقرات من خلال أربعة بدائل للإجابة تراوحت من (1-4) للفقرات الموجبة و من (4-1) للفقرات السالبة و هي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي قليلا ، لا تنطبق علي أبدا).

قام الباحث بوضع تعليمات للإجابة عن فقرات المقياس حيث إن الإجابة الصحيحة هي بوضع تعليمات تسهل على المجيب الجواب الصحيح و تم التأكد على البساطة بالكلمات ووضوح المعاني و التأكد على الدقة و الصدق بالإجابة وإعلام المفحوصين بان إجابتهم سرية و لغرض البحث العلمي .

اختبار الضغوط النفسية :

استخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية قائمة حالة قلق المنافسة وضعه (مارتنز و زملائه، 1990) و اعد صورته العربية (اسامة، 2004)، و قد استخدم في العديد من الدراسات الجزائرية و العربية ، حيث يتكون من (27) فقرة ، و تكون الإجابة على الفقرات من خلال أربعة بدائل للإجابة تراوحت من (1-4) للفقرات الموجبة و من (4-1) للفقرات السالبة و هي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي قليلا ، لا تنطبق علي أبدا).

الشروط العلمية للأداتين :

الجدول (1) : جدول رقم (01) يمثل الشروط العلمية لأدوات الدراسة

معامل الصدق	معامل الثبات	العدد	
0.86	0.72	15	اختبار الذكاء الجسمي -الحركي
0.83	0.70	15	اختبار الضغوط النفسية

منهج البحث :

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية ملائمة طبيعة الدراسة .

مجتمع و عينة الدراسة :

يتمثل مجموع الرياضيين المنخرطين في رياضة التايكواندو بولاية بسكرة حسب الإحصائيات المقدمة من طرف الرابطة الولائية لرياضة التايكواندو خلال الموسم الرياضي (2022/2021) ، حيث يبلغ المجتمع الأصلي للبحث 427 رياضي منخرط من كلا الجنسين . أما عينة الدراسة فتمثلت في 40 رياضي اقل من 17 سنة.

إجراءات التطبيق الميداني:

تم إجراء التطبيق الدراسة وفق الخطوات الآتية :

- تحديد مجتمع و عينة الدراسة .
- إعداد أداة الاختبار ثم استخراج معاملي الصدق و الثبات لهما .
- تطبيق الاستبيان على عينة الدراسة و المتمثلة في 40 رياضي اقل من 17 سنة
- تفرغ البيانات تبعا لمتغيرات الدراسة .
- استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات التي تم إدخالها .
- تفرغ النتائج الإحصائية و جدولتها .
- تفسير النتائج و مناقشتها .
- استخلاص المقترحات و التوصيات .

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

- للإجابة على تساؤلات الدراسة استخدمنا برنامج المعالجة الإحصائي SPSS و المتمثلة في :
- المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية و اختبار t لعينة واحدة و ذلك لتحديد مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى عينة الدراسة .
 - معامل الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين كل من الذكاء الجسمي الحركي و إدارة الضغوط النفسية.

2- عرض النتائج و مناقشتها :

عرض و مناقشة الفرضية الاولى:

مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى رياضي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة عالي.

الجدول (2) : يمثل نتائج الذكاء الجسمي الحركي لدى عينة الدراسة

درجة الحرية	المتوسط الفرضي	القيمة الاحتمالية (sig)	(t) المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الذكاء الجسمي الحركي
39	137.5	0.012	2.375	12.61	142	

من خلال الجدول رقم (02) نلاحظ المتوسط الحسابي للذكاء الجسمي الحركي لعينة الدراسة هو (142) بانحراف معياري يقدر ب (12.61) و عند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس و الذي يقدر ب (137.5) عند درجة حرية (39) اتضح أن متوسط درجات عينة الدراسة أعلى من المتوسط الفرضي للفقرات، و عند اختبار الفرق بين المتوسطين باستخدام اختبار t حيث قدرت قيمتها (2.375) بينما بلغت القيمة الاحتمالية (sig) (0.012) . و هذا يدل على أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطين عند مستوى دلالة (0.05)، مما يعني أن عينة الدراسة تتصف بدرجة جيدة من الذكاء الجسمي - الحركي. و هذا لان الفرد

الرياضي الذكي اقدر من غيره على طبيعة الحال من سرعة التصرف في مواقف اللعب المختلفة و يستخدم هذا للإشارة إلى الذكاء العملي في النشاط الرياضي و أن الذكاء الجسمي الحركي يعمل على ضبط حركات الجسم و يتمكن من مسك الأشياء بدقة و التعبير عن السلوك من خلال الجسم (علي، 2021)

عرض و مناقشة الفرضية الثانية :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الجسمي الحركي و ادارة الضغوط النفسية لدى رياضي التايكواندو اقل من 17 سنة بولاية بسكرة.

الجدول (3) : يوضح العلاقة بين الذكاء الجسمي الحركي و الضغوط النفسية لدى رياضي التايكواندو.

الارتباط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية (sig)	مستوى الدلالة
الذكاء الجسمي الحركي	142	12.61	0.74 (*)	0.004	0.05
الضغوط النفسية	73	6.54			

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للذكاء الجسمي الحركي بلغ (142) بانحراف معياري قدر ب(12.61) ، أما المتوسط الحسابي للضغوط النفسية بلغ (73) بانحراف معياري قدر ب(6.54) ، أما فيما يخص قيمة معامل الارتباط فيساوي (0.74) عند مستوى دلالة (0.05)، و قيمة الاحتمال (sig) تقدر ب(0.004) و التي تعتبر اقل من 0.05 و هذا معناه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الجسمي الحركي ومهارة إدارة الضغوط النفسية لدى رياضي التايكواندو اقل من 17 سنة أي انه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية لرياضي التايكواندو كانوا أكثر تمتع بمهارة إدارة الضغوط النفسية و بالتالي كلما ارتفعت مهارة إدارة الضغوط النفسية كان الذكاء الجسمي الحركي عالي .

و يمكن تفسير النتائج في ضوء أن الرياضي كلما تمكن من السيطرة على ضغوطه و التحكم في انفعالاته كان الذكاء الجسمي الحركي عالي و كان لديه رد فعل سريع و القدرة على قراءة و تفسير حركات الرياضي المنافس و انتقاء المهارة الصحيحة و التحكم في انفعالاته و ضبطها و تحويلها نحو الشيء الايجابي و هاذا ما تؤكد (سكينة شاكر، 2021) حيث كانت هناك علاقة معنوية ايجابية بين كل من الذكاء الجسمي الحركي و المرونة النفسية لدى لاعبي المبارزة المتقدمين. و آن زيادة نسبة المرونة النفسية تجعل الرياضي يتمتع بقدر عالي من ضبط النفس و إدارة المواقف و تجنب الضغوط و قدرة الرياضي الكبيرة على مواجهة المشاكل التي يتعرض لها، فالرياضي الذكي هو القادر على استخدام الجسم أو جزء منه بحساسية و فعالية عالية بمعنى آخر يتحكم في حركات الجسم لتفسير الأشياء المادية و معالجتها ، لتأسيس الانسجام بين العقل و الجسد. (Egemen, Osman, & Necati, 2012)

الاستنتاجات و التوصيات :

- في ضوء النتائج التي خلص إليها الباحث حاولنا التعرف على مستوى الذكاء الجسمي الحركي لدى رياضي التايكواندو المنخرطين في الرابطة الولائية بسكرة ، زيادة لاختبار العلاقة بينه و بين إدارة الضغوط النفسية ، حيث توصلنا إلى النتائج التالية :
- مستوى الذكاء الجسمي الحركي عالي لدى رياضي التايكواندو اقل من 17 سنة المنخرطين في الرابطة الولائية بسكرة.
 - توجد علاقة معنوية ايجابية بين كل من الذكاء الجسمي الحركي و إدارة الضغوط النفسية لدى رياضي التايكواندو اقل من 17 سنة المنخرطين في الرابطة الولائية بسكرة.
 - استنادا لما أشارت إليه النتائج و في حدود عينة البحث و ما توصل إليه الباحث من استنتاجات نقترح ما يلي :
 - القيام بدراسات مماثلة لهذه الدراسة في الألعاب الجماعية
 - اقتراح برنامج تدريبي على تنمية الذكاء الجسمي الحركي لمختلف الرياضات بصفة عامة و التايكواندو بصفة خاصة .
 - الاهتمام بمتغير الذكاء الجسمي الحركي و تطويره.
 - تأكيد المدربين على أهمية الكشف على مستوى الذكاء الجسمي الحركي عند انتقائهم للرياضيين .
 - الاهتمام بالمهارات النفسية التي تعتبر أهم عوامل الأداء الأفضل.

- الإحالات والمراجع :

- 1- ابراهيم علي زانا. (2018). مقياس الذكاء الجسمي الحركي على لاعبي بعض الالعاب الفردية و الجماعية. تأليف ابراهيم علي زانا، مقياس الذكاء الجسمي الحركي على لاعبي بعض الالعاب الفردية و الجماعية (الصفحات 106-109). الاسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة للنشر و دار الوفاء لدنيا الطباعة.
- 2- كمال راتب اسامة. (2004). تدريب المهارات النفسية. تأليف اسامة كمال راتب، تدريب المهارات النفسية (صفحة 272). القاهرة: دار الفكر العربي
- 3- حمد سمير علي. (12 02, 2021). نسبة مساهمة الذكاء الجسمي - الحركي و اليقظة الذهنية باختبار ارت التهديف للاعبي الاكاديمية الرياضية. المجلة العلمية لعلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية ، الصفحات 407-429. (زيارة 2022/01/22)
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/170014>
- 4- سليمان عمر شنكه، و عباس السلطاني عظيمة. (01 01, 2019). تأثير منهج بالارشاد المتمركز حول المسترشد في خفض الضغوط المهنية لدى بعض مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة اربيل. مجلة دراسات و بحوث التربية الرياضية ، صفحة 03. (زيارة 2022/03/18)
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-977991>
- 5- شاكور الوتار ناظر. (05 18, 2008). أثر برنامج إرشادي نفسي لإدارة الضغوط النفسية معرفياً لدى لاعبي كرة. مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، صفحة 04 (زيارة 2022/03/18).
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-331000>
- 6- شاكور حسن سكينه. (01 07, 2021). الذكاء الجسمي الحركي و علاقته بالمرونة النفسية. مجلة واسط للعلوم الرياضية ، الصفحات 194-205. (زيارة 2022/04/06)
<https://www.iasj.net/iasj/article/212956>

- 7-** محسن عليوي عباس. (01 01, 2021). تأثير تدريب الاسترخاء متعدد النظم على خفض الضغوط لدى لاعبي الساحة و الميدان. مجلة دراسات و بحوث التربية الرياضية ، صفحة 04. (زيارة 23/04/2022). <https://search.emarefa.net/detail/BIM-1266012>.
- 8-** محمد حسن محسن. (02 09, 2016). الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالتفكير الخططي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم. مجلة علوم التربية الرياضية ، صفحة 04. (زيارة 06/04/2022). <https://www.iasj.net/iasj/download/0a95c86058f653a4>
- 9-** موسى ختام. (01 01, 2019). ادارة الضغوط النفسية و مستوى الذكاء العاطفي و علاقتهما بالتحصيل الدراسي لدى رياضيي السباحة. دراسات العلوم التربوية ، الصفحات 164-182. (زيارة 14/05/2022). <https://journals.ju.edu.jo/DirasatEdu/article/viewFile/104132/10187>
- 10-** Ahmed, Q. n., & Nizar, N. H. (2020, 11 30). The Body-motor intelligence and its relationship to some basic skills for young handball. *Sports Culture* , p. 527. (Visited 18/11/2021) <https://www.iasj.net/iasj/download/8a94d4f807a1c925>
- 11-** Egemen, E., Osman, İ., & Necati, A. E. (2012, 04 03). THE EFFECT OF SPORTS ON THE BODILY - KINESTHETICS AND. *Journal of Sports and Performance Researches* , p. 24. . (Visited 12/04/2022) <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/190509>
- 12-** Najeh, R., & Ibrahim, A. (2020, 05 17). The representation of multiple intelligences in the science. *Thinking Skills and Creativity* , p. 03. (Visited 12/04/2022) <https://cutt.us/l5D2t>
- 13-** Sami, S., Najeh, R. A., Mohd., E. E., & Omar, A. S. (2021, 30 04). The representation of multiple intelligences in an intermediate Arabic-language textbook, and teachers' awareness of them in Jordanian schools. *Heliyon* , p. 02. . (Visited 23/04/2022) <https://www.cell.com/heliyon/home>
- 14-** Tamer, B., Zeynep, E., Gürkan, E., & Selçuk, B. (2014, 12 01). The Comparison of Multiple Intelligence Levels of 13 - 16 Years Old. *International Journal of Science Culture and Sport* , p. 82. . (Visited 18/11/ 2021) <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/91756>
- 15-** Yuan, S., & Jian, L. (2021). Empirical Analysis on the Effect of Actual Combat Elements in Simulated Taekwondo Teaching Based on VR Technology. *Application of Big Data, Blockchain, and Internet of Things for Education Informatization* (p. 570). china: ICST Institute for Computer Sciences, Social Informatics and Telecommunications Engineering . . (Visited 19/04/2022) https://link.springer-com.sndll.arn.dz/content/pdf/10.1007%2F978-3-030-87903-7_69.pdf