فوائد التصور العقلي في الرياضات الفردية لدى تلاميذ مرحلة الثانوية بمدينة البيض

أ/ مالكي عمار المركز الجامعي البيض

ملخص:

تطرقت الدراسة لأثر التصور العقلي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض "، فهدفت لمعرفة الدور الحقيقي الذي يلعبه التصور العقلي على أداء تلاميذ هذه المرحلة في الرياضات الجماعية، وكانت الفرضية العامة للدراسة " للتصور العقلي اثر ايجابي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض. واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالدراسة المسحية المناسبة وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية وكانت نسبتها (29%) من المجتمع الأصلي لتلاميذ (356 تلميذ وتلميذة)، واعتمد الباحثان على أداة الاستبيان المكونة من محورين (التصور العقلي، الرياضات الجماعية). وأسفرت نتائج الدراسة على: أن مستوى تصور العقلي عالي لدى تلاميذ مرحلة ثانوية، كما أن التصور العقلي يؤثر في أداء رياضات الجماعية لدى تلاميذ مرحلة ثانوية،واقترح الباحثان ضرورة استعمال التصور العقلي في حصص التربية البدنية والرياضية من اجل مساعدة التلاميذ لتكفل بأنفسهم وجعل أدائهم أكثر نجاعة على الأساتذة وإيجاد مواقف لتصور العقلي خلال حصص التربية البدنية والرياضية وذلك لمساعدة تلاميذ على التصور في مواقف اللعب أثناء المقابلات.

الكلمات المفتاحية: التصور العقلي، الرياضات الفردية، مرحلة التعليم الثانوي.

Abstract:

The study dealt with the effect of mental perception on the performance of team sports among high school students in El-Bayadh city. The study aimed to find out the real role that mental perception plays on the performance of students of this phase in team sports. The general hypothesis of the study "mental perception has a positive effect. On the performance of team sports among high school students in El-Bayadh. The two researchers used the descriptive approach in the appropriate survey study, and the sample was chosen in a random, intended manner, and its percentage was (29%) from the original community of (356 male and female students). The two researchers relied on a questionnaire tool consisting of two axes (mental perception, team sports). The results of the study resulted in: The level of mental perception is high among secondary school students, and the mental perception affects the performance of collective sports), and the two researchers suggested the need to use mental perception in physical education and sports classes in order to help pupils to sponsor themselves and make their performance more effective for teachers and find Mental visualization situations during physical education and sports classes to help pupils to visualize play situations during interviews.

Keywords: Mental perception, Collective sports, Adolescence, Secondary education

فوائد التصور العقلي في الرياضات الفردية لدى تلاميذ مرحلة الثانوية بمدينة البيض

1. مقدمة:

يشهد عصرنا الحاضر تطوراكبيرا وسريعا في شتى المجالات الحياة، وقد حظي مجال التعليم والتدريب الرياضي بنصيب وافر من النجاحات وتراكم الخبرات وأن هذه النجاحات لم تكن وليدة الصدفة وإنما نتيجة للتخطيط العلمي السليم واستعمال مختلف العلوم والمعارف، وتوصل إليه العلماء والباحثون والمختصون بشؤون التربية الرياضية والاستفادة من نتائج أبحاثهم ودراستهم في إرساء قواعد البناء الرياضي وتقدمه (**علاوي.، 2002**).

والتصور العقلي أكثر من مجرد الرؤية فهو خبرة في عيون العقل، ومن الأخطاء الشائعة أن التصور العقلي يرجع فقط على حاسة البصر وعلى الرغم من أن ذلك يعتبر صحيحا جزئيا، وأن حاسة البصر شكل جانبا أساسيا من عملية التصور، إلا أنه يمكن أن يتضمن أحد أو مجموعة من الحواس الأخرى مثل اللمس أو تركيبات منها، ويفضل استخدام جميع الحواس كلما أمكن ذلك (**أبو حطب فؤاد، صفحة 91**)، إظافة لكونه وظيفة معرفية للكائن الحي، وهو عامل أساسي في تطوير المهارات الحركية والأداء، وتفيد التقارير من الباحثين وأصحاب الخبرات العلمية وأن معظم اللاعبين وخاصة في المستويات الرياضية العالمية ويستخدمون التصور العقلي بصورة منتظمة ويشير علاوي إلى أن التصور الحركي يلعب دورا هاما في تنمية قدرات ومستوى الفرد الرياضي وأن التصور يعمل طابعا مركبا ويشمل على مكونات بصرية وأخرى حركية (**كامل راتب أسامة، 1995، صفحة 258**) ويرى الباحثون أن التصور العقلي لا يقتصر استخدامه على الاشتراك في المنافسة الرياضية، بل هو جزء مهم في مراحل تعلم المهارات الحركية واكتسابها وتطويرها، فقد أشار جرايد (**2005**)، **ومونتي** (**1998**) إلى دور التصور العقلي في تحسين الأداء المهاري واكتساب المهارات الجديدة، والقدرة على تنفيذ الخطط في الرياضات الجماعية.

والقدرة على التصور العقلي من المتغيرات الهامة التي تؤثر في الأداء، إذ يستعمل لغرض تجسيد الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني، وأن أغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطيعون بواسطة التصور العقلي مقارنة استجاباتهم بالأداء الأمثل ومن تصحيح الاستجابات الخاطئة (شمعون محمد العربي، 1996، صفحة 45)

ولأن الرياضة تعد أحد أهم الأنشطة الإنسانية فهي تكون الفرد من ناحيتين الفسيولوجية والنفسية وبالتالي فهي تزرع الثقة بالنفس إلا أن بعض الأنشطة الرياضية تخضع لعامل الميول ومكانتها عند المجتمع مثل الرياضات الجماعية.

2- إشكالية البحث:

تعد التربية البدنية والرياضة من أهم الميادين التي تهتم بالدراسات المطروحة على الساحة الرياضية ويعد الجانب الحركي عنصر من عناصر التنمية الفرد بصورة عامة والرياضي بصورة خاصة، وهذا راجع لما حققته من أبعاد تربوية وصحية واجتماعية ونفسية سواء محليا أو عالميا وقد توصل الاهتمام المختصين في الميادين العلمية إلى ظهور علوم وتقنيات في النشاطات البدنية والرياضية الحديثة حيث تسعى لتنمية وتطوير القوى البدنية (كقوة عضلية، سرعة التحمل وغيرها من صفات البدنية) والقوى الفنية كالمهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية والقوى النفسية ومن أبرز الاهتمامات تلك الخاصة بالجانب العقلي (**محمد حسن علوي ، 2002، صفحة 45**).

عرفت الرياضات الجماعية كل من رياضة كرة السلة و كرة اليد تطور كبير وحضورا في المحافل الدولية والقارية، حيث وصلت النتائج المحققة إلى المستوى المقبول، و كل هذا بفضل مختلف العلوم كالفيزيولوجيا والبيوكيمياء وعلم النفس وعلم الحركة، والتي ساعدت على تطور هذين الرياضيتين من حيث الوسائل وطرق التدريب والبرامج التدريبية المقترحة على الرياضيين والتي تتيح للعقل أن يتحدث إلى الجسم وأن يتحدث الجسم إلى العقل (**باهي مصطفى ، 2004**).

إذ رغم أهمية هذا الجانب وتطبيقيه في بداية القرن السابق في البلدان الأجنبية إلا أنه لم يحظى بالإهتمام المطلوب في بلادنا حتى في وقتنا الحالي، الذي يشهد تدني ملحوظ في المستوى الرياضي وعند النظر إلى مستوى التدريس أداء المهارات التصور العقلي في الرياضات الجماعية، أنه هناك تفاوت في مستوى بين التلاميذ في الثانوية في إنجاز بعض المهارات الأساسية لكرة السلة وكرة اليد، وخاصة وأنهم يتلقون نفس الجرعات التعليمية كمهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية والقوى النفسية وهي تعتبر من أبرز الاهتمامات المتعلقة بالجانب التصور العقلي وأثره على أداء الرياضات الجماعية بحيث اعتمدت دراساتهم ومراجعهم على نظريات وحقائق مفسرة لرفع مستوى الرياضي بصفة عامة (**علاوي محمد حسن، 2002، صفحة 45**).

ومن ناحية أخرى أن التصور العقلي وتدريب البدني فقط على أداء المهارات الحركية غير كافي لتعلمها وإتقانها بصورة كاملة في رياضات الجماعية (كرة السلة، كرة اليد) من خلال حصة واحدة في الأسبوع،حيث أن العملية التعلمية في المجال التربية البدنية والرياضية تعتمد على أساس الترابط الجانب البدني والعقلي (**مغرابي محمد زهير، 2011، صفحة 02**).

ومن هذا المنطلق وبغية السير الحسن مع الاتجاهات الحديثة في العملية التعليمية، وذلك لإعداد بحث للتصور العقلي المصاحب لأداء الرياضات الجماعية من أجل النهوض بالمستوى الأداء لدى التلاميذ.

ماجعلنا نقدم على طرح **التساؤل العام** :هل للتصور العقلي اثر ايجابي على اداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض؟

اضافة الى طرح **التساؤلات الجزئية** الآتية:

- هل التصور العقلي عالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض ؟
- هل هناك فروق ذات دالة إحصائية للتصور العقلي حسب نوع النشاط الممارس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض؟

3- فرضيات البحث:

3-1 الفرضية العامة :

للتصور العقلي اثر ايجابي على أداء في الرياضات الفردية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.

3-2 الفرضيات الجزئية:

- مستوى التصور العقلي عالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.
- توجد فروق ذات دالة إحصائية للتصور العقلي حسب نوع النشاط الممارس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.

4- أهداف البحث:

- إبراز مستوى التصور العقلي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.
- معرفة دور الحقيقي الذي يلعبه التصور العقلي على أداء في الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.

5- أهمية البحث :

وجاءت دراستنا تبرز أثر التصور العقلي على أداء في الرياضات الفردية وأهميتها في المجال الرياضي والذي يعتمد من خلال التصور الحركي قبل الأداء، ويمكن تقسيم الدراسة إلى أهمية نظرية وأهمية تطبيقية:

أولا: الأهمية النظرية:

- حسب إطلاعنا تم ملاحظة أن هناك نقص في الدراسات والأبحاث التي تطرقت لهذا الموضوع خاصة فيما يتعلق بأثر التصور العقلي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- تتضح كذلك أهمية هذه الدراسة بأن تكون إنشاء لله انطلاقة فعالة وعلاجية لوضع حلول لاستخدام التصور العقلي في أداء الرياضات الجماعية.

ثانيا: الأهمية التطبيقية:

بينما الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة فتتلخص فيما يلي:

- إبراز أهمية تنمية التصور العقلي على أداء الرياضات الجماعية.
- إبراز أهمية تنمية القدرات العقلية في تحسين مستوى الأداء لدى تلاميذ.

6- مصطلحات البحث:

6-1 التصور العقلي: يعرف **دورثي** التصور العقلي استرجاع من الذاكرة لأجزاء من المعلومات المختزنة من جميع الخبرات وإعادة تشكيلها بطريقة ذات معنى (شمعون محمد العربي ، 1996، صفحة 218).

6-1-1 التصور العقلي: هو الصورة الذهنية الصحيحة للأشياء والتي تدور على مستوى العقل قبل و أثناء الأداء

6-2 الرياضات الجماعية: هي عبارة عن لعبة رياضية تمارس على أرضية معينة وتلعب بوسائل معينة تحت تأثير قوانين ثابتة وتنظم على شكل منافسة فيها الرابح والخاسر ومن أمثلة هذه الألعاب الجماعية الرياضة كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة، كرة القدم (مقدم مراد، نوري ابوعمامة، 2012، صفحة 05).

6-2-2 الرياضات الجماعية: الألعاب الجماعية هي اشتراك عدد من اللاعبين في نشاط اجتماعي منظم بهدف اللعب، أي أن جوهرها اللعب، ولكن بشكل منظم وفي إطار اجتماعي.

6-3 المراهقة: فعل راهق يعني التدرج نحو النضج، من خلال التغيرات التي تطرأ على الشباب من الناحية البدنية والجنسية والعقلية وهي مرحلة انفعال المرء من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب فهي جسر يعبر عليه المرء من الطفولة إلى رجولته (رزيق مصطفى ، 1960، صفحة 10).

أي هي المرحلة المتوسطة بين الطفولة والرشد، وهي تقابل المرحلتين المتوسط والثانوي في النظام التعليمي

7- الدراسات المشابهة و المرتبطة:

إن التطرق إلى الدراسات المشابهة والمرتبطة هو عامل مساعد للبحث وهذا لمعرفة ما وفر الباحثون من آراء ونظريات ومعارف ومعلومات، تسهم في توفير قاعدة للباحثين للانطلاق في إعداد بحثهم هذا.

ومن المواضيع التي سبقت وتناولت بعض الجوانب لهذا الموضوع نجد الدراسات الآتي ذكرها:

- دراسة: حمزة الصديق سنة (2012) (ماجستير)،عنوانها: تأثير التصور العقلي على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية. وهدفت الدراسة إلى إبراز مستوى التصور العقلي لدى تلاميذ التربية البدنية وذلك من خلال قياسه ومعرفة أهمية التصور العقلي في تنمية وتحسين التعلم الحركي من خلال الأداء الحركي انطلاقا من التدريب على التصور العقلي، والتعرف على مدى مساهمة التدريب الذهني على التصور العقلي في الرفع من مستواه. مستعملا الباحث المنهج التجريبي، كأداة لجمع بيانات استعمل مقياس التصور العقلي. واشتملت عينة البحث على 40 تلميذا من أقسام التربية البدنية من المجتمع.

لحساب المعاملات الإحصائية تم استخدام الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الكيدو.

ولقد استفدنا من خلال هذه الدراسات في معرفة جميع الصعوبات التي واجهها الباحثون، وكذلك الاستفادة منها وأخذ العبرة من الأخطاء التي وقع فيها الباحثون، وهذا ما سمح لنا بالإلمام والربط بحيثيات الموضوع، وضبط متغيرات الدراسة.

1- منهج البحث:

إن الخطوة الأولى نحو تمكن الباحثون من انجاز بحثهم ونحو تمكنهم من الخروج بالنتائج العميقة دقيقة موثوق منها هي اختيارها للمنهج المناسب لدراسة الإشكالية بحثه (**احسان محمد الحسين، 1994، صفحة 47**).

1-2 مجتمع البحث:

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة، من تلاميذ السنة الأولى ثانوي (إناث و ذكور) بثانويات (أمحمد بوخبزة، محمد بلخير، طريق الحوض) الموجودة بمدينة البيض، حسب معطيات مقدمة من طرف مدير دراسات لكل ثانوية بلغ عددهم 356 تلميذ وتلميذة (206 إناث و 150 ذكور) للموسم الدراسي (2012-2013).

1-3- عينة البحث وكيفية اختيارها:

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع إذ تمثلت عينة البحث في تلاميذ السنة الأولى ثانوي من بعض ثانويات مدينة البيض(المتمثلة في ثلاثة ثانويات على مستوى مدينة البيض (ثانوية أمحمد بوخبزة – ثانوية محمد بلخير – ثانوية عشراتي بوحفص) وكان اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية مقصودة وهي كالآتي: الجدول رقم (**01**) يبين كيفية اختيار العينة ومواصفتها:

اسم ثانوية	الذكور	الإناث	النسبة المئوية
محمد بلخير	25	18	% 41
أمحمد بوخبزة	11	25	% 35
عشراتي بوحفص	12	13	% 24
المجموع	48	56	% 100

الجدول رقم(01): يبين كيفية اختيار العينة ومواصفتها.

1-4 الدراسة الاستطلاعية:

من خلال دراستنا حول موضوع " أثر التصور العقلي على أداء الرياضات الجماعية (كرة السلة وكرة اليد) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية " توجهنا إلى بعض ثانويات مدينة البيض، واتصلنا بالمدراء ثانويات من أجل الوقوف على مستوى التصور العقلي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال الحصص التربية البدنية والرياضية وخاصة الرياضات الجماعية.

وتم من خلال هذه الدراسة تقديم استبيان للتلاميذ وهذا من أجل تخصيص وجمع المعلومات والأفكار والتحقق من الفرضيات.

وبناء على هذا قمنا قبل الدراسة الأساسية بدراسة استطلاعية لعينة التلاميذ قوامها16 تلميذا كان الغرض منها ما يلي:

– صدق وثبات و موضوعية الاستبيان.

– مدى استجابة عينة البحث لعبارات الاستبيان.

– الصعوبات التي قد تعرقل سير توزيع الاستمارات.

– التأكد من وضوح التعليمات.

في حين تم تحديد عينة الدراسة وإجراء بعض المقابلات مع أفراد العينة وهذا كتمهيد للدراسة التي نحن بصدد تطبيقها.

ومن ثم تحديد أسئلة الاستبيان التي تم تناول فيها محورين: المحور الأول متعلق بالتصور العقلي، أما المحور الثاني فهو متعلق بالرياضات الجماعية.

1–5 مجالات البحث:

1–5–1 المجال البشري:

تتكون عينة البحث من تلاميذ يدرسون في بعض الثانوية مدينة البيض، تم اختيارهم بصفة عشوائية بسيطة من تلاميذ (ذكور و إناث)،

1–5–2 المجال المكاني:

تم توزيع استمارات استبيانيه على تلاميذ السنة الأولى من المرحلة الثانوية ببعض ثانويات مدينة البيض (أمحمد بوخبزة، محمد بلخير ، عشراتي بوحفص).

1–5–3 المجال الزماني:

بداية من شهر ديسمبر 2012 انطلقنا في دراسة الاستطلاعية الأولية كانت بتاريخ 2012/12/03 للثانويات المقصودة من اجل اتصال بمدراء ثانويات وكذلك تحديد كل من مجتمع البحث وعينة ومواصفتها، أما الدراسة الاستطلاعية الثانية من اجل توزيع الاستبيان في فيفري 2013 على مرحلتين الأولى من اجل ضبط عينة البحث قمنا بحصص النظرية من شرح مصطلحات التي استعصت على تلاميذ وكذلك وضع علامة استفهام أمام عبارة أو مصطلح غير مفهوم ومرحلة ثانية من اجل صدق وثبات الاستبيان وأما الدراسة الأساسية بتاريخ بداية شهر مارس 2013 أما الدراسة النظرية في الفترة الممتدة ما بين يوم 03 ديسمبر2012 إلى غاية يوم 15 أفريل2013.

1–6– مواصفات أداة البحث:

استخدمت في دراستنا محورين، يقيس المحور الأول التصور العقلي، بينما يقيس الثاني المواقف التفكير الخططي وذلك بعد تعديل وإضافة بعض العبارات حسب رأي المحكمين وتكونت العينة النهائية من24 عبارة 30 موقف.

1-7 الأسس العلمية لأدوات البحث: حتى يمكن الاعتماد و الوثوق بنتائج الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية، لابد من توفرها على الشروط العلمية (الصدق، الثبات، الموضوعية).

1-7-1 صدق الأداة:

لقد تم فحص بالطريقة التالية:

صدق المحتوى:

قصد التأكد من صدق محتوى الأداة وقصد تحقيق الشرط الأساسي في أداة البحث قمنا بعرضه على محكمين من أهل التخصص.

$\sqrt{\text{الثبات}}$ = معامل الصدق الذاتي (محمد صبحي حسانين، 1995، صفحة 183)

2-7-1 ثبات الأداة:

لإيجاد معامل الثبات طبق الاستبيان على نفس العينة الاستطلاعية، ثم أعيد تطبيقه بعد أسبوعين وقد بلغت قيمة (ر) لكل من المحور التصور العقلي، والمحور الرياضات الجماعية (90- 93) مما يشير إلى ارتفاع مقبول كمؤشر لثبات الدراسة: **الجدول رقم (02) يبين صدق وثبات الاستبيان بالطريقة الكلية.**

المحاور	عدد العبارات	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى دلالة	معامل الثبات	معامل الصدق
التصور العقلي	17	16	15	0.05	0.90	0.94
الرياضات الفردية	20	16	15	0.05	0.93	0.96
الاستبيان الكلي	37	16	15	0.05	0.92	0.95

الجدول رقم (02): يوضح عدد العبارات والمحاور وقيمة الصدق والثبات للاستبيان بالطريقة الكلية.

عرض وتحليل الجدول رقم (02): من خلال الجدول رقم (02) استخدمنا طريقة تطبيق الاختبار وإعادة الاختبار لإيجاد معامل الصدق والثبات وهذه الطريقة تقوم على أساس توزيع الاستبيان على مجموعة واحدة من التلاميذ مرتين متتاليتين في يومين مختلفين، ويدل الارتباط بين درجات تطبيق الأول وتطبيق الثاني على معامل استقرار(الثبات) وقد استعملنا معامل ارتباط البسيط (بيرسون) لاستخلاص معامل الثبات والصدق، ويبين الجدول رقم (02) أن جميع عبارات الاستبيان تتمتع بدرجات الصدق وثبات عالية،

إذ بلغت قيم معامل الارتباط بين التصور العقلي والرياضات الجماعية (0.95،0.92) عند درجة الحرية (15) ومستوى الدلالة (0.05) مما يدل على أن هذا الارتباط معنوي لجميع عبارات الاستبيان.

الجدول رقم (3) يبين صدق وثبات الاستبيان بالتجزئة النصفية.

المحاور	عدد العبارات	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى دلالة	معامل الثبات	معامل الصدق
التصور العقلي	17	08	07	0.05	0.94	0.96
الرياضات الفردية	20	08	07	0.05	0.97	0.98
الاستبيان الكلي	37	08	07	0.05	0.96	0.97

الجدول رقم (03): يوضح عدد العبارات والمحاور وقيمة الصدق والثبات للاستبيان بالتجزئة النصفية.

عرض وتحليل الجدول رقم (03): من خلال الجدول رقم (03) استخدمنا طريقة تطبيق الاختبار وإعادة الاختبار لإيجاد معامل الصدق والثبات وهذه الطريقة تقوم على أساس توزيع الاستبيان على مجموعة واحدة من التلاميذ مرتين متتاليتين في يومين مختلفين، ويدل الارتباط بين درجات تطبيق الأول وتطبيق الثاني على معامل استقرار(الثبات) وقد استعملنا معامل ارتباط البسيط (بيرسون) لاستخلاص معامل الثبات والصدق، ويبين الجدول رقم (03) أن جميع عبارات الاستبيان تتمتع بدرجات الصدق وثبات عالية، إذ بلغت قيم معامل الارتباط بين التصور العقلي والرياضات الجماعية (0.97،0.96) عند درجة الحرية (07) ومستوى الدلالة (0.05) مما يدل على أن هذا الارتباط معنوي لجميع عبارات الاستبيان.

3-7-1 الموضوعية:

من العوامل مهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار (الأسئلة الإستبيانية) وهي (أي الموضوعية) تعني التحرر من التمييز والتعصب في الآراء، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا حيث أن أهم صفات القياس (الاستبيان) الجيد أن يكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي أعدت أصلا لقياسها، وأن هناك فهما كاملا من جميع عينة البحث بما سيؤدونه (مروان عبد الحميد ابراهيم، 1992، صفحة 52).

وبما أنه تم عرض الاستبيان على الأساتذة المحكمين من أجل توضيح العبارات وصياغتها بطريقة مفهومة وسهلة وحذف غامضة غير مناسبة من أجل الحصول على صدق الاستبيان الذي تم تأكده بإضافة إلى إيجاد ثباته عن طريق تطبيقه وإعادة تطبيقه على تلاميذ، إذا يتبين لنا أن الاستبيان يتميز بدرجة عالية من الموضوعية.

1-8 الدراسة الأساسية:

بعد تصميم استمارة استبيان بشكل الأخير قمنا بتوزيعها على أفراد العينة المختارة في الفترة الزمنية بداية شهر مارس 2017 وبعد استرجاعها وفرزها وتفحص الإجابات تم تقديم مناقشة وتحليل النتائج الأسئلة التي طرحنها في استمارة الاستبيان تم إلغاء بعض الاستمارات لعدم اكتمال الاجابة وأخرى لعدم استرجاعها وفي الاخير كان عدد نهائي (90) استمارة، قمنا بوضع جداول لهذه الأسئلة تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية الموافقة لها وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج ونوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي تتضمنها الدراسة.

1-9 الوسائل الإحصائية:

من بين الأدوات أو الوسائل التي نستعملها في هذا البحث والتي ستساعدنا على عملية الوصف والتحليل والتفسير هي الأدوات الإحصائية.

فهي تهتم بالأساليب الرياضية أو العمليات اللازمة لتجميع ووصف وتنظيم وتجهيز وتحليل وتفسير البيانات الرقمية الكمية، وعليه تعتبر الأداة الإحصائية أداة أساسية للقياس والبحث.

- تصحيح استمارات كل مستجوب على حدا حسب طريقة التصحيح الخاصة بكل مقياس.
- تفريغ البيانات الرقمية في الاستمارات الخاصة وإدخالها في الحاسب الآلي لإجراء التحليل الإحصائي حسب الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

1- عرض وتحليل النتائج:

1- عرض وتحليل النتائج الفرضية الأولى:

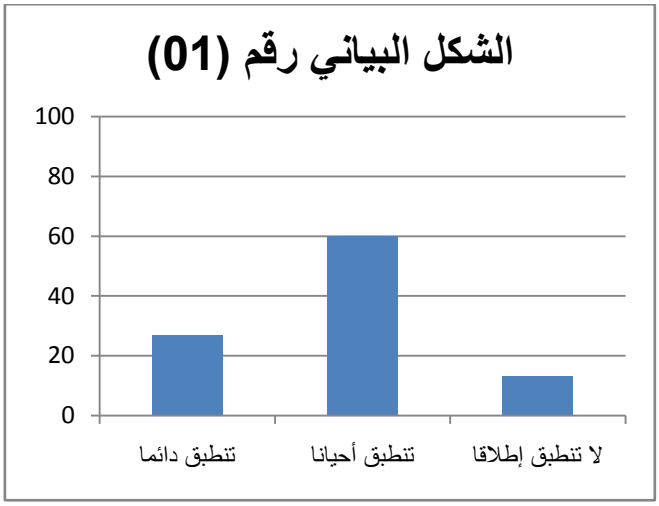
1-1-2 المحور الأول (التصور العقلي):

السؤال رقم(01): هل مدة ممارستك لرياضة الجماعية كافية؟ – تنطبق دائما– تنطبق أحيانا– لا تنطبق إطلاقا.

الجدول رقم(04): يبين مدة ممارسة للرياضة الجماعية.

الأجوبة	تنطبق دائما		تنطبق أحيانا		لا تنطبق إطلاقا		كا² المحسوبة	كا² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
العبارات	ت	%	ت	%	ت	%					
العبارة رقم(01)	33	27	54	60	03	13	14.6	05.99	0.05	02	دال

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (04) والذي يمثل إجابات التلاميذ على السؤال الأول حيث أن نسبة (27%) من تلاميذ يرون أن مدة ممارستهم لرياضة الجماعية كافية على أنها تنطبق دائما، بينما نسبة (60%) من تلاميذ يرونها أنها تنطبق أحيانا، بينما نسبة (13%) من تلاميذ أنها لا تنطبق إطلاقا مدة ممارستهم لرياضة جماعية. وبما أن **كا² المحسوبة** قدرت ب 14.6 أكبر من **كا² الجدولية** 05.99 هناك دلالة إحصائية لصالح مدة ممارسة الرياضة الجماعية. وهذا ما تم تمثيله في الشكل البياني رقم (01).



الاستنتاج: لقد استنتج الطلبة الباحثون مما سبق أن معظم تلاميذ يرون أن مدة ممارسة لرياضة الجماعية كافية بشكل تنطبق أحيانا وهذا راجع لأهميتها بالنسبة لتلاميذ هذه المرحلة وهذا ما أشرت اليه دراسة مقدم مراد ونوري إذ توصلوا أن الرياضات الجماعية تساهم في تطوير الجانب الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وتجعلهم يتمتعون بالصحة الجيدة

عرض وتحليل النتائج:

السؤال رقم (02): هل أداؤك للمهارة تراه جيدا ؟ – تنطبق دائم– تنطبق أحيانا– لا تنطبق إطلاقا

الجدول رقم (05): يبين تأدية تلميذ للمهارة.

الأجوبة / العبارات	تنطبق دائما		تنطبق أحيانا		لا تنطبق اطلاقا		$كا^2$ المحسوبة	$كا^2$ الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	ت	%	ت	%	ت	%					
العبارة رقم(02)	36	40	54	60	0	0	1.2	05.99	0.05	02	غير دال

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (05) والذي يمثل إجابات التلاميذ على السؤال الثاني حيث أن نسبة (40 %)من تلاميذ يرون أن تأدية للمهارة بشكل الجيد ينطبق دائما، ونسبة (60%) يرون أنها تنطبق أحيانا، بينما نسبة (00%) من تلاميذ أنها لا تنطبق إطلاقا لتأدية المهارة بشكل جيد . حيث بلغت **$كا^2$ المحسوبة** 1.2 وهي أقل قيمة من **$كا^2$ الجدولية** المقدرة ب 05.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ويمكننا القول أن أداء للمهارة غير دال إحصائيا،

الاستنتاج: لقد استنتج الطلبة الباحثون مما سبق أن تأدية تلاميذ للمهارة بشكل جيد ينطبق أحيانا وذلك راجع إلى نقص أداء حركي للمهارة بنسبة لتلاميذ المرحلة الثانوية وتشير دراسة أن القدرات القلية هي التي تساعد على تعبئة قدراتهم وطاقتهم لتحقيق أفضل أداء رياضي (**شمعون محمد العربي، 1996، صفحة 05**).

2- عرض وتحليل النتائج الفرضية الثانية:

2-2-1 المحور الثاني (الرياضات الجماعية)

الجدول رقم (6): يبين تكرارات ونتائج كا^2 لدراسة الدلالة الإحصائية للتصور العقلي حسب نوع النشاط الممارس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض.

العبارات	كرة اليد			كرة السلة			كا^2 المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة المعنوية
	تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق أبدا	تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق أبدا			
ع01	22	20	08	16	14	10	3.8	0.05	غير دال
ع02	38	12	00	22	16	02	22.53		دال
ع03	10	38	02	09	25	06	21.8		دال
ع04	40	06	04	22	13	07	11.4		دال
ع05	14	32	04	12	24	04	16.8		دال
ع06	12	36	04	15	23	02	16.8		دال
ع07	30	14	06	20	15	05	8.6		دال

(قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة 0.05)، (و درجة الحرية 2 = 5.99) (ن=90) يلاحظ في الجدول رقم(6)، أن العبارات التالية رقم:(02-03-07) جاءت دالة إحصائية حيث أن قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من الجدولية توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكرارات الاستجابات أفراد العينة في هاته العبارات ولصالح نشاط رياضي كرة اليد، حيث بلغت قيمة كا^2 المحسوبة بالنسبة للعبارات السابقة على النحو الآتي: ع**02**= (22.53)، ع**03**= (21.8) ع**07**= (8.6).

أما كا^2 الجدولية على درجة الحرية (02) تساوي (5.99) وبالتالي يتبين لنا كا^2 المحسوبة أكبر من كا^2 الجدولية مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح نشاط رياضي ألعاب القوى.

أما فيما يخص العبارات التالية رقم: (ع01) جاءت غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تكرارات الاستجابات أفراد العينة لهاته العبارات ولصالح نشاط الرياضي كرة اليد، حيث بلغت كا^2 المحسوبة بالنسبة للعبارة السابقة على النحو الآتي:

أما كا^2 الجدولية على درجة الحرية (02) تساوي (5.99) وبالتالي يتبين لنا كا^2 المحسوبة أصغر من كا^2 الجدولية مما يبين أن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتصور العقلي حسب نوع النشاط الممارس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض (15-17 سنة).

الاستنتاج:

لقد استنتج الطلبة الباحثون من خلال الجدول رقم (21) توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتصور العقلي لنشاط كرة اليد وأن معظم التلاميذ يرون الإحساس بالكرة ينمي ويطور التحكم في مختلف المهارات بشكل جيد ينطبق دائما في نشاط كرة اليد على حساب كرة السلة، وهذا راجع لاستخدام مهارة التصور العقلي وكذلك معظم التلاميذ بإمكانهم تمييز الأصوات الموجودة في الملعب أثناء الخطأ في نشاط كرة اليد على حساب كرة السلة بالنسبة لتلاميذ المرحلة الثانوية (15-17 سنة) و هذا ما أشرت إليه دراسة (**معوض حسن و كمال صالح عيش، 1964، صفحة ص447.**) فإن طبعا بإمكانيات و قدرات كل لاعب إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ذابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، والتصرف حسب الوضعية التي يكون فيها، وهذا يكسب الرياضات الجماعية طابعا و تشويقا ممتعا.

2-4 الاستنتاجات:

يرى الباحثان من خلال نتائج دراستنا المقدمة المتمثلة فيما يلي:

- مستوى التصور العقلي عند تلاميذ ذو مستوى عالي كما كنا نتوقعه قبل الدراسة.

- التصور العقلي يؤثر في تطوير أداء الرياضات الفردية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- يرون التلاميذ المرحلة الثانوية أن استخدام أداء الحركي له دور كبير في تنمية وتطوير مستوى التصور العقلي.

2-5 الاقتراحات والتوصيات:

يقترح الباحثون ما يلي:

- اهتمام الكامل بمهارة التصور العقلي كونها تشكل الركيزة الأساسية في النجاح وتحقيق أفضل النتائج.

- على الأساتذة إيجاد مواقف للتصور العقلي خلال حصص التربية البدنية والرياضية وذلك لمساعدة تلاميذ على التصور في مواقف اللعب أثناء المقابلات.

- يجب استعمال التصور العقلي من أجل مساعدة التلاميذ لتكفل بنفسه وجعل أدائه أكثر نجاعة.

- إدراج التصور العقلي ضمن المناهج الدراسية للارتقاء أكثر في الأداء ولسد ثغرة النقائص التي تشهدها الرياضات المدرسية.

- ينبغي توسيع استعمال التصور العقلي في نوادي وجمعيات الرياضية، وتعويد تلاميذ استعمالها منذ الصغر حتى تساعدهم في عملية التعلم.
- يجب استعمال تقنيات التصور العقلي خاصة التدريب العقلي عامة قبل أي أداء أي مهارة حركية حتى يتمكن من تحكم فيها واستغلالها.
- يجب تطبيق النتائج البحوث العلمية في ميدان تطبيقي.
- نوصي بإجراء دراسات مشابهة ومعمقة لهذه الظاهرة من أجل الاستفادة أكثر.

خاتمة:

إن التصور العقلي يعتبر جانبا هاما وفقا في أداء الرياضات الجماعية (كرة السلة و كرة اليد) لدى تلاميذ مرحلة الثانوية فهو وسيلة عقلية يمكن من خلالها برمجة عقل لكي يستجيب طبقها لهذه البرمجة يعني أن تلميذ يفكر بعضلاته كما يساعد على إظهار أقصى قدراته الكاملة ،وكذلك تقوم عملية التصور العقلي لهذا المهارات ويقوم بتركيزها وتطبيقها ذهنيا ووصف التصور العقلي من خلال الرياضات الجماعية (كرة السلة و كرة اليد) من أجل رفع مستوى أداء لدى تلاميذ مرحلة الثانوية (15-17 سنة) ولهذا كان هدف من دراستنا للتصور العقلي إيجابي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض (15-17 سنة).

ومن جهة أخرى أثبتت دراستنا دور حقيقي الذي يلعبه التصور العقلي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض (15-17 سنة) ،وهذا يؤكد مدى إثبات صحة فرضية الأولى والتي جاءت على شكل الآتي: مستوى التصور العقلي عالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض (15-17 سنة) وهذا ما لحضناه التصور العقلي يؤثر على أداء الرياضات الجماعية ،وهذا ما يثبت صحة الفرضية وعلى الاستنتاجات واستنادا لهذه الدراسة قمنا بها والتي أكدنا بها صحة فرضياتنا توصل إلى كشف حقيقة أن للتصور العقلي أثر ايجابي على أداء الرياضات الجماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة البيض (15-17 سنة).

المراجع:

احسان محمد الحسين. (1994). الأسس العلمية لمنهج البحث الاجتماعي. بيروت: دار طليعة.

بوعرعور عبد الناصر معصم الهاشمي وضبابي وليد. (2009). علاقة صفة السرعة بأداء المهارات الهجومية هند طلبة التخصص في كرة السلة. بسكرة .: جامعة محمد خيضر بسكرة

د. محمد نصر الدين رضوان . (2002). الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية . جامعة الهولندية: قسم مناهج المقررات.

دكتور مروان عبد الحميد ابراهيم. (1998). الأسس العلمية و الطرق الاحصائية للاختبارات و القياس في التربية البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.

رزيق مصطفى . (1960). خفايا المراهقة . دمشق: دار النهضة العربية.

شمعون محمد العربي . (1996). التدريب العقلي في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي، ط1.

شمعون، محمد العربي. (1996). التدريب العقلي في التنس. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي، ط1.

عبد النبي وآخرون،. (1996). التدريب العقلي في التنس. القاهرة: دار الفكر العربي.

محمد حسن علاو. (2002). علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية. القاهرة .: ط1. دار الفكر العربي.

معوض حسن و كمال صالح عيش. (1964). أسس التربية البدنية. مصر.

محمد صبحي حسانين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي

مختار الحنفي محمود. (2001). الأسس العملية في كرة السلة. الكويت: دار الكتاب الحديث.

مروان عبد الحميد. (1998). الأسس العلمية و الطرق الإحصائية للاختبارات و القياس في التربية البدنية. الجامعة الهولندية

مغرابي محمد زهير. (2011). أثر برنامج تدريبي للتصور العقلي على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة(استقبال و إرسال) مرحلة السنة الأولى ثانوي. مستغانم.

Alan achagreaves rachirad bate. (2010). skils and staratigies for cooching scooer . human edition: Inc usa.

KATRINE BUIXAN . (2002). LA PSYCHOLOGIE DU SPOET. VIGOT PARIS.