

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
فرع : التربية البدنية والرياضية
تخصص : تعلم حركي



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم : التربية البدنية والرياضية
رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر أكاديمي
إعداد الطالب : بلقار الحسين
تحت عنوان

التصور الذهني للحركة وعلاقته بتتمية بعض المهارات
الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي
(16 - 18 سنة)

دراسة ميدانية بثانوية مصطفى بن بوالعيد - المعاضيد - المسيلة

لجنة المناقشة :

رئيسا	جامعة :المسيلة	اسم ولقب الأستاذ (ة) : حشايشي عبدالوهاب
مشرفا ومقررا	جامعة :المسيلة	اسم ولقب الأستاذ (ة) : بن عمر مراد
مناقشا	جامعة : المسيلة	اسم ولقب الأستاذ (ة) : سليمان نورالدين

السنة الجامعية : 2016 – 2017

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلى من قال فيهما الرحمن: " وَقُلْ رَبِّ ارْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا " سورة "الإسراء" الآية 24

إلى التي سهرت لأجلي ومنحتني السعادة رمز العطف والأمل أُمي الحبيبة حفظها الله .

إلى الذي فتح لي طريق النجاح وارتقب نجاحي أبي أطل الله في عمره.

إلى من أكن لهم مشاعر الحب والاحترام، إخوتي حفظهم الله والى كل الأهل والأقارب من

قريب أو بعيد

إلى أصدقائي الذين عشت معهم أجمل اللحظات

والى كل من ساعدني من قريب أو بعيد ولو بالكلمة الطيبة

والى كل من يعرفني من قريب أو بعيد

إلى من اتسع له قلبي ولم تتسع له الورقة .

الحسين بلفار

شكر وتقدير

عملاً بقوله تعالى: (لئن شكرتم لأزيدنكم لأزيدنكم). سورة "إبراهيم" الآية 7

نحمدك ربي حمد الشاكرين، نحمدك ربي حمد الذاكرين، أحمداً حمداً كثيراً طيباً مبارك فيه، نحمدك على توفيقك والعزم للأجلاء.

هذا العمل المتواضع والذي نتمنى أن يتقبله منا - فنقول:

ملء الفؤاد أقول حمداً خالقي حمداً يترجم ما يجيش بخالقي.

لولا ما خط يميني صفحة ولما استوى قلبي وأرسل ناظقي.

فله المحامد كلها عدا الحصى ما انشق أو آتى إلا من غاسقي.

وبالشكر نتوجه إلى من ساعدنا على إنجاز هذا البحث الأستاذ الفاضل

بن عمر مراد

فلم يخل علينا لا بالوقت ولا بالإرشاد والنصيحة.

كما لا ننسى أن نشكر كل من ساهم في تعليمنا حتى وصلنا إلى هذا المستوى، كما نتوجه بالشكر الجزيل لكل أسرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة وبالأخص فرع التربية البدنية

قائمة

المختويات

المقدمة

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهر التربية الكلية، وتهتم التربية الرياضية الحديثة بعناية الذهن وصقله مقدار رعايتها بالجسم وصحته، ما دفع أهل الاختصاص إلى الاهتمام بالجانب الذهني والنفسي للرياضي في كل مرحلة من مراحل نموه.

ومن بين الأنشطة الرياضية التي تدرج ضمن التربية البدنية والرياضية كرة الطائرة التي تعتبر القاعدة الأساسية لجميع الألعاب الرياضية، كما أن مهاراتها تعتبر من بين أصعب المهارات أداءاً مما يلزم التلميذ إضافة إلى قدراته تطوير قدراته الذهنية كالذكاء والانتباه والتصور، هذا الأخير (التصور) الذي يعتبر من أهم الصفات الذهنية في كرة الطائرة، كونه يساعد التلميذ على الاستيعاب الجيد والفهم الدقيق للحركة، ويعد كأداة لكشف عن المستوى الحقيقي للممارس من خلال قدرته على التوفيق بين قدراته البدنية والعقلية وأي ممارس لرياضة الكرة الطائرة عليه الاعتناء بهذا الجانب، كونه لا يستطيع الوصول إلى أعلى المستويات دون الإلمام به. ونظراً لكون مرحلة المراهقة مرحلة تغيرات فيزيولوجية ونفسية كبيرة وجب تسليط الضوء عليها ارتأينا في دراستنا هذه معرفة دور التصور الذهني في تنمية بعض مهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولإحاطة بهذا الموضوع سطرنا الخطة التالية.

* الفصل الأول تناولنا فيه الخلفية النظرية والدراسات السابقة، حيث تطرقنا في الخلفية النظرية إلى مصطلح التصور الذهني، الكرة الطائرة والمراهقة، أما الفصل الثاني تطرقنا فيه إلى الإطار العام للدراسة. أما الجانب التطبيقي فقسّمناه إلى فصلين، الأول يتمثل في الإجراءات الميدانية للدراسة التي تحتوي على كل من: الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع، أدوات البحث، مجالاته، المعالجة الإحصائية، عينة البحث، أما الفصل الثاني فخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها.

وفي الأخير قدمنا بعض الاستنتاجات والاقتراحات التي نراها مناسبة إضافة إلى بعض الآفاق المستقبلية.

الفصل

الاول

تمهيد:

في معظم البحوث التربوية يلجأ الطلبة الباحثون إلى الاعتماد على بعض النظريات المفسرة للموضوع قيد الدراسة، من أجل وضع العناصر والنقاط التي يوضح من خلالها متغيرات هذه الدراسة، كما يستند أيضا على آراء العلماء في جميع المجالات منها علماء الدين وتاريخ الحضارات الإسلامية وعلماء العلوم الأخرى وكذا المفكرين العرب والباحثين الجزائريين في العصر الحديث.

وعلى هذا الأساس ارتأينا أن نبحت في هذا الموضوع المرسوم تحت عنوان: "التصور الذهني للحركة وعلاقته بتنمية بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي" من أجل معرفة مدى علاقة التصور الذهني للحركة بتنمية بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.

ومنه التصور الذهني هو لب عملية التفكير الناجحة، وهو عبارة عن انعكاس الأشياء والمظاهر التي سبق للفرد إدراكها، ويبدأ بالأجزاء ثم الكلّيات، والأساس الفسيولوجي للتصور هو تلك العمليات التي تحدث لأجزاء أعضاء الحواس الموجودة في المخ، أما أعضاء الحواس نفسها فلا تؤدي وظيفة في عملية التصور.

ويمتلك الإنسان القدرة على تذكر الأحداث والخبرات السابقة، فيمكن للاعب كرة القدم أن يشاهد لاعبا محترفا على مستوى عالي من مباراة ويتلفظ صورا ذهنية لبعض مهارات ضرب الكرة بالرأس، ثم يحاول استرجاع هذه الصور وإنتاج هذه المهارات في الذهن. (محمد العربي: 1996، ص 218).

يقتصر التصور الذهني على الخبرات السابقة ولكن يمكن للذهن تكوين تصورات جديدة لم تحدث من قبل، فعند وضع إستراتيجية لمباراة قادمة مع منافس لم يسبق اللعب معه، عادة ما يبدأ اللاعب بتكوين عدة نقاط في الذهن ويتصور كيفية الاستجابة لهذه المواقف، لأن الإنسان يمتلك قدرة أيضا على خلق التصورات الذهنية على المواقف القادمة.

والتصور الذهني أكثر من مجرد الرؤية فهو خبرة في عيون الذهن والأخطاء الشائعة أن التصور العقلي يرجع فقط إلى حاسة البصر، وعلى الرغم من أن ذلك يعتبر صحيحا جزئيا، وأن حاسة البصر تشكل جانبا أساسيا من عملية التصور، إلا أنه يمكن أن يتضمن أحد أو مجموعة من الحواس الأخرى مثل اللمس والسمع أو تركيبات منها، ويفضل استخدام جميع الحواس كلما أمكن ذلك. (عبد الستار جبار عبد الصمد: 2000، ص 197).

وهو عبارة عن عملية الاستعادة الذهنية التي يتخيل منها فيها الأفراد أنفسهم وهم يؤدون مهارة حركية من المنظور الشخصي الأول لأدائهم أو منظور الشخص الثالث لأدائه.

ويأتي تسلسل التصور الذهني بعد الاسترخاء العضلي والعقلي، ويعد التصور الذهني من الطرق المعرفية الأكثر استخداما، وهو نوع من المحاكاة الصامتة التي تتم ذهنيا ويستخدم التصور الذهني من قبل الجميع سواء كان في المجال الرياضي أو غير الرياضي وسواء أن بصورة مقصودة أو غير مقصودة ومثال ذلك أنه غالبا ما نقوم

بالمراجعة الذهنية مسبقا لما سوف نتحدث به بالهاتف، حيث أن التصور الذهني يمنحنا الفرصة للتعامل مع المشكلة أو المهارة عند ظهورها بشكل أفضل، والتصور عبارة عن محاولة استرجاع الأحداث لخبرات الحسية السابقة أو محاولة تكوين صورة جديدة لحدث جديد ومحاولة تكراره ذهنيا لأكثر من مرة، هذا بالإضافة الى أن التصور يستخدم تعرض تحسين الأداء عن طريق مراجعة المهارة ذهنيا وعن طريق تصور المحاولات الناجحة ومحاولة التخلص من الأخطاء وتمهيدتها تدريجيا، وأن جميع الرياضيين الذين لديهم فكرة تفصيلية عن الأداء الأمثل للمهارة يستطيعون عن طريق التصور الذهني مقارنة أدائهم مع الأداء الأمثل وبالتالي يتمكنون من تصحيح الأخطاء. (يجي كاظم النقيب: 1990، ص223).

وعموما التصور الذهني هو عملية فردية، ولذلك من الواجب على اللاعب أن يتعلم رموزه الخاصة وتحديد كيفية تقبل المواقف، وتخزين الصور التي تسمح بممارسة الخبرة مرة ثانية ليحقق التصور الذهني مزيدا من التأثير والفعالية.

ومنه نتناول تعريف التصور الذهني من خلال آراء بعض العلماء:

- "روبت" : هو خبرة مماثلة للخبرة الحسية وتظهر في غياب .
- "ندفير" : هو إعادة تكوين أو استرجاع الخبرة في الذهن.
- "دورثي" : استرجاع من الذاكرة لأجزاء من المعلومات المختزنة من جميع الخبرات وإعادة تشكيلها بطريقة ذات معنى..... (محمد العربي، 1996، ص221).

وبعد ذلك نتطرق إلى الآراء والنظريات المفسرة للتصور الذهني بعدما تعددت الآراء بهذا الخصوص ولكل واحد وجهة نظر الخاصة والمدعمة وعموما فإن جميع هذه الآراء تكاد تكون متشابهة أو متقاربة بعض الشيء ومنه فإن عملية التصور أو استحضار الصورة الذهنية يأتي من البرنامج الحركي الموجود في الدماغ أو ما تسمى ب(الشبكة الافتراضية وخصوصا إذا كانت المهارة متعارفا عليها مسبقا، فإن عملية استحضارها يكون سهلا أما الرأي الآخر فهو أن عملية التصور تحدث من خلال أحداث متعاقبة أي تجزئة المهارة إلى أجزاء أحداث مجزئة وعند القيام بالتصور الذهني يتم استحضار هذه الصورة للمهارة بشكل متسلسل الواحدة بعد الأخرى. (218)

أما إن كانت الصورة الداخلية الموجودة في البرنامج تعطي انطباعا أوليا عن المهارة المراد تصوره أو بالإضافة إلى آراء اللاعبين العالميين فإنه يقوم على احتمالين للتصور الذهني هما:

1 - نظرية التعلم الرمزي:

ومفادها إن التصور الذهني هو عبارة عن نظام للرموز المشفرة تساعد اللاعب على التصور، وأن أية حركة نقوم بها في الحياة يعطى لها ومن ثم تطبع في الدماغ وعند القيام بالتصور فإننا نقوم باسترجاع أجزاء

هذه المهارة ومن خلال التكرار التدريبي عن التصور الذهني أو العقلي فإن الحركة تصبح آلية ويسهل استرجاعها ولتوضيح ماسبق نطبق المثال التالي:

حول غلق عينيك لفترة وتصور حركة سريعة في مباراة لكرة السلة وأنت تؤدي تمريرة خاطفة مع لاعب تتحرك نحو المنافس في البداية لتتصور مثل هذا المشهد يجب أن يكون في ذاكرته معلومات مرئية سبق تخزينها عن كرة السلة، وإلا فلن يحدث هذا التصور مطلقاً. (محمد العربي: 1996، 238).

2- النظرية العضلية العصبية النفسية:

مفادها هذه النظرية أن الذهن يعمل حتى في لحظات السكون وعدم الحركة ووجد أن هناك انقباضات عضلية خفيفة وتفسير هذه النظرية هو عندما نقوم بتصوير مهارة ما يلاحظ وجود استشارة عصبية بالعضلات العاملة ومعرفته من خلال الرسم الكهربائي ().
وبعدما تطرقنا إلى النظريات وآراء العلماء الآن نتطرق إلى أنواع وأهمية التصور الذهني ومنه فان للتصور الذهني قسمان وهما:

أ- تصور ذهني خارجي : Externalimagery

يعتمد على فكرة استحضار الصورة الذهنية لأداء شخص آخر مثل لاعب متميز كأن اللاعب هو الذي يستحضر الصورة الذهنية يقوم بمشاهدة شريط سينمائي فعلى سبيل المثال: لاعب التنس الذي يستخدم التصور الذهني من المنظور الخارجي لأداء مهارة الإرسال فإنه لا يشاهد فقط (وقفت الاستعداد، حركة لف الجذع، مرجعة الذراعين، المتابعة) وإنما يشاهد كذلك حركة رأس وظهر اللاعب.....الخ.

ب- التصور الذهني الداخلي: Internalimagery

تعتمد فكرة التصور الذهني الداخلي على أن اللاعب سيشرح الصورة الذهنية لأداء مهارة أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها فهي عادة نابعة من الداخل وليست كنتيجة لمشاهدة الأشياء خارجية، وفي هذا النوع من التصور الذهني ينتقي الرياضي ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارات المعنية.

وتجدر الإشارة أن حاسة البصر تساهم بالدور الأساسي عند استخدام نمط التصور الذهني الخارجي، بينما الإحساس الحركي يساهم بفعالية أكثر مقارنة بالحواس الأخرى في نمط التصور الذهني الداخلي (محمد العربي: 1996، ص227).

وبعد هذا كله سوف نتطرق لعنصر آخر وهام جدا وهو الأهمية البالغة للتصور الذهني إذ أن يساعد في وصول اللاعب إلى أفضل ما لديه من التدريب أو المنافسات وذلك من خلال الاستخدام اليومي للتصور الذهني في توجيه ما يحدث لاكتساب وممارسة وتطوير المهارة الحركية باستبعاد الخبرات السابقة واسترجاع الاستراتيجيات الواجب إتباعها في المنافسات.

وكذلك بدأ التصور الذهني بالتفكير في الأهداف والاستراتيجيات للأرجاء المطلوب في المنافسة، من خلال الممارسة والاستمرار في التدريب على التصور الذهني، يتم التصور إلى درجة التي يمكن فيها الحصول على الإحساس المصاحب استرجاع كافة الخبرات السابقة لتحقيق الأهداف والتعامل مع الاستراتيجيات الموضوعية. وكذلك يساعد اللاعب على تصور الأداء الجيد مباشرة قبل الدخول في المنافسات فلاعب الوثب العالي يسترجع المرور فوق الرمح إلى مركز منتصف الهدف، ولا يقتصر على لاعبي الألعاب الفردية ولكن يمكن للألعاب الجماعية القصور الذهني، مفتاح اللعب، حركات المنافسين، سرعة الانتقال، الحركات الدفاعية. واستبعاد التفكير السلبي وإعطاء المزيد من الدعم في الثقة في النفس وزيادة الدافعية وبناء أنماط الأداء الإيجابي وتحقيق الأهداف. (محمد العربي، 1996، ص222).

ومواجهة الأمل والإصابة ويمكن تخفيف الألم من خلال تصور أداء زملاء اللاعب المصاب (أسامة كامل راتب: 2000، ص220-222).

وبعد كل هذا الذي تطرقنا إليه فيما يخص المتغير الأول التصور الذهني سوف نتطرق إلى متغيرنا الثاني وهو الكرة الطائرة إذن بما أنها رياضة جماعية يتقابل فيها فريقان فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18م وعرضه 9م وتقسمة الشبكة إلى جزئين متساوين؟ وارتفاع الشبكة هو 2.43م للذكور والإناث 2.33، والهدف من هذه اللعبة هو محاولة إسقاط الكرة من جهة الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به، وتتحرك الكرة فوق الشبكة يبدأ اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة، وذلك بإرسالها فوق الشبكة إلى منطقة الفريق الخصم وهو ما يسمى بالإرسال، ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصدر إن وجدت ولا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرتين متتاليتين، ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح. (منشورات خارجية للكرة الطائرة، 1995، ص22).

حيث كانت اللعبة في الجزائر قبل الاستقلال كانت الكرة الطائرة تمارس من طرف المستوطنين ونادرا ما تمارس من طرف الجزائريين وفي سنة 162 تم إنشاء الفيدرالية الجزائرية للكرة الطائرة على يد الدكتور (بوركايب) وفي نفس السنة إنشاء المنتخب الوطني للذكور وستين بعد ذلك تم إنشاء المنتخب الوطني للإناث أما في السنوات الأخيرة فقد أصبحت تمارس في أغلبية التراب الوطني () .

وهذه بعض نتائج المشاركات للفريق الوطني في المحافل الدولية:

- 1991: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في كأس العالم واحتل المركز التاسع.
- 1991: أول مشاركة للفريق الوطني للناشئات في بطولة العالم واحتلت المركز الثاني عشر.
- 1992: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في الألعاب الأولمبية واحتل المركز الثاني عشر.
- 1994: أول مشاركة للفريق الوطني في البطولة العالمية واحتل المركز الثالث عشر. (علي مصطفى طه، 1999، ص11).

ومنه تأتي خصائص الكرة الطائرة والتي من أبرزها أنه يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية، يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه، اللعبة الجماعية الوحيدة التي لا تمس الكرة الأرض، لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد، حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق، تتميز بعدم وجود احتكاك جسماني أثناء الأداء، يعد الشوط وحده مستقل بذاته، سهولة التكاليف، لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين، لا يمكن التقدم بالكرة للأمام حيث أنها لا تمسك ولا تحمل، لا يوجد بها تسليم ولا تسلّم (علي مصطفى طه، 1999، ص16).

ومن أهم المهارات الأساسية في كرة الطائرة مهارة الإرسال وهو الضربة التي يبدأ بها اللعبة في المباراة، ويستأنف عقب انتهاء الشوط وبعد كل خطأ، وهو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق والذي يضرب الكرة باليد مفتوحة أو مقلعة بهدف إرسالها فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المنافس.

ومن أهم مميزاته وأهميته أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومى حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به فيجب على لاعبي كرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال لاعب الإرسال يكون أدائه مستقلا وبدون تأثير حتى زملائه أو الفريق المنافس فمن خلال التكتيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال تصنيفها إلى نوعين رئيسيين هما.

* الإرسال من الأسفل:

المواجه الأمامي، الإرسال من الأسفل الجانبي، الإرسال من الأسفل الجانبي المعكوس (الروسي).

* الإرسال من الأعلى:

الإرسال من الأعلى برؤوس الأصابع، الإرسال من الأعلى المواجه (التنس)، الإرسال الجانبي الخطافي والجانبي المواجه الخطافي، الإرسال المتموج (الأمريكي). (علي مصطفى طه: 1999، ص57).

وثانيا المهارة التي تصب في موضوعنا وهي متماشية مع أهدافنا مهارة، السحق وهو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة. وتوجيهها الى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية وتكمن أهميته في الحصول على نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بالسرعة، وحسن التصرف، والثقة بالنفس، وارتفاع القامة، وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة، والتوافق العصبي العضلي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح.

لهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية، فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة تم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات.

وتنقسم طريقة أداء الضربة الساحقة إلى أربعة مراحل متتالية:

- الاقتراب - الارتقاء - الضرب - الهبوط.

ومن أنواع الضرب الساحق:

- الضربة الساحقة المواجهة.

- الضربة الساحقة المواجهة بالدورات.

- الضربة الساحقة الخطافية الجانبية.

- الضربة الساحقة السريعة .

- الضربة الساحقة الساقطة بالرسخ.

الضربة الساحقة بالخداع (علي مصطفى طه: 1999، ص136).

مهارة الشخص يكتسبها الوصول إلى مهارة ثالثة تكمل لنا أهداف الموضوع وتتماشى معه وهي مهارة الصد وهو عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين من المنطقة الأمامية في مواجهة الشبكة لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة وتكمن أهميته بأنه من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة.

ومن أنواع الصد: حائط صد دفاعي، حائط صد هجومي

وطرق أدائه: وقفة الاستعداد، الوثب، الصد، الهبوط. (علي مصطفى طه: 1999، ص137).

وينقسم حائط الصد إلى ثلاثة أقسام أهمها:

الصد بلاعب واحد، الصد بلاعبين، الصد بثلاثة لاعبين.

وبهذا نستطيع ختام خافيتنا بالتطرق إلى العنصر الثالث أو متغير الأخير وهو المراهقة بحيث اختلف علماء النفس اختلافا جوهريا واضحا في تعريفهم للمراهقة واختلفت آرائهم حول هذه المرحلة الصعبة والحرحة من حياة الفرد عرفها. "ستايلي هول" المراهقة هي فترة عواطف وتوتر شدة تميزها وتكتنفها الأزمة النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق. (ميخائيل إبراهيم أسعد: 1998، ص220).

حيث عرفها الدكتور "مikhail إبراهيم أسعد" هي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الشباب وتنسم بأنها فترة معقدة من التحول والنمو وتحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية وذهنية واضحة. (محمد عبد الحلیم منسي: 2011، ص196).

والمراهقة هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد في عملية بيولوجية حيوية وعضوية في بدنها..... وظاهرة اجتماعية في همتها.

ولقد عرف الدكتور حسن فيصل المراهقة على أنها فرد يميز بمرحلة من مراحل النمو تظهر فيها تغيرات جسمية واضحة تعرض عليها مطالب عفوية واجتماعية وعقلية قد لا تتناسب معها ويساندها النمو العقلي الذي يتأخر عن النمو الجسمي، هذا ما يعرف دائما بالتخلف النهائي، مراهقة متأخرة تمتد بين 18 - 20 سنة (ج- عبد العالي، 1994، ص73).

وفي التصور الإسلامي للمراهقة يعتبرها بداية الرشد والتميز لديه، وهو المسئول عن أي شيء يفعله يثاب عليه إذا كان خيرا ويحاسب إن كان شرا، حيث جاء في قوله تعالى: "وإذا بلغ الأطفال منكم الحلم فليستأذنوا كما استأذن من قبلهم كذلك يبين الله لكم آياته والله عليم حكيم" الآية 56 سورة النور. جاء في تفسير هذه الآية أنه إذا بلغ هؤلاء الصغار مبلغ الرجال وأصبحوا في سن التكليف يجب أن يتعلموا الاستئذان في كل الأوقات كما يستأذن الرجال البالغون.

وتعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية، وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسي العام حيث ينشأ منزل جديد وتتكون أسرة جديدة ومن ثم يولد الطفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر تسير من المهد إلى الطفولة إلى الرشد..... وهكذا تستمر الدورة في الوجود ويستمر الإنسان في الحياة. (حامد عبد السلام: 1982، ص328، 329).

وقبل الختام نتحدث عن المراهق أثناء درس التربية البدنية والرياضية بحيث أن التلاميذ في هذه المرحلة مطالبون بضرورة اشتراكهم في دروس التربية البدنية والرياضية بالمدرسة (الثانوية) ويساهم درس التربية البدنية والرياضية في إتاحة الفرصة للفرص الدائمة ساعتين أسبوعيا لكي يمارسوا مختلف أنواع الأنشطة الحركية تحت إشراف وتوجيه تربوي خاص وكثيرا ما نجد حب التلاميذ لدروس التربية البدنية والرياضية أما يرتبط بما من الإحساس بالرضا والإشباع الناتج عن ممارسة النشاط البدني وما يتميز به من الحرية والتلقائية والمرح والنشاط الجماعي في نطاق الصف الدراسي ومن أهميته النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق واكتساب اللياقة البدنية كالقوة العضلية والسرعة والرشاقة..... الخ رفع المستوى الصحي تنمية التعاون والتوازن النفسي احترام القوانين، الأخلاق الكريمة، قدرة التغلب على الصعاب، الاعتماد على النفس، تحمل الصبر والشجاعة والمثابرة،

ثم نتطرق إلى كيفية تعامل أستاذ التربية البدنية مع التلميذ المراهق بحيث يؤدي النشاط البدنية دورا هاما في نمو الجانب النفسي حيث أن الدراسات النفسية الحديثة أثبتت أن الصحة النفسية من أهم العوامل للتعليم من ناحية ومن عوامل بناء الشخصية الناضجة من ناحية أخرى ونظرا لأهمية المعاملة بين الأستاذ والتلميذ المراهق ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي ومعالجة الانحرافات النفسية والاجتماعية فيجب على الأستاذ أن يراعي ويعتمد على بعض الأسس في المعاملة منها.

* توجيه التلميذ إلى الطريق القويم حتى يتحقق الاتزان والتوافق النسبي.

* توجيه الرغبات التي تمثل في الطاقات الملائمة أي أنه على الأستاذ أن يعرف تلاميذه معرفة كافية لدرجة ذكائهم وإدراكهم وقدراتهم الجسمية والعقلية.

* أن يكون صديقا وطوفا محبا للتلاميذ.

* إعطاء فرصة لكل فرد لكي يتحرر من الكتب والانعزال أي يستطيع أن يوفر بين المعرفة وحاجات الطلبة ورغباتهم (أيلي أربيل: 1986، ص38).

* أن يكون الأستاذ نفسه على قدر مناسب من الصحة النفسية، ويكون متكامل الشخصية، ومرتز، ورزين هادئ، يعرف كيف يتصرف في اللحظة المناسبة.

* أن يكون عادلا في معاملته لجميع الطلبة ومنصفا في تقييمه لطلابه بإعطائه لكل واحد ما يستحقه من الدرجات على حسب وقدراته على حسب أي أمور أخرى (علي راشد: 1993، ص25).

الدراسات السابقة

1 - دراسة محمد مطر عراك (2003) بعنوان أثر منهج تجريبي للتصور الذهني في تعليم المبتدئين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير منهج تدريب التصور الذهني في تعليم المبتدئين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي وعلى عينة عشوائية بلغت (24 لاعبا مبتدأ في نادي القاسم الرياضي العراق بأعمار (14-15 سنة) وقد استخدم الباحث الأدوات التالية:

- البرنامج التدريبي.

- استمارة الاستبيان.

- بعض الاختبارات البدنية لمهارة التمرير والاستقبال.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- أن التدريب المهاري فقط لبعض الأساسية بكرة اليد يكفي لتعلم هذه المهارات.
- أن التدريب على التصور الذهني المصاحب للتعليم المهاري ذو تأثير فعال في تعليم المبتدئين لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

2- دراسة إسلام محمد قدرى عباس (2005) بعنوان أثر التصوير الذهني المصاحب للأداء المهاري على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة للفئة العمرية (14-16 سنة)

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التصور الذهني على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة (التصويب، تمرير ومحاوره).

وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي وعلى عينة عمرية بلغت (22 لاعبا من لاعبي نادي استخدم الباحث الأدوات التالية:

البرنامج التدريبي اختبارات مهارة (اختبار التميررة الصدرية والمحاوره من بطارية نوكس).

- اختبار التصويب من بطارية الاتحاد الأمريكي للصحة والتدريب البدنية والترويج).
وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توصل إلى أن أفراد المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح للتصور الذهني.

- إن البرنامج التعليمي قد حقق تطورا ملحوظا في تعلم المهارات الأساسية قيد الدراسة.

3- دراسة بوخراز رضوان (2008) بعنوان التحضير الذهني للمهام الحركية الحركية فعالية التصور الذهني في الأداء والتحكم الحركي عند الرياضيين الجزائريين.

هدفت لدراسة إلى التعرف على مدى استعمال التحضير الذهني في التدريبات والمنافسات ضمن البرامج التدريبية المخططة من طرف المدرب.

وقد اعتمد الباحث على المنهج في التجريبي في المحور الأول وفي المنهج الوصفي في المحور الثاني وعلى عينة عشوائية بلغت (60 تلميذ) من الطور المتوسط المؤسساتين والتعليم لولاية الجزائر.

وقد استخدم الباحث الأدوات التالية:

برنامج تدريبي مهاري.

برنامج للتدريب الذهني.

اختبار في تقنية التسديد.

مقياس التصور الذهني في المجال الرياضي وهو مقياس تيل وفلورانس.

وكذلك توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

إن فعالية التدريب الذهني لتنمية المهارات النفسية وعلى وجه الخصوص التصور الذهني الذي تم استعماله لتسهيل عملية اكتساب المهارة الحركية المتعلمة.

4- دراسة بن عمر مراد (2010) بعنوان استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية وأثرها في تنمية التصور الذهني لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

هدفت الدراسة إلى التعرف على إثراء استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية (الأمري- التدريبي- التبادلي) على تنمية أبعاد مهارة التصور العقلي (التصور البصري التصور السمعي، الإحساس الحركي، الحالة الانفعالية المصاحبة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وذلك في نوعين من النشاط (الفردى- الجماعى).

وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي وعلى عينة عشوائية بلغت (140) تلميذ وتلميذة من صف الرابع متوسط في بلدية المسيلة وقد استخدم الأدوات التالية: مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- إن وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدراسة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التصور العقلي في الأسلوب الأمري حسب نوع النشاط ولصالح القياس البعدي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين أساليب التدريس قيد الدراسة على مقياس التصور العقلي.

لدى أفراد عينة الدراسة ولصالح الأسلوب الأمري في التدريس.

5- دراسة توميات يحي (2013) بعنوان أثر برنامج تدريبي مقترح للتصور الذهني في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد للناشئين.

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج تدريبي للتصور الذهني يساعد في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد للناشئين الأقل من 15 سنة.

وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي على عينة عشوائية بلغت (12) لاعبا في النادي الرياضي لهواة كرة اليد بأولاد دراج.

وقد استخدم الباحث الأدوات التالية:

- بطارية اختبارات.

- مقياس التصور الذهني.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- أهمية كل من التدريب المهاري والتدريب على التصور الذهني في تحسين الناشئين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد

- أن التدريب على التصور الذهني المصاحب للتعليم المهاري ذو تأثير فعال في تحسين الناشئين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

- المنهج التدريبي على التصور الذهني تأثير فعال في تطور الناحية التصورية للمبتدئين.

التعليق على الدراسات السابقة:

إن الدراسات السابقة التي تلقي الضوء على كثير من المعالم التي تفيد البحث والأدوات المستخدمة هذا بالإضافة إلى مقارنة أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات بنتائج هذه الدراسات بنتائج الدراسة الحالية مما يساعد الباحث بتفسير نتائجه فيما يلي:

- تنوع المراحل النسبية لعينات هذه الدراسة.

- إن جل الدراسات استخدمت المنهج التجريبي ودراسي اعتمدت على المنهج الوصفي.

- أن كل الدراسات ودراسي اختبارات الطريقة العشوائية البسيطة من أجل تحقيق الأهداف إلا دراسة واحدة كانت اختبرت العينة العمدية.

- تنوع الفاعليات التي تناولتها هذه الدراسات بين كرة القدم وكرة اليد وكرة السلة أما دراسي تناولت الكرة الطائرة.

- اختلفت مدة تطبيق البرامج حسب الهدف من الدراسة وعدد المهارات العقلية التي يتناولها كل باحث أما دراسي تناولت استمارة الاستبيان إلا أن المنهج المتبع فيها وصفي.

ومن خلال اطلاعي على هذه الدراسات وإلى ما انبثق عنها من نتائج وأخرجت بها توجهات لتوافقي مع العديد من الدراسات التي تناولت التصور الذهني.

وقد اختلفت دراساتي عن بقية الدراسات في استخدامها المنهج الوصفي واستخدامها عدة مهارات أساسية في الكرة الطائرة.

بالإضافة إلى تطبيق التصور الذهني في المؤسسات التربوية في مرحلة الثانوية والاعتماد على الاستبيان. ويتضح مما سبق أن الدراسات السابقة ألقى الضوء على الكثير من الجوانب الهامة التي ساهمت في تحديد معالم الدراسة الحالية للتعرف على:

- كيفية اختيار العينة والعدد المناسب لتحقيق هدف الدراسة إلى جانب تكافؤ العينة وتحديد المنهج المستخدم - كما كانت عوناً في تفسير نتائج هذه الدراسة.

الفصل

الإنساني

الكلمات الدالة في الدراسة:

التربية البدنية والرياضية:

التعريف الاصطلاحي:

هي مظاهر مختلفة وأشكال عديدة من النشاط الرياضي في مؤسسات التربية والتعليم هي جزء من التربية العامة والمتمثلة في درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والنشاط الخارجي، حيث تمد الفرد بخبرات واسعة ومهارات كثيرة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادراً على أن يشكل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه.

التعريف الإجرائي:

التربية البدنية والرياضية جزء مكمل للتربية العامة، تعمل على أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه، من قوة جسم وسلامة البدن، وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب العقلية والاجتماعية.

1-2 التصور الذهني:

التعريف اللغوي: تصور، تصورا [صور] الشيء: توهم صورته وتخيله.

تصور - يتصور - تصورا - الشيء تمثل صورته وشكله في ذهنه.

التعريف الاصطلاحي:

التصور هو لب عملية التفكير الناجحة وهو عبارة عن انعكاس الأشياء والمظاهر التي سبق للفرد إدراكها ويبدأ بالأجزاء ثم بالكليات والأساس الفسيولوجي للتصور هو تلك العمليات التي تحدث لأجزاء أعضاء الحواس الموجودة في المخ، أما أعضاء الحواس نفسها فلا تؤدي وظيفة في عملية التصور.

التعريف الإجرائي: هو استرجاع الفرد للخبرات السابقة سواء قام بها من قبل أو لم يقم بها أو شاهد شخصاً آخر .

1-3 المهارة:

التعريف اللغوي: الحذف في الشيء.

التعريف الاصطلاحي: هي فن وكيفية تحكم في الكرة تحت ظروف اللعب.

ويعرف عصام عبد الخالق المهارة على أنها خاصية حركية للفرد الرياضي التي تظهر إمكانية التوافق الجيد بين الجهاز العصبي المركزي وأجهزة الجسم الحركي.

التعريف الإجرائي: هي الأداء الحركي السليم الذي يتسم بالدقة في تنفيذ الحركات الأساسية لتلك المهارة المراد تطبيقها.

1-4 المراهقة:

التعريف اللغوي: المراهقة [رهق]: الغلام الذي قارب الحلم (يقال) " صلى الصلاة مراهقاً" أي لفوات وقتها.

والمراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج.

التعريف الاصطلاحي:

المراهقة اصطلاحاً هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد غيراً لناضج انفعالياً وحسياً وعقلياً من مرحلة البلوغ، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي الصحيح هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج، فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها.

التعريف الإجرائي:

المراهقة هي مرحلة انتقالية ما بين الطفولة والرشد وتمتد غالباً ما بين 11 إلى 21 سنة، وتعتبر من أصعب مراحل العمر.

1-5 المهارات الأساسية:

التعريف الإجرائي:

تعرف بأنها كل الحركات الضرورية التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة الطائرة سواء كانت هذه المهارات دفاعية أو هجومية.

1-6 الكرة الطائرة:

التعريف اللغوي:

هي لعبة رياضية تلعب على ملعب مستطيل مقسم بشبكة عالية، يتبارى فيها فريقان كل منهما مؤلف من ستة لاعبين، يقذف كل فريق منهما الكرة إلى منطقة الفريق الآخر عبر الشبكة دون أن تقع على الأرض.

التعريف الاصطلاحي:

هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق ميدان اللعب الذي يفصل بشبكة والهدف من هذه اللعبة هو إسقاط الكرة في الجهة الأخرى للشبكة أي جهة الفريق المنافس، ومحاولة عدم تركها تسقط في منطقتيه بردها قانونياً فوق الشبكة، الكرة تبدأ في اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن بضرب الكرة وبعثها لمنطقة المنافس فوق الشبكة.

التعريف الإجرائي: هي لعبة رياضية جماعية تقوم على أساس بقاء الكرة في الهواء وعدم سقوطها على الأرض ومحاولة إسقاطها في جهة الفريق المنافس وذلك عبر تمريرها من فوق الشبكة الفاصلة بين الفريقين وكل فريق يتكون من 6 لاعبين على الميدان، ولكل فريق الحق في 3 لمسات للكرة قبل إسقاطها في ملعب المنافس، وتحسب النقطة إذا سقطت الكرة على الأرض أو تم ارتكاب خطأ.

1-7 مرحلة التعليم الثانوي:

التعريف الاصطلاحي:

هي مرحلة تعليمية مدتها ثلاث سنوات تنتهي بشهادة البكالوريا هذه الشهادة تسمح لصاحبها الالتحاق بالجامعة دون شروط فالتعليم الثانوي مرحلة مهمة من مراحل المنظومة وكذا النمو النفسي للتلميذ يقابل مرحلة المراهقة أي أنها تتوسط مرحلتين تعليميتين هما مرحلة التعليم الابتدائي من جهة والتعليم العالي من جهة والتكوين المهني من جهة أخرى.

التعريف الإجرائي:

وهي المرحلة التي تلي مرحلة التعليم المتوسط حيث يستغل التلاميذ في هذه المرحلة مختلف طاقاتهم الذهنية ، للاكتشاف وهي مرحلة تمتاز بالفروقات الفردية أين يظهر ذلك من خلال التحصيل العلمي لكل تلميذ على حد سواء لاسيما في مادة التربية البدنية والرياضية وتستخدم كل هذه القدرات من أجل اجتياز مرحلة هامة في حياة التلميذ المراهق ألا وهي امتحان البكالوريا في المواد الأساسية والتربية البدنية تمهيدا للدخول إلى مرحلة التعليم العالي (الجامعة).

إشكالية الدراسة:

الجدير بالذكر أن هناك اعتقادا خاطئ في المجال الرياضي وهو أن الطريقة الوحيدة لإكتساب وتعلم المهارات الحركية هو ساعات عنيفة وطويلة من التدريب البدني وتكرار الممارسة على المهارة مما يؤدي إلى إرهاق وتعب لاعبيه وتعرضهم إلى إصابات.

لذا نجد الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي أعطوا بالإضافة إلى الجانب البدني والتقى أهمية كبيرة للجانب الذهني حيث تقول "كاترين بويكسان" وهي متخصصة في علم النفس الرياضي أن الرياضي المميز هو الذي يستطيع أن يمزج بين التدريب الذهني والبدني (katrine buixan 1994,p24) وقال كذلك كل من الدكتور "مصطفى باهي" والأستاذ "سمير جاد" أن المهارات العقلية تزود اللاعب بالقدرة التي تتيح للعقل أن يتحدث إلى الجسم وأن يتحدث الجسم إلى العقل. (مصطفى باهي، سمير جاد: 2004، ص67)

إن التدريب الحديث يعتمد على أساليب وعلوم حديثة تعمل على إكتساب المهارة الحركية وسرعة تعلمها ومن هذه الأساليب والطرق المختلفة والمستخدمه هي التدريب الذهني ويقدم التدريب الذهني عن طريق التصور الذهني وتركيز الانتباه وقراءة الوصف الفني للمهارة ومشاهدة النماذج والأفلام. إن التلميذ الذي يحاول إتقان مهارة رياضية معينة يحتاج إلى تكرار المحاولات العديد من المرات فهو بذلك يقوي ويدعم الروابط العصبية التي تتحكم في توجيه العضلات المسؤولة عن أداء هذه المهارة وتثبت نتائج البحوث أن

تدعيم الروابط والممرات العصبية الخاصة بنقل المعلومات بين الجهاز العصبي والعضلات يمكن تفعيله بفضل التصور الذهني الذي ينتج عنه نشاط عضلي محدود جدا ولكن فعال لإحداث هذا الدعم. (يحي كاظم النقيب: 1990، ص 316)

ترجع فاعلية التصور الذهني إلى قدرة الجهاز العصبي على التسجيل الحسي والأنماط الحركية وقدرتها على استرجاع وإعادة ترتيب التصور ومن هذا يمكن أن نستخلص أن التصور الذهني قد يؤدي إلى التغيرات في الجهاز العصبي المركزي والتي تنتج من خلال الأداء الحركي. (Corpente w B 1984p 56)

هذا ومن جهة أخرى يؤثر التصور الذهني على الجانب المعرفي بحيث يقوي التركيز ويسهل فهم المعلومات التي يحملها الموقف في مهمة معينة وهذا يعتبر عامل هام جدا في عملية اكتساب المعارف وتعلم مهارات جديدة حيث أظهرت العديد من الدراسات الدور الإيجابي الذي يلعبه التصور الذهني في مجال اكتساب وتنمية المهارات الحركية والإعداد للدخول في المنافسات حيث ازداد انتشاره وتطبيقه بشكل كبير خاصة في رياضات المستوى العالي أين نجد الكثير من الفرق العالمية يستعملون تقنيات التصور الذهني قبل أو بعد المنافسة أو التدريب ويؤكدون على الدور الذي لعبته في وصولهم إلى منصات التتويج وهم الذين أقروا بالدور الذي لعبته مختلف تقنيات التصور الذهني في نجاحهم. (محمد العربي شهون، وماجدة محمد إسماعيل: 2011 ص 56)

وقد جاءت العلوم الباحثة في الجانب العقلي أو القدرات العقلية في طبيعة هذه العلوم حيث تهتم بدراسة قدرات التفكير والتذكر والذكاء والتخيل وكذا التصور الذهني هذا الأخير الذي هو موضوع هذه الدراسة حيث أن التصور الذهني يمثل محورا أو جانبا رئيسيا في القيام بأداء جيد لأي حركة رياضية في الجانب المهاري أو الحركات الأكثر تعقيدا مثل رياضة كرة الطائرة لهذا فقد تم طرح إشكالية هذه الدراسة على التالي:

- إلى أي مدى يمكن للتصور الذهني للحركة أن يساهم في تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

التساؤلات الجزئية:

كيف يمكن للتصور الذهني الحركي أن يساهم في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

كيف يمكن للتصور الذهني الحركي أن يساهم في تنمية السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة:

1- التعرف على مدى مساهمة التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

2- التعرف على مدى مساهمة التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

3- التعرف على مدى مساهمة التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

أهمية الدراسة:

- 1- إبراز أهمية ودور التصور الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة.
- 2- إبراز أهمية تجسيد صورة الحركة المراد تعلمها قبل تطبيقها ميدانيا.
- 3- التطور إلى التصور الذهني وإبراز مدى مساهمته في تعلم المهارات الحركية.
- 4- كما أن التصور يصبح ذا نفع كبير بعد الأداء الناجح وخاصة عندما تسمح طبيعة التنافس بذلك إذ تعمل على تأكيد الخبرة ومتابعة الأبعاد الناجحة للأداء.
- 5- كذلك إستبعاد التفكير السلبي وإعطاء المزيد من الدعم في الثقة بالنفس وزيادة الدافعية وبناء أنماط للأداء الإيجابي وتحقيق الأهداف.

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

يساهم التصور الذهني في تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات الجزئية:

يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثانوي.

الفصل

الثالث

1 - الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء دراسة استطلاعية في أوائل شهر جانفي 2017 شملت ثانوية مصطفى بن بو العيد ببلدية المعاضيد ولاية المسيلة حيث اتصلنا بمدير المؤسسة من أجل تسهيل مهمة العمل الاستطلاعي وتم الاتصال بأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية وعانينا المكان والملاعب المخصصة لإجراء النشاطات الرياضية حيث طرحنا أسئلة مختلفة نخدم الموضوع الدراسة الحالية وكانت الإجابات مختلفة.

تهدف هذه الدراسة الاستطلاعية إلى تعميق المعرفة بالموضوع المقترح للبحث سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، وتجميع الملاحظات ومشاهدات عن مجموع الظواهر الخاصة بالدراسة الحالية، وكذلك التعرف على أهميتها وتحديد فروض فروضها في وضع النقاط والخطوات الأولى للتخطيط للدراسة.

بينما الهدف الرئيسي من هذه الدراسة الاستطلاعية التأكد من مدى ملائمة مكان الدراسة ومدى صلاحية الأداة المستعملة في الدراسة وبعدها تمت الإحاطة بجميع هذه المعلومات والجوانب الخاصة بهذه الأخيرة استطعنا تحديد الأدلة العلمية المناسبة لهذه الدراسة ألا وهي "الاستبيان" وهذه الدراسة الاستطلاعية مكنتنا من الوقوف على بعض الحقائق حسب ما أكده لنا أساتذة المادة وهي:

* هناك فرق واضح في طريقة التدريس التقليدية والطريقة الحديثة.

* بعض التلاميذ يستخدمون التصور الذهني أثناء المباراة ويتلشى هذا التصور بعدها مباشرة ماعدا الموهوبين منهم.

* التلاميذ لديهم قابلية الأداء لبعض المهارات الأساسية في رياضة الكرة الطائرة ولهم أيضا جاهزية للأداء.

كل هذه العوامل يرجع سببها حيث أساتذة التربية البدنية بثانوية عبد الرحمان بن عوف ببلدية عين الخضراء ببلدية عين الخضراء ولاية المسيلة إلى ما يلي:

- التلميذ في حد ذاته (قابلية التلميذ لتعلم مهارة ما).

- طريقة تدريس الأساتذة.

- كفاءة الأساتذة من حيث الشرح الجيد مع الأداء الجيد والمبسط للمهارات.

- الوسائل المتاحة والمتوفرة.

ملخص القول أن هذه الدراسة الاستطلاعية أفادتنا في مدى إمكانية تطبيق الدراسة الميدانية الحالية، وأيضا مدى توافق الأداة المستخدمة الاستبيان مع العمل الميداني الذي أجريناه في شهر مارس 2017.

2- المنهج المتبع في الدراسة:

إن اختيار منهج البحث المتبع يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وانطلاقا من موضوع البحث الذي يهتم بدراسة مدى دافعية الانجاز لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ظل المقارنة بالكفاءات.

فإن المنهج الذي اتبعناه في لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يعتبر بأنه دراسة الواقعة السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع. (حسين عبد الحميد رشوان، 2003ص66).

ويعرف المنهج الوصفي أيضا بأنه: "مجموعة البحث الإجرائية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى النتائج. (بشير صالح الرشددي: 2000، ص59).

متغيرات الدراسة: استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا حلليا أن هناك متغيران الأول مستقل، والثاني تابع. المتغير المستقل:

هو الأداة التي يؤدي التغيير في قيمتها إلى إحداث التغيير في قيم متغيرات أخرى، وتكو ذات صلة بها، كما أنه السبب في علاقة السبب والنتيجة، أي العامل المستقل الذي يزيد من خلال قياس النواتج. والمتغير المستقل في الدراسة هو: **التصور الذهني للحركة.**

المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على مفعول قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع. والمتغير التابع في الدراسة هو: **المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.**

3- مجتمع وعينة الدراسة:

يقتصر المجتمع الإحصائي في البحوث التربوية البدنية والرياضية في معظم الحالات على الأفراد، والذي يمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تملك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي. ومن الناحية الإصلاحية هو: تلك المجموعات الأصلية التي تؤخذ منها منهجية العينة وقد تكون هذه المجموعة (مدارس - فرق - تلاميذ - كتب - سكان - أو أية وحدات أخرى). (عمار بوحوش: 1995، ص56).

المجتمع الأصلي للدراسة الحالية هو تلاميذ الطور الثانوي والبالغ عددهم الإجمالي 442 تلميذ وتلميذة.

- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

في دراستنا الحالية قدر حجم العينة بـ 50 تلميذ وتلميذة من أصل 442 من ثانوية مصطفى بن بوالعيد بلدية المعاضيد بولاية المسيلة وقدرت نسبة هذه العينة 11% . أخذت بشكل عشوائي.

- حدود الدراسة:

- المكان: مكان إجراء البحث الميداني هو ثانوية مصطفى بن بوالعيد "المعاضيد" ولاية المسيلة.

- الزمان: شرع في إنجاز الجانب النظري بحث ابتداء من الأسبوع الثاني لشهر ديسمبر 2016 إلى غاية بداية شهر فيفري 2017.

- أما الجانب التطبيقي من البحث فقد شرع فيه من أواخر شهر مارس إلى غاية نهاية شهر أبريل 2017.

4- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

- الاستبيان:

يعرف على أنه أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة، ومن بين مزايا هذه الطريقة الاقتصاد في الوقت، الجهد، كما أنها تساهم في الحصول على بيانات العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنيين من صدق وثبات وموضوعية (حسين أحمد الشافعي: بدون سنة، ص 205).

إذا اعتمدنا على ما يعرف باستمارة الاستبيان الذي يعتبر أحد الوسائل العديدة للحصول على البيانات وهي أداة من أدوات البحث العلمي للحصول على الحقائق والتوصل إلى الواقع والتعرف على الظروف والأحوال ودراسة المواقف والاتجاهات والآراء.

هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبة بطريقة منهجية يتم وضعها في استمارة لترسل أو تسلم إلى الأفراد الذين تم اختيارهم لموضوع البحث ليقوموا بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة وإعادتها للباحث التي تخدم الأهداف التي يسعى لتحقيقها، ويشترط أن تكون واضحة وتميز بعدم التحيز، ويجب أن تكون الألفاظ والكلمات التي تتضمنها الأسئلة بسيطة وسهلة.

وتضمنت استمارة الاستبيان 21 سؤالاً "أنظر إلى قائمة الملاحق".

ومن بين أنواع الأسئلة التي اعتمدنا في الاستبيان هي:

- الأسئلة المغلقة:

هي أسئلة في أغلب الأحيان تطرح على شكل استفهام وتكون الإجابة ب (نعم) (لا)، وقد وقد يتحتم في بعض الأحيان على المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة، تكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة بالنوع موافق غير موافق وتتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب اختيار واحد منها. (عمر مصطفى التير: 1986، ص 54).

- الأسئلة نصف المغلقة:

وهي أسئلة مقيدة ولكن باستطاعة المجيب إعطاء رأي أو تقييم لإجابته.

5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة: لقد تم إنجاز الاستبيان من خلال التنسيق مع الأستاذ المشرف حيث حددنا مجموعة من الأسئلة التي رأينا أنها تخدم موضوعنا دراستنا هذه، ثم قمنا بتحكيمة من طرف بعض الأساتذة ودكاترة المعهد، وقد قمنا بطباعته في شهر مارس 2017، وتم توزيعه وجمعه بعد العطلة الربيع، ثم قمنا بتحليل نتائجه في أواخر شهر أبريل 2017.

الخصائص السيكومترية للأداة:

صدق الاستبيان: يقصد بصدق أداة الدراسة، أن تقيس فقرات الاستبيان ما وضعت لقياسه، وقام الطالب بالتأكد من صدق الاستبيان من خلال الصدق الظاهري للاستبيان (صدق المحكمين)، وصدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان، والصدق البنائي لمحاور الاستبيان.

1- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

تم عرض أداة الدراسة (الاستبيان) في صورتها الأولية (أنظر الملحق رقم 01) قبل نشره لعملية تحكيم من قبل مجموعة من الأساتذة (أنظر الملحق رقم 3، قائمة الاسمية للمحكمين)، وهذا بغية التأكد من سلامة بناء الاستبيان من مختلف الجوانب، خاصة من حيث:

- دقة الصياغة الأسئلة وصحة العبارات.

- مدى شمولية الاستبيان لمعالجة مشكل الدراسة.

- ومدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي ينتمي إليه.

هذا بالإضافة إلى اقتراح ما يروونه ضروريا من تعديل صياغة العبارات أو حذفها، وإضافة عبارات جديدة وفي الأخير وبناء الملاحظات والتوصيات الواردة من لجنة التحكيم، استجاب الطالب لآراء السادة المحكمين وقام بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل في ضوء مقترحاتهم وتمت صياغة الاستبيان بشكل نهائي (أنظر ملحق رقم 2).

2- صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان :

تم حساب الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عددها 16 مفردة وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمحور التابعة له كما يلي:

* الصدق الداخلي لفقرات المحور الأول

جدول رقم 1 قيم معامل الارتباط بيرسون فقرات المحور الأول والدرجة الكلية له

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
1	هل يساعد التصور الذهني في تحسين وتطوير مهارة الإرسال في كرة الطائرة؟	0.610**	دال
2	هل تدربك على التصور الذهني يكسبك التحكم في مهارة الإرسال في كرة الطائرة؟	0.860**	دال
3	هل عدم الاهتمام بتدريبات التصور الذهني يؤثر على إتقان مهارة الإرسال؟	0.975**	دال
4	هل يمنحك التصور الذهني فرصة التعامل مع مهارة الإرسال بشكل أفضل؟	0.629**	دال
5	هل تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة الإرسال؟	0.721**	دال
6	هل يساعدك التصور الذهني في الوصول إلى مستويات عالية من الشعور بالراحة؟	0.980**	دال
7	هل للتصور الذهني دور في تنمية المهارات النفسية كالثقة بالنفس؟	0.779**	دال
**CORRECTION IS SIGNIFICANT THE 0.01 LEVEL (2-TILED)			

الجدولية: 0.06 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية R.15 قيمة

من خلال الجدول رقم 01 نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الأول والمعدل الكلي

لفقراته دالة إحصائية، حيث قيمة المحسوبة أكبر من قيمة الجدولية ومنه تعتبر فقرات المحور صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

الصدق الداخلي لفقرات المحور الثاني

جدول رقم 2 قيم معامل الارتباط بيرسون بين فقرات المحور 02 والدرجة الكلية له

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
1	هل التصور الذهني يساعد في تحسين المهارات الهجومية؟	0.808**	دال
2	هل للتصور الذهني دور في اتخاذكم القرارات المناسبة أثناء عملية السحق؟	0.890**	دال
3	هل تعتقد أن التصور الذهني له دور في تعلم مهارة السحق؟	0.795**	دال
4	هل للتصور الذهني دور في إيجاد الحلول المناسبة أثناء اللعب الهجومي؟	0.729**	دال
5	كيف تمارس التصور الذهني للحركة؟	0.828**	دال
6	هل تشعر بأن تدربك على التصور الذهني يساعدك على تنمية الثقة بالنفس؟	0.897**	دال
7	هل تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة السحق؟	0.980**	دال
**CORRECTION IS SIGNIFICANT THE 0.01 LEVEL (2-TILED)			

الجدولية: 0.606 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية R.15 قيمة

الفصل الثالث الإجراءات الميدانية للدراسة

من خلال الجدول رقم 2 نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الثاني والمعدل الكلي لفقراته دالة إحصائية، حيث قيمة المحسوبة أكبر من قيمة الجدولية ومنه تعتبر فقرات المحور صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

الصدق الداخلي لفقرات المحور 03

جدول رقم 3 قيم معامل الارتباط بيرسون بين فقرات المحور 03 والدرجة الكلية له

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
1	هل التصور الذهني يساعد في تحسين المهارات الدفاعية؟	0.808**	دال
2	هل التصور الذهني يحسن مهارة التركيز الانتباه في حصة التربية البدنية والرياضية؟	0.890**	دال
3	هل التصور الذهني يساعد التلميذ على انجاز مهارات تقنية في كرة الطائرة؟	0.795**	دال
4	هل يساعدك التصور الذهني على تحسين الجانب النفسي الحركي أثناء الحصة؟	0.729**	دال
5	هل تعتقد أن التصور الذهني له دور في تعلم مهارة الصد؟	0.828**	دال
6	هل تدربك على التصور الذهني يكسبك التحكم في مهارة الصد في الكرة الطائرة؟	0.897**	دال
7	هل يمنحك التصور الذهني فرصة التعامل مع مهارة الصد بشكل أفضل؟	0.980**	دال
**CORRECTION IS SIGNIFICANT THE 0.01LEVEL (2-TILED)			

الجدولية: 0.606 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية R.15 قيمة

من خلال الجدول رقم 3 نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الثالث والمعدل الكلي لفقراته دالة إحصائية، حيث قيمة المحسوبة أكبر من قيمة الجدولية ومنه تعتبر فقرات المحور صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

* الصدق البنائي للاستبيان

قد تم حساب الاتساق البنائي لفقرات الاستبيان على عينة استطلاعية بلغ حجمها 16، وذلك بحساب

معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للاستبيان كما يلي:

يعتبر صدق الاتساق البنائي أحد مقاييس صدق أداة الدراسة، حيث يقيس مدى تحقق الأهداف التي تسعى الأداة الوصول إليها، وبين صدق الاتساق البنائي مدى ارتباط كل محور من محاور أداة الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبيان، والجدول رقم 4 يوضح ذلك.

جدول رقم: 4 يوضح معاملات الارتباط بيرسون بين كل محور والدرجة الكلية للاستبيان

الرقم	محاور الاستبيان	معامل الارتباط	الدالة الإحصائية
1	المحور الأول	0.840**	دال
2	المحور الثاني	0.793**	دال
3	المحور الثالث	0.879**	دال
**CORRECTION IS SIGNIFICANT AT THE 0.01 LEVEL (2-TAILED)			

الجدولية: 0.606 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية R.15 قيمة

من خلال الجدول رقم 4 نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الرابع والمعدل الكلي لفقراته دالة إحصائية، حيث قيمة المحسوبة أكبر من قيمة الجدولية ومنه تعتبر فقرات المحور صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

3- ثبات الاستبيان

ثبات الاستبيان: يقصد بثبات الاستبيان، أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان، يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل كرونباخ، والجدول رقم 5 يبين معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان.

جدول رقم 5: يبين قيمة معامل Cronchsleh

عنوان المجال	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ Cronchsleh
المحور الأول	07	0.789
المحور الثاني	07	0.728
المحور الثالث	07	0.831
جميع فقرات الاستبيان	21	0.880

نلاحظ من خلال الجدول رقم 5 أن معامل ألفا كرونباخ لكل محاور الاستبيان تتراوح بين (0.728-0.831) وهي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معا بلغا 0.880 وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة وتدل على أن أداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (0-1)، وكلما اقترب من الواحد دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر دل على عدم وجود ثبات.

* ومنه نستنتج أن أداة الدراسة التي أعدناها لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

6- الأساليب الإحصائية:

كما قام الطالب بتفريغ وتحليل الاستبيان من خلال: برنامج التحليل الإحصائي حيث قام الطالب باستخدام الأدوات الإحصائية التالية.

- اختبار ألفا كرونباخ لمعرفة ثبات فقرات استمارة الاستبيان.
- معامل الارتباط بيرسون لقياس صدق فقرات الاستبيان.
- حساب التكرارات والنسب المئوية لتحليل إجابات أفراد عينة الدراسة وتعرف على اتجاههم نحو أسئلة وعبارات أداة الدراسة.

- إخبار كاي تربيع لدلالة إحصائية على وجود فروق في إجابات العينة على أسئلة أداة الدراسة
Fo: التكرارات المشاهدة.

fe : التكرارات النظرية وهي ناتج قسمة مجموع تكرارات المشاهدة على عدد فئات المتغير النوعي وهي نفسها بالنسبة لكل الخانات.

- والقاعدة العامة في تحليل إجابة أفراد عينة الدراسة أي في دلالة إحصائية لإجابات على الأسئلة الاستبيان موجودة فروق في الإجابة.

دالة إذا كان كا2 المحسوبة أكبر من كا2 الجدولة

غير دالة إذا كانت كا2 المحسوبة أقل من الجدولة

درجة الحرية ل (نعم، لا) هي: عدد البدائل - 1 مثلا هنا 1.

درجة الحرية ل (نعم، لا، نوعا ما) هي: عدد البدائل - 1 مثلا هنا 1.

كا2 الجدولة عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 هي 3.84.

كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05 هي 5.99

الفصل

الرابع

تمهيد

لاختبار فرضيات الدراسة تتطرق أولاً إلى تحليل وعرض بيانات إجابات أفراد العينة على كل سؤال من أسئلة كل محور على حدى باستخدام النسبة المئوية، والاختبار الإحصائي: كاي تربيع، لسهولته وفائدته العلمية فهو يعتمد على المقارنات التكرارات المشاهدة بالتكرارات المتوقعة.

والقاعدة المعتمدة على تبيان وجود فروق في إجابات أفراد العينة على أسئلة محاور الاستبيان أو الدلالة الإحصائية لكل سؤال هي:

دالة إذا كان كا2 المحسوبة أكبر من كا2 الجدولة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرارا وأن الطالب متأكد بنسبة 95% من وجود اختلاف موضوعي بين أفراد العينة في تفضيلهم لبدائل السؤال مع احتمال خطأ 5

دالة إذا كان كا2 المحسوبة أقل من كا2 الجدولة أي لا يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرارا وأن الطالب متأكد بنسبة 95% من عدم وجود اختلاف موضوعي بين أفراد العينة في تفضيلهم لبدائل السؤال مع احتمال خطأ 5

وبعد التحليل وعرض بيانات الفرضيات، نقوم بمناقشتها، مستدلين بالجانب النظري ونتائج الدراسات السابقة.

أولاً عرض وتحليل إجابات الأفراد العينة لأسئلة محاور الاستبيان

1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لأسئلة المحور الأول (الفرضية الأولى)

يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

السؤال الأول: هل يساعد التصور الذهني في تحسين وتطوير مهارة الإرسال في كرة الطائرة؟

الغرض من السؤال: هو معرفة الدور الذي يلعبه التصور الذهني في تحسين وتطوير مهارة الإرسال

- الجدول رقم (6): يمثل نتائج السؤال رقم 01

الإجابات	التكرارات		%	كا2 " كاي "تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	16.7	12	24	11.680	5.99	0.05	2	دال
أحياناً	16.7	10	20					
نعم	16.7	28	56					
المجموع		50	100					

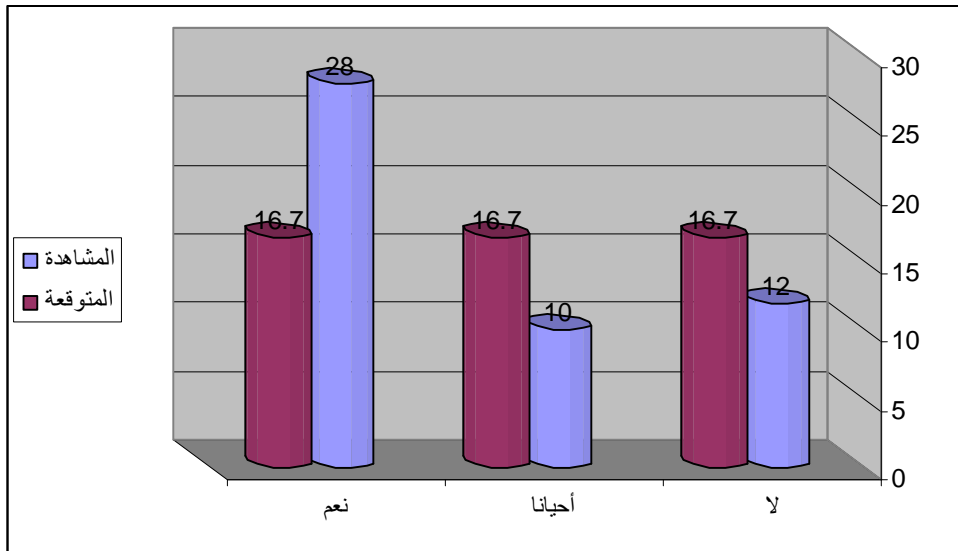
المصدر من إعداد الطلبة اعتماداً على إجابات العينة ومخرجات برنامج اصدار 22

التعليق على الجدول

من خلال الجدول رقم 6 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 28 أي بنسبة 56.0 بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح أحيانا بقيم 10 مشاهدة، وبنسبة 20.00 % ولصالح لا بقيم 12 مشاهدة، وبنسبة 24.0 وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإذا كانت المحسوبة بلغت 11.680 وهي أكبر قيمة من كات الجدولة 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكراراً: نعم وبنسبة 56.0 %.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 56.0 % على أن التصور الذهني يساعد في تحسين وتطوير مهارة الإرسال في كرة الطائرة بينما ترى نسبة 24 أنه لا يساعد في مهارة الإرسال، أما النسبة المتبقية والمقدرة بـ 20 % ترى بأنه يساهم في بعض الأحيان فقط، وهذا يؤكد على أهمية التصور العقلي في تحسين وتطوير مهارة الإرسال.



الشكل رقم 01: رسم بياني يوضح إجابات على العينة على السؤال رقم 01

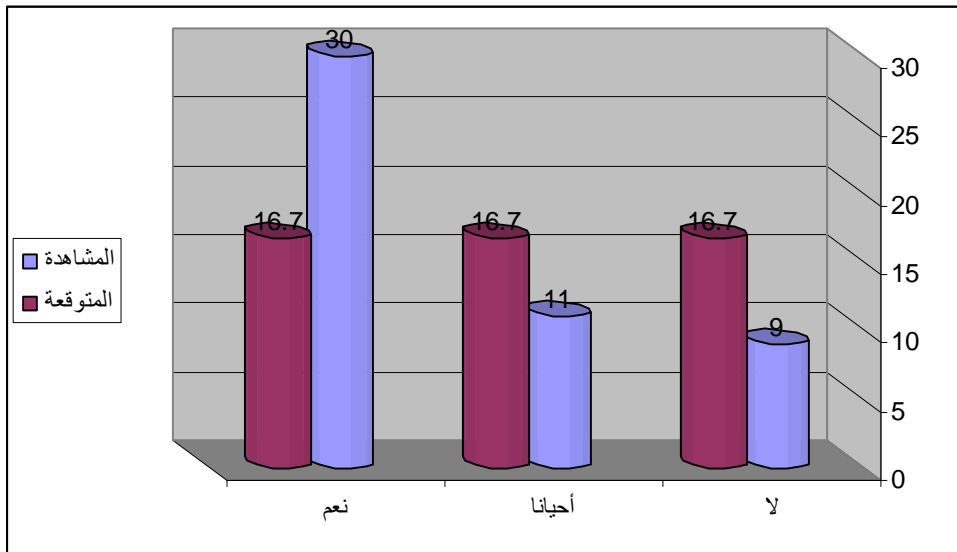
السؤال 02: هل تدربك على التصور الذهني يكسبك التحكم في مهارة الإرسال في الكرة الطائرة؟
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى اكتساب التلاميذ في التحكم في مهارة الإرسال من خلال التصور الذهني.

- الجدول رقم (7): يمثل نتائج السؤال رقم 02

الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	9	16.7	18	16.120	5.99	0.05	2	دال
أحيانا	11	16.7	22					
نعم	30	16.7	60					
المجموع	50		100					

المصدر من إعداد الطلبة اعتمادا على إجابات العينة ومخرجات برنامج اصدار22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم 7 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 60% أي بنسبة 30% وبينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح أحيانا بـ 11% مشاهدة، وبنسبة 22.00% ولصالح لا بـ 9% مشاهدة، وبنسبة 18% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.
وإذا كا² المحسوبة بلغت 16.120 وهي أكبر قيمة من كا² الجدولة 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا: نعم وبنسبة 60.0% .
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 60.0% على أن التصور الذهني يكسب التحكم في مهارة الإرسال وهذا ما يؤكد على الأهمية الكبرى للتصور الذهني، بينما ترى نسبة 22.0% بأنه يكسب مهارة الإرسال في بعض الأحيان، أما نسبة 18% يرون بأن التصور الذهني لا يساعد على اكتساب مهارة الإرسال.



الشكل رقم (2): يمثل نتائج السؤال رقم 02

السؤال 03: هل عدم الاهتمام بتدريبات التصور الذهني يؤثر على إتقان مهارة الإرسال في الكرة الطائرة؟
وضح ذلك.....

الغرض من السؤال: هو معرفة تأثير التصور الذهني على إتقان مهارة الإرسال

- الجدول رقم 08: يمثل نتائج السؤال رقم 03

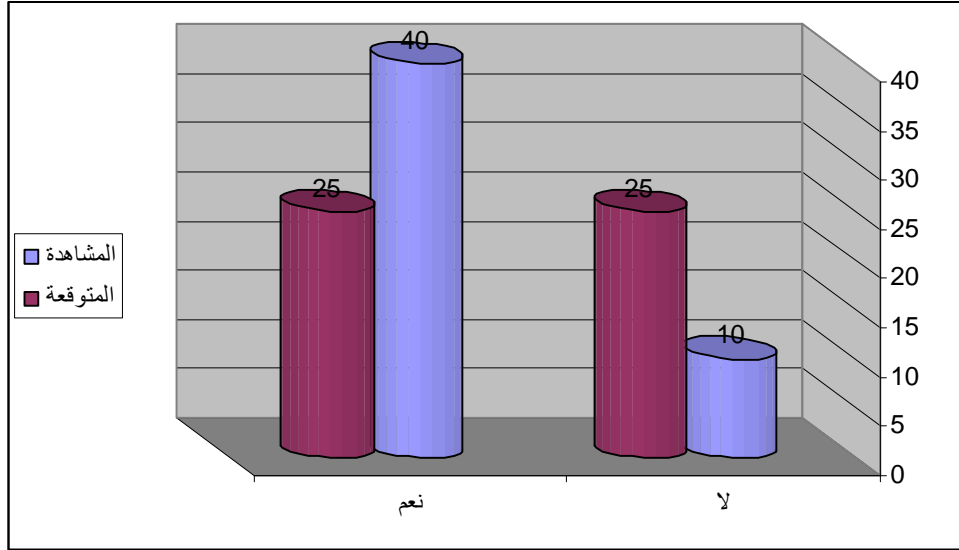
الإجابات	التكرارات		%	كا 2 " كاي " تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	25	10	20.0	18.00	3.84	0.05	1	دال
نعم	25	40	80.0					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم 8 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 40 أي بنسبة 80 % بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم 10 مشاهدة، وبنسبة 20.0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإذا كا 2 المحسوبة بلغت 18.00 وهي أكبر قيمة من كا 2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 80.0 % .

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجويين يؤكدون نسبة 80.0 على أن الاهتمام بتدريبات التصور الذهني يؤثر على إتقان مهارة الإرسال في الكرة الطائرة وهذا يؤكد على الدور الكبير للتصور الذهني، بينما ترى نسبة 20.0 % بأنه لا يؤثر على إتقان مهارة الإرسال وقد وضح معظم التلاميذ ذلك في كون التصور الذهني هو الأساس في تحسين والتطوير والتحكم في إرسال الكرة، كما أن له دور في تنمية القدرات الذهنية والقدرة على التركيز.



الشكل رقم 03: يمثل نتائج السؤال رقم 03

السؤال 04: هل يمنحك التصور الذهني فرصة التعامل مع مهارة الإرسال بشكل أفضل؟

الغرض من السؤال: هو معرفة الدور الذي يلعبه التصور الذهني للتعامل مع مهارة الإرسال بشكل أفضل

- الجدول رقم (9): يمثل نتائج السؤال رقم 04

الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	25	12	24.0	13.520	3.84	0.05	1	دال
نعم	25	38	76					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

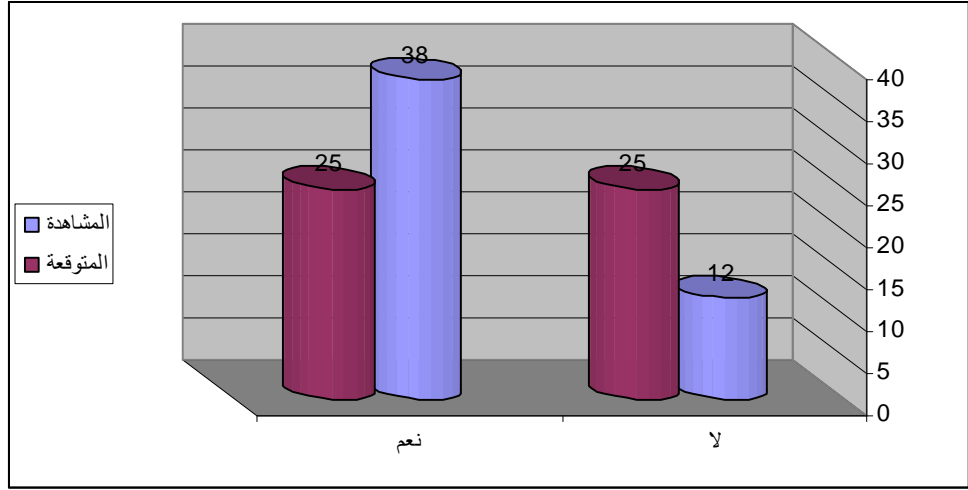
التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم 9 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيمة مشاهدة: 38 أي بنسبة

76 % بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيمة 12 مشاهدة، وبنسبة 24.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 13.520 وهي أكبر قيمة من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 76 %.

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 76.0% على أن التصور الذهني يمنح فرصة التعامل مع مهارة الإرسال أفضل، بينما ترى نسبة 24.0 % العكس وهذا يدل على الكبير للتصور الذهني للتعامل مع مهارة الإرسال.



الشكل رقم (4): يمثل نتائج السؤال رقم 04

السؤال 05: هل تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطور مهارة الإرسال؟

الغرض من السؤال: هو معرفة فائدة تصور الحركة قبل تنفيذها

- الجدول رقم (10): يمثل النتائج السؤال رقم 05

الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	25	8	16	23.120	3.84	0.05	1	دال
نعم	25	42	84					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

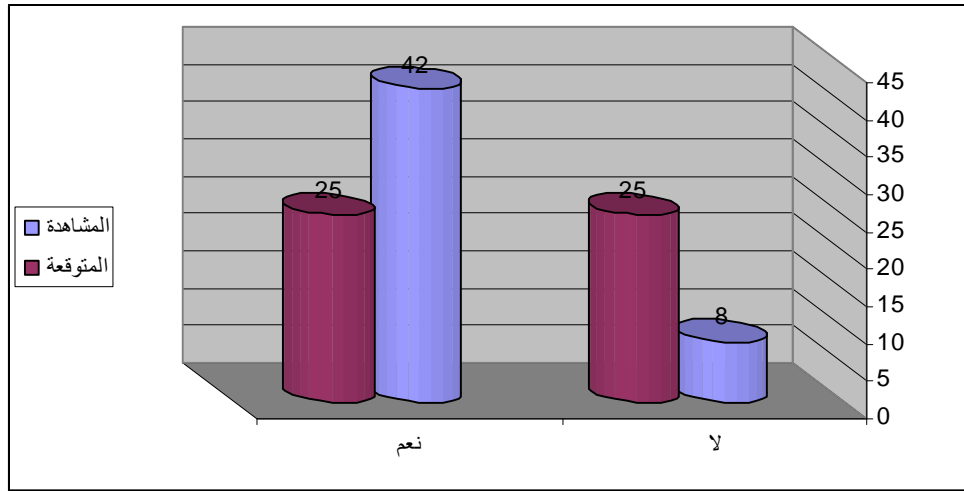
التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم 10 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 42 أي بنسبة 84.0 % بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بـ 8 مشاهداً، وبنسبة 16.0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 23.120 وهي أكبر قيمة من كا² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكراراً: نعم وبنسبة 76% .

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 84.0 % على أن تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة الإرسال وهذا يؤكد على الكبير للتصور العقلي بينما ترى نسبة 16% بالعكس.



الشكل رقم(05): يمثل النتائج السؤال رقم 05

السؤال رقم (6): هل يساعدك التصور الذهني في الوصول إلى مستويات عالية من الشعور بالراحة؟ أعط مثال عن ذلك.....

الغرض من السؤال هو: معرفة مدى مساعدة التصور الذهني إلى الوصول إلى مستويات عالية من الشعور بالراحة
الجدول رقم (11): يمثل نتائج السؤال رقم 06

الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
نعم	25	16	32	6.480	3.84	0.05	1	دال
لا	25	34	68					
المجموع	50	100						

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

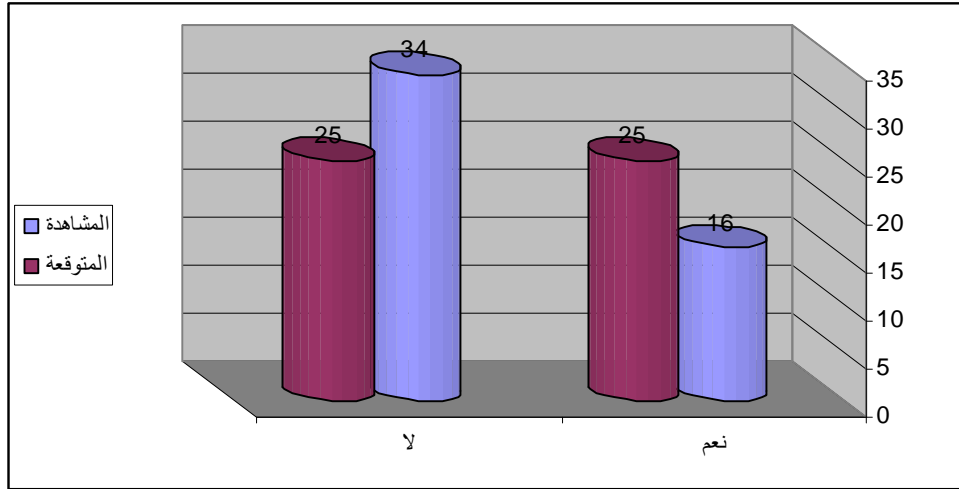
التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم 11 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 34 أي بنسبة 68.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 16، وبنسبة 32% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن كا² المحسوبة بلغت 6.840 وهي أكبر قيمة من كا² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 68%

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 68% على أن التصور الذهني يساعد في الوصول إلى مستويات عالية من الشعور بالراحة وهذا يدل على أن التصور الذهني يساعد التلميذ على الإحساس

بالراحة بينما ترى نسبة 32% بان التصور الذهني لا يؤدي إلى الإحساس بالراحة، وقد قدم التلاميذ أمثلة كانت تصب في مجملها في كون التصور الذهني يساعد على الإحساس بالراحة.



الشكل رقم (06): يمثل نتائج السؤال رقم 06

السؤال 07: هل للتصور الذهني دور في تنمية المهارات النفسية كالثقة بالنفس؟

الغرض من السؤال: هو معرفة دور التصور الذهني في تنمية المهارات النفسية كالثقة بالنفس .

الجدول رقم (12): يمثل نتائج السؤال رقم 07

الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
نعم	25	16	32	3.84	6.480	0.05	1	دال
لا	25	34	68					
المجموع	50	100						

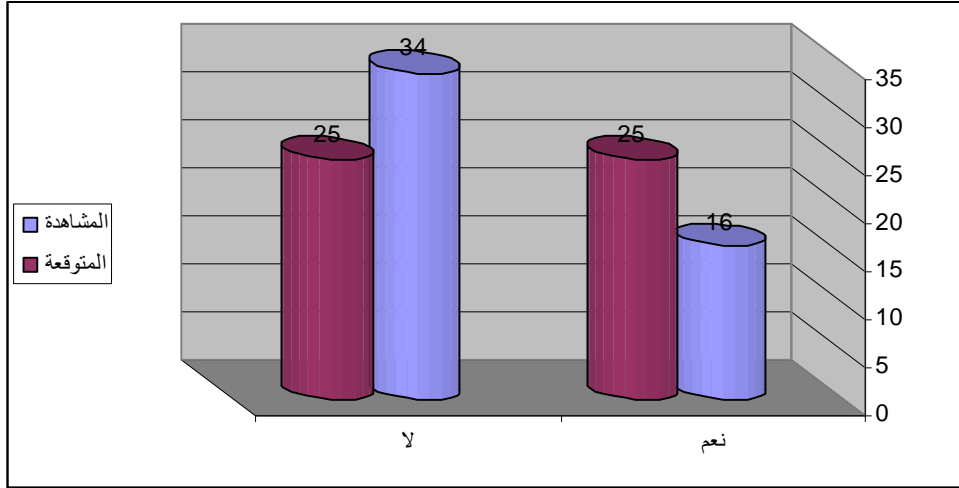
المصدر: من اعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم 12 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 37 أي بنسبة 74.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 13، وبنسبة 26% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن كا² المحسوبة بلغت 11.520 وهي أكبر قيمة من كا² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 74%.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون نسبة 74 % على أن للتصور الذهني دور في تنمية المهارات العقلية كالثقة بالنفس وهذا يدل على قيمة التصور الذهني في تعلم المهارات الذهنية، بينما النسبة الأخرى والمقدرة ب 26 بأنه ليس للتصور العقلي دور في تنمية المهارات الذهنية.



الشكل رقم (07): يمثل نتائج السؤال رقم 07

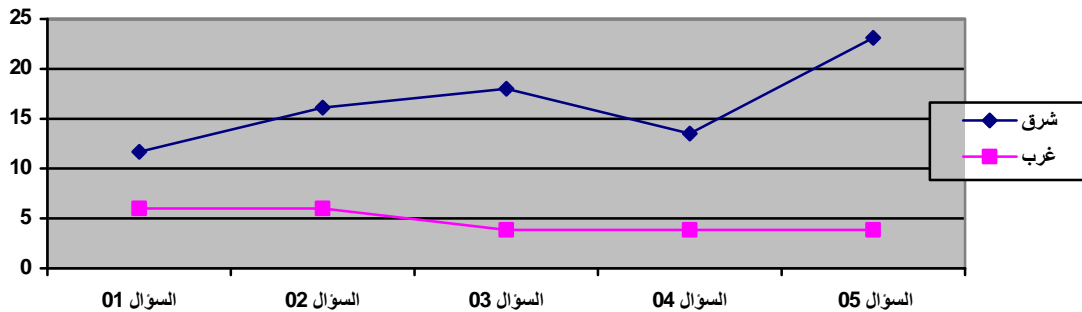
وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الأول نجد :

أن جميع الأسئلة المحور الأول دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) حيث كان ك² المحسوبة أكبر من الجدولة في جمعها كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرارا .

استنتاج: يساهم التصور العقلي للحركة في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ثانيا- عرض وتحليل إجابات أفراد عينة لأسئلة المحور الثاني (الفرضية الثانية)

يساهم التصور العقلي للحركة في تنمية مهارة السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



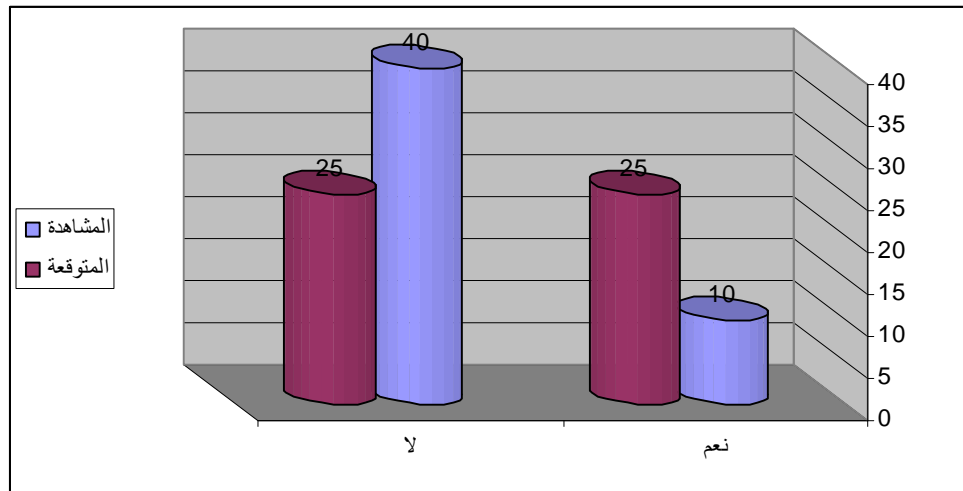
السؤال 08: هل التصور الذهني يساعدك في تحسين المهارات الهجومية

- الجدول رقم (13): يمثل نتائج السؤال رقم 08

الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الاستنتاج الاحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
نعم	10	25	20.0	3.84	18.000	1	0.05	دال
لا	40	25	80.0					
المجموع	100	50						

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 13 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 40 أي بنسبة 80% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 10، وبنسبة 20% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن كا² المحسوبة بلغت 18.000 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 80% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 80 على أن للتصور الذهني يساعدك في تحسين المهارات الهجومية المختلفة وهذا يساعد في تحسين الأداء الهجومي، بينما ترى نسبة 20 بأن التصور العقلي لا يساعد المهارات الهجومية.



الشكل رقم (08): يمثل نتائج السؤال رقم 08

السؤال 09: هل للتصور الذهني دور في اتخاذكم القرارات المناسبة أثناء عملية السحق؟

وضح كيف يتم ذلك.....

الغرض من السؤال: هو معرفة دور التصور الذهني في اتخاذ قرارات المناسبة أثناء عملية السحق

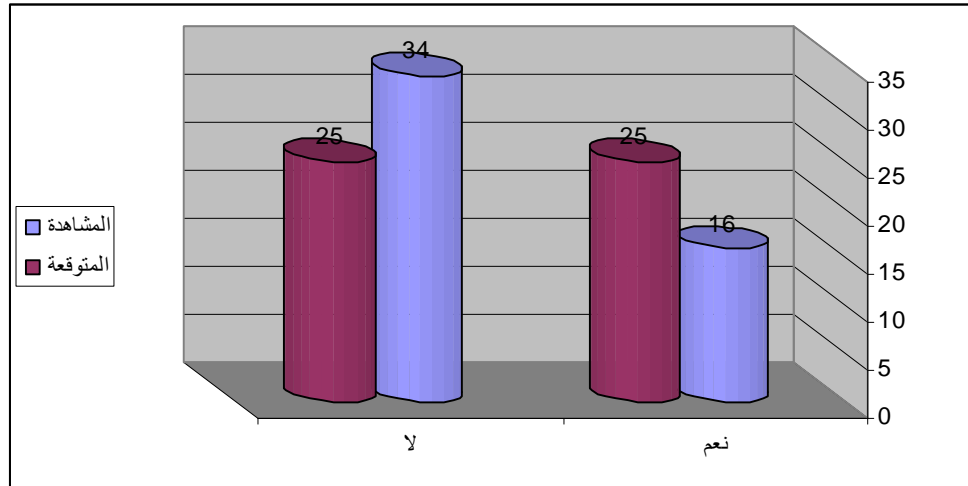
-الجدول رقم (14): يمثل نتائج السؤال رقم 09

الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
نعم	25	16	32.0	6.480	3.84	0.05	1	دال
لا	25	34	68.0					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 14 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 34 أي بنسبة 68 بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 16، وبنسبة 32% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 6.480 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 68% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 68% على أن للتصور الذهني دور في اتخاذ القرارات المناسبة أثناء عملية السحق وهذا ما يساعد في تحقيق النتائج المرجوة، بينما ترى نسبة 32% بأن التصور الذهني لا يساعد في اتخاذ القرارات المناسبة أثناء عملية السحق، وقد وضع معظم التلاميذ ذلك في كون التصور الذهني يعطي الأفكار التي تساعد في عملية السحق.



الشكل رقم (09): يمثل نتائج السؤال رقم 09

السؤال 10 : هل التصور الذهني له دور في تعلم مهارة السحق؟
الغرض من السؤال: هو معرفة دور التصور الذهني في تعلم مهارة الصيد

- الجدول رقم (15): يمثل نتائج السؤال رقم 10

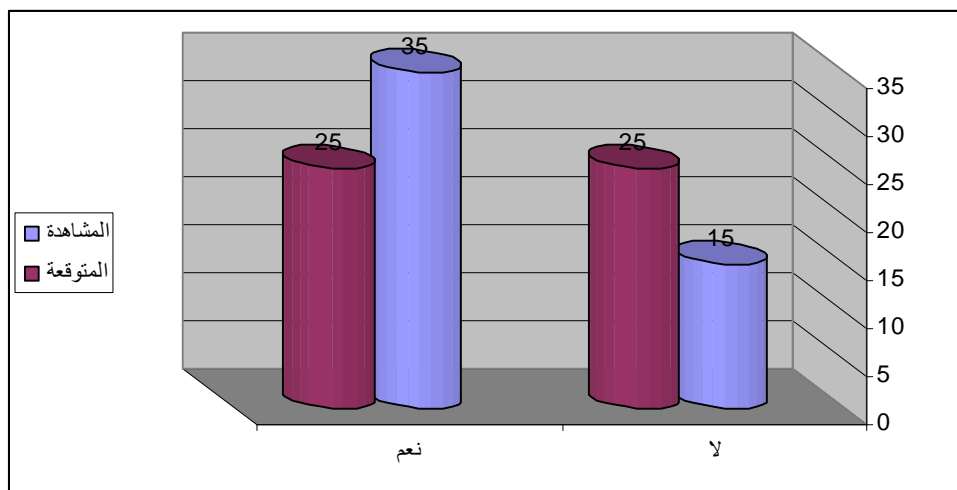
الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQUARE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
نعم	35	25	70.0	3.84	8.000	0.05	1	دال
لا	15	25	30.0					
المجموع	50		100.0					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 15 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 35 أي بنسبة 70% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 15، وبنسبة 30% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 8.000 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 68%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 70% على أن للتصور الذهني له دور في تعلم مهارة السحق بشكل أسرع وأفضل، بينما ترى النسبة المتبقية من التلاميذ عكس ذلك وذلك قد يرجع لكون التلاميذ لا يؤدون التصور الذهني بالشكل المناسب.



الشكل رقم (10): يمثل نتائج السؤال رقم 10

السؤال 11 : هل للتصور الذهني دور في إيجاد الحلول المناسبة أثناء اللعب الهجومي؟
 الغرض من السؤال: هو معرفة دور التصور الذهني في إيجاد الحلول المناسبة أثناء اللعب الهجومي
 - الجدول رقم (16): يمثل نتائج السؤال رقم 11

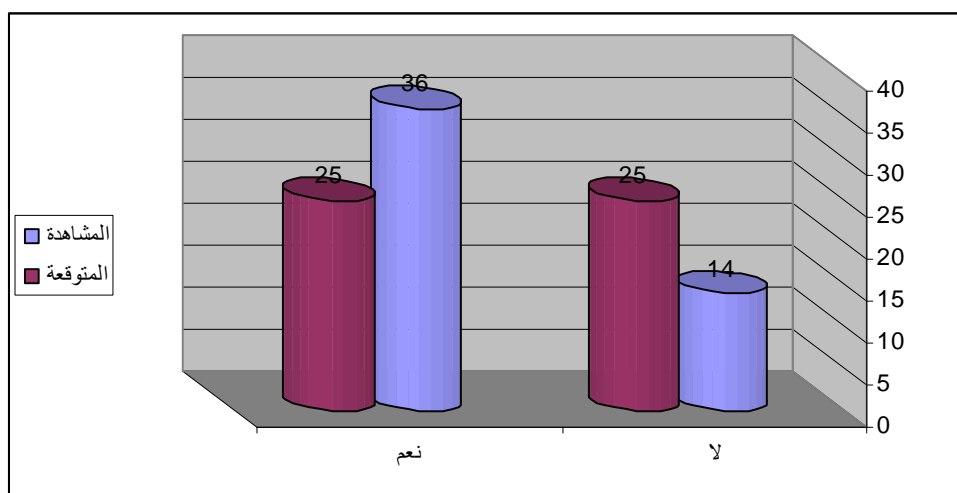
الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQUARE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
لا	14	25	38.0	3.84	9.680	0.05	1	دال
نعم	36	25	72.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 16 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 36 أي بنسبة 72% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 14، وبنسبة 28% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 9.680 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: نعم وبنسبة 72%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 72% على أن للتصور الذهني دور في إيجاد الحلول المناسبة أثناء اللعب الهجومي بصفة عامة والصد بصفة خاصة، بينما ترى نسبة 28% من التلاميذ غير ذلك وهذا راجع لضعف التصور الذهني لديهم.



الشكل رقم (11): يمثل نتائج السؤال رقم 11

السؤال 12: كيف تمارس التصور الذهني للحركة؟

الغرض من السؤال: هو معرفة كيف يمارس التصور العقلي الحركة

-الجدول رقم (17): يمثل نتائج السؤال رقم 12

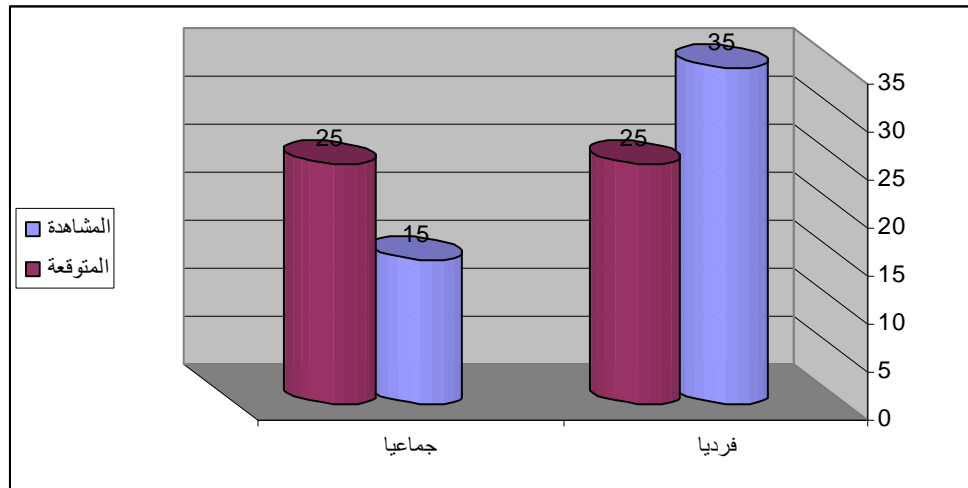
الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
فرديا	25	35	70.0	3.84	8.000	0.05	1	دال
جماعيا	25	15	30.0					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 17 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح فرديا بـ 35 مشاهدة: أي بنسبة 70% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح جماعيا بـ 15 مشاهدة، وبنسبة 30% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 8.000 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرارا: فرديا بنسبة 70%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 70% على أنهم يمارسون التصور الذهني بصفة فردية وذلك لتحقيق نتائج أفضل، بينما ترى نسبة 30% من العينة بأن أفضل طريقة للممارسة التصور الذهني ممارسته جماعيا، ونستنتج من خلال ذلك بأن أفضل طريقة للتصور الذهني أن يكون بصورة فردية.



الشكل رقم (12): يمثل نتائج السؤال رقم 12

السؤال 13: هل تشعر أن تدريبك على التصور الذهني يساعدك على تنمية الثقة بالنفس؟

الغرض من السؤال: هو معرفة دور التصور الذهني في تنمية الثقة بالنفس

- الجدول رقم (18): يمثل نتائج السؤال رقم 13

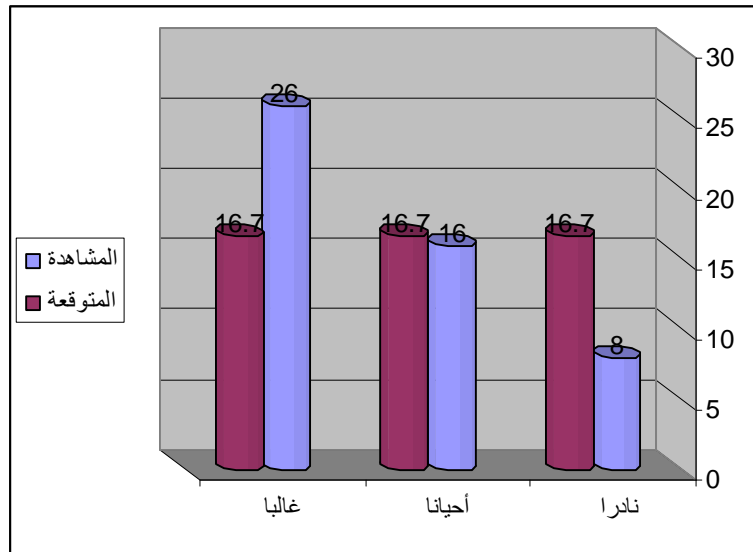
الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
نادرا	8	16.7	16.0	9.760	5.99	0.05	2	دال
أحيانا	16	16.7	32.0					
غالبا	26	16.7	52.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 18 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح غالبا بقيم مشاهدة: 26 أي بنسبة 52.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح جماعيا بقيم مشاهدة 16، وبنسبة 32% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 9.760 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: غالبا 52

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 52% على أن التدريب على التصور الذهني يساعدك في تنمية الثقة بالنفس مما يساعد في تحقيق النتائج المرجوة، أما نسبة 32% من العينة بأن التصور الذهني يساعد في تنمية الثقة بالنفس في بعض الأحيان فقط، بينما النسبة المتبقية والمقدرة ب 16 فترى بأنه ليس هناك دخل للتصور الذهني في تنمية الثقة بالنفس.



الشكل رقم (13): يمثل نتائج السؤال رقم 13

السؤال 14: هل تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة السحق؟

الغرض من السؤال: هو معرفة إذا ما كان تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة السحق

-الجدول رقم (19): يمثل نتائج السؤال رقم 14

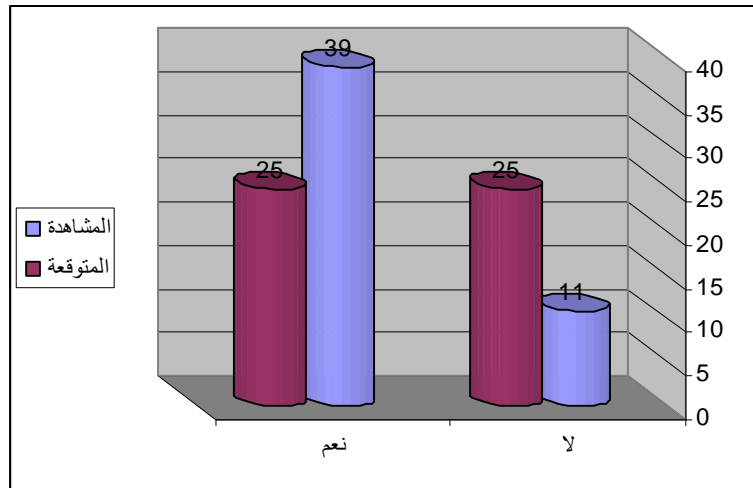
الإجابات	التكرارات		%	كا ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		المجدولة	المحسوبة			
لا	11	25	22.0	3.84	15.680	0.05	1	دال
نعم	39	25	78.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول : من خلال الجدول رقم: 19 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 11، وبنسبة 22% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كا² المحسوبة بلغت 15.680 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: غالباً وبنسبة 78%

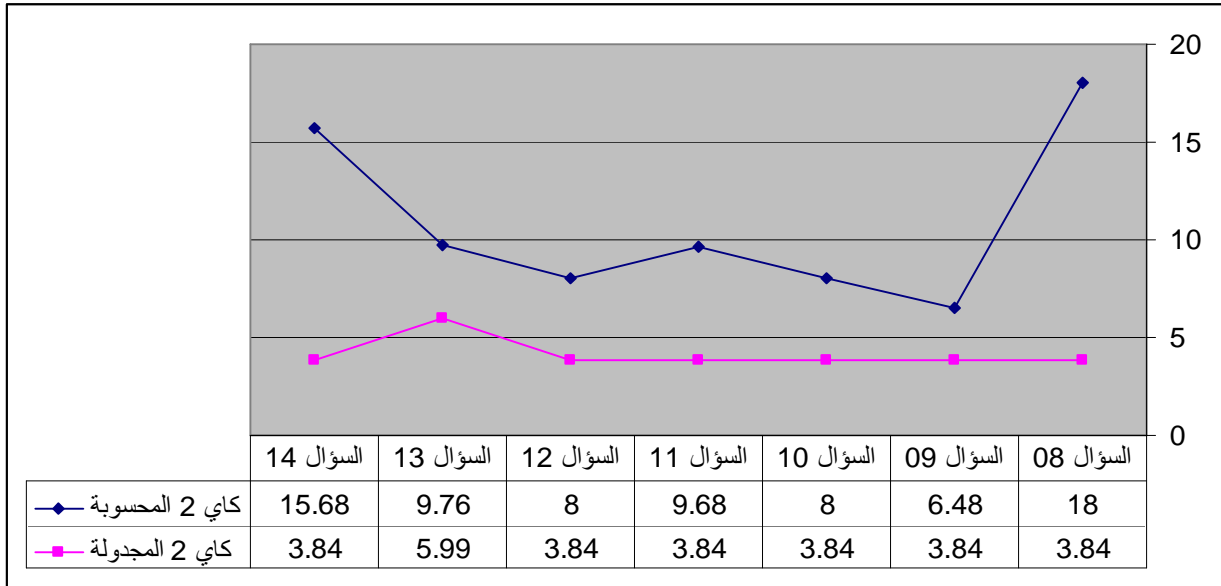
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 78 % على أن تصور الحركة قبل تنفيذها يؤدي إلى تحسين وتطوير مهارة السحق بالشكل المناسب وهذا يؤكد على أهمية التصور الذهني ، بينما ترى نسبة 22 عكس ذلك.



الشكل رقم (14): يمثل نتائج السؤال رقم 14

وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثاني نجد:

أن جمع أسئلة المحور الثاني دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) حيث ك² المحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكراراً.
استنتاج: يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



3- عرض وتحليل إجابات أفراد عينة لأسئلة المحور الثالث (الفرضية الثالثة)

يساهم التصور العقلي للحركة في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

السؤال 15: هل التصور الذهني يساعدك في تحسين المهارات الدفاعية؟

الغرض من السؤال هو معرفة مدى مساعدة التصور الذهني في تحسين المهارات الدفاعية.

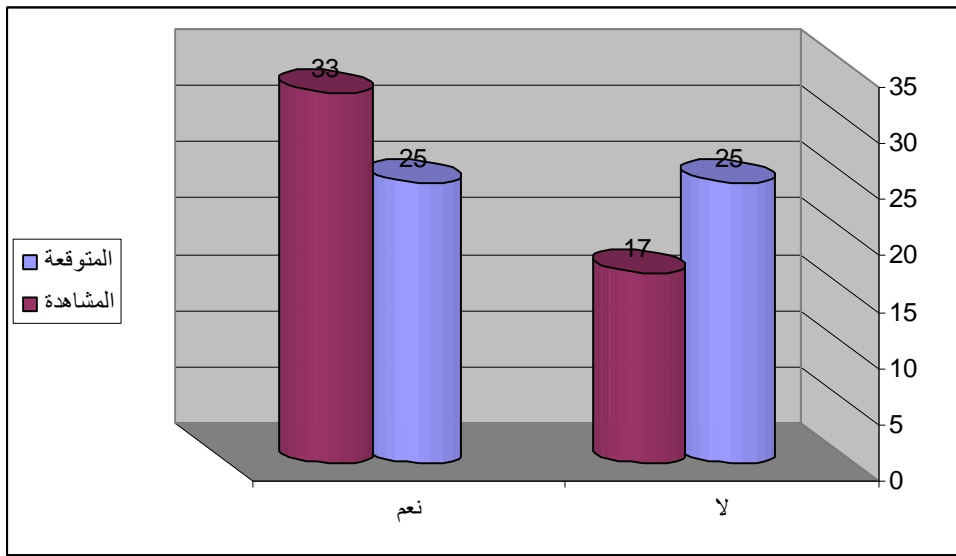
- الجدول رقم (20): يمثل نتائج السؤال رقم 15

الإجابات	التكرارات		%	ك ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		الجدولة	المحسوبة			
لا	25	17	34.0	3.84	5.120	0.05	1	دال
نعم	25	33	66.0					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 15 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 33 مشاهدة: أي بنسبة 66.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بـ 17 مشاهدة، وبنسبة 34.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن ك² المحسوبة بلغت 5.120 وهي أكبر من ك² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكراراً: غالباً وبنسبة 66.0%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 66.0% على أن التصور العقلي يساعد في تحسين المهارات الدفاعية بصفة عامة بالشكل المناسب وبالتالي تحقيق الأهداف المطلوبة، بينما ترى نسبة 34% التصور الذهني لا يساعد في تحسين المهارات الدفاعية.



الشكل رقم (15): يمثل نتائج السؤال رقم 15

السؤال 16: هل للتصور الذهني يحسن مهارة تركيز الانتباه في حصة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا ما كان التصور العقلي يحسن مهارة تركيز الانتباه في حصة التربية البدنية والرياضية

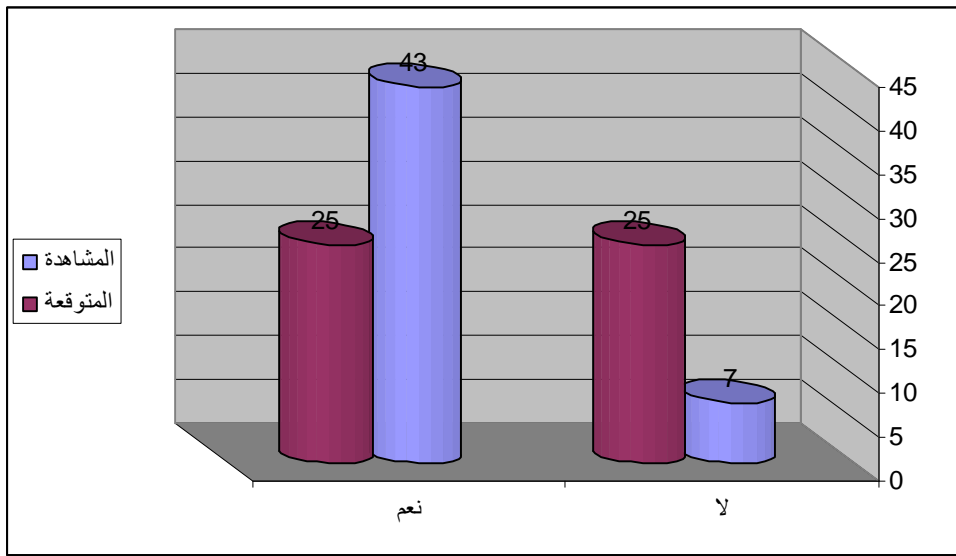
- الجدول رقم (21) يمثل نتائج السؤال 16

الإجابات	التكرارات		%	ك ² "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
	المتوقعة	المشاهدة		المجدولة	المحسوبة			
لا	25	7	14.0	3.84	25.920	0.05	1	دال
نعم	25	43	86.0					
المجموع		50	100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 16 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 43 مشاهدة: أي بنسبة 86.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بـ 7 مشاهدة 07، وبنسبة 14.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن ك² المحسوبة بلغت 25.920 وهي أكبر من ك² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكراراً: غالباً وبنسبة 86.0%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 85.0% على أن التصور الذهني يحسن مهارة تركيز الانتباه في حصة التربية البدنية والرياضية، بينما النسبة المتبقية والمقدرة بـ 14 أن التصور الذهني لا يحسن مهارة تركيز الانتباه أثناء الحصة، وهذا يدل على الدور الكبير للتصور الذهني في تركيز الانتباه.



الشكل رقم (16) يمثل نتائج السؤال 16

السؤال 17: هل للتصور الذهني يساعد التلميذ على انجاز مهارات تقنية في كرة الطائرة؟

الغرض من السؤال: هو معرفة مدى مساعدة التصور الذهني التلميذ على انجاز مهارات تقنية في كرة الطائرة

- الجدول رقم (22) يمثل نتائج السؤال 17

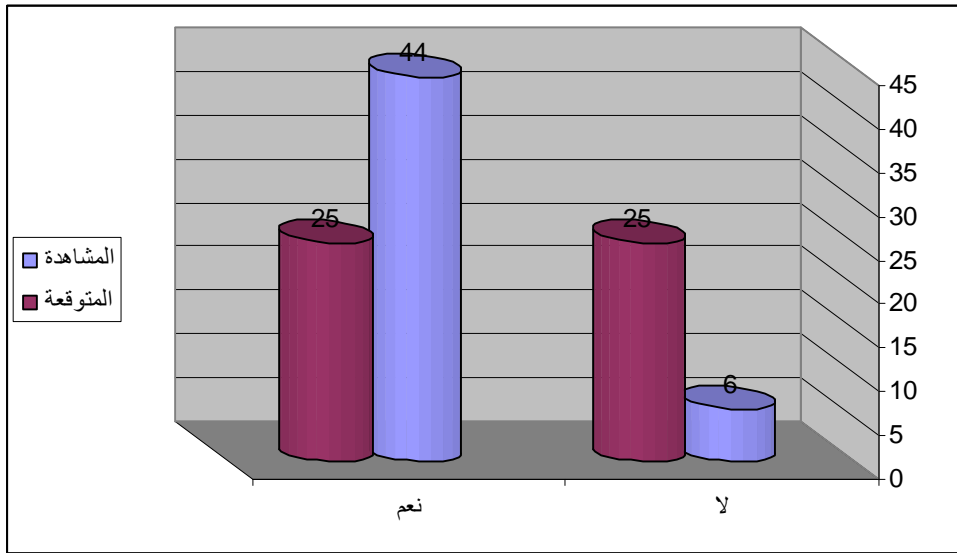
الإجابات	التكرارات		%	ك ² "كاي تربيع" CHI-SQUARE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		الجدولة	المحسوبة			
لا	6	25	14.0	3.84	28.880	0.05	1	دال
نعم	44	25	86.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 22 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة: 44 أي بنسبة 88.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بقيم مشاهدة 6، وبنسبة 12.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كات المحسوبة بلغت 28.880 وهي أكبر من كات الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرر: غالباً وبنسبة 88.0%

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 88.0% على أن التصور الذهني يساعد التلميذ على إنجاز مهارات تقنية في كرة الطائرة بشكل أفضل، وبالتالي تحسين الأداء، بينما ترى نسبة 12% عكس ذلك وهذا قد يرجع لكونهم لا يؤدون التصور الذهني بالشكل المناسب، وقد وضح معظم التلاميذ ذلك في أنه في حالة الدفاع في أن تصور المسار الحقيقي للكرة في أثناء عملية السحق يؤدي إلى إتقان عملية الصد.



الشكل رقم (17) يمثل نتائج السؤال 17

السؤال 18: هل يساعد التصور الذهني على تحسين الجانب النفسي الحركي أثناء الحصة؟

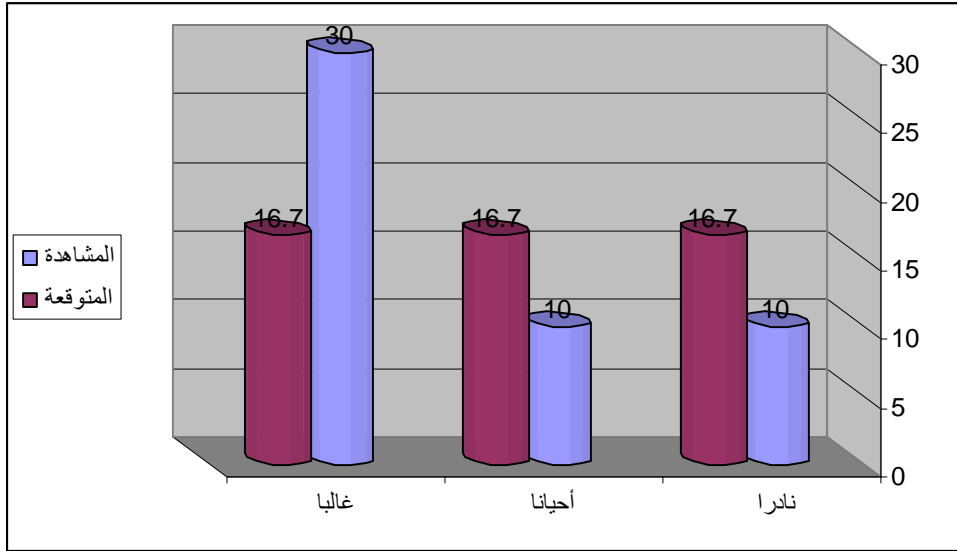
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى مساعدة التصور الذهني في تحسين الجانب النفسي الحركي أثناء الحصة

– الجدول رقم (23): يمثل نتائج السؤال رقم 18

الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		الجدولة	المحسوبة			
نادرا	10	16.7	20.0	5.99	16.000	0.05	2	دال
أحيانا	10	16.7	20.0					
غالبا	30	16.7	60.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 23 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح غالباً بـ 30 مشاهدة: أي بنسبة 60% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح أحيانا بـ 10 مشاهدة، وبنسبة 20% ولصالح نادراً بـ 10 مشاهدة، وبنسبة 20% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن كلاً المحسوبة بلغت 16.000 وهي أكبر من كلاً الجدولة 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكراراً: غالباً وبنسبة 60% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 60% على أن التصور الذهني يساعد على تحسين الجانب النفسي الحركي أثناء الحصة، بينما ترى نسبة 20% بأن ذلك يحدث أحيانا فقط، ونسبة 20% ترى بأن ذلك لا يحدث.



الجدول رقم (18): يمثل نتائج السؤال رقم 18

السؤال 19: هل تعتقد أن التصور الذهني له دور في تعلم مهارة الصد؟

الغرض من السؤال: هو معرفة إذا ما كان للتصور الذهني دور في تعلم مهارة الصد

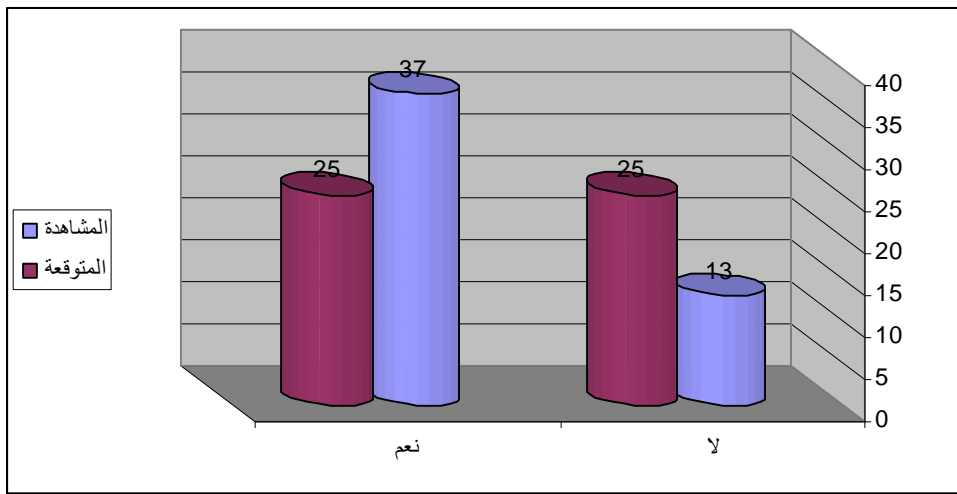
- الجدول رقم (24) يمثل نتائج السؤال 19

الإجابات	التكرارات		%	كاي تربيع " كاي تربيع " CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		الجدولة	المحسوبة			
لا	13	25	26.0	3.84	11.52	0.05	1	دال
نعم	37	25	74.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 24 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 37 مشاهدة: أي بنسبة 74% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بـ 13 مشاهدة، بنسبة 26.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وإن كات المحسوبة بلغت 11.520 وهي أكبر من كات الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: غالباً وبنسبة 74.0% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 74.0% على أن التصور الذهني له دور كبير في تعلم مهارة الصد وبالتالي تحسين الأداء، بينما نسبة 26% ترى أنه ليس للتصور الذهني دور في تعلم مهارة الصد، ومنه نستنتج دور التصور الذهني في تعلم مهارة الصد.



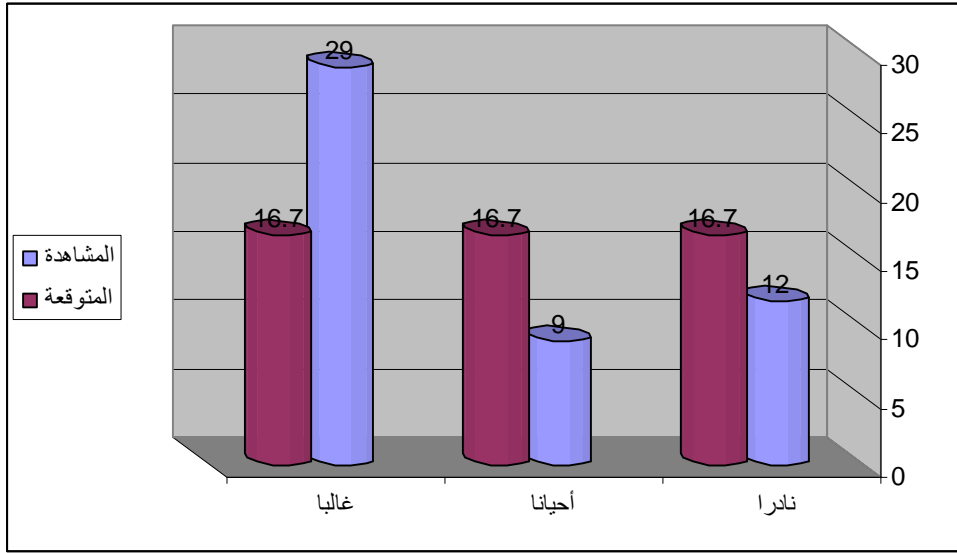
الشكل رقم (19) يمثل نتائج السؤال 19

السؤال 20: هل تدربك على التصور الذهني يكسبك التحكم في مهارة الصد في الكرة الطائرة؟
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى اكتساب مهارة الصد من خلال التدريب على التصور الذهني
-الجدول رقم (25): يمثل نتائج السؤال رقم 20

الإجابات	التكرارات		%	كا ² " كاي " تربيع Chi-squre		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		الجدولة	المحسوبة			
نادرا	12	16.7	24.0	5.99	13.960	0.05	2	دال
أحيانا	9	16.7	18					
غالباً	29	16.7	58.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 24 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح غالباً بـ 29 مشاهدة: أي بنسبة 58.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح أحيانا بـ 9 مشاهدة 09، وبنسبة 18.0% ولصالح نادراً بـ 12 مشاهدة 12، وبنسبة 24.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وإن كلاً المحسوبة بلغت 16.000 وهي أكبر من كلاً الجدولة 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكراراً: غالباً وبنسبة 60% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 58% على أن التدريب على التصور الذهني يكسب التحكم في مهارة الصد في الكرة الطائرة بالشكل المناسب، بينما ترى نسبة 18% بأن ذلك يحدث أحيانا فقط، وبنسبة 20% ترى بأن التصور الذهني لا يكسب التحكم في مهارة الصد، ومنه نستنتج قيمة التصور الذهني في التحكم في مهارة الصد.



الشكل رقم (20): يمثل نتائج السؤال رقم 20

السؤال 21: هل يمنحك التصور الذهني فرصة التعامل مع مهارة الصد بشكل أفضل؟
الغرض من السؤال: هو معرفة الدور الذي يلعبه التصور الذهني للتعامل مع مهارة الصد بشكل أفضل

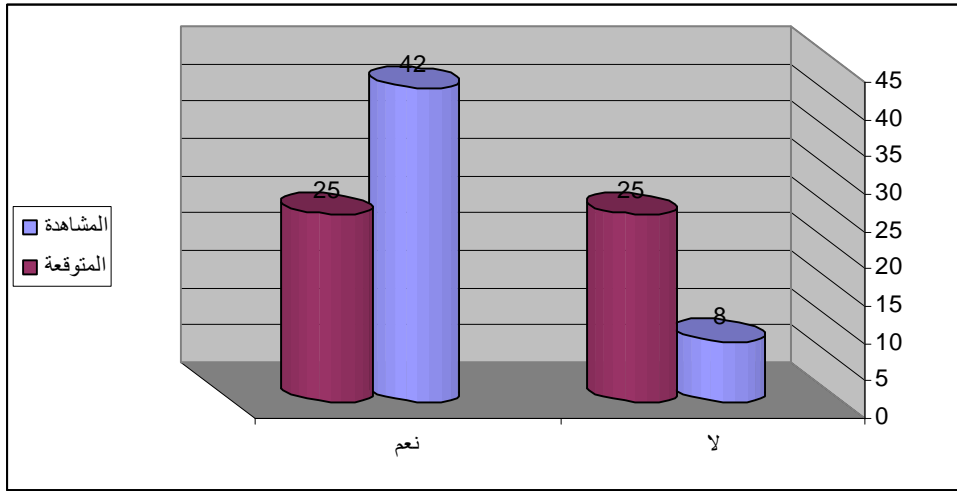
- الجدول رقم (26): يمثل نتائج السؤال رقم 21

الإجابات	التكرارات		%	كاً "كاي تربيع" CHI-SQURE		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
	المشاهدة	المتوقعة		الجدولة	المحسوبة			
لا	08	25	16.0	3.84	23.120	0.05	1	دال
نعم	42	25	84.0					
المجموع	50		100					

المصدر: من إعداد الطلبة اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج 22

التعليق على الجدول: من خلال الجدول رقم: 27 نجد أن إجابات أفراد العينة كانت لصالح نعم بـ 42 مشاهدة: أي بنسبة 84.0% بينما بقيت أفراد العينة كانت لصالح لا بـ 8 مشاهدات: أي بنسبة 16.0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

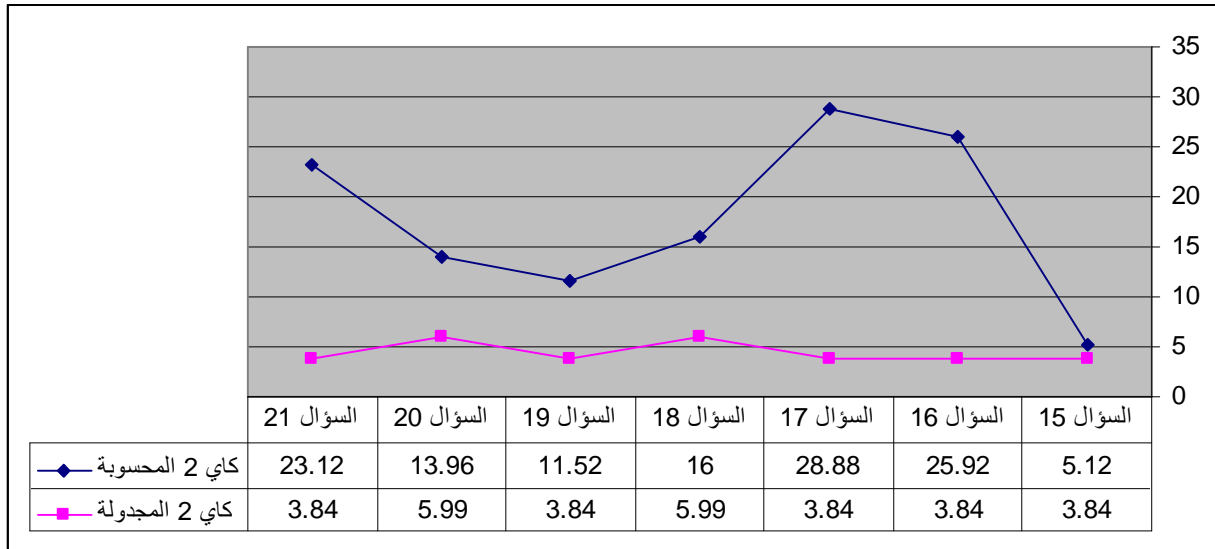
وإن كات² المحسوبة بلغت 23.120 وهي أكبر من كات² الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: غالباً وبنسبة 84.0% الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه العام للمستجوبين يؤكدون وبنسبة 84% على أن التصور الذهني يمنح فرصة التعامل مع مهارة الصد بشكل أفضل، بينما نسبة 16% من العينة فترى بأن ذلك غير صحيح.



الشكل رقم(21): يمثل نتائج السؤال رقم 21

وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثالث نجد أن جميع أسئلة المحور الثالث دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) حيث كات² المحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكراراً.

استنتاج: يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

تشير نتائج الجدول في الفرضية الأولى إلى أن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة فكانت معظم إجابات التلاميذ بأن للتصور الذهني دور في تحسين مهارة الإرسال من كل جوانبه. ففي الجدول رقم 6 كانت نسبة التلاميذ الذين أجابوا بأن التصور الذهني يحسن ويطور مهارة الإرسال 56 وهذه النسبة تدل على أن التلاميذ يرون بأن التصور الذهني دور في تحسين مهارة الإرسال بشكل عام، وربما يعود اهتمام التلاميذ بالتصور الذهني لما له من دور كبير في تعلم المهارات بصفة عامة ومهارة الإرسال بصفة خاصة، وكذا التحكم فيها وإتقانها هذا بالإضافة إلى الوصول إلى مستويات عالية من الشعور بالراحة وتنمية المهارات النفسية الثقة بالنفس.

هذا ما أشرنا إليه في خلفية النظرية حيث يشير محمد العربي بأن التصور الذهني يستبعد التفكير السلبي وإعطاء المزيد من الدعم في الثقة بالنفس.

وتتفق هذه الدراسة في ملامحها مع النتائج التي توصلت إليها دراسة مروش إبراهيم أثر برنامج تعليمي باستخدام التصور الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة، فيما يخص هذا المحور (مهارة الإرسال) وكانت نتائجه على أن التصور الذهني يساهم في تنمية وتحسين بعض المهارات ومنها مهارة الإرسال.

خلاصة: من خلال المعطيات التطبيقية وبناء على النتائج التي أسفرت عنها نتائج الفرضية الأولى توصلنا من خلالها إلى أن هناك إهتمام كبير من التلاميذ بالتصور الذهني ويرون بأنه يحسن ويطور من أداء مهارة الإرسال بالشكل المناسب وبالتالي فإن الفرضية التي تقول بأن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ مرحلة الثانوية محققة.

مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

تشير نتائج الجدول في الفرضية الثانية إلى أن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة السحقي في الكرة الطائرة فكانت معظم إجابات التلاميذ بأن للتصور الذهني للحركة يساهم في تنمية المهارات الهجومية بصفة عامة ومهارة السحقي بصفة خاصة.

ففي الجدول رقم 13 نرى بأن نسبة 80 % من التلاميذ أجابوا بأن التصور الذهني يساهم في تحسين المهارات الهجومية بصفة عامة.

والجدول 15 نرى بأن نسبة 70 % من التلاميذ أجابوا بأن التصور الذهني يساهم في تحسين مهارة السحقي، بالإضافة إلى النتائج الأخرى التي كانت إيجابية فيما يخص اتخاذ القرارات المناسبة أثناء عملية السحقي، إيجاد الحلول المناسبة أثناء اللعب الهجومية، المساعدة على تنمية الثقة بالنفس، بالإضافة إلى أن التصور الذهني يمارس بصورة فردية.

هذا ما أشرنا إليه في الخلفية النظرية حيث يشير الدكتور محمد العربي بأن التصور الذهني عملية فردية ولذلك فمن الواجب على التلميذ أن يتعلم رموزه الخاصة وكيفية تقبل المواقف وتخزين الرموز التي تسمح له بممارسة الخبرة مرة ثانية ليحقق التصور الذهني مزيداً من التأثير والفاعلية.

وتتفق هذه الدراسة في ملامحها مع النتائج التي توصلت إليها دراسة سابقة تحت عنوان أثر منهج التجريبي للتصور الذهني في تعليم المبتدئين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد.

وكانت نتائجها أهمية كل من التعليم المهاري والتدريب على التصور الذهني في تعليم المبتدئين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد.

خلاصة:

من خلال المعطيات التطبيقية وبناء على النتائج التي أسفرت عنها نتائج الفرضية الثانية توصلنا من خلالها إلى أن هناك إهتمام كبير من التلاميذ بالتصور الذهني ويرون بأنه يحسن ويطور في أدائهم مهارة السحقي على الوجه المقبول، وبالتالي فإن الفرضية التي تقول بأن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة السحقي في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية محققة.

مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثالثة:

تشير نتائج الجداول في الفرضية الثالثة أن للتصور الذهني دور في تحسين مهارة الصد في الكرة الطائرة فكانت معظم إجابات التلاميذ بأن التصور الذهني حركة يساهم في تنمية المهارات الدفاعية بصفة عامة ومهارة الصد بصفة خاصة.

ففي الجدول رقم 20 نرى بأن نسبة 66% من التلاميذ أجابوا بأن التصور الذهني يساهم في تنمية المهارات الدفاعية.

والجدول رقم 26 نرى بأن نسبة 85% من التلاميذ أجابوا بأن التصور الذهني يمنح فرصة التعامل مع مهارة الصد بشكل أفضل، كما كانت النتائج إيجابية فيما يخص مساعدة التصور الذهني التلميذ على انجاز مهارات تقنية في الكرة الطائرة وتحسين الجانب النفسي الحركي أثناء الحصة هذا بالإضافة إلى أنه يحسن مهارة تركيز الانتباه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

وهذا ما أشرنا إليه في الخلفية النظرية حيث يشير الدكتور محمد العربي إلى أن التصور الذهني يساهم في استدعاء الإحساس بالأداء الأمثل وتركيز الانتباه على المهارة.

خلاصة:

من خلال المعطيات التطبيقية وبناء على النتائج التي أسفرت عنها نتائج الفرضية الثالثة توصلنا من خلالها إلى أن هناك إهتمام كبير من التلاميذ بالتصور الذهني ويرون بأنه يساهم في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة. وبالتالي فإن الفرضية التي تقوم بأن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية محققة.

الفصل

الخامس

استنتاجات عامة:

في ضوء أهداف الدراسة وأسئلتها واستنادا إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصلنا إلى

الاستنتاجات التالية:

- أن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارات الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- أن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة السحق في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- أن التصور الذهني للحركة يساهم في تنمية مهارة الصد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- التصور الذهني في بلادنا يحتاج إلى اهتمام من طرف المختصين في علم النفس الرياضي.
- قلة البحوث حول التصور الذهني في الجزائر.

الاقتراحات:

من خلال هذه الدراسة التي تطرقنا فيها إلى التصور الذهني للحركة وعلاقته بتنمية بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، واستنادا إلى آراء العينة المستجوبة فإن التصور الذهني للحركة له دور كبير في تحسين المهارات الأساسية، ولهذا فقد كان من الواجب علينا إعطاء بعض الاقتراحات، والتي نتمنى أن تجد أذانا صاغية وقلوبا واعية لإعطاء قيمة للتصور الذهني حصة التربية البدنية والرياضية وإعطائها الأهمية الكبيرة التي تستحقها وهذا لدوره الكبير، ومن بين هذه الاقتراحات ما يلي:

- ضرورة الاهتمام بالتصور الذهني في حصة التربية البدنية والرياضية وإعطائها وقت من الحصة كما يحدث في بعض الدول الأوروبية كالسويد مثلا.
- التأكد على استعمال التصور الذهني مع التعليم المهاري لما له من دور في عملية تسريع التعليم.
- تشجيع التلاميذ على التدريب على المهارات الأساسية والتدريب على التصور الذهني في أوقات غير أوقات حصة التربية البدنية والرياضية (الوقت الشخصي للتلميذ).
- ضرورة استخدام التصور الذهني المصاحب للأداء المهاري في البرامج التعليمية إذ أنه يساهم وبشكل كبير وإيجابي في تعلم واكتساب وإتقان المهارات الأساسية في لعبة كرة الطائرة خاصة والألعاب الرياضية عامة.
- يجب استعمال التصور الذهني في حصة التربية البدنية من أجل مساعدة التلميذ للتكفل بنفسه وجعل أدائه أكثر نجاعة.
- استعمال التصور الذهني قبل أداء أي مهارة حركية.

- يجب تطبيق نتائج البحوث العلمية في الميدان التطبيقي.
- العمل على نزع فكرة أن الرياضة جانب بدني فقط من أفكار بعض التلاميذ عن طريق تنمية قدراتهم العقلية.
- ينبغي الاهتمام أكثر بتوفير مراجع للتصور الذهني في مكتبات الجامعات أو المعاهد المتخصصة في الرياضة.
- في الأخير نتمنى أن نكون عند حسن ظن الجميع، وذلك بالتوفيق من الله عز وجل في إنجاز هذا الموضوع المتواضع لتمهيد الطريق إلى بحوث أخرى.

الأفاق المستقبلية:

- إجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية أخرى ولمهارات أخرى في لعبة كرة الطائرة. - إجراء دراسات تضم التصور العقلي وإدماج بعض المهارات الذهنية في متغيراتها ومؤشراتها في لعبة كرة الطائرة خصوصا والرياضات الأخرى عموما.
- إعداد برامج رياضية على أشرطة الفيديو واستعمالها بطريقة عقلانية لتنمية التصور العقلي.
- إجراء دراسات على أخرى ككرة السلة أو كرة اليد في مجال التربية البدنية والرياضية.

الفائمة

إن الهدف المراد الوصول إليه هو معرفة ما إذا كان التصور الذهني يلعب دورا ايجابيا في تنمية المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (الإرسال ، السحق و الصد) من اجل الوصول إلى الأداء الجيد للحركة ، وما يمكن استنتاجه من تصفح نتائج الاستبيان أن المدربين يدرجون فعلا وبشكل جدي التصور الذهني ضمن حصص التدريب وذلك لوعيهم وإدراكهم لأهميته التصور الذهني في التأثير على النمو البدني ، النفسي ، الحركي ، ولما له من فوائد انه كلما كان التصور كبير كلما زاد مستوى أداء المهارة .

كذلك استنتجنا من خلال نتائج البحث إلى أن التصور الذهني يكتسي أهمية كبيرة حيث أصبح من أهم الطرق التي تساعد المدربين على تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها الحصص التدريبية وذلك انطلاقا من التأثير على اللاعب من جميع الجوانب : الجانب العقلي ، الجانب الحركي ، الجانب الاجتماعي العاطفي .

وقد أثبتت الدراسة أن التصور الذهني له دور ايجابي في تنمية المهارات الأساسية للكرة الطائرة وهذا ما يؤدي إلى تحسين الأداء الحركي أو البدني للوصول إلى هذه النتيجة كان من الضروري معرفة علاقة التصور الذهني بتنمية بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ، وهذا ما يثبت صحة ثلاث الفرضيات القائمة :

- يساهم التصور الذهني للحركة في تنمية مهارة (الإرسال ، السحق ، الصد) في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

قائمة المصادر

والمرجع

قائمة المصادر والمراجع:

- القرآن الكريم

- السنة النبوية

قائمة المراجع باللغة العربية

- 1- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضية المفاهيم التطبيقات دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1995
- 2- أيلي أرييل، جيمس يونغ، المعلم أمة واحدة، دار الفرقان الجديدة، بيروت، 1986.
- 3- بوثلجة غيات: التربية ومتطلباتها، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر
- 4- تركي رابع عمامرة: أصول التربية والتعليم، ط2، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1990
- 5- ج، عبد العالي، "سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية" مؤسسة الشرق للطباعة، بيروت، 1994
- 6- عبد الستار جبار الصمد: فيزيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، دار الفكر، ط1، عمان، الأردن، 2000
- 7- عقيل عبد الله رشيد الكرة الطائرة التكتيكية والتكتيك الفردي، دط، جامعة بغداد، كلية ت، ب، 1987
- 8- علي بن هادية، بلحسن البليش، الجيلاني بن الحاج يحي: القاموس الجديد للطلاب، المؤسسة الوطنية للكتاب، ط7، الجزائر، 1991
- 9- علي راشد، شخصية المتعلم وأداه في ظل التوجيهات الإسلامية، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى، 1993
- 10- علي مصطفى طه: الكرة الطائرة، تاريخ، تدريب قانون، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1999
- 11- محمد العربي: التدريب العقلي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1996
- 12- محمد العربي شعون وماجدة محمد إسماعيل: اللاعب والتدريب العقلي، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 2001
- 13- محمد حسن العلاوي: علم التدريب الرياضي، المطبعة 13، ب ط، القاهرة، 1994
- 14- محمد عبد الحليم منسي: علم نفس النمو، مركز الإسكندرية، الكتاب، 2001

قائمة المصادر والمراجع

- 15- محمد عوض البسيوني- فيصل ياسين الشاطىء: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية ط2، الجزائر، 1992.
- 16- مصطفى باهي، سمير جاد، مدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، ط1، دار العربية للنشر والتوزيع، 2004.
- 17- المعجم الوسيط: مكتبة الشروق الدولية، ط4، مصر، 2004.
- 18- المنجد الأجبدي، دار المشرق، ط4، بيروت، لبنان، 1967
- 19- ميخائيل إبراهيم أسعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الجبل، بيروت، ط2، 1998
- 20- يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي، اللجنة السعودية للتربية البدنية والرياضية، المملكة العربية السعودية، 1990.

قائمة الرسائل والأطروحات العلمية

- 21- يوسف ميخائيل أسعد: "رعاية المراهقين"، دار غريب للطباعة والنشر 1985.
- 22- محمد مطر عراق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة بابل العراق.
- 23- إسلام محمد قدرى عباس. 2005 رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية .
- 24- بوخراز رضوان 2008، اطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر.
- 25- بن عمر مراد، اطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 2010.
- 26- توميات يحيى، رسالة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، الجزائر 2013 .

قائمة المراسيم والمناشير:

- 27- منشورات الخارجية لكرة الطائرة، القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف الاتحادية الدولية لكرة الطائرة. 1995.

قائمة المراجع باللغة الاجنبية:

- 28- kamel Imovi :foot ball technique jeux. Entraiment. Information.
- 29- katrine BμIXAN, La psychologie du sport, Vigot, Paris , 1994.
- 30- parinz w : motor imager are action plans, behvier and brain.

31- Ru vue Edit par la fédération algérienne de volley-ball smath, 1988.

32- Schmidt A.richard, craig A. wris berry: motor learning and performance, second edition, humankent eism 2000, p 223.