



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:

الرمز:

القسم : التدريب الرياضي

الشعبة: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الهيمنة الدماغية و علاقتها بالقوة الانفجارية لدى رياضيي
الكراتي دو- أواسط -

دراسة ميدانية للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة

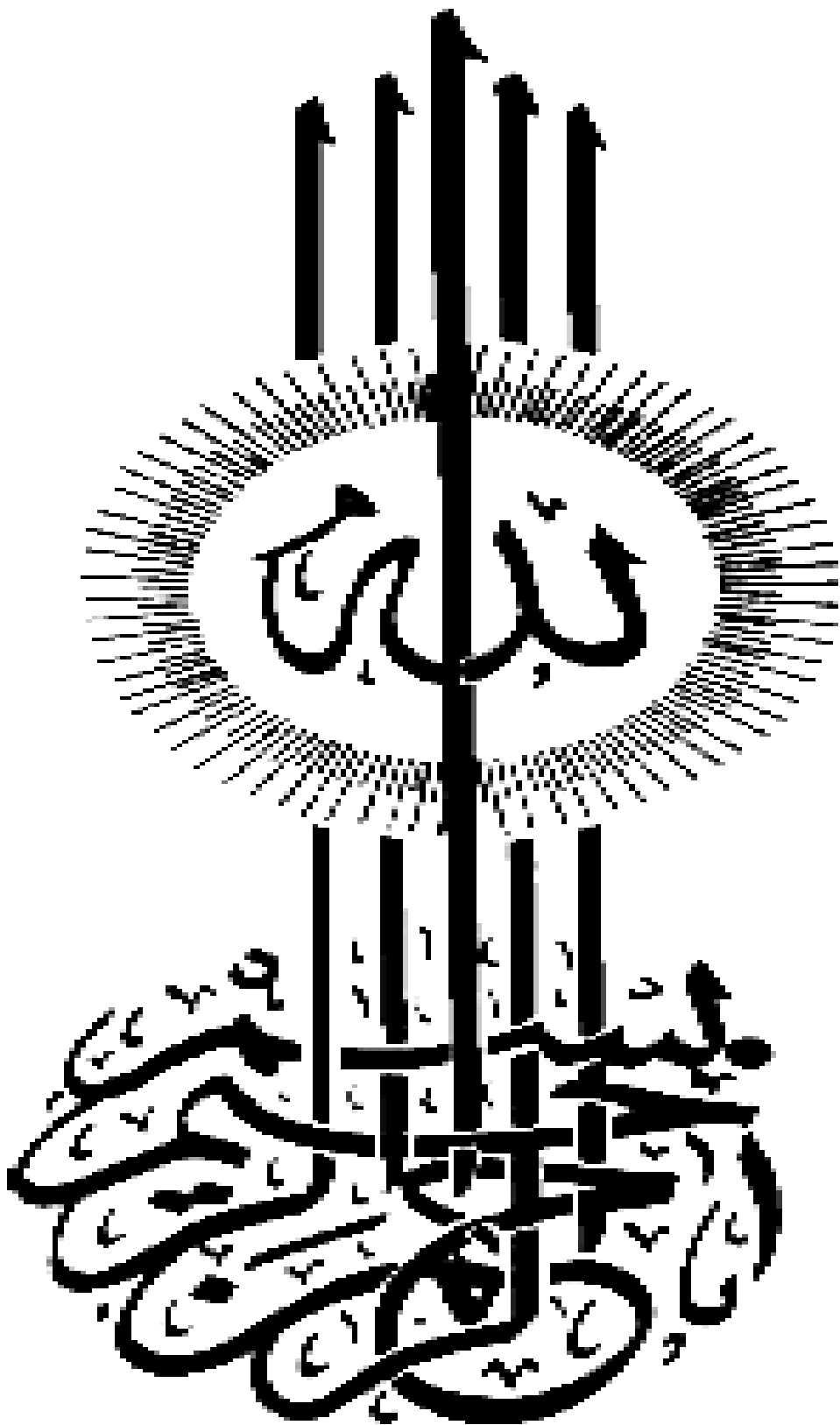
إشراف الأستاذ :

د/ قارة سعيد

إعداد الطالب:

عمرون رفيق

السنة الجامعية : 2025/2024



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي

أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدِي وَأَنْ أَعْمَلَ

صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي

عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ﴿

النمل: ١٩

فجر

كلمة شكر



الحمد لله والشكر لله الذي وفقنا بتوفيقه وأعاننا بعونه إلى
حسن التوكل عليه لإنجاز هذا العمل فنسأله عز وجل أن

يتقبله منا ويجعله لنا في ميزان حسناتنا، ويجد في نفوس
المطالعين عليه راحة واطمئنان أمين "

وبعد:

لابد لنا و نحن نخطو خطواتنا في الحياة الجامعية من وقفة
نعود إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أساتذتنا
الكرام الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في
بناء جيل وقبل أن نمضي نقدم أسمى آيات الشكر والامتنان
و التقدير و المحبة إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة

...

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم و المعرفة
إلى جميع أساتذتنا الأفاضل الذين صبروا معنا حتى بلغنا المراد
إلى كل عامل بمعهد وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
"كن عالما فإن لم تستطع فكن متعلما، فإن لم تستطع فاجب
العلماء، فإن لم تستطع فلا تبغضهم"
وأخص بالتقدير والشكر:

الأستاذ المشرف الدكتور: **قارة سعيد**

الطالب

عمرون رفيق



إهداء:



إلى التي كانت رمز القوة و الكرامة و ساعدني بكل ما تملك ، الى الينبوع الذي لا
يمل العطاء الى من حاكت سعادتي منسوجة من قلبها أمي الحبيبة رحمها الله .
إلى من علمني أن الحياة تضحية و السير إلى طرق النجاح وزيادة بذل المجهود
أبي حفزه الله .

إلى شريكة الحياة ورفيقة دربي على المساندة والصبر والتشجيع زوجتي الغالية .
إلى قرة العين وفرحة الحياة أولادي أدم ، يونس ، محمد ، إسحاق .

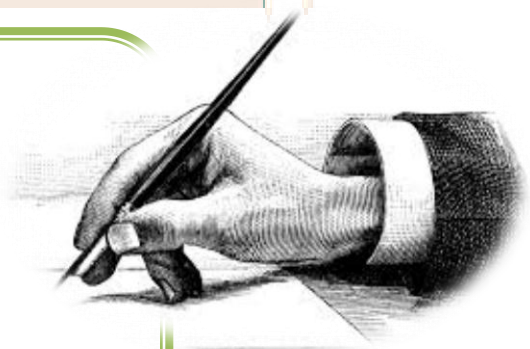
إلى أخي وأخواتي

إلى كل أساتذة قسم التدريب الرياضي و خاصتا من مد لنا يد العون لمساعدتهم
لنا لإنجاز بحثنا .

إلى من سرنا سويا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح و الإبداع إلى من تكاتفنا
يدا بيد إلى كل الأصدقاء والزملاء إلى أساتذتنا الكرام من الابتدائي إلى يومنا هذا .
إلى عائلة الكاراتيه دو الجزائرية .

إلى كل من يعرفني .

فهرس المحتويات



قائمة المحتويات

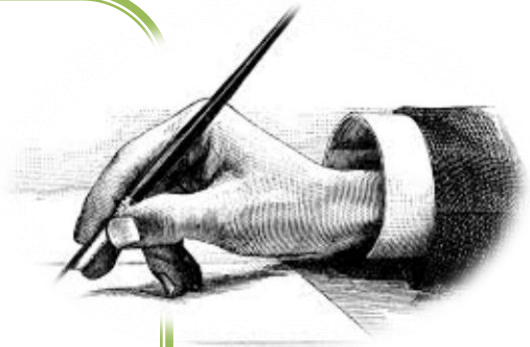
الرقم	العنوان	الصفحة
-	كلمة شكر وعرافان	
-	اهداء	
-	قائمة المحتويات	
-	قائمة الجداول	
-	قائمة الاشكال	
-	ملخص الدراسة باللغة العربية	
-	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	
-	مقدمة	أ
الجانب المنهجي		
الفصل الأول : الإطار العام لدراسة		
-	تمهيد	7
1-1	إشكالية الدراسة	8
2-1	فرضيات الدراسة	9
3-1	أهمية الدراسة	9
4-1	أهداف الدراسة	9
5-1	تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة	10
6-1	الدراسات السابقة	11
7-1	مميزات الدراسة الحالية	15
-	خلاصة	16
الجانب النظري		
الفصل الثاني : الهيمنة الدماغية		
-	تمهيد	20

21	2-1- الجهاز العصبي
21	2-1-1- مفهوم الجهاز العصبي
21	2-1-2- البنية الأساسية للجهاز العصبي
22	2-1-3- تقسيم الجهاز العصبي
27	2-2- المخ
27	2-2-1- مكونات المخ
28	1-النصفان الكرويان
28	2-جذع المخ
31	2-3-الهيمنة الدماغية
31	2-3-1- مفهوم الهيمنة الدماغية
32	2-3-2- النظريات الخاصة بتفسير أنماط معالجة المعلومات
33	2-3-3- النماذج المفسرة للهيمنة الدماغية
36	2-3-4- أنماط الهيمنة الدماغية في ضوء نظرية الدماغ الكلي لهيرمان
41	- خلاصة
الفصل الثالث : القوة الانفجارية في الكاراتي دو	
43	-تمهيد
44	3-1-القوة العضلية
44	3-1-1-تعريف القوة العضلية
44	3-1-2-أنواع القوة العضلية
45	3-2-القوة الانفجارية
45	3-2-1-تعريف القوة الانفجارية
45	3-2-2-العوامل المرتبطة بالقوة الانفجارية
46	3-2-3-التحليل البيوكيميائي للقوة الانفجارية
46	3-2-4-تنمية القوة الانفجارية بالتدريب البليوميترى في الكاراتيه
47	3-2-5-أهمية القوة الانفجارية في رياضة الكاراتي دو

48	3-3- الكاراتي دو
48	3-3-1- تاريخ الكاراتي دو
49	3-3-2- انتشار الكاراتي في الجزائر
50	3-3-3- أسماء ساهمت في رفع الراية الوطنية
51	3-3-4- أساليب الكاراتي دو
52	3-3-5- أهداف رياضة الكاراتي دو
53	3-3-6- أقسام الكاراتي دو
56	- خلاصة
الفصل الرابع منهجية الدراسة	
58	- تمهيد
59	4-1- الدراسة الاستطلاعية
60	4-2- المنهج المستخدم
61	4-3- مصطلحات الدراسة
61	4-4- مجتمع وعينة الدراسة
64	4-5- ادوات جمع البيانات
67	4-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
69	4-7- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية
69	4-8- خطوات اجراء الدراسة الميدانية
71	- خلاصة
الفصل الخامس عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
73	- تمهيد
74	5-1- عرض وتحليل نتائج الدراسة

75	5-1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة
76	5-1-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
77	5-1-3- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
78	5-2- مناقشة النتائج في ضل الفرضيات
78	5-2-1- مناقشة نتائج الفرضية العامة
79	5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
79	5-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
الفصل السادس الاستنتاجات و الاقتراحات	
83	6-1- الاستنتاج العام
84	6-2- الاقتراحات
93	- قائمة المصادر و المراجع
	- الملاحق

قائمة الجداول
والأشكال



قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح توزيع العينة الأساسية وفق متغير الجنس	61
02	يوضح توزيع أفراد العينة وفق متغير السن	62
03	يوضح توزيع عينة الدراسة وفق المستوى الدراسي	63
04	يوضح توزيع عينة الدراسة وفق متغير العمر التدريبي	64
05	يوضح تحويل سلم الإجابة من سلم تقدير لفضي إلى سلم تقدير كمي	67
06	يوضح صدق الاتساق البنائي لأدوات الدراسة	67
07	يوضح نتائج اختبار ألفا كرونباخ لبيانات الدراسة	68
08	يوضح نتائج اختبار طبيعة التوزيع لبيانات الدراسة	74
09	يوضح نتائج قيم معامل الارتباط بيرسون بين أنماط الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية	75
10	يوضح النسب المئوية و المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للأنماط الهيمنة الدماغية	76
11	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي أنوفا	77

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	الخلية العصبية	22
02	مكونات الجهاز العصبي	23
03	الجهاز العصبي المركزي	23
04	مكونات الدماغ البشري	24
05	مقطع طولي لدماغ بشري داخل الجمجمة	25
06	فصوص المخ	29

34	نموذج ماكلين الثلاثي	07
35	نموذج سبيري للدماغ	08
36	نموذج هيرمان للدماغ	09
40	تصنيف نيد هيرمان للأنماط التفكير	10
62	يوضح التوزيع المئوي لمتغير الجنس	11
63	يوضح التوزيع المئوي لمتغير السن	12
63	يوضح التوزيع المئوي لمتغير المستوى الدراسي	13
64	يوضح التوزيع المئوي لمتغير العمر التدريبي	14

المخلص باللغة العربية

الهيمنة الدماغية وعلاقتها بالقوة الانفجارية لدى رياضيي الكاراتي دو- أواسط -
دراسة ميدانية للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة

هدفت الدراسة إلى معرفة أنماط الهيمنة الدماغية (A-B-C-D) وعلاقتها بالقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنتمون للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة ، و قد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره الأنسب لدراستنا هذه ، و كأدوات لجمع البيانات تم استخدام مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية من اعداد صالح صلاح معمار بغرض معرفة النمط المهيمن الذي يتمتع به كل لاعب ، بالإضافة إلى اختبار سارجنت بهدف معرفة مستوى القوة الانفجارية للأطراف السفلية ، و قد طبق هذا المقياس و الاختبار على 37 لاعبا يمثلون مجتمع الدراسة ، حيث طبقت الدراسة الاساسية على 30 لاعبا و الدراسة الاستطلاعية على 07 لاعبين ، و من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - هو النمط (B) ، في حين أن اللاعب الذي يتمتع بالنمط (A) تكون قوته الانفجارية أفضل من اللاعب الذي يتمتع بأحد الأنماط الأخرى (A-C-D).

Abstract in English

Brain dominance and its relationship to explosive power in karate-do athletes – junior – a field study of clubs affiliated in the M'Sila Karate-Do league.

The study aimed to find out the patterns of brain dominance (A-B-C-D) and their relationship with explosive power in karate-do athletes – junior – a field study of clubs affiliated in the M'Sila Karate-Do league , Using a descriptive correlational approach, which was deemed most appropriate for this research , data were collected through the Herman Brain Dominance Instrument developed by Saleh Salah Maamar to identify the dominant pattern for each athlete, as well as the Sargent test to assess lower limb explosive strength , The instrument and test were applied to 37 athletes representing the study population, with the main study involving 30 athletes and a pilot study conducted on 7 athletes. The key findings indicated that the most prevalent brain dominance pattern among Karate-Do athletes – junior – was pattern (B). Additionally, athletes with pattern (A) demonstrated superior explosive power compared to those with other patterns (A-C-D).

مقدمة



مقدمة :

تم إعلان عقد التسعينات عقداً للدماغ وذلك نتيجة الاكتشافات الهائلة في بنائه ووظائفه خلال السنوات العشر الماضية التي تفوق كثيراً ما عرف عنه في تاريخ البشرية ، إذ يمكن القول أن الدماغ البشري شيء فريد في الكائن الحي سواء كبنية أم كمنظومة ووظائف ، فروابطه ودينامياته أو نمط أدائه لوظائفه ، وعلاقته بالجسم و العقل لا يماثله أي شيء آخر تعامل معه العلم حتى الآن.

ويتألف الدماغ من نصفي كرتين ملتصقين من الناحية الداخلية ، ويكون أحدهما هو المسيطر على الآخر . وعادة ما يكون النصف الكروي الأيسر هو الذي يسيطر على النصف الآخر وعلى جميع الإشارات الصادرة من الدماغ إلى الجسم وذلك في الأشخاص الذين يستعملون اليد اليمنى أكثر، وأما الذين يستعملون اليد اليسرى فإن النصف الكروي المسيطر هو أيضا الأيسر في كثير من الحالات وهؤلاء يستطيعون استعمال اليد اليمنى في بعض المهارات مثل تقشير الفواكه ورمي الكرة وأحياناً الكتابة ، بينما يكون نصف الكرة المخية المسيطر هو النصف الأيمن عند حوالي 30 - 40 % الذين يستعملون يدهم اليسرى وهؤلاء هم الذين يصعب عليهم استعمال اليد اليمنى في مختلف المهارات الحركية.

إن فكرة السيطرة الدماغية فكرة مثيرة ومفيدة ، ولا يزال الغموض يكتنف الكثير من الأمور المرتبطة بها وبآلياتها ، وتجري الكثير من الدراسات العلمية لبحث أسرار الدماغ البشري الذي لا تزال المعرفة عنه قليلة بالرغم من الكم الهائل من الإنتاج العلمي الذي يشهده العالم في هذه الألفية على أن الموضوع لا يرتبط فقط باستعمال اليد اليمنى أو اليسرى، بل يتبعه استعمال العين والساق أيضا . ولذا يمكن القول إن الشخص الذي يكتب باليد اليسرى يستعمل العين اليسرى أيضاً بمهارة وسهولة أكثر من العين اليمنى .

ونتيجة لما تميز به عقد الدماغ من وفرة في البحث في بنائه ووظائفه ، فقد حدثت تغيرات متسارعة في حجم الإنتاج العلمي المتعلق بسبر أسرار هذا الجهاز المعقد ، ولذلك فإن نتائج هذه الأبحاث قد ألفت بظلالها على البحث في إطار علم النفس ، إذ برزت اتجاهات جديدة ومتنوعة في دراسة الفرد ، ولعل دراسة أبعاد الشخصية من حيث مكوناتها وخصائصها الأساسية قد احتلت مرتبة متقدمة في جملة نواتج هذه الأبحاث ، كما كانت دراسة السيطرة الدماغية وأساليب التعلم للأفراد ، وخاصة أسلوب الفرد في التعامل مع مختلف المواقف التي يمرُّ بها باعتبارها كائناً متفرداً في خصائصه العقلية والجسمية والانفعالية من أقوى الاتجاهات التي أخذت تفرض نفسها في الآونة الأخيرة؛ إذ إن نجاح الفرد وتقدمه في حياته مرهون بنوع التفضيلات المعرفية التي يستخدمها في مختلف أوجه حياته ؛ فمعظم الأفراد يتخذون كثيراً من القرارات التي تواجههم خلال ممارسة أوجه حياتهم المختلفة ، كتلك التي تتصل بخبراتهم الشخصية والاجتماعية والترفيهية ، وعندما يواجهون بمواقف أو مشكلات تؤثر في قدرتهم على النجاح اجتماعياً أو تحصيلياً، فإنهم يتبنون طرقاً للتعامل

مع هذه المشكلات تسمى " أسلوب التعلم " إذ يشير أسلوب التعلم إلى الطريقة التي يتعلم بها الفرد في استقباله أو تحليله للمعلومات ، وكيفية معالجته للمشكلات التي تعترض سير تقدمه. وبوجه عام فإن أساليب التعلم أو التفكير تعتبر عادات لمعالجة المعلومات إذ يتضمن مجال أساليب التعلم مفاهيم أخرى مثل التعلم المعرفي الذي يشير إلى الفروق الفردية في طرق الإدراك والتذكر والتفكير ، حيث أن الأفراد يميلون إلى الاعتماد بشكل متنسق على أحد جانبي الدماغ أكثر من الآخر أثناء معالجة المعلومات ، إذ يشار إلى هذا الجانب بالجانب المسيطر (المهيمن أو السائد) لدى الأفراد ؛ وترتب على ظهور مفهوم السيطرة الدماغية أو السيادة الدماغية افتراض مفاده أن سيطرة أحد جانبي الدماغ لدى الأفراد يمكن أن يعبر عنه على شكل أسلوب معين يتبناه الفرد في عملية التعلم والتفكير . ومن هنا يلاحظ اهتمام المربين على اختلاف مستوياتهم التعليمية بهذه الظاهرة المهمة في عملية التعلم والتفكير، في محاولة منهم لفهم الأسلوب المفضل لدى المتعلمين في عملية التعلم والتفكير، عن طريق دراسة الارتباط بين أسلوب التعلم والتفكير والوظائف التي يقوم بها النصفان الكرويان للدماغ. (نوفل وفريد ، 2007 ، ص ص 143 - 144)

إن التطور السريع في تحقيق المستويات الرياضية العالية في شتى مجالات الرياضة سواء في الألعاب الجماعية أو الفردية يسير متواكباً مع تكنولوجيا علوم التدريب الرياضي ، والارتقاء بهذا المستوى لم يكن يأتي من فراغ بل كان واصبح ومازال العلم هو الاساس ، ومن ثم كانت الجهود مستمرة نحو مزيد من الفهم الأعمق لما تتضمنه اسس وقواعد ومفهوم علم التدريب الرياضي من أجل رفع مستوى الحالة التدريبية وبلوغ المستويات العالية ويستلزم ذلك القاء الضوء على كل ما هو جديد ومستحدث في مجال التدريب وتطبيقاته ومن هذه المجالات مجال الهيمنة الدماغية ، حيث أن معرفتنا بنمط السيطرة المخية للجانب المسيطر لدي اللاعبين يساعدنا على تدعيم قدرات هذا الجانب المسيطر من ناحية ومن ناحية أخرى تنشيط قدرات الجانب الأخر غير المسيطر وهذا يؤدي إلى التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ لدي اللاعبين بصورة تكاملية نشطة وزيادة السعة العقلية لديهم وأيضاً معرفتنا بنمط السيطرة المخية للناشئين قبل ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة يساهم في توجيههم إلى نوعية النشاط الرياضي الذي يتوافق مع نمط السيطرة المخية وبالتالي نضمن لهم التميز والتفوق والاستمرارية في الممارسة الرياضية لفترات طويلة وكذلك يتعين على المدربين في مجال التدريب الرياضي أن يتعرفوا على نمط السيطرة المخية للاعبين حتى يمكن تقديم التدريبات والأنشطة التدريبية والتنافسية وكذلك استخدام أساليب واستراتيجيات التدريس والتعلم والتدريب الرياضي المناسبة لتدعيم وتطوير الوظائف الخاصة بالجانب المسيطر من ناحية وتنشيط الوظائف الخاصة بالجانب غير المسيطر حتى نصل إلى التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ لدي اللاعبين بصورة متكاملة. (عبد السلام ، 2019 ، ص 6)

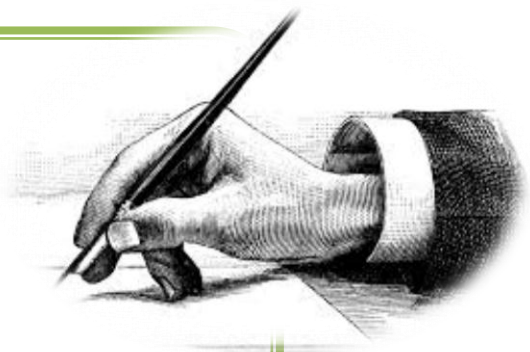
وتعد رياضة الكاراتيه من الأنشطة التنافسية ذات المواقف المتغيرة والرياضات القتالية التي تتطلب قدرات بدنية وتقنية وتكتيكية ونفسية وعقلية وسمات شخصية حتى يستطيع ممارستها من أداء حركاتها الفنية بكفاءة عالية سواءً في الكاتا " القتال الوهمي " او الكوميتيه ، حيث أن أداء المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه يتطلب تمتع اللاعب بقدرات بدنية عالية ومنها القوة الانفجارية التي تعتبر مهمة في أداء الواجب الحركي الناتج من تناسق حركات الأطراف العلوية والسفلية.

وفي ضوء ما تقدم تتجلى أهمية البحث في التعرف على مدى العلاقة بين النمط الدماغي المهيمن على لاعبي الكراتي دو ومستوى القوة الانفجارية في أداء المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه ، حيث يضم هذا البحث بين طياته ثلاثة جوانب رئيسية ، في بادئ الامر الاطار العام لدراسة حيث احتوى في بدايته على اشكالية الدراسة التي كانت مستوحاة من خلال الملاحظة الميدانية ، ثم فرض البحث الذي تم صياغته اعتماداً على خبرة الباحث ومراجعته للدراسات المشابهة ، ثم يأتي بعد ذلك هدف البحث وأهميته العلمية والعملية ومدى مساهمته في إحداث التطور في مجال التدريب الرياضي ، يليهما تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة وقد تم تعريفها لغوياً واصطلاحياً وإجرائياً ، هذا الأخير مستوحى من خبرة وتجربة الباحث الميدانية ، وأخيراً عرض الدراسات السابقة ومميزات الدراسة الحالية .

أما الجانب النظري جاء كخلفية نظرية استهلها الباحث بخلفية نظرية مبدؤها الحداثة شملت في بادئ الامر الهيمنة الدماغية ، ثم تأتي القوة الانفجارية في الكراتي دو .

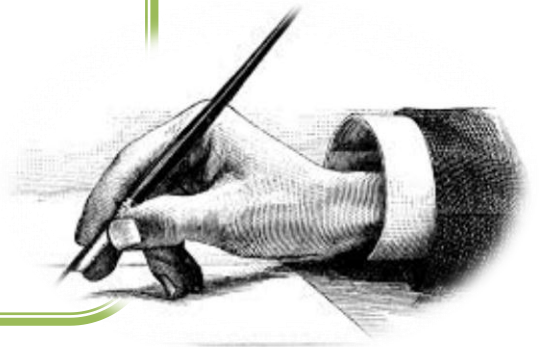
وأخيراً الجانب التطبيقي وهو لب الموضوع تضمن فصل أول بعنوان منهجية الدراسة وفي بدايته الدراسة الاستطلاعية وهي تعبير كتجربة استطلاعية قبل التحليل الرئيسي وهذا من اجل التحقق من أدوات الدراسة ، يأتي بعده منهج البحث المستخدم ، مصطلحات الدراسة ، ومجتمع وعينة الدراسة ، يليهم أدوات البحث المستعملة وطريقة عملها وكذلك خصائصها العلمية وكيفية حسابها ، ثم تم تناول الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث ، وأخيراً تم تناول أهم عنصر وهو اجراءات البحث الميدانية أي كل ما قام به الباحث في اجراءات الدراسة الميدانية . وفصل ثاني الذي عنوانه عرض وتحليل ومناقشة النتائج ففي جزئه الاول قام الباحث بتفريغ البيانات وفرزها وعرض نتائجها في جداول ثم ملاحظتها وتفسيرها إحصائياً ومناقشتها ، أما جزئه الثاني فكان مقارنة النتائج بالفرضيات حيث تم تفسير النتائج ومناقشتها على ضوء فرضيات البحث وربطها بالجانب النظري والخروج بمناقشة شاملة للفرضية العامة التي تم اقتراحها ومعرفة إمكانية تحققها من عدمها ، وأخيراً فصل ثالث كان عبارة عن استنتاجات واقتراحات حيث تم عرض فيه أهم النتائج التي توصل إليها الباحث من خلال بحثه في هذا الموضوع ، وانطلاقاً من النتائج المستخلصة تم عرض جملة من الاقتراحات.

الجانب المنهجي



الفصل الأول

الإطار العام
للدراسة



تمهيد :

خصص الباحث هذا الفصل لعرض دوافع وأسباب اختيار موضوع الدراسة وطرح اشكاليته وتساؤلاتها مع وضع الفرضيات في ضوء الأدب النظري للموضوع ونتائج الدراسات السابقة ، ثم عرض أهداف وأهمية الدراسة والمفاهيم الأساسية ، وعرض مجموعة من الدراسات ذات الصلة بموضوع البحث مع التعليق عليها وفي الأخير الانتقال لعرض مميزات الدراسة الحالية.

1-1- إشكالية الدراسة:

تعتبر رياضة الكاراتي دو فناً قتالياً عريقاً، وهي من الرياضات القتالية الفردية الأكثر شعبية في العالم و التي يستهدف التدريب الرياضي فيها إلي تنمية القدرات البدنية و الحركية للأعبين كوحدة متكاملة لتحقيق الأهداف المنشودة و هي الوصول بمستوى لاعب الكاراتي دو إلي أفضل درجة ممكنة ، وذلك بالمزج بين القوة البدنية والتركيز الذهني والمهارة التقنية ، ومن بين أهم العناصر التي تميز لاعب الكاراتيه الناجح هو قدرته على توليد القوة الانفجارية ، تلك القوة التي تمكنه من أداء حركات سريعة ودقيقة تفاجئ الخصم وتعزز من فعالية هجماته .

إن البرامج التدريبية المعدة من طرف المختصين في المجال الرياضي تركز على تنمية القدرات البدنية والمهارية والتكتيكية وال نفسية بشكل محدد يعود بالنفع على بعض المتدربين ، في الوقت الذي يحرم فيه أفراد آخرون من هذه المنفعة ، هذا فضلاً على أن العديد من المدربين لا يدركون التباين في أنماط التعلم والتدريب لدى المتدربين ، وينتج عن ذلك اعتماد هؤلاء المدربين على أساليب وطرق تدريب محددة ، والتركيز على تنمية مهارات وقدرات معينة لدى المتدربين وعدم مراعات الفروق الفردية ، الأمر الذي يؤدي إلى الإخفاق لدى بعض المتدربين وحرمانهم من فرص التعلم والتدريب لكون الخبرات المقدمة لهم لا تتناسب مع أنماط الهيمنة الدماغية السائدة لديهم ، لذلك كان من الضروري تطوير نظريات وأساليب التدريب والبحث عن أساليب ونظريات جديدة مثل نظرية الهيمنة الدماغية ، حيث حظى موضوع السيطرة الدماغية في السنوات الأخيرة على اهتمام متزايد لما له من دور كبير في تفسير الفروق الفردية بين المتعلمين ، حيث ظهرت العديد من الدراسات التي تناولت العلاقة بين السيطرة الدماغية والعديد من المتغيرات مثل التحصيل والتفكير والتخصص الأكاديمي ، ويرجع اهتمام علماء النفس بموضوع السيطرة الدماغية إلى أنه بإمكانهم فهم عملية الإدراك وعملية معالجة المعلومات ، وأنماط التعلم بشكل أكبر لدى الأفراد في حالة معرفة نمط السيطرة الدماغية السائدة لديهم ، كما أنّ فهم نمط السيطرة الدماغية لدى الفرد يؤدي إلى استثمار القدرات افضل استثمار. (ناجي, 2019 , ص 41,42)

وأشار هيرمان (Herrman , 2002) إلى أن الطلبة الذين يتعلمون من خلال طرائق تدريس تتوافق مع نمط السيطرة الدماغية السائد لديهم يحققون نتائج أعلى في العملية التعليمية التعليمية بعكس أولئك الطلبة الذين يتعلمون بطرق غير متوافقة مع نمط السيطرة الدماغية السائد لديهم. كما أكد سوسا (Sousa , 2001) على أهمية معرفة وظائف جانبي الدماغ من قبل المعلمين والمربين لأنهم غالباً ما يعلمون طلبتهم بالطريقة التي تعلموا بها، وبالتالي فهم بحاجة لمعرفة الكثير عن أنماط تعلم طلبتهم حتى يصلوا بطلبتهم لمستوى التميز. (الهيلات , 2015 , ص 23)

وبناء على المعطيات المذكورة سابقا بنينا إشكالية هذه الدراسة علي التساؤلات التالية :

- التساؤل العام :

هل توجد علاقة بين انماط الهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو ؟

- التساؤلات الجزئية :

1- ما هو النمط السائد من انماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو ؟

2- هل توجد فروق في اختبار القوة الانفجارية تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو ؟

1-2-1- فرضيات الدراسة :

1-2-1- الفرضية العامة :

توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين انماط الهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو .

1-2-2- الفرضيات الجزئية :

-الفرضية الجزئية الأولى: النمط السائد من انماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو هو النمط B.

-الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبار القوة الانفجارية تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية .

1-3-1- أهمية الدراسة :

لهذه الدراسة أهمية بالغة و ذلك من خلال الجانبين العلمي و العملي :

1-3-1- الجانب العلمي :

إثراء المكتبة الجامعية و المساهمة في تطوير البحث العلمي و ذلك من أجل مساعدة الباحثين و المدربين في معرفة المفاهيم النظرية المتعلقة بأنماط السيطرة الدماغية و علاقته بالقوة الانفجارية .

1-3-2- الجانب العملي :

يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث في إبراز أهمية استخدام المدربين لأساليب واستراتيجيات التدريب الرياضي المناسبة لنمط السيطرة الدماغية لاعبي الكراتي دو , ومن خلال ذلك يمكنهم اتخاذ الإجراءات الصادقة والموضوعية والفعالة في عملية التدريب .

كما تكمن أهمية الدراسة في معرفة العلاقة بين انماط السيطرة الدماغية والقوة الانفجارية التي تعتبر من الصفات البدنية الاساسية والمهمة التي تلعب دوراً فعالاً في رياضة الكراتي دو , وبالتالي تنوير مدربي هذه الرياضة الى تدريب هذه الصفة البدنية المهمة وفق الانماط المسيطرة للاعبينهم حتى يصلو بهم لمستوى التميز .

1-4- أهداف الدراسة :

- التعرف على العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو .

- التعرف على النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو .

- التعرف على الفروق في اختبار القوة الانفجارية وعلاقتها بأنماط الهيمنة الدماغية.

1-5-1- تحديد مفاهيم و مصطلحات الدراسة :

1-5-1- الهيمنة الدماغية :

اصطلاحاً :

يرى هيرمان أن طريقة تفكيرنا المفضلة تؤدي إلى أن نستخدم جزءاً واحداً من الدماغ أكثر من

الأجزاء الأخرى، ويؤدي هذا إلى تطور ذلك الجزء من ناحية النشاط العقلي، فتكنولوجيا

الدماغ الكلي تعطينا الأساس لقياس أسلوب التفكير المفضل (التفضيلات المعرفية) عن

طريق قياس درجة السيطرة الناتجة عن الأجزاء الأربعة للدماغ. (الهيلات ، 2015 ، ص 51)

الهيمنة الدماغية هي ميل الفرد الى الاعتماد على أحد أرباع الدماغ أكثر من اعتماده على الأرباع

الأخرى مقاسة بعدد الدرجات التي يحققها الفرد على كل ربع من الدماغ ، ويتضمن أربعة أنماط متباينة :

• **النمط الخارجي A** : يقصد به " استخدام الفرد للربع الأيسر العلوي من الدماغ في المعالجة

التحليلية للمعلومات".

• **النمط الإجرائي B** : يقصد به " استخدام الربع الأيسر السفلي من الدماغ في التخطيط بشكل

تفصيلي متسلسل".

• **النمط التفاعلي C** : يقصد به " استخدام الربع الأيمن السفلي من الدماغ لمعالجة المعلومات

بشكل حسي حركي والتعامل مع المشكلات معتمداً على المشاعر".

• **النمط الداخلي D** : يقصد به " استخدام الربع الأيمن العلوي من الدماغ في المعالجة الكلية

للمعلومات". (هالة ، 2020 ، ص 200)

إجرائياً : الهيمنة الدماغية هي ميل لاعبي الكراتي دو الى الاعتماد على أحد أرباع الدماغ أكثر من

اعتمادهم على الأرباع الأخرى المقاسة من خلال الدرجة التي يحققونها على كل قسم من الدماغ

باستعمال مقياس السيطرة الدماغية المستخدم في هذه الدراسة والتي تحدد الدرجة الأعلى نمط الهيمنة

السائد للاعب (النمط A أو النمط B أو النمط C أو النمط D).

1-5-2- القوة الانفجارية :

- اصطلاحاً : وتعرف " بأعلى قوة ديناميكية يمكن للعضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها لمرة واحدة".

(البساطي ، 2002 ، ص 120)

القوة الانفجارية : هي أقصى قدرة (القوة × السرعة) و بأقصر زمن وتؤدي لمرة واحدة . (المولى، 2017

، ص 102)

- **إجرائياً** : القوة الانفجارية هي قدرة لاعب الكراتي دو في اداء المهارات الحركية أثناء التدريب أو

المنافسة بأقصى قدرة وبأقصر زمن في اختصاص الكاتا أو الكيميته.

1-5-3- الكاراتي دو :

- لغة : عند كتابة كلمة كاراتي دو باللغة اليابانية نجد انها مكونة من ثلاثة مقاطع :

كارا (تعني باللغة اليابانية فارغة)

تي (تعني باللغة اليابانية اليد)

دو (تعني الطريق أو المنهج) (Gabrielle & Roland HABERSETZER, 2004, pp.

331-332)

فيكون تعريف الكاراتي دو اللغوي " طريق اليد الفارغة " طبعاً لأنها قتال من دون سلاح .

ويبقى الهدف الأسمى من ممارستها هو التحكم في الذات مع التعايش بين الجسد و العقل و الروح . (أحمد محمود محمد إبراهيم ، 1995 ، ص 22) .

-اصطلاحاً : الكاراتي هي طريقة فنية قتالية يابانية ليس باستخدام الأسلحة ، و لكن بالاستخدام

العقلاني للإمكانيات الطبيعية لجسم الإنسان عن طريق " اليد ، المرفق ، الساعد ، القدم ،

الكعب ... " على أن توجه الضربات الى الأماكن الحيوية من جسم الخصم لإقصائه ، وذلك

بنظام و قوانين خاصة ينفرد بها . (Adoul , 1991 , p 13) .

-إجرائياً : الكاراتي دو هو نوع من الرياضات القتالية الفردية التي يستخدم فيها الرياضي جسمه

فقط دون استخدام أداة خارجية اخرى و ذلك بهدف أداء حركات هجومية و دفاعية بشكل

متسلسل في نزال وهمي و تسمى الكاتا ، او ينازل شخص آخر من اجل التغلب عليه و تسمى

الكيميتيه ، وفق القوانين التي حددها الاتحاد الدولي للكاراتي دو .

1-6- الدراسات السابقة :

الدراسة الأولى: : دراسة (جعلاب مصطفى ، 2024) بعنوان " الهيمنة الدماغية و علاقتها

بالأداء المهاري (دقة التمرير) لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية على فريق رديف نجم شباب مقرة

- المسئلة - " هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة

التمرير لدى لاعبي كرة القدم ، و في سبيل ذلك قام الباحث بتطبيق مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية

للكشف عن النمط المهيمن الذي يتمتع به كل لاعب ، بالإضافة إلى تطبيق اختبار تمرير الكرات بهدف

التعرف على مدى ومستوى دقة التمرير لعينة الدراسة ، و قد تم تطبيق هذا الاختبار و المقياس على 20

لاعبا من فريق رديف نجم شباب مقرة لكرة القدم ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي ،

وتوصلت النتائج في الأخير إلى أن النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية للاعبين رديف نجم شباب

مقرة هو النمط (B) بالإضافة إلى أن اللاعبين الذين يهيمن عليهم هذ النمط تكون دقة التمرير لديهم

افضل مقارنة باللاعبين الذين يهيمن عليهم باقي الأنماط.

الدراسة الثانية: دراسة (إيهاب محمد البديوي و أخرون ، 2022) بعنوان " السيادة الدماغية و علاقتها بمستوى أداء بعض المهارات لدى ناشئي المصارعة" هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير برنامج تدريبي للارتقاء بالسيادة الدماغية في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية لناشئي المصارعة و استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة وذلك بتطبيق القياسات القبلية و البعدية لاختبار السيادة الدماغية لنيد هيرمان بالإضافة إلى استمارة تسجيل بيانات (متغيرات النمو ، الاختبارات البدنية، الاختبارات المهارية) ، وقد طبقت على عينة مكونة من (22) مصارع من ناشئين منطقة الغربية للمصارعة ، تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، تضم العينة الأساسية (10) مصارعين من فريق المصارعة بنادي الصيد الرياضي بالمحلة الكبرى والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري للمصارعة تحت 17 سنة للموسم الرياضي 2023/2022 ، وتضم عينة الدراسة الاستطلاعية (12) مصارع من اندية المنطقة المختلفة ومن خارج العينة الاساسية ، و توصلت النتائج إلى أن البرنامج التدريبي المقترح كان له تأثير إيجابي أدى إلى الارتقاء بالسيادة الدماغية و أدى إلى تطوير بعض القدرات البدنية و المهارات لدى المصارعين الناشئين تحت 17 سنة.

الدراسة الثالثة : دراسة (مناري ابراهيم ، بوراس يونس ، 2021) بعنوان " الهيمنة الدماغية و علاقتها بدقة التهديد لدى لاعبي كرة القدم. دراسة ميدانية على فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة - المسيلة- " هدفت الدراسة إلى معرفة أنماط الهيمنة الدماغية (A-B-C- D) وعلاقتها بدقة التهديد لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي و ذلك بتطبيق مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية بغرض معرفة النمط المهيمن الذي يتمتع به كل لاعب ، بالإضافة إلى اختبار تهديد الكرات بهدف معرفة دقة التصويب نحو المرمى التي تحدد الفروق الفردية في دقة التهديد بشكل واضح، و قد طبق هذا المقياس و الاختبار على عينة قصدية مكونة من 21 لاعبا من فريق رديف شباب مقرة(فئة أقل من 21 سنة) لكرة القدم ، و توصلت النتائج إلى أن النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم هو النمط (A) ، في حين أن اللاعب الذي يتمتع بالنمط (B) تكون دقة التهديد عنده أفضل من اللاعب الذي يتمتع بأحد الأنماط الأخرى (A-C-D).

الدراسة الرابعة : دراسة (احمد السيد عبد السلام ، 2019) بعنوان " أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى حكام رياضة الكراتي " هدفت الدراسة إلى التعرف على أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لحكام رياضة الكاراتيه من خلال تحديد أنماط السيطرة الدماغية السائدة لحكام رياضه الكاراتيه، والتعرف على العلاقة بين انماط السيطرة الدماغية والمهارات النفسية لحكام رياضة الكاراتيه ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي " الدراسة المسحية " لمناسبته

لتحقيق أهداف البحث ، وتم تطبيق استمارة استطلاع رأي الخبراء في تحديد عبارات مقياس انماط السيطرة الدماغية و مقياس المهارات النفسية لدى حكام رياضة الكاراتيه اعداد السيد عبدالسلام (2010) كأدوات لجمع البيانات ، وذلك على عينة اساسية حجمها (25) حكم وعينة استطلاعية حجمها (5) حكام تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من (46) حكم من رياضة الكاراتيه المسجلين بمنطقة القليوبية بالاتحاد المصري للكاراتيه ، وكانت أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن النمط السائد للحكام هو النمط الايسر السفلى من الدماغ (B) ، وتوجد فروق في مستوى المهارات النفسية بين حكام النمط (B) النمط السائد وحكام النمط (C) لصالح حكام النمط (B) النمط السائد.

الدراسة الخامسة : دراسة (هبة الله جابر محمود ، 2016) بعنوان " تصميم مقياس السيطرة المخية

لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 الى 18 سنة " هدفت الدراسة الى تصميم مقياس السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 الى 18 سنة ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) لمناسبته لتحقيق أهداف البحث ، وتم تطبيق مقياس هيرمان للسيطرة المخية لهيرمان (HBDI) كمحك خارجي لقياس الصدق ومقياس السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 الى 18 سنة (إعداد الباحثة) كأدوات لجمع البيانات ، وذلك على عينة أساسية تم اختيارها بالطريقة العشوائية حجمها (223) لاعب ولاعبة من أندية (الاتحاد السكندري - الأوليمبي - البنك الأهلي - الترام - المؤسسة العسكرية - حرس الحدود - سموحة) في الأنشطة الفردية (العاب قوى - التايكوندو - الجمباز - السباحة - الكاراتيه - الكونغ فو - المصارعة) و الأنشطة الجماعية (كرة القدم - كرة اليد - كرة السلة) ، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة :

- مقياس السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 إلى 18 سنة (إعداد الباحثة) يتميز بمعاملات علمية عالية ، ويمكن استخدامه كأداة علمية يعتد بها .
- تم تحديد أنماط السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية حيث جاء نمط السيطرة المخية B التنفيذي (الجزء الأيسر السفلى من الدماغ) بأعلى نسبة ثم النمط A الموضوعي (الجزء الأيسر العلوي من الدماغ) ثم النمط D الإبداعي (الجزء الأيمن العلوي من الدماغ) بينما جاء النمط C الشعاعي (الجزء الأيمن السفلى من الدماغ) بأقل نسبة لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 الى 18 سنة.
- جاء نمط السيطرة المخية B التنفيذي (الجزء الأيسر السفلى من الدماغ) بأعلى نسبة للذكور والإناث معاً ، بينما جاء النمط C الشعاعي (الجزء الأيمن السفلى من الدماغ) للذكور بأقل نسبة والنمط D الإبداعي (الجزء الأيمن العلوي من الدماغ) بأقل نسبة للإناث لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنية من 15 الى 18 سنة.

- تنوعت أنماط السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية وفقاً لتصنيف الأنشطة الرياضية حيث جاء نمط السيطرة المخية B التنفيذي (الجزء الأيسر السفلي من الدماغ) للأنشطة الفردية بأعلى نسبة، بينما جاء النمط C الشعاعي (الجزء الأيمن السفلي من الدماغ) بأقل نسبة في الأنشطة الفردية لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنوية من 15 إلى 18 سنة.
- تنوعت أنماط السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية تبعاً للجنس وتصنيف الأنشطة الرياضية، حيث جاء نمط السيطرة المخية B التنفيذي (الجزء الأيسر السفلي من الدماغ) في الأنشطة الفردية و الجماعية للذكور بأعلى نسبة لممارسي الأنشطة الرياضية بالمرحلة السنوية من 15 إلى 18 سنة.
- نمط السيادة المخية للجانب الأيسر من الدماغ النمط المفضل لدى ممارسي (التايكوندو - الكاراتيه - كرة السلة - كرة القدم - كرة اليد)، و نمط السيادة المخية القطرية (D الإبداعي + B التنفيذي) النمط المفضل لدى ممارسي (المصارعة - العاب القوى) و نمط السيادة السفلي (C الشعاعي + B التنفيذي) النمط المفضل لممارسي (السباحة - الكونغ فو)، نمط السيادة الثلاثية (D الإبداعي + A الشعاعي + B التنفيذي) النمط المفضل لممارسي الجمباز.

الدراسة السادسة : دراسة (طارق محمد بدر الدين ، أمنية محمد حسين ، 2015) بعنوان " أنماط

السيادة الدماغية لممارسي بعض الأنشطة الرياضية من منظور نظرية هيرمان للسيادة الدماغية "

هدفت الدراسة الى تحديد نمط السيطرة الدماغية لممارسي الانشطة الرياضية قيد البحث من منظور نظرية هيرمان للسيادة الدماغية (HBDI)، وكذلك التعرف على الخصائص المرتبطة بهذا النمط المفضل، وتحديد نمط السيطرة الدماغية المفضل لممارسي الانشطة الرياضية تبعاً لاختلاف الجنس (ذكور-إناث) قيد البحث، وتبعاً لاختلاف تصنيف الأنشطة الرياضية (الجماعية-الفردية) قيد البحث والتعرف على التفضيل الذهني لنمط السيطرة الدماغية لممارسي الانشطة الرياضية على بعض أقسام مقياس السيطرة الدماغية قيد البحث، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي " الدراسة المسحية " لمناسبتة لتحقيق اهداف البحث، وتم تطبيق مقياس هيرمان للسيطرة الدماغية ومقياس السيطرة المخية للرياضيين إعداد طارق بدر الدين وآخرون (2012 م) كأدوات لجمع البيانات، وذلك على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية حجمها (261) لاعب ولاعبة من ممارسي بعض الانشطة الرياضية بمحافظتي الإسكندرية والبحيرة، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان أن نمط السيطرة الدماغية (C) التفاعلي " القسم الأيمن السفلي من الدماغ " هو النمط المفضل السائد لممارسي الأنشطة الرياضية، وتم تحديد الخصائص المرتبطة بهذا النمط، كما لا توجد فروق بين ممارسي وممارسات الأنشطة الرياضية

قيد البحث في نمط السيطرة الدماغية المفضل ، بينما توجد فروق بين ممارسي الأنشطة الرياضية قيد البحث في نمط السيطرة الدماغية المفضل لديهم تبعاً لاختلاف تصنيف الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، و تم تحديد البروفيل الشخصي (بوصلة التفكير) المميز لنمط السيطرة الدماغية لممارسي الأنشطة الرياضية قيد البحث.

- التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال ما قمنا به من قراءات واستطلاع النتائج والتقارير والأبحاث السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة تم استخلاص :

1- ان الدراسات السابقة التي استعان بها الباحث كانت قد صدرت في الفترات الزمنية من (2015) حتى

(2024) وهذا ما يثبت حداثة تلك الدراسات، والتي كان معظمها يهدف الى معرفة انماط الهيمنة

الدماغية في المجال الرياضي وعلاقتها بالجوانب المهارية والنفسية .

2- كل الدراسات كانت العينة تتمثل في لا عييين مع اختلاف النشاط الرياضي ما عدى الدراسة الرابعة

تتمثل العينة في حكام رياضة الكراتي دو .

3- اتفقت دراستنا مع الدراسات السابقة من حيث المنهج المستخدم وذلك بإتباع المنهج الوصفي ما عدى

الدراسة الثانية التي استخدمت المنهج التجريبي.

4- كانت الأداة الأكثر سيادة بين ادوات البحث ، مقياس نيد هيرمان للهيمنة الدماغية والمعروف

اختصاراً **HBDI** ، وقد استفاد الباحث من ذلك في اختيار الأداة المناسبة لدراسته لقياس نمط الهيمنة

الدماغية السائد وهو مقياس نيد هرمان للهيمنة الدماغية.

1-7- مميزات الدراسة الحالية :

تميزت هذه الدراسة كونها من بين الدراسات القليلة ان لم نقل الوحيدة التي تناولت موضوع الهيمنة

الدماغية وعلاقتها بصفة بدنية مركبة اساسية في رياضة الكاراتي دو وهي القوة الانفجارية، فموضوعنا

يختلف عن المواضيع الأخرى في المجال الرياضي التي تناولت متغير الهيمنة الدماغية وعلاقته

بالمتغيرات المهارية والنفسية وتجاهلها المتغيرات البدنية فنحن نريد تحقيق صحة هذا الموضوع لأننا لم

نجد أي دراسة سابقة تناولت هذا الموضوع في اختصاص رياضة الكاراتي دو ، فقمنا بالدراسة من أجل

معرفة ان كانت توجد علاقة ام لا بين نمط الهيمنة الدماغية السائد والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي

دو .

الخلاصة :

قام الباحث من خلال الفصل الأول بالتطرق لجميع أبعاد هذه الدراسة من خلال التعريف بالإشكالية التي انطلق منها البحث ، ثم عرض الفرضيات وكذا أهمية وأهداف الدراسة الحالية والتعاريف الإجرائية لمتغيراتها، وفي الأخير تلخيص جملة من الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع ومتغيرات دراستنا والتي تناولت موضوع الهيمنة الدماغية وعلاقتها بالقوة الانفجارية لدى رياضيي الكراتي دو ، ثم التعقيب والتعليق على هذه الدراسات من حيث الأهداف ، المنهج المستخدم ، العينة، أدوات الدراسة، وفي الأخير ذكرنا مميزات الدراسة الحالية.

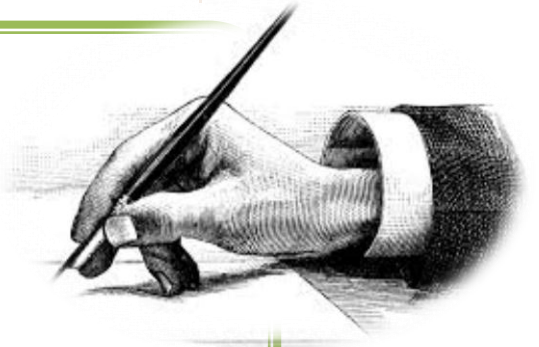


الجانب النظري



الفصل الثاني

الهيمنة الدماغية



تمهيد :

قد أثارت معرفة الكيفية التي يدرك بها الأفراد الأشياء والاستجابة لها اهتمام من الباحثين في شتى فروع المعرفة سواء كان ذلك في ميدان علم النفس أو غيره ، إذ أن ادراكنا للأحداث والموضوعات من حولنا يعتمد إلى حد كبير على الكيفية التي ترصد بها حواسنا المثيرات والكيفية التي يفسر بها الدماغ تلك المثيرات ، بالتداخل مع ما تثيره من إقترانات ذهنية وانفعالات وجدانية وما تستدعيه من ذكريات وخبرات أي على قدرة الدماغ على تحويل المثيرات الى معلومات قابلة للفهم. (النعمة وصباح ، 2004 ، ص 30)

من خلال الجزء الأول من هذا الفصل سيتم التطرق إلى الجهاز العصبي و التعرف على مكوناته و وظائفه ، و في الجزء الثاني يتم التركيز على المخ و بنيته، و في الجزء الثالث التطرق لمفهوم الهيمنة الدماغية بشيء من التفصيل .

2-1- الجهاز العصبي :

2-1-1- مفهوم الجهاز العصبي :

هو الجهاز الذي ينظم العمليات الحيوية المختلفة الضرورية للحياة ، ويجعل كل عضو يقوم بعمله في الوقت المناسب ويسيطر على الحركات الإرادية ولاإرادية. (الكرمي وآخرون ، 2008 ، ص 31)
الجهاز العصبي (Nervous system) من أكثر أجهزة الجسم تميزاً وأهمية وتعقيداً لأنه يعتبر الجهاز القائد ، الموجه و المسيطر على جميع أعضاء الجسم التي تتصل جميعها ببعضها ببعض بواسطته، و هو الأساس لقدرتنا على الاستقبال ، الاستيعاب ، التكيف و التفاعل مع العالم الخارجي. وقبل التطرق إلى مكونات الجهاز العصبي ووظائفه يجب معرفة البنية الأساسية لهذا الجهاز العضوي وهي الخلية العصبية، تعتبر هذه الأخيرة " بمثابة وحدة بناء الجهاز العصبي ، وتختلف الخلايا العصبية في الشكل و الحجم حسب الوظائف التي تؤديها. (يوسف ابراهيم ، 2007 ، ص 16)

يشير (العيسوي ، 1998 ، ص 74) " أن الجهاز العصبي يتكون من وحدات أولية بسيطة هي النيرون ، ويقصد بالنيرون الخلية العصبية التي تتكون بدورها من المحور و الشجيرات و الفروع " ، " وبخلاف غيرها من الخلايا الحية الأخرى في الجسم لا تنقسم الخلية العصبية ولا تتكاثر بعد اكتمال نموها ، فهي تعيش مع الإنسان حتى آخر " . (حمدان ، 1986 ، ص 13)

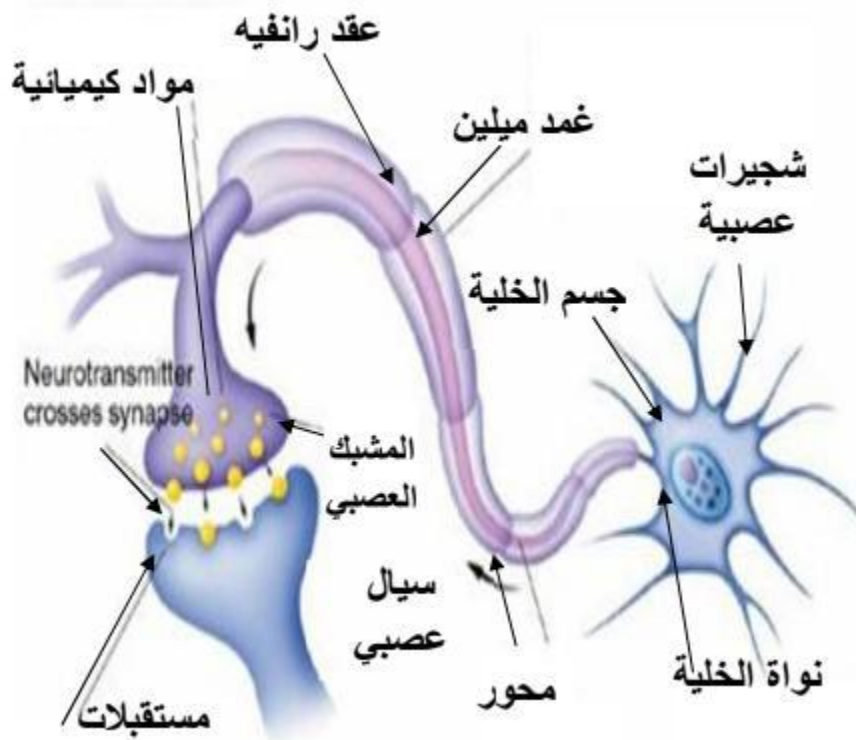
للخلية العصبية جسم رئيسي و عدد كبير من الفروع توصلها بالخلايا العصبية الأخرى حيث " ترتبط الخلايا العصبية فيما بينها بالوصلة العصبية وهي مكان اتصال ليس له امتداد نسيجي وإنما تحدث فيه تفاعلات كيميائية خاصة مسؤولة عن نقل المعلومات من خلية أو مجموعة من الخلايا العصبية الأخرى".
(محمد كامل ، 1994 ، ص 43)

أما عن آلية عمل الجهاز العصبي ، يقول (العيسوي ، 1998 ، ص 74) " تقوم النورونات المختلفة بتوصيل المؤثرات التي تسقط عليها من العالم الخارجي إلى الجهاز العصبي المركزي ، و يطلق على هذه النورونات اسم الأعصاب الموردة ، أما تلك النورونات التي تنقل الإشارات من الجهاز العصبي المركزي إلى أعضاء الجسم أو إلى الغدد أو إلى خلايا عصبية أخرى فتسمى بالأعصاب المصدرة ، وعندما تصل هذه المؤثرات إلى المخ أو النخاع الشوكي فإنه يترجمها ، أي يعرف معناها و مدلولها .ولقد تبين أن هذه الإشارات التي تنتقل من الأعصاب إلى المخ و العكس ذات طبيعة كهربائية"
2-1-2- البنية الأساسية للجهاز العصبي (الخلية العصبية) :

العصبون أو الخلية العصبية (Neuron) هي وحدة الجهاز العصبي ، و يوجد منها حوالي 10 بلايين خلية تكونت كلها قبل السنة الأولى من العمر ، ولا تكاد تزداد بعد ذلك. فهي الوحدة الأساسية التي يتكون منها الجهاز العصبي كله ، و تعتبر هذه الخلية الوحدة التشريحية و الوظيفية للجهاز العصبي. تختلف الخلية العصبية من حيث الحجم و الشكل ، و يوجد 90 % منها في المخ و الباقي في بقية الجهاز العصبي المركزي

و الطرفي ، و جدير بالذكر أن الخلايا العصبية لا تنقسم أو تتجدد وما يتلف منها لا يتم تعويضه ، كما يفقدها الإنسان تدريجياً كلما تقدم في العمر، و تعتبر الخلية العصبية العنصر الأساسي لتكوين الجهاز العصبي حيث تعتبر الوحدة الوظيفية التي تقوم بوظائف الجهاز العصبي من توصيل للمعلومات إلى الاستجابة لها. (جعلاب ، 2024 ، ص 21)

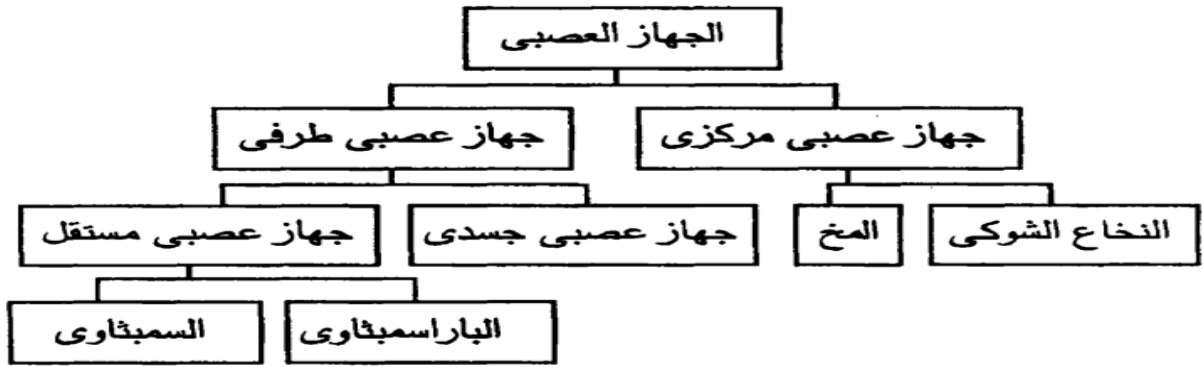
الشكل رقم 01 : الخلية العصبية



المصدر : <http://wikipedia.org/wiki/Neuron>

2-1-3- تقسيم الجهاز العصبي :

تعتبر الخلية العصبية وحدة بناء الجهاز العصبي ، ويتكون الجهاز العصبي من بلايين الخلايا العصبية ، و يعد المخ اكبر أجزاء الجهاز العصبي وأكثرها أهمية ، حيث يلعب دوراً أساسياً في كثير من الوظائف النفسية والفسيولوجية والجوانب السلوكية المتعددة التي يقوم بها الإنسان ، ويمكن توضيح مكونات الجهاز العصبي بالشكل التوضيحي التالي :

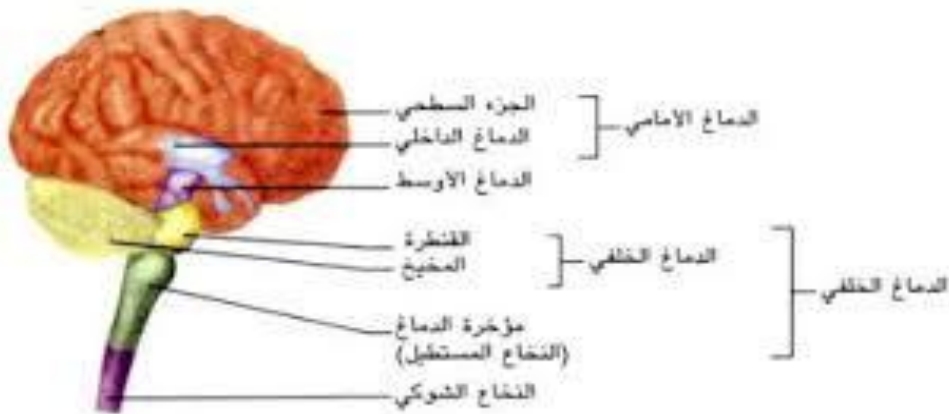


الشكل رقم 02 : مكونات الجهاز العصبي المصدر : (يوسف ابراهيم ، 2007 ، ص 16)
يعتبر الجهاز العصبي لدى الإنسان من الناحية التشريحية شبكة من الاتصالات التي تربط كل أعضاء الجسم الداخلية و الخارجية بالدماغ بواسطة الأعصاب، و هو ينقسم إلى قسمين رئيسيين هما :

- 1- الجهاز العصبي المركزي : و يتكون من الدماغ و النخاع الشوكي
 - 2- الجهاز العصبي الطرفي أو المحيطي" : و يتكون من شبكة من الأعصاب التي تمتد بين الجهاز العصبي المركزي و مختلف أعضاء الجسم، فالأعصاب التي تنقل المعلومات باتجاه الجهاز العصبي المركزي تدعى بالأعصاب الواردة، أما تلك التي تنقل المعلومات من الجهاز العصبي المركزي إلى أعضاء الجسم فتدعى بالأعصاب الصادرة . (عفانة والخزندار ، 2004 ، ص 109)
- 1-2-1-2- الجهاز العصبي المركزي :

يوجد الجهاز العصبي المركزي بين عظام واقية تشمل عظام الجمجمة التي تحيط بالمخ و ينقسم إلى جزئين رئيسيين هما الدماغ و النخاع الشوكي ، يستقبل كل منهما المعلومات الحسية التي ترسلها الحواس المتصلة بالجهاز العصبي المحيطي ، كما يمكن إرسال الإشارات إلى العضلات و الغدد في الجهاز العصبي الطرفي . (أرئوف و تيج ، 2006 ، ص 66)

الشكل رقم 03 : الجهاز العصبي المركزي



المصدر : <https://mail.almerja.com/more.php?idm=48952>

2-1-3-1-1- الدماغ :

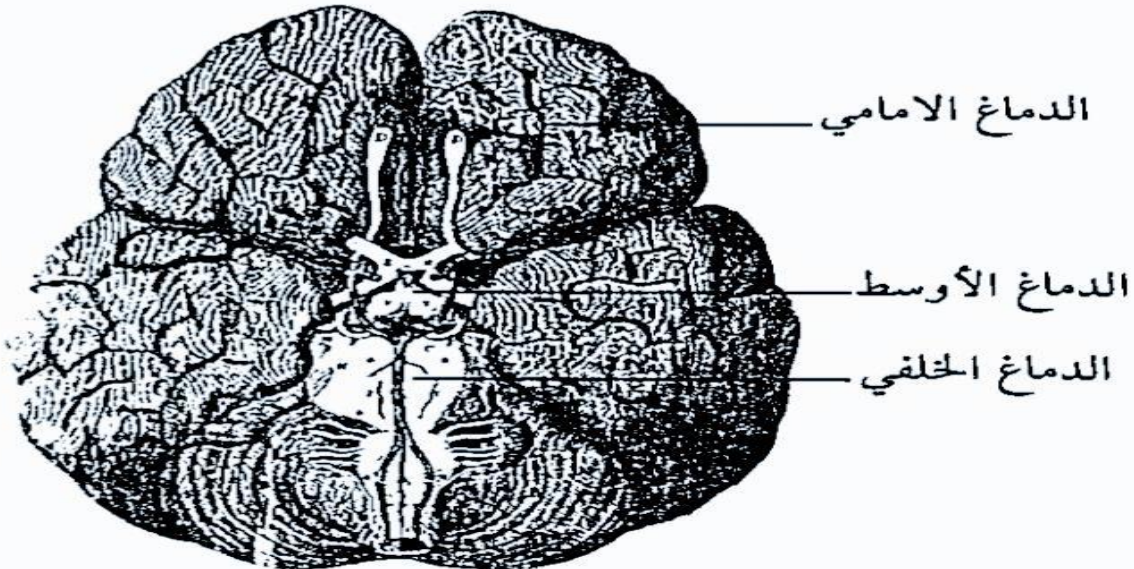
هو كتلة رخوة رمادية اللون من الخارج بيضاء من الداخل محفوظة داخل عظام الجمجمة ، يمثل أكبر أجزاء الجملة العصبية المركزية حجما ، حيث يشغل حوالي 90 % من خلايا الجهاز العصبي . (الواقفي ، 1998 ، ص 173) ، و هو أهم أجزاء الجهاز العصبي و يحصل على حوالي 4/1 من كمية الأكسجين الذي يستهلكه الجسم ويصل إليه حوالي 5/1 من الدم الوارد من القلب أي يمر فيه حوالي 45 لتر من الدم كل ساعة .

ويتكون الدماغ من نسيج رخوي يحتوي جزئه الخارجي على حوالي 85 % من تركيبته ماء ليصبح بذلك من أكثر الأنسجة في الجسم رقة ورخاوة.

يتكون الدماغ من ثلاثة أقسام رئيسية هي:

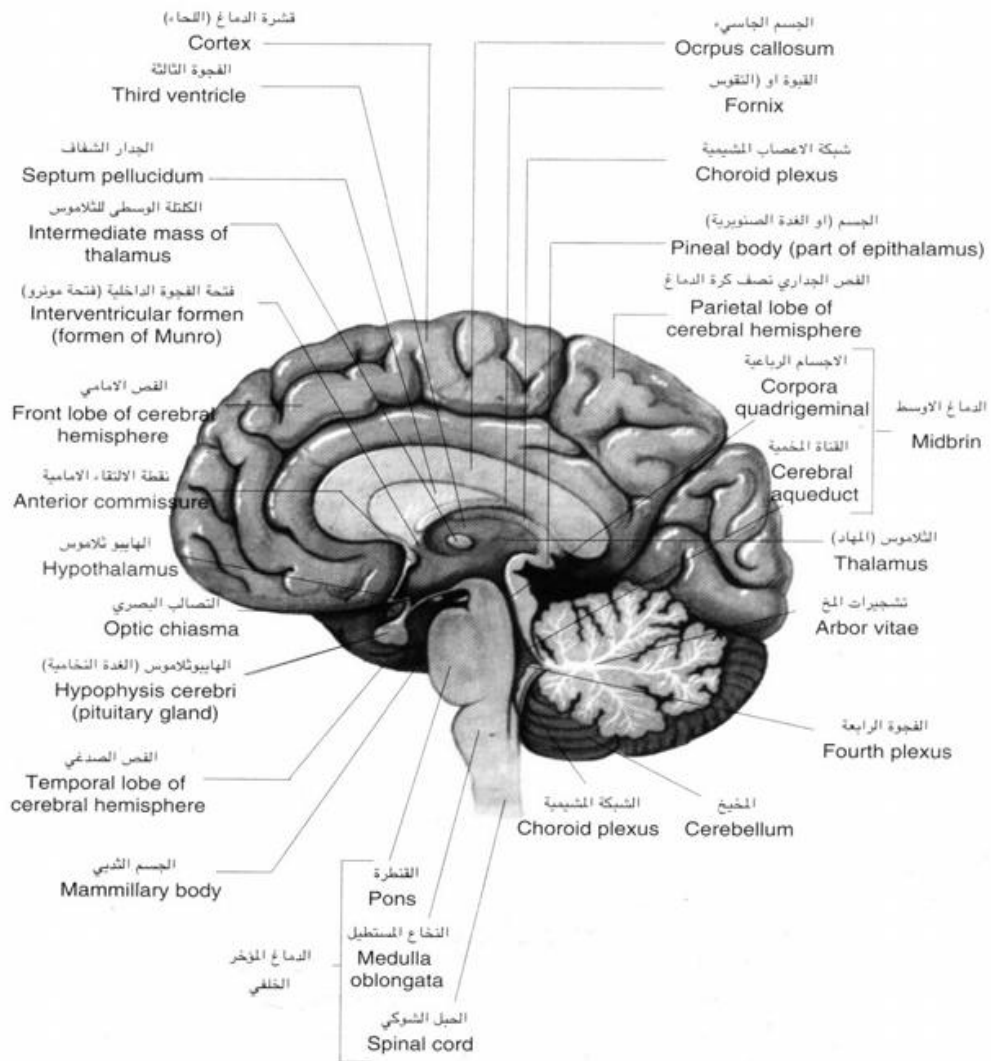
- الدماغ الأمامي Fore-Brain
- الدماغ المتوسط Mid-Brain
- الدماغ الخلفي Hind-Brain (العوجي ، 2014 ، ص 79-80)

الشكل رقم 04 : مكونات الدماغ البشري



المصدر : (العتوم ، 2004 ، ص 55)

الشكل رقم 05 : مقطع طولي لدماع بشري داخل الجمجمة



المصدر : (الهيلات ، 2015 ، ص 30)

ينقسم الدماغ عموماً إلى المخ ، المخيخ و النخاع المستطيل :

أ- المخ :

يعتبر المخ الجزء الأكبر في الدماغ ، و أهم أجزاء الجهاز العصبي المركزي ، وأكثرها احتواء للخلايا العصبية حيث يمثل مركز السيطرة والتحكم في سلوكياتنا وانفعالاتنا. يشمل المخ معظم التجويف الجمجمي ويتكون من مراكز ذات وظائف معينة ، وعند حدوث أي إصابة مخية فإن آثار هذه الإصابة تتوقف على نوع ومكان الإصابة ، و حتى لا يصاب بمجرد حركة الرأس العادية أو عند التعثر و السقوط فإنه محمي من خلال :

- عظم الجمجمة.

- ثلاثة أغشية غشائية : الأم الجافية ، الأم العنكبوتية ، الأم الحنون.

- السائل المخي الشوكي فهو يمتص الذبذبات التي قد تؤثر في المخ و أيضا ذبذبات الحركة اليومية.
(كامل ، 1997 ، ص 79)

ومن الناحية التشريحية ففي المخ تكون أجسام العصبونات متمركزة في الطبقة الخارجية أو ما يسمى القشرة الدماغية، ويكون لونها رماديا ولذا تسمى المادة الرمادية . أما محاور العصبونات فهي موجودة في الداخل ويكون لونها أبيض لهذا تسمى المادة البيضاء . والعكس في الحبل الشوكي فالمادة الرمادية في الداخل والمادة البيضاء في الخارج.

تتلخص مهام المخ في نشاط الجسم الحسي والحركي، والأهم من ذلك أنه مركز معالجة وإصدار العمليات العقلية العليا : كالإدراك، التعلم، تجهيز المعلومات، التفكير، التذكر...

ب- المخيخ :

"يقع المخيخ في الطبقة السفلية للججمة ، خلف النخاع المستطيل أسفل الفصين المخيين، وهو ممتد عرضيا ، إذ يقدر عرضه حوالي 10 سم ، وارتفاعه ما بين 2 سم و 6 سم من الجهة الداخلية العليا، وهو مسطح من أعلى إلى أسفل " (Delmas ، 1979 ، ص 549) ، "و يعد الجزء المسؤول عن المحافظة عن توازن الجسم و تأزر و تنسيق الحركات الإرادية" (ألفت . 2014 ، ص 45)
" و هو جسم بصلي الشكل يتكون من نصفين كرويين و يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أجزاء ذات وظائف مختلفة و هي : المخيخ البدائي يساعد في المحافظة على التوازن و المخيخ القديم وهو يتلقى معلومات عن الإحساس بالضغط و اللمس من العضلات والمخيخ المستحدث و يقوم بتنسيق الحركات الإرادية الدقيقة و تسهيل أدائها " (كريستين ، 1990 ، ص 12) وعلى هذا " فالمخيخ يقوم أساسا بتنظيم حركات الجسم ، وحفظ توازن أعضائه وتنسيق تحركاتها بصورة آلية ، وحتى الأنشطة والعمليات المعقدة إذ تخزن فيه الأفعال المعقدة التي سبق تعلمها كالكتابة والتقاط الأشياء والمشي والكلام ، وفيه تبرمج وتُستدعى آليا للعمل دون تفكير " . (الواقفي ، 1998 ، ص 180)

ج- النخاع المستطيل :

و يقع أسفل المخ و المخيخ حيث يصل النخاع الشوكي بأجزاء الدماغ و تتقاطع أغلب الأعصاب المحركة داخل النخاع المستطيل لتكون ما يشبه الأهرامات وتوجد داخله أنوية أصول أكثر الأعصاب الدماغية و يقوم النخاع المستطيل بعدة وظائف مهمة منها نقل السوائل العصبية الحسية من النخاع الشوكي إلى الدماغ كما يعمل على نقل السوائل العصبية الحركية من الدماغ إلى النخاع الشوكي و يحتوي النخاع المستطيل على مراكز عصبية خاصة بتنظيم نبض القلب و المضغ و البلع والقيء في الإنسان . (صباح ناصر العوجي، 2014 ، ص 84) ، ويسمى في بعض المراجع بالبصلة السيسائية ، يقع بين التشابك الهرمي والجانب السفلي من القنطرة ، ويشكل عنصر وصل (ناقل) من الدماغ نحو النخاع الشوكي ، يبلغ طوله حوالي 3 سم ، يشرف على بعض العمليات الجسمية و الحيوية كتنظيم إيقاع التنفس و ضربات القلب و عمليات البلع و إرساله للعباب و الهضم و التدوق . (القريطي ، 2008 ، ص 136)

2-1-3-1-2- النخاع الشوكي :

"يعتبر الحبل الشوكي الجزء الرئيسي الثاني من الجهاز العصبي المركزي ، وهو ذو بنية أسطوانية " (الواقفي ، 1989 ، ص 183) ، يمتد من قاعدة الجمجمة إلى أسفل الظهر تقريبا و ذلك عبر القناة الفقرية أو الشوكية الموجودة في فقرات العمود الفقري و هو مغلف بالسحايا أو الأغشية ، يظهر في شكل ساق أو قصبه أسطوانية بيضاء ، يبلغ متوسط حجمه 45 سم طولا عند الرجل و 42 سم عند المرأة و 01 سم عرضا ، وهو ليس أسطوانيا كلية ؛ بل يحوي تنوعين أو انتفاخين : الأول دماغي أو علوي ، والثاني قطني أو سفلي . (Delmas ، 1979 ، ص 520)

2-2- المخ :

المخ ليس مجرد عضو واحد يشتمل عليه الجسم بل هو في الحقيقة مجموعة من الأعضاء يوجد بعضها في جميع الكائنات الحية الدنيا منها و الراقية و بعضها لا يوجد إلا في الإنسان ، فالمخ يعتبر المحرك الأساسي لجسم الإنسان ، ذلك أنه مسؤول عن الأنشطة الحركية و الفكرية والانفعالية والوجدانية والسلوكية التي يقوم بها الإنسان في موقف معين ، ويتعدد المواقف والمثيرات تتعدد السلوكيات والأنشطة ، لذلك يعتبر السلوك الإنساني على درجة كبيرة من التعقيد، وقد يعود ذلك إلى تعقد تركيب المخ ووظائفه.

يعتبر المخ اكبر أقسام الدماغ إذ أن حجمه يصل إلى حوالي 10/9 من حجم الدماغ ، كما أنه يغطي أجزاء الدماغ تقريبا. يوجد نسيجان في المخ الخارجي و هما : قشرة المخ و هي المادة الرمادية التي تظهر على سطحها انتشاءات و تلافيف تعمل على زيادة سطح المخ و التي يحدث فيها التكامل والتنسيق العصبي ، النسيج الآخر هو المادة البيضاء. و ينقسم المخ انقسامًا غير كامل إلى نصفين كروبيين

مخيين بواسطة شق طولي عميق كل نصف كروي مخي ينظم جانب الجسم العاكس له ، فإذا حدث تلف في مركز الحركة في الجانب الأيمن من المخ فإن نصف الجسم الأيسر يصاب بالشلل و هو الشلل النصفي ، ويختص المخ بالإحساس الشعوري للحركات الإرادية و التعلم. (كماش وأبو خيط ، 2011 ، ص 108)
بتموضع المخ بواسطة الجزء السفلي على الطبقات العلوية والوسطى للجمجمة ، ويغطي المخيخ من الجهة الخلفية ، ويظهر المخ (النصفين الكروبيين) في شكل بيضوي يُفْتَرّ متوسط قطره من الأمام إلى الخلف ب 16 سم، وقطره العرضي 14 سم ، و قطره العمودي ب 12 سم ، ويبلغ متوسط وزنه عند الرجل 1100 غ ، و 1000 عند المرأة. (Delmas ، 1979 ، ص ص 578-579)

2-2-1- مكونات المخ :

ينقسم المخ بواسطة شق يقسمه طوليا إلى نصفين متماثلين مورفولوجيا هما نصف الكرة المخية، غير أنه يجمع بينهما رباط من الألياف العصبية لإبقائهما على اتصال دائم، كما ينقسم المخ بواسطة شق مركزي وآخر جانبي إلى أربعة أقسام موزعة عبر سطح المخ في كلا النصفين الكروبيين ، تسمى بالفصوص الدماغية ، ويغلف هذه الفصوص طبقة رمادية سميكة من أجسام الخلايا هي القشرة المخية.

و يتكون المخ من 3 أجزاء رئيسية يقوم كل منها بوظيفة منفردة ، و إن كان جميعها يقوم بهذه الوظائف بتناسق و تتناغم مع الأجزاء الأخرى و تشمل الأجزاء الثلاثة ما يلي:

1- النصفان الكرويان **cerebral hemispheres** :

لا يشكل المخ قطعة واحدة في مجمله ، وإنما هو مقسّم إلى قسمين ، " فإذا نظرنا إلى المخ من أعلى نرى شرخا عميقا يقسم المخ إلى نصفين متماثلين تقريبا يسميان النصفان الكرويان ، و لكل نصف وظيفة مستقل ، فالنصف الأيمن يتولى إدارة و تحريك النصف الأيسر من الجسم أما النصف الأيسر فيتولى إدارة النصف الأيمن من الجسم. (عبد الستار و رضوي ، 2003 ، ص 126)

و هو الجزء الأكبر من المخ و يشغل معظم التجويف الجمجمي و يتكون كل نصف مما يلي:

- **القشرة المخية cerebral cortex** : و تتكون من مادة رمادية (gray mater) تمثل أجسام الخلايا العصبية و تعتبر سطح المخ.
- **ما تحت القشرة المخية subcortex** : و تتكون من مادة بيضاء (white mater) تمثل المسارات العصبية الأتية إلى القشرة المخية أو الخارجة منها.
- **العقد القاعدية basal ganglia** : وهي مجموعة من الخلايا العصبية المختصة بتنظيم الحركات الإرادية و ترتبط ارتباطا وثيقا بالمخيخ.

2- جذع المخ brain stem : و يتكون بشكل أساسي من الأجزاء التالية :

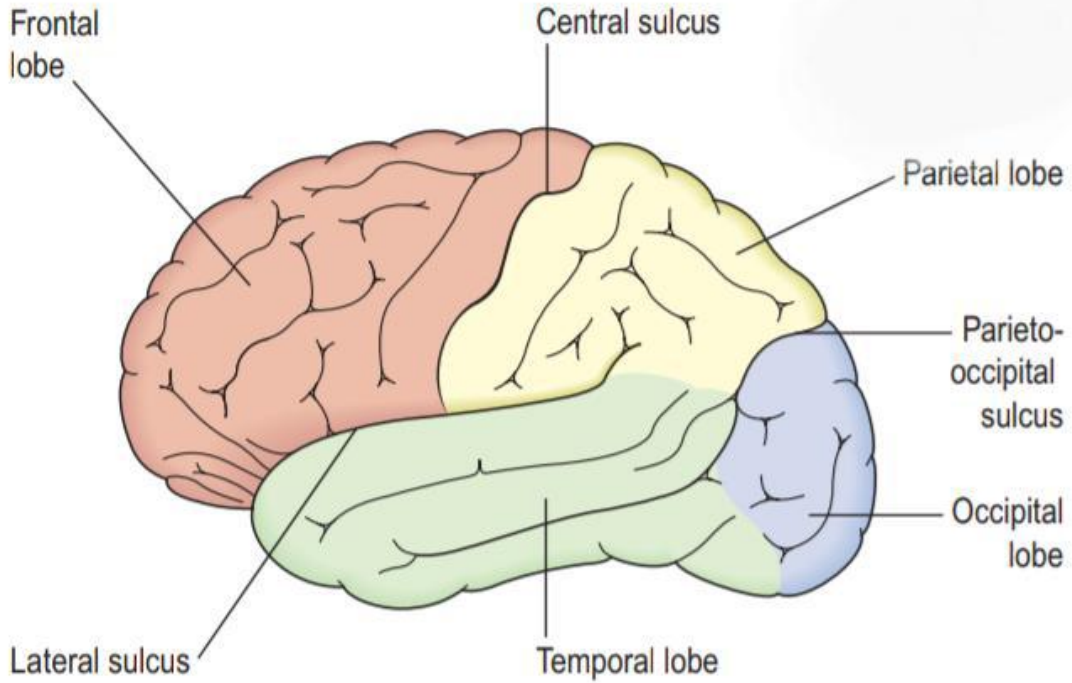
- **المخ الأوسط midbrain** : و يحتوي على العصبين الدماغيين الأول و الثاني. (كماش ، وأبو خيط ، 2011 ، ص ص 62-63)
- **الفتطرة pons** : وهي كما يدل عليها اسمها جسر يحتوي على عدد كبير من المسارات التي لا تتصل بالنخاع الشوكي و حسب و إنما تتصل أيضا بالمخيخ . (احمد عبد الخالق ، 1986 ، ص 21)
- **النخاع المستطيل medulla odlongata** : و يقع أسفل المخ و المخيخ حيث يصل النخاع الشوكي بأجزاء الدماغ و تتقاطع أغلب الأعصاب المحركة داخل النخاع المستطيل لتكون ما يشبه الأهرامات و توجد داخله أنوية أصول أكثر الأعصاب الدماغية و يقوم النخاع المستطيل بعدة وظائف مهمة منها نقل السوائل العصبية الحسية من النخاع الشوكي إلى الدماغ كما يعمل على نقل السوائل العصبية الحركية من الدماغ إلى النخاع الشوكي و يحتوي النخاع المستطيل على مراكز عصبية خاصة بتنظيم نبض القلب و المضغ و البلع والقيء في الإنسان. (ناصر العوجي ، 2014 ، ص 84)
- **فصوص المخ :**

ينقسم المخ من خلال الشقوق التي تتخلله إلى أجزاء أو مقاطع موزعة عبر كل نصف كروي تسمى بالفصوص الدماغية ، وهي أربعة :

الفص الجبهي، و الجداري ، و الصدغي ، و الخلفي أو القفوي ، و هذه الفصوص ليست وحدات

متميزة و لكنها مناطق تشريحية يختص كل منها بوظائف محددة متفاعلة و متكاملة . (عبدالواحد ، 2007 ص 17)

الشكل رقم 06 : فصوص المخ



المصدر : (Anne Waugh & Allison Grant, 2014, p156)

1- **الفص الجبهي (Frontal lobe)** : وهو يقع في المنطقة الأمامية المواجهة للوجه من الرأس ، ويلعب دورا في التقدير والحكم وحل المشكلات ، ومحددات الشخصية والحركات القصدية ، وهو يحتوي القشرة المخية الحركية الأولية والتي تختص بالتخطيط والضبط او التحكم والحركات الإجرائية وخاصة تلك التي تقوم على أعمال الاستجابات المرجاة ، فإذا استثثرت قشرتك الحركية كهربائيا فسوف تستجيب بعضو الجسم الذي يقع عليه عبئ هذه الاستجابة وهذا يتوقف على اي المواقع التي استثثرت في القشرة الحركية المخية ، والتحكم في مختلف أنواع الحركات الجسمية يقع في الجانب العكسي من القشرة الحركية الأولية وبالمثل توجد خريطة عكسية من القمة الى القاعدة ومن أعلى الى أسفل للأطراف السفلية من الجسم . (الزيات ، 1998 ، ص ص 107 - 108) .

ويتميز نمو الفص الجبهي انه بطيء وقد كشفت دراسات المسح بالرنين المغناطيسي التي اجريت على البالغين أن الفص الامامي يستمر في النضج الى مرحلة الرشد لذلك فان القدرة على التنظيم الوجداني في الفص الجبهي لا تعمل بشكل تام اثناء مرحلة المراهقة . (علي والسيد ، 2007 ، ص 14)

كما وجد روشان إصابة الفص الجبهي يحدث تغيرا كبيرا في شخصية الفرد فيصاب بالذهول وعجز البصيرة وعدم القدرة على التخطيط او التنبؤ بالأحداث في المستقبل ولا يمكن الاستفادة من خبراته الماضية كما يؤدي الميل الى الأمور التافهة و احيانا للعناد والحمق والمزاج الممل على حساب الآخرين. (رياض ، وعلي ، 1988 ، ص ص 19 - 20)

2- الفص الجداري (Lobe pariétal) :

يقع الفص الجداري خلف الشق المركزي ، تحت الفص الجبهي مباشرة ، ويحتوي من الخلف على الأخدود المركزي الخلفي والفليقات الجدارية العلوية والسفلية ، هذه الفليقات منفصلة بالأخدود الجداري الداخلي ، وهذا الفص محدود : من الأمام بشق رولاندو ، ومن الأسفل بشق سيلفيوس ، ومن الخلف بالشق الجداري القفوي ، ومن الداخل بالأخدود تحت الجداري .

من المراكز الموجودة في الفص الجداري نجد :

- منطقة الإحساس الأساسية
- منطقة الترابط الحسي .
- منطقة فيرنيك .

ومن أهم وظائفه نجد الأحاسيس المخية وتشمل على :

- التحديد اللمسي لموضع مثير .
- تمييز موضع نقطتين لمسييتين .
- الإحساس بالأشكال الثلاثية .
- استقبال المثيرات الحسية ثم تفسيرها مما يساعدنا على إدراك العالم الخارجي .
- إدراك وضع الجسم في الفراغ .

أن الفص الجداري يختص بتجهيز و معالجة المعلومات الواردة عن طريق الحواس الجسدية كالجلد و العضلات ، و أن التلف في هذا الفص يؤدي إلى ضعف القدرة على التعرف على الأشياء عن طريق اللمس . (بلكرد ، 2017 ، ص ص 76 - 77)

3- الفص الصدغي (Lobe temporal) :

يقع الفص الصدغي في أسفل الشق الجانبي سلفيوس و يقسم السطح الجانبي إلى ثلاث تلافيف و هي التلافيف العلوية و الوسطى و السفلية بالترتيب ، و لا ينفصل الفص الصدغي عن الفص القفوي إلا بواسطة خطوط أو رسوم الشق العمودي الخارجي .

و من المراكز الموجودة في الفص الصدغي نجد :

- المنطقة الحسية السمعية .
- المنطقة التفسيرية العامة .
- السطح الداخلي للفص الصدغي .

ومن أهم وظائفه :

- الإحساسات السمعية، و الإدراكات السمعية البصرية.
- التخزين طويل المدى للمدخلات الحسية.
- المزوجة بين الإحساسات السمعية والبصرية.
- البعد الانفعالي للمدخلات الحسية والذاكرة.

4- الفص القفوي (Lobe occipital) :

ويدعى أيضا بالفص الخلفي، ويقع في الجهة الخلفية القصى من الدماغ و يشكل القطب الخلفي من القشرة الدماغية ، و من المراكز الموجودة في الفص القفوي نجد:

- المنطقة الاحساس البصري.
- المنطقة الترابط البصري.

وأهم وظيفة للفص القفوي هي استقبال السيالات العصبية البصرية وإدراكها. (بلكرد ، 2017 ، ص ص 77 - 78)

2-3- الهيمنة الدماغية :

على الرغم من تشابه جانبي الدماغ الأيمن والأيسر ، إلا أن كل منهما يختص بوظائف محددة ، فعلى سبيل المثال يتميز الجانب الأيسر بالقدرة اللغوية ، التحدث ، المنطق ، الأعداد ، التسلسل ، القراءة والكتابة ، بينما يتميز الجانب الأيمن بالقدرة على التصور البصري المكاني ، الخيال ، أحلام اليقظة ، الألوان وصور الأشخاص المتعلقة بذاكرة الوجوه . ونتيجة لتباين العمليات المعرفية التي يختص بها كل نصف من النصفين الدماغيين ظهر مفهوم الهيمنة الدماغية (Brain Dominance) . (عبد الرحيم ، 2012 ، ص ص 657-658)

و رغم أن نصفي المخ متشابهان إلى حد كبير من الناحية الشكلية، و لكنهما يختلفان بشكل جوهري في تركيبهما و من ثم في وظائفهما ، فالنصف الأيمن من المخ يسيطر على حركة النصف الأيسر من الجسم ، و النصف الأيسر من المخ يسيطر على حركة النصف الأيمن من الجسم. (عبد القوي ، 2001 ، ص ص 141)

2-3-1- مفهوم الهيمنة الدماغية :

تعددت التعاريف لمفهوم الهيمنة أو السيطرة الدماغية ، حيث تدور كلها حول النصفين الكرويين للمخ ، وعليه تقاربت هذه التعاريف في تحديدها لهذا المصطلح كما يأتي :

اهتم تورانس (Torance) بمفهوم السيطرة الدماغية (Brain Dominance) أو (Hemi sphericity) وعرفها بأنها ميل الشخص للاعتماد أكثر على وظائف أحد نصفي الدماغ دون الآخر في معالجة المعلومات ، ولقد أشار تورانس إلى أن هناك أنماط تفكير مختلفة تبعاً لنصف المسيطر ، فهناك نمط يعتمد على النصف الأيمن وآخر يعتمد على النصف الأيسر وثالث يستخدم النصفين معاً بنفس الكفاءة . (القيسي ، 1990 ، ص ص

(3-2)

وحدد (صلاح، وآخرون، 1982، ص 117) السيطرة الدماغية بأنها: "استخدام أحد النصفين الكرويين الأيسر أو الأيمن أو كليهما معا في العمليات العقلية أو السلوك"، فالنصف الأيسر للمخ يهتم بتحليل الأفكار خصوصا ذات العلاقة باللغة، الكلام، المنطق، والرياضيات، أما الأيمن فيرتبط بالموسيقى، الفن، الاستجابات الانفعالية، الحدس، الخيال والصور، وفي هذا السياق يذكر (عبد الفتاح، 1995، ص 41) أن "النصف الأيسر يعرف بأنه لفظي تحليلي يهتم بالتفكير المنطقي و الرياضي و السببي، أما النصف الكروي الأيمن فهو مركز الوظائف العقلية العليا الخاصة بالحدس و الانفعال و الإبداع واستخدام الخيال و المواد غير اللفظية المصورة و المركبة".

بينما الهيمنة الدماغية وفق نموذج نيد هيرمان (Ned Hermann) : "هي ميل الفرد إلى الاعتماد على أحد أرباع الدماغ أكثر من اعتماده على الأرباع الأخرى مقاسة بعدد الدرجات التي يحققها الفرد على كل ربع أو قسم من الدماغ على مقياس نيد هيرمان (Ned Hermann) للهيمنة الدماغية و يتم الحصول على أربع درجات نتيجة تطبيق مقياس نيد هيرمان (Ned Hermann). (قشوش، وآخرون، 2019، ص 194)

2-3-2- النظريات الخاصة بتفسير أنماط معالجة المعلومات :

2-3-2-1- النظرية البنائية :

لعل من أشهر النظريات التي حاولت تفسير أنماط معالجة المعلومات أو السيطرة المخية متمثلة في التخصص الوظيفي لنصفي المخ هي النظرية البنائية و هي ترى أن الوظائف المختلفة يتم تجنبها lateralized إلى أحد نصفي المخ بسبب طبيعة البناء الخاص بالجهاز العصبي، و تركز هذه النظرية على الفروق التشريحية بين نصفي المخ الموجودة منذ الميلاد كأساس لوجود فروق بينهما في الوظائف، فحسب هذه النظرية فإن الوظائف السيكلوجية ربما تتوضع localized داخل نصفي المخ ثم يتم تجنبها lateralized أي يختص بأدائها واحد من نصفي المخ، فيتخصص نصف المخ الأيمن و يعمل بطريقة شمولية معتمدا على الحدس و الخيال و الصور الحسية، على حين يتخصص نصف المخ الأيسر و يعمل بطريقة منطقية استدلالية تتابعية. (عبد الواحد، 2007، ص ص 24-25)

2-3-2-2 نظرية النزعة الإنتباهية :

تتركز هذه النظرية على افتراض أن هناك نزعة انتباهية لكلا النصفين الكرويين نحو الجانب العكسي من المجال البصري تتسبب في أسبقية الجانب الأيسر في معالجة المعلومات اللفظية، و أسبقية الجانب الأيمن في معالجة المعلومات غير اللفظية.

ولقد وجد ما يؤيد هذه النظرية - جزئيا - في دراسة باربيو و آخرون (Baribeau et al , 1997) عندما وجد أن سيطرة المجال البصري الأيمن أو الأيسر تتلاشى عندما يعرض على المفحوصين مهام متزامنة، و ربما يعزى ذلك إلى أن النصف الكروي المعني بمعالجة هذه المعلومات يكون محملا بعبء زائد، و عموما فإن هذه النظرية لم توضح كيفية تأثير العوامل الإنتباهية في التخصص الوظيفي

للنصفين الكرويين للمخ ، كما لم توضح عند أي حد تؤثر المهمة المتزامنة في النشاط و تصبح عبئا زائدا على النصف الكروي للمخ .

2-3-2-3- النظرية التكاملية للنصفين الكرويين بالمخ :

تفترض هذه النظرية أن هناك طبيعة تكاملية للنصفين الكرويين للمخ ، و أنهما لا يعملان بمعزل عن بعضهما ، بل يعملان كمنظومة فائقة التكامل عند تقديم نمطين مختلفين من المعلومات يتوافق أي منهما على نصف كروي محدد ، عندها يحدث توزيع لعبء التجهيز و المعالجة فيما بينهما و يبدو أن هذا الاتجاه التكاملية أقرب إلى الواقعية ، بل إن التكامل الوظيفي للنصفين الكرويين للمخ ربما يكون واقعا لا محالة ، و لذا يمكن القول أنه لا يوجد أداء مهما كان بسيطا نتاج نصف كروي واحدا بالمخ ، بل يمكن القول أن أداء الفرد يغلب عليه بصفة عامة توزيع النصفين الكرويين الأيمن و الأيسر للمخ.

(عبد الواحد ، 2007 ، ص 25)

2-3-2-4- النظرية الوراثة :

تشير هذه النظريات إلى وجود جين سائد (Gene Dominant) يحدد استخدام اليد اليمنى ،وجين منتج (Récessives) يحدد استخدام اليد اليسرى ، ويرى كينسبورن أن الأطفال يولدون و عملية التخصص قائمة بالفعل ، و أنو لا يحدث أي تطور لاحق لهذه العملية ، أي أن الأمر محدد وراثيا.

2-3-2-5- النظرية البيئية :

تؤكد النظريات البيئية على كل من دور السلوك و تدعيمه بالنسبة لتفضيل استخدام أحد اليدين و تتضمن هذه النظريات ما يلي : نظرية السيف و الدرع ، نظرية الأم الطفل و نظرية الضغوط الوالدية . (أفت ، 2014 ، ص ص 90-91)

2-3-3-3- النماذج المفسرة للهيمنة الدماغية :

2-3-3-1- نموذج ماكلين (MaClean) :

من النظريات التي اهتمت بالدماغ وتفسير حدوث التفكير و التعلّم به ، نظرية الدماغ الثلاثية (Triune Brain) لماكلين MaClean عام 1952 ، وتفترض هذه النظرية ثلاثة أدمغة متداخلة، وفي كل جزء يتم التعلّم بطريقة معينة ، فهناك الدماغ العقلاني(التبريري) ، وهناك الدماغ المتوسط، والدماغ الفطري.(رواشدة ، و آخرون ، 2010 ، 362)

- حيث وضع هذا العالم نموذجا ثلاثيا يمثل ثلاث أدمغة تشكل فيما بينها دماغ الإنسان هي :
- دماغ الزواحف : و يختص بالحاجات البيولوجية ، الطعام والشراب ، الأمن والسلامة.
- دماغ الثدييات : و يختص بالشعور ، المهارات اللطيفة، الشم، الذوق، الانفعال.
- الدماغ الإنساني العاقل : ويختص بالتفكير، التصور، التعلّم.

الشكل رقم 7 : نموذج ماكلين الثلاثي



لمصدر : (فمام ، 2020 ، ص 19)

2-3-3-2 نموذج روجر سبيري (Sperry) :

أثبت العالم الأمريكي روجر سبيري (Sperry) سنة 1960 من خلال نظرية النصفين الكرويين للدماغ (Towy Hemispheres Brain Theory) أن كل نصف من الدماغ متخصص في أعمال و وظائف معينة و قد نال بذلك جائزة نوبل ، فبناء على الدراسات الفسيولوجية و النفسية المتعلقة بالمخ و أنماط معالجة المعلومات وفقا لنموذج سبيري يوجد لدينا نمطان شائعان هما النمط الأيمن و النمط الأيسر، وفي حالة عدم سيطرة أي من النصفين الكرويين لدى الفرد يقال أنه من النمط المتكامل. (بلکرد ، 2017 ، ص 87)

الشكل رقم 8 : نموذج سيبري للدماغ

نظرية سيبري

تلخيص 7

اكتشف روجر سيبري عام ١٩٦٠م أن لكل من نصفي الدماغ الأيمن والأيسر عمل خاص به ونال سيبري جائزة نوبل على اكتشافه يبدو نفا كرة المخ متماثلان في الوظائف الحيوية. ولكل من نصفي الدماغ خصائص وظيفية خاصة به حسب تقسيم روجر سيبري وهي كالتالي:

الجانب الأيسر	الجانب الأيمن
منطقي	عاطفي
تحليلي	مرن
فاقد للإبداع	روحاني
عقلاني	خيالي
شفهي	بصري
عملي	تفكيري
متصلب الرأي	مرح
علمي	فني
يهتم بالتفاصيل	شمولي

القص الأيمن القص الأيسر

دورات
التصانيف
ACD

للتسجيل في الدورات
زورنا على صفحتنا الرسمية
facebook.com/whatscourses

المصدر : (مناري وبوراس ، 2021 ، ص 31)

2-3-3-3 نموذج نيد هيرمان (Ned Hermann) :

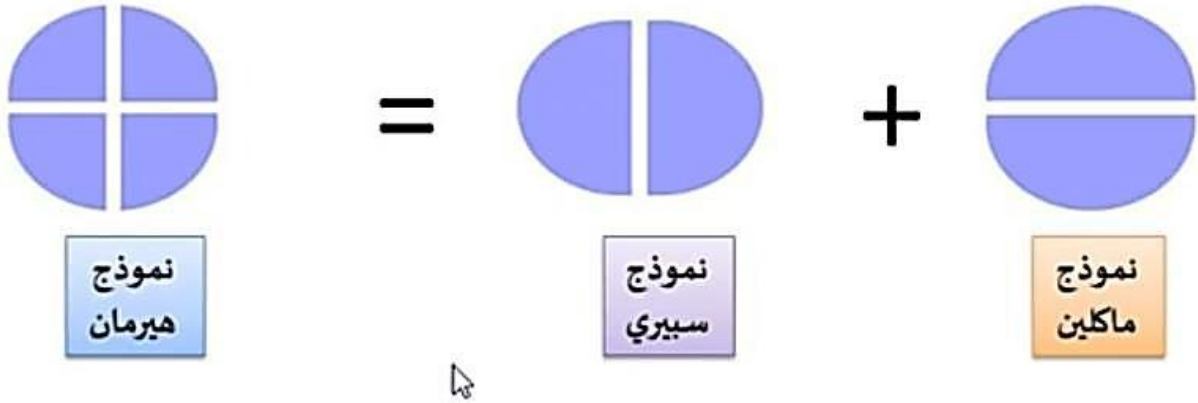
قدم هيرمان نموذجاً طور به نتائج البحوث الطبية العصبية ووضح أن الدماغ يتكون من أربع أقسام أو مناطق مترابطة وهو بالطبع تقسيم رمزي وكل منطقة تختص بطريقة معينة لعمل المخ ، والمناطق الأربعة تعمل سوية لتشكيل "الدماغ الكلي" كما أن هناك منطقة واحدة أو أكثر تكون لها السيادة أو الهيمنة أو السيطرة على السلوك الإنساني.

وقد ميز هيرمان كل منطقة من المناطق الأربعة وأعطاهما لوناً خاصاً وقد بدأ من اليسار إلى اليمين (عكس عقارب الساعة) فسمي المنطقة الأولى "A" وأعطاهما اللون الأزرق وتمثل القسم الأيسر العلوي والمنطقة الثانية "B" أعطاهما اللون الأخضر وتمثل القسم الأيسر السفلي من الدماغ والمنطقة الثالثة "C" من الدماغ وأعطاهما اللون الأحمر وتمثل القسم الأيمن السفلي من الدماغ والمنطقة الرابعة "D" وأعطاهما اللون الأصفر وتمثل القسم الأيمن العلوي من الدماغ . (Armstrong , 2000 , p 230)

الشكل رقم 9 : نموذج هيرمان للدماغ

النموذج الرمزي الرباعي للدماغ

تطور نتائج البحوث الطبية إلى النموذج الرمزي الرباعي للدماغ



المصدر : (تماسيني ، ويكي ، 2022 ، ص 26)

2-3-3-4 أنماط الهيمنة الدماغية في ضوء نظرية الدماغ الكلي لهيرمان :

حسب مصطفى قسيم الهيلات (2015) تعد نظرية الدماغ الكلي (Whole Brain Theory) لنيد هيرمان واحدة من النظريات التي تسلط الضوء على مجموعة من العمليات الديناميكية ، وتزيد الوعي وفهم النفس والأخرين وتساهم في التطور المجتمعي والمؤسسي ويرى هيرمان أن طريقة تفكيرنا المفضلة تؤدي الى استخدام جزء واحد من الأجزاء الأخرى ، ويؤدي هذا الى تطور ذلك الجزء من ناحية النشاط العقلي ، فتكنولوجيا الدماغ الكلي تعطينا الأساس لقياس درجة السيطرة الناتجة عن الأجزاء الأربعة للدماغ (الهيلات ، 2015 ، ص 51)

ويشير بلكرد (2017) أن نظرية الدماغ الكلي لهيرمان قدمت مفهوماً آخر لفهم وظائف الدماغ من خلال النموذج الرباعي للدماغ الذي يعتبر تفسيراً مجازياً لأنماط التفكير، وتفضيلات لأنماط المعرفة لدى الإنسان، ويعرض النموذج الكلي للدماغ أربعة أساليب أو أنماط للتفكير هي :

نمط التفكير المرتبط بالجزء الأيسر العلوي من الدماغ و يرمز له بالنمط A

نمط التفكير المرتبط بالجزء الأيسر السفلي من الدماغ و يرمز له بالنمط B

نمط التفكير المرتبط بالجزء الأيمن السفلي من الدماغ و يرمز له بالنمط C

نمط التفكير المرتبط بالجزء الأيمن العلوي من الدماغ و يرمز له بالنمط D

اوضح هرمان أن لكل إنسان تفضيلاً أساسياً واحداً على الأقل ، أي يهيمن على تفكيره أحد الأنماط الأربعة A أو B أو C أو D ، وهذا لا يعني أن الشخص لا يستخدم بقية الأنماط بل على العكس فهو يستخدم جمع الأنماط بنسب معينة وحتى لو غلب على أحد الأشخاص أنه منطقي تحليلي فليس بالضرورة أن تكون كل صفات ذلك النمط فيه ، فقد يوجد أحدها و ينعدم الأخر و قد توجد صفة أخرى بنسب معينة و هذا ما يسمى بنظرية العقنود الشخصي ، و فكرة العقنود الشخصي تشير الى أن الإنسان يأخذ من كل نمط من الأنماط الأربعة نصيباً أو عدداً من الصفات و يسمى مجموع الأعداد بالعقنود الشخصي. (حسين ، و طارق ، 2013 ، ص 129) ، حيث عرف هيرمان الخصائص و الصفات التي تميز كل قسم من أقسام الدماغ الأربعة مثلما وردا في (بالكرد ، 2017 ، ص ص ، 90-93) و (بدر الدين ، و حسين ، 2017 ، ص ص 230-232) على النحو التالي :

- النمط A :

يصطلح عليه هيرمان بالنمط المعتمد على الحقائق Fact-Based أو التحليلي أو العقلاني أو النظري أو الخارجي ، وأهم خصائصه أنه :

- **منطقي Logical** : قادر على الاستدلال الاستنتاجي من معلومات وبيانات سابقة.
- **عقلاني تبريري Rational** : يحدد الخيارات على أساس العقل وليس على أساس العاطفة.
- **حقائقي Factual** : يحب العمل مع الحقائق، ويتعامل معها بدقة وطرق مدروسة.
- **نظري Theoristic** : يهتم ببناء النظريات وفحصها وتقييمها
- **واقعي Realistic** : يهتم بالأمور الواقعية ولا يهتم بالأمور التي قد تحدث في المستقبل.
- **تحليلي Analytical** : قادر على تجزئة الأفكار واختبار مدى الملائمة فيما بينها.
- **كمي Quantitative** : يتوجه نحو العلاقات العددية ويميل إلى معرفة القياسات الدقيقة.
- **رياضي Mathematical** : يدرك الأرقام ويفهمها وقادر على معالجتها.
- **نقدي Critical** : يمارس أو يضمن أحكاماً وتقيماً بعناية ، كالحكم على معقولية فكرة ما.
- **تقني Technical** : يفهم ويطبق المعرفة العلمية والهندسية.

• **مالي Financial** : كفاء في توجيه قضايا كمية ترتبط بالتكلفت والميزانيات والاستثمارات. وبناء على هذه الخصائص فإن الشخص الذي يفضل طريقة التفكير المرتبطة بالجانب الأيسر العلوي للدماغ سوف يميل إلى حل المشكلات ومعالجتها بطريقة منطقية تستند إلى الدقة ، ولن تظهر العاطفة في معالجة المشكلات ، وبالتالي فإن عملية تقييم الحقائق مهمة بالنسبة إليه.

- **النمط B :**

ويصطلح عليه هيرمان بالنمط المحكوم والموجه **Controlled** أو المخطط والمنظم أو التسلسلي أو الإجرائي ، وأهم خصائصه:

- تسلسلي **Sequential** : يتعامل مع الأشياء والأفكار واحدة تلو الأخرى أو بالترتيب.
 - منظم **Organize** : يرتب المفاهيم والأشياء والعناصر في علاقات مترابطة منطقي أ.
 - تفصيلي **Detailed** : يهتم بمفردات أو أجزاء الفكرة أو المشروع.
 - مخطط **Planner** : يشكل الأساليب أو المعاني لتحقيق نهاية مرغوبة قبل البدء في التنفيذ.
 - إجرائي **Procedural** : يتبع إجراءات ومعايير محددة في عمل الأشياء.
 - محكوم و موجه **Controlled** : مقيد ويتحكم في مشاعره نحو الآخرين.
 - محافظ **Conservative** : يميل إلى الاستمرارية في الأفكار والأوضاع المثبتة والتقليدية.
 - محدد البنية **Structured** : يهتم بالمحتوى المحدد والمبني بشكل جيد.
 - غير مخاطر **Risk-Avoiding** : يتجنب المخاطرة ويفضل العمل في البيئة الآمنة.
 - زمني **Timely** : ينجز المهمات بالوقت المحدد
- و بناء عليه فإن الشخص الذي لديه سيطرة للجزء الأيسر السفلي للدماغ سوف يميل إلى التنظيم والاحتفاظ بمتابعته للمعلومات الأساسية ، و يعتمد على التخطيط قبل تنفيذ أي عمل، ولديه أولوية بالنسبة للأمن.

- **النمط C :**

ويصطلح عليه هيرمان بالنمط المشاعري **Feeling** أو العاطفي أو الاجتماعي أو البين شخصي أو التفاعلي ، وأهم خصائصه أنه :

- بين شخصي **Interpersonal** : يستطيع بسهولة تطوير علاقات طيبة ذات معنى مع مختلف الناس ويتعلم بشكل أفضل بمشاركة الآخرين والتعاون معهم.
- عاطفي **Emotional** : يمتلك مشاعر من السهولة إثارته وظهورها لديه.
- حسي حركي **Kinesthetic** : يتعلم باستخدام حواسه باللمس والسمع والشم والتذوق والنظر والحركة.
- رمزي **Symbolic** : يستخدم الأشياء والعلاقات والإشارات كتمثلة للأفكار وفهماها.

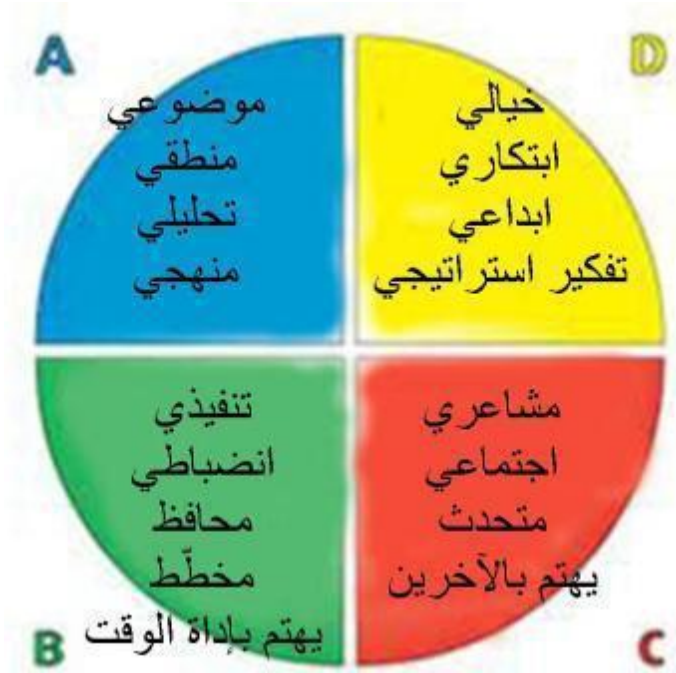
- **فني Artistic** : يستمتع أو أنه ماهر في التلوين والرسم والموسيقى والنحت، وقادر على تنسيق اللون والتصميم والبنية لإحداث آثار سارة.
 - **روحي Spiritual** : يتعامل مع الروح بانفصال عن الجسد أو عن الأشياء المادية.
 - **تعبيرى Expressive** : يعبر عن نفسه ومشاعره وآرائه وأفكاره.
 - **شعوري Feelin** : يعبر عن مشاعره ويعرف مشاعر الآخرين وآرائهم ويحترمها.
 - **داعم Supportive** : يبذل الفرد المشارك معه بنقاط القوة في سلوكه ويعلمه ما تعلمه.
 - **لفظي Verbal** : لديه مهارات تحدث جيده؛ وضوح وفعالية بالمفردات.
 - **قارئ Reader** : يقرأ على الغالب ويستمتع بالقراءة.
 - **كاتب Writer** : يتواصل بوضوح مع الكلمات المكتوبة ويستمتع بها.
- وبناءً عليه فإنّ الشخص الذي يميل إلى تفضيل نمط التفكير المرتبط بالجزء الأيمن السفلي من الدماغ لديه تعاطف مع الناس والأحداث ، ويمتلك القدرة على قراءة لغة الجسد والاستمتاع بالتفاعل مع المجتمع الذي يحيا فيه

- النمط D :

- ويصطلح عليه هيرمان بالنمط المتفتح الدماغ Open-Minded أو الابتكاري والتكاملي أو التحليلي أو التخيلي أو الداخلي، وأهم خصائصه :
- **بصري Visual** : يتعلم بمشاهدة الصور والرسومات والمخططات والعروض العملية.
 - **شمولي كلي Holistic** : يدرك ويفهم الصورة الكلية دون الرجوع إلى العناصر الجزئية للفكرة ، أو المفاهيم أو السياق.
 - **ابتكاري Innovating** : يبتكر أفكاراً وطرقاً وأدوات جديدة
 - **تخيلي Imaginative** : يكون صوراً عقلية لأشياء غير محسوسة على الفور، أو أنها لن تدرك كلية في الواقع ، وقادر على مواجهة المشكلات والتعامل معها بطرق جديدة.
 - **تكاملي Integrative** : يركب قطع وأجزاء وعناصر الأفكار والأوضاع إلى كل موحد.
 - **مفاهيمي Conceptual** : يتخيل أفكاراً وآراء لتوليد أفكار مجردة من أمثلة محددة.
 - **تركيبى Synthesizer** : يوحد الأفكار، والعناصر، والمفاهيم المنفصلة في شيء جديد.
 - **تزامني Simultaneous** : يعالج في نفس الوقت أكثر من مدخل عقلي.
 - **حدسي Intuitive** : يعرف شيئاً ما دون التفكير به بشكل معلن ، ويمتلك فهماً ثابتاً دون الحاجة إلى حقائق وبراهين.
 - **مستكشف ذاتي Self-discovery** : يستكشف المعلومات بنفسه.
 - **مبادئ ومبادرات Initiative** : مبادر في عمل الأشياء من تلقاء نفسه.

- إبداعي Creative : يمتلك أفكاراً غير اعتيادية وابتداعية، وقادر على تجميع الأشياء مع بعضها بطرق جديدة وتخيلية.
 - مخاطر Risk-Taking : يفضل بيئة العمل التي تحتوي على المخاطر.
- والفرد الذي لديه تفضيل للجزء الأيمن العلوي من الدماغ سوف يميل إلى رؤية الأشياء بطريقة كلية وليس جزئية ، ولا يميل إلى الالتزام بالقوانين ، ويعتمد على الإحساس والعاطفة وليس على المنطق في مواجهة المشكلات.

الشكل رقم 10 : تصنيف نيد هيرمان للأنماط التفكير



الخلاصة :

لكل فرد مخ فريد من نوعه ، وهو قادر على التعلم واكتساب الخبرة وتحليل المعلومات وحل المشكلات خلال المواقف السلوكية بما يتماشى مع هذا التفرد ، فإذا توافرا للفرد الظروف المناسبة لتكوينه الدماغى تبعاً لنمط السيطرة الدماغية له فتزداد قدرته على التعلم باستثارة خلاياه العصبية ، وتشكيل اكبر عدد من الوصلات العصبية ، ويحدث التواصل بين تلك الوصلات والأعصاب مكونة ما يسمى بالشبكات العصبية ، فيحدث ما يسمى بالتعلم المستند إلى الدماغ. (بدر الدين ، و حسين ، 2017 ، ص 233)

الفصل الثالث

القوة الانفجارية في

الكراتي دو



تمهيد :

يرى العلماء أن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على تنمية بعض الصفات البدنية الأخرى، كالسرعة التحمل ، الرشاقة ، كما يرى خبراء الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية إن الأفراد الذين يتميزون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية في القدرة البدنية العامة ويمكن تعريف القوة بأنها قدرة العضلة في التغلب على المقاومات المختلفة (خارجية، داخلية) ومقاومتها . (البسيوني ، و الشاطي ، 1991 ، ص 171)

وعموماً ترتبط القوة العضلية بالعديد من عناصر اللياقة البدنية الأخرى ، ما يسمى بالصفات المركبة ، حيث ترتبط القوة بالسرعة وتدعى الصفة المركبة هنا بالقوة المميزة بالسرعة أو القوة الانفجارية ، حيث تعتبر القوة الانفجارية واحدة من القدرات البدنية المهمة التي ارتكز عليها الأداء في العديد من مهارات الأنشطة الرياضية المختلفة ومنها رياضة الكراتي دو والتي تتطلب حركات القفز والوثب والرمي ، وتمثل قدرة اندماج القوة العضلية و السرعة .

ونظراً لأهمية القوة الانفجارية في المجال الرياضي وارتباطها بكثير من الألعاب الرياضية أصبحت من الركائز المهمة التي تستخدم لتدريب الرياضيين وذلك لكي تساعد في تطوير أدائهم الرياضي.

3-1- القوة العضلية :

3-1-1- تعريف القوة العضلية :

تعددت مفاهيم القوة من عالم الى آخر، فقد عرفها هارا (Harra) بأنها " أعلى قدرة من القوة يبذلها الجهاز العصبي والعضلي لمواجهة أقصى مقاومة خارجية ، فالقوة العضلية تعتبر أهم الصفات البدنية لما لها من فعالية كبيرة في الحياة العامة وفي مجال التربية البدنية والتدريب الرياضي خاصة ، الأمر الذي دعا الكثير من الباحثين في هذا المجال الى جعلها موضوع لدراساتهم وأبحاثهم أمثال هارا (Harra) ، كلارك (Clark) ، بيوتشر (Biocher) ، كروز (Krouz) (" عبد البصير علي ، 1999 ، ص 93) ، كما عرفها شاركي 1984 (Sharkey) على أنها " أقصى جهد يمكن إنتاجه لأداء انقباض عضلي إرادي واحد" ، حيث أن كلمة إرادي تعبر عن مدى سيطرة وتحكم الجهاز العصبي في القوة العضلية ، وهذا يعني أن العضلة يمكن أن تنقبض بطريقة لا إرادية مثل ما يحدث عندا التنبيه الكهربائي للعضلة . ويؤكد لامب 1984 (Lamb) على أن القوة العضلية هي " أقصى مقدار للقوة يمكن للعضلة أدائه في أقصى انقباض عضلي واحد". (عبد الفتاح وسيد ، 2003 ، ص ص 83-84)

في حين عرفها زاتسيورسكي (Zatsiorsky) بأنها " قدرة العضلة في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية أو مواجهتها" (إبراهيم سلامة ، 1994 ، ص 236).

أما ثاكستون (Thaxton) فقد عرفها بأنها " المقدرة أو التوتّر الذي تستطيع عضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها ضد مقاومة في أقصى انقباض إرادي واحد لها" (حماد ، 2001 ، ص 167).

ويعرفها شتيلر (Shtiehler) 1973 بأنها "إمكانية العضلة أو مجموعة من العضلات في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية . (بسطويسي ، 1999 ، ص 113)

وفي ضوء هذه التعريفات يمكن أن يتحدد مفهوم القوة العضلية في النقاط التالية :

- أن القوة العضلية هي المحصلة الناتجة عن أقصى انقباض عضلي دون تحديد الثابت أم المتحرك.
- أن يكون الانقباض ذا درجة قصوى ويؤدى لمرة واحدة.
- أن يكون الانقباض إراديا أي تحت سيطرة الجهاز العصبي الإرادي.
- أن ترتبط القوة بوجود مقاومة تواجهها سواء كانت هذه المقاومة متمثلة في ثقل خارجي أم ثقل الجسم نفسه أم مقاومة منافس أم مقاومة الاحتكاك. (عبد الفتاح وسيد ، 2003 ، ص 84)

3-1-2- أنواع القوة العضلية :

لقد قسم علماء التدريب القوة العضلية إلى :

- القوة القصوى : تعرف بأعلى قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرة واحدة . (بسطويسي ، 1999 ، ص 116)

- القوة المميزة بالسرعة : هي قدرة الجهاز العضلي العصبي على التغلب على المقاومات بانقباض عضلي سريع . (أبو عبيدة ، 2001 ، ص 77)

- **تحمل القوة** : يقصد بتحمل القوة القدرة على الاحتفاظ بمستوى عالي من القوة لأطول فترة زمنية ممكنة في مواجهة التعب ، و أداء أكبر عدد ممكن لتكرارات التمرين أو الانقباض العضلي الثابت لمواجهة مقاومة خارجية بمستوى عالي من القوة لأطول فترة زمنية ممكنة ، و يظهر تحمل القوة في الأنشطة ذات الحركة الوحيدة المستمرة كالجري و السباحة و التجديف و الدرجات ، كما يظهر بشكل كبير في الجمباز و مختلف أنواع المصارعة .

و تختلف صفة تحمل القوة تبعاً لاختلاف نوعية الأنشطة الرياضية فقد تكون في بعض الأحيان قصيرة جداً و بمستوى عالي من الشدة مثل الجمباز و حركات المصارعة و غيرها ، و هناك تعتمد العضلات على نظام إنتاج الطاقة اللاهوائي الفوسفاتي ، و قد يستمر الأداء لفترة أطول نسبياً في بعض الأنشطة الأخرى فتعتمد على النظام اللاهوائي بنظام حامض اللاكتيك أو قد تكون لفترة طويلة فتعتمد على نظام الأكسجين أو النظام الهوائي . (عبد الفتاح ، 1997 ، ص 140)

3-2- القوة الانفجارية :

3-2-1- تعريف القوة الانفجارية :

عرف قيس عبد الجبار واحمد بسطويسي القوة الانفجارية بأنها " إمكانية المجموعات العضلية في تفجير أقصى قوة في أقل زمن ممكن ، وتعزيز على ذلك فهي القوة القصوى المنجزة اللحظية ، حيث نجدها متطلبة في لحظات معينة في الأداء المهاري الحركي كما هو في لحظة البداية عندا العدائين أو لحظة الارتقاء عند الوثب " . (عبد الجبار، وبسطويسي ، 1987 ، ص 343)

وحدد (الصمدي ، وأخرون ، 2011 ، ص 218) القوة الانفجارية بأنها " أقصى مقاومة يمكن التغلب عليها في فترة زمنية قصيرة " .

كما عرفها محمد أحمد عبد الخليل بأنها " قدرة العضلة في التغلب على مقاومات باستخدام السرعة الحركية العالية أو بمعنى آخر هي اخراج أقصى قوة في أقل زمن ممكن " . (عبد الخليل ، 1999 ، ص 22)

3-2-2- العوامل المرتبطة بالقوة الانفجارية :

ذكر أبو العلا أحمد عبد الفتاح أن من أهم العوامل المرتبطة بالقوة الانفجارية :

- التوافق العصبي داخل العضلة بين الألياف و التوافق العصبي داخل العضلة من أهم العوامل المرتبطة بالقوة الانفجارية.
- أما بالنسبة للمقطع العرضي للألياف أو التضخم العضلي فيرتبط بالقوة الانفجارية تبعاً لنوع النشاط الرياضي ، ففي بعض الأنشطة التي تتطلب مواجهة معلومة كبيرة من عدو المسافات القصيرة أو الوثب العالي أو الطويل أو القفز بالزيادة يمثل الجسم مقاومة كبيرة تتطلب زيادة في المقطع العرضي للألياف أو زيادة في التضخم العضلي.

- ترتبط القوة الانفجارية بدرجة إتقان الأداء المهاري ، فكلما ارتفعت درجة الأداء المهاري ارتفع مستوى التوافق بين الألياف و بين العضلات و تحسن التوزيع الزمني و الديناميكي للأداء الحركي ، و لذلك لا يحقق الرياضي مستوى عالي من القوة الانفجارية الا في حالة ارتفاع مستوى الأداء المهاري. (سالم ، 2013 ، ص 32)

3-2-3- التحليل البيو كيميائي للقوة الانفجارية :

تتعلق القوة الانفجارية بأعلى درجة من سرعة تحشيد الطاقة الكيميائية في العضلة و تحويلها إلى طاقة ميكانيكية.

لقد لوحظ عدم تعلق القوة المقاسة بمحلول الفوسفات الثلاثي فقط ، بل بسرعة نشاطه في لحظة وصول المثريات الحركية و يسري إعادة بناءه و تكوينه مرة ثانية لتحديد سرعة نمو الشد العضلي عند ارتباطه بالقوة الانفجارية ، تلعب سرعة بناء و تكوين الطاقة بواسطة حامض الفوسفات الثلاثي في الوحدة الزمنية دورا أساسيا. إن عدد الجزيئات المتقدمة لحامض الفوسفات الثلاثي لا تصل حددها الأقصى ، و ذلك لأن العمليات الكيميائية للهدم و البناء يجب أن تتم بسرعة فائقة.

إن إعادة بناء حامض الفوسفات الثلاثي أثناء التدريب على الحركات الثلاثية (الحركات غير المتشابهة و التي لا تعيد نفسها) تتم بالدرجة الأولى من خلال حالة الطاقة التي ترتبط بالتحلل الذي يحدث في دورة حامض الكراتين فوسفور ، أما في التمارين ذات الصفة الثانية (الحركات التي تعيد نفسها) التي ترتبط بالعمل المستمر يتم إعادة بنائه نتيجة لدورة حامض الكراتين فوسفور المرتبط مع فوسفور الغلوكوز و التأكد الميكانيكي. (خريط ، 2014 ، ص ص 190-191)

3-2-4- تنمية القوة الانفجارية بالتدريب البليومتري في الكاراتيه:

يعد التدريب البليومتري أحد أنواع التدريب التي تسهم في تحسين بعض القدرات البدنية و التي من أهمها القوة القصوى و القدرة الانفجارية ، فهو أحد أساليب التدريب المؤثرة التي تستخدم في تنمية القدرة الانفجارية ، ويتم من خلال التدريب البليومتري الاستخدام الأمثل لمخزون الطاقة المطاطية في العضلات العاملة و يعرف ذلك بدورة الإطالة و التقصير. (نصر الدين سيد ، 1993 ، ص 114)

لقد استخدم كثير من المدربين من بلدان مختلفة اسلوب التدريب البليومتري ، حيث حققوا به نتائج جيدة في بعض الرياضات القتالية كالكاراتيه ، و الجيدو ، كذلك بعض الرياضات الجماعية ككرة اليد ، الكرة الطائرة ، وألعاب القوى وغيرها . ويؤكد " راد كليف و فرنسوا (1985) عن أهمية التمرينات البليومترية التي تعمل جنبا الى جنب مع مستوى التكتيك الجيد على تقدم مستوى إنجاز الفعاليات و المهارات الرياضية المختلفة.

كما يرى " ماتي ديورا (1988) أهمية التمرينات البليومترية من خلال تحسينها لكل من عنصري القوة العضلية و السرعة في وقت واحد ، أما البسطوسي (1999) فيرى بأن التدريب البليومتري هو مجموعة من التمرينات صممت من أجل تنمية القوة المطاطية العضلية من خلال ما يعرف بدورة الإطالة و التقصير و طريقة خاصة لتنمية القوة المميزة بالسرعة التي تحتل أهمية قصوى. (شنوف ، 2016 ، ص 54)

يشير شو (Chu , 1999) إلى أن تمارينات البليومتري الخاصة بالرجلين تشمل الأنواع التالية :

- الوثب في المكان.
- الوثب من الوقوف أو من الثبات.
- حجلات و وثبات متعددة.
- الجري بخطوات واسعة.
- تمارينات الصناديق.
- الوثب العميق. (بشريف خلادي ، 2020 ، ص ص 20 - 21)

3-2-5- أهمية القوة الانفجارية في رياضة الكراتي دو :

تتضح أهمية القوة الانفجارية في رياضة الكاراتيه وخاصة في الكوميتيه والذي يعتمد كثيرا على الرجلين أثناء الأداء ، حيث يتطلب من اللاعب أداء الركلات بقوة وسرعات عالية في أقل زمن ممكن ، بالإضافة إلى أن مهارات الركل (مواشى جيري ، أورامواشى جيري) تتطلب توافر عنصر القوة الانفجارية ، والسرعة الحركية ، المرونة ، والتوازن كما أنه من خلال قانون رياضة الكاراتيه تحظى هذه المهارات بتقييم مرتفع وتحقق أعلى نقاط في المباراة فقد يؤدي اللاعب عدد من الهجمات الصحيحة باليدين (لكلمات) وتسجيل 6 نقاط كاملة وقد يقوم المنافس بتسجيل 6 نقاط أيضا من 2 محاولة ناجحة للهجوم بالرجلين (ركلات) ، فاللاعب الذي يجيد أداء الركلات فنيا ويمتلك المواصفات البدنية اللازمة لأداء الركلات كالقوة الانفجارية تزيد فرصه في تسجيل النقاط والفوز بالمباراة.

ويؤكد أحمد محمد خاطر وعلى فهمي البيك (2013) أن القوة الانفجارية لها أهمية واضحة ومحددة في كثير من الأنشطة الرياضية وخاصة الأنشطة ذات الطبيعة المتغيرة من حيث الأداء الحركي والتي تحتاج إلى القدرة على الانقباض في اللحظة المناسبة. (جمعة ، 2020 ، ص ص 12-13)

كما تعد القوة الانفجارية إحدى عناصر الإعداد البدني الخاص للاعب الكاراتيه في اختصاص الكاتا ، فهي تسهم إسهاماً فاعلاً في نجاحه وتحسين مستوى الإنجاز من خلال تأدية مهارة اللكمة المستقيمة (أوتسوكي ، وجياكو تسوكي) والركلات والتنقلات والوثبات في تخصص الكاتا (القتال الوهمي) .

ولما كان للقوة الانفجارية أهمية كبيرة في مجال لعبة الكاراتيه إذ أنها تمدنا بالعديد من الأسس والمفاهيم التي تبنى عليها عملية تطوير الأداء الرياضي لتحسين أداء الفرق الرياضية في مختلف المنافسات والبطولات. (الوصابي ، 2021 ، ص 157)

3-3- الكاراتي دو :

3-3-1- تاريخ الكاراتي دو :

تعود أصول لعبة الكاراتيه إلى الفنون القتالية القديمة و تحديدا إلى القرن الخامس الميلادي و تنسب إلى مؤسسها البوذي الهندي " Bodhidhrama " " بوديدارما " الذي انتقل من الهند إلى الصين و ذلك قصد التعلم في معبد الغابة الصغيرة أو " شاولين - سيزو Shaolin - Szu " , حيث كان يقوم بتدريب تلاميذه على أساليب اليوغا الضرورية لتتوير العقل ووحدة الجسم مع الروح . فقد وجد لهذا التمرين من العنف الذي لا يمكن لأولئك التلاميذ احتماله . و في محاولة منه لبناء قدرتهم على الاحتمال , فقد أدخل على برنامج التدريب تعديلاً يتمثل في إضافة شكل من أشكال فنون القتال الصينية المعروفة باسم كيمبو "Kempo" و قد تحقق الهدف المطلوب و الذي تحول إلى واحد من أعرق مدارس التدريب على فنون القتال في الصين . ثم انتقلت هذه الفنون إلى البلدان المجاورة و الجزر القريبة و خاصة جزر " أوكيناوا " و هي الجزيرة الرئيسية في الأرخبيل الياباني من بين سلسلة جزر " ريوكو " الممتدة بين اليابان و تايوان و لكن " أوكيناوا " كانت لديها فنونها الخاصة في القتال قبل أن تصلها أساليب " شاولين - سيزو " " Shaolin-Szu " . (قندوزان , 2009 , ص 42)

حسب مصادر أخرى فإن هنالك رواية تقول بأنه بعدما أصدر الحاكم " شوهاشيو " الذي كان يسيطر برجاله على جزيرة " أوكيناوا " باليابان تعليمات بعدم حمل السلاح في جزيرته حتى رجال الجيش ما لم يكن في مهمة قتالية ولكن لا بأس بأن يحمله رجال الحرس ليرهبو به من يتطاول على أوامره من أهل الجزيرة , و قد كان هذا الأمر صورة لمدى الذل الذي يعانیه الشعب الاوكيناوي خاصة رجال الدين الامر الذي دفعهم إلى التفكير في وسيلة يستطيعون من خلالها القيام بالدفاع عن أنفسهم , فقام الشعب الاوكيناوي بالتدريب فوق الجبال على نوع معين من القتال بدون استعمال السلاح من خلال تأملهم و مراقبتهم للحيوانات و الطيور و كيفية دفاعهم عن أنفسهم و حولوا أيديهم و أرجلهم لأدوات قتال شديدة يستطيعون من خلالها ان يقابلوا السلاح الحقيقي في يد الخصم . (قندوزان , 2009 , ص 43) .

انتشرت فنون " تي " القتالية عندما حظرت السلطات على سكان " أوكيناوا " حمل أو استخدام الأسلحة , و عندما وصلت فنون " كيمبو " القتالية إلى " أوكيناوا " كان الاسلوب الياباني في القتال " تي " قد امتزج مع الفنون الصينية للخروج بفن جديد عرف باسم " تانغ هاند " "Tang Hand"

أما عن مصطلح الكاراتيه " Karaté " فلم يستخدم إلا في مطلع القرن العشرين , ففي عام 1922 قرر كبار الخبراء في مدينة " أوكيناوا " الكشف عن فنونهم القتالية و كان من بينهم رجل يدعى " غشين فينا كوشي " المولود عام (1869) ب " سيربي " في " أوكيناوا " , حيث دعا هذا الأخير و هو من مناصري " التانغ هاند " لتقديم عرض لمهارات هذا النوع من فنون القتال في اليابان , كما كان يتقن اليابانية , حيث دمج " Ju-jitsu "

مع مهارات فنون " التانغ هاند " بالإضافة إلى فن " الجيو-جوتسي " في شكل جديد من أشكال فنون القتال أطلق عليه اسم " الكاراتيه " .

ذاع صيت المعلم العبقري فيناكوشي في كامل أنحاء اليابان و خارجه , وحظي بمعرفة أعلى المسؤولين عن الرياضة هناك , فأصبح يدرس فلسفة و علوم الفنون القتالية في مختلف الجامعات , و أصبح له طلبة جادون يحظون بعلاقة وثيقة معه , وأشهرهم " أوتسيكا " , " وباتا " , " ماتسيموتوا " " تاكاجي " و " أوتاك " , خلال عام 1936 أسس " فيناكوشي " في مدينة " طوكيو " أول مدرسة تعتمد أسلوبه الخاص الذي أضفاه على هذه الفنون الرياضية و سميت ب " شوتوكان " , و معناه الحرفي مدرسة الكراتي . (سبع , 1993 , ص) .

3-3-2- انتشار الكاراتي في الجزائر:

يرجع ظهور الكاراتيه في الجزائر خلال الحقبة الاستعمارية سنة 1959م حيث ان الجمعية اليابانية للكاراتيه أرسلت الخبير كازي كمبعوث لها الى جنوب إفريقيا لنشر ثقافة الفنون القتالية اليابانية و بالأخص الكاراتيه , هذا الأخير لم يستطع التأقلم مع الوضع العرقي السائد آنذاك المتمثل في التمييز العنصري مما اجبره الى العودة الى فرنسا , خلال هذه الفترة بالتحديد مارس المعمرون رياضة الكاراتيه دو بصفة حصرية , حيث كان التدريب يقتصر على رجال الشرطة الفرنسية الدرك و الجيش من اجل استعماله كوسيلة للدفاع الذاتي مع الجزائريين . من بين الممارسين الأستاذ " موراكامي (شوتوكان) كان من بين اول من نظم تربيص للمعمرين سنة 1959 م في قاعة المعمر لوسين فارني ثم سنة 1964 م .

في سنة 1961م جيم الشيك قدم الى الجزائر من طرف الجيش الفرنسي بهدف محاربة منظمة الاواس و نظم عدة تربيصات و علم لوسين فارني مزيج من الايكيدو و الجودو و الكاراتيه التي تعلم تقنياتها في اليابان , وقد توفي لوسين فارني عام 1962م فيما يعرف بأحداث الجزائر بعد أن أسس رفقة بعض المعمرين الأكاديمية الرياضية للفنون القتالية . (لغريب فيصل , 2015 , ص ص 6 , 7)

بعد الاستقلال دمج فن الكاراتيه الى فدرالية الجودو التي أنشأت عام 1963م و كان الكاراتيه ممثل بلجنة يرأسها علي راشداوي بحسب تصريحات قدماء الممارسين و كانت ممارسة الكاراتيه تمارس على شكل فن دفاع عن اكثر منه كراتيه كما في الوقت الحالي و كانت قاعة لوسين فارني الوحيدة ذلك الوقت .

سنة 1964م تحصل سالم راشد على الحزام الأسود درجة أولى و كان اول الجزائريين حصولا على هذه الدرجة , حيث فتح بعدها قاعة خاصة به تحت اسم الشباب الرياضي المسلم الجزائري (ش.ر.م.ج) بمساعدة علي رشداوي و بقي الكاراتيه غائبا على الساحة الوطنية إلى غاية سنة 1969م .

اول مشاركة للجزائريين في التربيص الدولي كان سنة 1967م بفرنسا تحت اشراف الخبير كازي و هذا ما يفسر طغيان فن الشوتوكان في بلادنا .

خلال هذه الفترة تحصل السيد بن ساسي من قسنطينة على الدرجة الأولى في سانترافانيل بنيس تحت اشراف كازي , بعدها بسنتين 1969م تحصل على نفس الرتبة مجموعة من الجزائريين منهم السيد ولد حمودة أحمد ,

لطرش مولود خدام , والي محفوظ , السيد رقيبة من وهران استقر بفرنسا و تابع التدريبات في مدرسة هنري بلي عن طريق المدرب كازي .

كل من تحصل على الحزام الأسود فتح كل على حدا قاعة تدريب , و في خضم هذه الديناميكية و انتشار الكاراتيه أقيمت أول بطولة وطنية للكاراتيه سنة 1969م في قاعة الأطلس بالعاصمة سرعان ما توقفت نتيجة الإصابات و غياب القوانين الرياضية نتيجة اختلاف الاسلوب القتالي بين الممارسين و ضعف التنظيم .

1970م عمر مشحود من سكيكدة يتحصل على الدرجة الاولى , وكل من مولود لطرش و علي رشداوي يتوجهون الى اليابان .

1975م اول لقاء ودي بين الحاصلين على الحزام الاسود في شكل فريق وطني مع الفريق الاسباني في قاعة الاطلس .

1976م عمر مشحود يستضيف لأول مرة في الجزائر الأستاذ كازي أين قام بأول تريض في الساحة العمومية طريق داكارا بالعاصمة مع اجتياز اختبارات الحزام البني , و بعدها زار عدة خبراء في اللعبة في إطار التبادل الثقافي للجزائر .

وكان المسؤول عن لجنة التمثيل الجزائرية السيد هني فريد و الذي ناضل من اجل إنشاء أول فدرالية جزائرية للكاراتيه و كان له ذلك في 04 جانفي 1984م تحت رئاسة الطبيب برشيش عبد الحميد . (لغريب فيصل , 2015 , ص ص 7 , 8)

أسس أول منتخب وطني سنة 1982 م و اول مشاركة له في بطولة العالم كانت سنة 1983م في القاهرة , و في 04 جانفي 1984 تأسست الفدرالية الجزائرية للكاراتيه " fak " ترأسها السيد برشيش عبد الحميد و التي أصبحت تسمى فيما بعد " fakt " وهذا بعد اندماج رياضة التايكواندو تحت لوائها , وتميزت فترة ما بعد التأسيس بإعطاء دفع جديد لهذه الرياضة , حيث كانت السياسة المتبعة من طرف المسؤولين عن هذه الرياضة هي وضع حد للهامشية والفوضى و إعادة النظر في الشهادات المتحصل عليها في الخارج.

كما تميزت هذه المرحلة باللامركزية حيث أقيمت عدة تريضات وطنية لرفع المستوى في كامل أنحاء البلاد بحضور خبراء أجانب و من مميزات هذه الفترة أيضاً ظهور هذه الرياضة على الساحة الوطنية و انتشارها بقوة حيث أصبحت تملك عددا هائلا من الممارسين . (العيداني و محمد , 2007 . ص 18) .

و عرف الكاراتيه في الجزائر أوج تطورها خلال عهدة السيد شريف تيفاوي , فقد وفق في دفع هذه الرياضة إلى مستوى عالي جداً , و من بين الألقاب الدولية التي أحرزت عليها بلادنا نذكر منها اللقب الذي أحرز عليه بن قدور رضا في بطولة العالم 1994 , إضافة إلى عدة ألقاب إفريقية و عربية و كانت الجزائر تملك عدداً هائلاً من الأبطال الذين كانوا يضاھون الرياضيين الأوروبيين و الدوليين العالميين.(حزام أسود , 2005 , ص 12)

3-3-3- أسماء ساهمت في رفع الراية الوطنية :

سجل الكاراتيه دو الجزائري اسمه في المحافل الدولية من خلال القاب مجموعة من الرياضيين من أمثال " بن خلوف محمد , رضا بن قدور . زروقي نادية , عبد الحفيظ فضيلة " .

ثم ظهرت مجموعة من الأبطال في الفترة الأخيرة من أبرزهم " بوعمرية عبد الكريم , و عشاش معاد , ديخي حسين " الذين تحصلوا على لقب البطولة الدولية في الشوتو ريو في الكوميتي , أما أبرز إنجاز فهو من تحقيق كل من البطل بوعبوعوب وليد ثالث بطولة العالم باريس 2012 و البطلة معطوب لامية ثالث بطولة العالم بإسبانيا 2018 . (زرواط , 2021 , ص 35) .

3-3-4- أساليب الكراتي دو :

يوجد حالياً أربعة أساليب (مدارس) للكراتيه تتمثل فيما يلي :

3-3-4-1- الشوتوكان " Sho-to-Kane " أسلوب فيناكوشي :

و هو أسلوب ابتداء في عشرينيات القرن العشرين في اليابان على يد " فينا كوشي غشين " و هو من أصل " الشوراي تي " التابعة لاوكيناوا , و الذي سمي " شوتوكان ريو " (احد الفروع التابعة لشوتو و شوتو هو اسم ريشة فيناكوشي , اضافة الى انه شاعر و خطاط) و هو في المقام الاول واحد من الاساليب الاربعة الكبرى للكراتيه . (HABERSETZER R , 2012 , P 15)

كانت هذه المدرسة هي المدرسة الرائدة من بين مختلف المدارس التي تطورت لاحقاً حيث قام بوضع تصنيف التقنيات القديمة و طرح التدرج في التدريب على الهجومات فهو يدافع عن طريف التقنيات الطويلة و الخفيفة و المصارعة عن بعد , وقد نتج عنه " الواد وكأي " و " الشوتوكاي " وللشوتوكان (26 كاتا) . (سبع , 1993 , ص 7 , 8) .

للإشارة فإنه في سنة 1949م تم إنشاء الجمعية اليابانية للكراتيه من طرف " ناكاباما ماساتوشي " بمساعدة كل من " تيشياما هيديتاكا , أوباتا إيساو , تكاجي ماساتومو " و التي رفض المعلم فيناكوشي الانضمام اليها , كما قامت الجمعية اليابانية للكراتيه (JKA) بإضافة 11 كاتا للكراتيه شوتوكان و هي (كانكوشو , بصاي شو , جيين , نيجوشيهو , ميكيو , ونكان , شينتي . صوشين , أنسو , غوجوشيهو داي , غوجوشيهو شو) .

3-3-4-2- الشيتو ريو " Shi-to-ryu " :

تتركب لفظ " الشيتوريو " من المقاطع التالية :

شي : جزء من لفظ اسم المعلم " هيقاشيونا " .

تو : جزء من لفظ اسم المعلم " إتسو " .

ريو " مدرسة .

تأسس هذا الأسلوب سنة 1934م من طرف المعلم " كانوا مايبني " وهو عبارة عن مزيج من " الشورابن ريو " للمعلم " إتوسي أنكو " و الشوراي ريو للمعلم " هيغاشيونا كانريو " , إذ أن هذا الاسلوب يعتمد على تسهيل الوضعيات و تقوية التقنيات الدفاعية و الهجومية , و للشيتو ريو (47 كاتا) . (HABERSETZER R & , 2004 , PP. 650-651) .

3-3-4-3- الوادوريو " wado-ryu " :

" هونوري أوتسيكا " (1892 - 1982)

تتركب هذه الكلمة من :

وا : الانسجام .

دو : منهج أو طريق .

ريو : مدرسة .

ويعني " الطريق إلى الانسجام " و هو من تأسيس " هونوري أوتسيكا " و هو عبارة عن توليفة بين " جي جيتسو " الياباني وقد كان خبير فيه و كاراتيه اوكيناوا الذي دخل الى اليابان سنة 1920م من طرف " فيناكوشي " فقد تدرب عنده من (1922 - 1930) و ظهر اسم الوادو ريو اول مرة سنة 1939 ويعتمد على المرونة , والحركات القصيرة و الوضعيات العالية و ايضاً مرونة الجذع . (HABERSETZER R , 2004 P.16) .

3-3-4-4-3-3 الفوجوريو " Go-ju-ryu " :

يتركب لفظ " الفوجوريو " من المقاطع التالية :

فو : تعني القوة .

جو : تعني المرونة .

ريو : مدرسة .

اعتمد هذا الاسم من طرف المعلم " مياجي " سنة 1929م بعد ان كان اسمه الحقيقي نها-تي (يد-نها) وهذا يعني سبع سنوات من قديم فيناكوشي الى اليابان , بقي المعلم " شوجان مياجي " تلميذ " هيقوانا " في اليابان الى غاية 1934م اين قام بتعليم اسلوبه ونشره داخل جامعة كيوتو ومن ثما اوزاكا , ويعتمد هذا الاسلوب على القوة و المرونة . (HABERSETZER R & HABERSETZER G , 2004 PP. 172-173)

3-3-5- اهداف رياضة الكاراتي :

3-3-5-1- الأهداف القريبة :

- البناء المتكامل والمتوازن للجسم بالصورة الطبيعية والمنسجمة .

- تحويل المهارات القتالية الى عادات سلوكية .

- اختصار الجهد الجسدي و النفسي أو ما نتفق على تسميته بتحسين مردود الفعل .

- الدفاع عن طريق استخدام الوسائل الفطرية الطبيعية و تقوية فعاليتها .

- تربية المتدرب على التأمل و الملاحظة و البحث .

- تكريس قيم سلوكية إنسانية (الشجاعة , الثقة في النفس , الحلم , الصبر , التحكم في الذات ...) .

3-3-5-2- الأهداف البعيدة :

- تهدف الكاراتي إلى التعرف عن الذات و التدبر في النفس و التصالح معها , والوقوف على إعجاز الجسد و قدراته .

- تنمية التوافق الجسدي الروحي أو تحرير الروح من جاذبية الجسد .

- تنمية تلك القوى الكامنة وكل الملكات النفسية و الجسدية واستعمالها في غايات سامية .

- تصحيح العلاقة بين الإنسان و المحيط الخارجي . (عبد الكريم , 1999 . ص 47)

3-3-6- أقسام الكراتي دو :

ينقسم الكراتي إلى جزئين أساسيين وهما :

3-3-6-1- الكاتا KATA :

وتعني كلمة الكاتا في اللغة اليابانية الشكل او القالب , وهي مجموعة من التقنيات و الهيئات الثابتة , تنفذ بقوة , سرعة ' دقة , وتسلسل معين , ويكون بشكل استعراض او قتال ضد خصم او أكثر من خصم خياليين , يهاجمون من زوايا مختلفة . ويعد الكاتا روح الكراتي ووسيلة انتقاله عبر العصور , وتبقى طريقة أصلية وممتازة للتحكم في الجسم .

تعتبر الكاتا العنصر الأساسي لنقل التقاليد , في الفنون القتالية اليابانية حيث تعتبر رابط مباشر بين الحاضر و الماضي من خلال اداء التقنيات و إضافة الى الجانب الروحي حيث تنفذ دائماً بنفس الطريقة وفي نفس الاتجاهات . (HABERSETZER R , 2004 , PP. 13)

-أهداف الكاتا :

- الرفع من درجة الاستنفاد القوي باستشعار روح قتالي حقيقي .

- زيادة القدرة على التخيل والتصور لأنواع مختلفة من الهجومات المتوقعة واتخاذ القرارات المناسبة لكل موقف .

- تنمية الثقة في النفس والاندماج الحقيقي بين العقل والروح والجسم .

- تنمية الممتلكات الفطرية واستخدامها " النظر , السمع " سرعة الاستجابة " .

- مراقبة التنفس وتوزيع الجهد وتحسين السرعة والفعالية .

- تنمية الفكر التكتيكي . (عبد الكريم , 1999 , ص 114)

3-3-6-2- الكوميتيه " le kumité " :

الكلمة حسب اصلها تعني : التقاء الأيدي " kumi " يعني التقاء , " té " تعني اليد .

(HABERSETZER R & HABERSETZER G , 2004 . PP. 172-173)

الكوميتيه اصطلاحاً يعني : قتال أو هجوم مباغت يتم فيه تطبيق التقنيات الاساسية المعلمة خلال الكاتا

الكوميتيه تعني القتال بين شخصين تمارس فيها حركات باليد أو الرجل أو كلاهما , وتعتمد على المرونة والسرعة والقوة . وهناك قتال من الثبات أب يكون الاعيين ثابتين حيث يقوم أحدهما بالقيام بحركة معينة ويقوم

الأخر بصددها , و قتال اخر وهو قتال حر يقوم فيه الاعيين بالقيام بحركات حرة في مناطق محددة . وفي المباراة الرسمية تحدد بزمان معين فالكوميتي هو هدف الكاراتيه الحقيقي فهو يعتبر قتال لتطبيق ما تم لاعب الكاراتيه

في الدخول لقسم الكوميتيه إلا اذا تم تدريبه على مختلف المهارات الدفاعية و الهجومية من خلال " الكهيون "

و " الكاتا " . (قندوزان , 2009 , ص 74)

- أهداف الكوميته :

- الإدراك الجيد للذات والخصم .
- فرص تطبيق جميع المهارات الفنية الدفاعية و الهجومية .
- مراقبة التنفس وامتحان قدرة التحمل والمقاومة .
- تنمية الذكاء والاعتماد على النفس .
- تكون الشجاعة والثقة في النفس .
- تنمية التركيز الجيد من خلال المناورات . (عبد الكريم , 1999 , ص 115)

3-3-7- أهمية ممارسة الكراتي دو بالنسبة للمراهقين :

باعتبار أن رياضة الكراتي تتميز عن غيرها بمبادئها وأسسها التربوية والفلسفية فهي تساعد المراهق على تعلم واكتساب المهارات الحركية وتشغيل الطاقة الزائدة ليتحرر من الاضطرابات النفسية مثلاً : الكبت والانعزال ، كما تبعده عن العقد النفسية كالأنانية وحب الذات وتساعده على اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوب فيها مثلاً : الثقة بالنفس ، الاتزان الانفعالي ، التحكم في النفس ، انخفاض التوتر ، تهذيب السلوك العدوانى وضبط السلوك المنحرف .

وإضافة إلى هذا فاللكراتي دور في تنمية الخصائص البدنية كالقوة والسرعة ورشاقة الجسم وتجعل ممارسيه دائماً على تأهب للقيام بكل الأعمال بمرونة وخفة جسمية معتبرة ، هذا فضلاً عن أنها وسيلة للنمو الحسي حركي السليم .

ويمكننا تلخيص فوائد الكراتي في النقاط التالية :

- تؤدي الى المرح الجسمي والمتعة الجسدية .
- إعطاء قيمة للجسم وعدم استعماله كألة فقط .
- تمكن الممارسة الدفاع عن النفس .
- تساعد على النمو الجسمي المتكامل .
- تساعد على اجتياز سن مطلع النشوة .

ومن الجانب الاجتماعي فرياضة الكراتي تربي للمراهق روح التضامن والتعاون بحث تربطه علاقة حب وتضامن مع أصدقائه الممارسين لهذه الرياضة ، ويمكن مشاركتهم في نفس المشاكل التي لا يجد لها حلول في الوسط العائلي أو المدرسي . (افروجن وأخرون ، 2006 ، ص 70)

خلاصة :

إن أهم فرضيات النجاح تكمن في تكامل تأمين العوامل التي تعبر عن صلب عملية التدريب الرياضي فضلا عن المراقبة التامة للرياضي، حيث إن قضايا التدريب الرياضي قد تم الاهتمام بها في الآونة الأخيرة لأن التقدم الحاصل في المستويات الرياضية دفع المدربين إلى التفنيش عن العلم والمعرفة ، وإلى تراكم المعارف في التدريب الرياضي، فتحسين التدريب الرياضي يؤدي إلى بناء مستلزمات الإنجاز الرياضي فضلا عن التنافس مع المستويات العليا ، فالمناهج الرياضية العلمية تعد الوسيلة التي يمكن الوصول بها الى الهدف وتحويل النظريات الرياضية إلى واقع تطبيقي يبين الطريق للمدرب وللاعب على حد سواء ، ولهذا يجب الأخذ بعين الاعتبار ضرورة وجود قواعد وأسس ومناهج وطرق مستخدمة ووسائل تعطي العملية التدريبية صبغة علمية هادفة تساهم في تطوير المستويات والنتائج الرياضية.

الجانب التطبيقي



الفصل الرابع

منهجية الدراسة



تمهيد :

إن أي بحث علمي دقته تقاس بقيمة تحديد المفاهيم وكذا دقة الأداة المستخدمة لقياسه، وتزداد أهمية وصعوبة الدراسة كلما كان التعامل مع الظاهرة التي لا يمكن دراستها إلا بحضور أداة مناسبة لقياسها، وعليه سنحاول في هذه الورقة من الفصل لملمة وحوصلة المعلومات موضحين في ذلك الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة، وما هو متفق عليه بين أوساط الباحثين فان الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته الموضوعية العلمية وقابلية قياسه، ولا يتحقق ذلك إلا إذا اتبع الباحث منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

يضم هذا الفصل اهم العناصر الخاصة بالجانب التطبيقي للبحث والمتمثلة في الدراسة الاستطلاعية ، منهجية البحث ، مصطلحات الدراسة ، مجتمع وعينة البحث بالإضافة الى الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة وخصائصها السيكمترية ، ايضاً يضم هذا الفصل الإجراءات الإحصائية الخاصة بالبحث والإجراءات الميدانية للبحث .

4-1- الدراسة الاستطلاعية :

إن الدراسة الاستطلاعية هي تجربة صغيرة استطلاعية لاختبار مدى صحة التجربة الرئيسية ، فنحدد مجتمع الدراسة الأصلي، ومفرداته أو نوعية الاختيار ، وعينة صغيرة من هذا المجتمع لتجري عليها التجربة.(وجيه محجوب ، 1993 ، ص 253)

كما أنها لا تختلف الدراسة الاستطلاعية في جوهرها عن الدراسات المسحية الوصفية، إلا في أغراضها، وذلك لأنه لا تزال الكثير من الميادين السلوكية والاجتماعية الجديدة، مما يشكل صعوبة في التعرف على المشكلات الجديرة بالبحث، حتى إذا أحس بالرغبة في بحث مشكلة ما أو ظاهرة معينة فإنه قد يجد صعوبة في صياغتها صياغة علمية دقيقة، أو في تحديد الفروض التي تساعد على الاتجاه مباشرة إلى الحقائق العملية والبيانات التي تتبغى له أن يبحث عنها، ومن هنا أصبح إجراء الدراسات الاستطلاعية أمراً ضرورياً يلجأ إليه كثير من الباحثين. (محمد زيان عمر، 1983 ، ص 131،130)

حيث يقوم الباحث بأداء دراسة استطلاعية تتعلق بموضوع البحث الذي يقترح إجراؤه، وهدف الدراسة الاستطلاعية هو تعميق المعرفة بالموضوع المقترح للبحث سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، وتجميع ملاحظات ومشاهدات عن جميع الظواهر الخاصة للبحث، وكذا التعرف على أهمية البحث وتحديد فروضه. (ناصر ثابت ، 1984 ، ص. 47) .

بعد تجميع المراجع ، الأبحاث و الدراسات السابقة يأتي الدور على الجانب الميداني للبحث الذي استهله الباحث بدراسة استطلاعية أولية لضمان السير الحسن للبحث و كذلك من أجل الوقوف على مدى ملائمة وسائل الدراسة للبحث دون حدوث أي مشاكل تنقص من قيمة البحث أو تحول دون انتهاء الدراسة .

ولقد تم الاتصال برئيس الرابطة الولائية للكراتي دو لولاية المسيلة من أجل الحصول على قائمة النوادي المنخرطين في الرابطة من أجل أخذ معلومات منهم بهدف استطلاعي .

ولقد قمنا بمقابلة شخصية مع بعض رؤساء النوادي والمدربين و طرح مجموعة من الأسئلة عليهم للكشف عن خبايا الموضوع أكثر و اثرائه معهم .

وقام الباحث بطبع نسخ من المقياس وتوزعها على 07 لاعبين - أواسط - لغرض تطبيقه استطلاعياً للتأكد من مدى وضوح فقرات المقياس و تقدير الوقت الكافي للإجابة على المقياس ، كما قام الباحث بإجراء اختبار سارجنت على هذه العينة الاستطلاعية لمعرفة مدى ملائمة لهذه العينة.

4-1-1- نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- أخذ الموافقة من رؤساء الاندية التي ستجرى عليها الدراسة .
- تم تحديد المجتمع النهائي للبحث .

- معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث .
- معرفة مدى صعوبة أو سهولة الدراسة.

4-1-2- المجال البشري و المكاني والزمني:

- المجال البشري و المكاني:

أجري البحث الميداني بولاية المسيلة على لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنخرطين في أندية الرابطة الولائية للكراتي دو لولاية المسيلة موسم 2024 / 2025 في القاعات الرياضية المخصصة لذلك .

- المجال الزمني:

انقسم المجال الزمني الذي قمنا فيه بهذه الدراسة إلى قسمين :

- مجال خاص بالجانب النظري ويمتد من 15 ديسمبر 2024 إلى غاية 30 ماي 2025.

- أما المجال الخاص بالجانب الميداني فيمتد من 20 مارس إلى غاية 30 ماي 2025.

بعد تحديد المجتمع الاصلي والذي يتمثل في لاعبي الكراتي دو - أواسط - الذين ينشطون في النوادي المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو بالمسيلة والمتمثل في 37 لاعب - أواسط - وتحديد عينة الدراسة تم إجراء الدراسة الأساسية عليهم باستثناء سبعة لاعبين اجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة من 25 مارس 2025 الى غاية 05 ماي 2025.

4-2- المنهج المستخدم :

إن المنهج هو طريقة التي تساعد في البحث، ولا يستطيع الباحث العلمي الاستغناء عنه بدون المنهج، ويكون البحث مجرد تجميع للمعلومات لا علاقة له بالواقع العلمي، ويختلف المنهج من دراسة إلى أخرى على حسب طبيعة ومشكلة موضوع البحث.

ومما لا شك فيه أن أي منجز علم يطمح إلى الاتصاف بصفة علمية يجد نفسه مطالباً بوضع خطة أو طريقة أو منهج يحدد من خلاله الخطوات التي اتبعها في الوصول إلى النتائج التي حققها، ومن دون ذلك يعد هذا المنجز عملاً يتصف بالانشاز وعدم الدقة ، وتبعاً لاختلاف الباحثين وقدراتهم وإمكاناتهم واستناداً إلى كتب المنهجية فإن المنهج الوصفي هو الأكثر كفاءة في الكشف عن حقيقة الظاهرة ، وإبراز حقائقها، وباعتباره دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع. (حسين عبد المجيد رشوان ، 2003 ، ص66)

إن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد لنا المنهج المتبع في الدراسة ، لأن هناك مواضيع يصلح لها منهج دون آخر وانطلاقاً من طبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته للتأكد من صحة الفرضيات و تماشياً مع أهداف وطبيعة موضوع الدراسة ، فقد اعتمدنا على تطبيق المنهج الوصفي الارتباطي.

و يعرف المنهج الوصفي الارتباطي بأنه : " نوع من أساليب البحث يمكن بواسطتها معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر، ومن ثمَّ تحديد درجة تلك العلاقة". (العساف ، 1995 ، ص 162)

و المنهج الوصفي يعرف بأنه : المنهج الذي يهدف الى جمع البيانات و محاولة اختيار فروض أو الإجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة و الدراسة الوصفية تحدد و تقرر الشيء كما هو عليه في الواقع . (عثمان ، 1998 ، ص30) .

4-3- مصطلحات الدراسة : تمثلت مصطلحات الدراسة في :

- الهيمنة الدماغية.
- القوة الانفجارية.
- الكراتي دو .

4-4- مجتمع وعينة الدراسة :

- مجتمع الدراسة:

نعني بمجتمع البحث (الدراسة) جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث ، و في واقع الأمر ان دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب وقتاً طويلاً و جهداً شاقاً و تكاليف مرتفعة ، و يكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع الدراسة ، بحيث تحقق أهداف البحث و تساعد على إنتاج مهمته . (ملحم ، 2000 ، ص 200) .

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي الكراتي دو - أوسط - لنادي الرياضية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو موسم 2024 / 2025 والمتمثل في 37 لاعب - أوسط - .

- عينة الدراسة :

تعرف بأنها مجموعة من الأفراد تختار بطرق مختلفة من مجتمع كبير لدراسة ظاهرة معينة . (عبد اليمين وأحمد، 2019، ص61)

بمأن مجتمع الدراسة صغير و يمكن الوصول اليه و المتمثل في 37 لاعب - أوسط - من لاعبي نوادي الكراتي دو المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة موسم 2024 / 2025 ارتأينا ان نعتمد على اسلوب المسح الشامل من اجل دقة النتائج والابتعاد عن اسلوب المعاينة ، حيث تم جمع البيانات من كل مفردة من مفردات المجتمع الاصلي على النحو التالي :

- 07 لاعبين - أوسط - أجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية.
- 30 لاعب - أوسط - أجريت عليهم الدراسة الأساسية.

- خصائص عينة الدراسة الأساسية :

1- توزيع عينة الدراسة الأساسية وفق متغير الجنس

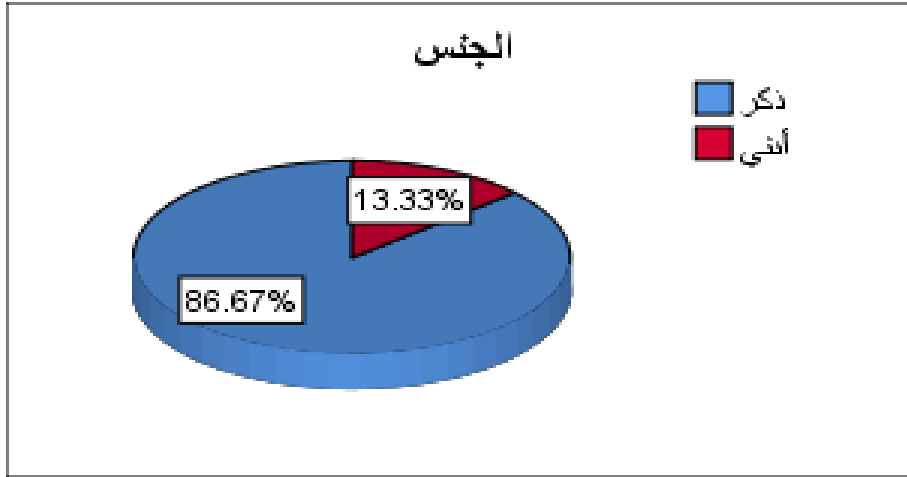
الجدول رقم 01 : توزيع عينة الدراسة وفق متغير الجنس

النسبة المئوية%	التكرار	الجنس
86.67	26	ذكر

13.33	04	أنثى
%100	30	المجموع

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

الشكل رقم 11 : يوضح التوزيع المئوي لمتغير الجنس



المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من خلال استقراء الجدول والشكل أعلاه نلاحظ أن أغلب المبحوثين هم من الذكور والذين بلغ عددهم 26 لاعب بنسبة مشاركة 86.67% مقابل 04 من الإناث بنسبة مشاركة 13.33%، ويرجع هذا التباين في النسب، لكون الذكور أكثر تردد على لعبة الكراتي دو من الإناث.

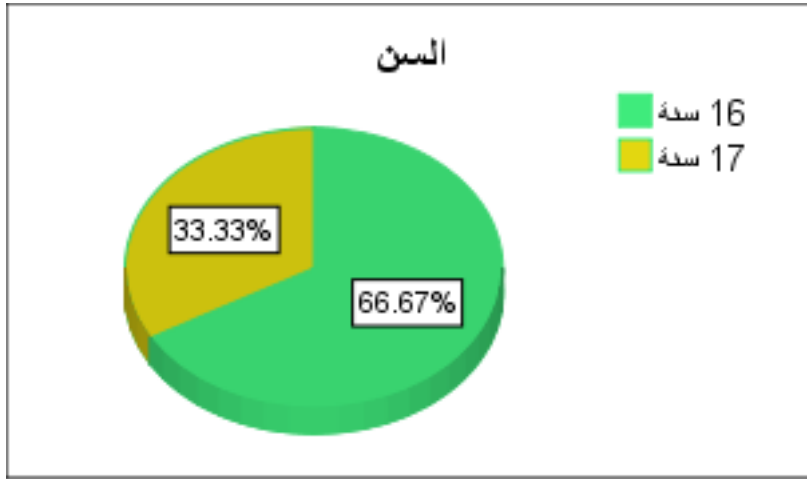
2- توزيع عينة الدراسة الأساسية وفقا لمتغير السن

الجدول رقم 02 : توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير السن

النسبة المئوية%	التكرار	السن
66.67	20	16 سنة
33.33	10	17 سنة
%100	30	المجموع

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

الشكل رقم 12 : يوضح التوزيع المئوي لمتغير السن



المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من خلال استقراء الجدول والشكل أعلاه نلاحظ أن نسبة 66.67%، من أفراد العينة هم من الفئة العمرية 16 سنة ، أما الفئة العمرية الثانية 17 سنة سجلت نسبة مشاركة تقدر بـ: 33.33% فقط.

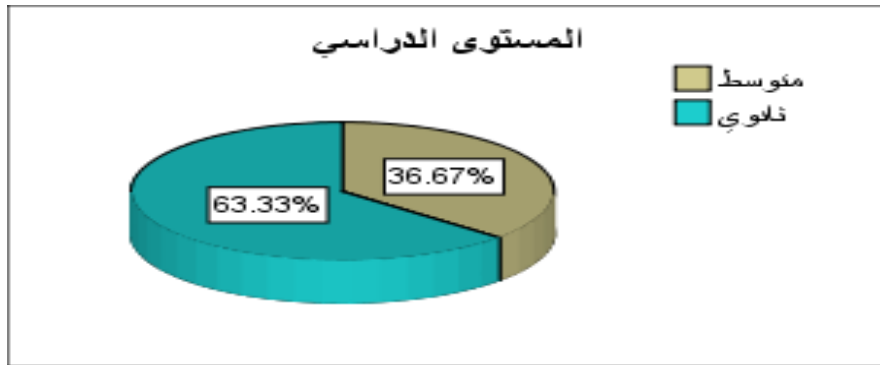
3- توزيع عينة الدراسة الأساسية وفقا لمتغير المستوى الدراسي

- الجدول رقم 03 : توزيع عينة الدراسة وفق متغير المستوى الدراسي

النسبة المئوية%	التكرار	المستوى الدراسي
36.67	11	متوسط
63.33	19	ثانوي
100%	30	المجموع

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

الشكل رقم 13 : يوضح التوزيع المئوي لمتغير المستوى الدراسي



المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من خلال استقراء الجدول والشكل أعلاه نلاحظ أن أكبر نسبة مشاركة تعود للفئة ذات المستوى الدراسي ثانوي تقدر بـ: **63.33 %** ثم تليها فئة المستوى التعليمي متوسط بنسبة مشاركة **36.67 %**.

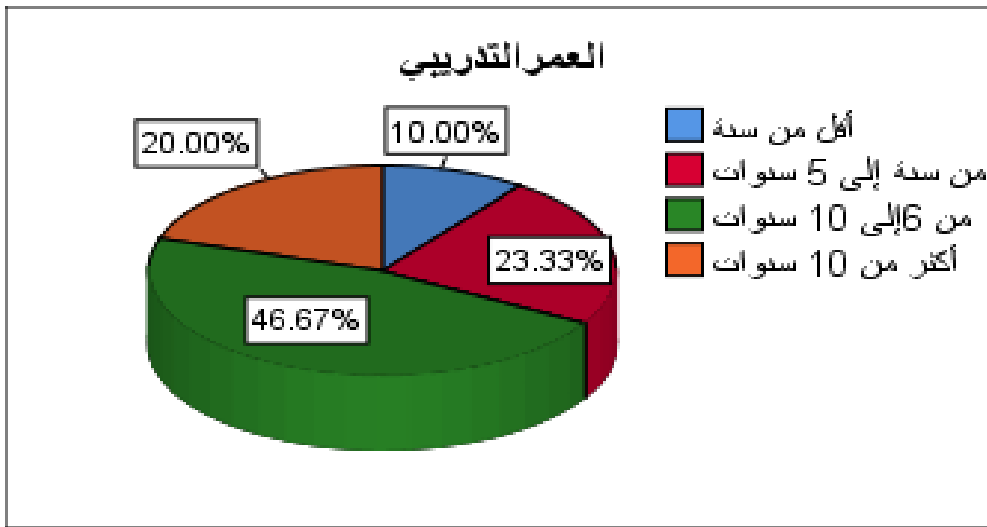
4- توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير العمر التدريبي

الجدول رقم **04** : توزيع عينة الدراسة وفق متغير العمر التدريبي

النسبة المئوية%	التكرار	العمر التدريبي
10.00	03	أقل من سنة
23.33	07	من سنة إلى 5 سنوات
46.67	14	من 6 إلى 10 سنوات
20.00	06	أكثر من 10 سنوات
100%	30	المجموع

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

الشكل رقم 14 : يوضح التوزيع المئوي لمتغير العمر التدريبي



المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من خلال استقراء الجدول والشكل أعلاه نلاحظ متغير العمر التدريبي قسم إلى 4 فئات، وتعود أكبر نسبة لفئة العمر التدريبي من 6 إلى 10 سنوات بنسبة مشاركة **46.67 %**، ثم تليها في الترتيب الثاني فئة العمر التدريبي من سنة إلى 5 سنوات بنسبة مشاركة **23.33 %**، وفي الترتيب الثالث فئة العمر التدريبي أكثر من 10 سنوات بنسبة مشاركة **20.00 %**، وفي الترتيب الأخير فئة العمر التدريبي أقل من سنة بنسبة مشاركة **10.00 %**.

4-5- أدوات جمع البيانات

لإضفاء الموضوعية والدقة اللازمة لأي دراسة علمية لا بد من استعمال بعض الأدوات العلمية والوسائل التقنية التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف النقاب على الظاهرة محل الاهتمام بالدراسة ، وقد استخدمنا في دراستنا هذه :

1- مقياس هرمان للهيمنة الدماغية :

تم الاعتماد على مقياس أنماط الهيمنة الدماغية (HBDI) لنيدي هيرمان من اعداد صالح صلاح معمار لقياس الهيمنة الدماغية حسب نظرية هيرمان وهو مدرب واستشاري في مقياس نيد هيرمان ويتكون هذا المقياس من 56 فقرة موزعة على أربعة أبعاد بمعدل 14 فقرة لكل نمط ، كل منها على شكل عبارة تتم الإجابة عنها بنعم أو لا :

✓ البعد الأول (A) : 1.3.9.13.17.22.26.29.37.38.46.50.51.56.

✓ البعد الثاني (B) : 6.10.15.18.20.23.27.34.35.39.42.44.47.53.

✓ البعد الثالث (C) : 2.4.7.11.19.21.24.28.30.32.43.49.52.55.

✓ البعد الرابع (D) : 5.8.12.14.16.25.31.33.36.40.41.45.48.54.

بالنسبة للتصحيح :

• تعطى الدرجة 2 بالنسبة للخانة " نعم "

• تعطى الدرجة 1 بالنسبة للخانة " لا "

و في الأخير يتم جمع النقاط الخاصة بكل حرف حيث كل حرف يعبر عن نمط من أنماط التفكير الأربعة ، ثم وضعها في جدول و تمثيلها في مخطط اللقطة.

2- اختبار سارجنت (SARGENT TEST) : (خوجة ، 2019 ، ص ص 272-273)

• الرياضات المعنية :

الرياضات التي تمتاز بالارتقاء العمودي مثل الكرة الطائرة وكرة السلة والرغبي وكرة القدم والرياضات التي تعتمد على قوة الأطراف السفلية مثل رياضة رفع الأثقال ، الجيدو، المصارعة ، ألعاب القوى ، الكراتي دو...إلخ.

• أهداف الاختبار :

✓ تقييم الارتقاء العمودي للرياضي.

✓ تأسيس وبناء مؤشر قدرة الأطراف السفلية.

• الوسائل المستعملة في الاختبار :

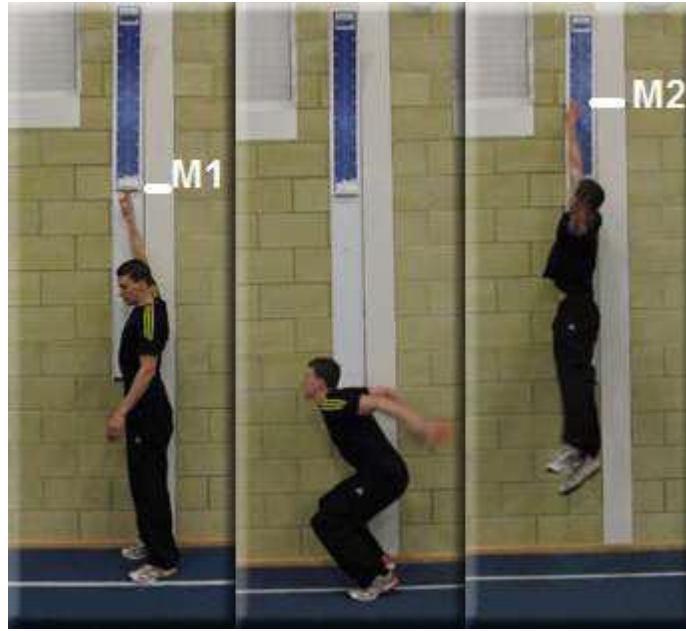
✓ مساحة قفز مسطحة وصلبة.

✓ شريط قياس (مسطرة).

✓ طبشور ملون وحائط.

• طريقة تطبيق الاختبار :

- 1- يطلي الرياضي أنامل اصابعه بالطبشور.
- 2- يقف مستقيماً مقابل الحائط حيث تكون المسافة بين كتفيه والحائط 15 سم مع مراعاة عدم رفع العقبين عن الأرض ثم يرفع الرياضي يده التي سيستخدمها في تطبيق الاختبار إلى أقصى ارتفاع ممكن ويقوم بتحديد النقطة الأولى على الحائط.
- 3- بدون تغيير الوضعية يقوم الرياضي بحركة عكسية ثم يقفز إلى الأعلى بأقصى قدر ممكن ليلمس الحائط مرة ثانية بنفس اليد وبالتالي تحديد النقطة الثانية.
- 4- تحسب نتيجة الاختبار بواسطة الفرق بين نتيجة النقطة الأولى والنقطة الثانية بالسنتيمتر.
- 5- تسمح للرياضي بثلاث محاولات تسجل أحسن محاولة.



• تصنيف النتائج Classification des Résultats :

النساء (سم) (Femmes)	الرجال (سم) (Hommes)	المستوى (niveau)
أكثر من 60	أكثر من 70	ممتاز (Excellent)
60 - 51	70 - 61	جيد جداً (Très bon)
50 - 41	60 - 51	جيد (bon)
40 - 31	50 - 41	متوسط (Moyen)
30 - 21	40 - 31	دون المتوسط (Médiocre)

20 - 11	30 - 21	غير كافي (Insuffisant)
أقل من 11	أقل من 20	غير كافي تماماً (Très insuffisant)

الجدول 05 : تحويل سلم الإجابة من سلم تقدير لفظي إلى سلم تقدير كمي

7	6	5	4	3	2	1	التقدير الكمي
/	/	/	/	/	نعم	لا	تفضيلات مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية
ممتاز	جيد جدا	ج يد	متوسط	دون المتوسط	غير كافي	غير كافي تماما	تفضيلات اختبار سارجنت

4-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

يقصد بها مواصفات الاختبار الجيد و هي صفات تحدد مدى جودة الاختبارات , إذ يتفق جميع المختصين في مجال القياس و التقويم أن الصدق , الثبات و الموضوعية أمور يجب أن تأخذ بعين الاعتبار عما إذا كان استخدام اختبار ما أو أداة قياس ما على نطاق واسع أمراً عملياً .

• الصدق :

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار لهدفه الذي وضع من أجله , و يقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس فيما وضع لقياسه . (مقدم , 1993 , ص 146) .

وقد اعتمدنا على صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة و يتمثل الصدق البنائي في أن تقيس أبعاد المقياس الأهداف التي وضعت من أجلها، وتكون متنسقة مع مقياسها التي تنتمي إليه ، والجدول التالي يوضح نتائج صدق الاتساق البنائي.

الجدول رقم 06 : صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة

أنماط قياس الهيمنة الدماغية	معامل الاتساق البنائي مع مقياسها
النمط A	0.589**
النمط B	0.360*
النمط C	0.594**
النمط D	0.516**
** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية $\alpha \geq 0.01$.	
* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية $\alpha \geq 0.05$.	

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من الجداول أعلاه ، الأنماط الأربعة لمقياس الهيمنة الدماغية ترتبط مع مقياسها، أي أنها دالة إحصائياً ومنتسقة وصادقة لما وضعت لقياسه.

• **الثبات :**

يعرف ثبات الاختبار بأنه درجة التماسك التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة تطبيقها ، كما تعني مدى اتساق الاختبار و مدى الدقة التي نقيس بها اختبار لظاهرة موضوع القياس ، كما يمكن القول بأن مدى الدقة و اتساق القياسات التي يتم الحصول عليها فيما يقيسه الاختبار . (ليلي السيد فرحات ، 2001 ، ص (144

يقصد بثبات الاستبيان؛ أنه يعطي نفس النتائج لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة، وتحت نفس الظروف والشروط، بمعنى إذا أعيد توزيع الاستبيان بعد فترات زمنية معينة ولأكثر من مرة نجد استقرار في النتائج وعدم تغيرها بشكل كبير، ولتحقق من ثبات أداة الدراسة والمتمثلة في مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية من إعداد صالح معمار اعتمدنا طريقة ألفا كرونباخ (Alpha Cronbachs)، يستخدم معامل الثبات ألفا كرونباخ ، للحكم على دقة القياس، بقياس مدى توافق الإجابات مع بعضها البعض، وموثوقية النتائج بأن يعطي المقياس قراءات متقاربة عند تكرار استخدامه في أوقات مختلفة، وأن يكون معامل ألفا كرونباخ يزيد عن القيمة المعيارية (0.6) (الجعفري والظاهر ، 2020 ، ص 285) ، والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار الفا كرونباخ :

الجدول 07 : نتائج اختبار ألفا كرونباخ لبيانات الدراسة

المقياس	عدد البنود	معامل الثبات ألفا كرونباخ
بيانات الدراسة	56 بند	0.781

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من الجدول أعلاه يتبين أن قيمة معامل الارتباط ألفا كرونباخ لبيانات الدراسة من خلال 56 بند هي أكبر من القيمة المعيارية للاختبار (0.6) الحد الأدنى، وهي قيمة ممتازة وجد مناسبة، وتفي بأهداف وأغراض الدراسة، حيث أن قيمة الثبات تعادل 78.10 %.

• **الموضوعية :**

من أهم صفات الاختبار الجيد أن يكون موضوعياً لقياس الظاهرة التي اعد أصلاً لقياسها ، و الموضوعية هي التحرر من التحيز أو التعصب و عدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأرائه و ميوله الشخصية

و حتى تحيزه أو تعصبه ، فالموضوعة تعني بوصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلاً لا كما نريدها أن تكون ، و هي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين ، أي أن هناك فهما كاملاً من جميع المختبرين بما سيؤدونه و ان يكون هناك تفسير واحد للجميع و أن لا يكون هناك فرصة لفهم معنى اخر غير المقصود منه . (الفرطوسي و اخرون ، 2015 ، ص 229) .

و قد التزم الباحث بالموضوعية و البعد عن التحيز و التعصب و ذلك بعدم التأثير على الاعبين عند الاجابة على المقياس و توجيه اجاباتهم لميوله و آرائه .

الاختبار لا يوجد فيه صدق و ثبات و إنما تكيف و تقنين فقط.

4-7- تصميم الدراسة و المعالجة الإحصائية :

بغرض تحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات وتفسيرها تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss (Statistical Package for Social Sciences)، الإصدار 27 ، والاعتماد على مجموعة من

الأساليب الإحصائية تتمثل في :

- **معامل الثبات** : يختبر مدى الاعتمادية على أداة الدراسة المستخدمة.
- **معامل صدق الاتساق البنائي**: يقيس مدى اتساق أبعاد المقياس ما وضعت لقياسه.
- **المتوسط الحسابي**: يعتبر من أهم مقاييس النزعة المركزية وأكثرها استخداماً، يعبر عن مدى أهمية البنود الاستبتيان عند أفراد العينة، كما يعبر عن تمركز إجابات العينة حول قيمة معينة ، تبعا للدرجات المعطاة لبدائل المقياس المستخدم.
- **الانحراف المعياري**: من مقاييس التشتت ، يستخدم لقياس وبيان تشتت إجابات مفردات الدراسة حول متوسطها الحسابي ، وتكون قيمه جيدة كلما اقترب من الصفر .
- **معامل الارتباط كارل بيرسون**: ارتباط ثنائي يستخدم في معرفة قوة العلاقة البيئية وقيمتة محصورة بين (-1 و1).
- **التوزيع الطبيعي للبيانات (Tests of Normality)** : يستخدم لمعرفة طبيعة توزيع بيانات ظاهرة معينة في كونها تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي) من عدمه ، وهذا الاختبار ضروري لاختيار نوعية الأدوات والأساليب الإحصائية التي ستستخدم في الدراسة.
- **اختبار تحليل التباين الأحادي (one way anova)** : اختبار معلمي يستخدم لمعرفة اختلاف متوسط قيم متغيرة كمية بحسب أنماط متغيرة نوعية.
- **التكرارات والنسب المئوية**.

4-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية :

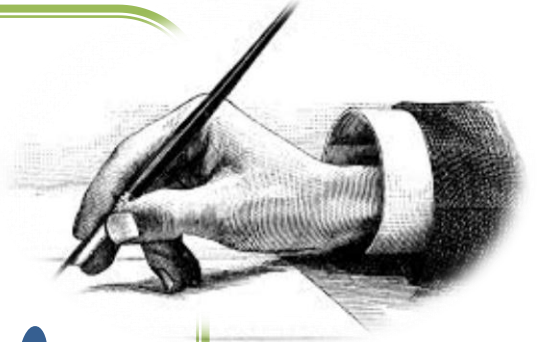
- الدراسة الميدانية امتدت من 15 جانفي إلى غاية 30 ماي 2025.
- ✓ اتصلنا بالرابطة الولائية للكراتي دو لولاية المسيلة في 15 جانفي 2025 و ذلك من اجل تحديد المجتمع الاصلي للدراسة والذي يتمثل في لاعبي الكراتي دو - اواسط - الذين ينشطون في النوادي المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو بالمسيلة.
 - ✓ ولقد قمنا بمقابلة شخصية مع بعض المدربين التقيت بهم في البطولة الولائية للكراتي دو صنف اواسط التي نظمت في سيدي عيسى في 25 جانفي 2025 و طرحت عليهم مجموعة من الأسئلة للكشف عن خبايا الموضوع أكثر و اثرائه معهم .
 - ✓ مقابلة الأستاذ المشرف في 19 مارس 2025 وقد تم مناقشة الأدوات التي سنستخدمها في هذه الدراسة ، حيث تم الاتفاق على استخدام مقياس أنماط الهيمنة الدماغية لنيد هيرمان من إعداد المدرب والاستشاري في مقياس هيرمان صالح صلاح معمار واختبار سارجنت الذي يقيس مستوى القوة الانفجارية للأطراف السفلية.
 - ✓ تم إجراء الدراسة الأساسية على مجتمع الدراسة باستثناء سبعة لاعبين اجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة من 25 مارس 2025 الى غاية 05 ماي 2025 ، حيث قمنا بتوزيع المقياس على الاعبين للإجابة عليه وإجراء اختبار سارجنت في هذه الفترة.
 - ✓ وبعد جمع البيانات التقينا بالاستاذ المشرف لاستشارته في طريقة تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها وقد تم ذلك في 07 ماي 2025.
 - ✓ المعالجة الاحصائية للبيانات ثم تحليل وتفسير النتائج.

خلاصة :

يعد هذا الفصل الذي تطرقنا فيه لمنهجية الدراسة من أهم الفصول التي تضمنتها الدراسة، لأنه ممهّد إلى احتواء أهم العوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة ، حيث يعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد لتخطي الصعاب وتحقيق أهداف البحث.

الفصل الخامس

عرض وتحليل
ومناقشة النتائج



تمهيد :

يعرض في هذا الفصل النتائج المتعلقة بالإجابة عن تساؤلات الدراسة واختبار فرضياتها، والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو -أواسط - حيث طبقت أساليب تحليل البيانات، باستخدام البرنامج الإحصائي . (SPSS) ثم مناقشة وتفسير هذه النتائج.

5-1- عرض وتحليل نتائج الدراسة :

قبل الشروع في عرض وتحليل النتائج المتعلقة بتساؤلات و فرضيات الدراسة ، قام الباحث بإجراء اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات الدراسة الأساسية ، حيث يستخدم هذا الاختبار لمعرفة طبيعة توزيع بيانات ظاهرة معينة في كونها تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي) من عدمه ، وهذا الاختبار ضروري لاختيار نوعية الأدوات والأساليب الإحصائية التي ستستخدم في الدراسة ، وللكشف عن مدى ملائمة البيانات للتوزيع الطبيعي استخدمنا اختبار Shapiro-Wilk لأن حجم العينة أقل من 50 مفردة ، بينما يستخدم اختبار كولموجوروف - سميرنوف Kolmogorov-Smirnov إذا كان حجم العينة أكبر من 50 مفردة (أبو دقة والصافي ، 2013 ، ص 33) ، وبالاعتماد على مقارنة قيمة مستوى الدلالة المحسوبة وقيمة مستوى الدلالة المعتمدة في الدراسة 0.05 ، فإذا كانت قيمة مستوى الدلالة المحسوبة أقل منها فإن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي، ويتم الاعتماد على الاختبارات اللامعلمية ، والعكس نعتمد على الاختبارات المعلمية إذا كانت مستوى الدلالة المحسوبة أكبر من المعتمدة في الدراسة ، والجدول التالي يوضح نتائج الاختبار.

الجدول رقم 08 : نتائج اختبار طبيعة التوزيع بيانات الدراسة

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
	الإحصائية	درجة الحرية	الدلالة	الإحصائية	درجة الحرية	الدلالة
الهيمنة الدماغية	0.091	30	0.200*	0.953	30	0.209
القوة الانفجارية	0.223	30	0.001	0.939	30	0.087
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من الجدول أعلاه يتبين أن القيمة الاحتمالية لاختبار Shapiro-Wilk تساوي 0.209 لبيانات مقياس الهيمنة الدماغية أكبر من مستوى المعنوية المعتمدة في الدراسة 0.05 ، والقيمة الاحتمالية لبيانات مقياس القوة الانفجارية تساوي 0.087 أكبر من مستوى المعنوية المعتمدة في الدراسة 0.05 ،

وبالتالي يمكن القول أن بيانات الدراسة تتبع التوزيع الطبيعي ، مما يسمح باستخدام الاختبارات المعملية لتحليل البيانات واختبار فرضيات الدراسة.

5-1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

تنص الفرضية العامة على ما يلي :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أنماط الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو.

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط كارل بيرسون.

الجدول رقم 09 : نتائج قيم معامل الارتباط بيرسون بين أنماط الهيمنة الدماغية والقوة

الانفجارية

النمط D	النمط C	النمط B	النمط A	أنماط الهيمنة الدماغية
0.237	*0.381-	0.049	*0.435	القوة الانفجارية
0.207	0.038	0.796	0.016	الدلالة الإحصائية
غير دال	دال	غير دال	دال	النتيجة
طردية خطية ضعيفة	طردية خطية عكسية	طردية خطية ضعيفة	طردية خطية متوسطة	نوع العلاقة واتجاهها
**الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية. $\alpha \leq 0.01$				
*الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية. $\alpha \leq 0.05$				

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من الجدول أعلاه يتبين :

- أن معامل الارتباط بيرسون بين النمط D للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية بلغ 0.237 وهو غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية 0.207 وهي أكبر من مستوى المعنوية 0.05 ($0.05 < 0.207 = \text{Sig}$) ، وعليه فإنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط D للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط -.
- أن معامل الارتباط بيرسون بين النمط B للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية بلغ 0.049 وهو غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية 0.797 وهي أكبر من مستوى المعنوية 0.05 ($0.05 < 0.797 = \text{Sig}$) ، وعليه فإنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط B للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط -.

- أن معامل الارتباط بيرسون بين النمط A للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية بلغ 0.435 وهو دال إحصائياً حيث بلغت قيمة الدلالة الاحصائية 0.016 وهي أصغر من مستوى المعنوية 0.05 ($0.05 > 0.016 = \text{Sig}$) ، وعليه فإنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين النمط A للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - أي أنه كلما تمتع اللاعب بالنمط A كلما زادت قوته الانفجارية.
- أن معامل الارتباط بيرسون بين النمط C للهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية بلغ -0.381 وهو دال إحصائياً حيث بلغت قيمة الدلالة الاحصائية 0.038 وهي أصغر من مستوى المعنوية 0.05 ($0.05 > 0.038 = \text{Sig}$) وعليه فإنه توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين النمط C الهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - أي أنه كلما تمتع اللاعب بالنمط C كلما قلت قوته الانفجارية.

5-1-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - هو النمط B. تم حساب النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - عن طريق التكرارات و النسب المئوية (لأنماط السائدة) لدى 30 لاعب - أوسط - و حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط الهيمنة الدماغية ، والجدول التالي يوضح النتائج :

الجدول رقم 10 : النسب المئوية و المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط الهيمنة الدماغية

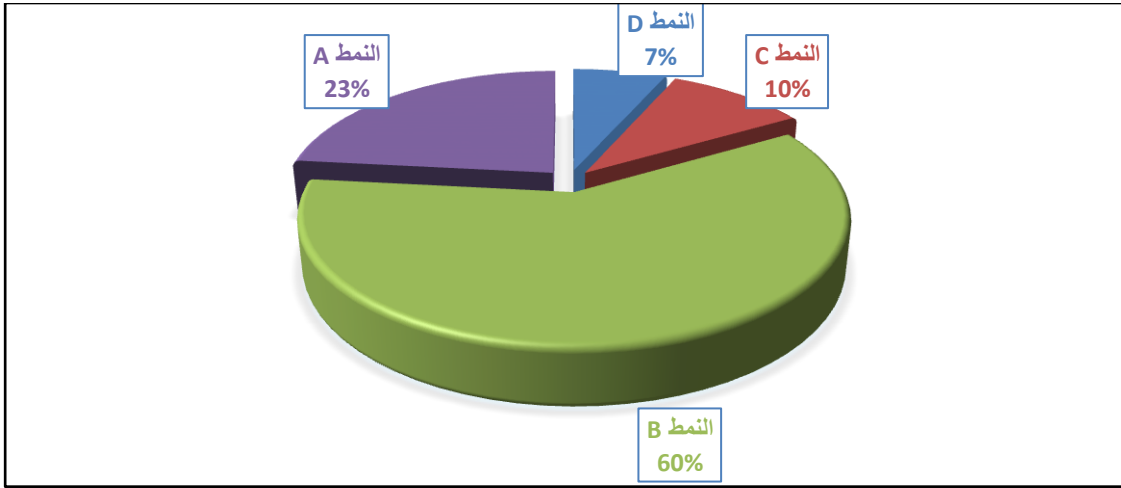
الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة	العدد	عدد البنود	أنماط الهيمنة الدماغية
2	0.165	1.714	%23	07	14	النمط A
1	0.140	1.833	%60	18	14	النمط B
3	0.194	1.704	%10	03	14	النمط C
4	0.155	1.673	%07	02	14	النمط D

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من خلال الجدول أعلاه، يلاحظ أن جميع قيم الانحرافات المعيارية لأنماط الهيمنة الدماغية أقل من القيمة المعيارية 1، وهذا يشير إلى تجانس إجابات أفراد عينة الدراسة وتقاربها وتطابق وجهات النظر

حول إجاباتهم على هذه الأنماط ، بالنسبة للنمط المهيمن لدى أفراد عينة الدراسة لاعبي الكراتي دو-
 أوسط - ، يتبين أن النمط B (منطقة ربع اليسار السفلي) جاء في المرتبة الأولى بعدد تكرارات بلغ (18)
) و بنسبة 60% و بمتوسط حسابي أعلى قدره 1.833 و في المرتبة الثانية النمط A (منطقة ربع اليسار
 الأعلى) بعدد تكرارات بلغ (07) و بنسبة 23% و بمتوسط حسابي قدره 1.714 ، وتعود المرتبة الثالثة
 النمط C (منطقة ربع اليمين السفلي) بعدد تكرارات بلغ (03) و بنسبة 10% و بمتوسط حسابي قدره
 1.704 ، في حين تعود المرتبة الرابعة والأخيرة النمط D (منطقة ربع اليمين الأعلى) بعدد تكرارات بلغ
 (02) و بنسبة 07% و بمتوسط حسابي قدره 1.673 ، و منه الفرضية الجزئية الأولى تحققت.

الشكل رقم 15 : يمثل دائرة نسبية توضح النسبة المئوية لأنماط الهيمنة الدماغية



3-1-5- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

تنص الفرضية الجزئية الثانية على ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القوة الانفجارية تعزي لمتغير نمط الهيمنة الدماغية.

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي one way anova .

الجدول رقم 11 : نتائج تحليل التباين الأحادي

ANOVA					
القوة الانفجارية					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	مجموع مربعات التباين	درجات الحرية	متوسط مربعات التباين	قيمة فيشر	الدلالة

Between Groups التباين بين المجموعات	23.550	17	1.385	0.6540	0.7940
Within Groups التباين داخل المجموعات	25.417	12	2.118		
Total المجموع	48.967	29			

المصدر: مخرجات برنامج SPSS

من الجدول أعلاه الذي يوضح نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي أنوفا (ANOVA) قيمة فيشر $F=0.6540$ بمستوي معنوية 0.7940 وهي أكبر من مستوي معنوية 0.05 (Sig) $0.7940 < 0.05$ ، مما يشير الى عدم وجود فروق ، إذا يتم رفض الفرض البديل المطروح في الدراسة وقبول الفرض الصفري التالي :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القوة الانفجارية تعزي لمتغير نمط الهيمنة الدماغية.

5-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :

5-2-1- مناقشة نتائج الفرضية العامة :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (09) و التي تتص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - تبين أنه هناك علاقة طردية بين النمط (A) و القوة الانفجارية لمعامل ارتباط بيرسون أي أنه كلما تمتع اللاعب بنمط (A) كلما زادت قوته الانفجارية ، و التي تعزى في هذا السياق إلى أن اللاعب الذي يتمتع بالنمط (A) يتميز بالعقلانية و الواقعية و الحزم و يجيد حل المشكلات منطقيا و يميز بين الناس بسهولة و يحلل القضايا و يقوم بالقياسات الدقيقة ، كما أن أصحاب هذا النمط يعتمدون وبشكل كبير على الحقائق والمنطق والقدرة في التحليل ، هذا أن أصحاب هذا النمط لديهم امكانية تقييم النتائج مما ساعد هذا الفرد على تحسين قوته الانفجارية في غضون ممارسته لرياضة الكراتي دو ، وهذا على عكس اللاعبين الذين يتمتعون بالنمط (C) حيث تبين من خلال نتائج الجدول أنه توجد علاقة عكسية بين النمط (C) و القوة الانفجارية ، أي كلما كان اللاعب بهيمنة دماغية (C) كلما قلت قوته الانفجارية ، حيث أن أصحاب هذا النمط يتجهون نحو البديهية الحسية والاعتماد على عواطفهم وانفعالاتهم ومختلف المشاعر الأمر الذي يؤثر بشكل كبير على أداء هذا اللاعب خاصة وأن الانفعالات الغير سارة تمثل عامل للإحباط عند الأداء.

يرى الباحث أن الاعيين الذين يتمتعون بالنمط (A) يميلون الى حل المشكلات ومعالجتها بطريقة منطقية تستند إلى الدقة ، و لن تظهر العاطفة في معالجة المشكلات ، و بالتالي فإن عملية تقييم

الحقائق مهمة بالنسبة إليه ، و ميله نحو العلاقات العديدة و معرفة القياسات الدقيقة أثناء عملية التدريب و هذا ما يفسر زيادة قوته الانفجارية ، في حين أن الاعبين الذين يتمتعون بالنمط (C) يمتلكون مشاعر وعواطف من السهولة إثارته وظهورها لديهم مما يؤثر بشكل كبير على تركيزهم في العملية التدريبية ، وبالتالي هبوط في مستوى الأداء الانفجاري لديهم.

5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى :

في ضوء النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (10) و من خلال حساب النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - باستعمال طريقة التكرارات و النسب المئوية و المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لدى 30 لاعب كراتي دو - أوسط - ينتمون الى الأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة تبين أن النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية هو النمط (B) ، فدراسة خصائص هذا النمط بالنظرية يتضح أنه يقع بالجانب الأيسر السفلي من المخ ويتصف هذا النمط بأنه نمط موجه ، مخطط ، منظم ، تسلسلي، إجرائي، محافظ ، غير مخاطر، زمني ، وكل هذه الخصائص تتماشى مع طبيعة وخصائص ممارسي رياضة الكراتي دو، حيث نجد ممارستها يميلون إلى العمل في ضوء خطة محددة و يلتزمون أيضا بالبرنامج الزمني والتدريبي المنفذ من الجهاز الفني ، مع التزامهم التنافسي و الخططي المتفوق عليه مسبقاً ، ويتبعون القواعد و التعليمات المنظمة لبرنامج التدريب المحدد لهم ، بالإضافة إلى حسن إدارة الوقت والمحافظة عليه خلال الأداء لأن الزمن يمثل لهم منافس وتحدي كما هو الحال في منافسة الكاتا جماعي ، حيث يجب على الاعبين ان لا يتجاوز زمن أدائهم للكاتا و البونكاي ستة دقائق ، و هذا ما نجده في الخلفية النظرية حسب مصطفى قسيم الهيلات (2015) تعد نظرية الدماغ الكلي (Whole Brain Theory) لنيد هيرمان واحدة من النظريات التي تسلط الضوء على مجموعة من العمليات الديناميكية ، وتزيد الوعي وفهم النفس والأخرين وتساهم في التطور المجتمعي والمؤسسي ويرى هيرمان أن طريقة تفكيرنا المفضلة تؤدي الى استخدام جزء واحد من الأجزاء الأخرى ، ويؤدي هذا الى تطور ذلك الجزء من ناحية النشاط العقلي ، فتكنولوجيا الدماغ الكلي تعطينا الأساس لقياس درجة السيطرة الناتجة عن الأجزاء الأربعة للدماغ.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (هبة الله جابر محمود ، 2016) التي توصلت الى أن نمط السيادة المخية للجانب الأيسر من الدماغ النمط المفضل لدى ممارسي رياضة الكراتي دو ، كما توصلت هذه الدراسة أن نمط السيطرة المخية B التنفيذي (الجزء الأيسر السفلي من الدماغ) للأنشطة الفردية جاء بأعلى نسبة.

5-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

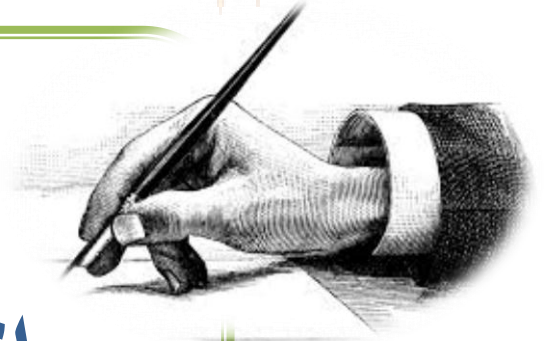
في ضوء النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 12 و بعد المعالجة الإحصائية للفروق في القوة الانفجارية و التي تعزى للهيمنة الدماغية و بعد عرض و تحليل النتائج المتحصل عليها باستعمال اختبار

تحليل التباين الأحادي أنوفا (ANOVA) تبين انه لا توجد فروق في القوة الانفجارية تعزى للمهيمنة الدماغية حيث أن اغلب النتائج في المقياس أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القوة الانفجارية للاعبين الكاراتي دو - أواسط - ، حيث أن أغلب نتائج اختبار سارجنت كانت متوسطة بغض النظر للنمط المهيم للاعب.

وهذه النتيجة تتفق مع الإطار النظري حيث اوضح هرمان أن لكل إنسان تفضيلاً أساسياً واحداً على الأقل ، أي يهيمن على تفكيره أحد الأنماط الأربعة A أو B أو C أو D ، وهذا لا يعني أن الشخص لا يستخدم بقية الأنماط بل على العكس فهو يستخدم جمع الأنماط بنسب معينة وحتى لو غلب على أحد الأشخاص أنه منطقي تحليلي فليس بالضرورة أن تكون كل صفات ذلك النمط فيه ، فقد يوجد أحدها و ينعدم الآخر و قد توجد صفة أخرى بنسب معينة و هذا ما يسمى بنظرية العنقود الشخصي ، و فكرة العنقود الشخصي تشير الى أن الإنسان يأخذ من كل نمط من الأنماط الأربعة نصيباً أو عدداً من الصفات و يسمى مجموع الأعداد بالعنقود الشخصي. (حسين و طارق ، 2013 ، ص 129)

الفصل السادس

الاستنتاجات والإقتراحات



6-1 - الاستنتاج العام

6-2 - الاقتراحات

6-1- الاستنتاج العام :

من خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها على لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنتمين للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة ، و من خلال عرض النتائج وتحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية ومن ثم مناقشتها، وفي حدود المنهجية العلمية المتبعة ومجتمع الدراسة الذي قمنا بتطبيق الاختبارات عليه توصلنا إلى جملة من الاستنتاجات نذكر منها ما يلي :

✓ لأنماط الهيمنة الدماغية علاقة بالقوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنتمين للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة ، بحيث أن اللاعبين الذين يتميزون بالنمط (A) هذا الأخير الذي يتميز بالعقلانية و التحليل و حل المشكلات بسهولة تكون قوتهم الانفجارية أفضل من اللاعبين الذين يهيمن عليهم النمط (C) و الذين يتميزون بالعلاقات مع الآخرين المشاعر والعواطف.

✓ النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنتمين للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة هو النمط (B) الذي يختص بالتخطيط و التنظيم و التسلسل و الدقة.

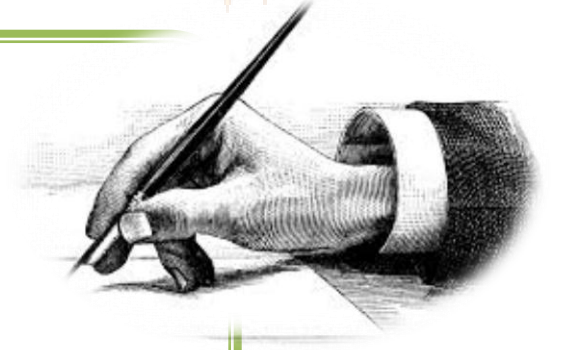
✓ لا توجد فروق في القوة الانفجارية تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أواسط - المنتمين للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة.

6-2- الاقتراحات :

استنادا إلى ما توصلنا إليه من نتائج بخصوص هذا الموضوع الذي يعتبر من المواضيع المهمة في المجال الرياضي من خلال فاعلية تأثيرات الدماغ على أداء اللاعبين و في هذا السياق ارتأينا عرض جملة من الاقتراحات الموجهة للمتخصصين في مجال التدريب الرياضي و كل من له علاقة بموضوع الدراسة و المتمثلة في النقاط التالية :

- ✓ الاهتمام بالتدريب على أنماط الهيمنة الدماغية و ذلك للاهيتها في بناء و تخطيط البرامج التدريبية لرياضة الكراتي دو بصفة عامة و بالجانب البدني الخاص بهذه الرياضة و منها صفة القوة الانفجارية التي تلعب دور كبير في الوصول الى النتائج والاهداف المرجوة.
- ✓ ضرورة إمام مدربي الكراتي دو بأنماط الهيمنة الدماغية لتحسين العملية التدريبية من جميع جوانبها المختلفة (البدنية ، المهارية ، الخططية ، النفسية ، المعرفية).
- ✓ ضرورة اهتمام مدربي الكراتي دو فئة أواسط بتدريب صفة القوة الانفجارية حسب النمط المهيمن للاعب.
- ✓ التوسع في مثل هكذا دراسات في طور الدكتوراه و التعمق في تفاصيلها بطريقة تجريبية.
- ✓ عقد أيام دراسية و تكوينية لكيفية التدريب على الهيمنة الدماغية.

قائمة المصادر
والمراجع



• المصادر :

- القرآن الكريم

• قائمة المراجع باللغة العربية :

- 1- أبو العلا ، أحمد عبد الفتاح (1997) : التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 2- أبو العلا ، احمد عبد الفتاح ، وأحمد ، نصر الدين سيد (2003) : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 3- ابراهيم ، عبد الستار و ابراهيم ، رضوي (2003) : علم النفس أسسه و معالم دراسته ، ط3 ، دار العلوم للطباعة و النشر ، الرياض .
- 4- احمد ، عبد الخالق (1986) : محاضرات في علم النفس الفسيولوجي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، مصر .
- 5- ألفت ، حسين كحلة (2014) : علم النفس العصبي ، مكتبة الأنجلو المصرية ، مصر .
- 6- امر الله احمد، البساطي:(2002) التدريب و الإعداد البدني في كرة القدم ، دار الجامعة الجديدة للنشر، الإسكندرية مصر .
- 7- أنوف و تيج ، ترجمة عادل عز الدين الأشلول، محمد عبد القادر عبد الغفار، نبيل عبد الفتاح عبد العزيز السيد (2006) : حقول علم النفس الفسيولوجي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، بيروت .
- 8- بهاء الدين ، ابراهيم سلامة (1994) : فسيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر
- 9- بوداود ، عبد اليمين و عطاء الله ، أحمد (2009) : المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .
- 10- بسطويسي ، أحمد (1999) : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 11- حسين ، عبد المجيد رشوان (2003) : في مناهج العلوم ، مؤسسة شباب الجامعة ، الإسكندرية مصر .
- 12- حسن ، السبد أبو عبيدة (2001) : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط1 ، مطبعة الأعمال الفنية ، الإسكندرية ، مصر .
- 13- الطريحي ، فاهم حسين و كاظم ، حيدر طارق (2013) : السلوكيات الذكية المستندة الى نصفي الدماغ عادات العقل و السيادة الدماغية ، ط1 ، دار صفاء للطباعة والنشر ، مؤسسة دار الصادق الثقافية ، عمان الأردن .
- 14- يوسف ، لازم كماش وصالح ، بشير سعد أبو خيط (2011) : علم وظائف الأعضاء في

- المجال الرياضي ، ط1 ، دار زهران للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن
- 15- كرستين تمبل، ترجمة عاطف أحمد (1990) ؛ المخ البشري ، عالم المعرفة ، سلسلة ثقافية شهرية عن المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب ، الكويت.
- 16- ليلي ، السيد فرحات (2001) : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب لنشر ، القاهرة ، مصر .
- 17- لؤي غانم ، الصميدعي وآخرون (2011) : الفيزياء و البيوميكانيك في الرياضة ، مطبعة صلاح الدين ، اربيل ، العراق.
- 18- - لغريب ، فيصل (2015) : مشروع عمل - تكوين ولائي للمدربين - ، الرابطة الولائية للكراتيه دو ، المسيلة ، الجزائر .
- 19- محمد ، عوض البسيوني ، ياسين ، الشاطئ (1991) : نظريات وطرق التدريب في التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، القاهرة ، مصر .
- 20- المولى، موفق مجيد وآخرون (2017) : المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب بكرة القدم، الطبعة الأولى، مركز الفيصل للطباعة والنشر، بغداد، العراق.
- 21- محمد أحمد ، عبد الخليل (1999) : حارس المرمى في كرة اليد ، ط1 ، دار الكتاب للنشر ، لبنان .
- 22- مفتي ، إبراهيم حماد (2001) : التدريب الرياضي الحديث تخطيط - تطبيق - قيادة، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 23 - النعمة ، طه وصباح ، العجيلي (2004) : مدخل الى علم النفس ، منشورات المجمع العلمي دائرة العلوم الإنسانية ، سلسلة مدخل العلوم الإنسانية ، العراق.
- 24- سامي ، محمد ملحم (2000) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة ، عمان ، الأردن.
- 25- سامي ، عبد القوي (2001) : علم النفس العصبي : الأسس و طرق التقييم ، ط1 ، جامعة الإمارات رقم 64 ، مطبوعات جامعة الإمارات ، القاهرة.
- 26- سليمان ، عبد الواحد ، يوسف ، ابراهيم (2007) : المخ و صعوبات التعلم، مكتبة الأنجلو مصرية ، القاهرة.
- 27- سّيد ، أحمد نصر الدين (1993) : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

- 28- سناء ، ابراهيم أبو دقة وسمير ، خالد الصافي (2013) : تطبيقات علمية باستخدام الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS في البحث التربوي النفسي ، ط1 ، مكتبة لأفاق الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين.
- 29- عادل ، عبد البصير علي (1999) : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 30- عبد الجبار ، قيس ناجي و بسطويسي ، احمد (1987) : الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد ، العراق.
- 31- عبد الوهاب ، محمد كامل (1997) : علم النفس الفسيولوجي ، ط3، مكتبة النهضة المصرية القاهرة .
- 32- عبد الوهاب ، محمد كامل (1994) : علم النفس الفيزيولوجي ، ط2 ، جامعة طنطا.
- 33- عبد الرحمن ، العيسوي (1998) : أصول البحث السيكولوجي، دار الراتب الجامعية ، بيروت.
- 34- عدنان ، يوسف العنوم (2004) : علم النفس المعرفي : النظرية و التطبيق ، الطبعة الأولى ، دار المسيرة لنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن.
- 35- عيسى ، مراد علي وخليفة ، وليد السيد (2007) : كيف يتعلم المخ ذو صعوبات الكتابة والعسر الكتابي ، ط1 ، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر ، مصر.
- 36- علي ، سموم الفرطوسي ، وأخرون (2015) : القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي مطبعة المهيمن ، بغداد .
- 37- العساف ، محمد صالح (1995) : المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، ط 2 ، مكتبة العبيكان ، الرياض.
- 38- عفانة ، عزو و الخزندار ، نائلة (2004) : التدريس الصفى بالذكاوات المتعددة ، ط1، آفاق للنشر و التوزيع ، غزة .
- 39- عثمان ، حسن عثمان (1998) : المنهجية في كتابة البحوث والرسائل الجامعية ، منشورات الكتاب ، باتنة ، الجزائر .
- 40- صباح ناصر، العوجي (2014) : علم وظائف الأعضاء ، ط3 ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن.
- 41- القيسي ، هند رجب (1990) : علاقة اساليب التعلم والتفكير المرتبطة بنصفى الدماغ (الأيمن ، الأيسر) بلابداع والجنس ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الأردن .
- 42- رامي ، محمد الطاهر سالم (2013) : تأثير استخدام التدريبات الباليستية على القدرة العضلية للرجلين وعلاقتها بالمستوى الرقمي للوثب الطويل ، دار الوفاء ، الاسكندرية

43- راضي ، الواقفي (1998) : مقدمة في علم النفس ، ط3، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان

44- ريسان ، خريبط مجيد (2014) : المجموعة المختارة في التدريب و فسيولوجيا الرياضة ، ط1 مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

• قائمة المجالات :

1-ابراهيم ، رواشدة (2010) : أنماط التعلم لدى طلبة الصف التاسع في أريد و أثرها في تحصيلهم في الكيمياء ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 6 ، عدد 4 ، كلية التربية ، جامعة اليرموك ، إريد ، الأردن ، ص ص 361-375 .

2- أحمد السيد ، عبد السلام (2019) : أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى حكام رياضه الكاراتيه ، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة ، المجلد 24 ، الجزء 10 ، جامعة بنها -كلية التربية الرياضية للبنين ، مصر ، ص ص 01 - 23 .

3-أحمد ، جمعة عواد جمعة (2020) : تأثير التدريب البليوميترى على فعالية الأداء المهاري لبعض الركلات للاعبى الكاراتي ، مجلة التحدي ، المجلد 12 ، العدد 01 ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة العربي بن مهدي ، أم البواقي ، الجزائر ، ص ص 10-34.

4-ناجي محمود ، ناجي النواب واللق نائر، زكي (2019):السيطرة الدماغية لدى طلبة الجامعة ، مجلة أبحاث الذكاء والقدرات العقلية ، العدد (27) ، جامعة بغداد / كلية التربية للعلوم الصرفة / ابن الهيثم ، العراق.

5-هالة ، كمال الدين حسن مقلد (2020) : أنماط الهيمنة الدماغية المنبئة بأبعاد الذكاء الناجح لدى طلاب كلية التربية النوعية ، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ، مجلد 14 ، العدد 9 ، جامعة الفيوم ، مصر ، ص ص 194-236 .

6-حزام أسود (2010) : "مجلة شهرية للمصارعة الآسيوية و الفنون الدفاعية " ، العدد 06 شهر جوان .

7-الزيات فتحي مصطفى ، الزيات (1998) : الأسس البيولوجية والنفسية للنشاط العقلي المعرفي (المعرفة ، الذاكرة ، الابتكار) ، سلسلة علم النفس المعرفي 3 ، ط1 ، دار النشر للجامعات ، القاهرة.

8-طارق ، عبد الرحيم (2016) : البنية العاملة والنيورولوجية لمقياس الهيمنة الدماغية (EBDS) في ضوء متغيري السيطرة الدماغية والنوع لدى طلاب كلية التربية بسوهاج ، المجلة النوعية لكلية التربية النوعية جامعة المنوفية ، مج 1 ، ع 6 ، مصر ، ص ص 645-674.

9-يوسف ، عبد الفتاح محمد (1995) :_الأبعاد الأساسية للشخصية و أنماط التعلم و التفكير لدى عينة من الجنسين بدولة الإمارات، مجلة علم النفس، السنة 9 ، العدد 35 ، القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، ص ص 28-53 .

- 10- محمد ، الجعفري ، وهديل ، الطاهر (2020) : دور الوعي بالذات في فعالية سلوك القائد الإداري ، دراسة حالة جامع الخرطوم ، العدد 13 ، المجلد 4 ، المجلة العربية للعلوم التربوية و النفسية ، جامعة النيلين الخرطوم ، السودان .
- 11- عبد العزيز ، الوصابي (2021) : القوة الانفجارية وعلاقتها بتطوير مهارة اللكمة المستقيمة (او تسوكي- جياكو تسوكي) في اختصاص الكاتا لرياضي المستوى العالي في الكاراتيه ، مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية ، المجلد 04 ، العدد 07 ، جامعة زيان عاشور الجلفة ، الجزائر ، ص ص 155-168 .
- 12- عبد الرحيم ، أنور رياض و إبراهيم ، علي (1988) : الوظائف الانفعالية للنصفين الكرويين للمخ لدى عينة من طلاب جامعة المينا ، مجلة البحث في التربية وعلم النفس ، المجلد 1 ، العدد 3 ، مصر
- 13- صابر ، قشوش ، سمايلي يامنة ، إبراهيم ، راحيس (2019) : فاعلية برمجة مقياس نيد هيرمان للسيطرة الدماغية (D . C . B . A) على بعض المتغيرات (الدقة ، سرعة الاستجابة في درجة الرضا و الاندفاع نحو الاستجابة ، الكلفة) ، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية و الإنسانية ، العدد (21) ، ص ص 190-200 .
- 14- صلاح ، أحمد مراد و آخرون (1982) : أنماط التعلم والتفكير لطلاب الجامعة وعلاقتها بالتحصن الدراسي، مجلة كلية التربية ، المنصورة العدد (5) .
- قائمة الرسائل و الأطروحات الجامعية :

- 1- أفروجن ، يمين ، وسليمان ، سمير ، وجودير ، علي ، (2006) ، " مدى تأثير رياضة الكاراتي في التقليل من السلوك العدواني لدى المراهقين ، جامعة الجزائر ، الجزائر .
- 2- باسل ، خوجة (2019) : استخدام التكنولوجيات الحديثة في تقييم صفتي القوة الانفجارية والمرونة لدى لاعبي كرة القدم ، أطروحة دكتوراه ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر 3 ، الجزائر .
- 3- محمد ، بلکرد (2017) : بناء مقياس للكشف عن أنماط التفكير حسب نظرية هيرمان ، أطروحة دكتوراه ، كلية العلوم الاجتماعية شعبة علم النفس ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر .
- 4- نذير ، قندوزان ، (2009) ، فعالية أسلوب الاسترخاء العضلي في إدارة الضغوط النفسية لدى رياضي نخبة الكاراتي دو الجزائرية ، أطروحة دكتوراه ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر 03 ، الجزائر .

5- سامية ، فمام (2020) : أنماط التفكير وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى الزوجين - وفق نظرية السيطرة الدماغية لنيد هيرمان ، مذكرة ماستر ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة محمد خيضر ، بسكرة ، الجزائر .

6- عبد الرحيم ، بشريف خلادي (2020) : أثر التدريب البليومتري على تنمية القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلية (عضلة الساق) لدى ممارسي رياضة الكاراتي دو ، مذكرة لسانس ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر .

7- العيداني ، محمد الصغير ، ومحمد ، يحيى ، (2007) ، الكاراتي دو وأثرها في التقليل من السلوك العدواني لدى المراهقين (15 - 18) سنة ، مذكرة ليسانس ، جامعة الجزائر ، الجزائر .

8- صالح ، تماسيني وعبد الغني ، بكي (2022) : علاقة أنماط التفكير بالميول المهنية ، مذكرة ماستر ، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ، جامعة الشهيد حمة لخضر ، الوادي ، الجزائر .

9- خالد ، شنوف (2016) : استخدام تدريبات البليومتري و الانتقال والمختلط لتطوير القوة الانفجارية وتأثيرها على بعض القدرات البدنية لدى مصارعي الكاراتيه ، اطروحة دكتوراه ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر .

• قائمة المراجع باللغة الجنبية :

1- Amara , Adoul (1991) : **KARATE DO** , Edition Dahlab , ALGER .

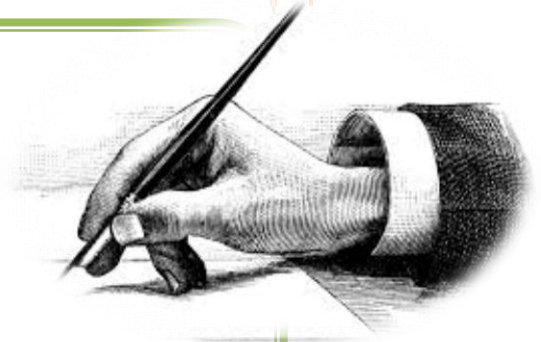
2- A.Delmas (1979) : **anatomie humaine , descriptive , topographique et fonctionnelle**, Tome 3 , 11e édition, Masson , Paris .

3- Armstrong , T (2000) : **Multiple Intelligence in the Classroom**, 2nd edition Alexandria , Virginia , USA (ASCD).

4- HABERSETZER , G & HABERSETZER , R (2004) : **encyclopédie des arts martiaux de l'extrême orient** , Amphora , Paris .

5- HABERSETZER , R (2004) : **karaté kata : les 30 katas du shotokan** , Amphora , Paris , France .

الملاحق



الملحق رقم 01

مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية من اعداد صالح صلاح معمار

البيانات العامة

الاسم :

اللقب :

السن :

الجنس :

المستوى الدراسي :

العمر التدريبي :

بعد التحية والاحترام

يرجى الإجابة عن كل العبارات بتركيز واهتمام ، وبكل صدق وامانة مع النفس ، وذلك بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة حسب ما ينطبق عليك وتفعله شخصياً وليس ما تأمله ، وتذكر بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، إنما الإجابة تعبر عن وجهة نظرك ، مثال : عندما تكون الإجابة (نعم) ضع علامة (x) أمام البديل نعم.

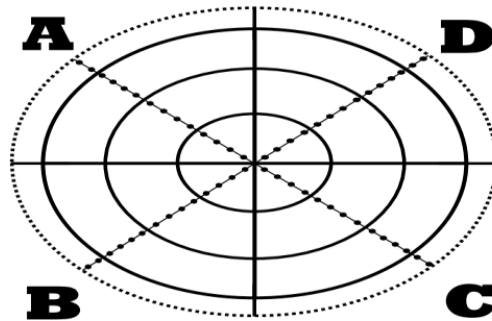
الرقم	الفئة	العبارة	نعم	لا
1	A	حرصى على الدقة والحقائق قد يجعلني في نظر الآخرين جاف المشاعر.		
2	C	أعمل مع الآخرين عن طيب نفس من أجل هدف مشترك.		
3	A	أدرك الأرقام و أتصورها و أعي دلالتها و لي القدرة على حسابها و تطويعها لما أُرغب.		
4	C	لدي القدرة على توقع احتياجات الآخرين و من ثم مراعاتها.		
5	D	أدرك الكثير من الأشياء بالحدس و البديهية دون التفكير العميق فيها.		
6	B	حذر و حريص و اهتم بالعواقب كثيراً.		
7	C	أجمل اللحظات هي اللحظات التي أسعد فيها الآخرين.		
8	D	أتحمس للأهداف و أكرس لها وقتي و جهدي كله.		
9	A	أستطيع أن احدد سبب المشكلة عند حدوثها و أحلها ثم أجد لها الحل المناسب.		
10	B	لا يمكن أن أصبر على الفوضى بل أرتب و أنظّم كل الأمور و الأشياء الخاصة و العامة.		
11	C	لدي القدرة على تنمية العلاقات مع الآخرين و المحافظة عليها و التواصل معها.		
12	D	المال عندي للإنفاق و يصعب علي جمعه.		
13	A	لا أصرف شيئاً من مالي إلا بعد تحليل و دراسة متأنية لمدى أهمية الأمر لي.		
14	D	أكره الروتين و أحب التغيير دائماً.		
15	B	أحافظ على أغراضي و ممتلكاتي بطريقة مرتبة و منظمة.		
16	D	يقول بعض الناس عني(أنت مندفع و لا يمكن توقع أفعالك).		

		أعتبر نفسي أسير بوضوح إلى هدفي الذي قررتة.	A	17
		أنفذ الأمور دائما خطوة بخطوة و أتمتع بالدقة في عملي.	B	18
		أعتبر أن علاقتي الطيبة مع الآخرين هي أعز ما أملك.	C	19
		أميل للفعل أكثر من ميلي للتأمل و التفكير و التنظيم.	B	20
		مستعد للخدمة و تقديم نفسي للآخرين متى احتاجوا إلى ذلك.	C	21
		أجد نفسي أفكر و أستنتج بعيدا عن العاطفة و المشاعر.	A	22
		يعتمد علي الآخرون و يتقون في إنجازي و إخلاصي.	B	23
		أحب التحدث مع الآخرين عن مشاعري و قصصي.	C	24
		تستهويني الأفكار غير الاعتيادية و التي يسميها الآخرون أفكار مجنونة.	D	25
		لدي قدرة عالية على تحليل الأحداث و استنتاج آثارها المنطقية.	A	26
		لدي القدرة على مواصلة العمل حتى إنجازه.	B	27
		أجيد بث الحماس في همم الآخرين.	C	28
		أمتلك معرفة مميزة بالمواضيع العلمية و التقنية.	A	29
		أعتبر نفسي عطوفا و لطيفا و أنس بالآخرين و أساعدهم متى احتاجوا.	C	30
		أحب العمل في أكثر من شيء في وقت واحد.	D	31
		أراقب وجوه الآخرين لا إراديا عندما يتحدثون إلي.	C	32
		كثيرا ما تراودني الأفكار الجديدة.	D	33
		لا أحب أن يقاطع أحد نمطي الروتيني.	B	34
		أشعر بارتياح أثناء أدائي لأعمال التصنيف و الترتيب و التنظيم.	B	35
		أهتم عادة بالصورة العامة و لا أدقق في التفاصيل.	D	36
		أعتقد أن العمل أهم بكثير من المشاعر الإنسانية.	A	37
		يفضل الآخرون أن أتولى زمام القيادة.	A	38
		أدون التزاماتي الاجتماعية في مفكرتي الخاصة و احرص على القيام بها.	B	39
		أتمتع بروح الدعابة التي قد توقعني في مشاكل.	D	40
		أميل في حكمي على الأشياء على حدسي وتوقعاتي أكثر من ميلي إلى الدقة و التحليل.	D	41
		أفضل تعليمات محددة على أن يترك الأمر بلا تعليمات محددة وواضحة.	B	42
		يصفني الناس بأني عاطفي.	C	43
		يصفني الناس بأني حريص (أو) حذر (أو) منضبط.	B	44
		يصفني الناس بأني مغامر.	D	45
		يصفني الناس بأني حازم (أو) عقلاني.	A	46
		أحب معرفة التفاصيل و خطوات أي عمل سأقوم به.	B	47
		لا أحب الأنظمة و القوانين و أشعر بأنها تقيدني.	D	48
		أحب الشعر (أو) القصص (أو) التواصل مع الآخرين.	C	49
		أشعر بأنه يجب أن تنفذ القوانين و العقوبات بحزم و بدون عاطفة أو مجاملات.	A	50
		لا أحب الأشياء المحتملة أو التي لا يمكن توقع نتائجها (غير مضمونة)	A	51

		أحب مساعدة الآخرين و إعطائهم من وقتي و مالي و جهدي.	C	52
		أحب التخطيط المفصّل لأي عمل سأقوم به.	B	53
		عندما شرائي لجهاز جديد احاول تشغيله بنفسي دون اللجوء إلى كتيب التشغيل	D	54
		أحب الاستماع لمشاكل الآخرين و مساعدتهم.	C	55
		لدي القدرة في التعامل مع الأرقام (أو) الحسابات.	A	56

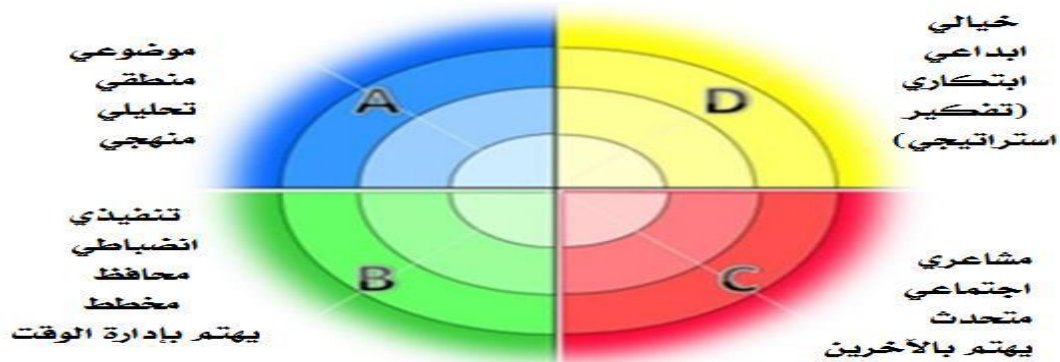
أجمع قيم كل حرف وأضعه في جدول المجموع:

D	C	B	A



مقياس هيرمان

بوصلة تحليل الأنماط الشخصية



(SPSS.V27) Statistical Package for the Social Sciences

أولاً: نتائج ثبات أداة الدراسة

GET

FILE='D:\Desktop\مذكرات الطلبة 2025\spss رفیق عمروں العينة\سبور
الاستطلاعية العينة\سبور - Copy.sav'.

DATASET NAME DataSet2 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

/VARIABLES=العبارة 1 العبارة 2 العبارة 3 العبارة 4
العبارة 5 العبارة 6 العبارة 7 العبارة 8 العبارة 9
العبارة 10 العبارة 11 العبارة 12 العبارة 13 العبارة 14
العبارة 15 العبارة 16 العبارة 17 العبارة 18
العبارة 19 العبارة 20 العبارة 21 العبارة 22 العبارة 23
العبارة 24 العبارة 25 العبارة 26 العبارة 27
العبارة 28 العبارة 29 العبارة 30 العبارة 31 العبارة 32
العبارة 33 العبارة 34 العبارة 35 العبارة 36 العبارة 37
العبارة 38 العبارة 39 العبارة 40 العبارة 41 العبارة 42
العبارة 43 العبارة 44 العبارة 45 العبارة 46 العبارة 47
العبارة 48 العبارة 49 العبارة 50 العبارة 51 العبارة 52
العبارة 53 العبارة 54 العبارة 55 العبارة 56
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.

Reliability

Notes	
Output Created	07-MAY-2025 21:21:15
Comments	
Input	Data D:\Desktop\مذكرات الطلبة 2025\spss رفیق عمروں العينة\سبور عمروں الاستطلاعية - Copy.sav
	Active Dataset DataSet2
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 7

	Matrix Input	D:\Desktop\مذكرات رفيق 2025\spss العينة\اسبور عمرون الاستطلاعية - Copy.sav
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax		RELIABILITY
		/VARIABLES=العبارة 1 العبارة2 العبارة3 4 العبارة5 العبارة6 العبارة 7 العبارة8 العبارة9 العبارة 10 العبارة11 العبارة 12 العبارة13 العبارة 14 العبارة15 العبارة 16 العبارة17 العبارة 18 العبارة 19 العبارة20 العبارة 21 العبارة22 العبارة 23 العبارة24 العبارة 25 العبارة26 العبارة 27 العبارة 28 العبارة29 العبارة 30 العبارة31 العبارة 32 العبارة33 العبارة 34 العبارة35 العبارة 36 العبارة37 العبارة 38 العبارة39 العبارة 40 العبارة41 العبارة 42 العبارة43 العبارة 44 العبارة45 العبارة 46 العبارة47 العبارة 48 العبارة49 العبارة 50 العبارة51 العبارة 52 العبارة53 العبارة 54 العبارة55 العبارة 56 العبارة /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet2] D:\Desktop\مذكرات الطلبة 2025\spss رفيق
 Copy.sav - الاستطلاعية العينة\سبور عمرون

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary		
	N	%

Cases	Valid	7	100.0
	Excluded^a	0	.0
	Total	7	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.781	56

ثانياً: نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات الدراسة

EXAMINE VARIABLES=القوة الانفجارية الهيمنة الدماغية
 /PLOT BOXPLOT NPLOT
 /COMPARE GROUPS
 /STATISTICS DESCRIPTIVES
 /CINTERVAL 95
 /MISSING LISTWISE
 /NOTOTAL.

Explore

Notes		
Output Created		07-MAY-2025 22:33:39
Comments		
Input	Data	D:\Desktop\مذكرات رفيق 2025\spss العينة\اسبور عمرون الأساسية.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	30
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing.

	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used.
Syntax		EXAMINE VARIABLES= الهيمنة الدماغية القوة الانفجارية /PLOT BOXPLOT NPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS DESCRIPTIVES /CINTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:01.14
	Elapsed Time	00:00:01.11

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
الهيمنة الدماغية	30	100.0%	0	0.0%	30	100.0%
القوة الانفجارية	30	100.0%	0	0.0%	30	100.0%

Descriptives				
			Statistic	Std. Error
الهيمنة الدماغية	Mean		1.7315	.01506
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.7007	
		Upper Bound	1.7624	
	5% Trimmed Mean		1.7278	
	Median		1.7321	
	Variance		.007	

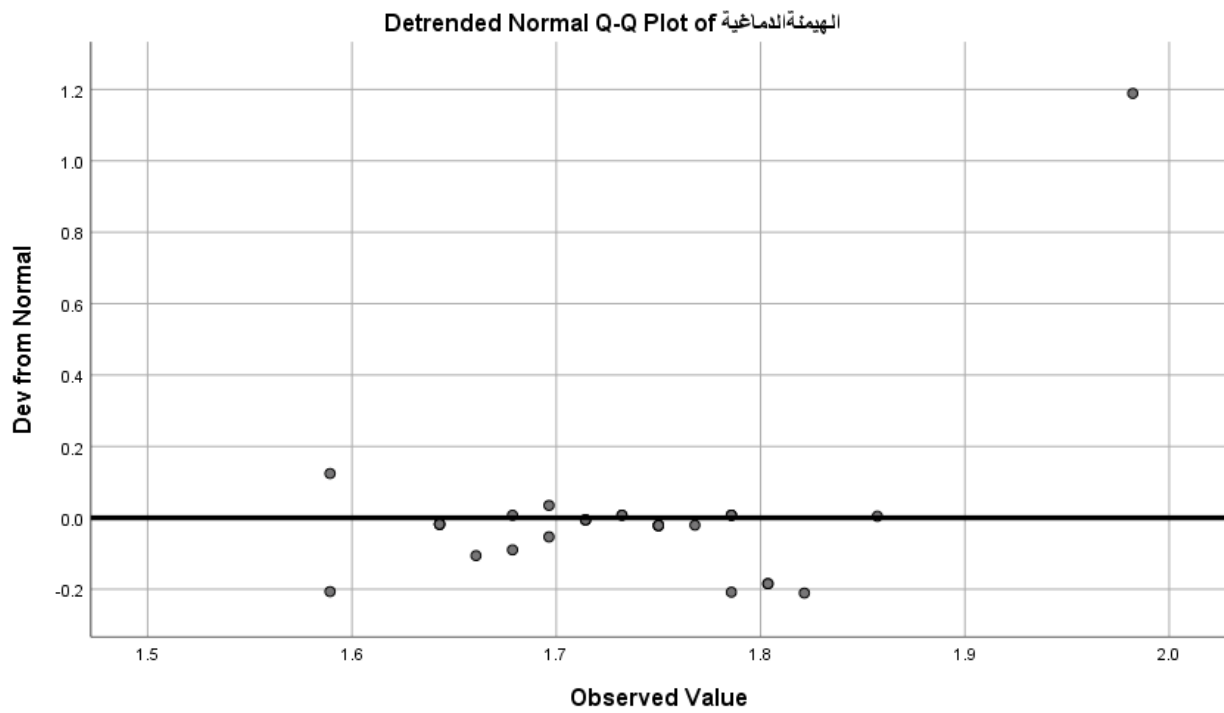
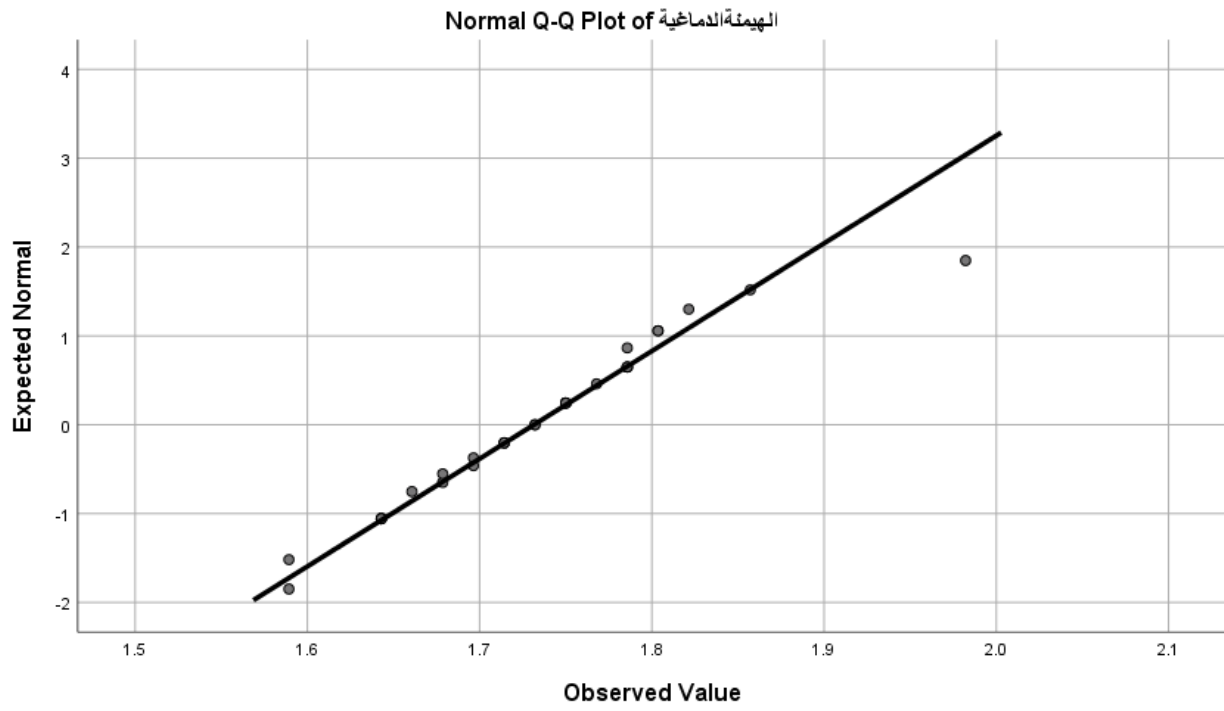
	Std. Deviation		.08250	
	Minimum		1.59	
	Maximum		1.98	
	Range		.39	
	Interquartile Range		.11	
	Skewness		.697	.427
	Kurtosis		1.662	.833
القوة الانفجارية	Mean		3.97	.237
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.48	
		Upper Bound	4.45	
	5% Trimmed Mean		3.96	
	Median		4.00	
	Variance		1.689	
	Std. Deviation		1.299	
	Minimum		1	
	Maximum		7	
	Range		6	
	Interquartile Range		2	
	Skewness		.167	.427
	Kurtosis		.442	.833

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
الهيمنة الدماغية	.091	30	.200*	.953	30	.209
القوة الانفجارية	.223	30	.001	.939	30	.087

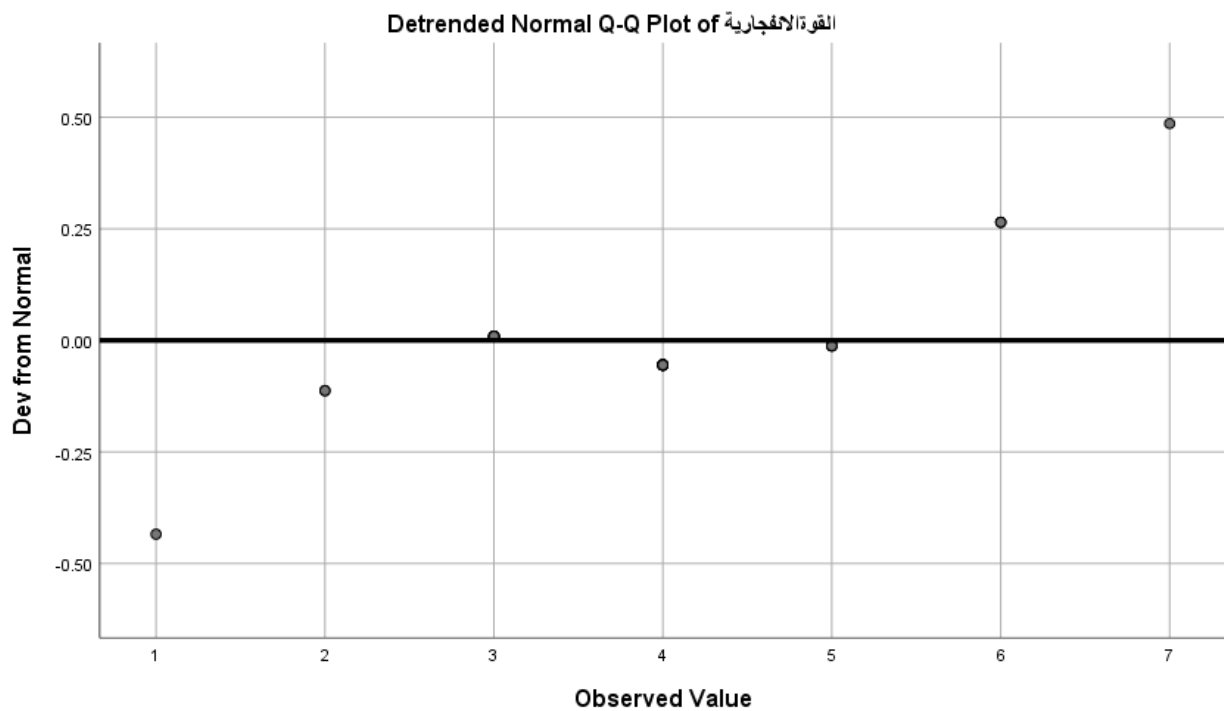
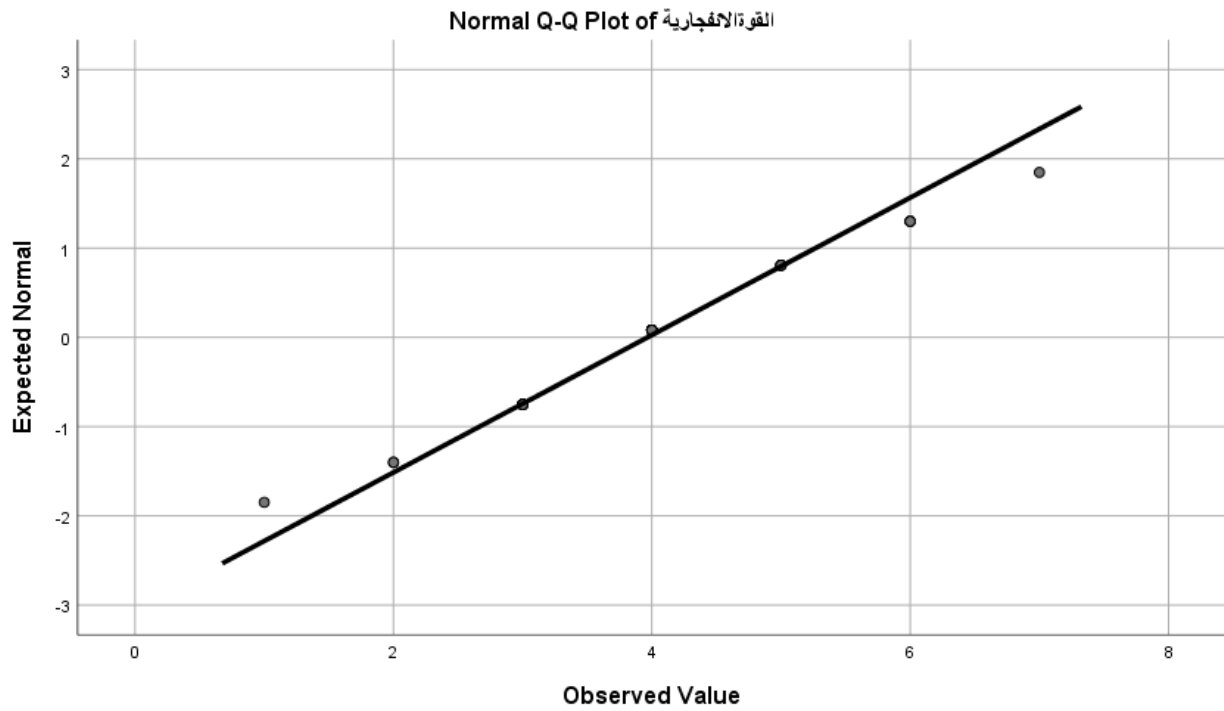
*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

الهيمنة الدماغية



القوة الانفجارية



ثالثا: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA

الهيمنة الدماغية BY القوة الانفجارية ONEWAY
 /STATISTICS HOMOGENEITY
 /MISSING ANALYSIS.

Oneway

Notes

Output Created		07-MAY-2025 21:05:16
Comments		
Input	Data	D:\Desktop\مذكرات رفيق 2025\spss العينة\اسبور عمرون الأساسية.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	30
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on cases with no missing data for any variable in the analysis.
Syntax		ONEWAY القوة الهيمنة BY الانفجارية الدماعية /STATISTICS HOMOGENEITY /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.03

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
القوة الانفجارية	Based on Mean	2.186	5	12	.124
	Based on Median	.425	5	12	.822
	Based on Median and with adjusted df	.425	5	6.258	.817
	Based on trimmed mean	1.924	5	12	.164

نتائج

ANOVA					
القوة الانفجارية					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	23.550	17	1.385	.654	.794
Within Groups	25.417	12	2.118		
Total	48.967	29			

رابعاً: معامل الارتباط بيرسون بين أنماط الهيمنة الدماغية والقوة الانفجارية

CORRELATIONS

/VARIABLES=الصف A الصف B الصف C الصف D

القوة الانفجارية

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/MISSING=PAIRWISE.

Correlations

Notes		
Output Created		08-MAY-2025 14:41:11
Comments		
Input	Data	D:\Desktop\مذكرات\رفيق 2025\spss العينة\اسبور عمرون الأساسية.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	30
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.

Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES= الصف A الصف B الصف C الصف D القوة الانفجارية /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRW ISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.03
	Elapsed Time	00:00:00.06

Correlations						
		الصف A	الصف B	الصف C	الصف D	القوة الانفجارية
الصف A	Pearson Correlation	1	.189	-.191	.253	.435*
	Sig. (2-tailed)		.318	.312	.178	.016
	N	30	30	30	30	30
الصف B	Pearson Correlation	.189	1	-.028	-.520**	.049
	Sig. (2-tailed)	.318		.884	.003	.796
	N	30	30	30	30	30
الصف C	Pearson Correlation	-.191	-.028	1	.237	-.381*
	Sig. (2-tailed)	.312	.884		.208	.038
	N	30	30	30	30	30
الصف D	Pearson Correlation	.253	-.520**	.237	1	.237
	Sig. (2-tailed)	.178	.003	.208		.207
	N	30	30	30	30	30
القوة الانفجارية	Pearson Correlation	.435*	.049	-.381*	.237	1
	Sig. (2-tailed)	.016	.796	.038	.207	
	N	30	30	30	30	30
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).						
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).						

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة : الهيمنة الدماغية وعلاقتها بالقوة الانفجارية لدى رياضيي الكراتي دو - أوسط - دراسة ميدانية للأندية المنخرطة في الرابطة الولائية للكراتي دو المسيلة

أهداف الدراسة :

- التعرف على العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و القوة الانفجارية لدى لاعبي الكراتي دو .
- التعرف على النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو .
- التعرف على الفروق في اختبار القوة الانفجارية وعلاقتها بأنماط الهيمنة الدماغية.

منهج الدراسة : يعتبر المنهج الوصفي الارتباطي هو المنهج الملائم للمعالجة حسب أهداف الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة :

مجتمع الدراسة : تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي الكراتي دو - أوسط - للنوادي الرياضية المنخرطة في

الرابطة الولائية للكراتي دو موسم 2024 / 2025 والمتمثل في 37 لاعب - أوسط - .

عينة الدراس : اعتمدنا على اسلوب المسح الشامل من اجل دقة النتائج والابتعاد عن اسلوب المعاينة ،

حيث تم جمع البيانات من كل مفردة من مفردات المجتمع الاصلي.

أساليب جمع البيانات : تم الاعتماد على مقياس أنماط الهيمنة الدماغية (HBDI) لنيدي هيرمان من

اعداد صالح صلاح معمار و اختبار سارجنت (SARGENT TEST) لقياس القوة الانفجارية للأطراف

السفلية.

نتائج الدراسة : من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

- أن النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي الكراتي دو - أوسط - هو النمط (B)
- أن اللاعب الذي يتمتع بالنمط (A) تكون قوته الانفجارية أفضل من اللاعب الذي يتمتع بأحد الأنماط الأخرى (A-C-D).

الاقتراحات و الفرضيات المستقبلية :

- ✓ الاهتمام بالتدريب على أنماط الهيمنة الدماغية و ذلك للاهميتها في بناء و تخطيط البرامج التدريبية لرياضة الكراتي دو .
- ✓ ضرورة إمام مدربي الكراتي دو بأنماط الهيمنة الدماغية لتحسين العملية التدريبية من جميع جوانبها المختلفة (البدنية ، المهارية ، الخططية ، النفسية ، المعرفية) .
- ✓ ضرورة اهتمام مدربي الكراتي دو فئة أوسط بتدريب صفة القوة الانفجارية حسب النمط المهيمن للاعب .
- ✓ التوسع في مثل هكذا دراسات في طور الدكتوراه و التعمق في تفاصيلها بطريقة تجريبية .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ