))التصور العقلي وعلاقته بدقة التهديف في ركلات الجزاء بكرة القدم((

ملخص البحث

هدف البحث الى التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة التهديف في ركلات الجزاء بكرة القدم وافترض الباحث بانه توجد علاقة ذات دلاله احصائية بين التصور العقلي ودقة التهديف في ركلات الجزاء بكرة القدم ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (50) لاعبا يمثلون أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة صلاح الدين وتم أجراء التجربة الرئيسة بتطبيق مقياس التصور العقلي ومن ثم أختبار دقة التهديف من ركلات الجزاء بكرة القدم ، كما استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات الخام المستحصلة من العينة.

وأستنتج الباحث ما يلي:

-1أهمية التصور البصري في زيادة دقة التهديف في كرة القدم.

-2إن للتصور السمعي ارتباطا عاليا في زيادة دقة التهيف.

-3إن الإحساس الحركي بأجزاء الجسم المختلفة لحظة التهديف أهمية عالية في نتيجة التهديف لا سيما في ركلات الجزاء.

وقد توصل الباحث الى مجموعة من التوصيات أهمها:

-1زيادة الاهتمام بالتدريب العقلي عند وضع مناهج التدريب للفرق الرياضية بكرة القدم.

-2عقد دورات تدريبية لمدربي كرة القدم في الإعداد النفسي والتدريب على المهارات النفسية.

Abstract

((Mental perception and its relationship to accurately scoring penalties in football))

The study aims to identifying the level of precision-guided penalties in football.

Imposition of research:

- Statistically significant relationship between perception and precision-guided mental penalties in football.

Action research:

The searcher using a scale of mental perception in sports l (Mohamed Arabi Chamoun and Magda Ismail) has been applied to many research under this named. As a researcher using precision-guided test to measure the accuracy of skilled researcher conducting the experiment Chairperson on a sample search on each club as the distribution of the sample Form After completing Form fill the sample is tested for accuracy and scoring record results in a special form. It also used statistical researcher bag (SPSS) to deal with raw data obtained from the sample.

In the light of the findings of the scientist's most significant conclusions emerged:

1 - the importance of visual perception in increasing the accuracy of scoring

in soccer.
2 - that the perception of the audio is high in Althaiev increase accuracy.
3 - The sense of muscular body parts of different scoring a moment of high importance in the outcome, particularly in scoring a penalty kick.
In the light of the findings of the researcher recommends the following:
1 - increased attention to training in the development of mental training curricula for sports teams to football.
2 - holding training courses for trainers of football in the psychological and mental skills training.

الباب الأول

.1التعريف بالبحث :

-1المقدمة وأهمية البحث :

لم يأتي التقدم الحاصل في لعبة كرة القدم من فراغ بل جاء نتيجة التطور الحاصل في العملية التدريبية ، اذ اصبح الاعداد النفسي جزء لا يتجزء من الاعداد البدني والفني والخططي ، وهو يلعب دورا هاما في التدريب الحديث، اذ ان هبوط الحالة العقلية للاعب يجعل اداءه اقل مما هو مطلوب . يعد التدريب العقلي احد الوسائل الحديثة المستخدمة لتنشيط العملية التعليمية والتدريبية واصبح احد استراتيجيات تكنلوجيا التدريب الرياضي لما له من دور ايجابي في تطور مستوى الاداء الجيد مهاريا وخططيا "اذ توصلت الدراسات الحديثة الى ان اللاعبين الذين يستخدمون التصورالعقلي يؤدون مهاراتهم الرياضية بدرجة اكبر من غير المستخدمين . ( )"
وتعد مهارة التهديف في كرة القدم من المهارات المهمة والتي تحتاج الى تركيز عالي وخاصة عند اداء ركلة الجزاء نتيجة الضغط النفسي على اللاعب لكون نتيجتها عامل مهم في تحديد نتيجة المباراة وهو هدف كل مدرب او فريق ، ان لاعب كرة القدم يتطلب منه دقة عالية في اداء مهارة التهديف وخاصة في ركلات الجزاء لان "الدقة هي متغير مهم في مجال التعلم الحركي والسلوك الحركي لان الكثير من المهارات الحركية تتطلب تنفيذ حركي بأقل اخطاء ممكنة"( ).ومن هنا تكمن اهمية هذا البحث في معرفة العلاقة بين التدريب العقلي ودقة التهديف في ركلات الجزاء .

2-1مشكلة البحث :
ان تعلم المهارات الاساسية في كرة القدم لايعتمد فقط على الجانب البدني والفني وأنما للجانب العقلي دور كبير في تعلمها وبهذا لاحظ الباحث ان العملية التدريبية في مجال التربية الرياضية تعتمد اساسا على الترابط البدني والفني والعقلي ومن خلال خبرة الباحث في مجال التدريس والتدريب وأطلاعه على المصادر والكتب في هذا المجال وجد ان التدريب العقلي لايدخل ضمن الوحدات التدريبية المتبعة في منهاج التدريب لاغلب اندية الدرجة الأولى في العراق، لذا اراد الباحث دراسة هذه المشكلة والتعرف على دور الجانب العقلي في عملية تعلم المهارات الخاصة بكرة القدم وخاصة مهارة دقة التهديف في ركلات الجزاء .

3-1هدفا البحث :
1- التعرف على مستوى التصور العقلي لدى عينة البحث .
2- التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة التهديف في ركلات الجزاء بكرة القدم .

4-1فرض البحث :
-توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التصور العقلي ودقة التهديف في ركلات الجزاء بكرة القدم .

5-1مجالات البحث :

1 – 5 -1المجال البشري: لاعبي اندية الدرجة الاولى في محافظة صلاح الدين بكرة لقدم .
2 – 5 -1المجال الزماني : للفترة من 1/ 2 /2008 ولغاية 2008/11/1.
3 – 5 -1المجال المكاني : ملاعب اندية الدرجة الاولى في محافظة صلاح الدين .

الباب الثانى

-2الدراسات النظرية :

2-1مفهوم التصور العقلي :

يعد التصور العقلي من المفاهيم الحديثة التي ظهرت لتكمل العملية التدريبية والتدريسية لما له دور فعال في عملية اتمام واتقان المهارات الرياضية المختلفة وخاصة مهارات كرة القدم .

ويعرف التصور العقلي على انه " نوع من التدريب الهادف الى الوصول الى حالة من خلال تطوير وتنمية المهارات العقلية مع زيادة القدرة على اعادة التكرار لتثبيت الحكم في الاداء وتطوير نوعية نظام التدريب مع القدرة على الاسترخاء واستعادة الشفاء والاعداد للمنافسات" ( ) او هو " الصورة التي يتخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح و التوضيح للحركة وتنطبع بالدماغ وتكون اساس لتأدية المتعلم للحركة"( ). " ويستخدم التصورالعقلي لغرض تحسين الاداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا ويتضمن ذلك التخلص من الاخطاء بتصورالاسلوب الصحيح للاداء الفني .( )"

"وان التحكم في في الصور العقلية اصبح احدالمهارات الهامه في تطوير الاداء وانه يتضمن ممارسة الخبرة الكلية وجميع الابعاد في الموقف مع تعاون جميع الحواس في ممارسة الاداء. ( )"

ويرى الباحث ان التصور العقلي يلعب دورا هاما في التدريب الحديث لان اللاعب يمكن ان يفقد قدرته البدنية على اداء مهارة او خطة ولكن لايفقد تصوره العقلي الصحيح للمهارة وهذا التصوريساعد على استعادة قدراته المهارية بدون الحاجة الى ارشاد .

2-2اهمية التصور العقلي في اداء المهارات :

توصلت العديد من الدراسات الى اهمية التصور العقلي في تحسين الاداء وكذلك تبين ان اللاعبين يستخدمون التصور العقلي اثناء المنافسة بصورة تفوق التدريب .

وتتلخص اهمية التصورالعقلي في (

-1يساعد في وصول اللاعب الى افضل مالديه في التدريب او المنافسات وذلك من خلال الاستخدام اليومي للتصور العقلي في توجيه مايحدث لاكتساب وممارسة وتطوير المهارات الحركية باستعادة الخبرات السابقة .

-2يبدا التصور العقلي بالتفكير في الاهداف واستراتيجيات الاداء المطلوب في المنافسة ومن خلال الممارسة والاستمرار في التدريب على التصور العقلي يتم التطوير الى الدرجة التي يمكن الحصول على الاحساس المصاحب واسترجاع طاقة الخبرات السابقة لتحقيق الاهداف .

-3يساعد اللاعب على تصور الاداء الجيد مباشرة قبل الدخول في المنافسات .

-4يساهم في استدعاء الاحساس بالاداء الامثل وتركيز الانتباه على المهارة.

-5استبعاد التفكير السلبي واعطاء المزيد من الدعم في الثقة بالنفس وزيادة الدافعية.
ويرى الباحث ان اهمية التصور العقلي في اداء مهارات كرة القدم يكمن في الاستعادة العقلية الذي يتخيل فيه اللاعبين انفسهم وهم يؤدون مهارة التهديف من خلال تقويم الاداء ذاتيا او خارجيا , وكذلك لتصور افضل مستوى في اتخاذ القرار المناسب للتهديف من خلال تصور المكان والزمان المناسبين وتصور الاخطاء من اجل تصحيحها.

2-3الحالات الثابتة بكرة القدم (

ان لعبة كرة القدم هدفها الاساسي هو تسجيل الاهداف في مرمى الفريق الخصم والخروج بنتيجة ايجابية وهذا لايأتي الا من خلال خطط اللعب التي تقسم من حيث المبدأ الى قسمين :
-1الخطط التي يتبعها الفريق والكرة في حالة لعب .
-2الخطط التي يتبعها الفريق والكرة خارج اللعب .
ومعنى الكرة خارج اللعب يعني ان اللعب متوقف بعد صافرة الحكم نتيجة حصول خطأ ما او خروج الكرة خارج حدود الملعب وهذا مرتبط بحالات اللعب الثابتة وهي :

-1ركلة البداية
-2ركلة الزاوية
-3الرمية الجانبية.
-4الركلات الحرة المباشرة وغير المباشرة
-5ركلة الهدف .
-6اسقاط الكرة من قبل الحكم
-7ركلة الجزاء
اثبتت التجارب العلمية ان 40 % من الاهداف يمكن ان تسجل من هذه الركلات وهذه النسبة تؤكد على اهميتها وتتوقف خطط ادائها على قدرات ومهارات اللاعب المنفذ للركلة ومنها هدوء الاعصاب ودقة توجيه الكرة نحو مكان محدد بالقوة والسرعة المناسبة .

2-4دقة التهديف في ركلات الجزاء:

وقد عرفت الدقة "بأنها التحكم في الجهاز الحركي تجاه هدف معين "( ) والدقة تعني الكفاءة والمهارة ذات المستوى العالي في القدرة على تسجيل الاهداف وهذا يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي وعند توفر هذه الكفاءة نقول ان ذلك اللاعب يمتلك دقة عالية .
ان ركلة الجزاء تحتاج الى توفر الدقة في تنفيذها وهي احسن فرصة يمنحها القانون لتسجيل هدف في مرمى الخصم وذلك للاسباب التالية(

-1قرب المسافة المحدودة ب (12) ياردة عن الهدف.
-2اللاعب المنفذ يلعب الكرة من دون تدخل اللاعبين.
-3عدم تحديد وقت معين للتنفيذ.

-4كبر مساحة الهدف تقريبا.
-5يتمكن الفريق اختيار أي لاعب لتنفيذ الركلة .

ويرى الباحث ان النجاح في تنفيذ ركلة الجزاء يعتمد على العامل النفسي بشكل كبير ويجب التركيز على دقة الركلة قبل القوة في التنفيذ لانه يدخل تحت هذا العامل مجموعة صفات هي(

أ- العزيمة والارادة وقوة التصميم لدى اللاعب ، وهي تتمثل في عدم تردده عند أداء مهارة التهديف .

ب- قدرة اللاعب على التركيز عند التهديف .
ج- هدوء اللاعب وبرود اعصابه عند التهديف .
د- ثقته بنفسه وبمقدرته .
هـ- مدى اتساع زاوية رؤيته للملعب وخاصة للمرمى .

وتلعب الحالة المعنوية والنفسية دورا كبيرا في نجاح عملية التهديف في ضربات الجزاء وذلك "لانه في بعض الحالات نرى تطبيقا سيئا للحالات بتكتيك التهديف عند بعض اللاعبين وبعد دراسة ذلك تبين ان حالتهم المعنوية كانت غير جيدة( )"

الباب الثالث

-3منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي ، لملائمته و طبيعة البحث ، كونه" يعطي صورة للواقع الحالي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية"(1.(

3-2مجتمع وعينة البحث:

إن اختيار عينة البحث يعتمد على الظاهرة المراد دراستها والإمكانيات المادية والفنية المتاحة والوقت اللازم للدراسة، وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته فأنه " يلجأ إلى جمعها أما من المجتمع الأصلي كله أو عينة ممثلة لهذا المجتمع"(2.(

اشتملت عينة البحث على (50) لاعباً من لاعبي اندية الدرجة الاولى بكرة القدم في محافظة صلاح الدين ، موزعين على اندية (صلاح الدين ، العلم ، البيجي، الاسحاقي ، الشرقاط) وبواقع (10) لاعبين من كل نادي تم اختيارهم بصورة عشوائية ، من مجتمع الاصل البالغ (110) لاعباً وبذلك تشكل العينة نسبة (45%) تقريبا من مجتمع الاصل.

وتم اجراء التجانس للعينة في متغيرات (الطول والوزن والعمر) لتقليل المتغيرات الداخلة على البحث ولاكمال الضبط الداخلي للعينة.كما موضح بالجدول (1.(

الجدول (1(

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات (الطول والوزن والعمر(

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	173.62	3.647	175	0.680
الوزن	70.3	2.80	69	0.888
العمر	24.34	1.205	25	1.135

تعد العينة متجانسة اذا كان معامل الالتواء بين (±3 .(

3-3الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

أدوات البحث "هي الوسائل التي من خلالها يستطيع الباحث جمع البيانات وحل المشكلة لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينة وأجهزة"3 .

3-3-1الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

1.حاسوب الكتروني نوع.(Pentium 4)

.2حاسبة يدوية.
.3ساعة توقيت.
.4شريط قياس.
.5كرات قدم قانونية.
.6ملعب كرة قدم.
.7هدف قانوني.

2-3-3وسائل جمع المعلومات:

.1المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
.2المقابلات الشخصية.
.3استمارة لقياس التصور العقلي.
.4استمارة لقياس دقة التهديف.
3-4مقياس التصور العقلي:

أستخدم الباحث مقياس التصور العقلي في الرياضة لـ(محمد العربي شمعون وماجدة اسماعيل)( )
وتم تطبيقه على العديد من البحوث العربية ومنها العراقية تحت هذا المسمى وأشتمل المقياس على اربعة مواقف رياضية هي) الممارسة الفردية- مشاهدة الزميل- اللعب مع الاخرين- الاداء في المنافسة. (
ويتم الاستجابة لكل موقف من المواقف اعلاه عن طريق مجموعة من الابعاد هي)التصور البصري- التصور السمعي- الاحساس الحركي - الحالة الانفعالية المصاحبة. (

3-5اختبار دقة التهديف(

-هدف الاختبار: قياس دقة التهديف من ركلات الجزاء.
-الادوات اللازمة: ملعب كرة قدم. كرات قدم عدد (10) . شريط لتعيين منطقة التصويب للاختبار. شريط قياس.
اجراءات الاختبار: تهيأ (10) كرات بالقرب من نقطة الجزاء على ان تنفذ الاولى من نقطة الجزاء ويقوم اللاعب المساعد بتهيئة الكرة الثانية من نفس النقطة . اذ يقوم اللاعب بالتهديف في الاختبار وحسب المربعات التي توضع على جانبي الهدف من الداخل وترقم من (1- 3 (
-يبدا الاختبار من الكرة رقم (1) وتنتهي بالرقم (10.(
-لا تعد المحاولة صحيحة في حالة عدم اصابة أي هدف من الاهداف الاربعة من كل جهة.

طريقة التسجيل :
-يحسب عدد الاصابات التي تدخل او تمس جوانب الاهداف الاربعة المحددة في كل جهة من الاهداف وباي قدم من القدمين بحيث تحتسب درجات كل كرة من الكرات العشرة كالاتي:
(3) -درجات عند التهديف في المجال رقم (3.(
(2) -درجة عند التهديف في المجال رقم (2.(
(1) -درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1.(

) -صفر) درجة في عند التهديف في بقية مجالات الاهداف الاخرى. ، كما موضح في الشكل (1.(

الشكل (1(
يوضح اختبار دقة التهديف

3-6التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2008/10/11) على مجموعة من لاعبي الأندية الرياضية من غير المشمولين بالتجربة الرئيسة ولكن من نفس مجتمع الأصل اذ بلغت العينة الاستطلاعية (10) لاعبين وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو:

-معرفة الوقت اللازم للإجابة على الاستمارة.

-معرفة مدى تفاعل العينة مع الاستمارة.

-التقليل من المعوقات التي قد تحصل في التجربة الرئيسة .

3- 7التجربة الرئيسة:

تم البدء بالتجربة الرئيسة بتاريخ (18-2008/10/25) على عينة البحث من خلال تجمعهم في تلك الفترة لبطولة الدرجة الأولى في محافظة صلاح الدين وبمعدل (10)لاعبين في اليوم الواحد لكل نادي ، أذ تم تطبيق مقياس التصور العقلي على عيتة البحث ومن ثم اجراء اختبار دقة التهديف للاعبين.

3-8الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات الخام المستحصلة من العينة وباستخدام القوانين الاحصائية الاتية:

-1الوسط الحسابي.

-2الانحراف المعياري.

-3الوسيط .

-4معامل الالتواء

-5معامل الارتباط البسيط (بيرسن.(

الباب الرابع

4عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1عرض للقيم والأشكال البيانية للمتغيرات قيد الدراسة:

الجدول (2(
يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في المتغيرات المبحوثة
ت المتغيرات الوسط الحسابي الانحراف المعياري
1دقة التهديف 2.234 23.76
2التصور البصري 2.119 15.82
3التصور السمعي 2.241 14.52
4الاحساس الحركي 2.654 14.02
5الحالة الانفعالية المصاحبة 2.238 14.18

4-2عرض نتائج التصور العقلي وعلاقتها بدقة التهديف خلال تنفيذ ركلات الجزاء وتحليلها ومناقشتها :
4-2-1عرض العلاقة بين التصور البصري ودقة التهديف وتحليلها ومناقشتها:

الجدول(3(

يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين التصور العقلي ودقة التهديف
المتغيرات التصور البصري دقة التهديف
الوسط الحسابي 23.76 15.82
الانحراف المعياري 2.234 2.119
قيمة(ر) المحسوبة 0.878

عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05) الدرجة الجدولية تساوي (0.273(
يبين الجدول (3) قيمة(ر) المحتسبة والبالغة (0.878) وهي اقل من قيمة (ر (الجدولية والبالغة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05 (، وهذا يعني أن العلاقة بين التصور العقلي ودقة التهديف علاقة ايجابية عالية .ويعزو الباحث ذلك الى ان استخدام التصور البصري سيؤدي الى امكانية الكشف عن الحالات السلبية الموجودة في الصورة الحركية المرسومة في الدماغ على شكل برنامج حركي وبالتالي معالجتها عن طريق التكرار وتصحيح الاخطاء وهذا ما يفعله اللاعبون في التدريب اليومي على المهارة وهذا ما اشار اليه محمد عبد الحسين عطية "اذ يرتبط التصور البصري بالاحساسات المختلفة الموجودة في جسم الانسان وخاصة حاسة البصر وقدرة هذه الحاسة على نقل المثيرات البصرية الى الدماغ والقدرة على تحديد المثير الرئيس والمعالجة الحقيقية

لهذا المثير واختيار الاستجابة المناسبة له.( )"

4-2-2عرض العلاقة بين التصور السمعي ودقة التهديف وتحليلها ومناقشتها:

الجدول(4(

يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين التصور السمعي ودقة التهديف

المتغيرات	التصور السمعي	دقة التهديف
الوسط الحسابي	23.76	14.52
الانحراف المعياري	2.234	2.241
قيمة(ر) المحسوبة	0.901	

عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05) الدرجة الجدولية تساوي (0.273(

يبين الجدول (4) قيمة (ر) المحتسبة والبالغة (0.901) وهي اكبر من قيمة (ر (الجدولية والبالغة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05 (، وهذا يعني أن العلاقة بين التصور السمعي ودقة التهديف هي علاقة ايجابية عالية.

ويعزو الباحث ذلك إلى ان حاسة السمع عندما تكون مترافقة مع حاسة البصر سيؤدي ذلك الى تكوين صورة افضل للعمل المراد تعلمه وبالتالي تكوين برامج حركية اشمل وتحتوى على ابعاد متعددة وهذا يؤدي بدوره الى تعلم افضل يشمل جميع المتغيرات المتعلقة بالبيئة وهذا ما اكده (شمعون 1995) الذي اشار الى ان الدماغ ياخذ صورة عن المحيط اما عن طريق النظر وجمع المعلومات البصرية او عن طريق السمع وتحويل هذه المعلومات الارشادية والوصفية الى صورة تدخل في الدماغ ويتم التعامل معها بشكل افضل ( ).

4-2-3عرض العلاقة بين الإحساس الحركي ودقة التهديف وتحليلها ومناقشتها:

الجدول(5(

يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الإحساس الحركي ودقة التهديف

المتغيرات	الإحساس الحركي	دقة التهديف
الوسط الحسابي	23.76	14.02
الانحراف المعياري	2.234	2.654
قيمة(ر) المحسوبة	0.892	

عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05) الدرجة الجدولية تساوي (0.273(

يبين الجدول (5)قيمة (ر)المحتسبة والبالغة (0.892) وهي اكبر من قيمة (ر (الجدولية والبالغة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05 (، وهذا يعني أن العلاقة بين الاحساس الحركي ودقة التهديف هي علاقة ايجابية عالية.

ويعزو الباحث ذلك الى ان التوافق العصبي العضلي له دور كبير في الحصول على دقة عالية في توجيه الاستجابة الحركية وهذا ما رفع من قيمة معامل الارتباط اذ ان التوافق بين الجهازين العصبي والعضلي له اهمية كبيرة في نجاح أي استجابة او مهارة سواء كانت بسيطة او مركبة وهذا ما يتفق معه (معيوف 1987 (والذي اكد على ان الاحساسات الحركية تلعب دورا هاما في عملية التوافق بالنشاط للمهارات التي تتطلب التمييز بين اجزائها المختلفة ( ).

4-2-4عرض العلاقة بين الحالة الانفعالية المصاحبة ودقة التهديف وتحليلها ومناقشتها:

الجدول(6(
يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الحالة الانفعالية المصاحبة ودقة التهديف
المتغيرات الحالة الانفعالية المصاحبة دقة التهديف
الوسط الحسابي 23.76 14.18
الانحراف المعياري 2.234 2.238
قيمة(ر) المحسوبة 0.824-
عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05) الدرجة الجدولية تساوي (0.273(

يبين الجدول (6) قيمة (ر) المحتسبة والبالغة (-0.824) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة (0.05)، وهذا يعني أن العلاقة بين الحالة الانفعالية المصاحبة ودقة التهديف هي علاقة سلبية عالية.

ويعزو الباحث ذلك الى انه كلما كان الجهاز العصبي المركزي منخفض الاستثارة زادت السيطرة الحركية وزادت الدقة مما اصبح بمقدور عينة البحث من السيطرة على انفعالاتهم وعزلها اذ ان الفكرة توكد المزاج والمزاج يولد التصرف.

ويؤكد محمد حسن علاوي (1987) على أن " اللاعب الذي يتميز بسمة التوازن النفسي له القدرة على التحكم في سلوكه خلال المواقف التي تتميز بالاستثارة الانفعالية القوية وهي تظهر في حالات الفشل والهزيمة والتعب وظهور عقبات تتميز بدرجة عالية من الصعوبة. "

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

5-1الاستنتاجات:

أستنتج الباحث ما يلي:

1.أهمية التصور البصري في زيادة دقة التهديف في كرة القدم.
2.إن للتصور السمعي ارتباطا عاليا في زيادة دقة التهيف.
3.إن الإحساس الحركي بأجزاء الجسم المختلفة لحظة التهديف أهمية عالية في نتيجة التهديف لا سيما في ركلات الجزاء.

4.كلما زادت الحالة الانفعالية المصاحبة لتأدية المهارة أدى ذلك إلى قلة في دقة التهديف.
5.إن التحكم الجيد في صورة الحركة ذهنيتا يؤدي إلى استغلال امثل للمهارة (تأدية المهارة.(

5-2التوصيات:

يوصي الباحث ما يلي:

1.زيادة الاهتمام بالتدريب العقلي عند وضع مناهج التدريب للفرق الرياضية بكرة القدم.
2.عقد دورات تدريبية لمدربي كرة القدم في الإعداد النفسي والتدريب على المهارات النفسية.
3.ضرورة الاستعانة بالأخصائيين النفسيين الرياضيين ضمن الأجهزة الإدارية والفنية للفرق الرياضية.

المصادر:

ثامر محسن ؛ واقع التهديف عند لاعبي الدرجة الاولة بكرة القدم في العراق ϖ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1983.

ϖحنفي محمود مختار ؛ الاسس العلمية في تدريب كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996، ص 191.

ϖزهير الخشاب واخرون ؛ كرة القدم ، ط2 ، بغداد ، دار الكتب ، 1999.

ϖزهير الخشاب ومحمد خضر اسمر الحياني ؛ كرة القدم ، ط2، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1999.

ϖعامر إبراهيم قنديلجي؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات، ط1 ، عمان ، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، 1999.

ϖعبد الستار جبار ضمد ؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط1، عمان ، دار الفكر العربي ، 2000.

عزت شوقي الوسيمي ؛ تاثير برنامج للتدريب العقلي على النشاط الكهربائي ϖللعضلة الضامة المصابة لدى لاعبي كرة القدم ، المؤتمر العلمي للتربية الرياضية ، جامعة الامارات العربية ، العين ، 1999.

ϖقاسم المندلاوي و احمد سعيد ؛ التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق ، الموصل ، مطبعة علاء ، 1979.

ϖمحمد العربي شمعون ؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980.

ϖمحمد العربي شمعون ؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995.

ϖمحمد العربي شمعون ؛ علم النفس الرياضي والقياس النفسي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999.

ϖمحمد حسن علاوي؛ سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي ، ط1، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر،1998.

ϖمحمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ج1 ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995.

محمد عبد الحسين عطية ؛ تاثير تداخل التدريب العقلي والبدني المهاري ϖبالاسلوبين المتسلسل والعشوائي في التعلم والاحتفاظ في بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للمبتدئين ، اطروحة دكتوراة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية.

ϖمحمود عبد الفتاح عنان ؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995.

ϖمعيوف ذنون حنتوش ؛ علم النفس الرياضي ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1982.

ϖوجيه محجوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه، ط1، عمان ، دار المناهج، 2002.

ϖوجيه محجوب واخرون ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط2، بغداد ، دار الكتاب ، 2000.

ϖيعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدا والتطبيق ، بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، 2002 .

البحث منشور في مجلة الثقافة الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت

ابا علاء