التصور العقلي وعلاقته بدقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب

الباحثون

م.د صالح جويد هليل م.م حيدر حسن حطيحط م.م عبدالجليل اسماعيل عبد الرضا

وزارة التربية

ملخص البحث

تطرق الباحثون في المقدمة الى ما تتميز به لعبة كرة السلة بتعدد المهارات وترابطها وقدرة اللاعب في التحكم الجيد بجميع المهارات الخاصة باللعبة فضلا عن قدرة على التصرف السليم والدقيق أثناء اللعب واشتراك العمليات العقلية والنفسية والحواس والحالة الانفعالية أثناء الأداء، وهذا يؤدي الى كسب أداء جيد خال من الأخطاء ولوصول لمستوى متقدم وهدف البحث إلى التعرف على علاقة التصور العقلي بدقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب، وافترض الباحثون وجود علاقة ذات دلاله إحصائية معنوية بين التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب.

وقد استعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته مشكلة البحث، اختار الباحثون عينة بحثهم بالطريقة العمدية وهم شباب نادي الناصرية لعام ٢٠١٥م والبالغ عددهم (٢٤) لاعبا تم استبعاد اللاعبين الذين لم يحضروا الاختبارات وعددهم (٢) لاعبا فضلا عن استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية وعددهم (٨) لاعبين، وعليه بلغ حجم العينة (١٤) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (٥٨,٣٣%) من مجتمع البحث الأصلي.

وبعد الانتهاء من الاختبارات تم استعمال المعالجات الإحصائية المناسبة للوصول إلى النتائج بعدها تم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وقد توصل الباحثون إلى الاستنتاجات أهما وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب، آما أهم التوصيات فكانت ضرورة الاهتمام بالتصور العقلي أثناء تعليم أو تدريب دقة التهديف بكرة السلة.

ABSTRACT

Mental perception and its relationship to accurately certain types of scoring basketball for young players

Researchers

Dr. Saleh Chuaied Hilaiel Assistant teacher : Haider Hassan

Assistant teacher: Abdul Jalil

The research aims to identify the relationship of mental visualization accurately certain types of scoring basketball for young players, and the researchers assumed the existence of a statistically significant correlation between mental visualization and accuracy of some types of scoring basketball for young players.

has been used by researchers descriptive approach manner relations connectivity to the suitability of the research problem, the researchers chose to sample their research way intentional They Youth Club Nasiriyah for 2015 totaling (24) players have been players who did not attend the exclusion tests and the number (2) for the player as well as a sample of the exploratory experience exclusion and the number (8) players, and the total sample size (14) as a player and as a percentage of (58.33%) of the original research community.

After the completion of the tests was to use appropriate statistical treatments to reach the results after the results were displayed and analyzed and discussed has reached the researchers to conclusions Mrs. Mubarak and no statistically significant a significant correlation between mental and accurate perception of some types of scoring basketball for young players, as the most important recommendations was the need to focus on perception mental education or training during the basketball scoring accuracy.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:-

تهتم البحوث والدراسات العلمية في المجال الرياضي بتنمية وتطوير مختلف القدرات والمهارات والسمات والمعارف الخاصة التي يحتاجها كل نوع من أنواع النشاطات الرياضية المختلفة لتحقيق أفضل مستوى رياضي، وقد تطور مستوى الأداء في جميع الرياضات ومنها لعبة كرة السلة بالدول المتقدمة رياضيا والتي أصبح لها طابعا متميزا بالأداء في النواحي العقلية والبدنية والفنية ، وتعدد طرائق اللعب المختلفة وارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعب نتيجة الإلمام بالأسس والمبادئ العلمية التي تعمل على تطور هذه اللعبة.

وتتميز لعبة كرة السلة بتعدد المهارات وترابطها وقدرة اللاعب في التحكم الجيد بجميع المهارات الخاصة باللعبة فضلا عن ما يحتاجه من قدرة على التصرف السليم والدقيق أثناء اللعب، واشتراك العمليات العقلية والنفسية والحواس والحالة الانفعالية أثناء الأداء، وهذا يؤدي إلى كسب أداء جيد خالٍ من الأخطاء والوصول لمستوى متقدم، ومن هذه المهارات مهارة التهديف التي لها دور كبير في حسم مباريات كرة السلة.

وقد شغلت المهارات العقلية والنفسية جانبا كبيرا من اهتمام العلماء في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلماء التعلم الحركي إدراكا منهم لأهميتها بالنسبة للاعبين في المواقف المختلفة التي تتطلب قدرة اللاعب على توقع حركات زملائهم الآخرين عن طريق التصور العقلي لأداء المهارة الذي يعد لب عملية التفكير الناجحة، ويعد التصور العقلي من الموضوعات الحيوية التي يحتاجها لاعبوا كرة السلة لما له من أهمية في تحسين الأداء ومعرفة اللاعب بأجزاء المهارة التي يؤديها ، وهذا بدوره يساعد على إعداد اللاعب لدخول المنافسة وتصور جميع مجريات أداء المهارة والقدرة على اتخاذ القرارات اللازمة من اجل تحقيق الفوز.

ومن خلال ما تقدم تتجلى أهمية دراسة التصور العقلي كونه مهارة عقلية تساهم بشكل كبير في تطوير التركيز والانتباه وزيادة الثقة بالنفس والقدرة العالية على تصور وإتقان المهارات الأساسية بكرة السلة ومنها مهارة التهديف وتحقيق نتائج تعمل على الارتقاء في مستوى أداء اللعبة.

١-٢ مشكلة البحث:-

تعد البحوث والدراسات وإيجاد العلاقات ما بين الجوانب النفسية والعقلية البدنية والمهارية عامل من عوامل تقدم المجال الرياضي، والتصور العقلي من المهارات العقلية المهمة لما له من دور فعال في تحقيق الانجاز من خلال تطوير قابلية الرياضي على تصور الأداء المهاري بطريقة متسلسلة والتحكم بالانفعالات واتخاذ القرارات المناسبة.

وتتجلى مشكلة البحث في التعرف على علاقة التصور العقلي بمهارة التهديف في كرة السلة، لذا ارتأى الباحثون الكشف عنها إيماناً منهم بتأثير التصور العقلي على مهارة التهديف لدى لاعبي كرة السلة.

١-٣ هدف البحث:-

- التعرف على العلاقة بين التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب.

١-٤ فرضية البحث:-

- وجود علاقة ذات دلاله إحصائية معنوية بين التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب.

١-٥ مجالات البحث:-

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي كرة السلة الشباب بنادي الناصرية الرياضي لعام ٢٠١٥م.

١-٥-٢ المجال الزماني: للفترة من ٢٠١٥/٢/١٠ ولغاية ٢٠١٥/٤/١٥م.

١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة الشهيد حيدر كامل برهان في الناصرية.

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

٣ -١ منهج البحث:-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته مشكلة البحث .

٣-٢ مجتمع وعينة البحث:-

اختار الباحثون عينة بحثهم بالطريقة العمدية وهم شباب نادي الناصرية لعام ٢٠١٥م والبالغ عددهم (٢٤) لاعبا تم استبعاد اللاعبين الذين لم يحضروا الاختبارات وعددهم (٢) لاعبا فضلا عن استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية وعددهم (٨) لاعبين ، وعليه بلغ حجم العينة (١٤) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (٥٨,٣٣%) من مجتمع البحث الأصلي.

٣-٢-١ التجانس:-

لغرض تقليل الفروقات إلى أدنى ما يمكن بين أفراد العينة قام الباحثون بعملية تجانس لعينة البحث في متغيرات (الطول ، الوزن ، العمر التدريبي) وقد استخدم الباحثون قانون معامل الالتواء لإجراء التجانس بين أفراد العينة وكما مبين في الجدول(١).

٣-٣ الوسائل والأدوات المساعدة:

٣ -٣ -١ الوسائل المساعدة:-

١- المصادر العربية.
٢- استمارات الاستبيان.
٣- الملاحظة .
٤- الاختبارات والقياس.

٣-٣-٢ الأدوات المساعدة:-

- ملعب كرة سلة قانوني.
- شريط قياس.
- شواخص عدد (٨).
- صافرة.
- كرات سلة.
- شريط لاصق.

❖ حاسبة يدوية نوع (Casio).

❖ لابتوب نوع Dell .

٣-٤ تحديد الاختبارات:-

من اجل تحديد الاختبار الأنسب للتصور العقلي قام الباحثون بالاطلاع على مجموعة من المصادر العلمية وكذلك الدراسات التي تناولت موضوع التصور العقلي ، وقد وجد الباحثون أن اغلب الدراسات والبحوث التي تناولت التصور العقلي قد اعتمدت على مقياس التصور العقلي لرينر مارتيز (١٩٩٣) والذي اعد صورته العربية أسامة كامل راتب (١٣١:٢)، علما أن هذا المقياس صمم لقياس التصور العقلي بصورة عامة للرياضيين وليس في لعبة محددة، إلا أن ضياء ثامر الشيباني (١١٣:٨) قام بإعادة صياغة فقرات المقياس بما يتلاءم مع العينة كمستوى وكذلك مع نوع اللعبة (كرة السلة)، وعليه قام الباحثون باستعمال هذا المقياس ملحق (١). أما بالنسبة لتحديد الاختبارات المناسبة لبعض أنواع التهديف قيد الدراسة فقد قام الباحثون بعرض استمارة استبيان ملحق (٢) لتحديد الاختبارات المناسبة وقاموا بتوزيعها على (٥) من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التعلم الحركي والتدريب الرياضي وكرة السلة، حيث تم الأخذ بالاختبارات التي حصلت على نسبة (٧٥%) فما فوق وتم إهمال ما هو أدنى من ذلك "إذ أنه على الباحث الحصول على نسبة (٧٥%) فأكثر من أراء المحكمين" (١٢١:٣) وجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢)

يبين نسب اختيار الخبراء للاختبارات

المتغيرات	الاختبار	النسبة المئوية %
التهديف من خط الرمية الحرة	أ-التهديف من خط الرمية الحرة (١٠) رميات.	%٢٠
	ب- التهديف من خط الرمية الحرة (٢٠) رمية.	%٨٠
التهديف من القفز	أ- التهديف بالقفز من الأمام يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال نصف دائرة إلى الوسط واليمين (١٥) رمية.	%٢٠
	ب- التهديف بالقفز من الأمام من الجهة اليسرى لهدف كرة السلة (١٥) رمية.	%٨٠
التهديف السلمي	أ- التهديف على السلة بعد أداء الطبطبة (١٠) محاولات.	%١٠٠
	ب- التهديف على السلة بعد أداء طب الكرة عاليا (٣) محاولات.	%٠

٣-٥ التجربة الاستطلاعية:-

قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية على عينة من مجتمع الأصل عددهم (٨) لاعبين من شباب نادي الناصرية والغرض منها : تشخيص الأخطاء التي قد ترافق تطبيق الاختبارات والتعرف على صلاحية وسلامة الأدوات المساعدة والمستخدمة في إجراء الاختبارات وكذلك استخراج الأسس العلمية لاختبارات.

٣-٦ الأسس العلمية للاختبارات:

٣-٦-١ صدق الاختبار:-

نعني بالصدق هو "قدرة الاختبار على قياس مـــا وضع من اجله أو السمة المراد قياسها" (٢٣:١٦)، وقد تم عرض اختبارات البحث على عدد من السادة الخبراء المختصين والذين أكدوا صلاحية المقياس واختبارات بعض أنواع التهديف بكرة السلة قيد البحث للغرض الذي وضعت من اجله ، وعليه فان عرض الاستمارات على الخبراء والمختصين يعد صدقا للمحتوى.

٣-٦-٢ ثبات الاختبار:-

الثبات هو "نسبة التباين الحقيقي الداخل في تباين الدرجات التجريبية" (٤٢:١٦)، وقد تم تطبيق مقياس التصور العقلي واختبارات بعض أنواع التهديف قيد البحث على عدد من شباب نادي الناصرية بكرة السلة والذين تم استبعادهم من عينة البحث الرئيسية والبالغ عددهم (٨) لاعبين وبعد مرور خمسة أيام تم إعادة اختبارات التهديف ، أما مقياس التصور العقلي فقد تم إعادته بعد (٢١) يوما من التطبيق الأول وإيجاد معامل الارتباط البسيط بين التطبيقين والجدول (٣) يبين ذلك.

٣-٦-٣ موضوعية الاختبار

"إن الموضوعية تعني استقلال النتائج عن الحكم الذاتي للمقوم فلو قام أكثر من محكم بإعطاء الدرجة للاختبار نفسه، فيجب أن تكون نتائج التقويم متقاربة" (٢١:٧)، وعلى الرغم من أن اختبارات البحث هي اختبارات لها شروط محددة وواضحة ولا يظهر فيها تحيز ذاتي إلا أن الباحثون قاما بوضع محكمان لتسجيل درجات اختبارات التهديف بكرة السلة قيد البحث ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بينهما والجدول (٣) يبين ذلك واستثنا الباحثون من ذلك اختبار التصور العقلي لأنه اختبار موضوعي وواضح وله مفتاح تصحيح.

جدول (٣)
يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات المستعملة

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
١	اختبار التصور العقلي	٠,٨٦	
٢	اختبار التهديف من خط الرمية الحرة	٠,٨٠	٠,٩٦
٣	اختبار التهديف من القفز	٠,٨٢	٠,٨٩
٤	اختبار التهديف السلمي	٠,٨٦	٠,٩٥

* قيمة معامل الارتباط الجدولية تساوي (٠,٧٠٧) بدرجة حرية (٦) ومستوى دلالة (٠,٠٥)

٣-٧ مواصفات الاختبارات:

٣-٧-١ اختبار التهديف من خط الرمية الحرة (١٦٦:١٤):-

الغرض من الاختبار: قياس مهارة التهديف من خط الرمية الحرة.

الأدوات المستخدمة: كرة سلة - هدف كرة سلة .

مواصفات الأداء: يتم أداء الرميات من خلف خط الرمية الحرة، ولكل مختبر (٢٠) محاولة، وللمختبر أن يقوم بأداء الرميات الحرة باستخدام أية طريقة من طرق التهديف، على أن تؤدي الرميات العشرون في شكل مجموعات كل منها (٥) رميات، على إن يكون ذلك في شكل دائرة ، أو أن يدع مختبراً أخر يقوم بأداء المجموعة الأولى له وهكذا، هذا ويسمح بأداء بعض الرميات قبل الأداء على سبيل التجريب.

الشروط: لكل مختبر الحق في أداء (٢٠) رمية. - يجب إن يتم الرمي من خلف خط الرمية الحرة.

التسجيل: تحسب درجة واحدة لكل إصابة صحيحة (دخول الكرة في السلة) يقوم بها المختبر، وذلك بصرف النظر عن كيفية دخولها السلة، ويحسب (صفر) إذا لم يتحقق ذلك ، وحيث أن لكل مختبر الحق في أداء (٢٠) رمية، فان الحد الأقصى لعدد الدرجات عشرون درجة.

٣-٧-٢ اختبار التهديف من القفز (١٦٣:١٤):-

الغرض من الاختبار: قياس مهارة اللاعب في التهديف نحو السلة من مكان يحدد من الجهة اليسرى لهدف كرة السلة.

الأدوات المستخدمة: كرة سلة - هدف كرة سلة.

مواصفات الأداء: يصوب اللاعب الكرة من المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة مباشرة، وذلك من منطقة تقع عند تقاطع خط الرمية الحرة مع الدائرة ، وهي نقطة محددة على يسار السلة، ويجب تحديد هذه المنطقة بعلامة ترسم على الأرض، يمكن للمختبر إن يؤدي التهديف بيد واحدة أو باليدين معا بأي طريق من طرق التهديف، مع ملاحظة إن يتم التهديف مباشرة إلى السلة دون إن تلمس الكرة لوحة الهدف، وللمختبر (١٥) محاولة يتم أداؤها في ثلاث مجموعات، كل مجموعة (٥) رميات مع ملاحظة أن يترك المختبر مكان التهديف عقب كل مجموعة وينتقل دائريا، أو تعطى الفرصة لمختبر أخر يؤدي أول مجموعاته وهكذا، هذا ويسمح قبل الأداء بعمل بعض الرميات على سبيل التجريب.

الشروط: يجب إن يتم التهديف من المكان المحدد لذلك وللمختبر الحق في (١٥) رمية.

التسجيل:-

- تحسب درجتان لكل محاولة ناجحة تدخل فيها الكرة في السلة.
- تحسب درجة واحدة لكل محاولة تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة.
- لا تحسب أية درجة عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة.

٣-٧-٣ اختبار التهديف السلمي (١١:٢٣٤):-

الغرض من الاختبار: قياس مهارة اللاعب في التهديف السلمي بعد أداء مهارتي الطبطبة والثلاثية.

الأدوات المستخدمة: كرة سلة، هدف كرة سلة.

طريقة الأداء: يقوم اللاعب بأداء الطبطبة من منتصف ملعب كرة السلة باتجاه الهدف لأداء الثلاثية ثم التهديف .

شروط الاختبار:-

- يمنح المختبر (١٠) محاولات.
- يشترط أداء الطبطبة والثلاثية بشكل قانوني.
- الكرة التي تدخل الهدف بعد ارتكاب خطأ قانوني من الطبطبة أو الثلاثية لا تحسب من ضمن الأهداف المسجلة في المحاولات العشرة.

التسجيل:-

- يحسب لكل محاولة ناجحة في التهديف نقطة واحدة.
- أعلى نقاط يحصل عليها المختبر (١٠) نقاط.

٣-٨ إجراءات البحث الميدانية:-

تم تطبيق مقياس التصور العقلي في يوم الجمعة الموافق الجمعة ٢٠١٥/٢/١٣م في قاعة الشهيد حيدر كامل برهان في الناصرية، أما اختبارات التهديف فقد تم إجراؤها في يوم السبت الموافق ٢٠١٥/٢/١٤م وفي نفس القاعة ، وقد تم تطبيق الاختبارات بوجود المدرب وفريق العمل المساعد.

٣-٩ الوسائل الإحصائية:-

استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- الوسيط.
- النسبة المئوية.
- معامل الارتباط (بيرسون).

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض النتائج وتحليلها:-

٤-١-١ عرض وتحليل نتائج الارتباط بين التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب:-

جدول (٤) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط البسيط لاختبار التصور العقلي ودقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب

المتغير	الوسط الحسابي سَ	الانحراف المعياري ± ع	المهارة	الوسط الحسابي سَ	الانحراف المعياري ± ع	قيمة معامل الارتباط		الدلالة الإحصائية
						المحسوبة	الجدولية	
التصور العقلي	٥٦,٣٧	٥,٢٢	التهديف من خط الرمية الحرة	١٣,٤١	٢,١٧	٠,٦٦٨	٠,٥٣٢	معنوي
			التهديف من القفز	١٩,٨٢	٣,٠٩	٠,٥٩١		معنوي
			التهديف السلمي	٧,٣٩	١,٧٨	٠,٧٣١		معنوي

*قيمة معامل الارتباط الجدولية (٠,٥٣٢) تحت مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢)

يبين جدول (٤) أن قيمة الوسط الحسابي لاختبار التصور العقلي (٥٦,٣٧) وانحراف معياري (٥,٢٢) أما قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف من خط الرمية الحرة بكرة السلة كانت (١٣,٤١) وانحراف معياري (٢,١٧) ، أما قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوبة كانت (٠,٦٦٨) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠,٥٣٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢) وهذا يدل على أن هناك ارتباط معنوي بين التصور العقلي ودقة التهديف من خط الرمية الحرة لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

كما يبين جدول (٤) أن قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف من القفز بكرة السلة كانت (١٩,٨٢) وانحراف معياري (٣,٠٩) ، أما قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوبة كانت (٠,٥٩١) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠,٥٣٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢) وهذا يدل على أن هناك ارتباط معنوي بين التصور العقلي ودقة التهديف من القفز لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

كما يبين جدول (٤) أن قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف السلمي بكرة السلة كانت (٧,٣٩) وانحراف معياري (١,٧٨) ، أما قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوبة كانت (٠,٧٣١) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠,٥٣٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢) وهذا يدل على أن هناك ارتباط معنوي بين التصور العقلي ودقة التهديف السلمي لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

٤-١-٢ مناقشة النتائج

لقد ظهر من عرض وتحليل النتائج في الجدول (٤) أن هناك علاقة ارتباط معنوية بين التصور العقلي ودقة التهديف بجميع أنواعه قيد الدراسة لدى لاعبي كرة السلة الشباب بنادي الناصرية **ويعزو الباحثون** ذلك إلى أن الأداء الجيد للاعب كرة السلة ووصوله إلى المستوى العالي لا يتحقق إلا إذا امتلك اللاعب القدرة على التصور الجيد للأداء المهاري ومواقف اللعب المختلفة وتحقيقه للانجازات من خلال إبراز قدراته المهارية في اللعب وسيطرته على هذه الجوانب التي ترتبط

بقدرة اللاعب الواسعة على التصور العقلي للأداء (٤:٧١) ، إذ إن التصور الجيد للمهارة يعكس أداء جيد للاعب وهذا يتفق مع ما أشار أليه أسامة كامل (١٩٩٠) " إن اللاعب الذي يتصور أداءه في مهارة معينة بصورة سليمة ينعكس ذلك في تحسين أداء اللاعب لهذه المهارة الحركية " (١:١٨٨).

كذلك **يرى الباحثون** أن سبب وجود العلاقة المعنوية بين التصور العقلي ودقة التهديف بكرة السلة يعود إلى أن قوة أي علاقة تتحدد في مدى إمكانية أفراد العينة في ذلك المتغير، وهذا يعني أن اللاعبين يمتلكون قدرة عالية على تصور المواقف المختلفة أثناء الأداء، وجاء هذا التصور العالي من الممارسة والتدريب، سيما وان اللاعبين من فئة الشباب ويمتلكون عمراً تدريبياً لا باس به، وهذا ما يميز لاعب كرة السلة الحديثة والتي أصبحت الآن تشرك جميع اللاعبين عند أداء أي تكتيك هجومي بغية تسجيل النقاط، الأمر الذي ساهم في تطوير هذه القدرة العقلية (التصور العقلي)، فضلاً عن أن التصور العقلي "هو وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات لخبرات سابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الإعداد العقلي للأداء ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية (الخريطة العقلية) بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن للمخ إرسال إشارات واضحة لأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه" (٢:١١٧).

كما ان التصور يدفع الجسم إلى العمل ويوجهه للاستجابة بصورة صحيحة من خلال الطريقة التي يعتمدها الخيال في تنفيذ هذه الحركة ، وبذلك يتفق الباحثون مع رأي (الضمد ، ٢٠٠٠) في "أن التصور العقلي يعد عاملا أساسيا في تطوير المهارات الحركية والأداء وأن التصور الحركي يلعب دورا هاما في تنمية قدرات ومستوى الفرد الرياضي" (١٠:٢٦).

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات: في ضوء نتائج البحث توصل الباحثون إلى النتائج الآتية:-

١- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين اختباري التصور العقلي ودقة التهديف من خط الرمية الحرة لدى لاعبي كرة السلة الشباب.
٢- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين اختباري التصور العقلي ودقة التهديف من القفز لدى لاعبي كرة السلة الشباب.
٣- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين اختباري التصور العقلي ودقة التهديف السلمي لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

٥-٢ التوصيات: بناء على نتائج البحث يوصي الباحثون بما يأتي:-

١-التأكيد على تطوير القدرات العقلية ومنها التصور العقلي لما لها من دور فعال ، خلال الوحدات التدريبية إلى جانب القدرات البدنية خلال الوحدة التدريبية.
٢-إجراء اختبارات دورية للتصور العقلي، وعدم الاقتصار على الاختبارات البدنية والمهارية.
٣-أجراء بحوث مشابهة وعلى قدرات عقلية أو حركية أخرى قد تكون لها علاقة بدقة التهديف أو أي مهارة من المهارات الأساسية بكرة السلة وعلى فئات عمرية مختلفة.

المصادر

١. أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٠.
٢. أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية – تطبيقات في المجال الرياضي، ط١، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠.
٣. بلوم واخرون: تقييم تعلم الطالب التجميعي والتعليمي، (ترجمة) محمد أمين المفتي واخرون، القاهرة، دار ماكروهيل، ١٩٨٣.
٤. حسنين ناجي حسين : التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة ، رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧.
٥. خالد محمود عزيز : دراسة تحليلية لحالات التصويب بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، ١٩٩١.
٦. خالد نجم عبد الله : التصويب البعيد في كرة السلة وعلاقتها بنتيجة المباراة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٨٦.
٧. زكريا محمد الطاهر : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، عمان ، مكتبة دار الثقافة ، ١٩٩١.
٨. ضياء ثامر الشيباني : بعض القدرات العقلية والبدنية وعلاقتها بفاعلية الأداء الهجومي للاعبي كرة السلة وحسب مراكز اللعب المختلفة ، رسالة ماجستير ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٩.
٩. طارق ضايع محمد : تأثير تمرينات التصور العقلي المصاحب للأداء المهاري في تطوير تركيز الانتباه ومهارة الإرسال الساحق والاحتفاظ بها في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، ٢٠٠٨ .
١٠. عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط١ ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠.
١١. مؤيد عبد الله وفائز بشير : كرة السلة ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط٢ ، ١٩٩٩.
١٢. محمد العربي شمعون:التدريب العقلي في المجال الرياضي،ط٣،القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١.
١٣. محمد عنيسي جوي ألكعبي : تأثير منهج تعليمي مقترح باستخدام التصور العقلي في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، ٢٠٠٥ .
١٤. محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين : القياس في كرة السلة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط١ ، ١٩٨٤.
١٥. محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين : الحديث بكرة السلة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط٢ ، ١٩٩٩.
١٦. مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩.
١٧. مهدي نجم : كرة السلة ، بغداد ، مطابع دار الزمان ، ١٩٧٩

مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية

الملاحق
ملحق (١)

يبين مقياس التصور العقلي المستخدم في البحث بصورته النهائية

قبل أن تبدأ الإجابة على هذا المقياس تذكر إن التصور العقلي ليس مجرد الرؤية ما و إنما يتطلب استخدام الحواس المتعددة مثل (السمع واللمس والشم وحتى التذوق) وكذلك الحالات الانفعالية المرتبطة والمصاحبة للأداء . ويتضمن هذا المقياس أربعة محاور رياضية وكالآتي :

١- الممارسة بمفردك . ٣- مشاهدة زميل .

٢- الممارسة مع الآخرين . ٤- الأداء في المسابقة .

وكل موقف من هذه المواقف المذكورة يتضمن أربعة محاور وكالأتي :

أ ـ المحور البصري : أي الرؤية البصرية العقلية أثناء الأداء .

ب ـ المحور السمعي : أي الإحساس بسماع الأصوات أثناء الأداء .

ج ـ المحور الحس حركي : أي الإحساس بعضلات الجسم أثناء الأداء .

د ـ المحور الانفعالي : أي الحالة الانفعالية أثناء الأداء .

وبعد إتمام عملية التصور قوم نفسك وفقاً لميزات تقدير من خمسة أبعاد وكالآتي :

١- عدم وجود صورة للموقف : لا يوجد تصور .

٢- وجود صورة ولكن غير واضحة : صورة غير واضحة .

٣- صورة واضحة بدرجة متوسطة : الصورة متوسطة .

٤- صورة واضحة بدرجة كبيرة : الصورة واضحة .

٥- صورة واضحة بدرجة كبيرة جداً : الصورة واضحة جداً .

أولاً : تصور الممارسة بمفردك: اختر مهارة محددة من لعبة كرة السلة مثل التهديف السّلمي ، تصور نفسك وأنت تؤديها في الملعب أو القاعة المعتاد عليها بمفردك دون وجود أحد معك ، أغلق العينين حوالي دقيقة وحاول أن تتصور أو تشاهد نفسك في ذلك المكان وأنت تؤدي التهديف السّلمي مع الشعور بسماع الأصوات المحيطة بالمكان أثناء الأداء وكذلك الإحساس أو الشعور بجسمك أثناء الأداء وكن واعياً بحالتك العقلية والانفعالية المصاحبة للأداء.

ت	المحاور	لا يوجد	غير واضحة	متوسطة	واضحة	واضحة جداً
١	هل تمكنت من تصور نفسك تؤدي مهارة التهديف السلمي .	١	٢	٣	٤	٥
٢	هناك أصوات موجودة بالملعب أثناء الأداء هل تمكنت من سماعها	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بجسمك يؤدي التهديف السلمي وعضلاتك تتقلص .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل شعرت بالخوف أو الفرح أو الحزن أثناء الأداء	١	٢	٣	٤	٥

ثانيا: تصوير الممارسة مع الآخرين: الآن تصور نفسك أيضاً وأنت تؤدي نفس المهارة السابقة أي التهديف السلمي ولكن هذه المرة بحضور مدربك وزملائك اللاعبين في الفريق وعند الأداء ارتكبت أنت خطأ واضح أثناء الأداء كأن يكون في أحد أجزاء (التكنيك) . الآن أغلق العينين حوالي دقيقة وتصور نفسك في هذه الحالة أو ذلك الموقف واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ وكذلك تصور الملاحظات أو النقد الذي سوف يصدر من المدرب والزملاء أيضاً.

	المحاور	لا يوجد	غير واضحة	متوسطة	واضحة	واضحة جداً
١	هل تمكنت من تصور نفسك وأنت ترتكب الخطأ أثناء الأداء .	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل استمعت للأصوات المحيطة بك أثناء ارتكاب الخطأ في الأداء	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بعضلات جسمك تتقلص أثناء ارتكاب الخطأ في الأداء .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل كان مزاجك بحالة فرح أم حزن أم خوف .	١	٢	٣	٤	٥

ثالثاً: تصور مشاهدة الزميل: تصور الآن زميل لك وهو يؤدي مهارة التهديف السلمي وهو الآن في حالة الارتقاء للهدف و لكنه يرتكب خطأ في الأداء أو يفشل في تحقيق هدف بلحظات حاسمة من مباراة مهمة و حاسمة . أغلق العينين الآن حوالي دقيقة و تصور زميلك وهو في ذلك الموقف .

ت	المحاور	لا يوجد	غير واضحة	متوسطة	واضحة	واضحة جداً
١	هل تمكنت من تحديد أخطاء زميلك .	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل تمكنت من تمييز الأصوات الموجودة في الملعب أثناء الخطأ	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل جسمك كان بوضع مسترخي أو متشنج .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل تمكنت أن تميز حالتك المزاجية أثناء ارتكاب خطأ زميلك	١	٢	٣	٤	٥

رابعاً : تصور الأداء في المسابقة: تصور نفسك الآن وأنت تلعب في مباراة مهمة ونهائية بمهارة فائقة وبمستوى عالٍ في الأداء وبحضور جمهور كبير وزملاء مشجعين لك ويعبرون عن تقديرهم لك ، الآن أغلق العينين حوالي دقيقة وتصور نفسك في ذلك الموقف.

ت	المحاور	لا يوجد	غير واضحة	متوسطة	واضحة	واضحة جداً
١	هل تمكنت من تصور نفسك وأنت تلعب بمهارة فائقة .	١	٢	٣	٤	٥
٢	هل تمكنت من سماع الأصوات الموجودة في الملعب .	١	٢	٣	٤	٥
٣	هل شعرت بعضلات جسمك أثناء أداءك المهارات .	١	٢	٣	٤	٥
٤	هل استطعت أن تميز إحساسك بالفرح أثناء المباراة .	١	٢	٣	٤	٥

ملحق (٢)

استمارة استبيان

حول تحديد الاختبار الأنسب لبعض أنواع التهديف بكرة السلة

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

يروم الباحثون إجراء بحثهم الموسوم بـ (**التصور العقلي وعلاقته بدقة بعض أنواع التهديف بكرة السلة للاعبين الشباب**) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال كرة السلة وعلوم التربية الرياضية لذا يرجى من سيادتكم تحديد الاختبار الأنسب لكل نوع من أنواع التهديف المرشحة بكرة السلة .

ولكم جزيل الشكر والتقدير

الاسم الثلاثي واللقب العلمي والاختصاص

مكان العمل :

التوقيع:

الباحثون

المتغيرات	الاختبار	الاختيار
التهديف من خط الرمية الحرة	أ-التهديف من خط الرمية الحرة (١٠) رميات.	
	ب- التهديف من خط الرمية الحرة (٢٠) رمية.	
التهديف من القفز	أ- التهديف بالقفز من الأمام يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال نصف دائرة إلى الوسط واليمين (١٥) رمية.	
	ب- التهديف بالقفز من الأمام من الجهة اليسرى لهدف كرة السلة (١٥) رمية.	
التهديف السلمي	أ- التهديف على السلة بعد أداء الطبطبة (١٠) محاولات.	
	ب- التهديف على السلة بعد أداء طب الكرة عاليا (٣) محاولات.	

نرجو تثبيت ما ترونه مناسبا من خلال ملاحظاتكم القيمة أو إضافة أي اختبار آخر ترونه مناسبا