

الفصل الثاني

عرض وتحليل

ومناقشة النتائج

1. عرض و تحليل و مناقشة النتائج

الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة

انطلاقاً من أهمية الدراسة و طبيعة أهدافها وتساؤلاتها و فرضياتها تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمعرفة الخصائص الوصفية الإحصائية لمتغيرات الدراسة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم 12 : يمثل الإحصاء الوصفي للاختبار القبلي و البعدي لمتغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة في نتائج القدرات البدنية و المهارية و مقياس التصور العقلي

المتغيرات		القياس القبلي		القياس البعدي	
الاختبارات	المتوسط الحسابي	ع±	المتوسط الحسابي	ع±	
التحمل	17.05	0.518	16.94	0.156	
القوة الانفجارية للرجلين	48.16	2.786	57.33	1.366	
القوة الانفجارية للذراعين	21.16	2.40	22.5	1.97	
الرشاقة	8.56	0.549	8.50	0.522	
مرونة الجذع	8.91	2.76	10.91	2.059	
مرونة الكتفين	75.16	4.35	72.16	3.54	
السرعة الإنتقالية	4.92	0.336	4.91	0.349	
سرعة رد الفعل	1.60	0.104	1.56	0.084	
التوافق	11.74	0.427	11.33	0.434	
الإرسال	32.66	4.366	34.16	3.868	
الإعداد	31.00	3.098	32.00	4.098	
الصد	4.50	0.547	4.33	0.516	
السحق	14.83	1.722	15.50	1.516	
الإستقبال	36.16	1.471	37.00	0.894	
التصور العقلي	64.83	6.462	65.83	4.875	

حيث تم حساب هذه النتائج كدلالة وصفية يمكن الإعتماد عليها في تفسير بعض المتغيرات المرتبطة بالدراسة وفق ما توصلنا اليه من نتائج لقيم القدرات البدنية و المهارية و لمقياس التصور العقلي لدى عينة الدراسة.

الجدول رقم: 13 يمثل الإحصاء الوصفي للاختبار القبلي و البعدي لمتغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية في نتائج القدرات البدنية و المهارية و مقياس التصور العقلي

المتغيرات		المقياس القبلي		المقياس البعدي	
الاختبارات		ع±	المتوسط الحسابي	ع±	المتوسط الحسابي
التحمل		0.454	17.00	0.341	16.94
القوة الانفجارية للرجلين		3.016	48.50	1,870	58.50
القوة الانفجارية للذراعين		1.86	21.66	2.22	23.16
الرشاقة		0.449	8.63	0.442	8.60
مرونة الجذع		3.80	9.91	2.92	12.16
مرونة الكتفين		3.265	76.66	2.503	73.66
السرعة الإنتقالية		0.157	4.97	0.133	5.01
سرعة رد الفعل		0.868	1.58	0.704	1.55
التوافق		0.278	11.85	0.424	10.50
الإرسال		4.816	32.00	1.632	38.33
الإعداد		4.806	30.50	2.258	36.50
الصد		0.752	4.16	0.048	4.83
السحق		1.940	15.16	1.048	17.50
الإستقبال		1.211	36.33	2.422	39.66
التصور العقلي		4.875	65.83	2.529	94.00

و تمثل هذه النتائج الصورة الوصفية لنتائج الاختبارات البدنية و المهارية و نتائج التصور العقلي لدى عينة الدراسة، مما يعطي الواقع الإحصائي لكل نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي و البعدي، و انطلاقا من أن المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري لكلا الجدولين 12 و 13 العنصر الأساس في حساب النتائج الإحصائية التي يمكن من خلالها اصدار الأحكام و التوصل الى نتائج ذات دلالة.

2. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي والبعدي في نتائج التصور العقلي والقدرات البدنية والمهارية لدى المجموعة الضابطة

1.2. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج التصور العقلي لدى المجموعة الضابطة

انطلاقاً من النتائج القبلية و البعدية لنتائج التصور العقلي لدى المجموعة الضابطة من أجل دراسة الفروق بين الإختبارين يمكن عرض النتائج التالية:

الجدول رقم 14 يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج التصور العقلي للمجموعة الضابطة

المحاور	المتغيرات	درجة الإحتمال المعنوية SIG	قيمة "ت" المحسوبة	الدالة الإحصائية
الدرجة الكلية للتصور العقلي		0.363	1.00	غير دال احصائياً
التصور البصري		0.102	-2.00	غير دال احصائياً
التصور السمعي		0.576	0.598	غير دال احصائياً
التصور الحسي الحركي		0.518	0.696	غير دال احصائياً
تصور الحالة الإنفعالية		0.296	1.168	غير دال احصائياً
التحكم في التصور العقلي		0.611	0.542	غير دال احصائياً
التصور العقلي البصري الداخلي		0.363	1.00	غير دال احصائياً
حجم العينة 6		مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95 بالمائة	

من خلال قراءة الجدول 14 نلاحظ أن قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG بين الإختبارين القبلي و البعدي لجميع أبعاد التصور العقلي في المجموعة الضابطة أكبر من مستوى الدلالة 0.05، حيث بلغت قيمة SIG 0.363، 0.102، 0.611، 0.296، 0.576 لكل من التصور البصري، التصور السمعي، التصور الحسي الحركي، تصور الحالة الإنفعالية، التحكم في التصور العقلي البصري الداخلي على التوالي، و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي في مستويات الأبعاد المشكلة لمقياس التصور العقلي، أما الدرجة الكلية للتصور العقلي فقيمة درجة الإحتمال المعنوية SIG بلغت 0.363 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي عدم الدلالة الإحصائية، مما يؤكد أن المجموعة الضابطة لم يتحسن مستوى التصور العقلي لديها بجميع أبعاده.

و الملاحظ من الجدول أن عدم وجود الدلالة الإحصائية بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في نتائج التصور العقلي بجميع أبعاده أن المتوسط الحسابي لكلا القياسين لا يختلف في مستوى الثقة الإحصائية و غير دال من الناحية البرهانية الإختبار "ت" لعينتين مرتبطتين.

2.2. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية لدى المجموعة الضابطة

انطلاقاً من النتائج القبلية و البعدية للقدرات البدنية لدى المجموعة الضابطة من أجل دراسة الفروق بين الإختبارين يمكن عرض النتائج التالي:

الجدول رقم 15: يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية لدى المجموعة الضابطة

المتغيرات	درجة الاحتمال المعنوية SIG	قيمة "ت" المحسوبة	الدالة الإحصائية
التحمل	0.607	0.548	غير دال احصائياً
القوة الانفجارية للرجلين	0.006	-4.503	دال احصائياً
القوة الانفجارية للذراعين	0.025	-3.162	دال احصائياً
الرشاقة	0.032	2.939	دال احصائياً
مرونة الجذع	0.169	-1.606	غير دال احصائياً
مرونة الكتفين	0.012	3.873	دال احصائياً
السرعة الإنتقالية	0.328	1.085	غير دال احصائياً
سرعة رد الفعل	0.082	2.174	غير دال احصائياً
التوافق	0.012	3.864	دال احصائياً
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95 بالمائة	

من خلال الجدول 15 نلاحظ أن قيم درجة الاحتمال المعنوية SIG بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية (التحمل، السرعة الإنتقالية، سرعة رد الفعل، مرونة الجذع) للمجموعة الضابطة أكبر من مستوى الدلالة 0.05، حيث بلغت قيمة SIG 0.607, 0.169, 0.082, 0.328,

للتحمل و للسرعة الإنتقالية و سرعة رد الفعل و مرونة الجذع على التوالي، و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للقدرات البدنية سألقة الذكر في المجموعة الضابطة.

أما القدرات البدنية الأخرى (القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين، الرشاقة، مرونة الكتفين، التوافق) فقد بلغت قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG لديها على التوالي 0.012, 0.032, 0.025, 0.006, 0.012, وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي في القدرات البدنية سألقة الذكر، و أن التحسن الذي حققته هذه المجموعة يرجع الى البرنامج المتبع من طرف المدرب للمجموعة الضابطة.

3.2. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية لدى المجموعة الضابطة

انطلاقا من النتائج القبلية و البعدية للقدرات المهارية لدى المجموعة الضابطة من أجل دراسة الفروق بين الإختبارين يمكن عرض النتائج التالية:

الجدول رقم 16: يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية لدى المجموعة الضابطة

المتغيرات المحاور	درجة الإحتمال المعنوية sig	قيمة "ت" المحسوبة	الدالة الإحصائية
الإرسال	0.017	-3.50	دال احصائيا
الإعداد	0.363	-1.00	غير دال احصائيا
الصد	0.363	1.00	غير دال احصائيا
السحق	0.025	-3.16	دال احصائيا
الإستقبال	0.013	-1.746	دال احصائيا
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95%	

من خلال الجدول 16 نلاحظ أن قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG للقدرات المهارية الإرسال و السحق، الإستقبال في نتائج الإختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة بلغت 0.017، 0.025، 0.013 على التوالي و هي أقل من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين عند مستوى ثقة بلغ 95% أما القدرات المهارية الإعداد و الصد فكانت قيم درجة

الإحتمال المعنوية SIG لهما على التوالي 0.363، 0.363 و هي القيم أكبر من مستوي الدلالة 0.05 و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين لمهاتري الصد و الإعداد يمكن ارجاعها الى البرنامج التدريبي للمجموعة الضابطة.

و يكمن الهدف من خلال عرض كل المعطيات الخاصة بالمجموعة الضابطة في نتائج الإختبار القبلي و البعدي للقدرات البدنية و المهارية و في نتائج التصور العقلي، العمل على مقارنة النتائج البعدية للمجموعة الضابطة بالنتائج البعدية للمجموعة التجريبية.

3. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج التصور العقلي و القدرات البدنية و المهارية لدى المجموعة التجريبية

1.3. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في النتائج التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية

انطلاقاً من النتائج القبلية و البعدية في نتائج التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية من أجل دراسة الفروق بين الإختبارين يمكن عرض النتائج التالية

الجدول رقم 17: يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج التصور العقلي للمجموعة التجريبية.

المتغيرات المحاور	درجة الاحتمال المعنوية SIG	قيمة "ت" المحسوبة	الدالة الإحصائية
الدرجة الكلية للتصور العقلي	0.000	-19.46	دال احصائيا
التصور البصري	0.000	-7.65	دال احصائيا
التصور السمعي	0.000	-6.93	دال احصائيا
التصور الحسي الحركي	0.005	-4.77	دال احصائيا
تصور الحالة التفاعلية	0.000	-8.19	دال احصائيا
التحكم في التصور العقلي	0.020	-3.34	دال احصائيا
التصور العقلي البصري الداخلي	0.005	-4.67	دال احصائيا
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95%	

من خلال قراءة الجدول 17 نلاحظ أن قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG بين الإختبار القبلي و البعدي لجميع أبعاد التصور العقلي في المجموعة التجريبية أقل من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في هذه النتائج، ترجع إلى فعالية البرنامج المقترح في المرحلة التحضيرية.

أما الدرجة الكلية للتصور العقلي فقيمة درجة الاحتمال المعنوية SIG فقد بلغت 0.000 و هي دالة احصائيا، مما يؤكد أن مستوى التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية تحسن بجميع أبعاده، و أن المتوسط الحسابي لكلا القياسين يختلف في مستوى الثقة الإحصائية و دال من الناحية البرهانية الاختبار "ت" لعينتين مرتبطتين و أن هذه الفروقات الإحصائية لا ترجع للصدفة بل ترجع إلى برنامج التصور العقلي المقترح، و الملاحظ أن الفروق كلها لصالح القياس البعدي في المجموعة الضابطة من خلال إشارة قيم "ت" المحسوبة و التي تبرهن أن المتوسطات الحسابية للقياس البعدي اكبر منها في القياس القبلي و أن الفروق بينهما دالة إحصائيا بسبب البرنامج الأساسي للتصور العقلي.

2.3. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية لدى المجموعة التجريبية

انطلاقا من النتائج القبلية و البعدية للقدرات البدنية لدى المجموعة التجريبية من أجل دراسة الفروق بين الإختبارين يمكن عرض النتائج التالية:

الجدول رقم 18: يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية لدى المجموعة التجريبية.

المتغيرات القدرات البدنية	درجة الاحتمال المعنوية SIG	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التحمل	0.378	0.967	غير دال إحصائيا
القوة الانفجارية للرجلين	0.000	-7.74	دال إحصائيا
القوة الانفجارية للذراعين	0.030	-3.00	دال إحصائيا
الرشاقة	0.018	3.48	دال إحصائيا
مرونة الجذع	0.154	-1.679	غير دال إحصائيا
مرونة الكتفين	0.001	6.70	دال إحصائيا
السرعة الإنتقالية	0.158	-1.66	غير دال إحصائيا
سرعة رد الفعل	0.017	3.53	دال إحصائيا
التوافق	0.000	8.03	دال إحصائيا
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95%	

نلاحظ من خلال الجدول 18 أن قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية (القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين، سرعة رد الفعل، التوافق، الرشاقة، مرونة الكتفين) بلغت 0.000, 0.030, 0.017, 0.000, 0.018, 0.001 على التوالي، و هذه القيم لدرجة الإحتمال المعنوية أقل من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات البدنية السابقة لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

أما درجة الإحتمال المعنوية SIG للتحمل و السرعة الإنتقالية و مرونة الجذع فبلغت 0.158, 0.378, و 0.154 على التوالي و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي و البعدي في السرعة الإنتقالية للمجموعة التجريبية، و بذلك يمكن القول إن المتوسطات الحسابية لكلا القياسين لهذه القدرة البدنية لا تختلف إلى مستوى الدلالة و الثقة الإحصائية.

3.3. عرض نتائج اختبار "ت" بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية لدى المجموعة التجريبية

الجدول رقم 19: يمثل نتائج المقارنة بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية لدى المجموعة التجريبية

المتغيرات القدرات المهارية	درجة الإحتمال المعنوية SIG	قيمة "ت" المحسوبة	الدالة الإحصائية
الإرسال	0.050	-2.576	دال احصائيا
الإعداد	0.001	-7.90	غير دال احصائيا
الصد	0.102	-2.00	غير دال احصائيا
السحق	0.005	-4.56	دال احصائيا
الإستقبال	0.015	-3.62	دال احصائيا
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95 %	

من خلال الجدول 19 نلاحظ أن قيم درجة الإحتمال المعنوية SIG للقدرات المهارية الإرسال، الإعداد، السحق، الإستقبال، بين الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية قد بلغت 0.015, 0.005, 0.001, 0.050, على التوالي، و هذه القيم لدرجة الإحتمال المعنوية أقل من

مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي و البعدي في نتائج القدرات المهارية السابقة لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

أما مهارة الصد فكانت قيمة درجة الإحتمال المعنوية 0.102 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين في مهارة الصد للمجموعة التجريبية، و بذلك يمكن القول إن المتوسطات الحسابية لكلا القياسين لهذه المهارة لا تختلف الى مستوى الدلالة و الثقة الإحصائية.

و يمكن الهدف من خلال عرض كل المعطيات الخاصة بالمجموعة التجريبية في نتائج الإختبار القبلي و البعدي للقدرات البدنية و المهارية و في نتائج التصور العقلي، العمل على مقارنة النتائج البعدية للمجموعة الضابطة بالنتائج البعدية للمجموعة التجريبية، و عرض نتائج معامل الارتباط و معامل التحديد و حجم التأثير بين التصور العقلي و القدرات البدنية و المهارية للمجموعة التجريبية.

4. عرض نتائج معامل الارتباط بين التصور العقلي و القدرات البدنية و المهارية (الإختبار البعدي) للمجموعة التجريبية.

انطلاقا من النتائج البعدية لكل من القدرات البدنية و المهارية و علاقتها بدرجة التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية يمكن عرض النتائج التالية

1.4. عرض نتائج معامل الارتباط بين التصور العقلي و القدرات البدنية (الإختبار البعدي) للمجموعة التجريبية

الجدول رقم 20 : معامل الارتباط بين التصور العقلي و القدرات البدنية و المهارية (الإختبار البعدي) للمجموعة التجريبية.

المتغيرات	درجة الإحتمال المعنوية sig	قيمة معامل الارتباط	حجم العينة	الدلالة الإحصائية
القدرات البدنية				
التحمل/ التصور العقلي	0.938	0.041	6	غير دال إحصائيا
القوة الانفجارية للرجلين/ التصور العقلي	0.000	-0.169	6	دال إحصائيا
القوة الانفجارية للذراعين/ التصور العقلي	0.401	-0.425	6	دال إحصائيا
الرشاقة/ التصور العقلي	0.920	0.054	6	دال إحصائيا
مرونة الجذع/ التصور العقلي	0.043	0.749*	6	غير دال إحصائيا
مرونة الكتفين/ التصور العقلي	0.740	0.175	6	دال إحصائيا

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

السرعة الإنتقالية/ التصور العقلي	0.405	0.422	6	غير دال إحصائيا
سرعة رد الفعل/ التصور العقلي	0.899	0.067	6	دال إحصائيا
التوافق/ التصور العقلي	0.756	-0.164	6	دال إحصائيا
مستوى الدلالة 0.05		مستوى الثقة 95 %		

من خلال جدول 20 نلاحظ أن قيم درجة الإحتمال المعنوية و التحمل، القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين، و الرشاقة، و مرونة الكتفين، و السرعة الإنتقالية، و سرعة رد الفعل و التوافق أكبر من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغير التصور العقلي و نتائج القدرات البدنية سالفة الذكر.

أما العلاقة بين التصور العقلي و مرونة الجذع فقد بلغت قيمة درجة الإحتمال المعنوية 0.043 و هي أقل من مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي وجود علاقة ارتباطية موجبة و قوية دالة إحصائيا.

2.4. عرض نتائج معامل الارتباط بين التصور العقلي و القدرات المهارية (الإختبار البعدي) للمجموعة التجريبية

انطلاقا من النتائج البعدية للقدرات المهارية و علاقتها بدرجة التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية يمكن عرض النتائج التالية:

الجدول رقم 21 : يمثل نتائج معامل الارتباط بين التصور العقلي و القدرات المهارية (الإختبار البعدي) للمجموعة التجريبية

المتغيرات القدرات المهارية	درجة الاحتمال المعنوية SIG	قيمة معامل الارتباط	الدالة الإحصائية
الإرسال / التصور العقلي	0.412	0.429	دال احصائيا
الإعداد / التصور العقلي	0.140	0.676	غير دال احصائيا
الصد / التصور العقلي	0.403	0.451	غير دال احصائيا
السحق / التصور العقلي	0.192	0.617	دال احصائيا
الإستقبال/ التصور العقلي	0.369	0.452	دال احصائيا
حجم العينة 6	مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95 %	

نلاحظ من خلال الجدول 21 أن قيم درجة الإحتمال المعنوية و الإرسال و الإعداد، الصد، السحق و الإستقبال بلغت 0.412, 0.403, 0.140, 0.192, 0.369 على التوالي، أكبر من مستوى الدلالة

0.05 و بالتالي عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغير التصور العقلي و المتغيرات المهارية سابقة الذكر.

و تعتبر عدم الدلالة الإحصائية في متغير معامل الارتباط للتصور العقلي و المتطلبات المهارية المدروسة ليس مرده أنه لا توجد علاقة و إنما ترجع إلى عدة عوامل أخرى تتخذ من الدرجة الكلية للتصور العقلي العنصر الفارق من خلال المتغير الإحصائي الانحراف المعياري بين الطرفين، و يمكن القول إن جميع إشارات معامل الارتباط موجبة ما يؤكد قوة المتوسط الحسابي للتصور العقلي و أن عدم الدلالة الإحصائية يرجع إلى عوامل ترتبط بالقدرات المهارية في حد ذاتها من خلال نسبة التحديد بين جميع المتغيرات.

5. معاملات التحديد لكل من القدرات البدنية و المهارية و علاقتها بالتصور العقلي في النتائج البعدية لدى المجموعة التجريبية

يمكن حساب نسبة مربعات الانحدار إلى المربعات الكلية، و تعد هذه النسبة جزء من التباين في المتغير التابع و الذي يمكن تفسيره بمعادلة الانحدار، و نسبة الارتباط هي مربع معامل الارتباط "ر" بين المتغيرين و هذا ما يطلق عليه أحيانا اسم معامل التحديد (r^2) و عليه فإن معامل الارتباط أو نسبة الارتباط هي نسبة التباين المشترك بين المتغيرين، و معنى هذا أننا لا نستخدم معامل الارتباط كنسبة مئوية و إنما نستخدم مربع معامل الارتباط كنسبة مئوية لتفسير العلاقة بين المتغيرين.

1.5. معامل التحديد لكل من القدرات البدنية و المهارية و علاقتها بالتصور العقلي في النتائج البعدية لدى المجموعة التجريبية

الجدول رقم 22: يمثل نتائج معامل التحديد لكل من القدرات البدنية و المهارية و علاقتها بالتصور العقلي في النتائج البعدية لدى المجموعة التجريبية

المتغيرات	معامل التحديد r^2	النسبة المئوية المشتركة	النسبة المئوية المتبقية	الترتيب
التحمل/ التصور العقلي	0.0016	%0.16	%99.84	9
القوة الانفجارية للرجلين/ التصور العقلي	0.028	%2.8	%97.2	5
القوة الانفجارية للذراعين/ التصور العقلي	0.180	%18	%82	3
الرشاقة/ التصور العقلي	0.0029	%0.29	%99.71	8
مرونة الجذع/ التصور العقلي	0.737	%73.7	%26.3	1
مرونة الكتفين/ التصور العقلي	0.222	%22.2	%77.8	2

4	%82.2	%17.8	0.178	السرعة الانتقالية/ التصور العقلي
7	%99.56	%0.44	0.0044	سرعة رد الفعل/ التصور العقلي
6	%97.4	%2.6	0.026	التوافق/ التصور العقلي

من خلال الجدول السابق يتضح أن قيمة معامل التحديد بين نتائج مرونة الجذع و التصور العقلي بلغت 0.737 و هذا بتربيع قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين, كما بلغت النسبة المئوية المشتركة 73.7% أما النسبة, 26.3% فهي القيمة المئوية المتبقية من تباين المتغيرين مع العلم أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً, و الملاحظ أن قيمة معامل التحديد مرتفعة بمعنى أن نسبة الإشتراك ضمن القيم المطلقة الدالة إحصائياً لمعامل الارتباط بينهما كبيرة, أما النسبة المتبقية فترجع إلى عوامل أخرى و هذا التحليل يبقى نسبي لأن حجم العينة و المتغيرات الدخيلة يبقى لها الأثر البالغ في تحديد هذه النسب بين المتغيرين لحجم التباين المشترك في الدراسة و دلالاته الإحصائية, و معامل التحديد للمتغيرين يبقى مرهون بقيمة معامل الارتباط فكلما كان الارتباط قوي و مرتفع بغض الطرف عن اتجاهه سالب أو موجب تكون قيمة معامل التحديد كبيرة بين المتغيرين.

أما قيم معامل التحديد الخاصة بالعلاقة بين التصور العقلي و التحمل، القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين، الرشاقة، مرونة الكتفين، السرعة الإنتقالية، و سرعة رد الفعل و التوافق فيلاحظ أنها ضعيفة و هذا انطلاقاً من الارتباط الوثيق بقيم معامل الارتباط الضعيفة للمتغيرات السابقة لكل المتغيرات و عدم دلالتها الإحصائية و الترتيب في الجدول يوضح نسب التباين بين المتغيرات لدى المجموعة التجريبية.

2.5. معامل التحديد للقدرات المهارية و علاقتها بالتصور العقلي في النتائج البعدية لدى المجموعة التجريبية

الجدول رقم: 23 يمثل نتائج معامل التحديد للقدرات المهارية وعلاقتها بالتصور العقلي في النتائج البعدية لدى المجموعة التجريبية

المتغيرات	معامل التحديد r^2	النسبة المئوية المشتركة	النسبة المئوية المتبقية	الترتيب
الإرسال / التصور العقلي	0.184	%18.4	%81.6	5
الإعداد / التصور العقلي	0.456	%45.6	%54.4	1
الصد/ التصور العقلي	0.203	%20.3	%79.7	4
السحق / التصور العقلي	0.380	%38	%62	2
الإستقبال/ التصور العقلي	0.204	%20.4	%79.6	3

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن قيم معامل التحديد لكل المتغيرات متباينة في النتائج المتوصل إليها، وبالرغم من أن الإعداد و التصور العقلي لهما النسبة المشتركة الأكبر إلا أن عدم دلالة معامل الارتباط بينهما يبقي هذه النسب لها مدلول نسبي فقط بين جميع العلاقات المهارية- التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية، و الملاحظ أنه توجد علاقة ارتباطية بين المتغيرات من ناحية قيمة معامل الارتباط من خلال الجدول 21 و بالتالي يمكن القول أنه كلما ازداد مستوى التصور الذهني المهارات كان الأداء الفني بصورة أفضل، أما ما يخص القيمة الحقيقية لمعامل التحديد في نسبة المساهمة و كيفية الاستفادة منها ميدانيا خاصة و أن هناك علاقات إحصائية ترتبط بمعامل التحديد في نسبة التحديد و المساهمة أهمها الإنحدار الخطي المتعدد و ما النسبة المئوية المشتركة إلا دليل يضمن كيفية الاستفادة إن كانت هناك دلالة إحصائية.

• تحليل النتائج

تعتبر العلاقة بين كل متغيرات الدراسة و التصور العقلي كمتغير مستقل من خلال البرنامج الأساسي المطبق و القدرات البدنية و المهارية كمتغير تابع من ناحية التحسن لأهم عناصر الدراسة لكن الهدف الرئيسي لمعامل التحديد ينطلق من قيمة معامل الارتباط كدلالة إحصائية تزداد قيمتها البرهانية لدى وجود العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الإحصائية، و ما النتائج البعدية للمجموعة التجريبية إلا المحك المرتبط بالقيم الاستدلالية للنتائج المتوصل إليها بالرغم أنها تأخذ طابع القيم النسبية لكل معامل التحديد و لا تأخذ بالتفسير المطلق لأن هناك متغيرات لها قيم نسبية مساوية أو أكبر من القيم المحسوبة لمعامل التحديد.

تشكل العلاقة بين التصور العقلي و نتائج القدرات البدنية في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية حجر الأساس لتحديد قيمة معامل التحديد لكل علاقة بين التصور العقلي و القدرات البدنية، و ما قيمة معامل التحديد للحمل/ التصور العقلي التي بلغت بالدرجة المئوية 0.16% أن هناك علاقة ضعيفة جدا و أن النسبة المئوية المشتركة بين المتغيرين لم تحدد في نطاق القيم الإحصائية الواقعة خارج النسبة المئوية المتبقية 99.84% لتعطي تفسيراً وتحليلاً على أنه هناك متغيرات أخرى أكثر تأثيراً و تحديداً لهذه القيم.

أما معامل التحديد للقوة الانفجارية للرجلين و الذراعين، فما النسب المئوية المتبقية 97.2%، 82% على التوالي إلا دليل على أن عدم الدلالة الإحصائية في العلاقة الارتباطية أدى إلى تباين في نتائج متغير القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين.

و الملاحظ للقيمة المئوية المشتركة للعلاقة بين الرشاقة/التصور العقلي و التي بلغت 0.29% هذا من جهة، و ما تحليل الأبعاد الخاصة بالتصور العقلي و التي تتضمن في محاورها و طياتها القدرة

على التصور العقلي لمتغير الرشاقة من الناحية الحسية الحركية من جهة أخرى، و لكن كانت القيمة المئوية المتبقية لهذا الأخير 99.71% النقطة المفصلية لتحول قيم المتغيرات الأخرى نحو القيم الإحصائية الخاصة بالتصور العقلي.

تعتبر قيمة معامل التحديد الخاصة بالمتغير البدني مرونة الجذع التي بلغت 0.737 أو ما يساوي القيمة المئوية المشتركة 73.7% ذات بعد إحصائي واضح انطلاقاً من أنها القيمة التي اعتمدت على معامل الارتباط الدال إحصائياً بين مرونة الجذع /التصور العقلي، و ما تحليل أبعاد التصور العقلي و التي تحمل في أهدافها المتغير الأساسي و المتمثل في التصور الحسي الحركي الخاص بمدى مرونة الجذع و هذا ما يعطي تفسيراً على أن النسبة المئوية المشتركة الخاصة بين المتغيرين تدور في مجال أنه كلما كان مستوى التصور العقلي لمتغير الأداء الرياضي عالي، كان تصور المدى الحركي لمرونة الجذع عالي ومنه الزيادة الفعلية، و أن التصور العقلي يساهم بالقيمة المحددة أعلاه و بفاعلية في التصور الحسي الحركي لمرونة الجذع.

و تشكل قيم معامل التحديد لمرونة الكتفين، السرعة الإنتقالية، سرعة رد الفعل، التوافق، مع متغير التصور العقلي والتي تساوي 0.222، 0.178، 0.0044، 0.026 على التوالي و ما يمثلها نسبياً من القيم المئوية المشتركة على أن كل أبعاد التصور العقلي بالقدرات البدنية السابقة ثبت الارتباط الموجب و لكن قوة هذا الأخير اختلفت من قدرة بدنية إلى أخرى و بالتالي نتائج أبعاد التصور العقلي تأثرت بالمساهمة الإحصائية للمتغيرات الأخرى.

تشكل العلاقة بين المتغيرات المهارية و نتائج التصور العقلي في الإختبارات البعدية نقطة الوصول إلى الغايات الأساسية لهذه العلاقة، و ما نتائج جداول الارتباط لهذه الأخيرة إلا دليل على العلاقة الارتباطية الموجبة مع التأكيد على عدم وجود الدلالة الإحصائية مما يعطي تفسيراً نسبياً للقيمة البرهانية لمعامل الارتباط.

إن قيمة معامل التحديد للمتغيرين الإرسال/التصور العقلي و التي بلغت 0.184 و ما يقابلها بالنسبة المئوية المشتركة 18.4% و هي نسبة ضعيفة على اعتبار أن التصور العقلي لمهارة الإرسال لدى المجموعة التجريبية كان ليشكل قيمة أكبر من ذلك، أما القيمة المتبقية 18.6 هي ناتج إحصائي لقيم المتغيرات الأخرى، و كل هذه النتائج تعطي تحليلاً نسبياً عن الكيفية الفعلية و مساهمتها في تحسين المتطلب المهاري الإرسال.

أما في ما يخص الإعداد /التصور العقلي فكانت قيمة معامل التحديد 0.456 أي نسبة 45.6% من الإشتراك بين المتغيرين و هي نسبة متوسطة على العموم و كانت لتكون أكثر فاعلية لو كان معامل الارتباط بين المتغيرين دال إحصائياً ، و الشك أن القدرة على التصور العقلي للإعداد كانت

أفضل من جميع المتغيرات المهارية الأخرى لعدة أسباب و لكن الأكيد أن تحقيق الأفضل نسبة مساهمة و اشترك يمر حتما على آليات أكثر دقة عملية و علمية، و من جهة أخرى بلغت قيمة معامل التحديد للصد /التصور العقلي 0.203 أي ما نسبته 20.3% من المساهمة بين المتغيرين و هي نسبة ضعيفة على اعتبار أن الخصائص المهارية للصد تختلف عن غيرها من المتطلبات المهارية الأخرى و بالتالي ينعكس ذلك على التصور العقلي بجميع أبعاده و محاوره، و بذلك اللاعب لديه القدرة الكافية للتصور الأمثل لهذا الأخير.

إن قيم معامل التحديد لكل من السحق و الإستقبال مع التصور العقلي بلغت 0.204 و 0.380 على التوالي و هذا ما نسبته 38% و 20.4% لكل متغير و تحليل هذه النسب لا يرجع إلى البرنامج المطبق فحسب بل يرجع إلى القيم الإحصائية الأخرى للمتغيرات المشاركة على اعتبار أنها أكثر برهانية من الناحية الإحصائية و بالتالي هناك عدة معطيات لابد أن تأخذ بعين الاعتبار لتكون نسب المساهمة كبيرة، و يرى الباحث أن تكون جملة المعطيات فيما يلي:

- الخصائص الداخلية و الخارجية لكل متغير.
- القيم الإحصائية من الناحية البارومترية الإستدلالية
- قوة العلاقة و دلالتها الإحصائية.
- حجم العينة.
- القيم الوصفية للمتغيرات أبرزها الإنحراف المعياري، المتوسط الحسابي، الإلتواء.

و على العموم يشكل معامل التحديد أحد أهم المحددات الخاصة بالدراسة من الناحية التحليلية لكل متغيرات الدراسة بدءا بالعلاقة الارتباطية وصولا تفسير معامل التحديد.

يشكل اختبار حجم التأثير و ما يحمله من دلالات عنصرا مهما في النتائج المتوصل إليها و ذلك على اعتبار أن التأثير نابع من البرنامج الأساسي المقترح و الخاص بالتصور العقلي على أهم القدرات البدنية التي ثبت دلالتها الإحصائية في اختيار البعدي لدى المجموعتين الضابطة و التجريبية و ان قيمة "ت" المحسوبة هي نقطة التحول في مقدار حجم التأثير المشترك مع البرنامج المقترح.

إن القيمة الإحصائية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في إختبار البعدي في التوافق هي الصفة البدنية التي ثبت دلالتها الإحصائية حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة 3.382 و أن قيمة مربع إيتا تساوي 0.53 و هذا ما يمثل نسبة 53 % من حجم التأثير الكلي، و الملاحظ لقيمة المتوسط الحسابي للمجموعتين الضابطة و التجريبية و أن الفرق بين المتوسطين يساوي 0.80 و هذا ما يحل على أن تأثير البرنامج المقترح و اشتماله على أهم التغيرات المركبة للتوافق كان بنسبة جيدة و تحدد الطريق الخاصة بالكيفية الميدانية لتفعيل برامج التصور العقلي و ما تحتويه لتحسين التوافق، و نظرا

لارتباط قيمة حجم التأثير بقيمة "ت" المحسوبة و حجم العينة يرى الباحث أن القيمة الحقيقية لحجم التأثير تظهر من خلال نتائج التوزيع الطبيعي و انخفاض قيمة الانحراف المعياري و هذا ما يقلل من التفسير النسبي و عدم الدقة لتحليل المعطيات الإحصائية الخاصة بالفروق بين المتوسطات الحسابية، و لا شك أن حجم التأثير الخاص بالتوافق يدخل ضمن الأهداف الموضوعية ضمن البرنامج المقترح من باب التصور العقلي الحسي الحركي، و لكي نصل إلى تحسين قيمة حجم التأثير لابد من تطبيق برنامج يتبع آلية التدرج المنهجي في مثل هذه البرامج.

إن قيم مربع إيتا تختلف من الناحية الإحصائية لنظيرتها في المتطلبات المهارية الخاصة بالمجموعة التجريبية من حيث الدلالة الإحصائية التي كانت في أغلب القدرات المهارية و الملاحظ لقيم حجم التأثير أنها تتقارب فيما بينها من الناحية النسبية و ليس التفسيرية و التحليلية لأن لكل مهارة خصوصياتها و متطلباتها.

إن نسبة التأثير في الجانب المهاري الخاص بالإرسال و التي بلغت 37% أو ما قيمته 0.37 لمربع إيتا يعكس القيمة الحقيقية لتأثير التصور العقلي على الجانب المهاري من ناحية التحسن باعتبار عينة الدراسة (المجموعة التجريبية) لها مستوى عالي في القدرات المهارية، و لعل ما يشد الباحث نحو تحليل هذه القيمة أن الفرق بين المتوسطين له دلالة أيضا بما أنه أحد المؤشرات لتحديد اتجاه الفروق، ونلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة بين المجموعتين في الإختبار البعدي للمتطلب المهاري الإرسال 2.431- و ما الإشارة السالبة لهذه الأخيرة إلا دليل على أن الفرق بين المتوسطين لصالح المجموعة التجريبية، و بما أن حجم العينة و درجة الحرية لها التأثير المباشر، و يرى الباحث أن قيمة البرنامج المقترح قد راعت خصوصيات مهارة الإرسال و أن الوصول إلى أفضل المستويات المهارية يمر حتما على القدرة الجيدة على استثمار جوانب التصور العقلي و التي من خلالها يستطيع لاعب الكرة الطائرة إدراك العلاقة الزمانية و المكانية بين كل المتطلبات المشاركة لأداء هذا المتطلب المهم في الكرة الطائرة، و على الرغم أن قيمة حجم التأثير متوسطة إلا أن دلالتها أكبر من قيمتها بما أن الفروق دالة إحصائيا و هذا ما يعطي للباحث فكرة على أن العلاقة الارتباطية بين التصور العقلي و القدرات المهارية حتى و إن كانت دالة إحصائيا فالتحليل و التفسير الخاص بها يخضع لقيمة معامل التحديد و منه حجم التأثير كأسلوب إحصائي له قيمته العملية لتحسين ما وضع لأجله.

أما فيما يخص قيمة حجم التأثير لمهارة الإعداد و التي بلغت 0.35 أو 35% فإن الباحث يحلل القيم الإحصائية على ضوء نقطتين الأولى أن هذه النسبة لها دلالتها الإحصائية و بالتالي فالبرنامج المقترح للتصور العقلي في المرحلة التحضيرية ساهم بما نسبته 35% في تحسين هذه الأخيرة و هذا ما يظهر جليا في تباين الفروق بين المجموعتين في الإختبار البعدي، أما النقطة الثانية فهي قيمة "ت" المحسوبة و التي بلغت 2.355- و أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية، و لكن ما يهمنا هنا هو

أنه كلما زادت قيمة الفروق بين المجموعتين ولا أقول الفرق بين المتوسطين بمعنى قيمة "ت" المحسوبة لأنه الأولى تحسب بالمتوسط الكلي أما الثانية فتراعي قيمة المتوسط النسبي بين المتوسطين للمجموعة الضابطة و التجريبية و بالتالي تقل هذه النسبة كلما قلت قيمة "ت" المحسوبة، و لذا يرى الباحث أن القيمة الحقيقية للاستفادة من قيمة مربع إيتا تكمن في أنها تعطينا معنى و دلالة للفروق المتوصل إليها و كيفية استغلال هذه القيمة الإحصائية لتقويم البرنامج و الاستفادة منها في تحسين الجانب المهاري و منه مهارة الإعداد هذا من جهة.

و من جهة أخرى نلاحظ قيم مربع إيتا للسحق و الإستقبال بلغت 0.41 و 0.39 على التوالي و هذا ما يمثل 41% و 39% لكل منهما، و الملاحظ لقيمة حجم التأثير للسحق يستنتج أن قيمة "ت" المحسوبة هي التي تتحكم في زيادة أو نقصان قيم التأثير، و الأكيد أن كل هذه المعطيات تصب في خانة التأثير الإحصائي الحقيقي انطلاقاً من الدلالة الإحصائية الثابتة، أما قيمة "ت" المحسوبة بين المجموعتين في الاختبار البعدي للاستقبال قد بلغت -2.530 و بفروق لصالح المجموعة التجريبية مما يؤكد كل التحليلات السابقة، و أن البرنامج المقترح للتصور العقلي له ارتباطات مشتركة في الخصوصيات الخاصة بالجانب المهاري لدى المجموعة التجريبية.

وفي الأخير نلاحظ أن قيمة مربع إيتا بلغت 0.91 للتصور العقلي و هذا ما نسبته 91% و بالتالي فقيمة «ت» المحسوبة و التالي بلغت -12.562 هي التي حددت حجم التأثير و بالتالي فالبرنامج المقترح ساهم و بشكل كبير جداً في رفع القدرة و مستوى التصور العقلي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة و هذا ما تجلى في قيمة "ت" المحسوبة، و الشيء الذي يريد الباحث طرحه هو أنه هناك عدة معطيات لا بد من الأخذ بها و التي لها القدرة على رفع و تحسين حجم التأثير حسب رأي الباحث هي:

- قيمة "ت" المحسوبة.
- حجم العينة و درجة الحرية.
- قيمة الانحراف المعياري و تباين المتغيرات.

• مناقشة النتائج

تشكل الدراسة التجريبية الحالية عنصراً هاماً في الوصول إلى نتائج يمكن الاستفادة منها نظرياً و ميدانياً، و لعل أهم مباحث هذه الدراسة التحديد المنهجي لكل متغير و ارتباطه بالمتغيرات الأخرى، و من جهة أخرى يشكل موضوع الدراسة نقطة بداية للتحقق من الإفتراضات حددها الباحث ليصل إلى جملة من الحقائق التي تثبت أو تنفي تلك الإفتراضات.

إن الوصول إلى نتائج على أهمية بالغة لكن الأهم هو مقارنتها بالافتراضات من أجل الحكم الموضوعي و لتجسيد المعرفة العلمية، و ما النتائج و المعطيات المتوصل إليها إلا وسيلة مساعدة لتبيان الأحكام على ضوء هذه الأخيرة، و لعل الباحث في هذا الأمر المهم بالذات يستعمل كل المعطيات المتوفرة عنده انطلاقاً من الجانب التمهيدي و النظري و وصولاً إلى الجانب التطبيقي بما يحملونه من نتائج و تفسيرات تقدم الكثير من التفسير الموضوعي لهذه النتائج.

يعتبر موضوع التصور العقلي و استعماله في غايات محددة محورا للبحث الحالي و ذلك لتجسيد الأهداف المرجوة من الدراسة لدى عينة البحث و الوصول إلى الهدف الأساسي لهذه الأخيرة و الذي ينطلق من معلمين أحدهما استخدام برامج القدرات البدنية و الثاني المتطلبات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

○ مناقشة الفرضيات الجزئية

انطلاقاً من النتائج المتوصل إليها في الجداول و قيم درجة الاحتمال المعنوية SIG لكل من المجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبار البعدي لكل من الإرسال، الإعداد، السحق، الإستقبال و مقارنتها بمستوى الدلالة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي للقدرات المهارية السابقة، مما يؤكد أن استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد العام و الخاص حسن من القدرات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، و لقد أشارت عديد الدراسات منها دراسة الباحث "عبد الناصر عابدين" 2008 أن من أهم المتطلبات الفعالة لمهارة الإرسال المتطلبات العقلية و منها التصور العقلي الذي يعتبر أحد المتطلبات المهمة في التعلم الحركي لاعبي الكرة الطائرة، وتتفق النتائج المتوصل إليها مع نتائج الباحث "محمد محمود عبد الحميد" 2000 على أن تأثير التصور العقلي على الأداء المهاري للإرسال و أن استخدام هذا الأخير كان بنسب أفضل منها للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة، و بالتالي استخدام التصور العقلي مع الأداء المهاري للإرسال و فقط، و تشير دراسة الباحث "مسعد رشاد العيوطي" 2004 أن استخدام التصور العقلي مع الأداء المهاري و التصور الحركي للسحق يزيد من فاعلية هذا الأخير لدى لاعبي الكرة الطائرة، و يرى الباحث أن البرنامج الأساسي للتصور العقلي الذي مارسه المجموعة التجريبية ساهم في تعزيز القدرة على التصور العقلي للأداء المهاري و بأبعاده المختلفة و الإرتقاء بهذه الأبعاد بطريقة متكاملة حتى يمكن التقدم بالأداء المهاري للقدرات السابقة، مع الأخذ بعين الاعتبار أن يحتوي التصور العقلي على كل ما يخص المهارة المراد تصورها، و من هنا تظهر أهمية التصور العقلي في تعلم المهارات الحركية في أن اللاعب يستعمل نفس الممرات العصبية التي تستعمل عند الأداء، و قد توصل "مارتنيز" إلى أن التصور العقلي لأداء مهارات معينة ينتج عنه نشاط عقلي، تتضح فائدته في تقوية الممرات العصبية الخاصة بالإشارة العصبية التي يرسلها الجهاز العصبي إلى العضلات العامة (محمد مطر عراك،

(2003 ص 24) و الملاحظ للنتائج المتوصل إليها يعرف أن وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين و لصالح المجموعة التجريبية أن السبب يعود في ذلك الى استخدام التصور العقلي الذي أعطى لأفراد المجموعة التجريبية القدرة على معرفة تفاصيل المهارة من خلال الوصف الفني للمهارة أو من خلال ملاحظتهم النموذج المصور أو الحي و العمل على إعادتها أو أدائها عقليا و الوقوف على تفاصيل الأداء محاولة بعد المحاولة و الإستمرار بتكرارها عقليا جعلهم يتمكنون من الإحساس بالحركة و هذا متأث من خلال وضوح الصورة التي حصلوا عليها عن طريق الإشارة الحسية التي عملت على تثبيت الصورة خلال التكرار المستمر عند استعمال التصور العقلي من اجل تطوير سرعة المهارات و زيادة التعلم الحركي سوف يكون أكثر فاعلية عند القيام بالتدريب على حقيقة الشعور الحسي أو الحركي للقدرات المهارية. (أمين الخولي وآخرون, 1998 ص 199)

إن تحقق هذه الفرضية يتفق مع ما أشار إليه "وجيه محجوب" في أن التمرين الذهني يمكن استخدامه مباشرة قبل أو بعد الأداء, حيث يتصور اللاعبون أنفسهم و هم يؤدون النمط الصحيح للمهارة الحركية, إذ أن تدريب المهارات العقلية و استخدامها ينشط العديد من العناصر العصبية في الدماغ و المسؤولة عن برمجة و توجيه الحركة بصورة فعلية و دقيقة, و قد توصل "مارتينز" إلى أن التصور العقلي الصحيح للمهارة الحركية ينتج عنه استجابات عصبية و عضلية مماثلة للاستجابات الفعلية, إذ تؤدي عملية التصور العقلي إلى إرسال استشارات من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة, و يساعد التصور العقلي على معايشة خبرة النجاح المتوقع حدوثها من خلال بناء ثقة الرياضي بذاته, و هو بذلك يتيح للرياضي فرص متعددة لإستحضار الصور الذهنية لبعض المواقف التي يصعب ممارستها عمليا خلال التدريب. (ريق ساعد, 2014 ص 332)

○ مناقشة الفرضية العامة

يستعمل المدربون الجزائريون للكرة الطائرة التدريب الذهني بصفة عامة و التصور الذهني بصفة خاصة لتحسين أداء اللاعبين.

تتعلق هذه الفرضية من افتراض مرده أن استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية و المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة, و لتأكد من صحة الفرضية أو نفيها كان لابد من مناقشة الفرضيات الجزئية أولا ثم الاستدلال فيما يخص الفرضية العامة, و عملا بكل النتائج المتوصل إليها و مناقشتها على ضوء الفرضيات السابقة, تبين أن استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية عدا التوافق, و كل الدلائل من الجداول الخاصة بدراسة الفروق بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في القدرات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة و هذا ما تؤكد قيم درجة الاحتمال المعنوية الخاصة بالقدرات البدنية.

و يشير الباحث أن استخدام التصور العقلي لا يقتصر على التدريب بأوقات نسبية بل يأخذ درجة عالية من الأهمية لأن كل المستويات البدنية و المهارية في وقتنا الحالي برامج الإعداد لها معلومة، و بالتالي وجب الاستفادة من هذا الأخير بالقدر الذي يؤدي إلى أداء بدني و مهاري أفضل، أما المتغيرات البدنية المدروسة فإن الأهمية في تحسينها و تطويرها هي بنفس الأهمية للجوانب المهارية و الخططية لذلك فاستخدام التصور العقلي في مرحلة التحضير البدني العام و الخاص لم يحسن منها لعدة معطيات نكون قد لاحظنا بعض الإشتراطات، حيث يلعب مستوى التصور العقلي لدى عينة الدراسة دورا هاما في توجيهه و تجديد هذه الفروق بما يوازي الأهمية البدنية و المهارية كذلك القدرة على الاستفادة من عمليات التصور العقلي لتحسين الأداء البدني وفق نماذج تحسين الأداء.

• نتائج الدراسة:

من خلال الجانب التطبيقي و ما يحتويه من عناصر منهجية تبحث كلها عن الحقائق من الإجراءات المنهجية للدراسة إلى غاية عرض و تحليل و مناقشة النتائج أوضحت كل المعطيات و النتائج الإحصائية مايلي:

- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (التحمل) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (القوة الانفجارية للرجلين) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (القوة الانفجارية للذراعين) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (الرشاقة) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (المرونة الجذع) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (المرونة الكتفين) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (السرعة الإنتقالية) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (سرعة رد الفعل) لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية (التوافق) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية (الإرسال) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية (الإعداد) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية (السحق) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني أدى إلى تحسين القدرات البدنية (الإستقبال) لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني لم يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية (الصد) لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الخاتمة

الخاتمة

تعتبر برامج الإعداد البدني من أهم المتطلبات الخاصة بالواجبات التدريبية المهمة لوصول الرياضي في الكرة الطائرة إلى المستوى العالي، انطلاقاً مما تقدمه من نتائج وآليات في كل مرحلة من مراحل التحضير البدني للموسم الرياضي ككل، لذلك هناك المحددات و الاشتراطات الخاصة بكل مرحلة على حدي وما تضمنه من أهداف نوعية تتحقق من خلال تكافل كل واجبات برامج الإعداد البدني سواء العام و الخاص أو للمرحلة المنافسة و المرحلة الانتقالية، وهذا من أجل الاشتقاقات الفرعية لكل برامج الإعداد البدني.

وعلى عكس كل المحددات التي تصور دراسة تحليلية، كانت هذه الدراسة التجريبية نقطة بداية خصوصاً إذا عملت الدراسة الحالية على استظهار آليات جديدة مثل التصور العقلي، وعليه تكمن القوة الأساسية لهذه الدراسة فيما تستطيع الوصول إليه من خلال استعمال التصور العقلي في برامج الإعداد البدني، وجاءت هذه الدراسة لتكون مكملة لدراسات أخرى للتمكن من تطبيق أساليب جديدة وفق المتطلبات الأساسية للكرة الطائرة، وهذا كدعامة أساسية يعتمد عليها لاعب الكرة الطائرة لتطوير قدراته البدنية والمهارية.

ويعتبر هذا البحث عنصر الكشف عن دراسة سببية تجريبية بين استخدام التصور العقلي في برامج الإعداد البدني كمتغير مستقل والقدرات البدنية و المهارية عن لاعب الكرة الطائرة كمتغير تابع متأثر بمحددات المتغير المستقل، وعليه فكل النتائج المتحصل إليها هي أحد الطرق والسبل الموجهة للعمل الميداني و استراتيجيات التصور العقلي كمحدد أساسي أكثر دقة وشمولية لتفسير آلية العمل بين المتغيرات و بما يتفاعل مع كل ما سبق ويمثله القدرات البدنية والمهارية عند لاعبي كرة الطائرة.

قائمة المراجع

المراجع العربية

أولا : الكتب

1. ابراهيم مروان, (2001) الموسوعة العلمية للكرة الطائرة. عمان, ب ط. مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع.
2. أسامة كامل راتب. (1997) "أ: علم النفس المفاهيم و التطبيقات. دار الفكر العربي, ط.2. مصر.
3. الرويشدي هارون توفيق. (1999) الضغوط النفسية . القاهرة: مكتبة الانجلو للطباعة.
4. الين وديع فرج. (1990). "أ: الكرة الطائرة دليل المعلم و المدرب و اللاعب, منشأة المعارف, ب ط, الاسكندرية,
5. رشيد زرواتي (2007): "مناهج البحث العلمي في العلوم الإجتماعية", دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع, ط, 1 الجزائر,
6. زكي محمد حسن. (2004) "د: مدرب الكرة الطائرة, المكتبة المصرية للطباعة والنشر, الجزء الثاني الاسكندرية,
7. عبد العزيز عبد المجيد. (2005). سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي. مركز الكتاب للنشر. ط, 1 القاهرة.
8. عماد الدين عباس أبو زيد, (2005) التخطيط و الأسس العلمية لبناء و اعداد الفريق في الألعاب الجماعية. الاسكندرية: ط. 1 منشأة المعارف.
9. فاطمة عوض صابر, ميرفت علي خفاجة (2002) , "أسس ومبادئ البحث العلمي", مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية, ط, 1 الإسكندرية,
10. محمد حسن علاوي. (2002) "أ: علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية. دار الفكر العربي. ب ط. مصر,
11. محمد حسن علاوي, أسامة كامل راتب (1999): " البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس", دار الفكر العربي, ب ط , القاهرة,
12. محمد صبحي حسانين, (2001) "أ: القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية. القاهرة: ط. 1 دار الفكر العربي.
13. محمد نصر الدين رضوان, (2003) "الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية" , دار الفكر العربي, ب ط, القاهرة,
14. محمد لطفي السيد وآخرون. (2008). الإعداد البدني في المجال الرياضي. مصر: ط. 1 دار الهدى للنشر و التوزيع.

15. محمود عزت كاشف. (1991) العداد النفسي و الرياضي. ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
16. محمود مختار. (1997) كرة القدم للناشئين. القاهرة: دار الفكر.
17. مصطفى باهي، سمير جاد. (2004) مدخل الى الإتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي. الدار العربية للنشر.
18. مفتي ابراهيم حماد. (2001) "ب: التدريب الرياضي الحديث. ط2، دار الفكر العربي. القاهرة،
19. مفتي ابراهيم حماد (2010). "أ: المرجع الشامل في التدريب الرياضي، ط1 دار الكتاب الحديث. القاهرة.
20. وجيه محبوب. (2002) نظريات التعلم و التطور الحركي. دار وائل للطباعة و النشر، ب ط. عمان

ثانيا : الرسائل العلمية الغير منشورة

1. احمد فارس محمد صالح. (2011) فاعلية برنامج مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر. غزة.
2. بلعيد عقيل عبد القادر (2013). "أ: التصور العقلي و علاقته بمستوى الأداء الرياضي الرفيع المستوى لرياضة الكاراتيه دو الجزائرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، 03
3. بنداري محمود. (1996) تحليل فاعلية الأداء الخططي الهجومي و الدفاعي في مباريات الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق،
4. عوض خالد. (2005) فاعلية برنامج تدريبي مقترح لناشئي الكرة الطائرة (دراسة تحليلية تجريبية). رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة السكندرية،
5. محمد مطر عراك (2003)، "أثر منهج تدريبي للتصور العقلي في تعليم المبتدئين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل،

ثالثا : المقالات الدورية

1. عامر محمد سعدودي وآخرون (2004): " أثر التدريب الذهني على تطوير الإدراك الحس حركي للحركات الأرضية بالجمناستك"، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، العدد، 38، المجلد، 10، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل،

2. منشورات الخارجية لكرة الطائرة, القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف (FIVB)
المنشور الصادر في المؤتمر 27 للفدرالية العالمية لكرة الطائرة المنعقد في المدينة الإسبانية
"سفيل 2000" يوم 18/03/2008, الساعة 18:13. www.fifa.com

المراجع الأجنبية

1. BULXAN Katrine, (1994), la psychologie du sport, vigot, paris