



كلية التربية الرياضية للبنين  
قسم نظريات وتطبيقات الرياضات  
الجماعية ورياضات المضرب

## البحث الثالث

### بحث فردي محلي

تأثير تنمية بعض المهارات العقلية على مستوى أداء اللعب الفردي في كرة السرعة  
لطلاب كلية التربية الرياضية ببناها

المجلة العلمية لبحوث التربية البدنية والرياضية كلية التربية الرياضية للبنين/جامعة بنها  
تاريخ النشر يوليو ٢٠١٦م

تأثير تنمية بعض المهارات العقلية على مستوى أداء اللعب الفردي في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية بينها  
\*أ.م.د/ أحمد أنور السيد

### . المقدمة ومشكلة البحث:

إن تطبيق منهاج كرة السرعة بكليات التربية الرياضية يحتاج إلى توافر قدرات حركية وعقلية تسهل عملية التعليم وترتفع بمستوى أداء المهارات المختلفة، فإن ذلك يتطلب البحث عن طرق تعليمية مناسبة مبنية على مبادئ علمية وتطبيقية لمجابهة الصعوبات المتعددة التي تقابل الطلاب في مقرر كرة السرعة والتي قد تحد من التعليم.

ومن خلال ما سبق والاطلاع على الدراسات السابقة وقيام الباحث بتدريس مقرر كرة السرعة بالكلية لطلاب الفرقة الثانية، فقد لمس أن الطلاب يعانون من بعض المشكلات النفسية كالقلق والتوتر وتغلب الحالة الانفعالية والخوف من تعرضهم لمشاهدة الآخرين لهم بصورة غير لائقة ومستوى أداء عادي، كذلك تعرضهم لموقف الامتحان وظهور مستواهم أقل من المستوى الفعلي، مما دفع الباحث إلى محاولة التقليل من التأثير السلبي الذي قد يحدث أثناء أداء الطالب ومحاولة مساعدته في زيادة تركيز الانتباه والاسترجاع العقلي للأداء مما يحسن من مستوى الأداء.

ومن ثم فقد رأى الباحث أن التعرف على تأثير تنمية العمليات العقلية على تحسين مستوى أداء اللعب الفردي في كرة السرعة لدى طلاب كلية التربية الرياضية بينها، قد يقدم حلاً علمياً للصعوبات التي تقابل الطلبة في عملية تعلم المهارات قيد البحث من خلال الاقتصاد في الجهد وفي زمن التعلم وهو ما قد ينعكس على مستوى الأداء المهاري، لذا فإن الحاجة لمثل هذه الدراسة أصبحت ضرورية لزيادة توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية إلى التركيز على استخدام القدرات العقلية بجانب القدرات البدنية والمهارية أثناء تعليم المهارات والتدريب عليها، وهذا ما شجع الباحث للقيام بهذه الدراسة بهدف التعرف على إمكانية تنمية بعض المهارات العقلية لتحسين مستوى أداء اللعب الفردي في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية بينها.

### . أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج لتنمية بعض المهارات العقلية لمعرفة تأثيره على :

- ١- المهارات العقلية (الاسترخاء- التصور العقلي- تركيز الانتباه) لطلاب كلية التربية الرياضية بينها.
- ٢- مستوى أداء اللعب الفردي في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية بينها.
- ٣- نسب تحسن المتغيرات قيد البحث (الاسترخاء- التصور العقلي- تركيز الانتباه- مستوى أداء اللعب الفردي).

### . فروض البحث:

- ١- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات العقلية والمهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات العقلية والمهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات العقلية والمهارية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.
- ٤- توجد نسبة تحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات العقلية والمهارية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

\*أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها.

. إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة عن طريق القياسين القبلي والبعدي لكل منهما.

ثانياً: مجتمع عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها للفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٥/٢٠١٦م، والبالغ عددهم (٢٥٨) طالب، واشتملت عينة البحث الأساسية على (٣٠) طالب تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

ثالثاً: وسائل وأدوات جمع البيانات:

أ . القياسات والاختبارات: قياس الوزن والطول الكلي للجسم، واختبارات بدنية ومهارية وعقلية.

ب . الأستمارات: استمارات لتسجيل البيانات الوصفية ونتائج الاختبارات البدنية والمهارية والعقلية قيد البحث.

رابعاً: الدراسة الأستطلاعية:

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في الفترة من ٢٠١٦/٢/١٣م حتى ٢٠١٦/٢/١٨م، وذلك بتطبيق الأختبارات قيد البحث وبعض وحدات من برنامج المهارات العقلية وذلك بهدف حساب المعاملات العلمية (الثبات - الصدق) للأختبارات قيد البحث.

خامساً: خطوات تنفيذ التجربة:

أ . القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة للمتغيرات والبدنية والعقلية والمهارية لجميع أفراد عينة البحث الأساسية وعددهم (٣٠) طالب يوم السبت ٢٠١٦/٢/٢٠م.

ب . تطبيق التجربة الأساسية:

تم تنفيذ وحدات برنامج المهارات العقلية على المجموعة التجريبية، كما تم تنفيذ البرنامج التقليدي على أفراد المجموعة الضابطة، وذلك من يوم الأحد ٢٠١٦/٢/٢١م إلى يوم الثلاثاء ٢٠١٦/٤/٢٦م.

ج . القياسات البعديّة:

قام الباحث بإجراء القياسات البعديّة لعينة البحث في المتغيرات المهارية والعقلية قيد البحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج يوم الثلاثاء ٢٠١٦/٤/٢٦م.

سادساً: المعالجات الإحصائية:

في ضوء أهداف وفروض البحث أجرى أسلوب التحليل الإحصائي لبيانات البحث باستخدام برنامج التحليلات الإحصائية SPSS, WIN حيث تضمنت ما يلي: المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط لسبيرمان، اختبار (ت)، النسبة المئوية للتحسن، وتم تحديد مستوى معنوية (٠.٠٥) في عرض ومناقشة النتائج.

. أهم النتائج

١- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات العقلية والمهارية القياس البعدي قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

٢- توجد نسبة تحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات العقلية والمهارية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .