

العمليات العقلية وعلاقتها بالتصرف
الخططي لدي لاعبي الجودو
بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية
1430 هـ - 2009 م

إعداد

إسماعيل محمود السيد محمد مصطفى

إشراف

أ. د. / عاطف نمر خليفة

أ. م. د. / إسامة صلاح فوزي

أ. م. د. / احمد أبو الفضل حجازي

ملخص البحث

مشكلة البحث وأهميته :

تلعب العمليات العقلية دورا هاما في التدريب الرياضي للوصول للمستويات الرياضية العليا فالذكاء وتركيز الانتباه والإدراك والتفكير الابتكاري من العمليات العقلية التي تساعد اللاعب علي الوصول إلى الحالة التي يمكن من خلالها تطوير الأداء الرياضي وبالتالي تحقيق النجاح والإنجاز الرياضي المنشود .

يشير أسامة كامل راتب (1995 م) إلى أن التركيز وتوجيه الانتباه أحد العمليات العقلية الهامة للرياضيين ولا غرور في ذلك فهو الأساس لنجاح عملية التعليم أو التدريب أو المنافسة في أشكالها المختلفة فتشتيت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبيا علي الأداء ، وأن الكثير من الرياضيين يرجعون انخفاض مستوي أدائهم في المنافسة إلى تدني مستوي التركيز وكثيرا ما يسمع الرياضي يقول بعد المنافسة مبرر ضعف مستوي الأداء أو فشله إلى أنني فقد التركيز .

كما أن الذكاء عملية عقلية تعد شرطا مهما في معظم الأنشطة الرياضية التي تتطلب سرعة إدراك العلاقات في المواقف المختلفة ، وخاصة في النشاط الرياضي ، و رياضة الجودو من الرياضات التي تتميز بالكفاح المباشر مع المنافس وجها لوجه .

ويؤكد **فؤاد أبو حطب (1978 م)** علي أن " السرعة الإدراكية تعد من أكثر قدرات الإدراك تأكيداً في البحوث العلمية كبحث **ثرستون Thurstone (1944 م)** والتي أثبتت أن هذه القدرة إنما تتصل بادراك تفاصيل الموقف .

ويلعب التفكير الابتكاري دوراً هاماً كعملية عقلية في إيجاد الحلول الغير المتوقعة لحل المشكلات التي قد تواجه اللاعب أو الرياضي أثناء التدريب أو المنافسات الرياضية ويعتبر من أهم وسائل التفرد للوصول للمستويات الرياضية العالية وتحقيق الإنجاز الرياضي المراد تحقيقه .

ويري **الباحث** أن رياضة الجودو من الرياضات التي يجب أن يكون اللاعب قادر علي الإتيان بفعل مغاير علي ما هو كائن ، حيث أن المستويات الرياضية العالية متقاربة ببعضها البعض وأن الكثير من الدول تسعى علي ابتكار صورة جديدة للاداءات المهارية تستطيع بها الاستفادة من عنصر المفاجئة وتحقيق الفوز في المباريات .

فمباراة الجودو في جميع أوقاتها لاعب يهاجم وآخر يدافع مهما تعددت صور الهجوم وما يقابله من دفاع وان قدرة اللاعب علي الهجوم أو الدفاع تعتمد علي استيعابه وإتقانه للمهارات المختلفة وحسن التصرف الخططي لتلك المهارات أثناء المباراة .

والتفكير الميداني يعتبر مؤشراً موضوعياً لمستوي الإعداد الخططي والتي تنحصر مكوناته في القدرة علي التركيب واحتواء كل العناصر الداخلة في مواقف اللعب وكذلك ديناميكية التنبؤ بالمواقف قبل حدوثها واتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب وأيضاً في سرعة اتخاذ القرار الخططي والقدرة علي استيعاب المواقف واتخاذ القرار الخططي بأسرع وقت ممكن .

وتلعب التصرفات الخططية دوراً هاماً في نتائج المباريات فالسلوك الخططي الذي ينجح اللاعب أثناء المباراة يعبر عن مدي قدرة اللاعب في تطبيق المهارة الحركية وكذلك مدي تمكنه من المهارات المختلفة وإمكانية استخدامها عندما تحين الفرصة المناسبة خلال المباراة وكذلك قدرته في إمكانية فتح الثغرات للقيام بالواجب الهجومي غير أن تلك التصرفات لا تلقي اهتماماً من جانب المدربين وإنما تعتمد علي اجتهد اللاعب أثناء المباراة وأنه خلال التدريب الرياضي نجد قصور واضح للجانب الخططي للاعبين وأن المدرب الرياضي في رياضة الجودو يفتقر إلى وسيلة قياس تمكنه من الحكم علي لاعبيه في استيعاب الجوانب الخططية المختلفة وما إذا كان اللاعب قد استوعب الجمل الخططية وكيف يمكن استغلالها أثناء المباراة .

وتعتبر العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) من أهم العمليات العقلية التي تساعد اللاعب في استيعاب السلوك الخططي وكذلك تطبيق التصرف الخططي المناسب علي أكمل وجه أثناء المباراة .

❖ أهداف البحث :

- ❖ بناء مقياس للتصرفات الخططية لبعض المهارات الحركية المختارة .
- ❖ التعرف علي العلاقة بين العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لاعبي الجودو لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ تحديد الفروق في العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) وكذلك التصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ التعرف علي العلاقة بين العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) وكذلك التصرفات الخططية الهجومية والدفاعية لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) وبين نتائج المباريات .

❖ فروض البحث :

- ❖ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لاعبي الجودو لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العمليات العقلية (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكية - التفكير الابتكاري) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العمليات العقلية (الذكاء - السرعة الإدراكية - تركيز الانتباه - التفكير الابتكاري) وكذلك التصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) وبين نتائج المباريات .

❖ إجراءات البحث :-

• منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج الوصفي متبعاً منهجي البحث الارتباطي والبحث السببي المقارن نظراً لمناسبته لطبيعة وأهداف البحث .

• عينة البحث :-

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الدرجة الأولى والمشاركين في بطولة الجامعات المصرية للعام الجامعي 2008 / 2009 م وكذلك من لاعبي منطقة الشرقية للجودو ، حيث بلغ حجم العينة 56 لاعب جودو ، وقد اختيرت منطقة الشرقية للجودو كعينة استطلاعية ، حيث بلغ حجم العينة الاستطلاعية 14 لاعب جودو بحيث يكونوا ممثلين لجميع فئات الأوزان في رياضة الجودو ، وبلغ حجم العينة الأساسية 42 لاعب يمثلون المراكز من الأول إلى السادس في فئات الأوزان التالية (60 ، 66 ، 73 ، 81 ، 90 ، 100 ، فوق 100 ك) ، كما تم تصنيف أوزان اللاعبين إلى ثلاث مجموعات حسب فئات الأوزان وهي مجموعة الأوزان الخفيفة (60 ، 66) مجموعة الأوزان المتوسطة (73 ، 81) مجموعة الأوزان الثقيلة (90 ، 100 ، فوق 100) وذلك حتى يستطيع الباحث من إجراء المقارنات بين اللاعبين في العمليات العقلية والتصرفات الخطئية حيث أن لكل مجموعة أوزان سمات خاصة تتميز بها ولسهولة إجراء المعاملات الإحصائية الخاصة بالبحث .

• أدوات ووسائل جمع البيانات :-

اعتمد الباحث في جمع البيانات المتعلقة في تحديد التصرفات الخطئية والعمليات العقلية علي :-

- 1- المسح المرجعي والدراسات السابقة
- 2- استطلاع رأي الخبراء حول تحديد العمليات العقلية والتصرفات الخطئية للاعبي الجودو .
- 3- التحليل الفني لبطولة الألعاب الاولمبية بأثينا 2004 م لتحديد المهارات و التصرفات الخطئية الأكثر استخداماً في بطولات الجودو .
- 4- بناء مقياس للتصرفات الخطئية الخاص بلاعبي الجودو .

5- المقابلة الشخصية

6- الاختبارات العقلية الخاصة بلاعبي الجودو قيد البحث .

• الدراسة الاستطلاعية :-

قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (14) لاعب من منطقة الشرقية للجودو مابين ناشئين تحت 19 سنة ولاعب درجة اولي واجري عليهم الاختبارات بمعاونة المساعدين ، وأجرى الباحث القياس الاول يوم 16 / 11 / 2008 ، ثم اجري الباحث القياس الثاني علي نفس العينة الاستطلاعية بنفس الاختبارات وتحت نفس الظروف وباستخدام نفس الادوات والمساعدين وذلك يوم 23 / 4 / 2008 م ، بهدف التأكد من الصلاحية العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث .

• الدراسة الاساسية :-

1- قام الباحث بتطبيق الاختبارات العقلية قيد البحث والتصرفات الخطئية (الهجومية - الدفاعية) علي العينة الاساسية وهي لاعبي بطولة الجامعات المصرية للعام الجامعي 2008 / 2009 م وذلك يوم السبت الموافق 11 / 4 / 2009م وذلك بعد اجراء الميزان حتي يتسني اجراء الاختبارات واللاعب صافي الذهن .

2- قام الباحث بإجراء الاختبارات العقلية والخطئية علي لاعبي البطولة .

3- قام الباحث بجمع البيانات المتعلقة بالاختبارات الخطئية والعمليات العقلية قيد البحث للاعبين الحاصلين علي المراكز من الاول الي الخامس مكرر .

4- اعد الباحث استمارة لتفريغ البيانات الخاصة بجمع النتائج المتعلقة بالمتغيرات العقلية والتصرفات الخطئية قيد البحث

5- قام الباحث بتفريغ البيانات في استمارة تفريغ البيانات الخاصة بذلك حتي يسهل بذلك اجراء المعالجات الاحصائية .

• المعالجات الاحصائية :-

لمعالجة البيانات احصائيا باستخدام الاساليب الاحصائية التالية :

المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء -

أختبار (ت) - معامل الارتباط - النسبة المئوية - اختبار تحليل التباين - اختبار أقل فرق معنوي ، كما أن الباحث استخدم مستوى الدلالة الاحصائية عند (0.05) .

• الاستنتاجات :

في ضوء طبيعة هذه الدراسة والعينة والمنهج المستخدم ونتائج التحليل الإحصائي وفي نطاق هذا البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الهجومية والعمليات العقلية قيد البحث (التفكير الابتكاري - السرعة الادراكية - الذكاء - الانتباه) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية وبين العمليات العقلية قيد البحث (التفكير الابتكاري - السرعة الادراكية - الذكاء - الانتباه) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية وبين التصرفات الخطئية الهجومية .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الهجومية للاعبين الأوزان الخفيفة والعمليات العقلية قيد البحث (السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري - الذكاء) علي الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الهجومية للاعبين الأوزان الخفيفة وتركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية للاعبين الأوزان الخفيفة والعمليات العقلية (الذكاء - السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري) علي الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية للاعبين الأوزان الخفيفة وتركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الهجومية للاعبين الأوزان المتوسطة والعمليات العقلية (التفكير الابتكاري - الذكاء - السرعة الادراكية - الانتباه) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية للاعبين الأوزان المتوسطة والعمليات العقلية (الذكاء - السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري) علي الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية الدفاعية للاعبين الأوزان المتوسطة وتركيز الانتباه .

- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين التصرفات الخطئية (الهجومية – الدفاعية) وبين العمليات العقلية (التفكير الابتكاري – الذكاء – تركيز الانتباه – السرعة الادراكية) علي الترتيب .
- ❖ لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين مجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) في التصرفات الخطئية الهجومية وكذلك السرعة الادراكية ومحوري الطلاقة الفكرية و الاصاله من التفكير الابتكاري .
- ❖ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين مجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) في التصرفات الخطئية الدفاعية وكذلك الذكاء وتركيز الانتباه ومحور المرونة التلقائية من التفكير الابتكاري ، وهذا ما يحقق جزئيا صحة ما جاء بالفرض الثاني .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين نتائج المباريات ومتغيرات البحث (السرعة الادراكية – التفكير الابتكاري – الذكاء – التصرفات الخطئية الهجومية – التصرفات الخطئية الدفاعية – تركيز الانتباه) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان الخفيفة وبين متغيرات البحث (السرعة الادراكية – التفكير الابتكاري – الذكاء – التصرفات الخطئية الهجومية – التصرفات الخطئية الدفاعية) .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين نتائج المباريات للاعبين الأوزان الخفيفة وبين تركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان المتوسطة وبين متغيرات البحث (التصرفات الخطئية الهجومية – السرعة الادراكية – الذكاء – التفكير الابتكاري – التصرفات الخطئية الدفاعية – الانتباه) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوي (0.05) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان الثقيلة وبين متغيرات البحث (الذكاء – التفكير الابتكاري – السرعة الادراكية – تركيز الانتباه – التصرفات الخطئية الدفاعية – التصرفات الخطئية الهجومية) علي الترتيب .

● التوصيات :

في حدود عينة البحث وفي ضوء نتائجه يوصي الباحث بما يلي :

- ❖ العمل علي الاستفادة من التدريب العقلي في تنمية وتطوير التصرفات الخططية (الهجومية – الدفاعية) الخاصة برياضة الجودو .
- ❖ العمل علي استخدام العمليات العقلية المصاحبة للأداء المهاري خلال مرحلة إتقان المهارات الحركية .
- ❖ يجب علي المدربين مراعاة الفروق الفردية بين فئات أوزان اللاعبين في العمليات العقلية (كالذكاء – التفكير الابتكاري – الانتباه – السرعة الادراكية) والتصرفات الخططية الهجومية والدفاعية عند وضع البرامج التدريبية ، حيث أن لكل فئة طبيعة خاصة في الأداء التكتيكي والفني وكذلك العمليات العقلية الخاصة بكل فئة .
- ❖ تنمية وتطوير العمليات العقلية الخاصة باللاعبين لما لها دور بالغ الأهمية في فعالية التصرفات الخططية (الهجومية – الدفاعية) والتي تؤدي بدورها إلي تحقيق النتائج المرجوة .
- ❖ ضرورة أن تحتوي الوحدة التدريبية علي جزء كبير من التصرفات الخططية (الهجومية – الدفاعية) والمباشرة لما يحدث بالمباراة .
- ❖ رفع معدل اللياقة البدنية للاعبين لما لها من تأثير علي مستوي تركيز اللاعب أثناء المباريات .
- ❖ ضرورة الاهتمام بالتدريب الفردي بجانب التدريب الجماعي لما له من أهمية في اكتشاف الأخطاء ومعالجتها ومتابعة اللاعب نفسيا وبدنيا ومهاريا وخططيا ، وتوجيه اللاعب إلي أفضل الاداءات الخططية والمهارية والتي تتناسب مع طبيعة فئة الأوزان .
- ❖ يجب علي المدربين مساعدة اللاعبين علي اكتشاف استجابات خططية جديدة وكذلك وتنمية سرعة الاداءات الخططية لدي لاعبي الجودو .
- ❖ إجراء دراسات تتناول البرامج التدريبية لرفع معدلات العمليات العقلية قيد البحث (الذكاء – التفكير الابتكاري – السرعة الادراكية – الانتباه)
- ❖ إجراء دراسات مماثلة علي عينات مختلفة وعلي مراحل سنوية متنوعة للتعرف علي مستوي الأداء الخططي والعمليات العقلية لتكون مرآة للمخططين للبرامج التدريبية تعكس المستوي الحالي وما يجب الوصول إليه .
- ❖ إجراء فحوص واختبارات خططية وعقلية دورية علي اللاعبين في بداية الموسم الرياضي وقبيل المنافسات للتأكد من ارتفاع المستوي الخططي والعمليات العقلية .

❖ يجب عقد دورات تدريبية للمدربين والمهتمين بالعبة بهدف إلمامهم بالعمليات العقلية الخاصة للاعبين الجودو وطرق تقييم تلك العمليات .