

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين  
قسم المنازلات والرياضيات المائية

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

إعداد

إسماعيل محمود السيد محمد مصطفى

إشراف

أ. د / عاطف نمر خليفة  
أ. م. د / إسمامة صلاح فوزي  
أ. م. د / أحمد 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 على 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 وتوجيهه الانتباه أحد العمليات العقلية الهامة للرياضيين ولا غرور في ذلك فهو الأساس لنجاح عملية التعليم أو التدريب أو المنافسة في أشكالها المختلفة فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبا على الأداء ، وأن الكثير من الرياضيين يرجعون انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة إلى تدني مستوى التركيز وكثيرا ما يسمع الرياضي يقول بعد المنافسة مبرر ضعف مستوى 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 ، ورياضة الجودو من الرياضات التي تتميز بالكافح المباشر مع المنافس وجها لوجه .

ويؤكد فؤاد أبو حطب (1978 م) على أن "السرعة الإدراكيه تعد من أكثر قدرات الإدراك تأكيدا في البحوث العلمية كبحث ثر ستون Thurstone (1944 م) والتي أثبتت أن هذه القراءة 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 العالمية وتحقيق الإنجاز الرياضي المراد تحقيقه .

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

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

والتفكير الميداني يعتبر مؤشراً موضوحاً لمستوى الإعداد الخططي والتي تتحصر مكوناته في القدرة على 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 على استيعاب المواقف واتخاذ القرار الخططي بأسرع وقت ممكن .

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

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

### ❖ أهداف البحث :

- ❖ بناء مقياس للتصرفات الخططية لبعض المهارات الحركية المختارة .
- ❖ التعرف على العلاقة بين العمليات العقليّة (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكيّة- التفكير الابتكاري ) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لاعبي الجودو لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ تحديد الفروق في العمليات العقليّة (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكيّة- التفكير الابتكاري ) وكذلك التصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ التعرف على العلاقة بين العمليات العقليّة (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكيّة- 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 العقليّة (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكيّة- التفكير الابتكاري ) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لاعبي الجودو لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العمليات العقليّة (الذكاء - الانتباه - السرعة الإدراكيّة- التفكير الابتكاري ) والتصرفات الخططية (الهجومية - الدفاعية) لمجموعات الأوزان الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) .
- ❖ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العمليات العقليّة (الذكاء - السرعة الإدراكيّة - 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 منهجه البحث الارتباطي والبحث السببي المقارن نظراً ل المناسبته لطبيعة وأهداف البحث .

### • عينة البحث :-

تم اختيار العينة بالطريقة العدمية 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 مماثلين 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 ثلاثة 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 والتصيرفات الخططية حيث أن لكل مجموعة أوزان سمات خاصة تتميز بها وسهولة إجراء المعاملات الإحصائية الخاصة بالبحث .

### • أدوات ووسائل جمع البيانات :-

اعتمد الباحث في جمع البيانات المتعلقة في تحديد التصيرفات الخططية والعمليات العقلية على :-

1- المسح المرجعي والدراسات السابقة

2- استطلاع رأي الخبراء حول تحديد العمليات العقلية والتصيرفات الخططية للاعبين الجودو .

3- التحليل الفني لبطولة الألعاب الأوليمبية بأثينا 2004 م لتحديد المهارات والتصيرفات الخططية الأكثر استخداماً في بطولات الجودو .

4- بناء مقياس للتصيرفات الخططية الخاص بلاعبي الجودو .

## 5- المقابلة الشخصية

6- الاختبارات العقلية الخاصة بلاعبين الجوادو قيد البحث .

### • الدراسة الاستطلاعية :-

قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها ( 14 ) لاعب من منطقة الشرقية للجوادو مابين ناشئين تحت 19 سنة ولاعب درجة اولي واجري عليهم الاختبارات بمعاونة المساعدين ، وأجري الباحث القياس الاول يوم 16 / 11 / 2008 ، ثم اجري الباحث القياس الثاني على 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 الخططية ( الهجومية - الدفاعية ) على العينة الاساسية وهي لاعبي بطولة الجامعات المصرية للعام الجامعي 2008 / 2009 م وذلك يوم السبت الموافق 11 / 4 / 2009 م وذلك بعد اجراء الميزان حتى يتضمن اجراء الاختبارات واللاعب صافي الذهن .

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

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

4- اعد الباحث استماره لتفریغ البيانات الخاصة بجمع النتائج المتعلقة بالمتغيرات العقلية والتصرفات الخططية قيد البحث

5- قام الباحث بتفریغ البيانات في استماره تفریغ البيانات الخاصة بذلك حتى يسهل بذلك اجراء المعالجات الاحصائية .

### • المعاجات الاحصائية :-

لمعالجة البيانات احصائيا باستخدام الالات الاحصائية التالية :

المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - اختبار ( ت ) - معامل الارتباط - النسبة المئوية - اختبار تحليل التباين - اختبار اقل 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 مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الهجومية والعمليات العقلية قيد البحث ( التفكير الابتكاري - السرعة الادراكية - الذكاء - الانتباه ) على الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية وبين العمليات العقلية قيد البحث ( التفكير الابتكاري - السرعة الادراكية - الذكاء- الانتباه ) على الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية وبين التصرفات الخططية الهجومية .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الهجومية للاعبين الأوزان الخفيفة والعمليات العقلية قيد البحث ( السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري - الذكاء ) على الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائيا عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الهجومية للاعبين الأوزان الخفيفة وتركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية للاعبين الأوزان الخفيفة والعمليات العقلية ( الذكاء - السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري ) على الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائيا عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية للاعبين الأوزان الخفيفة وتركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الهجومية للاعبين الأوزان المتوسطة والعمليات العقلية ( التفكير الابتكاري - الذكاء - السرعة الادراكية- الانتباه ) على الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية للاعبين الأوزان المتوسطة والعمليات العقلية ( الذكاء - السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري ) على الترتيب .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائيا عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية الدافعية للاعبين الأوزان المتوسطة وتركيز الانتباه .

- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين التصرفات الخططية ( الهجومية - الدفاعية ) وبين العمليات العقلية ( التفكير الابتكاري - الذكاء - تركيز الانتباه - السرعة الادراكية ) علي الترتيب .
- ❖ لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( 0.05 ) بين مجموعات الأوزان الثلاثة ( الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة ) في التصرفات الخططية الهجومية وكذلك السرعة الادراكية ومحوري الطلاقة الفكرية و الاصلة من التفكير الابتكاري .
- ❖ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( 0.05 ) بين مجموعات الأوزان الثلاثة ( الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة ) في التصرفات الخططية 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 مستوى ( 0.05 ) بين نتائج المباريات ومتغيرات البحث ( السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري - الذكاء - التصرفات الخططية الهجومية - التصرفات الخططية الدفاعية - تركيز الانتباه ) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان الخفيفة وبين متغيرات البحث ( السرعة الادراكية - التفكير الابتكاري - الذكاء - التصرفات الخططية الهجومية - التصرفات الخططية الدفاعية ) .
- ❖ لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوى ( 0.05 ) بين نتائج المباريات للاعبين الأوزان المتوسطة وبين تركيز الانتباه .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان المتوسطة وبين متغيرات البحث ( التصرفات الخططية الهجومية - السرعة الادراكية - الذكاء - التفكير الابتكاري - التصرفات الخططية الدفاعية - الانتباه ) علي الترتيب .
- ❖ يوجد ارتباط طردي دال عند مستوى ( 0.05 ) بين نتائج المباريات لمجموعة الأوزان الثقيلة وبين متغيرات البحث ( الذكاء - التفكير الابتكاري - السرعة الادراكية - تركيز الانتباه - التصرفات الخططية الدفاعية - التصرفات الخططية الهجومية ) علي الترتيب .

#### • التوصيات :

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

- ❖ العمل على الاستفادة من التدريب العقلي في تنمية وتطوير التصرفات الخططية (الهجومية – الدفاعية) الخاصة برياضة الجودو .
- ❖ العمل على استخدام العمليات العقلية المصاحبة للأداء المهاري خلال مرحلة إتقان المهارات الحركية .
- ❖ يجب على المدربين مراعاة الفروق الفردية بين فئات أوزان اللاعبين في العمليات العقلية (كالذكاء – التفكير الابتكاري – الانتباه – السرعة الادراكية ) والتصرفات الخططية الهجومية والدفاعية عند وضع البرامج التربوية ، 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 إلى تحقيق النتائج المرجوة .
- ❖ ضرورة أن تحتوي الوحدة التربوية على جزء كبير من التصرفات الخططية (الهجومية – الدفاعية) والمشابهة لما يحدث بالمباراة .
- ❖ رفع معدل اللياقة البدنية للاعبين لما لها من تأثير على مستوى تركيز اللاعب أثناء المباريات .
- ❖ ضرورة الاهتمام بالتدريب الفردي بجانب التدريب الجماعي لما له من أهمية في اكتشاف الأخطاء ومعالجتها ومتابعة اللاعب نفسياً وبدنياً ومهارياً وخططياً ، وتوجيه اللاعب إلى أفضل الأداءات الخططية والمهارية والتي تتناسب مع طبيعة فئة الأوزان .
- ❖ يجب على المدربين مساعدة اللاعبين على اكتشاف استجابات خططية جديدة وكذلك وتنمية سرعة الأداءات الخططية لدى لاعبي الجودو .
- ❖ إجراء دراسات تتناول البرامج التربوية لرفع معدلات العمليات العقلية قيد البحث ( الذكاء – التفكير الابتكاري – السرعة الادراكية – الانتباه )
- ❖ إجراء دراسات مماثلة على عينات مختلفة وعلى مراحل سنية متنوعة للتعرف على مستوى الأداء الخططي والعمليات العقلية لتكون مرآة للمخططين للبرامج التربوية تعكس المستوى الحالي وما يجب الوصول إليه .
- ❖ إجراء فحوص واختبارات خططية وعقلية دورية على اللاعبين في بداية الموسم الرياضي وقبيل المنافسات للتأكد من ارتفاع المستوى الخططي والعمليات العقلية .

❖ يجب عقد دورات تدريبية للمدربين والمهتمين باللعبة بهدف بإلمامهم بالعمليات العقلية الخاصة للاعب الجواد وطرق تقييم تلك العمليات .