

فاعلية الموديل الذاتي الإيجابي على الصلابة الذهنية واتخاذ القرار

لمحكمة كرة القدم

د/ محمد معروف عيد منصور

مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية الرياضية جامعة العريش

المقدمة ومشكلة البحث:

تسعى الدول إلى إعداد الكوادر الرياضية وتطوير مستواها للوصول بالحركة الرياضية إلى المستويات الأعلى حيث أصبحت الرياضة وبالذات المستويات العليا مرآة الشعوب ودليل حضارتها وتطورها وذلك لا يتحقق إلا بتضافر جهود المسؤولين والعاملين في المجال الرياضي من إداريين ومدربين ولاعبين وحكام للوصول بمختلف الرياضات إلى المستويات العليا.

ولقد شهد العالم في بداية هذا القرن تقدماً كبيراً في مختلف المجالات وخاصة مجال تكنولوجيا التعلم والتدريب حيث تتسابق الأمم لإحداث تطورات في مختلف المجالات مستخدمة العلم والتكنولوجيا فأصبح التعلم والتدريب لا يقتصر على الطرق التقليدية ولكنه تطور بطريقة سريعة وأخذ خطوات متقدمة لاستخدام جميع الوسائل التكنولوجية المتاحة في التعلم ويعتمد على جميع الوسائل المساعدة المتاحة مثل "الفيديو ، الكمبيوتر ، الحقائق التعليمية " وغيرها من الوسائل المساعدة في عملية التعلم لذلك كان من الضروري مواكبة هذا التطور السريع والاستفادة من وسائل تكنولوجيا التعلم الحديثة في مجال التدريب الرياضي حيث أنها تسهم في نجاح عملية التدريب من خلال بناء التصور الحركي للأداء عند اللاعب ، فمن خلال عمليات العرض يتم استخدام عائد المعلومات (التغذية الراجعة) في بناء وتطوير التدريب عند اللاعب (٥ : ٢٢) .

وقد ذكر "أسامة كامل راتب" ٢٠٠٠م أن الإعداد المتكامل للرياضي يتوقف على الخصائص النفسية والقدرة العقلية خاصة مع تقارب المستويات البدنية والمهارية والخطئية للمتنافسين كما يشير إلى أن التفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، فالقدرات النفسية تساعد الأفراد على تعبئة قدراتهم وطاقتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض وهي برامج تدريب المهارات النفسية (١ : ١٣)

وقد ذكر " هالي ويل Halli Well " ١٩٩٧م أن من أحد أساليب تكنولوجيا التعلم الحديثة أسلوب الموديل الذاتي الإيجابي Positive Self Model ويمكن استخدامه في مجال التدريب الرياضي (١٤ : ٢٧٧) .

ويرى "برادلي Bradley" ١٩٩٣م أن الموديل الذاتي الإيجابي ساهم في تطوير مستوى أداء اللاعب حيث أن رؤية اللاعب لنفسه عدة مرات من خلال تصويره بالمسجل المرئي (الفيديو) وعرضه على شاشة (مرئية) تمكنه ذاتياً من حذف الأداء الخاطئ وعمل الأداء الصحيح بحيث لا يتدخل المدرب في هذه الجزئية من التدريبات ويقتصر دوره هنا في إبداء تعليقاته التي تعزز عمل اللاعب وتقويمه الذي يقوم به بنفسه، وهذا يختلف عن الموديل العادي حيث أن الموديل العادي هو الأداء المهارى من خلال المعلومات المأخوذة عن الخصائص المرتبطة بالمهارة وتحتاج إلى تدخل المدرب كلياً في عملية التدريب (١٢: ٨٠).

ويشير "محمد العربي شمعون" ٢٠٠١م إلى أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في (التصور العقلي- الاسترجاع العقلي) يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية مكونات اللياقة البدنية والنواحي الفنية، ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية في الأنشطة الرياضية (٦: ٣٦٢).

وتعد الصلابة الذهنية أحد الخصائص النفسية الهامة الواجب توافرها لدى الرياضيين وخاصة لاعبي المنازلات الفردية، حيث تشير "جولي راى Jolly Ray" ٢٠٠٣م إلى أن الصلابة الذهنية تعنى القدرة على ثبات الأداء المثالي حيث تتطلب ضرورة توافر مهارات نفسية متعددة لدى اللاعب وهي تعد من السمات المكتسبة للفرد من خلال المواقف المتعددة التي يتعرض لها ولا دخل لعامل الوراثة بها لذلك فالصلابة الذهنية من العوامل التي تحتاج إلى تنمية مستمرة حتى لا يتأثر اللاعب بالظروف المحيطة به (٩: ١٧).

وينفق كل من "محمد العربي شمعون، ماجدة محمد إسماعيل" ٢٠٠٣م مع "جون ليفكوتس وآخرون Jon Lefkowits et al" ٢٠٠٤م على أنه يمكن اكتشاف مشكلات الصلابة الذهنية بسهولة لدى اللاعب من خلال تعرضه للعديد من الضغوط مثل ضغط الجو المحيط به من وسائل إعلام وجمهور وحضور شخصيات هامة وعامة المجتمع، إلى جانب ضغط التدريب الرياضى كالتدريب الزائد والإجهاد وأولوية الفوز والعلاقة مع الحكم والاعتراض الدائم على قراراته والتذمر والضغوط الشخصية والاجتماعية، كما يضيف أيضاً أن تنمية الصلابة الذهنية كسمة عقلية ونفسية إلى جانب تنمية النواحي البدنية يؤدي إلى وصول اللاعب إلى الأداء المثالي والأقصى في مهاراته وموهبته بغض النظر عن ظروف التنافس (٧: ١٩١) (١٦: ١٨١).

وينكر "هيبيرت آى سايمون" (٢٠٠٣م) أن أية نشاط عملي ينطوي على كل من "اتخاذ القرار" و"الفعل"، فإنه، بصفة عامة، لم يتم الاعتراف بأنه يجب أن تكون هناك نظرية إدارية معنية بعمليات القرار كما تكون معنية في نفس الوقت بعمليات التصرف والتنفيذ. هذا التعاضدي قد يكون نابعاً من الاعتقاد السائد بأن اتخاذ القرار يقتصر على بلورة وصياغة إجمالي رسم السياسة العامة. وعلى النقيض من ذلك، فإن عملية اتخاذ القرار لا تقف عند النقطة التي تم فيها تحديد الهدف العام للمنظمة. ذلك أن مهمة اتخاذ القرار تعم جميع نواحي المنظمة الإدارية كما هو الحال تماماً وبغض النظر بالنسبة للفعل أو التنفيذ -وفي الواقع فإن مهمة اتخاذ القرار مرتبطة بشكل تام مع المهمة الأخيرة. لهذا فإن أية نظرية عامة للإدارة يجب عليها أن تتضمن مبادئ التنظيم التي تضمن اتخاذ القرار الصحيح، كما يجب أن تتضمن تماماً المبادئ التي تضمن فعالية التنفيذ. (١٠: ٢١).

ويشير "ديتس فورنس Dutch Forins" ٢٠٠٦م إلى أن ممارسة أي رياضة تتطلب من ممارسيها الصلابة الذهنية حيث أنها تلعب الدور الأكبر في تحقيق الإنجاز الرياضي وخاصة في رياضة الكاراتيه وذلك لكي يستطيع اللاعب التحكم في انفعالاته حيث أنه من الملاحظ أن أغلب اللاعبين يكونون في حالة غضب بشكل واضح قبل بدء المنافسات اعتقاداً منهم أن ذلك يدفعهم للأداء بشكل أفضل، في حين أن التركيز على أداء المهارات وبذل أقصى جهد هو الذي يوصلهم إلى الإنجاز المطلوب (٢٠).

وبما أن الحكام هم أحد المكونات الرئيسية لرياضة كرة القدم وعمودها الفقري وأهم أضلاعها لما يمثلونه من أهمية فهم بمثابة الرياضي الذي يحرص علي إدارة المباراة في نطاق إحترام القانون نصاً وروحاً، ويعدوا بهذا الاعتبار مهيبون أكثر من غيرهم للقيام بهذا الدور بديناً وفتياً وذهنياً ونفسياً لكونهم يفصلون بين الفرق المتنافسة داخل الملعب فقد أصبحوا محط أنظار الجميع من اللاعبين والمدربين والإداريين والجمهور.

وتتجلى المعرفة لحكام كرة القدم في إتقان الأداء التحكيمي والألمام بالتغيرات التي تطرأ علي القانون وإستيعاب مفردات قوانين اللعبة والقدرة في تمييز الأخطاء من حيث العقوبات الفنية والإدارية وإستعمال الإنذارات وكيفية تصنيفها(تصنيف أول- تصنيف ثاني) علي حسب مواقف اللعب المختلفة والتطبيق الثابت والموحد في قوانين اللعبة ، وتتمثل هذه المعرفة أهم الجوانب المعرفية لما لها من دور كبير ينتج عنه رؤية تمكن الحكم من إتخاذ المواقع المناسبة والصحيحة لخلق زاوية رؤية صحيحة تمكنه من إتخاذ قرارات صائبة ودقيقة ترتقي بمستوي متميز من حيث سرعة الاستجابة في إتخاذ القرار والذي له الدور الأهم علي نتائج المباراة وبالتالي تعتبر المحصلة النهائية المعرفية لخصوصية اللعب من الناحية الفنية للحكم.

وهنا يشير الباحث إلى أن الإعداد النفسي للحكم أهمية بالغة لما لة من دور قيادي في إدارة المباراة ومواجه ردود أفعال اللاعبين والمدربين والإداريين والجمهور والتي تتجلى من خلال السيطرة علي أفكاره . والتحكم في إنفعالاته وعدم التوتر والقلق والخوف عند قيادة المباراة ، وبخلاف ذلك سوف يؤدي إلي خروج المباراة من سيطرته ، وعلية فأن الحكم المعد نفسياً سيؤدي إلي زيادة حالة الإستعداد والتأهب للإستجابة بنتقته بنفسه وتركيز إنتباهه.

ويرى الباحث أن التطور العلمي الكبير في تكنولوجيا التعلم يمكن الاستفادة منه في مجال الرياضي في إعداد الرياضيين بشكل أفضل فالتكامل بين العقل والنفس والجسم يسهم في توضيح التصور الحركي للأداء المركب مثل اتخاذ الحكام الوضع الصحيح لأخذ القرار التحكيمي ، وبالتالي يؤدي إلى تحسين مستوى أدائه التحكيمي، ، وهذا يمكن تحقيقه من خلال استخدام أسلوب الموديل الذاتي الإيجابي كأحد أساليب التكنولوجيا الحديثة.

وقد ذكر "سيمون ميدلتون وآخرون Simon Middleton et al" ٢٠٠٤م أن الصلابة الذهنية تكسب الرياضيين قدرة على التحمل مقارنة بمنافسيهم أثناء التنافس الرياضي أو التدريب وذلك من خلال تطوير القدرة على التركيز والثقة بالنفس والثبات عند الأداء تحت أي ضغط، وهي من السمات النفسية التي تعكس مدى الصلابة الذهنية لدى اللاعب (٩١ : ٩).

كما يضيف "جيمس لوهر James Loehr" ١٩٩٣م إلى أن المهارات النفسية التي تعكس مدى الصلابة الذهنية تساهم بنسبة لا تقل عن ٥٠% في تحقيق الإنجاز الرياضي (١٥ : ٥٢).

وتتضح أهمية البحث فيما يمكن أن يتيحه الموديل الذاتي الإيجابي تنمية وتحسين أحد المتغيرات النفسية وهي الصلابة التي يمكن أن تزيد وتنقص داخل عقل الحكام من جراء الصراعات المتداخلة والتي يمكن أن يقللها استخدام النموذج المثالي للأداء وعقد المقارنة بينه وبين أدائه الفعلي.

ومن خلال عمل الباحث كحكم دولي كرة قدم وعمله كعضو هيئة تدريس بإحدى كليات التربية الرياضية لاحظ عدم وجود تكافؤ بين المستوى الفعلي للحكام ونتائج المنافسات، ورأى الباحث أن هذا التباين قد يكون مرجعه إلى افتقار الحكام للثقة بالنفس أو عدم مواجهة الضغوط وعدم قدرتهم على استغلال طاقاتهم بشكل جيد أو عدم قدرتهم على التركيز والانتباه كل ذلك أدى إلى بلورة فكرة هذا البحث في ذهن الباحث في محاولة تنمية الصلابة الذهنية لدى حكام كرة القدم من خلال استخدام إحدى وسائل التكنولوجيا الحديثة وهي (الموديل الذاتي الإيجابي) والتي تعمل على رقى تلك العوامل وقد تؤدي إلى إزالة أسباب إخفاق الحكام في أدائهم التحكيمي وتحقيق مستوى أداء أفضل، حيث يرى الباحث أن تكنولوجيا التعليم والمتمثلة في (استخدام الموديل الذاتي الإيجابي) يؤثر بشكل إيجابي على التصور البصري للأداء الحركي والذي يلعب دوراً هاماً في تنمية مكونات الصلابة الذهنية كإحدى السمات النفسية للحكام في كرة القدم.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى وضع تدريبات باستخدام الموديل الذاتي الإيجابي لحكام كرة القدم وتحديد فاعليته على:-

- ١- سمة الصلابة الذهنية متمثلة في محاور (الثقة بالنفس- الطاقة السلبية- تحكم الانتباه تحكم التصور البصري- مستوى الدافعية- الطاقة الإيجابية- تحكم الاتجاه).
- ٢- القدرة على اتخاذ القرار.

فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحث ما يلي:

- ١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية لدى كل من المجموعتين التجريبيّة والضابطة في محاور سمة الصلابة الذهنية واتخاذ القرار لصالح القياس البعدى لكل منهما.
- ٢- توجد فروق في نسب التحسن بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في محاور سمة الصلابة الذهنية واتخاذ القرار لصالح المجموعة التجريبيّة

مصطلحات البحث :

١- فاعلية:

هي القدرة على إنجاز الأهداف لبلوغ النتائج المرجوة والوصول إليها (٩: ٤٥).

٢- الموديل:

رؤية الأداء بطريقة أقرب إلى المثالية عن طريق شخص آخر يؤدي بكفاءة للاستفادة من ذلك في تطوير مستوى الأداء (١٣: ٤٨).

٣- الموديل الذاتي الإيجابي :

هو اختيار الطالب للسلوك أو الأداء المثالي وحذف الأداء الخاطئ (١٣: ٣٥).

٤- الصلابة الذهنية:

هي القدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد الضغوط التي يتعرض لها الفرد وهي تتطلب تقنية جيدة ومهارات عقلية (٨: ٩).

اتخاذ القرار :

هو عبارة عن كافة المخرجات والمرئيات للمسئول والتي تعتمد على المعرفة والمهارة المخزونة في كل من ذاكرته، لذلك فإنه هو عبارة عن نظام منسق من العلاقات. (٤: ١٠)

الدراسات السابقة:

(١) دراسة: "كوثر عبد المجيد السيد" ٢٠٠٨م (٣).

عنوان الدراسة: فاعلية موديل الذاتي الإيجابي على استراتيجيات الأداء للطالبة المعلمة بكلية التربية الرياضية.

الهدف: يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي لموديل الذات الإيجابي للطالبة المعلمة (الفرقة الثالثة) بكلية التربية الرياضية للبنات الزقازيق، وذلك للتعرف على مدى مستوى الكفاءة التدريسية.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي.

العيونة: اشتمل مجتمع البحث على الطالبات المعلمات الآتي تخرجن إلى التدريب الميداني بالمدارس الإعدادية من الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق وعددهن (٣٤) مدرسة إعدادي بواقع عدد (١٧٠) طالبة معلمة للعام الجامعي ٢٠٠٦-٢٠٠٧م.

الأدوات: الفيديو- الموديل.

أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث حيث أن التعلم بالموديل الذاتي الإيجابي أدى إلى نتائج أفضل من التعلم بالطريقة التقليدية، كما أدى إلى نتائج دالة إحصائية على استراتيجيات الأداء للطالبة المعلمة، كما تفوقت المجموعة التجريبية في نسب التقدم للقياس البعدي عن القياس القبلي في بطاقة الملاحظة للكفاءة التدريسية واستبيان استراتيجيات الأداء للطالبة المعلمة وبذلك نجد أن الموديل التعليمي المقترح قد ساهم بطريقة إيجابية وفعالة في التعلم وتحسين مستوى الكفاءة التدريسية للطالبة المعلمة في المجموعة التجريبية.

(٢) دراسة: "ماجدة محمد إسماعيل وجيهان محمد فؤاد" ٢٠٠٤م (٤).

عنوان الدراسة: تأثير تدريبات الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية الأساسية في الرياضة ومستوى الأداء للاعبات الكرة الطائرة.
الهدف: معرفة تأثير تدريبات الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية الأساسية في الرياضة ومستوى الأداء للاعبات الكرة الطائرة.
المنهج: استخدمتا الباحثتان المنهج التجريبي.

العيونة: عينة عمدية من لاعبات الكرة الطائرة بنادي المنصورة الرياضى والمشاركين فى الدورى الممتاز.
الأدوات: مقياس الصلابة الذهنية لجيمس لوهر.
أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى جميع محددات المقياس ماعدا الطاقة السلبية.

(٣) دراسة: "سيمون ميدلتون وآخرون Simon Middleton, et al." ٢٠٠٤م (١٩).

عنوان الدراسة: الصلابة الذهنية للموهوبين رياضيا.

الهدف: معرفة الصلابة الذهنية

المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العيونة: قوامها (٣٣) رياضي متوسط أعمارهم (٣٧.٦٨ ± ١٣.٣٦ عام)، (٢١) رجل، (١٢) سيدة ومن بين العينة (٨) أبطال عالم.
الأدوات: مقياس الصلابة الذهنية.

أهم النتائج: أن أهم سمات الصلابة الذهنية والتي ترتبط بالإنجاز الرياضى هي الكفاءة الذاتية والقدرة على مواجهة الفشل والقدرة على الانتباه والتركيز ، والدافعية ومهارات التحمل وأوصى الباحثون بإضافة محددات الدعم الاجتماعى وطبيعة الضغوط لقائمة الصلابة الذهنية.

(٤) دراسة: "ماك كولاج Mack Cullagh" ٢٠٠١م (١٨).

عنوان الدراسة: النموذج الذاتى وعلاقته بتحسين مستوى الإرسال من أعلى فى الكرة الطائرة.

الهدف: التعرف على فاعلية أسلوب النموذج الذاتى على تحسين مستوى الأداء فى الإرسال من أعلى إلى جانب من النواحي المعرفية.
المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العيونة: (١٥) فردا من المتطوعين على المستوى الجامعى.

الأدوات: الاستمارات- المقابلة الشخصية- الفيديو.
أهم النتائج: أن أسلوب النموذج الذاتى الإيجابى ذو فاعلية فى تطوير مستوى المهارات الحركية وأيضاً النواحي المعرفية.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على حكام الدرجة الأولى في رياضة كرة القدم وبلغ إجمالي عددهم (٣٢) حكم. ثم قام الباحث باختيار عينة عشوائية من بين الحكام بلغ عددها (٨) حكم لاستخدامها في التجربة الاستطلاعية وبذلك بلغ عدد العينة الأساسية للبحث (٢٤) حكم تم تقسيمها عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وبلغ قوام كل منها (١٢) حكم. والجدول التالي يوضح توزيع مجتمع البحث.

جدول (١)
توزيع مجتمع البحث

النسبة المئوية للعينة الأساسية بالنسبة لعدد المجتمع	عينة البحث الأساسية		العينة الاستطلاعية	مجتمع البحث
	ضابطة	تجريبية		
٧٥ %	١٢	١٢	٨	٣٢

وقد قام الباحث بإيجاد التجانس لمجتمع البحث في القياسات التالية:

- العمر الزمني وبعض القياسات الانثروبومترية والفترة التحكيمية.
 - القياسات الخاصة بالصلابة الذهنية.
- والجداول التالية (٢)، (٣) توضح معاملات الالتواء لمجتمع البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٢)

معاملات الالتواء لمجتمع البحث في العمر الزمني وبعض القياسات الانثروبومترية والفترة التحكيمية

$$ن = ٣٢$$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
العمر الزمني	سنة	35.95	3.47	36.00	0.02
الطول	سم	175.75	4.77	176.5	0.24
الوزن	كجم	69.45	5.55	69.5	0.26
الفترة التحكيمية	سنة	4.95	0.33	4.90	0.20
مقياس اتخاذ القرار	درجة	3.133	0.937	٣.٠٠	-0.819

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء جميعاً تتراوح ما بين (-٠.٦٨ ، ٠.٧٦) أي أنها انحصرت ما بين ٣+ ، -٣ مما يشير إلى أن مجتمع البحث مجتمعاً اعتدالياً متجانساً في هذه القياسات.

جدول (٣)

معاملات الالتواء لمجتمع البحث في محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) ن=٣٢

المحاور	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الثقة بالنفس	درجة	2.34	0.70	2.00	1.47
الطاقة السلبية	درجة	4.94	0.91	5.00	0.21-
تحكم الانتباه	درجة	2.28	0.58	2.00	1.45
تحكم التصور البصري	درجة	2.28	0.77	2.00	1.09
مستوى الدافعية	درجة	2.13	0.66	2.00	0.57
الطاقة الإيجابية	درجة	2.00	0.72	2.00	0.00
تحكم الاتجاه	درجة	2.25	0.67	2.00	1.12
مجموع المقياس	درجة	18.22	2.62	18.50	0.32-

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (- ٠.٣٢ ، ١.٤٧) أي أنها انحصرت ما بين ٣+، -٣، مما يشير أن مجتمع البحث مجتمعاً اعتدالياً متجانساً في هذه القياسات.

ثم قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث. والجدول التالي توضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في محاور الصلابة الذهنية

(قيد البحث) واتخاذ القرار (التكافؤ) ن=١ = ن=٢ = ١٢

المحاور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
محور الثقة بالنفس	درجة	2.50	0.52	2.33	0.89	0.56
محور الطاقة السلبية	درجة	5.08	0.79	5.33	0.89	0.73
محور تحكم الانتباه	درجة	2.33	0.65	2.25	0.62	0.32
محور تحكم التصور البصري	درجة	2.42	0.79	2.17	0.83	0.75
محور مستوى الدافعية	درجة	1.92	0.67	2.08	0.67	0.61
محور الطاقة الإيجابية	درجة	2.08	0.79	2.00	0.74	0.27
محور تحكم الاتجاه	درجة	2.25	0.62	2.17	0.72	0.30
مجموع المقياس	درجة	18.58	2.47	18.33	3.20	0.21

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ٢٢ = ٢.٠٧

يتضح من الجدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في محاور الصلابة الذهنية واتخاذ القرار قبل تطبيق التدريبات مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات:

١ - الأدوات والأجهزة المستخدمة في قياسات البحث :

- ميزان طبي معايير لقياس الوزن (كجم).
- جهاز الرستاميتير لقياس الأطوال (سم).
- ساعة إيقاف
- جهاز المسجل المرئي (ثانية).
- شاشة عرض كبيرة Data Show.
- اسطوانة CD برمجية مرفق (٩).
- وصلة كهربائية خاصة بتوصيل جهاز الكمبيوتر بالفيديو (فولت)
- كارت ATI لتحويل الفيلم التسجيلي للأداء المهاري لشريط الفيديو على اسطوانة C.D من خلال برنامج T.V. Tunner

٢ - الاستثمارات والمقابلات الشخصية :

تم تقسيم الاستثمارات الآتية :

- ١ . استثمارة أسماء السادة الخبراء.
- ٢ . استثمارة توصيف الحكام.
- ٣ . استثمارة تفريغ مقياس الصلابة الذهنية.
- ٤ . استثمارة استطلاع رأى الخبراء في الزمن الكلى لتطبيق البرمجية.
- ٥ . استثمارة استطلاع رأى الخبراء في تدريبات الصلابة الذهنية.

مقياس الصلابة الذهنية:

ويشتمل على سبع محاور وهي كالتالي:

محور الثقة بالنفس Self Confidence (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (٢٢، ١٥، ٨، ١، ٢٩، ٣٦).

محور الطاقة السلبية Negative Energy (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (٣٠، ٢٣، ١٦، ٩، ٢، ٣٧).

محور تحكم الانتباه Attention Control (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (٣٨، ٣١، ٢٤، ١٧، ١٠، ٣).

محور تحكم التصور البصري Visual&Imagery Control (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (١٨، ١١، ٤، ٣٩، ٣٢، ٢٥).

محور مستوى الدافعية Motivation onal level (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (٢٦، ١٩، ١٢، ٥، ٤٠، ٣٣).

محور الطاقة الإيجابية Positive Energy (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهي عبارة رقم (٢٠، ١٣، ٦، ٤١، ٣٤، ٢٧).

محور تحكيم الاتجاه Attitude control (الدرجة).

ويشتمل هذا المحور على (٦) عبارات وهى عبارة رقم (٢٨،٢١،١٤،٧،٤٢،٣٥).

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على أفراد العينة الاستطلاعية من الحكام وذلك خلال الفترة من ٢٠/٥/٢٠٢١ إلى ٣٠/٥/٢٠٢١م وذلك للوقوف على بعض الإجراءات الهامة لتطبيق تجربة البحث الأساسية ومن أهمها إعداد مكان التطبيق وتفهم المساعدين والتأكد من المعاملات العلمية لمقياس الصلابة الذهنية.

- الصدق:

استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة الذهنية وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور والدرجة الكلية للمحور وبين كل محور والدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية المسحوبة من مجتمع البحث والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٥)

صدق الاتساق الداخلي لأبعاد الصلابة الذهنية (قيد البحث)

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس		البعد السادس		البعد السابع	
الارتباط مع شدة المحور	رقم العبارة												
٠.٨٧٥	١	٠.٨٤٧	١	٠.٨٤٤	١	٠.٨٦٨	١	٠.٨٨٧	١	٠.٨٧٧	١	٠.٨٣٤	١
٠.٧٥٨	٢	٠.٨٣١	٢	٠.٨١٥	٢	٠.٨٨٠	٢	٠.٨٩٩	٢	٠.٨٥٩	٢	٠.٨٣٢	٢
٠.٩٦٨	٣	٠.٨٧٧	٣	٠.٨٦٧	٣	٠.٨٠٩	٣	٠.٨٦٤	٣	٠.٨٣٣	٣	٠.٨٤٦	٣
٠.٨٥٥	٤	٠.٩١٢	٤	٠.٧٩٨	٤	٠.٨٧٤	٤	٠.٨٢٥	٤	٠.٨١٧	٤	٠.٨٦٥	٤
٠.٨٠٩	٥	٠.٨١٣	٥	٠.٩١٤	٥	٠.٩١١	٥	٠.٨٥٢	٥	٠.٧٨٦	٥	٠.٨٧٥	٥
٠.٨٣٤	٦	٠.٨١٤	٦	٠.٨٧٩	٦	٠.٩٠٧	٦	٠.٧٩٤	٦	٠.٨٢٥	٦	٠.٨٥٢	٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ٦ = ٠.٧٠٧

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة كل عبارة في البعد والدرجة الكلية للبعد وبين كل محور والدرجة الكلية للمقياس .

- الثبات:

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين نصفى المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون الخطى وإيجاد ثبات الطول الكامل استخدم معادلة جوتامان وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية المسحوبة من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث الأساسية والجدول التالي (٦) يوضح ذلك

جدول (٦)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمحاور مقياس الصلابة الذهنية (قيد البحث)

المحاور	وحدة القياس	متوسط العبارات الفردية	متوسط العبارات الزوجية	معامل الارتباط
الثقة بالنفس	درجة	1.05	1.08	٠.٨٧٥
الطاقة السلبية	درجة	2.02	2.11	٠.٨٦٧
تحكم الانتباه	درجة	1.12	1.13	٠.٩١١
تحكم التصور البصري	درجة	1.08	1.17	٠.٨٧٥
مستوى الدافعية	درجة	1.19	1.31	٠.٧٧٩
الطاقة الإيجابية	درجة	0.97	0.91	٠.٧٦٩
تحكم الاتجاه	درجة	1.27	1.11	٠.٨٠٤
مجموع المقياس	درجة	8.7	8.82	٠.٨٢٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ٦ = ٠.٧٠٧

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين نصفي المقياس قد تراوحت بين (٠.٧٦٩ ، ٠.٩١١) بمعادلة جوتمان مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- وصف مقياس اتخاذ القرار :

قام انور وجدى (١٩٩٧م) بتصميم مقياس دوافع اتخاذ القرار فى المجال لرياضي . وذلك بهدف قياس قدرة العاملين في المجال الرياضى على اتخاذ القرار ، واشتمل المقياس على (٨٢ عبارة ، وللمقياس مجموع كلى .
التدريبات المقترحة من قبل الباحث:

تم وضع التدريبات تبعاً للخطوات التالية بشئ من التفصيل. مرفق ()

١ - تحديد الفئة المستهدفة فى الدراسة الحالية:

حكام الدرجة الأولى من سن (٣٠-٣٨) بالاتحاد المصري لكرة القدم.

٢- تحديد نوعية التدريبات:

أ- تدريبات (البرمجية) بأسلوب الموديل الذاتى:

وتشمل عدد (٢) موديل (موديل للحكم ذاتها، موديل لحكم أوروبي.

ب- التدريبات الخاصة بالصلابة الذهنية:

تم تحديد التدريبات وفقاً لأراء الخبراء مرفق () وهى:-

- تدريبات الثقة بالنفس .

- تدريبات تحكم الانتباه.

- تدريبات التصور البصري للأداء الحركي.

- تدريبات لزيادة مستوى الدافعية.

- تدريبات لتحكم الاتجاه.

(٣) تحليل المحتوى :

أولاً: جزء تمهيدي	(تدريبات لتهيئة العضلات والمفاصل العامة (٢٠ دقيقة)
ثانياً: جزء رئيسي:	- التدريبات البرمجية بأسلوب الموديل الذاتي الإيجابي . (٣٠ دقيقة) مقارنة أداء موديل الحكم ذاته بموديل حكم عالمي من خلال البرنامج المصمم على الكمبيوتر (البرمجية) والتقويم من قبل الحكم
ثالثاً: جزء ختامي	-التدريبات الخاصة بالصلابة الذهنية. (٣٠ دقيقة) تدريبات (الثقة بالنفس- تحكم الانتباه - تحكم التصور البصري للأداء الحركي - مستوى الدافعية - تحكم الاتجاه) تدريبات العودة للحالة الطبيعية للجسم (١٠ دقيقة)

تصنيع وإنتاج وسائط الاتصال التكنولوجية:

-خطوات إعداد موديل الحكم نفسه.

- أ - تصوير أداء الحكم لأداء بعض الأداءات التحكيمية بالمسجل المرئي (الفيديو video)
ب- تحويل الفيلم التسجيلي لأداء الحكم على أسطوانة C.D من خلال كارت ATI بواسطة برنامج T.V. Tunner .
ج- عرض الفيلم التسجيلي لأداء الحكم من خلال الكمبيوتر على (شاشة العرض Data show)

خطوات إعداد موديل الحكم الدولي:

- أ - تسجيل أداء الحكم الدولي باستخدام الفيديو وتحويله على اسطوانة C.D.
ب-عرض الفيلم التسجيلي لأداء الحكم من خلال الكمبيوتر على (شاشة العرض Data show)
تصميم برنامج على الكمبيوتر (البرمجية).

تعتبر برمجية الكمبيوتر التدريبية المعدة لتقنية الموديل الذاتي لتنمية الصلابة الذهنية وضبط وتحسين الأداء التحكيمي هي المحور الرئيسي الذي يدور حوله محور البحث الحالي وقد قام أحد المتخصصين في تكنولوجيا الكمبيوتر بإنتاج البرمجية المقترحة باستخدام أحد البرامج التطبيقية الجاهزة وهو Author ware وعملية إعداد برمجية تدريبية قائمة على استخدام الكمبيوتر تتطلب وقتاً وجهداً وخبرة كما أنها تمر بمراحل عديدة قبل أن تظهر بالصورة التي نراها وتضمنت خطوات إعداد البرمجية المراحل التالية.

أ-تحديد الفترة الزمنية الخاصة بالبرمجية :

قام الباحث بعرض استمارة استطلاع رأي الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية الخاصة بالبرمجية من خلال وحدات (مديولات) وذلك بواقع ٣ وحدات أسبوعيا وزمن تنفيذها ٣٠ دقيقة لمدة اثني عشر أسبوعاً مرفقاً (٧).

ب- القراءة والاطلاع :

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع والدراسات والبحوث التي تناولت أعداد برمجيات الكمبيوتر.

ج- تحديد الأهداف العامة للبرمجية :

تعد تحديد الأهداف هي أولى خطوات أي برمجية ولا بد أن تتسم الأهداف بالوضوح والواقعية كما يجب أن تكون محددة حتى يسهل اختيار التدريبات التي تؤثر في عملية التدريب وتحقق الأهداف وقد حدد الباحث الأهداف التالية :

١- إكساب الحكم المعلومات المعرفية من المفاهيم والمصطلحات والقانون الخاصة بكرة القدم.

٢- إكساب الحكام المراحل الفنية (هدف مهاري).

٣- إكساب الحكام اتجاهات الإيجابية نحو استخدام الكمبيوتر والبرمجية المعدة باستخدام المدبول الذاتي (هدف وجداني) .

د- تحديد أغراض برمجية:

حدد الباحث أغراض البرمجية فيما يلي:

١- أن يفهم الحكام التسلسل الحركي للأداء التحكيمية.

٢- أن يكتسب الحكام معلومات ومعارف عن قانون كرة القدم.

٣- أن يكتسب الحكام سمات (الثقة بالنفس- التحكم في الانتباه- التصور البصري للأداء الحركي- الدافعية - التحكم في الاتجاه).

هـ- تحديد خصائص ومستوى الحكام:

قام الباحث بدراسة الخصائص والسمات المميزة لعينة البحث من حيث (السن-الصفات البدنية- المستوى المهاري) وذلك لأعداد برمجية بصورة تناسبهم.

و-تحديد محتوى البرمجية:

تعتبر عملية اختيار المحتوى من أصعب خطوات بناء البرمجية تتمثل هذه الصعوبة في اختيار الحقائق والمفاهيم المرتبطة بالأداءات التحكيمية وكذلك تحديد مقاطع شرائط الفيديو والصور الثابتة و الفوتوغرافية والرسوم المتحركة التوضيحية وغيرها من الأدوات التي وقع الاختيار عليها وتنظيمها على نحو معين وتحديدي طريقة السير فيها بما يسهم في تحقيق أهداف البرمجية.

وقد استعان الباحث عند تحديد المحتوى بالعديد من المراجع والبحوث والدراسات التي اهتمت ببناء البرمجية حتى يمكن ان يكون المحتوى.

- مرتبط بالأهداف التي تسعى البرمجية إلي تحقيقها.

- صادقاً وله دلالاته.

- ملائماً لخبرات الحكام وحاجاتهم وقدراتهم.

- به صفة التتابع والاستمرارية والتكامل.

- مراعاة الدقة العلمية .

- يتسم بالحدثة في مجال تصميم البرمجيات .

وقد استعان الباحث بالمراجع العلمية لإعداد البرمجية. (١١ : ١٩٧)

ز-تحديد الأنشطة التدريبية :

١- أنشطة تقوم بها الباحث:

- قبل البدء في تشغيل البرمجية تقوم بتوضيح جهاز الكمبيوتر وكيفية استخدامه وكيفية عمل البرمجية و الطريقة التي تعمل بها و الفكرة التي تقوم عليها .
- أثناء التدريب بالبرمجية تقوم بملاحظة الحكم والقيام بتوجيههم والمتابعة وتصحيح أخطائهم التنفيذية و الإجابة على التساؤلات .
- بعد الانتهاء من التدريب بالبرمجية يتم تكليف الحكام القيام بالأداء المطلوب.

٢- أنشطة يقوم بها الحكم:

- تتمثل أنشطة الحكم في استخدامه للبرمجية وتقويمه لذاته من خلال رؤيته لأدائه أثناء التحكم داخل الملعب.

ح- خطوات إنتاج البرمجية:

١- مرحلة التصميم Design وتتم هذه المرحلة على النحو التالي :

أ- الكفاءة التدريبية للبرمجية:

- أن يكون الهدف من البرمجية واضحاً ومصاغاً صياغة سلوكية سليمة.
- أن تتلاءم أهداف البرمجية مع أهداف الموضوع محل الدراسة.
- أن يكون محتوى البرمجية مناسباً لسن ومستوى اللاعب.
- عرض المادة العلمية بشكل منطقي ومتسلسل.
- توافر التدريبات التي ستمارسها اللاعب.

ب-الكفاءة الفنية للبرمجية:

- الاستفادة من مساحة الشاشة بشكل جيد.
- عرض المعلومات على الشاشة بطريقة شيقة وجميلة ومتناسقة.
- مراعاة توزيع مواقع العناصر المختلفة بطريقة سليمة وصحيحة.
- تجزئة المادة العلمية على شكل فقرات متتالية.
- إمكانية التجول داخل البرمجية.
- عدم إتاحة الفرصة للتغير في محتوى البرمجية.

ط- تنظيم المحتوى :

وينقسم تنظيم محتوى البرمجية إلي جزأين هما:

١- الجزء الأول : المقدمة:

وهذا الجزء يعرض على الشاشة بدون تدخل الحكم ويتضمن التقديم الأعداد، الأهداف العامة وبعض الملاحظات الهامة للحكم.

٢- الجزء الثاني: المحتوى:

وينقسم هذا الجزء إلى قسمين:-

- عرض أداء الحكم العالمي.

- عرض أداء الحكم من أفراد العينة وأداء الحكم الدولي على شاشة العرض لمقارنة الحكام لأدائهم بالحكم الدولي.

ن- تقويم فكرة استخدام البرمجية:

قام الباحث بعرض فكرة استخدام البرمجية على الخبراء لاستطلاع آرائهم حول مناسبتها لموضوع الدراسة الحالية وكانت النسبة المئوية لرأي الخبراء ١٠٠% موافق والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٧)

النسبة المئوية لرأي الخبراء في استخدام البرمجية بأسلوب الموديل الذاتي

غير موافق	موافق	استطلاع رأي الخبير
	١٠٠%	هل استخدام البرمجية بأسلوب الموديل مناسبة لموضوع الدراسة

لإجراءات الإدارية :

- ١- الحصول على موافقة تطبيق تجربة البحث من الاتحاد المصري لكرة القدم.
- ٢- تحديد مواعيد التطبيق وتبليغها للحكام عينة البحث.
- ٣- الاستعانة بعدد (٢) مساعد للتصوير بالفيديو وتوصيل الفيديو بجهاز الكمبيوتر.

تنفيذ تجربة البحث الأساسية:

١- القياس القبلي:

قام الباحث بإجراء القياس القبلي لعينتي البحث التجريبية والضابطة وذلك يوم ٢٠٢١/٦/١م حتى ٢٠٢١/٦/٢م وقد تم القياس فردياً واستغرق يومين في قياس محاور الصلابة الذهنية (الثقة بالنفس- الطاقة السلبية- تحكم الانتباه- تحكم التصور البصري للأداء الحركي- مستوى الدافعية- الطاقة الإيجابية - تحكم الاتجاه)

مرحلة التطبيق :

أ- بالنسبة للمجموعة التجريبية:

بعد أن تأكد الباحث من تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) قامت بتنفيذ تجربة البحث الأساسية في الفترة من الأحد ٢٠٢١/٦/٥م إلى ٢٠٢١/٧/٢٠م وقد استغرقت مدة التنفيذ للمجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التدريبي (١٢) أسبوع بواقع ٣ مرات أسبوعياً لمدة ٩٠ دقيقة في الوحدة الواحدة وذلك أيام (الأحد - الثلاثاء - الخميس) وذلك طبقاً لنسبة آراء الخبراء حول تحديد المدة التعليمية وعدد المرات في الأسبوع الواحد وزمن كل وحدة ، وبهذا أصبحت مدة التدريب في الأسبوع الواحد ٤.٥ ساعة أي أن الزمن الكلي للتطبيق (٥٤) ساعة من تاريخ بدء التطبيق.

القياس البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث الأساسية مباشرة قام الباحث بإجراء القياسات البعدية على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) وذلك في يومي ٢١، ٢٢/٧/٢٠٢١م في جميع القياسات وقد روعيت نفس الشروط والظروف التي تم اتباعها في القياسات القبلية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

قام الباحث بتدوين البيانات التي تم الحصول عليها ثم معالجتها إحصائياً عن طريق المعادلات الآتية:

- ١- المتوسط الحسابي.
- ٢- الوسيط.
- ٣- الانحراف المعياري.
- ٤- معامل الالتواء.
- ٥- معامل الارتباط.
- ٦- معادلة جوتمان للتجزئة النصفية.
- ٧- اختبار "ت" لإيجاد الفروق لمجموعتين متساويتين في العدد.
- ٨- اختبار "ت" للمجموعة الواحدة.
- ٩- النسبة المئوية لمقدار التحسن.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في أبعاد الصلابة الذهنية واتخاذ القرار (قيد البحث)

ن=١٢

نسب التحسن (%)	قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٨٦.٨	* 8.99	0.65	4.67	0.52	2.50	درجة	الثقة بالنفس
٤٥.٨٦	* 8.85	0.45	2.75	0.79	5.08	درجة	الطاقة السلبية
٧٨.٩٦	* 6.00	0.83	4.17	0.65	2.33	درجة	تحكم الانتباه
٧٨.٩٢	* 5.25	0.98	4.33	0.79	2.42	درجة	تحكم التصور البصري
٩٥.٣١	* 5.08	1.06	3.75	0.67	1.92	درجة	مستوى الدافعية
٩٢.٣	* 6.66	0.60	4.00	0.79	2.08	درجة	الطاقة الإيجابية
٩٦.٤٤	* 8.22	0.67	4.42	0.62	2.25	درجة	تحكم الاتجاه
٥١.١٣	* 8.92	2.75	28.08	2.47	18.58	درجة	مجموع المقياس
٨٣.٦٣	* ٧.١٧	١.٨١	٧.٠٧	١.١١	٣.٨٥	درجة	اتجاه الذرار

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ١١ = ٢.٢٠

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في محاور الصلابة الذهنية واتخاذ القرار لصالح القياس البعدي وكانت أعلى نسبة تحسن في محور تحكم الاتجاه (٩٦.٤٤%) وأقل نسبة تحسن في محور الطاقة السلبية (٤٥.٨٦%) مما يشير إلى التأثير الإيجابي المطلق للتدريبات المقترحة من قبل الباحث في هذا المتغير.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في أبعاد بالصلابة الذهنية واتخاذ القرار

ن = ١٢

نسبة التحسن (%)	قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
64.37	* 4.55	0.72	3.83	0.89	2.33	درجة	الثقة بالنفس
36.59	* 4.02	0.94	3.83	0.89	5.33	درجة	الطاقة السلبية
44.44	* 3.25	0.87	3.25	0.62	2.25	درجة	تحكم الانتباه
23.00	1.79	0.49	2.67	0.83	2.17	درجة	تحكم التصور البصري
24.00	1.83	0.67	2.58	0.67	2.08	درجة	مستوى الدافعية
50.00	* 4.06	0.43	3.00	0.74	2.00	درجة	الطاقة الإيجابية
23.00	1.99	0.49	2.67	0.72	2.17	درجة	تحكم الاتجاه
19.9	* 3.12	2.21	21.83	3.20	18.33	درجة	مجموع المقياس
١٣.٨٨	١.٥٩	١.٢٦	٤.٥١	١.١٥	٣.٩٦	درجة	اتخاذ القرار

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ١١ = ٢.٢٠

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) واتخاذ القرار لصالح القياس البعدي وتوجد فروق ولكن غير داله في محور تحكم التصور البصري، ومحور مستوى الدافعية، ومحور تحكم الاتجاه وكانت أعلى نسبة تحسن في محور الثقة بالنفس (٦٤.٣٧%) وأقل نسبة تحسن في محور مستوى الدافعية، وتحكم الاتجاه بنسبة (٢٣.٠٠%) مما يشير إلى التأثير النسبي للبرنامج التقليدي.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد الصلابة الذهنية واتخاذ القرار

ن = ٢٢ = ١٢ - ١٠

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الأبعاد
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
* 2.98	0.72	3.83	0.65	4.67	الثقة بالنفس
* 3.61	0.94	3.83	0.45	2.75	الطاقة السلبية
* 2.64	0.87	3.25	0.83	4.17	تحكم الانتباه
* 5.24	0.49	2.67	0.98	4.33	تحكم التصور البصري
* 3.24	0.67	2.58	1.06	3.75	مستوى الدافعية
* 4.69	0.43	3.00	0.60	4.00	الطاقة الإيجابية
* 7.30	0.49	2.67	0.67	4.42	تحكم الاتجاه
* 6.14	2.21	21.83	2.75	28.08	مجموع المقياس
* ٤.١٩	١.٢٦	٤.٥١	١.٨١	٧.٠٧	اتخاذ القرار

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ٢٢ = ٢.٠٧

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطي القياسيين للمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمحاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) واتخاذ القرار مما يشير إلى التأثير الإيجابي للتدريبات المقترحة من قبل الباحث.

ثانياً: مناقشة النتائج :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها وفي حدود البحث وإجراءاته وأهدافه وفروضة سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج طبقاً لتسلسل فروض البحث على النحو التالي:

مناقشة النتائج الخاصة بالفرض الأول :

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي حيث كانت أعلى نسبة تحسن في محور تحكم الاتجاه بنسبة (٩٦.٤٤%) و يليه محور مستوى الدافعية بنسبة (٩٥.٣١%) ثم يليه محور الطاقة الإيجابية بنسبة (٩٢.٣%) ثم محور الثقة بالنفس بنسبة (٨٦.٨%) ثم محور التحكم الانتباه (٧٨.٩٦%) يليه محور تحكم التصور البصري بنسبة (٧٨.٩٢%) وأخيراً أقل نسبة تحسن عكسي موجب في محور الطاقة السلبية بنسبة (٤٥.٨٦%) وقد حصل مجموع المقياس الكلي على نسبة (٥١.١٣%)

كما يتضح من نفس الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس اتخاذ القرار حيث حققت النسبة المئوية لمقياس اتخاذ القرار نسبة مئوية قدرها ٨٣.٦٣%.

ويعزو الباحث هذه الفروق ونسب تحسن متوسط القياسات البعدية عن القبالية للمجموعة التجريبية في محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) واتخاذ القرار إلى التدريبات المقترحة من قبل الباحث حيث أن التدريبات في الجزء الرئيسي انقسمت إلى محطتين المحطة الأولى اشتملت على استخدام أسلوب الموديل الذاتي الذي يعد من أحدث الأساليب الحديثة فمن خلال عرض البرمجية ورؤية الحكم للموديل الذاتي يتم استدعاء المعلومات (التغذية الراجعة) والتي تساعد على زيادة الانتباه والتصور البصري للأداء الحركي وهذه السمات تؤدي إلى تكون طاقة إيجابية صحيحة.

وقد اشتملت المحطة الثانية من الجزء الرئيسي من التدريبات المقترحة من قبل الباحث على تدريبات (الثقة بالنفس ، تحكم الانتباه ، تحكم التصور البصري ، زيادة الدافعية ، تحكم الاتجاه) وكل هذه التدريبات تعمل على تنمية الصلابة الذهنية .

وفي هذا الصدد ترى "عواطف إبراهيم محمد" ٢٠٠٤ م (٢) أن وسائل التكنولوجيا الحديثة بتسهم في بناء التصوير البصري للأداء الحركي من خلال (التغذية الراجعة) وهذا يؤدي إلى تحسين مستوى اللاعب في التدريب .

وتشير "جولي راي jolly Ray" ٢٠٠٣ م (١٧) إلى أن الصلابة والذهنية سمة مكتسبة يمكن أن تنمى ولا تدخل لعامل الوراثة بها .

ويضيف " جون ليفكوييتس وأخرون John Lefkowitz" ٢٠٠٣ م (١٦) أن تدريبات الصلابة الذهنية تعمل على تحسين التحكم الانفعالي.

ويرى الباحث أن تنمية السمات الخاصة بالصلابة الذهنية بالإضافة إلى تنمية المتطلبات المهارية يؤدي إلى قدرة الحكم على إدارة المباراة بشكل ثابت ومثالية.

وتتفق نتائج الدراسة مع دراسة ماجدة محمد إسماعيل وجيهان محمد فؤاد" ٢٠٠٤م (٤) والتي أظهرت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع محددات المقياس ماعدا الطاقة السلبية.

ودراسة "كوثر عبد المجيد السيد" ٢٠٠٨م (٣) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث حيث أن التعلم بالموديول الذاتي الإيجابي أدى إلى نتائج أفضل من التعلم بالطريقة التقليدية، كما أدى إلى نتائج دالة إحصائية على استراتيجية الأداء للطالبة المعلمة، كما تفوقت المجموعة التجريبية في نسب التقدم للقياس البعدي عن القياس القبلي في بطاقة الملاحظة للكفاءة التدريسية واستبيان استراتيجية الأداء للطالبة المعلمة وبذلك نجد أن الموديول التعليمي المقترح قد ساهم بطريقة إيجابية وفعالة في التعلم وتحسين مستوى الكفاءة التدريسية للطالبة المعلمة في المجموعة التجريبية.

ودراسة "ماك كولاج Mack Cullagh" ٢٠٠١م (١٨) والتي كان من أهم نتائجها أن أسلوب النموذج الذاتي الإيجابي ذو فاعلية في تطوير مستوى المهارات الحركية وأيضاً النواحي المعرفية.

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) واتخاذ القرار لصالح القياس البعدي في حين توجد فروق ولكن غير دالة في محور تحكم التصور البصري ومستوى الدافعية وتحكم الاتجاه وكانت أعلى نسبة تحسن في محور الثقة بالنفس بنسبة (٦٤.٣٧%) و يليه محور الطاقة الإيجابية بنسبة (٥٠.٠٠%) ثم يليه نسبة تحسن عكسي موجب في محور الطاقة السلبية بنسبة (٣٦.٥٩%) ثم يليه محور تحكم الانتباه بنسبة (٤٤.٤٤%) ثم محور مستوى الدافعية بنسبة (٠.٢٤%) وأخير أقل نسبة تحسن في محور تحكم التصور البصري وتحكم الاتجاه بنسبة (٢٣.٠٠%) وقد حصل مجموع المقياس الكلي على نسبة (١٩.٩%).

كما يتضح من نفس الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اتخاذ القرار، حيث حققت نسبة التحسن قيمة قدرها ١٣.٨٨%.

ويرجع الباحث فروق ونسب تحسن متوسط القياسات البعدية عن القبلية للمجموعة الضابطة في محاور الصلابة الذهنية (قيد البحث) إلي اشتراك الحكام في برنامج تدريبي منظم ومخطط تخطيطاً علمياً ومناسب لحالة الشخص الخاضع لهذا البرنامج التدريبي على قياسات محاور الصلابة الذهنية .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كوثر عبد المجيد السيد" ٢٠٠٨م (٣) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث حيث أن التعلم بالموديل الذاتي الإيجابي أدى إلى نتائج أفضل من التعلم بالطريقة التقليدية، كما أدى إلى نتائج دالة إحصائية على استراتيجية الأداء للطالبة المعلمة، كما تفوقت المجموعة التجريبية في نسب التقدم للقياس البعدي عن القياس القبلي في بطاقة الملاحظة للكفاءة التدريسية واستبيان استراتيجية الأداء للطالبة المعلمة وبذلك نجد أن الموديل التعليمي المقترح قد ساهم بطريقة إيجابية وفعالة في التعلم وتحسين مستوى الكفاءة التدريسية للطالبة المعلمة في المجموعة التجريبية.

يتضح من نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين للمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمحاول الصلابة الذهنية (قيد البحث) واتخاذ القرار، ويعزى الباحث هذه الفروق إلى تأثير تدريبات الصلابة الذهنية المقترحة والتي انقسمت إلى محطتين المحطة الأولى اشتملت على استخدام أسلوب الموديل الذاتي الذي يعد من أحدث الأساليب الحديثة فمن خلال عرض البرمجية ورؤية الحكم للموديل الذاتي يتم استدعاء المعلومات (التغذية الراجعة) والتي تساعد على زيادة الانتباه و التصور البصري للأداء الحركي وهذه السمات تؤدي إلى تكون طاقة إيجابية صحيحة.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة "سيمون ميدلتون وآخرون Simon Middleton, et al." ٢٠٠٤م (١٩) والتي أكدت على أن أهم سمات الصلابة الذهنية والتي ترتبط بالإنجاز الرياضي هي الكفاءة الذاتية والقدرة على مواجهة الفشل والقدرة على الانتباه والتركيز ، والدافعية ومهارات التحمل وأوصى الباحثون بإضافة محددات الدعم الاجتماعي وطبيعة الضغوط لقائمة الصلابة الذهنية.

من العرض السابق يكون قد تحقق صحة فروض البحث.

الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً: الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود العينة والمنهج المستخدم وما أمكن الحصول عليه من نتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- ١- استخدام أحد الوسائل التكنولوجية الحديثة (الفيديو – الكمبيوتر) تؤثر إيجابيا على مستوى أداء حكام كرة القدم حيث توصلت نتائج الدراسة إلى نسب تحسن عالية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة .
- ٢- التدريبات بأسلوب الموديل الذاتي المقترحة تؤثر إيجابيا على مستوى أداء الحكام أكثر من طريقة التعليم والتدريب التقليدية حيث توصلت نتائج الدراسة إلى نسبة تحسن عالية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
- ٣- كل حكم لديه صلابة ولكن بدرجات مختلفة (فروق فردية) والتدريبات بأسلوب الموديل الذاتي تعمل على تحسين الصلابة الذهنية بجميع محاورها وقد أظهرت نتائج الدراسة تحسن عالي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

ثانياً: التوصيات :

في ضوء ما قام به الباحث من دراسة وما توصل إليه من نتائج واستنتاجات وفي حدود عينة البحث أمكن التوصل إلى التوصيات الآتية :

- ١ . الاستفادة من التدريبات بأسلوب الموديل الذاتي في مجال تدريب وتعليم حكام كرة القدم على بعض المتغيرات الفنية واتخاذ القرار ..
- ٢ . استخدام التكنولوجيا الحديثة في مجال التعليم في التدريب (الكمبيوتر – شاشة العرض – الحقائق التعليمية) وغيرها لتعليم الحكام لبعض المواقف التحكيمية المتعددة.
- ٣ . استخدام الأساليب التكنولوجية الحديثة الأخرى مثل الهيبريميديا والمالتيميديا في مجال تعليم وتدريب الحكام في كرة القدم.
- ٤ . إجراء قياسات خاصة بالسّمات النفسية باستمرار في نهاية كل نصف موسم أو الموسم الكامل.
- ٥ . إجراء دراسات مستقبلية على عينات أخرى وقياسات أخرى تشمل الصلابة الذهنية بأكبر عدد من المحاور.
- ٦ . تدعيم لجنة الحكام بأخصائي نفسي لوضع وتقييم ومتابعة وتطوير البرامج النفسية للحكام.
- ٧ . بناء مقاييس للصلابة الذهنية لزيادة محاور الصلابة الذهنية لحكام كرة القدم.
- ٨ . التدريب على سرعة اتخاذ القرار في عملية التحكيم في كرة القدم.

المراجع

- ١- أسامة كامل راتب ٢٠٠٠م: تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢- عواطف إبراهيم محمد ٢٠٠٤م: أساسيات بناء منهج إعداد معلمات رياض الأطفال، دار المسير للنشر، عمان.
- ٣- كوثر عبد المجيد السيد ٢٠٠٨م: فاعلية موديول الذات الإيجابي على استراتيجيات الأداء للطالبة المعلمة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.
- ٤- ماجدة إسماعيل وجيهان فؤاد ٢٠٠٦م: تأثير تدريبات الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية الأساسية في الرياضة ومستوى الأداء للاعبات الكرة الطائرة، إنتاج علمي.
- ٥- محمد الصيرفي ٢٠٠٥م: السلوك التنظيمي، الجزء الأول، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية.
- ٦- محمد العربي شمعون ٢٠٠١م: التدريب العقلي في المجال الرياضي ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٧- محمد العربي شمعون ماجدة محمد إسماعيل ٢٠٠٣م: التوجيه و الإرشاد النفسي في المجال الرياضي دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٨- محمد سامي المسيري ١٩٩٠م : التعرف على أثر طرق مختلفة لتعلم جمل حركية على التذكر والتنظيم للإدراك الحركي في رياضة الكاراتيه.
- ٩- محمد سعد زغلول ، مكارم أبو هرجة ، هانى سعيد ٢٠٠١م: تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٠- هيبيرت أي . سايمون ٢٠٠٣م : السلوك الإداري (دراسة لعمليات اتخاذ القرار في المنظمات الإدارية)، ترجمة عبد الرحمن أحمد هيجان ، عبد الله بن أهنية، الأنجلو المصرية.
- ١١- يحيى السيد الحاوي ٢٠٠٢م: المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، ط١ ، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

- 12- Bradly 1993: The use of goals Tetting positive self modeling.
- 13- Dowrick 1999: A review of self modeling and Applied preventive psychology.
- 14- Halli Well 1997 : Providing sport psychology consum tant service in professional hockey.
- 15- Jimes Loehr 1993: The New Toughmess training for sports. New York, Penguin Books U.S.A.

- 16- John Lefkowits, David R.: McDuff, Corina, Rismandel 2003 : Mental Toughness Training manual for Soccer United Kingdom, Article sports dynamic.
- 17- Jolly Ray 2003: Mental Toughness, Level III Hocky coaching course, Karnataka State Hockey Association, Bangalore.
- 18- Mack cullagh 2001: Model sinlority effect on motor physical education
- 19- Simon C. Middleton, Herb W. Marsh Andrew J. Martin, Gorye Richards, and Clark Perry 2004: Discovering Metnal touhness A qualitative study of Mental Toughness in Elite athiets, third international Biennial, Self Research Conference sle concept, Motivation and Identity where to from here July 4-7, Berlin, Germany.
- 20- www.karatearab.com/vb/shoulthreadphp?=ovt.