

" التعزيز الإيجابي وأثره على المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح "

الحسيني السيد الحسيني ندا

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات
الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين
والبنات جامعة بورسعيد

- المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر التربية الرياضية بمجالاتها المختلفة سواء المناهج وطرق التدريس أو التدريب الرياضي أو الإدارة الرياضية وغيرها، من أهم المجالات التي تهدف الي خلق مواطن صالح قادراً على العمل والإنتاج والدفاع عن الوطن ويعتبر علم النفس الرياضي أحد أهم العوامل التي أصبحت عامل حاسم في الأداء العقلي والبدني والمهاري .

يتفق كل من سيلجمان رئيس الجمعية الامريكية لعلم النفس Seligman M.E.P (٢٠٠٢م) ونادية الحسيني وهويدا عبد الحميد (٢٠١٧م) أنه في بداية القرن الحالي ظهر علم النفس الإيجابي Positive Psychology كتيار جديد يركز على أوجه القوة في الإنسان بدلاً من أوجه القصور وعلى الفرص المتاحة بدلاً من الأخطار، وعلى تعزيز الإمكانيات بدلاً من الإكتفاء بدراسة المعوقات، وعلى دراسة القوى الإيجابية لدى البشر بدلاً من التركيز علي الإضطرابات النفسية وعلاجها. (١٩: ١٩)، (١٥: ١٨، ١٩)

ويرى أسامة فاروق (٢٠١٧م) الي أن مفهوم التعزيز هو ذلك الجزء الذي يلحق بالسلوك أو الاستجابة، والذي يعمل على زيادة احتمالات حدوث السلوك بالمستقبل أو تكراره؛ ولذلك ركز المربين على قيمة التعزيز، وأن تعلم أي سلوك يجب أن يقسم إلى خطوات صغيرة متتابعة وتعزز كل خطوة لتتم بنجاح، وكل خطوة يجب أن يتم تعلمها بدرجة صحيحة وتعزز قبل الإنتقال إلى الخطوة التالية وهكذا، وبطبيعة الحال يجب أن ترتب الخطوات الواحدة تلو الأخرى بحيث تؤدي السابقة إلى اللاحقة وتعتبر بمثابة تهيئة لها. (٢: ٢٦)

وتوضح عائشة بيه (٢٠١٧م) أن علم النفس الإيجابي هو الذي يقدم الاستراتيجيات الملائمة لتحقيق جودة الحياة وذلك بالتركيز على الجوانب الإيجابية ونقاط القوة لدي الفرد، بدلاً من التركيز على الجوانب السلبية وهذا ينتج عنه تحسين وزيادة رضا الفرد عن حياته وتعزيز قدراته في مختلف مواقف الحياة، ومن ثم تحافظ على صحته النفسية والبدنية (٩: ٣٥٢)

ويشير شمولينسكي، غيرهاردت Shmolinsky, Gerhardt (١٩٩٣م) إلى أن رمي الرمح إحدى مسابقات الميدان والمضمار والتي تتطلب قدرات واستعدادات بدنية خاصة نظراً لكونها تعتمد على القدرة العضلية بشكل كبير، وهذا يفرض علي الناشئ إستغلال كل القوى الكامنة لديه للحفاظ على المسار الحركي لمركز ثقل الجسم، وتهيئة العضلات العاملة للانقباض وإنتاج أقصى قوة انفجارية لحظية للذراع الرامي على نفس المسار الحركي لتحقيق أفضل إنجاز رقمي. (٢٠: ٣٦٦)

ويشير شمولينسكي، غيرهاردت Shmolinsky, Gerhardt (١٩٩٣م) إلى أن رمي الرمح إحدى مسابقات الميدان والمضمار والتي تتطلب قدرات واستعدادات بدنية خاصة نظراً لكونها تعتمد على القدرة العضلية بشكل كبير، وهذا يفرض علي الناشئ إستغلال كل القوى الكامنة لديه للحفاظ على المسار الحركي لمركز ثقل الجسم، وتهيئة العضلات العاملة للانقباض وإنتاج أقصى قوة انفجارية لحظية للذراع الرامي على نفس المسار الحركي لتحقيق أفضل إنجاز رقمي. (٢٠: ٣٦٦)

وترى علياء دحام (٢٠١٧م) أن مسابقة رمي الرمح تعد من المسابقات التي تعتمد علي مستوى عالي من القوة، كما تتميز بسرعة طيران عالية جداً للأداء المهارى للرمح Javelin Throw وهذا يتطلب القوة والسرعة في الأداء كما تتميز هذه المسابقة بالأداء الفني الصعب نسبياً، والذي يتضح من خلال إستقامة الجذع أثناء الاقتراب حاملاً الرمح بيده، ومن ثم تحويله الي وضع الميلان الخلفي أثناء الخطوات الأربع الأخيرة والتي لها تأثير كبير على سرعة إنطلاق الرمح لحظة الرمي مع تغير الميلان في هذه اللحظة إلي الامام لتحويل السرعة من الرجلين ثم الجذع فالذراعين وبالتالي إلي الرمح لكي ينطلق عاليا وسريعا لتحقيق أقصى مسافة أفقية ممكنه والتي بالتأكيد تعتبر مسافة الإنجاز التي وصل اليها الناشئ في هذه المسابقة. (١٢: ٢٩٦)

ويؤكد كل من سيسيل دي وآخرين Cecile D.L et al (٢٠١٨م) على أن التعزيز الإيجابي يعمل على تحسن عام في رد الفعل، وحجب التأثيرات السلبية للتشتت الإنفعالي، كما يتضح ذلك من التخفيضات الكبيرة في التنشيط في المناطق الأمامية والجدارية الرئيسية للمخ " Fronto Limbic"، ويكون التحدي للمستقبل هو البناء على هذه النتائج للبرامج التدريبية على أساس التعزيز والتي يمكن إستخدامها لتقليل تشتت الإنتباه العاطفي لدي الناشئين. (١٨: ٣٣٨)

ويرى محمد علاوي (١٩٩٨م) أن هذه المرحلة السنوية والتي تتراوح من (١٢: ١٥ سنة) تتميز بالحساسية الشديدة للنقص، ويبدأ الناشئ بالتخلص من الانانية الفردية التي كان يتمركز فيها نحو نفسه، حتى يحصل على مكانة في الجماعة ورضائها عنه. (١٤: ١٣٠)

وتضيف رشيدة فرين (٢٠١٧م) أنه إذا أخذنا بعض مظاهر النمو الاجتماعي وأسقطنا تعامل المدرب معها فإننا نحصل على بعض المواقف التي تؤثر سلباً على المراهق الرياضي والفريق الرياضي على حد سواء فإذا أخذنا مثلاً عامل الثقة في النفس وتأكيد الذات، فإن المدرب عليه أن يستغل هذا المظهر ويعززها فيعطى كل ناشئ علي حده أهمية لا تقل أهميته عن الآخرين، حتى لا يتزعزع ثقة في نفسه فيتراجع مردوه وإذا ترك الفريق بنفسية محبطة فسيصبح شارد غير واثق من نفسه ومن أفكاره. (٥: ١٢٨)

تتضاعف جهود الباحثين والعاملين في مجال علم التربية الرياضية في جميع الأنشطة البدنية والمهارية نحو العمل على تحسين وتطوير الأداء في نوع النشاط الرياضي الممارس، بهدف رفع مستوى الإنجاز في هذا النشاط، وإعتماداً علي كافة الأسس العلمية في علم النفس الرياضي حيث أن الإنسان لديه مجموعه من المشاعر التي تحركه وعدم وجود برنامج للتعزيز الايجابي يؤدي إلي التسرب وضياع الكثير من المواهب، وإهدار الكثير من الوقت والجهد والمال، فيجب الإهتمام بجميع العوامل التي تشكل الشخصية المتزنة بدنياً ونفسياً وإجتماعياً وعقلياً وخلقياً.

وتعد هذه الدراسات قاصرة على نوع واحد فقط من التعزيز وهو التعزيز اللفظي فكان لابد من الدمج بين مختلف أنواع التعزيز لمزيد من الإرتقاء في المستويات النفسية والمستوى الرقمي لناشئي رمى الرمح لملاحقة المستويات الدولية التي وصلت إلى مسافة (٨٠ متر) وهو اللاعب "ماري موكا" Mare Mocha عام (٢٠١٨م) ناشئ تحت ١٨ سنة، وإن الرقم المسجل في مصر تحت ١٨ سنة هو (٧٠ متر) للاعب فضل فايز، وبذلك يظهر فارق (١٠ أمتار)، لذلك كان لابد من البحث عن طرق جديدة في التدريب وعلم النفس الرياضي من أجل مواكبة التطور.

وأيضاً البحث حول الإعتقاد أن التعزيز الإيجابي عبارة عن تقديم الحلوى للأطفال أو بعض الكلمات المشجعة فقط والاقتران على الجوانب الخارجية من الدافعية كالمكافئات، وأيضاً قصور الإستخدام السابق للتعزيز الإيجابي في المجالات التعليمية على تعزيز النواحي الدراسية ولم يشمل تعزيز القدرات البدنية والذهنية للناشئين وغيرها في التدريب الرياضي بصفة عامة وفي رمى الرمح بصفة خاصة وإشعارهم بقدراتهم البدنية والذهنية التي لا يدركونها من المشاهد من خلال الواقع العملي.

ومن الملاحظ في البطولات الدولية أن الناشئين يخرجون اقصى ما لديهم والبعض الآخر يتراخى عن الأداء الأقصى له، ولهذا فإن البعض يحقق أرقام أقل من المطلوب أدائها في المنافسات الرياضية، وقد يكون نتيجة الي شعور بعض الناشئين بأن منافسه أفضل منه وعدم

تعزيز قدراته وإمكاناته وأشعاره بأفضليته ومدى قدراته المختلفة والتدريب النفسي على ذلك، ومن الناحية العملية لا يوجد برنامج للتعزيز الإيجابي في رمي الرمح للناشئين.

وإن التعديل المستمر في تكنيك المهارة يربك الناشئ، وقد يصل بهم الي إنخفاض الطموح نتيجة الي إعتقادهم بأن الناشئين الذي يشاهدوهم على مواقع شبكة المعلومات الدولية، ومحاولة تقليدهم بعض المدربين أيضا الي نقل هذه الأداءات المهارية إلي الناشئين مما يقلل من التعزيز لهم وذلك لان كل ناشئ يختلف عن الاخر في الإمكانيات البدنية والمهارية والذهنية والعمر التدريبي ، كما لاحظ الباحث ندرة برامج التعزيز الإيجابي والتي قد تؤثر تأثيراً إيجابياً في تحسين الحالة النفسية وبالتالي المستوى الرقمي المطلوب لمسابقة رمي الرمح .

- هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى محاولة التعرف على برنامج التعزيز الإيجابي وأثره على المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح.

- فروض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعه التجريبية في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح قيد البحث.

- مصطلحات البحث:

- التعزيز الإيجابي Positive Reinforcement

يعرفه محمد إسماعيل (٢٠٠٢م) التعزيز الايجابي بأنه " تقديم مثير إيجابي بعد السلوك مباشرة مما يؤدي إلي زيادة احتمال تكرار السلوك في المستقبل في المواقف المماثلة". (١٣ : ٢٧)

المستوى الرقمي لرمي الرمح Javelin Throw Record level

يعرف إسماعيل زيادة (٢٠١٨م) المستوى الرقمي لرمي الرمح بأنه " المسافة المقاسة في إنجاز الناشئ من أقرب أثر يتركه الرمح داخل أرض قطاع الرمي وحتى الحافة الداخلية لخط الرمي على أن يمتد شريط القياس عمودياً وتسجل المسافة لأقرب سنتيمتر". (٣ : ٤٤٣)

- الدراسات السابقة:

أ - الدراسات العربية :

١- أجريت سماح إبراهيم (٢٠١٢م) دراسة استهدفت التعرف على أثر التعزيز المادي في تحسين إنتباه أطفال الروضة المعرضين لخطر صعوبات التعلم، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينة (٣٠) طفل وطفلة، وكانت أدوات البحث هي قائمة الكشف المبكر عن صعوبات التعلم النمائية لأطفال ما قبل المدرسة إعداد أحمد عواد (١٩٩٤) مقياس انتباه الأطفال وتوافقهم إعداد عبد الرقيب البحيري وعفاف عجلان (١٩٩٩) مقياس للانتباه (إعداد الباحثة)، البرنامج المقترح (إعداد الباحثة)، وكانت أهم النتائج فعالية البرنامج القائم علي التعزيز في تحسين انتباه الأطفال (تنمية القدرة على متابعة شيء ما بالعين - تنمية القدرة على التمييز بين الأشياء- تنمية الانتباه البصري والذاكرة- تعلم الانتباه للأشخاص وتقليد حركاتهم ولمس أجزاء من الجسم بالتقليد) لدي أطفال المجموعة التجريبية بصورة إيجابية. (٨)

٢- أجريت إيمان منصور (٢٠١٤م) دراسة استهدفت التعرف على مدى فاعلية التعزيز الإيجابي للسلوك في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة، واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وبلغ عدد العينة (٣٠) طفلاً، وكانت أدوات البحث استخدام مقياس المهارات الاجتماعية، استمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة. (إعداد: عبد العزيز الشخص)، مقياس ستانفورد بينه الصورة الخامسة، (إعداد: صفوت فرج)، وكانت أهم النتائج وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والبعدي في تنمية المهارات الاجتماعية باستخدام برنامج أسلوب التعزيز الإيجابي للسلوك لصالح القياس البعدي. - لا توجد فروق ذات دلالة بين متوسطي درجات القياس البعدي والقياس (التبعي) في تنمية المهارات الاجتماعية باستخدام برنامج التعزيز الإيجابي للسلوك. (٤)

٣- أجريت نجلاء حسن (٢٠١٨م)، دراسة استهدفت الكشف عن تأثير برنامج تدريبي باستخدام أسلوب التدريب المتقاطع على بعض المتغيرات البيو ميكانيكية والمستوى الرقمي للاعبات رمي الرمح، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينة (٤) لاعبات رمي الرمح، وكانت الأدوات هي جهاز حاسب آلي. جهاز الرستاميتير، وكانت أهم النتائج ضرورة استخدام التدريب المتقاطع خلال فترات الإعداد الخاص والفترة الانتقالية لأهميته في تطوير القدرات البدنية والمهارية للاعبين. وعقد دورات تدريبية وتنقيفية للمدربين المتميزين حول برامج التدريب المتقاطع وآليات تنفيذ هذه البرامج من الاتحاد المصري. (١٦)

٤- أجريت نسمة حسن (٢٠١٨م) دراسة واستهدفت التعرف على فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني وأثره في تعزيز التفكير الإيجابي لدى عينة من الطلاب المتفوقين بالمرحلة الإعدادية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينه (٥٠) طالب وطالبة، وكانت أدوات البحث هي مقياس للذكاء الوجداني، ومقياس للتفكير الإيجابي، برنامج لتنمية مهارات الذكاء الوجداني، وكانت أهم النتائج زيادة حجم الأثر الذي أحدثه البرنامج التدريبي في تنمية الذكاء الوجداني وتعزيز التفكير الإيجابي لدى عينة البحث، وأيضاً عدم وجود فروق جوهرية بين القياس البعدي والقياس التبعي علي مقياسي الذكاء الوجداني والتفكير الإيجابي بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج. (١٧)

ب - الدراسات الأجنبية :

١- أجري بريندراج ساراتليا وآخرون (٢٠١٣م)، دراسة استهدفت تحديد تأثير العوامل الحركية في رمي الرمح لنجاح أفضل الرياضيين المبتدئين في بطولة أوروبا لألعاب القوى للشباب في نوفي ساد، واستخدم الباحث المنهج وصفي، وبلغ عدد العينه (١٦) رياضياً، وكانت الأدوات هي (١٧) متغيراً حركياً، وكانت أهم النتائج تتميز سرعة إطلاق الرمح بالدور الأكثر أهمية، يليها وضع الساق الداعمة الأمامية السريعة. النتائج المتوقعة ومنطقية، ويمكن استخدامها في ممارسة علم الحركة، وخاصة في عملية التعلم تقنية الرماة الشباب وفي تطوير القدرات الحركية ذات الصلة لهذا التخصص الرياضي. (٢٢)

٢- أجري شتاينهوفر، كاترينا (٢٠١٩م)، دراسة استهدفت كيفية تأثير استخدام استراتيجيات التعزيز الإيجابي، والثناء الخاص بالسلوك، على سلوك الطلاب، وكيف يؤثر الثناء الخاص بالسلوك في الفصل على تواتر السلوكيات التخريبية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينه (١٠) طلاب، وكانت الأدوات هي لثناء الخاص بالسلوك باستخدام تطبيق الفاصل الزمني على هاتف المعلم الخلوي، وكانت أهم النتائج ادي البرنامج المصمم الي خفض السلوكيات التخريبية. (٢١)

- إجراءات البحث:

أ- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وذلك بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية باستخدام القياس القبلي والبعدي لمناسبه لطبيعة البحث .

ب - مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث من ناشئي رمي الرمح بالمرحلة الإعدادية بالمدرسة الرياضية بمحافظة بورسعيد.

ج - عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على طلبة المدرسة الرياضية ببورسعيد بالمرحلة الإعدادية للعام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م، وبلغ عددهم (٣٠) ناشئي، وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم الى (١٠) ناشئين للمجموعة التجريبية و(١٠) ناشئين للمجموعة الضابطة بالإضافة الي (١٠) ناشئين للتجربة الإستطلاعية.

وقد قام الباحث بالتأكيد على مدي إعتدالية توزيع أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في ضوء المتغيرات التالية: " السن - الطول - الوزن-العمر التدريبي" والمتغيرات البدنية المهارية (المستوى الرقمي) وجدول (١) يوضح ذلك:

جدول (١)

توصيف عينة البحث

البرنامج المتبع	العينة		
	النسبة	العدد	نوعها
	٣٣,٣%	(١٠) ناشئين	عينة البحث الاستطلاعية
بدون استخدام برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح	٣٣,٣%	(١٠) ناشئين	المجموعة الضابطة
استخدام برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح	٣٣,٣%	(١٠) ناشئين	المجموعة التجريبية
	١٠٠%	(٣٠) ناشئي	المجتمع الكلي

د - تجانس وتكافؤ العينة:

- تجانس مجموعتي البحث في معدلات النمو:

قام الباحث بإجراء التجانس لعينة البحث عن طريق حساب معامل الإلتواء للتأكيد على مدي إعتدالية توزيع افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في ضوء المتغيرات التالية: " السن - الطول - الوزن-المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح لأقرب ٢/١ متر" ويوضح جدول (٢) ذلك:

جدول (٢)

معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في
الطول والوزن والسن والمستوى الرقمي

$$10 = 2 = 1 \text{ ن}$$

م	بيانات إحصائية المتغيرات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية	
		المتوسط	الانحراف المعياري	الالتواء	المتوسط	الانحراف المعياري
١.	الطول / لأقرب سم	١٦٨,٢	٦,٥٢٩	٠,٣٠٨	١٧٣,٩٠	٦,٣٦٧
٢.	الوزن / لأقرب ٢/١ كجم	٦٠,٥٠٠	٨,١٨٢٠	٠,٠٩٠	٦١,٨٠٠	١٠,٦٨٥٤
٣.	السن / لأقرب سنة-يوم	١٢,٩٠٠	٠,٥٦٧٦	٠,٤٧٨	١٢,٨٠	٠,٤٧١٤
٤.	المستوى الرقمي / لأقرب ٢/١ متر	٢٧,٣٠٠	٥,٧١١٨	٠,١٣٨-	٣١,٥٠٠	٤,٢٧٥٣

يتضح من جدول (٢) إلى أن معاملات الالتواء لمتغيرات الطول والوزن والسن والعمر والمستوى الرقمي لأقرب نصف متر عينة البحث تنحصر بين (±٣) مما يوضح أن المتغيرات تتوزع توزيعاً اعتدالياً.

هـ - تكافؤ مجموعتي البحث في معدلات النمو:

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في ضوء المتغيرات التالية: السن-الطول-الوزن-العمر التدريبي-وضبط التعزيز الداخلي-الخارجي-المستوى الرقمي لأقرب نصف متر، وكذلك بتطبيق اختبار (ت) كما هو موضح بجدول (٣) الآتي:

جدول (٣)

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في ضوء متغيرات البحث "السن والطول والوزن والعمر التدريبي والمستوى الرقمي لأقرب نصف متر"

$$10 = 2 = 1 \text{ ن}$$

م	بيانات إحصائية المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفروق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري			
١-	الطول / لأقرب سم	١٦٨,٢٠	٦,٥٢٩	١٧٣,٩٠	٦,٣٦٧	٥,٧٠٠-	١,٩٧٧-	غير دالة
٢-	الوزن / لأقرب ٢/١ كجم	٦٠,٥٠٠	٨,١٨٢٠	٦١,٨٠٠	١٠,٦٨٥٤	١,٣٠٠٠-	٠,٣٠٥-	غير دالة
٣-	السن / لأقرب سنة-يوم	١٢,٩٠٠	٠,٥٦٧٦	١٢,٨٠	٠,٤٧١٤	٠,١٠٠٠-	٠,٤٢٩-	غير دالة
٤-	المستوى الرقمي / لأقرب ٢/١ متر	٢٧,٣٠٠	٥,٧١١٨	٣١,٥٠٠	٤,٢٧٥٣	٤,٢٥٠٠	١,٨٨٤	غير دالة

يتضح من جدول (٣) أن قيمة (ت) المحسوبة غير دالة إحصائياً ويعنى ذلك أن الفروق بين المجموعتين في المقياس غير حقيقية مما يدل على تكافى مجموعتي البحث.

أدوات البحث (وسائل جمع البيانات):

تم جمع البيانات الخاصة بالبحث عن طريق تحديد الأدوات والوسائل التي تقيس وتساعد في قياس العوامل التابعة في موضوع البحث كما يلي:

أ- القياسات الخاصة بمعدلات النمو:

- السن (بالرجوع الي تاريخ الميلاد من واقع سجلات المدرسة).
- الطول باستخدام شريط القياس.
- الوزن باستخدام الميزان الطبي.

ب- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

- ساعة إيقاف حساسية ١/١٠٠ من الثانية
- صافرة
- ميزان طبي لقياس الوزن لا قرب ١/٢ كجم
- سبورة
- جهاز كومبيوتر ثابت ومحمول
- جوائز
- استمارة جمع البيانات . مرفق (٤)
- ميداليات
- شريط قياس لقياس الطول
- أرماح زنة (٤٠٠ جرام)
- أقماع رياضية

ج- المسح المرجعي:

تم المسح المرجعي قبل القيام بإعداد استمارة استطلاع رأي الخبراء ، وتحديد زمن الجلسات الخاصة ببرنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح .

د- استطلاع رأي الخبراء :

قام الباحث باستطلاع رأي الخبراء في مجال التربية الرياضية في الفترة من ٢٥/١١/٢٠١٨م الي ٢٥/١٢/٢٠١٨م وذلك بهدف تحديد الاتي:

- تحديد محاور - وجلسات برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح. مرفق (٢)، (٣)
- وقد راعى الباحث الشروط التالية عند اختيار الخبير: (شروط الخبير)
- المديرين الفنيين بالاندية الرياضية الكبرى في بورسعيد.
- المدير الفني للمشروع القومي للناشئين والموهبة والبطل الأولمبي.

- الا تقل سنوات الخبرة للخبير عن (١٠) سنوات كأستاذ جامعي سواء في علم النفس أو ألعاب القوى. مرفق (١)

هـ- المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح:

وزن الرمح (٤٠٠) جرام، ويتم اتباع التعليمات بقانون رياضة رمح الرمح من الاتحاد الدولي لألعاب القوى (IAAF) مشابهة إلى البطولات الرسمية. مرفق (٥)

- بناء وإعداد برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح:

يعتبر برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح المقترح هو المحور الأساسي والرئيس الذي يدور حول موضوع البحث الحالي وعملية إعداد البرنامج مرت بمراحل عديدة قبل أن تظهر في صورتها النهائية وتمثلت هذه المراحل فيما يلي:

١- مرحلة القراءة والاطلاع:

تم الاطلاع على العديد من المراجع البحوث والدراسات التي إهتمت بمجال التعزيز الإيجابي مثل سماح إبراهيم (٢٠١٢م) (٨)، إيمان منصور (٢٠١٤م) (٤) نجلاء حسن (٢٠١٨م) (١٦)، نسمة حسن (٢٠١٨م) (١٧) شتاينهوفر، كاترينا (٢٠١٩م) (٢١)، كما قام بإجراء المسح المرجعي، وأستعان بالمقابلة الشخصية مع مدربين ألعاب القوى، ثم وضع تخطيط عام للبرنامج، لتحديد الأهداف، والحدود الإجرائية المتبعة في البرنامج والوحدات الخاصة به وفي نهاية المطاف تم إستطلاع رأي الخبراء حول المحاور والجلسات للبرنامج.

٢- مرحلة التحليل:

تم الاطلاع علي المراجع والدراسات السابقة وذلك لدراسة الفئة التي سيتم تطبيق البرنامج التعزيز الإيجابي لرمي الرمح والخاصة بمحتوي المحاور والجلسات قيد البحث (ناشئي رمي الرمح بالمرحلة الاعدادية بالمدرسة الرياضية الإعدادية الثانوية بنين)، وذلك من أجل التعرف على خصائص النمو بقدراتهم من أجل توفير الفرص التعليمية المناسبة لهم تبعا لإمكاناتهم وقدراتهم الفردية، وأيضا معرفة كافة الأسس والمبادئ التي تبني عليها البرنامج.

٣- مرحلة التصميم والإعداد:

تم وضع الهيكل العام للبرنامج من حيث التسلسل المنطقي له وذلك بعد أن قام بإعداد محتوى البرنامج قيد البحث وتجهيزه وذلك لإجراء عملية البرمجة وذلك من خلال الخطوات الآتية:

أ- تحديد عنوان البرنامج:

برنامج التعزيز الإيجابي وأثره على المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح.

ب- الأهداف العامة للبرنامج:

يهدف البرنامج للتعزيز الإيجابي إلى رفع مستوى التعزيز الداخلي من أجل تحقيق الارتقاء بالمستوى الرقمي لناشئين في رمي الرمح قيد البحث وتعزيز القدرات الخاصة بهم بمختلف أنواعها سواء البدنية أو النفسية أو الخلقية أو الإنفعالية، وإشعارهم بمستوى التقدم الذي وصوا إليه وتعزيز ذلك التقدم، وذلك لناشئ المرحلة الإعدادية من خلال مساعدتهم على التعرف على الجوانب الإيجابية وتعزيزها.

ج- الأهداف الإجرائية للبرنامج:

تحدد الأهداف الإجرائية للبرنامج من خلال التعزيز الإيجابي لقدرات البدنية والمهارية والنفسية والمعرفية وللجوانب الدينية ودروة في الثقة في تعزيز الثقة بالنفس والقدرات البشرية والتعزيز بقدرات المدرب الرياضي في عقل اللاعبين، وللنواحي الخاصة بالتغذية وامكانات الدولة في قدرتها على دعمهم لمواجهة اللاعبين الأجانب واستخدام الإمكانيات والأدوات بطريقة علمية سليمة ولقدرات الإدارة الرياضية والنظرة الإيجابية لها من أجل الارتقاء بناشئ رمي الرمح .

- تحديد المحتوى العلمي للبرنامج:

تعتبر عملية تحديد المحتوى العلمي من أصعب خطوات بناء البرنامج، وتتمثل الصعوبة في اختيار المعلومات المرتبطة بالتعزيز الإيجابي ورمي الرمح قيد البحث من محاور وجلسات وانماط للتعزيز، بما يسهم في تحقيق أهداف البرنامج، وفي النهاية قام الباحث بعرض المحاور والجلسات وإستطلاع رأي الخبراء حولها وقد راعي الباحث ان يكون المحاور والجلسات:

١. مرتبطاً بالأهداف التي يسعى البرنامج إلى تحقيقها.
٢. صادقاً وله دلالاته.
٣. متوازناً بين شموله وعمقه.
٤. متتابعاً ومستمرّاً ومتكاملاً.
٥. مراعيّاً للدقة العلمية.
٦. ملائماً لخبرات المبتدئين وحاجاتهم وقدراتهم.

من ثم أمكن إختيار محتوى البرنامج مكوناً من:

١. المحاور: هي عبارة عن المكون الرئيس للبرنامج.
٢. الجلسات: هي المكون الفرعي للبرنامج.
٣. أنماط التعزيز: الأداة المستخدمة.

وقد راعي الباحث ان يكون المحتوي:

١. متناسباً مع الناشئين.
 ٢. مرتبطاً بأهداف البرنامج المراد تحقيقها.
 ٣. متسماً بالبساطة والسهولة في التعزيز الرأسي والأفقي.
 - ٤- أنماط التعزيز بصورة مجمعة:
- وقد استعان الباحث لأنماط التعزيز المجمع كما وضعها عصام سيد (٢٠١٩م) والتي تتمثل في:
١. **التعزيز الأولي:** استخدام أنواع المعززات (المثيرات) التي تؤدي إلي زيادة وتقوية السلوك بدون خبرة سابقة أو بطريقة طبيعية.
 ٢. **تعزيز النشاط:** قيام المعلم بتعزيز السلوك الأكثر تفضيلاً لدي التلميذ (أقرب الي المرحلة السنوية لدي الباحث)، في حين تجنب تعزيز السلوك الأقل تفضيلاً.
 ٣. **التعزيز المادي:** دعم سلوكيات التلاميذ المرغوبة بتقديم أشياء يحبونها مثل الألعاب، القصص المواد الغذائية، الجوائز النقود.
 ٤. **التعزيز المعنوي:** قيام المعلم بمدح التلاميذ ، والثناء عليهم عند قيامهم بسلوكيات وأنشطة جيدة.
 ٥. **التعزيز الرمزي:** استخدام المعلم النقاط والنجوم والشارات لتعزيز الطلب على سلوكياتهم.
 ٦. **التعزيز اللفظي:** استخدام المعلم كلمات مثل (أحسننت - ممتاز - جيد -صحيح -ممكن مقبول-مدهش.... إلخ) لتعزيز إجابة التلميذ الصحيحة على الأسئلة المطروحة.
 ٧. **التعزيز غير اللفظي:** استخدام المعلم الإبتسامة للتدليل علي دقة الإجابة أو سلامة فكرة التلميذ، أو إيمائه برأسه للموافقة على الإجابة.
 ٨. **التعزيز الفوري:** قيام المعلم بتعزيز السلوك الصادر عن التلميذ عقب الإنتهاء من الاستجابة، وقد يكون مادياً أو معنويات أو غير لفظياً.
 ٩. **التعزيز المؤجل:** تعزيز المعلم السلوك الصادر من التلميذ بعد فترة من الوقت.
 ١٠. **التعزيز المباشر:** تقديم التعزيز للتلميذ القائم بالسلوك المرغوب أو النشاط المؤدي بطريقة سليمة.
 ١١. **التعزيز غير المباشر:** قدرة المعلم علي لفت إنتباه التلاميذ عند تقديمه لتعزيز أحد زملائهم.
 ١٢. **التعزيز المقيد:** تعزيز المعلم الأجزاء المقبولة فقط من سلوكيات التلاميذ ، أو تعزيز بعض المحاولات بذاتها مع ترك بعض المحاولات الأخرى.
 ١٣. **التعزيز الحر:** قيام المعلم بتعزيز سلوك التلميذ بصورة كلية، دون التفاضلي عن أي سلوك.

١٤. **التعزيز المتواصل:** تعزيز السلوك المناسب من التلاميذ في كل مرة يحدث فيها.
١٥. **التعزيز المتقطع:** تعزيز السلوك المناسب الصادر عن التلاميذ في بعض الأحيان.
١٦. **التعزيز الفردي:** تقديم التعزيز للتلميذ القائم بالسلوك بصورة منفردة سواء بإيجاب أو بالسلب.
١٧. **التعزيز الجماعي:** تقديم التعزيز لمجموعة من التلاميذ عند تعاونهم، ومشاركتهم في القيام بنشاط أو أداء معين .

- ومن أسباب اختيار أنماط التعزيز بصورة مجمعة

١. تراكمية البناء .
٢. التوثيق العلمي والأصالة.
٣. الشمولية حيث شملت جميع نواحي العينة حيث إن مصطلح طالب تشمل كلمة ناشئي، حيث ان التربية الرياضية جزء من التربية. (١١ : ٢٠)
- ٥- **أسس إعداد البرنامج:**

١. مراعات السمات الخاصة بالعينة قيد البحث وخصائص المرحلة السنية.
 ٢. تناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
 ٣. أن يتسم البرنامج بالأمان، والاستمرارية، والتتابع، والتكامل.
 ٤. اختيار نوعية الفنيات التعزيزية التي تحقق اهداف البحث.
 ٥. ان يعمل محتوى كل وحدة على تحقيق أهداف البحث.
 ٦. ان يتسم بالمرونة مع مراعاة التنوع في جلساته الفنية، مما يزيد من عامل التشويق لدى الناشئين.
 ٧. مراعاة المبادئ العامة في طريقة عرض البرنامج على الناشئين مثل التدرج من السهل الي الصعب ومن الجزء الي الكل ومن المعلوم الي المجهول.
 ٨. مراعاة عدم تشتيت الناشئين بمعلومات كبيرة، بل التركيز على تبسيط المعلومات وتركيزها.
- ٦- **محاور برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح:**

هذه المحاور الأساسية التي تم التوصل إليها والتي في حاجة الي تعزيزها للناشئين في رمي الرمح (عينة البحث):

١. **المحور الأول** التعزيز الإيجابي للقدرات البدنية لدى الناشئين في رمي الرمح.
٢. **المحور الثاني** التعزيز الإيجابي للقدرات مهارية لناشئي رمي الرمح.
٣. **المحور الثالث** التعزيز الإيجابي للقدرات النفسية لناشئي رمي الرمح.

٤. المحور الرابع التعزيز الإيجابي للنواحي الخاصة بالتغذية لناشئي رمى الرمح.
 ٥. المحور الخامس تعزيز إيجابي لإمكانات الدولة في قدرتها على دعمه لمواجهة اللاعبين الأجانب.
 ٦. المحور السادس التعزيز الإيجابي لاستخدام الإمكانيات والأدوات بطريقة ونظرة إيجابية.
 ٧. المحور السابع تعزيز إيجابي لقدرات المعرفية لناشئي رمى الرمح.
 ٨. المحور الثامن تعزيز إيجابي لقدرات الإدارة الرياضية والنظرة الإيجابية لها.
 ٩. المحور التاسع التعزيز الإيجابي للجوانب الدينية ودروة في الثقة في تعزيز الثقة بالنفس والقدرات البشرية.
 ١٠. المحور العاشر تعزيز قدرات المدرب الرياضي المحلى ليكون أفضل من المدربين الأجانب في منظور الناشئين.
- ٧- جلسات برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمى الرمح:
- ولتعزيز المحاور السابقة تم التوصل الي الجلسات التالية:
١. جلسة عن امثلة في رمى الرمح للاعبين مصريين وأجانب في رمى الرمح.
 ٢. جلسة لشرح والتأكيد لإمكانية تنمية عناصر اللياقة البدنية.
 ٣. جلسة لتوزيع الجوائز للناشئين الذين أبدوا تحسن في الأداء البدني عن مستوى النقدم الذي وصل اليه الناشئين.
 ٤. جلسة لعرض فيديوهات لتبين أحدث ما توصل إليه طرق التدريب لعناصر اللياقة البدنية.
 ٥. جلسة لتوضيح لاعب متميز في رمى الرمح لعرض التحسن الذي من الممكن أن يحدث نتيجة إلى التدريب الرياضة لعناصر اللياقة البدنية.
 ٦. عرض فيديوهات على اللاعبين وإظهار نواحي القوة لكل لاعب وتوزيع الهدايا على النواحي المهارية التي يبديها اللاعبين في الفيديوهات التي تم تصويرها.
 ٧. عرض الفيديوهات على مواقع التواصل الاجتماعي بعد اختيار أفضل الفيديوهات لكل لاعب من أجل تعزيز نفسه، مع كتابة كلمات تعزيزية على الفيديو.
 ٨. شرح مدى التقدم الذي وصلت إليه مصر في رمى الرمح باستخدام الفيديو.
 ٩. القيام بعمل التصور العقلي للاعبين بغرض أداء الرمية على صورة واحدة دون تجزئة أو حدوث الوقوف في أي مرحلة من مراحل الرمي.

١٠. شرح الرمية في رمى الرمح بالطريقة الكلية ومحاولة إزالة التعقيدات في التكنيك عن طريق أداء المحاولة لمرة واحدة دون تجزئة.
١١. عزل التصورات لدى كل ناشئ في تقليد اللاعبين الأجانب عندما يشاهدوا اللاعبين الدوليين على الإنترنت وإقناع الناشئ بان له تكنيك يختلف عن أي لاعب آخر وهو التكنيك الذي يشعر بالراحة في أدائه حتى يحدث الربط الحركي.
١٢. جوائز للاعبين الذين يؤدون الرمية على مرة واحدة دون تقطيع أو تردد.
١٣. شرح أهمية القدرات النفسية.
١٤. عرض للقدرات النفسية المميزة للاعبين الدوليين.
١٥. عرض وشرح للقدرات النفسية المميزة التي تظهر من اللاعبين اثناء التدريب وتوزيع الجوائز على اللاعبين الذين يبداوا نواحي نفسية وأخلاقية ملائمة.
١٦. جلسة عما يكون فطري من قدرات نفسية إيجابية وتأثيرها على الأداء الرياضي وفي الحياة العامة.
١٧. التأكيد على اللاعبين اثناء التدريب بان لديهم قدرات نفسية توهمهم للمزيد من التقدم وذلك بعد الأداء بصورة مميزة.
١٨. شرح مدى أهمية ملائمة التغذية ودورها في الارتقاء بالمستوى الرقمي.
١٩. شرح لأهمية الفيتامينات والمكملات الغذائية الطبيعية والمصرح بها من وزارة الصحة وتأثيرها في الإرتقاء بالنواحي النفسية والبدنية، وبالتالي المهارة وفي النهاية الارتقاء بالمستوى الرقمي، وذلك تحت إشراف طبي.
٢٠. تعزيز عدم تناول الأطعمة مجهولة المصدر والتي من الممكن أن تؤدي إلى الإصابة بالأمراض.
٢١. تعزيز النواحي العلمية في التربية الرياضية وعرض لأهم الأبحاث التي تم التوصل لها في جمهورية مصر العربية وفي العالم.
٢٢. شرح للإمكانات التي من الممكن أن توفرها الدولة في حالة الوصول إلى مستوى معين.
٢٣. عرض لأهم الإنجازات التي تم تحقيقها بواسطة مصريين في مختلف المجالات.
٢٤. شرح الأدوات المتوفر وكيفية استخدامها في أكثر من عرض.
٢٥. التوعية بطريقة طلب الأدوات والأجهزة من إدارة النادي أو المؤسسة بطريقة سليمة.

٢٦. التأكيد على أهمية استخدام شبكة المعلومات الدولية بطريقة سليمة وكيفية البحث فيها، والمخاطر التي من الممكن أن يتعرض لها أثناء تلقي المعلومات المغلوطة.
٢٧. شرح لأهم المواقع الالكترونية في رمى الرمح.
٢٨. عمل ورشة عمل وطلب من كل ناشئي شرح مايعرفه إلى زملائه بدون تحضير مع تصحيح المعلومات بواسطة المدرب والبحث وإعطاء الهدايا إلى الذي يقوم بأداء المعلومات بطريقة سليمة.
٢٩. عرض نماذج إيجابية للإدارة الرياضية في مختلف النواحي.
٣٠. عرض نماذج من الابطال الذي تم إخراجها من قبل المدرسة.
٣١. تلاوة مستوى التحسن على مسامع الناشئين والقيام بالتعزيز لهم.
٣٢. إعطاء نصائح الرسول عليه الصلاة والسلام من أجل إعلاء الهمة.
٣٣. عرض نماذج من الصحابة والتابعيين في علو الهمة.
٣٤. شرح أهمية العمل والاجتهاد في الإسلام.
٣٥. شرح للجزاء من الله لمن يعمل بأداء حسن وأثرة على الناشئ في الدنيا والآخرة.
٣٦. القيام بتوزيع شهادات التقدير على الناشئين المتميزين، وذلك بعد القيام بعمل تقييم في نهاية كل وحدة تدريبية.

٨- محتوى برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح:

جدول (٣٣) محتوى برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح


رقم الجلسة	المحور التابع له الجلسة	النمط المستخدم	رقم الجلسة	المحور التابع له الجلسة	النمط المستخدم
١	المحور الأول	الأولي	١٩	المحور الرابع	الأولي
٢	المحور الأول	الأولي	٢٠	المحور الرابع	الأولي
٣	المحور الأول	النشاط	٢١	المحور الخامس	المؤجل
٤	المحور الأول	المؤجل	٢٢	المحور الخامس	المؤجل
٥	المحور الأول	غير المباشر	٢٣	المحور الخامس	المؤجل
٦	المحور الثاني	النشاط	٢٤	المحور الخامس	مؤجل
٧	المحور الثاني	الحر	٢٥	المحور السادس	سليبي (وقائي)
٨	المحور الثاني	غير اللفظي	٢٦	المحور السابع	المؤجل
٩	المحور الثاني	الحر	٢٧	المحور السابع	المتواصل
١٠	المحور الثاني	بدون	٢٨	المحور السابع	مؤجل
١١	المحور الثاني	الجماعي	٢٩	المحور الثامن	مؤجل
١٢	المحور الثاني	الجماعي	٣٠	المحور الثامن	الرمزي
١٣	المحور الثالث	المؤجل	٣١	المحور الثامن	مؤجل
١٤	المحور الثالث	الأولي	٣٢	المحور التاسع	مؤجل
١٥	المحور الثالث	النشاط	٣٣	المحور التاسع	الرمزي
١٦	المحور الثالث	الحر	٣٤	المحور التاسع	مؤجل
١٧	المحور الثالث	المؤجل	٣٥	المحور التاسع	مؤجل

رقم الجلسة	المحور التابع له الجلسة	النمط المستخدم	رقم الجلسة	المحور التابع له الجلسة	النمط المستخدم
١٨	المحور الرابع	الموئل	٣٦	المحور العاشر	النشاط - الحر.

٩- نموذج جلسة من برنامج التعزيز الإيجابي لناشئي رمي الرمح:

جدول (٣٤)

نموذج لجلسة تدريبية للمجموعة التجريبية

ملاحظات	الاولى	رقم الجلسة
	الاولى	رقم الوحدة
	التعزيز الإيجابي للقدرات البدنية لدى الناشئين في رمي الرمح. التهدئة والختام	الهدف
	التعزيز الإيجابي للقدرات البدنية لدى الناشئين في رمي الرمح	المحور
	جلسة عن أمثلة في رمي الرمح للاعبين مصريين وأجانب في رمي الرمح (١٥:١٥ق)	اسم الجلسة
	التعزيز الأولي: استخدام أنواع المعززات (المثيرات) التي تؤدي الي زيادة وتقوية السلوك بدون خبر سابقة أو بطريقة طبيعية	زمن الجلسة
	بعد الإنتهاء من الجزء (البدني - المهاري-الخططي). - تجميع الناشئين. - استخدام نمط التعزيز الأولي عن طريق استخدام أنواع المعززات (المثيرات) التي تؤدي الي زيادة وتقوية السلوك بدون خبرة سابقة أو بطريقة طبيعية مدح المستوي البدني للناشئين. - عرض باستخدام العرض Data Show عرض للقدرات البدنية الخاصة ببعض اللاعبين الدوليين، أمثال: Jan Železný (يان جيليزلي)	نمط التعزيز
	الخطوات	
		
	عن طريق عرض فيديو لكل ناشئ والتعزيز على سرعة الاقتراب قدرتهم الانفجارية في مرحلة التخليص،	

المرونة الخاصة بهم والرشاقة.

- الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية بعد اخذ القياسات الطول والوزن والسن والعمر التدريبي والمستوى الرقمي لعينة البحث، وتم اجراء الدراسة الاستطلاعية في ٢٠/١/٢٠١٩م وتم شرح الهداف من البحث وكيفية الأداء السليم لأداء برنامج التعزيز الإيجابي والتأكد من سلامة الأجهزة والأدوات ومناسبة البرنامج للناشئين وتدريب المساعدين على القيام بواجباتهم، ومناسبة المقياس للعينة ومدى ملاءمته لهم.

- الإجراءات التطبيقية للبحث:

أ - القياس القبلي:

تم إجراء القياسات القبلي على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية قبل تطبيق البرنامج للتعرف على المستوى الرقمي لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في يوم السبت الموافق ٩/٢/٢٠١٩م.

ب- الدراسة الأساسية:

تم تطبيق هذه الدراسة على مدار (١٢) أسبوع في الفترة من يوم الأحد الموافق ١٠/٢/٢٠١٩م إلى يوم الخميس الموافق ٢/٥/٢٠١٩م وبواقع فترة نشاط واحدة أسبوعياً لكل

مجموعة على عينة قوامها (٢٠) ناشئاً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين قوام كل منهما (١٠) ناشئاً كما يلي:

- ١- المجموعة الأولى (الضابطة) باستخدام أسلوب الأوامر وفقاً لمنهاج التربية الرياضية بدليل المعلم لتلاميذ الصف الأول الإعدادي (يوم الأحد من كل أسبوع).
- ٢- المجموعة الثانية (التجريبية) باستخدام برنامج التعزيز الإيجابي (الجلسات التعليمية) (الثلاثاء من كل أسبوع).

- وقد قام الباحثون بعمل تدوير للمجموعات الضابطة والتجريبية في كل أسبوع من أسابيع تطبيق البرنامج وكذلك في توقيتات مختلفة من الحصص بحيث لا يوجد تمييز لمجموعة عن مجموعة في الأيام ولا في التوقيت مما يجعل التجربة متساوية في الضبط العلمي لمتغير الزمن وعدم تحيز الباحث لمجموعة عن الأخرى .

ج - القياس البعدي:

تم إجراء القياسات البعدية على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، حيث تم تقييم البرنامج وقياس المستوى الرقمي لناشئي الرمح ، ثم مقارنة نتائج أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي، ثم مقارنة نتائج المجموعة الضابطة بنتائج المجموعة التجريبية في القياس البعدي وذلك يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٥/٤م.

- الأساليب الإحصائية:

للتحقق من أهداف البحث واختبار الفروض، تم استخدام جهاز الحاسب الآلي بواسطة البرنامج الإحصائي للعلوم الإجتماعية (SPSS) Statistic Program For Social Science وذلك باستخدام:

- الارتباط الخطى البسيط (بيرسون)
- الوسط الحسابي
- إختبار (ت) للفرق بين عينتين مستقلتين
- الإنحراف المعياري
- إختبار (ت) للفرق بين عينتين غير مستقلتين
- المنوال
- إختبار ألفا كرو نباخ.
- الإنحدار الخطى المتعدد وهو يعبر عن علاقة ما بين المتغير التابع (ص) وعدد من المتغيرات المستقلة (س ن) ومدى تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع من خلال ميل خط الإنحدار.

ويتكون النموذج الإنحدار من المعادلة التالية/ ص = أ + ب ١ (س ١) + ب ٢ (س ٢) +

- المتغير التابع ويرمز له ب ص

- المتغير المستقل ويرمز له بـ س
- الجزء الثابت والذي يعبر عن قيمة ص عندما تكون قيمة س تساوي صفر ويرمز له بـ أ
- ميل خط الإنحدار ويرمز له بـ ب

- عرض ومناقشة النتائج:

- عرض نتائج الفرض الأول:

جدول (٣٩)

قيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة
في المستوى الرقمي لناشئي رمى الرمح قيد البحث

(ن=١٠)

نوع القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبارات	درجات الحرية	الدالة الإحصائية
القياس القبلي	٢٧.٣٠٠٠	٣.٢٦٧٦٩	١٦.٧٤٥-	٩	دالة إحصائية
القياس البعدي	٣٠.٨٠٠٠	٢.٨٥٩٦٨			

يتضح من نتائج جدول (٣٩) فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الإنجاز الرقمي لناشئي رمى الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث لها أكبر متوسط (٣٠.٨٠٠٠) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (-١٦.٧٤٥) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٤.٥٨٧) عند (٠.٠٥).

- مناقشة نتائج الفرض الأول:

يعزى الباحث تقدم المجموعة الضابطة في القياس البعدي إلى تأثير الممارسة والتدريب على الأداء الذي يؤدي إلى حدوث التقدم، إذ أن ممارسة المجموعة الضابطة لعملية التعليم باستخدام الأسلوب المتبع داخل المدرسة، والذي يعتمد على الشرح النظري وأداء النموذج العملي للمهارات المطلوب تعلمها وإصلاح الأخطاء والتوجيه المستمر كل هذه العوامل يمكن أن يكون لها دور ملحوظ في حدوث تحسن في مستوى وكفاءة الأداء بالنسبة لتلاميذ المجموعة الضابطة، ثم يقوم المعلم بطريقة التقديم النظري للمتعلمين مما يؤدي إلي اكتساب التلاميذ معلومات ومعارف عن المهارة فتعمل هذه المعلومات على زيادة معرفتهم بالمهارة ومراحلها الفنية كذلك كيفية الأداء وكذلك تؤثر على الأداء الحركي نفسه.

حيث تؤكد كل من زكية إبراهيم، وآخرين (٢٠٠٢م) أن التدريس باستخدام الطريقة المتبعة يؤدي إلى زيادة مستوى التلميذ نتيجة للممارسة والأداء المتكرر أثناء عملية التعلم مما يؤدي إلى اكتساب التلاميذ معلومات ومعارف عن المهارة المتعلمة (٦: ٨٠)

ومن ناحية أخرى فإن تعلم تلاميذ المجموعة الضابطة بصورة جماعية قد دفعهم للمزيد من بذل الجهد لمحاولة التفوق وبالتالي قدرتهم على أداء المهارات الأساسية بصورة أفضل ، كما يعزي الباحثون التقدم في مستوى الأداء في المجموعة الضابطة إلى تأثير البرنامج التعليمي المتبع وما يحتويه من خطوات تعليمية للمهارة ، والتدريبات البدنية التي تخدم هذه المهارة، وكذلك الأدوات المساعدة في التعليم، وأيضاً التشابه في البيئة التعليمية بين المجموعة الضابطة والتجريبية.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من سماح إبراهيم (٢٠١٢م) (٨) ونجلاء حسن (٢٠١٨م) (١٦) ، وبريدراج ساراتليا وآخرون (٢٠١٣م) (٢٢) ، وشتاينهوفر، كاترينا (٢٠١٩م) (٢١) ، والتي أشارت جميعها إلى أن الأسلوب المتبع (أسلوب الأوامر) ساهم بطريقة ايجابية في تعلم المجموعة الضابطة .

وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المستوى الرقمي لناشئ رمى الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.

- عرض نتائج الفرض الثاني:

جدول (٣٨) قيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في الإنجاز الرقمي لناشئ رمى الرمح قيد البحث

(ن=١٠)

نوع القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبار ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
القياس القبلي	٣١.٥٠٠	٢.٩٤٣٩٢	٣٥.٣٥٠-	٩	دالة إحصائية
القياس البعدي	٣٥.٥٠٠	٣.٠٦٤١٣			

يتضح من نتائج جدول (٣٨) فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإنجاز الرقمي لناشئ رمى الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث

لها أكبر متوسط (٣٥.٥) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (-٣٥.٣٥٠) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٢.٢٢٨) عند (٠.٠٥) وبذلك توجد فروق ذات دلالة احصائية.

- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

ويرجع الباحث التحسن الحادث في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح لبرنامج التعزيز الإيجابي واتفقت هذه النتائج مع ما أشار إليه رأي عزت الكاشف (١٩٩٩م) نقلاً عن فرانكلين Franklen أن الفرد الرياضي يمتلك مخزوناً هائلاً من القدرات، والتي تكبح من خلال توافر حافز نفسي عالي، والمسابقات والتي تعتبر مجالاً حقيقياً وطبيعياً لإظهار قدرات الفرد النفسية وغيرها، ومن ثم فإنها مجال لتحديد الأسباب الكامنة وراء تدني أو إنخفاض معدلات الأداء البدني والمهاري والخططي، والتي تتضح في الحاجز النفسي، فأحياناً يقنع أحد الناشئين ذاته باستحالة فوزه وتحقيقه لرقم جديد في الوثب العالي مثلاً المشترك فيها ناشئ آخر متفوق في تلك المسابقة بالتأثر بالهواجس، فبعض الناشئين يعتقدون أنهم غير مهئين لتحقيق رقم أو مستوى في تلك البطولة مما يترتب عليه عدم تحقيق للإنجاز المتوقع منهم. (١٠: ١٠٧)

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من دراسة سماح إبراهيم (٢٠١٢م) (٨) ونجلاء حسن (٢٠١٨م) (١٦) ونسمة حسن (٢٠١٨م) (١٧)، وبريدراج ساراتليا وآخرون (٢٠١٣م) (٢٢)، وشتاينهورفر، كاترينا (٢٠١٩م) (٢١) والتي أشارت إلى أن برامج التعزيز الإيجابي كان لها تأثير إيجابي على ناشئ رمي الرمح لصالح القياس البعدي.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.

- عرض نتائج الفرض الثالث:

جدول (٤٠)

قيمة (ت) للفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية

في المستوى الرقمي لناشئي رمي الرمح قيد البحث

(ن=١٠)

نوع القياس	المتوسط	العدد	الانحراف المعياري	اختبار ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
مجموعة ضابطة	٣٠.٨٠٠٠٠	١٠	٢.٨٥٩٦٨	٣.٥٤٦-	١٨	دالة إحصائية
مجموعة تجريبية	٣٥.٥٠٠٠٠	١٠	٣.٠٦٤١٣			

ينضح من نتائج جدول (٤٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعه التجريبية في الإنجاز الرقمي، حيث لها أكبر متوسط (٣٥.٥)، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (-٣.٥٤٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٤.٥٨٧) عند (٠.٠٥) وبذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

وبذلك تم التأكد أن التحسن في المستوى الرقمي يرجع إلى برنامج التعزيز الإيجابي المتغير المستقل لأن المجموعة التي تعرضت للبرنامج أظهرت تفوق في المستوى الرقمي ويتفق مع سعيد العنزي (٢٠١٤م) أن للتعزيز أهداف كبيرة فضلاً عن كونه يساهم في زيادة فاعلية التعلم ويساعد في تقوية الإستجابة وإمكانية تكرارها في المستقبل فإنه يحقق كثيراً من الأهداف، منها:

- يساعد على تحقيق الحاجات النفسية للمعززين.
- يساعد علي زيادة العلاقة بين طرفي التعزيز.
- يساعد على تطوير الأفكار الإبداعية.
- يساعد على إثارة المنافسة الإيجابية.
- يزيد من الدافعية للسلوك الإيجابي.

يساهم في منع السلوك غير الإيجابي أو يقلل من إحتمالية حدوثه. (٧: ٩٥)

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من ، سماح إبراهيم (٢٠١٢م) (٨) وإيمان منصور (٢٠١٤م) (٤) ونجلاء حسن (٢٠١٨م) (١٦) ونسمة حسن (٢٠١٨م) (١٧)، وبريدراج ساراتليا واخرون (٢٠١٣م) (٢٢) ، وشتاينهوفر، كاترينا (٢٠١٩م) (٢١) والتي أشارت إلى أن برنامج التعزيز الإيجابي (الجلسات التعليمية) كان لها تأثير إيجابي على ناشئ رمي الرمح في بقاء أثر التعلم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعه التجريبية في المستوى الرقمي لناشئ رمى الرمح قيد البحث.

- الاستنتاجات والتوصيات:

- الاستنتاجات :

في حدود وهدف وفروض وعينة البحث وما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية للمتغيرات قيد البحث وفي ضوء تفسير النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها ووفقا إلى ما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي، فقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

١- تقدم المجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مسابقة رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٢- تقدم المجموعة التجريبية (الجلسات التعليمية) في مسابقة رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٣- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مسابقة رمي الرمح قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٤- برنامج التعزيز الإيجابي المصمم أدى إلى الإرتقاء بضبط التعزيز الداخلي وبالتالي المستوى الرقمي لناشئ رمي الرمح في المرحلة الإعدادية .

- التوصيات :

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث ، والاستنتاجات التي تم التوصل إليها ، يوصي الباحث بالآتي :

١- تدعيم البرامج التدريبية بحجم أكبر مع جلسات التعزيز الإيجابي لزيادة الكفاءة البدنية والمهارية والنفسية وغيرها للناشئين في رمي الرمح .

٢- إعطاء دورات تدريبية للتدريب على استخدام البرامج النفسية المعدة من قبل الأخصائين الرياضيين .

٣- إجراء المزيد من الأبحاث على رياضات مختلفة باستخدام التعزيز الإيجابي.

٤- إجراء دراسات وبحوث على مستوى أعلى لتحديد زمن التعزيز داخل الوحدة التدريبية، تحديد التعزيزات وفقا لشدتها (درجة تأثيرها) على الاستجابة.

المراجع

- المراجع العربية:

- ١- إبراهيم أحمد سلامة: (١٩٨٠م)، "الاختبارات والقياس في التربية البدنية"، دار المعارف، الإسكندرية.
- ٢- أسامة مصطفى فاروق: (٢٠١٧م) "تعديل وبناء السلوك الإنساني، للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة"، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٣- إسماعيل جابر زيادة: (٢٠١٨م) "أثر استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه على الرضا الحركي ومستوى الأداء المهارى والإنجاز الرقمي لفاعلية رمى الرمح طلبة مساق العاب القوى"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية، المجلد (٣٢)، العدد (٣)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

- ٤- إيمان حمدي منصور: (٢٠١٤م) "فاعلية استخدام اسلوب التعزيز الإيجابي للسلوك في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة"، رسالة ماجستير غير منشور، كلية الآداب، قسم علم النفس، جامعة بنها.
- ٥- رشيدة فرين: (٢٠١٧م)، "النمو الاجتماعي للمراهق ١٤-١٨ سنة"، مقارنة بين جرافيه، المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة، العدد (١٦)، الاكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة، السويد.
- ٦- زكية إبراهيم كامل ، عفاف عبد الكريم حسن ، كاميليا حسن حسني: (٢٠٠٢م)، "طرق التربية الرياضية"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفني، الإسكندرية .
- ٧- سعيد بن نزال العنزي: (٢٠١٤م)، "التعزيز في الحديث النبوي وأثره الفاعل في زيادة الدافعية للسلوك الإيجابي"، مجلة العلوم الشرعية، المجلد (٨)، العدد (١)، جامعة القصيم، المملكة العربية السعودية.
- ٨- سماح ربيع إبراهيم: (٢٠١٢م)، "أثر نوع التعزيز في تحسين إنتباه أطفال الروضة المعرضين لخطر صعوبات التعلم"، رسالة ماجستير منشوره، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة بنى سويف.
- ٩- عائشة عبيد بيه: (٢٠١٧م)، "جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الإيجابي"، مجلة تاريخ العلوم، العدد (٦)، جامعة زيان عاشور الجلفة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- ١٠- عزت محمود الكاشف: (١٩٩٩م)، "الإعداد النفسي للرياضيين، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١١- عصام محمد سيد: (٢٠١٩م)، "فاعلية استراتيجية مقترحة قائمة على تعدد أنماط التعزيز في تنمية التحصيل الدراسي ومهارات التفكير عالي الرتبة في الكيمياء لدى طلاب الصف الأول الثانوي الأزهرى"، مجلة كلية التربية، المجلد (٣٥)، العدد (٣/٩٦٧١٧٤)، جامعة أسيوط.
- ١٢- علياء حسين دحام: (٢٠١٧م)، "أثر تمرينات خاصة لتطوير سرعة وميل الجذع والإنجاز للطلاب في فعالية رمي الرمح المصدر"، المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة، العدد (١١)، الناشر الأكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة، السويد.
- ١٣- محمد حسن إسماعيل: (٢٠٠٢م)، "فاعلية التعزيز الإيجابي والتغذية الراجعة في تصحيح أخطاء تعرف الكلمات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية، عمان.

١٤- محمد حسن علاوي: (١٩٩٨م)، "سيكولوجية النمو للمربي الرياضي"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٥- نادية السيد الحسيني وهويدا سعيد عبد الحميد: (٢٠١٧م)، "تكنولوجيا التعليم كمجال تطبيقي لعلم النفس الإيجابي وصولاً لجودة التعليم (نظرة مستقبلية)"، المؤتمر العلمي الرابع والدولي الثاني، التعليم النوعي، تحديات الحاضر وري المستقبل، المجلد (١)، كلية التربية النوعية، جامعة عين شمس، القاهرة.

١٦- نجلاء محمد حسن: (٢٠١٨م)، "تأثير استخدام أسلوب التدريب المتقاطع على بعض المتغيرات البيو ميكانيكية والبدنية والمستوى الرقمي للاعبات رمي الرمح"، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد (٤٦)، الجزء (١)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

١٧- نسمة كمال حسن: (٢٠١٨م)، "فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني وأثره في تعزيز التفكير الإيجابي لدى عينة من الطلاب المتفوقين بالمرحلة الإعدادية"، رسالة دكتوراه غير منشور، كلية التربية، قسم علم النفس التربوي، جامعة أسيوط.

-المراجع الأجنبية.

18- Cecile D. Ladouceur, Michael W. Schlundt, Anna-Maria Sergei: (2018) *Positive Reinforcement Modulates Front-Limbic Systems Sub Serving Emotional Interference in Adolescents' Development. Behavioral Brain Research Volume 338.*

19- Seligman, M.P.E Csikszentmihalyi, M: (2002) *Positive Psychology an Introduction. American Psychology.*

20- Shmolinsky, Gerhardt. (1993) *Track and field. Sports Books Publisher.*

ثالثاً-مراجع شبكة المعلومات الدولية:

21- Available online at:

<https://drmichellecleere.com/blog/biggest-benefits-positive-reinforcement/>

(Accessed 8, 10, 2019) (8:40 P.M).

22- Available online at:

<https://www.atlantis-press.com/proceedings/yishpess-cois-18/55909396>

(Accessed 4, 10, 2019) (10:6 P.M).