

القدرة التنبؤية للاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم بدلالة بعض

المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين للناشئين تحت ٢٠ سنة

ا.م.د/ محمد محمود محمد سليمان
قسم المنازلات والرياضات الفرديه
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

ا.م.د/ هانى محمود أبو بكر
قسم اصول التربيه الرياضيه
كلية التربيه الرياضيه للبنين
جامعة الاسكندرية

– المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر رياضة المبارزة إحدى الألعاب العالمية والاولمبية التي لها متطلبات رياضية ونفسية حيث أنها تمارس وفق قوانين وقواعد منظمة خاصة تحكم المنازلة بين المتبارزين ، والأداء الجيد في رياضة المبارزة لا يمكن أن يتطور أو يتحسن دون توفر مستوى جيد من دقة وسرعة وتوازن واستجابة حركية سريعة لعمليتي الهجوم والدفاع ، لكي يستطيع إتقان النواحي الفنية المعقدة للعبة المبارزة وتأديتها بسهولة وعلى أعلى المستويات الممكنة من الأداء الفني.

ولذلك يجب أن يمتلك المبارز المهارات العقلية اللازمة بجانب المتطلبات البدنية والمهارية التي تؤهله للمستويات العالية، وأداء المبارز لن يحقق الجهد المثمر، حتى لو تميز الأداء بالآلية ومع تفوق مهاراته الفنية ما لم يكن لديه من الدوافع والطاقة النفسية المثلي والتي لا تأتي إلا من خلال الأعداد النفسي العقلي الجيد من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء رياضي.

وتعتبر رياضة المبارزة واحدة من الألعاب الرياضية الفردية التي تتطلب من المبارز مجهودا كبيرا نظرا لما يميزها بأنها من الالعاب التي يواجه خلالها المبارز مواقف مختلفة ومتنوعة تتطلب منه أن يتصرف بسرعة ودقة لتسجيل لمسة على المنافس خلال النزال للحصول على لمسة صحيحة وفق خطط متنوعة وسريعة تعتمد في الأساس على ردود أفعال مختلفة ومركبة بين المتنافسين، لذا يجب أن يعرف المبارز متى يؤدي حركة خداع أو طعن ضد المنافس ومتى يدافع، وان يعطي أهمية لكل حركة تصدر من المنافس والانتباه لها سواء بالذراع المسلحة أو بالرجل الأمامية أو أي حركة بالسلاح والربط بين تلك الحركات والتوقع لما سوف يحدث والتحليل ثم اتخاذ القرار والتصرف الحركي المناسب وحسب الموقف الذي يواجهه .

(٥ : ١٣٣)

وقد أجمع العديد من الخبراء والمتخصصين في مجال المبارزة مثل عباس الرملي (١٩٩٣)، إبراهيم نبيل و تامر نبيل (٢٠١٦) ، حسين حجاج ، رمزي الطنبولي (٢٠١٧) على أن المبارزة هي إحدى الرياضات التي تعتمد على كل من المتغيرات البدنية، المهارية، والخططيه ، والعقلية، وهي عبارة عن مواجهة بين فردين يحاول كل منهما تسجيل لمسة على الآخر قبل أن تسجل عليه لمسة وذلك من خلال استخدام حركات الفر والكر (أماما وخلفا) عن طريق الدمج بين استخدام كل من الذراع المسلحة وتحركات الرجلين، وذلك في إطار تبادل مجموعة من جمل المبارزة بينه وبين منافسه والتي تتكون من مجموعة من المهارات الهجومية، والدفاعية، الرد ، والهجوم المضاد، متنوعات ومكملات الهجوم . (١٠ : ١٦٠) (٢ : ٤٥) (٥ : ١٤١) ويرى الباحثان أن رياضة المبارزة من الأنشطة الرياضية التي يقع فيها العبء الأكبر على المهارات العقلية للمبارز أثناء الاستجابات المختلفة والتي يظهر فيها الصراع النفسي والعقلي بين تفكير المبارز ومهاراته العقلية وضغوط المنافسة.

ويتفق كلاً من كوكس وشاشنون Cox RH, Shannon (٢٠١٠) ، جونسون Johnson U (٢٠١١) ، فان دير Van Der (٢٠٠٧) ، سانيز بيريز Sanz JL, Pérez (٢٠١١) ، هاني أبو بكر (٢٠١٨) على أن المهارات العقلية أحد المتطلبات الهامة التي تطرقت إليها البحوث والدراسات لما لها من أهمية في الوصول إلي المستويات العالية في الأنشطة المختلفة حيث أن معظم الأبطال الرياضيين علي المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز وتسجيل الأرقام ألا وهو "العامل النفسي" الذي يلعب دوراً هاماً ويتأسس عليه تحقيق الإنجاز والفوز أو الانتصار بالمنافسة .

(٣٣ : ١٣٨) (٢٦ : ١٢٩) (٣١ : ١١٤) (٢٥ : ٤٩٧) (٢٣ : ٣٧)

ويضيف الباحثان أن رياضة المبارزة تتطلب من المبارز أن يتمتع بأكثر قدر من المهارات العقلية والعقلية حتى يستطيع أن يدرك العلاقات ويجدد من مهاراته الهجومية واستجاباته حسب مواقف التنافس . ويؤكد الباحثان إلى أن المبارز يجب أن يتصف بالمثالية في المهارات العقلية المناسبة لطبيعة رياضة المبارزة حتى يستطيع أن يوفق في أدائه، كما أن السمات والمهارات النفسية اللازمة لتحديد الأهداف والتصور العقلي والثقة النفس والسيطرة على الانفعالات والحديث الذاتي وتركيز الانتباه وكيفية التعامل مع الضغوط ومواجهتها والطلاقة في الأداء هي التي يتميز بها المبارزين المحترفين عن غيرهم في التدريب والمنافسات الرياضية.

ويتفق كلاً محمد سمير الفقي (١٩٩٣)، إبراهيم نبيل (٢٠٠١) على أن المبارز يجب أن يتدرب جيداً على أداء مختلف حركات المبارزة بالدقة اللازمة، والأداء الفني الصحيح كما يجب عليه أيضاً أن يكون لديه القدرة على توجيه اللمسات أو الضربات نحو هدف محدد بدقة وبسرعة وفي التوقيت السليم.

(١٩ : ٢٦) (١ : ١٢١)

كما يتفق كلاً من إبراهيم نبيل ، تامر ابراهيم (٢٠١٦) ، حسين حجاج ، رمزي الطنبولى (٢٠١٧) أن رياضة المبارزة من الرياضات التي تتطلب توافر سرعة رد الفعل من ممارستها وأن المبارز يتعرض أثناء المباريات للعديد من ردود الأفعال فإن لسرعة الاستجابة ورد الفعل أهمية كبيرة في رياضة المبارزة وذلك لأنها تتميز بالحركة المستمرة والأداء الخاطف ويظهر ذلك بوضوح في الحركات الهجومية أو الدفاعية بين كلا المتبارزين داخل ملعب المبارزة الذي يتميز بصغر مساحته وعلى المبارز أن يهاجم منافسه بسرعة فائقة مستغلاً قدرته على إدراك الأماكن المكشوفة في هدف المبارز المنافس محاولاً تسجيل لمسة على الهدف القانوني لهذا المنافس والذي يحاول بدوره أن يتجاوب مع السرعة الحركية لهجمات منافسه وذلك من خلال سرعة حركاته الدفاعية . (٧٩ : ٢) (٣٨ : ٥)

ويؤكد كلاً من تيشلر . د.أ، مفوشيفيتش (١٩٩٦) ، حسين حجاج ، رمزي الطنبولى (٢٠١٧) أن حركات الرجلين تعد من العوامل الهامة لنجاح حركات تجديد الهجوم أثناء المبارزة من تكملة للهجوم أو تكرار للهجوم أو استعادة للهجوم حيث يعتمد المبارز في مهارات تجديد الهجوم علي رد فعل المنافس حيث يقوم بتكملة أو تكرار أو باستعادة الهجوم عليه وذلك لخلخلة أداء المنافس لإحراز لمسة . (٦٥ : ٣٤) (١٢٥ : ٥)

ويذكر محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) أن اللاعب الرياضي عندما يؤدي مهارة حركية أو قدرة خطية فإنه لا يؤدي ذلك بجسمه، أو عضلاته، أو باستخدام الرجلين، أو الذراعين، ولكن يؤدي ذلك باستخدام عقله وتفكيره، فالمبارز حينما يوجه اللمسات أو الضربات نحو هدف محدد لا يوجهها بيده (السلاح) فحسب، بل يوجهها بيده وبعقله معاً. (٢٩١ : ١٨)

ويؤكد الباحثان على أنه نظراً لطبيعة الأداء في رياضة المبارزة والذي يتميز بسرعة الأداء وفقاً لردود الأفعال بين المتبارزين فالحركات تتغير وفقاً لمواقف المبارزة وتغيراتها لذا يجب أن يمتلك المبارز المهارات العقلية التي تؤهله إلى أداء هذه الحركات بدقة وثبات ونجاح وفي التوقيت الصحيح من أجل الفوز بالمنافسة.

ويذكر عبد الحكيم رزق، أحمد عبده (٢٠١٥) إلى أن اللاعب الرياضي عليه أن يمتلك الصفات الضرورية لتحقيق النجاح في النشاط الرياضي التخصصي فبواسطه المعلومات المتصلة بالميزات والمهارات العقلية والنفسية لهذا اللاعب يمكن التنبؤ بمدى صلاحيته لممارسه هذا النشاط وهذا لا يتأتى إلا عن طريق استخدام وسائل وطرق معينة لإبراز مواهب وقدرات هؤلاء اللاعبين. (١١ : ١٨)

ويشير محمد العري (٢٠٠٠) إلى أن حالة اللاعب العقلية تؤثر وبشكل كبير على حالته البدنية والمهارية، لذا وجب الاهتمام بالجانب العقلي مع الوضع في الاعتبار أن الإعداد العقلي ليس بديلاً للإعداد البدني ولكن التكامل بينهما هو الطريق إلى تطوير الأداء والإرتقاء به في المنافسات الرياضية. (١٦ : ٣٦)

ويتفق كلاً من سامح طنطاوى (٢٠٠٧)، ميونوز Munoz D (٢٠١٧) أن المهارات العقلية تمثل عاملاً هاماً وضرورياً للإرتقاء بمستوى الأداء حيث يتم التنافس ويكون البقاء للمنافس الأقوى عقلياً مع الأخذ في الاعتبار النواحي البدنية والفنية . (٨ : ١١٩) (٢٨ : ٣٤)

كما يشير روري كوليت Roure, R. Collet (٢٠١٤) إلى أن المهارات العقلية تمثل إحدى المكونات الأساسية في عملية التخطيط للتدريب في مختلف الأنشطة الرياضية. (٣٠ : ٣٢)

ويؤكد كلاً من بيبيتوسوس انتونيو Bebetos E, Antoniou (٢٠٠٣)، عمر فوزى ، وان داود Omar Fauzee MS, Wan Daud WR (٢٠٠٩) ، ويسنتر Weisenter JR, Abernethy (٢٠١٢) على أن الحالة العقلية للاعبين في مختلف الرياضات تؤثر على أداء المهام المطلوبة منهم في مواقف التدريب او مواقف التنافس ، كما تعتمد طبيعة العلاقة بين الحالة العقلية لفن الأداء وأدائه على ثلاثة عوامل قدرات الفرد ، طبيعة المهمة ، وخصائصه ومهاراته العقلية. (٢٤ : ٩٥) (٢٩ : ١٠١) (٣٢ : ٣٦)

ومن خلال العرض السابق ولأهمية المهارات العقلية وتأثيرها على مستوى الأداء للمبارز ونتائج المنافسة فقد رأى الباحثان أهمية التعرف على العلاقة بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) للمبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة والتوصل إلى معادلات تنبؤية بمستوى أداء المبارز لمهارات تجديد الهجوم وبمعلومية المهارات العقلية.

ومن خلال إطلاع الباحثان على الدراسات والبحوث السابقة لم يتمكنوا من التوصل إلى دراسة تهدف إلى معرفة القدرة التنبؤية للاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم بدلالة بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة لذا يرى الباحثان أهمية القيام بهذه الدراسة.

– أهداف البحث:

يهدف البحث الي:

١. التعرف على العلاقة بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المباراة تحت ٢٠ سنة.
٢. التعرف على نسبة مساهمه المهارات العقلية (Omsat-3) في بعض مهارات تجديد الهجوم لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.
٣. التنبؤ بمستوى أداء مهارات تجديد الهجوم بمعلومية بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.

– فروض البحث:

١. وجود علاقة ارتباطيه بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المباراة تحت ٢٠ سنة.
٢. تساهم المهارات العقلية (Omsat-3) في بعض مهارات تجديد الهجوم لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.
٣. يمكن التنبؤ بمستوى أداء مهارات تجديد الهجوم بمعلومية بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.

– إجراءات البحث:

– منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث.

– مجالات البحث:

- المجال البشري (عينة البحث): تم إجراء هذا الدراسة على عينة عشوائية من المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة من ممارسي الأسلحة الثلاثة حيث اشتملت عينة البحث على ثمانية وستون (٦٨) مبارزاً تم توزيعهم كما يلي:

- عدد (١٧) مبارزاً لإجراء الدراسات الاستطلاعية بنسبة (٢٥%) من إجمالي عينة الدراسة.
- عدد (٥١) مبارزاً لإجراء الدراسة الأساسية بنسبة (٧٥%) من إجمالي عينة الدراسة، وقد تم اختيارهم من أندية (السلاح السكندري - سبورتج الرياضي).

- شروط اختيار عينة البحث:

- أن يكون مسجل في الإتحاد المصري للسلاح.
- لا يقل العمر التدريبي عن ٥ سنوات.
- من المشاركين في بطولة منطقة الإسكندرية للسلاح عام ٢٠١٩-٢٠٢٠.

جدول (١) التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية الأساسية

ن = ٦٨

الدلالات الإحصائية للتوصيف					المتغيرات
معامل الالتواء	معامل التقلطح	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	
٠.٥٥-	٠.٥٧-	٠.٩٦	١٩	١٨.٨٧	السن (سنة)
٠.٧٥	١.٥٤	٣.٩٤	١٧٦	١٧٧.٠٦	الطول (سم)
٠.٢٣	١.٣٠-	٧.٩٥	٧١	٧٢.٤٣	الوزن (كجم)
٠.٧٣-	٠.٠١	١.٠٩	٨	٧.٧٥	عدد سنوات الممارسة

يتضح من جدول (١) والخاص بالتوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية الأساسية، أن قيم معامل الالتواء تراوحت ما بين (-٠.٥٥ إلى ٠.٧٥) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية وهذه القيم تتراوح ما بين ± ٠.٣ وتقترب جداً من الصفر. كما بلغت قيم معامل التقلطح ما بين (-١.٣٠ إلى ١.٥٤)، وهذا يعنى أن تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولاً وفى المتوسط وليس متذبذباً لأعلى ولا لا سفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث الكلية في (المتغيرات الأولية الأساسية).

جدول (٢) التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الأساسية في مهارات مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3) ن = ٥١

الدلالات الإحصائية للتوصيف					المهارات العقلية
معامل الالتواء	معامل التقلطح	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	
٠.٣١-	٠.٥٨-	١.٦٠	٢١	٢١.١٣	المهارات الأساسية
٠.٥٨	٠.١٥-	٢.٣٣	٢١	٢١.٢٥	
٠.٣٧	٠.١٥	١.٨٥	٢١	٢١.١٨	
٠.٧٥	٠.٥٩	٢.١٩	٢١	٢١.١٥	مهارات جسمية ونفسية
٠.٥٥	٠.٣٤	١.٦٣	٢١	٢١.٣٧	
٠.١٤-	١.٩٢	٢.٥٧	٢٠	٢٠.٥٧	
٠.٠٨	٠.٦٧-	٢.٣٣	٢١	٢١.١٢	المهارات المعرفية
٠.٢٥	٠.١٥	١.٥٧	٢٢	٢١.٥٧	
٠.٣١	٠.٠٦-	٢.٣٢	٢٢	٢١.٨١	
٠.٢٦	٠.١٧	١.٨٩	٢١.٥	٢١.٣٤	المهارات المعرفية
٠.٢٣	٠.٥٣-	١.٩٠	٢١	٢١.٠٦	
٠.٢٣	٠.٦٦-	١.٣٣	٢٢	٢٢.١٥	

يتضح من جدول (٢) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الأساسية في مهارات مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠.٣١ إلى ٠.٧٥) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين ± ٠.٣ وتقترب جدا من الصفر. كما بلغ معامل التقلطح ما بين (-٠.٦٧ إلى ١.٩٢). وهذا يعني ان تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولا وفي المتوسط وليس متذبذبا لأعلى ولا لا سفلا مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث الأساسية في مهارات مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3).

جدول (٣) التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الأساسية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم في رياضة المبارزة ن = ٥١

الدلالات الإحصائية للتوصيف					ازمنة الاستجابة
معامل الالتواء	معامل التقلطح	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	
٠.٤٩	٠.١٥	٠.١٦	٠.٨٨	٠.٩١	زمن أداء الطعن
٠.٢٥	٠.٢٧	٠.١٤	١.٣٠٥	١.٢٩	زمن أداء التقدم والطعن
٠.١٣	١.٢٦-	٠.١٩	٠.٨٩٥	٠.٩٣	زمن أداء التكملة المباشرة
٠.٣٣	٠.٢٧-	٠.١٨	١.٠٨٥	١.٠٧	زمن أداء التكملة غير المباشرة
٠.٢٢-	٠.٧٩-	٠.٣٥	٢.٢٦٢٥	٢.٢٣	زمن أداء تكرار الهجوم ١
٠.٢٧-	٠.١١-	٠.٣١	١.٦٥٥	١.٦٧	زمن أداء تكرار الهجوم ٢
٠.٤٤	٠.٣٣-	٠.٢١	١.٧٢٢٥	١.٧٥	زمن أداء استعادة الهجوم ١
٠.٧٢	٠.٧٧	٠.٢١	١.٦٥٧٥	١.٦٧	زمن أداء استعادة الهجوم ٢

يتضح من جدول (٣) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الأساسية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم في رياضة المبارزة، أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠.٢٧ إلى ٠.٧٢) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث إن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين ± 3 وتقترب جدا من الصفر. كما بلغ معامل التفلطح ما بين (-١.٢٦ إلى ٠.٧٧). وهذا يعني ان تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولا وفي المتوسط وليس متذبذبا لأعلى وللأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث الأساسية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم في رياضة المبارزة.

- **المجال المكاني:** تم تطبيق الدراسة في نادي (السلاح السكندري - سبورتنج الرياضي).

- **المجال الزمني:** تم تطبيق الدراسة في الفترة الزمنية من ١٥ / ٨ / ٢٠٢٠ م إلى ٧ / ١٠ / ٢٠٢٠ وكانت موزعه كالتالي:

(١) **الدراسة الاستطلاعية:** خلال الفترة الزمنية من ١٥ / ٨ / ٢٠٢٠ م إلى ٢٤ / ٨ / ٢٠٢٠ وذلك لإيجاد المعاملات العلمية لاختبارات ومقياس الدراسة.

(٢) **الدراسة الأساسية:** خلال الفترة الزمنية من ٢٦ / ٨ / ٢٠٢٠ م إلى ٧ / ١٠ / ٢٠٢٠.

- **الأدوات المستخدمة في البحث:**

١- شريط قياس.

٢- ريستاميتير لقياس الطول الكلى لأقرب سم.

٣- ميزان طبي لقياس الوزن لأقرب كجم.

٤- أدوات خاصة برياضة المبارزة (أسلحة وأقنعة).

٥- مقياس أوتوا للمهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3) Mental Skills Athletes Tools -3 اعداد:

Durand-Bush et al (٢٠٠١): تعريب مجدي يوسف (٢٠١٤) (١٥) مرفق (١)

٦- جهاز لقياس زمن سرعة الاستجابة وزمن الأداء للمهارات في رياضة المبارزة (لقياس سرعة الاستجابة).

مرفق رقم (٢) (٢١: ٣٨ ، ٣٩)

- **المعالجات الإحصائية:**

تم استخدام برنامج Spss في إيجاد: (الوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء

- معامل التفلطح - معامل الاتساق الداخلي - معامل ألفا لكرونباك معامل الارتباط - معامل الانحدار).

– المعاملات العلمية لمقاييس واختبارات البحث: مرفق (٣)

– معاملات الصدق:

أ- معامل الصدق لمقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3):

يتضح من جدول (١/١) ومرفق (٣) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط درجة العبارة بالمجموع الكلي للعامل الذي تنتمي إليه) لعبارات أبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3)، ارتفاع قيم معامل الاتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (0.588 إلى ٠.٨١٥) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى صدق عبارات أبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3)، وأن العبارات تتسم بالصدق الذاتي وترتبط بالمجموع الكلي للبعد ولذا فهي تجتمع لتقيس ما يقيسه البعد ولذلك فالعبارات تتسم بالصدق.

ب- معاملات الثبات:

* معامل الثبات لأبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3):

* ثبات ألفا لكرونباك لأبعاد وللمهارات العقلية للرياضيين:

يتضح من جدول (٢/١) ومرفق (٣) والخاص بمعامل الفا لكرونباك لأبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3)، ارتفاع قيم معامل الفا لكرونباك للأبعاد الى ما بين (٠.٧٣٨ إلى ٠.٧٧١) وهذه القيم أكبر من ٠.٧٠٠ مما يؤكد على أن العبارات في كل بعد تتجانس فيما بينها وتتسم بالثبات وأنها متكاملة تسهم في بناء البعد كما بلغت قيم معامل الفا للمهارات ما بين (٠.٨٠٩ إلى ٠.٨٢٩) وهذه القيم أكبر من قيم معامل ألفا للأبعاد وأن أي حذف أو إضافة لأي من هذه العبارات من الممكن أن يؤثر سلبياً في بناء البعد.

* معامل الثبات (ثبات التطبيق وإعادة التطبيق):

يتضح من جدول (٣/١) مرفق (٣) والخاص بدلالة الفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ومعامل الارتباط بين التطبيقين لإيجاد ثبات أبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3)، عدم وجود فروق معنوية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني. حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (٠.٠٠٨ إلى ١.٢٥) وهذه القيم غير معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥. كما بلغ معامل الثبات ما بين (٠.٨٦٩ إلى ٠.٩٣٨) مما يؤكد أن أبعاد مقياس المهارات العقلية للرياضيين (Omsat-3) تتسم بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

- عرض النتائج:

١- عرض نتائج الفرض الأول والذي ينص على " وجود علاقة ارتباطيه بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المبارزة تحت ٢٠ سنة:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المبارزة تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

المهارات العقلية												المهارات العقلية زمن الاستجابة الحركية
المهارات المعرفية				مهارات جسمية ونفسية				المهارات الأساسية				
ادارة الضغوط	التخطيط للمنافسة	الممارسة العقلية	التصور	التركيز	اعادة التركيز	الاسترخاء	التنشيط	التحكم في الخوف	الالتزام	الثقة بالنفس	وضع الأهداف	
**٠.٧٤٦-	**٠.٥٦٩-	**٠.٣٧٧-	**٠.٤٤٩-	**٠.٥٤٧-	**٠.٥٥١-	*٠.٣٨٣-	**٠.٦٠٨-	**٠.٥٧٠-	**٠.٥٦٩-	**٠.٥٩٤-	**٠.٤٣٢-	زمن أداء الطعن
*٠.٢٩٩-	**٠.٨٠٧-	**٠.٤٩٤-	**٠.٦٢٠-	**٠.٨٠٢-	**٠.٨١٨-	**٠.٥١٤-	**٠.٣٦٤-	**٠.٧٩٩-	**٠.٧٨٧-	*٠.٢٨٩-	*٠.٣٥١-	زمن أداء التقدم والطعن
**٠.٦٣٨-	**٠.٧٥١-	**٠.٤٠٠-	**٠.٥١٣-	**٠.٦٧٥-	**٠.٧٥٣-	**٠.٤١١-	**٠.٧٤٥-	**٠.٦٨٠-	**٠.٧٣٠-	*٠.٣٢٠-	**٠.٣٦٥-	زمن أداء التكملة المباشرة
**٠.٧٣٤-	**٠.٦٧٨-	**٠.٤٣٩-	**٠.٣٨٣-	**٠.٦٤٠-	**٠.٦٥١-	**٠.٤٧٥-	**٠.٥٩٠-	**٠.٦٥٣-	**٠.٦٥٦-	**٠.٥٥٧-	*٠.٣٢٤-	زمن أداء التكملة غير المباشرة
**٠.٥٠٩-	**٠.٨٧٠-	**٠.٤٨٣-	**٠.٥٨٢-	**٠.٨٥٠-	**٠.٩٠٥-	**٠.٥٨٥-	**٠.٥٧٠-	**٠.٨٣٦-	**٠.٨٦٨-	**٠.٣٥٧-	**٠.٣٧٦-	زمن أداء تكرار الهجوم ١
**٠.٥٩٣-	**٠.٧٢٤-	**٠.٣٩٨-	**٠.٣٨٢-	**٠.٦٣٩-	**٠.٧٣٢-	**٠.٤٢٨-	**٠.٦٧٢-	**٠.٦٧٤-	**٠.٧١٧-	*٠.٢٩٢-	*٠.٣٤٣-	زمن أداء تكرار الهجوم ٢
**٠.٦٤٠-	**٠.٨٨١-	**٠.٦١٠-	**٠.٥٢٨-	**٠.٨٥٧-	**٠.٨٥٣-	**٠.٥٦٨-	**٠.٦٦٤-	**٠.٨٥٦-	**٠.٨٥٢-	**٠.٣٧٨-	*٠.٣٠١-	زمن أداء استعادة الهجوم ١
**٠.٣٨٤-	**٠.٨٦١-	**٠.٥٧٤-	**٠.٦١٠-	**٠.٨٧٠-	**٠.٨٩٦-	**٠.٥٧٢-	**٠.٤٠١-	**٠.٨٢٤-	**٠.٨٦٠-	*٠.٣٢٧-	**٠.٣٧٧-	زمن أداء استعادة الهجوم ٢

* معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٧٣

** معنوي عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٣٥٤

يتضح من جدول (٤) والخاص بمعاملات الارتباط بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية لناشئ المباراة تحت ٢٠ سنة، وجود ارتباط عكسي ما بين زمن الاستجابة الحركية في:

- زمن أداء الطعن: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٧٧ إلى -٠.٧٤٦) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠١، ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء التقدم والطعن: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٢٨٩ إلى -٠.٨٠٧) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء التكملة المباشرة: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٢٠ إلى -٠.٧٥٣) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء التكملة غير المباشرة: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٢٤ إلى -٠.٧٣٤) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء تكرار الهجوم ١: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٥٧ إلى -٠.٨٧٠) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠١، ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء تكرار الهجوم ٢: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٢٩٢ إلى -٠.٧٣٢) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء استعادة الهجوم ١: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٠١ إلى -٠.٨٨١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
 - زمن أداء استعادة الهجوم ٢: حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (-٠.٣٢٧ إلى -٠.٨٩٦) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠.٠٠٥ .
- وهذا يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة المبارز على مقياس المهارات العقلية اوتاوا (Omsat-3) كلما انخفض زمن الاستجابة الحركية لمهارات تجديد الهجوم لناشئ المباراة قيد البحث وهو ما يشير إلى تحسن مستوى أداء هذه المهارات.

٢- عرض نتائج الفرض الثاني والذي ينص على " أن المهارات العقلية (Omsat-3) تسهم في بعض مهارات تجديد الهجوم لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.

جدول (٥)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المبارزة (زمن أداء الطعن) للناشئين تحت ٢٠ سنة
 ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠٠٩	*١٦٧.٩٨٧	*٧.٠٥١-	٠.٠٦٥-	٥٥.٦٢٧	٠.٥٥٦	٠.٧٤٦	المهارات العقلية
٠.٠٠٥	*٩٢.٤٤٤	*٥.٤٢٢-	٠.٠١٢-	٧.٢٠٠	٠.٦٢٨	٠.٧٩٣	ادارة الضغوط
٠.٠٠٥	*٦٤.٦٩١	*٣.١٠٣-	٠.٠١٠-	٦.٣٠٩	٠.٦٩١	٠.٨٣١	الثقة بالنفس
							اعادة التركيز
			٢.٧٩٨				قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء الطعن) بمعلومية بعض المهارات العقلية:

✓ زمن أداء الطعن = ٢.٧٩٨ + (ادارة الضغوط × ٠.٠٦٥) + (الثقة بالنفس × ٠.٠١٢) + (اعادة التركيز × ٠.٠١٠)

ويتضح من جدول (٥) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء الطعن) أن:

- (ادارة الضغوط) تسهم بنسبة ٥٥.٦٢٧%.
- (الثقة بالنفس) تسهم بنسبة ٧.٢٠٠%.
- (اعادة التركيز) تسهم بنسبة ٦.٣٠٩%.
- المهارات العقلية (الثلاثة) تسهم في (زمن أداء الطعن) بنسبة ٦٩.١%.

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء الطعن) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠١٣	*٢٧١.٩٥٥	*٦.٤١٦-	٠.٠٠٥-	٦٦.٩٩١	٠.٦٧٠	٠.٨١٨	إعادة التركيز
٠.٠٠٨	*١٦٨.٣٤٨	*٥.٦٦٣	٠.٠٣٧	١٣.٤٠٩	٠.٨٠٤	٠.٨٩٧	إدارة الضغوط
٠.٠١٣	*١٢٩.٣٦٦	*٤.٩٨٥-	٠.٠٥٢-	٨.٦٨١	٠.٨٩١	٠.٩٤٤	التحكم في الخوف
٠.٠٠٥	*١٠٢.٧٣٩	*٤.٥٦٠	٠.٠٠٧	٥.١٦٣	٠.٩٤٢	٠.٩٧١	التصور
٠.٠٠٥	*٨٦.٧٥٦	*٣.٢٤٠	٠.٠١٦	١.٨٢٨	٠.٩٦١	٠.٩٨٠	الممارسة العقلية
٠.٠٠٦	*٧٥.٠٢٦	*٢.٨٤٣	٠.٠١٥	١.٤٦٨	٠.٩٧٥	٠.٩٨٨	التنشيط
٠.٠١٩	*٦٦.٤٨٨	*٢.٤٤٤-	٠.٠٣٨-	٠.٥٩٠	٠.٩٨١	٠.٩٩١	التخطيط للمنافسة
١.٦٥٨							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء التقدم والظعن) بمعلومية بعض المهارات العقلية:

✓ زمن أداء التقدم والظعن = ١.٦٥٨ + (إعادة التركيز × ٠.٠٠٥-) + (إدارة الضغوط × ٠.٠٣٧) + (التحكم في الخوف × ٠.٠٥٢-) + (التصور × ٠.٠٠٧) + (الممارسة العقلية × ٠.٠١٦) + (التنشيط × ٠.٠١٥) + (التخطيط للمنافسة × ٠.٠٣٨-)

ويتضح من جدول (٦) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء التقدم والظعن) أن:

- (إعادة التركيز) تسهم بنسبة ٦٦.٩٩%.

- (إدارة الضغوط) يسهم بنسبة ١٣.٤٠٩%.

- (التحكم في الخوف) يسهم بنسبة ٨.٦٨١%.

- (التصور) يسهم بنسبة ٥.١٦٣%.

- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ١.٨٢٨%.

- (التنشيط) يسهم بنسبة ١.٤٦٨%.

- (التخطيط للمنافسة) يسهم بنسبة ٠.٥٩٠%.

- المهارات العقلية (السبعة) تسهم في (زمن أداء التقدم والظعن) بنسبة ٩٨.١%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء التقدم والظعن) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (٧) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المباراة (زمن أداء التكملة المباشرة) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠١٠	*٢٧٥.١٤٤	*١٤.٥١-	٠.١١٦-	٥٦.٦٥٤	٠.٥٦٧	٠.٧٥٣	إعادة التركيز
٠.٠٠٥	*٢٥١.٦٧٢	*١٣.٧٩-	٠.٠٧٤-	١٢.٨٦٥	٠.٦٩٥	٠.٨٣٤	التنشيط
٠.٠١٤	*١٩٨.٩٨٠	*٧.١٦	٠.٠٩٨	١١.٧٥٦	٠.٨١٣	٠.٩٠٢	التحكم في الخوف
٠.٠٠٤	*١٩٢.٤٤٨	*٥.٠٥	٠.٠٢٢	٧.٩٢٠	٠.٨٩٢	٠.٩٤٤	التصور
٠.٠٠٣	*١٦٤.٧٥٤	*٤.٨١	٠.٠٠٦	٤.٧٧٠	٠.٩٤٠	٠.٩٦٩	الثقة بالنفس
٠.٠٠٣	*١٤٤.٨٧٢	*٢.٨١	٠.٠٠٩	٢.١٠٥	٠.٩٦١	٠.٩٨٠	الاسترخاء
٠.٠١٦	*١٢٧.٩١٢	*٢.٧٢-	٠.٠٤٣-	١.٠٢٧	٠.٩٧١	٠.٩٨٥	الالتزام
٠.٠٠٥	*١١٧.٧٧٤	*٢.٥٩	٠.٠١٣	٠.٨٦١	٠.٩٨٠	٠.٩٩٠	الممارسة العقلية
٢.٧٥٣							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء التكملة المباشرة) بمعلومية بعض المهارات العقلية:

✓ زمن أداء التكملة المباشرة = ٢.٧٥٣ + (إعادة التركيز × ٠.١١٦) + (التنشيط × ٠.٠٧٤) + (التحكم في الخوف × ٠.٠٩٨) + (التصور × ٠.٠٢٢) + (الثقة بالنفس × ٠.٠٠٦) + (الاسترخاء × ٠.٠٠٩) + (الالتزام × ٠.٠٤٣) + (الممارسة العقلية × ٠.٠١٣)

ويتضح من جدول (٧) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء التكملة المباشرة) أن:

- (إعادة التركيز) تسهم بنسبة ٥٦.٦٥٤%.
- (التنشيط) يسهم بنسبة ١٢.٨٦٥%.
- (التحكم في الخوف) يسهم بنسبة ١١.٧٥٦%.
- (التصور) يسهم بنسبة ٧.٩٢٠%.
- (الثقة بالنفس) تسهم بنسبة ٤.٧٧٠%.
- (الاسترخاء) يسهم بنسبة ٢.١٠٥%.
- (الالتزام) يسهم بنسبة ١.٠٢٧%.
- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ٠.٨٦١%.
- والمهارات العقلية (الثمانية) تسهم في (زمن أداء التكملة المباشرة) بنسبة ٩٨.٠٠%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء التكملة المباشرة) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (٨) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المبارزة (زمن أداء التكملة غير المباشرة) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠١٠	*١٥٦.٩٢٦	*٧.٩٦٤-	٠.٠٧٧-	٥٣.٩٤٠	٠.٥٣٩	٠.٧٣٤	المهارات العقلية
٠.٠١٨	*١٠٩.٣٥٠	*٤.٠١٩-	٠.٠٧٠-	١٩.٧٧٣	٠.٧٣٧	٠.٨٥٩	ادارة الضغوط
٠.٠١٦	*٧٦.٥١٦	*٢.١٧٤	٠.٠٣٥	٦.٧١٣	٠.٨٠٤	٠.٨٩٧	التخطيط للمنافسة
							التحكم في الخوف
			٣.٥١٩				قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء التكملة غير المباشرة) بمعلومية بعض المهارات العقلية:

✓ زمن أداء التكملة غير المباشرة = ٣.٥١٩ + (ادارة الضغوط × ٠.٠٧٧-) + (التخطيط للمنافسة × ٠.٠٧٠-) + (التحكم في الخوف × ٠.٠٣٥)

ويتضح من جدول (٨) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء التكملة غير المباشرة) أن:

- (ادارة الضغوط) تسهم بنسبة ٥٣.٩٤٠%.

- (التخطيط للمنافسة) يسهم بنسبة ١٩.٧٧٣%.

- (التحكم في الخوف) يسهم بنسبة ٦.٧١٣%.

- والمهارات العقلية (الثلاثة) تسهم في (زمن أداء التكملة غير المباشرة) بنسبة ٨٠.٤%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء التكملة غير المباشرة) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (٩)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المباراة (زمن أداء تكرار الهجوم ١) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠٠٨	*٦١٠.١١٢	-	٠.١٧٠-	٨١.٩٩٢	٠.٨٢٠	٠.٩٠٥	المهارات العقلية
٠.٠٠٨	*٣٦٧.١١٣	*٢.٨٠٣	٠.٠٣٨	١٠.١٩٣	٠.٩٢٢	٠.٩٦٠	إعادة التركيز
٠.٠٠٧	*٢٥٩.٥٤٨	*٤.٦٢٩	٠.٠٢٠	٤.٧٧٦	٠.٩٧٠	٠.٩٨٥	الممارسة العقلية
		*٢.٧٦٧					التصور
			٤.٥٦٧				قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء تكرار الهجوم ١) بمعلومية بعض المهارات العقلية:

✓ زمن أداء تكرار الهجوم ١ = ٤.٥٦٧ + (إعادة التركيز × ٠.١٧٠-) + (الممارسة العقلية × ٠.٠٣٨) + (التصور × ٠.٠٢٠)

ويتضح من جدول (٩) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء تكرار الهجوم ١) أن:

- (إعادة التركيز) يسهم بنسبة ٨١.٩٩٢%.

- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ١٠.١٩٣%.

- (التصور) يسهم بنسبة ٤.٧٧٦%.

- والمهارات العقلية (الثلاثة) تسهم في (زمن أداء تكرار الهجوم ١) بنسبة ٩٧.٠٠%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء تكرار الهجوم ١) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (١٠)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المبارزة (زمن أداء تكرار الهجوم ٢) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠٢٤	*١٥٤.٦٧٠	*٩.٧٤٤-	٠.١٦٥-	٥٣.٥٨٠	٠.٥٣٦	٠.٧٣٢	إعادة التركيز
٠.٠١٣	*١٠٦.٤٥٩	*٧.٣٤٨-	٠.٠٧٩-	١٧.٧٤٦	٠.٧١٣	٠.٨٤٥	التنشيط
٠.٠٤١	*٩٥.١١٦	*٦.٨٥٠	٠.١٥٨	٩.١١٢	٠.٨٠٤	٠.٨٩٧	التركيز
٠.٠١٠	*٨٤.٠٧٤	*٥.٨٢٩	٠.٠٢٧	٧.٦٠٨	٠.٨٨٠	٠.٩٣٨	التصور
٠.٠١٠	*٧١.٦٦٠	*٤.٤٢١	٠.٠٣٤	٣.٤٦٣	٠.٩١٥	٠.٩٥٧	وضع الأهداف
٠.٠٣٧	*٦٥.٣٠٦	*٤.٤٠٤-	٠.١٦٢-	٢.٠٧٠	٠.٩٣٦	٠.٩٦٧	الالتزام
٠.٠١٠	*٥٩.٧٩٩	*٣.٨٦٦	٠.٠٣٤	١.٥٠٥	٠.٩٥١	٠.٩٧٥	الممارسة العقلية
٠.٠٣٤	*٥٥.٢٤٢	*٢.٤٩٧	٠.٠٨٤	١.٢٢٠	٠.٩٦٣	٠.٩٨١	التحكم في الخوف
٣.٠٦٤							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء تكرار الهجوم ٢) بمعلومية بعض المهارات العقلية

✓ زمن أداء تكرار الهجوم ٢ = ٣.٠٦٤ + (إعادة التركيز × ٠.١٦٥) + (التنشيط × ٠.٠٧٩) + (التركيز × ٠.١٥٨) + (التصور × ٠.٠٢٧) + (وضع الأهداف × ٠.٠٣٤) + (الالتزام × ٠.١٦٢) + (الممارسة العقلية × ٠.٠٣٤) + (التحكم في الخوف × ٠.٠٨٤)

ويتضح من جدول (١٠) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في زمن أداء تكرار الهجوم (٢) أن:

- (إعادة التركيز) يسهم بنسبة ٥٣.٥٨٠%.
- (التنشيط) يسهم بنسبة ١٧.٧٤٦%.
- (التركيز) يسهم بنسبة ٩.١١٢%.
- (التصور) يسهم بنسبة ٧.٦٠٨%.
- (وضع الأهداف) يسهم بنسبة ٣.٤٦٣%.
- (الالتزام) يسهم بنسبة ٢.٠٧٠%.
- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ١.٥٠٥%.

- (التحكم في الخوف) يسهم بنسبة ١.٢٢٠%.
 - والمهارات العقلية (الثمانية) تسهم في (زمن أداء تكرار الهجوم ٢) بنسبة ٩٦.٣%
- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء تكرار الهجوم ٢) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (١١)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المبارزة (زمن أداء استعادة الهجوم ١) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠١٦	*٤٦٦.٥٧٥	*٦.٣٧٤-	٠.٠٧٠-	٧٧.٦٨٨	٠.٧٧٧	٠.٨٨١	المهارات العقلية
٠.٠١٠	*٢٥٣.٩٩٥	*٦.٢٢٥-	٠.٠٤٢-	١٠.٧١٥	٠.٨٨٤	٠.٩٤٠	التخطيط للمنافسة
٠.٠٠٥	*٢٠٧.٦٥٩	*٥.٦٤٢	٠.٠٢٤	٧.٣٢٠	٠.٩٥٧	٠.٩٧٨	ادارة الضغوط
٠.٠٠٦	*١٦٥.٦٠٤	*٤.٢٤٠	٠.٠١٨	١.٦٣٩	٠.٩٧٤	٠.٩٨٧	الثقة بالنفس
٠.٠٠٦	*١٣٩.٠٦٨	*٣.٨٧٢	٠.٠١٩	٠.٨٢٠	٠.٩٨٢	٠.٩٩١	وضع الأهداف
٠.٠٠٧	*١٢٠.٠٤٣	*٢.٩٥٩-	٠.٠١٦-	٠.٨٠٥	٠.٩٩٠	٠.٩٩٥	التصور
٠.٠١٧	*١٠٥.٧٩٩	*٢.٥٨٤-	٠.٠٣٣-	٠.٦٨٩	٠.٩٩٧	٠.٩٩٨	الممارسة العقلية
			٣.٨٩٠				التحكم في الخوف
							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء استعادة الهجوم ١) بمعلومية بعض المهارات العقلية

✓ زمن أداء استعادة الهجوم ١ = ٣.٨٩٠ + (التخطيط للمنافسة × ٠.٠٧٠-) + (ادارة الضغوط × ٠.٠٤٢-) + (الثقة بالنفس × ٠.٠٢٤) + (وضع الأهداف × ٠.٠١٨) + (التصور × ٠.٠١٩) + (الممارسة العقلية × ٠.٠١٦-) + (التحكم في الخوف × ٠.٠٣٣-)

ويتضح من جدول (١١) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء استعادة الهجوم ١) أن:

- (التخطيط للمنافسة) يسهم بنسبة ٧٧.٦٨٨%.
- (ادارة الضغوط) تسهم بنسبة ١٠.٧١٥%.
- (الثقة بالنفس) تسهم بنسبة ٧.٣٢٠%.
- (وضع الأهداف) يسهم بنسبة ١.٦٣٩%.
- (التصور) يسهم بنسبة ٠.٨٢٠%.
- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ٠.٨٠٥%.

- (التحكم في الخوف) يسهم بنسبة ٠.٦٨٩%.
 - والمهارات العقلية (السبعة) تسهم في (زمن أداء استعادة الهجوم ١) بنسبة ٩٩.٧%
- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء استعادة الهجوم ١) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (١٢)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات المباراة (زمن أداء استعادة الهجوم ٢) للناشئين تحت ٢٠ سنة ن = ٥١

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠.٠١١	*٥٤٤.٨٦٣	*٧.٦٢٠-	٠.٠٨٢-	٨٠.٢٦١	٠.٨٠٣	٠.٨٩٦	إعادة التركيز
٠.٠٠٦	*٣٧٥.٥٧٨	*٧.٩٣١	٠.٠٥٠	١٢.٢٣٠	٠.٩٢٥	٠.٩٦٢	إدارة الضغوط
٠.٠٠٤	*٢٧٣.٣٢٧	*٣.٥٤٢	٠.٠١٥	٥.١٤٠	٠.٩٧٦	٠.٩٨٨	التصور
٠.٠١٧	*٢١٢.٧٥٣	*٢.٨٨٠-	٠.٠٤٨-	٠.٥٦٠	٠.٩٨٢	٠.٩٩١	التركيز
٠.٠٠٥	*١٧٥.٣٢٣	*٢.٤٦٩	٠.٠١٠	٠.٤٥٣	٠.٩٨٦	٠.٩٩٣	الممارسة العقلية
٢.٧٧١							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

- ✓ معادلة التنبؤ (بزمن أداء استعادة الهجوم ٢) بمعلومية بعض المهارات العقلية
 - ✓ زمن أداء استعادة الهجوم ٢ = ٢.٧٧١ + (إعادة التركيز × ٠.٠٨٢) + (إدارة الضغوط × ٠.٠٥٠) + (التصور × ٠.٠١٥) + (التركيز × ٠.٠٤٨) + (الممارسة العقلية × ٠.٠١٠)
- ويتضح من جدول (١٢) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض المهارات العقلية في (زمن أداء استعادة الهجوم ٢) أن:

- (إعادة التركيز) تسهم بنسبة ٨٠.٢٦١%.
- (إدارة الضغوط) يسهم بنسبة ١٢.٢٣٠%.
- (التصور) يسهم بنسبة ٥.١٤٠%.
- (التركيز) يسهم بنسبة ٠.٥٦٠%.
- (الممارسة العقلية) تسهم بنسبة ٠.٤٥٣%.
- والمهارات العقلية (الخمس) تسهم في (زمن أداء استعادة الهجوم ٢) بنسبة ٩٨.٦%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء استعادة الهجوم ٢) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

٣- عرض نتائج الفرض الثالث والذي ينص على أنه " يمكن التنبؤ بمستوى أداء مهارات تجديد الهجوم بمعلومية بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة".

توضح الجداول أرقام (٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢) أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن أداء الطعن، زمن أداء التقدم والطعن، زمن أداء التكملة المباشرة، زمن أداء تكرار الهجوم ١، زمن أداء تكرار الهجوم ٢، زمن أداء استعادة الهجوم ١، زمن أداء استعادة الهجوم ٢) تؤكد فعالية هذه المعادلات في التنبؤ بمستوى أداء مهارات تجديد الهجوم بمعلومية بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.

– مناقشة النتائج:

١- مناقشة نتائج الفرض الأول والذي ينص على " وجود علاقة ارتباطية بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المباراة تحت ٢٠ سنة :

يتضح من الجدول الخاص بمعامل الارتباط بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المباراة تحت ٢٠ سنة، وجود ارتباط عكسي ما بين زمن الاستجابة الحركية والمهارات العقلية، كما يتضح من الجداول الخاصة بمدى مساهمة المهارات العقلية في مهارات تجديد الهجوم فعالية المعادلات التنبؤية في التنبؤ بزمن الاستجابة الحركية وأن المهارات العقلية تسهم في زمن الاستجابة الحركية للمبارزين الناشئين (عينة الدراسة) ، وهذا يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة المهارات العقلية على مقياس اوتاوا (Omsat-3) كلما انخفض زمن الاستجابة الحركية لمهارات تجديد الهجوم لناشئ المباراة قيد البحث وهو ما يشير إلى تحسن مستوى أداء هذه المهارات.

ويفسر الباحثان هذه النتائج إلى أن المبارزين يمتلكون القدرة على إدارة ضغوط المنافسة وتوظيف الثقة بالنفس في مواجهه ظروف التنافس والالتزام والتنشيط والتركيز في الأداء المهارى لمهارات تجديد الهجوم، كما أن لديهم قدرة على بناء الأهداف وإعادة التركيز والممارسة العقلية والتخطيط الجيد للمنافسة والتحكم الجيد في الخوف.

وفى هذا الصدد يرى الباحثان أن شعور المبارزين بأنهم يمتلكون قدر عال من المهارات العقلية من أهم عوامل الإنجاز الرياضي والتي ظهرت وبشكل كبير في نتائج الدراسة.

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة مؤيد عبد الرزاق (٢٠١٠) (٢٢) والتي هدفت إلى التعرف على علاقه المهارات العقلية بالتفكير الخططى لدى لاعبي كرة القدم ، وتوصلت نتائجها إلى امتلاك عينة البحث إلى مستوى عالي من المهارات العقلية ، كما توجد علاقة ارتباطية بين المهارات العقلية والتفكير الخططى لدى لاعبي كرة القدم ، كما أن المهارات العقلية تسهم في مستوى التفكير الخططى لدى أفراد عينة البحث.

كما تتفق هذه النتائج ونتائج دراسة كلاً من عبد الرزاق وهيب، يوسف عبد الامير، هبة حميد (٢٠٢٠) (١٢) والتي هدفت إلى التعرف على نسبة مساهمه المهارات العقلية في بعض المهارات الهجومية المركبة لناشئي كرة القدم ، وتوصلت نتائجها إلى أنه أمكن التنبؤ بمستوى أداء المهارات الهجومية المركبة بمعلومية بعض المهارات العقلية ، وأن المهارات العقلية تسهم في المهارات الهجومية المركبة لناشئي كرة القدم.

ويتفق ذلك مع ما ذكره كل من عباس الرملى (١٩٨٤) ، أسامة عبد الرحمن (٢٠٠٠) ، حسين حجاج ورمزي الطنبولى (٢٠١٧) أن رياضة المبارزة تتطلب من الفرد سرعة الإستجابة الحركية لمثير معين فى أقل زمن ممكن، حيث أن حركات الرجلين والطعنات السريعة والفجائية تترك المنافس لفترة نتيجة للمفاجأة والسرعة وفى حالة إفتقار المبارز لهذه الصفة يتعرض لضربة إيقاف ، كما أن سرعة الأداء عند المبارز تظهر خلال القانون الخاص بالمبارزة، والذي يقف مع المبارز الأسرع والأسبق فى تسجيل اللمسة كقاعدة أساسية حاسمة من بين قواعد القانون الدولي للمبارزة ، وهذا يوضح الأهمية القصوى لعامل سرعة الأداء .

(١٠ : ٢٠٤) (٣ : ١٣٠) (٥ : ٨٧)

ويشير عادة عمر (٢٠١٤) إلى أن المبارزة من الرياضات التي تتصف بالكثير من المزايا التي تمنح ممارستها تدريباً بدنياً مركزاً في وقت قصير وتضفي على ممارستها استرخاء عضلياً لأنها تتطلب أقصى درجة من التوافق بين العقل والعضلات وتساعد على الاعتماد على النفس في إصدار القرارات الخاصة وذلك بهدف الوصول باللاعب إلى اعلي المستويات الرياضية في ذلك النشاط. (١٤ : ٩٤)

كما تتفق هذه النتائج ونتائج دراسة على عثمان (٢٠١٨) (١٣) والتي هدفت إلى التعرف على نسبة مساهمة بعض القدرات الحركية والعقلية في دقة أداء الهجوم البسيط للاعبين المبارزة (سلاح الشيش) وتحديد بعض القدرات الحركية المؤثرة في دقة الهجوم البسيط للمبارزين ونسبة مساهمتها، وتحديد بعض القدرات العقلية

المؤثرة في دقة الهجوم البسيط للمبارزين ونسبة مساهمتها، وتوصلت نتائجها إلى أن القدرات العقلية تلعب دور هاماً في دقة الأداء في الهجوم البسيط، كما أنها تسهم في دقة أداء الهجوم البسيط للاعبين في المباراة.

وفي هذا الصدد يذكر محمد شمعون، ماجدة إسماعيل (٢٠٠١) أنه من الواجب تعليم القدرات العقلية للناشئين بنفس الطريقة التي يتم بها تعلم القدرات الحركية والفنية وإذا حدث مثل ذلك فإن اللاعب الناشئ يمكنه استخدام هذه المهارات وتطويرها منذ الصغر مما يساعد على الارتقاء بمستوى الأداء بطريقة أفضل من طريقة المحاولة والخطأ وسوف يمتلك اللاعب الناشئ حصيلة كبيرة من القدرات العقلية والتي أدا تم تطويرها في توقيت مناسب يمكن الاستفادة منها في حياته الرياضية. (٤٥:١٧)

من جانب آخر تتفق هذه النتائج ونتائج دراسة سحر نجيب (٢٠١٣) (٩) والتي هدفت إلى التعرف على علاقة بعض المهارات العقلية بدقة التصويب في كرة السلة، وتوصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية بين المهارات العقلية قيد البحث ودقة التصويب في كرة السلة.

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة رامي حلاوة (٢٠١٧) (٦) والتي هدفت إلى التعرف على علاقة بعض المهارات العقلية بأبعادها المختلفة مع مستوى التعلم في بعض فعاليات ألعاب القوى، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط مرتفعة بين المهارات العقلية ومستوى التعلم لمهارات ألعاب القوى قيد الدراسة.

٢- مناقشة نتائج الفرض الثاني والذي ينص على " أن المهارات العقلية (Omsat-3) تسهم في بعض مهارات تجديد الهجوم لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة:

يتضح من الجداول من (٥-١٢) والخاصة بدلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للمهارات العقلية في زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم للمبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة، أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ لمهارات تجديد الهجوم للمبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

ويفسر الباحثان هذه النتائج إلى أن المبارز يجب أن يمتلك المهارات العقلية التي تميزه بشكل يساهم في الاستجابة الحركية لمهارات تجديد الهجوم في أقل زمن وبشكل جيد يمكنه من الفوز بالمنافسه، حيث أن المهارات العقلية تعتبر عامل حاسم في تحقيق الفوز.

وتتفق هذه النتائج مع مذكره كوجلر Kogler (١٩٩٣) (٢٧) أن المبارز بدون مهارات عقلية جيدة لن يكون مبارز ناجح بغض النظر عن قدراته البدنية والمهارية، بينما المبارز الذي يمتلك مهارات عقلية عالية بجانب قدراته البدنية والمهارية سوف يكون مبارز ذو فاعلية أداء عالية.

وهذا ما أكده محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) (١٨) أنه ينبغي البدء بممارسة التدريب على المهارات العقلية فى بداية إنخراط الناشئ فى التدريب الرياضى جنبا إلى جنب مع تدريب القدرات البدنية والمهارات الحركية. ويتفق ذلك مع مع ذكره محمد عبد العزيز (٢٠١٥) (٢٠) أن التكامل بين الجانب العقلى والجانب البدنى أهمية بالغة لتحقيق الأهداف فى المجال الرياضى بصفة عامة ورياضة المبارزة بصفة خاصة، حيث أهمية تدفق الطاقة البدنية والعقلية فى اتجاه واحد حتى يستطيع المبارز تحقيق أقصى إستفادة من قدراته البدنية والعقلية أثناء المنافسات الرياضية.

كما أن رياضة المبارزة الحديثة هى إحدى مظاهر النشاط الرياضة كرياضة بدنية وعقلية لها أهدافها الرياضية والإجتماعية والعقلية، وأن المبارزة تتميز بالمواجهة بين فرد وآخر كل يحاول قدر طاقته أن ينال السبق فى تسجيل اللمسة أولاً قبل أن تسجل عليه.

– الاستنتاجات:

فى ضوء أهداف وحدود مجتمع الدراسة، والأجراءات المستخدمة، وواقع البيانات والقياسات التى تجمعت لدى الباحثان، وإعتمادا على نتائج المعالجات الأحصائية المستخدمة، أمكن التوصل إلى الأستنتاجات التالية:

- ١- وجود علاقة ارتباط معنوية بين زمن الاستجابة الحركية لبعض مهارات تجديد الهجوم وبين المهارات العقلية (Omsat-3) لناشئ المبارزة تحت ٢٠ سنة.
- ٢- أن المهارات العقلية (Omsat-3) تسهم فى بعض مهارات تجديد الهجوم لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.
- ٣- يمكن التنبؤ بمستوى أداء مهارات تجديد الهجوم بمعلومية بعض المهارات العقلية (Omsat-3) لدى المبارزين الناشئين تحت ٢٠ سنة.

– التوصيات:

- بناء على ما تشير إليه نتائج الدراسة وفى إطار مجال الدراسة وحدوده يقترح الباحثان التوصيات التالية:
- ١- استخدام جهاز قياس زمن سرعة الاستجابة وزمن الأداء للمهارات فى رياضة المبارزة على مستوى الاتحادات والهيئات والمناطق لتسهيل عملية القياسات سواء فى انتقاء الناشئين أو تقويم مستوى المبارزين كمؤشر لتحديد مستوى المبارزين.

- ٢- الاسترشاد بالمهارات العقلية (Omsat-3) للدلالة على مستوى القدرات العقلية التي تميز المبارز وذلك في عمليات الانتقاء والتصنيف والتدريب .
- ٣- استخدام المعادلات التنبؤية بزمان أداء مهارات تجديد الهجوم لاختيار المبارزين المميزين بمعلومية المهارات العقلية (Omsat-3).
- ٤- توظيف المعادلات التنبؤية لتصنيف المبارزين إلى مستوى عالي ومستوى منخفض في ضوء المهارات العقلية omsat-3 .
- ٥- استخدام المهارات العقلية (Omsat-3) والمعنية بالفحص والقياس والتشخيص عند اجراء أي فحص او قياس نفسي.
- ٦- الاسترشاد بنتائج الدراسة في توجيه برامج التدريب الخاصة بالناشئين في مجال رياضة المبارزة.

– المراجع:

أولاً : المراجع العربية :

- ١ . إبراهيم نبيل عبد العزيز: الأسس الفنية للمبارزة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- ٢ . إبراهيم نبيل عبد العزيز ، تامر ابراهيم نبيل: المرجع الحديث في المبارزة، الطبعة الاولى ، مركز الكتاب الحديث ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، ٢٠١٦ .
- ٣ . أسامة عبد الرحمن على: مقارنة تأثير نظم الدوائر المفتوحة والمغلقة على أداء بعض الهجمات النصلية في المبارزة ، المؤتمر العلمي الثالث ، المجلد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الجزيرة ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .
- ٤ . إيهاب محمود مفرح : أثر استخدام التدريب العقلي على فعالية أداء مبارزى سلاح سيف المبارزة بمستوياتهم المختلفة، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩ .
- ٥ . حسين أحمد حجاج ، رمزي عبد القادر الطنبولي : المبارزة - تعلم المهارات الأساسية ، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية، الفتح للطباعة ، الإسكندرية ، ٢٠١٧ .
- ٦ . رامى صالح حلاوة : المهارات العقلية وعلاقتها بمستوى التعلم في بعض فعاليات ألعاب القوى، بحث منشور، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة الأردن، ٢٠١٧ .

٧. رحيم حلو على الزبيدي: بعض السمات النفسية وعلاقتها بدقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين بسلاح الشيش ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الرابع ، المجلد الرابع ٢٠١١،
٨. سامح الشبراوي طنطاوي : تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلي على مستوى أداء الكاتا وبعض الجوانب العقلية للناشئين في رياضة الكاراتيه من ١٤-١٦ سنة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٧.
٩. سحر حر نجيب : علاقة بعض المهارات العقلية بدقة التصويب في كرة السلة، بحث منشور، مجلة الفتح، للعلوم التربوية والنفسية، العدد ٥٣، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، ٢٠١٣.
١٠. عباس عبد الفتاح الرملي: المبارزة في سلاح الشيش ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٣.
١١. عبد الحكيم رزق عبد الحكيم ، أحمد عبده حسن : المحددات النفسية والجوانب العقلية لإنشاء الناشئين في المجال الرياضي، مؤسسة عالم الرياضة والنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة ، ٢٠١٥.
١٢. عبد الرزاق وهيب ياسين، يوسف عبد الامير، هبة حميد : المساهمة النسبية للمهارات العقلية للرياضيين في بعض المهارات الهجومية المركبة لناشئي كرة القدم، بحث منشور، المجلة الدولية للتأهيل النفسي والاجتماعي في لندن المملكة المتحدة، ٢٠٢٠.
١٣. علي أحمد عثمان أحمد : نسبة مساهمة بعض القدرات الحركية والعقلية في دقة أداء الهجوم البسيط للاعب المبارزة" سلاح الشيش" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٨.
١٤. غادة عمر محمد : أثر استخدام تمارين التنفس الصينية (الكي كونج) على تعلم الهجمة القاطعة المغيرة لطالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية، بحث منشور، مجلة أسبوط لعلوم وفنون الرياضة، العدد ٣٩، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط ، ٢٠١٤.
١٥. مجدي حسن يوسف: الاستراتيجيات المعرفية والدافعية للتصور العقلي في المجال الرياضي، مؤسسة عالم الرياضة ، ٢٠١٤.
١٦. محمد العربي شمعون : الإعداد العقلي للمنافسة الرياضية ، مقال منشور، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي ، القاهرة، ٢٠٠٠.

١٧. **محمد العربي شمعون، ماجدة محمد اسماعيل** : التوجيه والإرشاد النفسي فى المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٢.
١٨. **محمد حسن علاوى** : علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة، ٢٠٠٢.
١٩. **محمد سمير الفقى**: المبارزة، الفتح للطباعة والنشر، الإسكندرية، ١٩٩٣.
٢٠. **محمد عبد العزيز إبراهيم**: تأثير تطوير بعض المهارات النفسية على الصلابة العقلية ودقة اللمسات لدى ناشئى المبارزة، مجلة بحوث التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، مجلد ٥٢، ٢٠١٥.
٢١. **محمد محمود محمد سليمان**: تأثير تطوير بعض مظاهر الانتباه وسرعة الإستجابة على فعالية أداء حركات تجديد الهجوم للمبارزين الناشئين، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٣.
٢٢. **مؤيد عبد الرزاق حسو**: المهارات العقلية وعلاقتها بالتفكير الخططى لدى لاعبي كرة القدم، بحث منشور، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد ١٦، العدد ٥٤، ٢٠١٠.
٢٣. **هانى محمود أبو بكر**: داله التمايز للمهارات العقلية وفقاً لمقياس (Omsat-3) للاعبى بعض الأنشطة الرياضية ، بحث منشور ، مجلة تطبيقات علوم الرياضة ، العدد ٩٥ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠١٨.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

24. **Bebetsos E, Antoniou P.** Psychological skills of Greek badminton athletes. Percept Mot Skills;97(3 Pt2):1289-96. 2003
25. **CoSanz JL, Pérez LM, Coll VG, Smith RE.** Development, and validation of a Spanish version of the Athletic Coping Skills Inventory, ACSI-28. Psicothema.;23(3):495-502. 2011
26. **Johnson U, Ivarsson A.** Psychological predictors of sport injuries among junior soccer players. Scand J Med Sci Sports;21(1):129-36.2011.
27. **Kogler, A;** Per PParimg the mind, Improving Fencing Performance Through Perparation Counter Press, U.S.A(١٩٩٣)
28. **Munoz D:** The effect of high-level tennis matches on steroid profiles in professional tennis players, The faculty of sports sciences, University of Extremadura, Spain, 2008

29. **Omar-Fauzee MS, Wan Daud WR, Abdullah R, Rashid SA.** The Effectiveness of imagery and coping strategies in sport. *European Journal of Social Sciences*;9 (1):97-108.2009
30. **Roure, R. Collet; G. Deschaumes – Molinar, O; C. Delhomne; Dittmer; and Vernet – Maury,** Imagery Quality Estimated by Autonomic Response is Correlated to Sporting Performance Enhancement. Retrieved November, from the worldwide. Web: <http://www.ncbi.nlm.nih.>(٢٠٠٢) .
31. **Van Der Heever Z, Grobbellar HW, Potgieter JC.** Sport psychological skills and netball performance. *J Hum Movem Stud.*;52:109-24.2007
32. **Weissenter JR, Abernethy:** psychological characteristics of expert cricket batsmen. *J Sci Med Sport.*;15(1):74-9. 2012
33. **XRH, Shannon JK, McGuire RT, McBride A.** Predicting subjective athletic performance from psychological skills after controlling for sex and sport. *J Sport Behav*;33(2):129-45.2010.

ثالثاً : المراجع الروسية :

34. **Тишлер д.а. И Мвошевич:Физическая Подготовка Начинающих Фехтовальщиков, Изд-во Советского Спорта, Москва, 1996.**
- **تيشلىر د.أ ، مفوشيفيتش :** الإعداد البدنى للمبارزين الناشئين ، دار النشر ، الرياضة السوفيتية ، موسكو ، ١٩٩٦ (ترجمة من اللغة الروسية للعربية أ.د/ رمزى عبد القادر الطنبولى).