

تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين كرة السلة تحت 17 سنة

د/ عبدالله محمد علي

كلية التربية الرياضية
وزارة التربية والتعليم - مصر

مقدمة ومشكلة الدراسة:-

تعد القدرات العقلية من الأمور النفسية التي تلعب دوراً هاماً في عملية التعلم المهاري وتطبيق خطط اللعب أثناء المباريات كما أنها تعتبر العامل الحاسم في الكثير من حالات اللعب أثناء المباريات وتأثيرها على العمليات العقلية. (12: 4)، (13: 1352)

يشير **ايمن هاني الجبوري (2019)** إلى أن مستوى القدرات العقلية يلعب دوراً هاماً في تطور مستوى اللاعبين خاصة في المستوى العالي، لذا توصي أغلب نتائج الدراسة العلمية ضرورة الاهتمام بتطوير برامج التدريب العقلي للاعبين، ولما كانت كرة السلة من الرياضات التي تحتاج إلى مستوى عالي من القدرات العقلية للسيطرة على القرارات الفنية خلال المباراة ودراسة طريقة أداء المنافس والثقة بالنفس والتحكم في درجة القلق والسيطرة عليه ومستوى مرتفع من التركيز طول زمن المباراة، من هنا تظهر أهمية القدرات العقلية للاعبين كرة السلة.

(2: 179)

كما يوضح **بارثولوميو وآخرون Bartholomew et.al (2011)** كما تعد القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية والتي اهتم بها العاملون في المجال الرياضي لغرض دراسة ومعرفة الفروق الفردية بين الأشخاص، كما أن المهارة العقلية ذات أهمية في أداء المهارات الرياضية، فهي التي تمكن الرياضي من الوصول إلى حالة عقلية تمنع دخول الأفكار السلبية والمشتتة إلى نشاط الرياضي.

(10: 77)

ويضيف **افروز وآخرون Afrouzeh et.al (2014)** أن قدرة اللاعب على تنفيذ مهارة عقلية تنفيذاً ناجحاً مرة فهذا يعني انه يمتلك القدرة البدنية لتحقيق ذلك كلما حاول، ولكنه قد لا يفضل لأن عقله يتداخل على نحو غير سليم ويفسد هذا التآزر والتوافق الجسمي والعضلي ولا يعززه. (8)

(463:

ويبرز بارثولومو وآخرون (2011) Bartholomew et.al أن عملية تطوير المهارة العقلية في الناشئين تماثل في عملية تطوير المهارات التقنية، ففي التطوير التقني نوضح لكل واحد منهم أكثر الأساليب كفاءة في أداء مهارة خاصة مع تقديم النصح له بشأن استخدامها ومع تحسن أداء الرياضي يتكيف هذا الأسلوب الكلاسيكي بما يتناسب مع نمط الجسم والقوة وطول الأطراف والشخصية بما يختص بالرياضي معين. (10: 78)

ومن خلال خبرة الباحثة وعملها في مجال كرة السلة فقد لاحظت ان عملية الاهتمام بالمهارات العقلية وما تتضمنه من إبعاد مثل القدرة على التخيل والإعداد العقلي والثقة بالنفس والتعامل مع القلق والقدرة على التركيز لم يتم إعطاءها الاهتمام الكافي من المدربين والمسؤولين عن العملية التدريبية على الرغم من تأثيرها على قدرة اللاعب على الأداء الأمثل في حال إتقانها والتدريب عليها، وهذا يعود في كثير من الأحيان إلى افتقار المناهج التدريبية التي يضعها المدربون إلى الجزء الخاص بالإعداد النفسي، وهذا هو مكن المشكلة لذا فقد راء الباحث أهمية دراسة مستوى القدرات العقلية للاعبين كرة السلة للتعرف على مستوى اللاعبين في القدرات العقلية ودرجة تأثيرها على نتائج المباريات لغرض تقييم مستوى اللاعبين نفسياً وهل تركز البرامج التدريبية على تطوير مستوى القدرات العقلية للاعبين أم لا، حتى يتسنى تطوير برامج التدريب في ضوء نتائج الدراسة الحالية.

اهمية الدراسة:-

تكمّن أهمية الدراسة في التعرف على:-

- دراسة مستوى القدرات العقلية للاعبين كرة السلة.
- دراسة تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات.
- تقييم برامج التدريب من خلال التعرف على مستوى القدرات العقلية للاعبين.
- الوقوف على جانب مهم من الجوانب النفسية التي تدعم جهود المدربين والقائمين على العملية التدريبية في الوصول باللاعبين إلى مستويات أعلى.

أهداف الدراسة:-

التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين كرة السلة تحت 17 سنة من خلال تحقيق الواجبات التالية:-

- (1) التعرف على مستوى القدرات العقلية للاعبين كرة السلة.
- (2) التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبين كرة السلة.

تساؤلات الدراسة:-

- (1) ماهو مستوى القدرات العقلية للاعبى كرة السلة؟
 (2) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفرق الفائزه والخاسره فى مستوى القدرات العقلية؟

الدراسات المرجعية:-

دراسة **بن رقية عابد (2016) (3)** بعنوان أثر برنامج تدريب عقلي مقترح في تنمية بعض المهارات العقلية وتطوير مستوى التفكير الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة السلة، وهدفت إلى معرفة تأثير برنامج التدريب العقلي المقترح في تنمية المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء – التصور العقلي – تركيز الانتباه – مواجهة قلق المنافسة – الثقة بالنفس) وكذلك مستوى المهارات الاساسية والفنية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين (التجريبية والضابطة) وبلغ عدد العينة على (2) لاعب، وبعد تطبيق البرنامج توصل الباحث إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى المهارات العقلية والمهارات الأساسية والفنية.

دراسة **عادل جودة عبدالعزيز (2015) (5)** بعنوان "تأثير استخدام التدريب العقلي المدعم بالأداء العملي لتنمية بعض المهارات النفسية على مستوى أداء التصويبة السلمية لناشئي كرة السلة" وهدفت إلى وضع برنامج التدريب العقلي لمعرفة تأثيره على تنمية المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء – التصور العقلي – تركيز الانتباه)، ومستوى أداء التصويبة السلمية، لناشئي كرة السلة تحت 14 سنة، واستخدم المنهج التجريبي لمجموعتين (التجريبية والضابطة) وبلغ عدد العينة على (32) ناشئ، وبعد تطبيق البرنامج توصل إلى أن برنامج التدريب العقلي أدى لتحسين مستوى المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء – التصور العقلي – تركيز الانتباه)، ومستوى أداء التصويبة السلمية، لناشئي كرة السلة تحت 14 سنة.

دراسة **ازيمخاني واخرون Azimkhani et al (2013م) (9)** بعنوان "الربط بين الممارسة البدنية والعقلية هو الأحسن لتعلم مهارة جديدة" وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الممارسة العقلية على تعلم مهارة جديدة فى كرة اليد، واستخدم المنهج التجريبي، وتكونت العينة من (64) طالب، وكانت اهم نتائج الدراسة تميز المجموعة التي خضعت للممارسة العقلية والبدنية عن باقي المجموعات فى تحسن زمن الأداء وكفاءة الاحتفاظ بالكرة، مما أثبت صحة فرضية الدراسة وأهمية الربط بين التدريب العقلي والبدنى عند تعلم المهارات الحركية الجديدة.

دراسة **أحمد سليمان عبدالله (2011) (1)** بعنوان "مدي فاعلية استخدام برنامج التدريب العقلي فى تحسين أداء الرمية الحرة لحي لاعبي كرة السلة" وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج التدريب العقلي على تحسين مستوى أداء الرمية الحرة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي

لمجموعتين (التجريبية والضابطة) وبلغ عدد العينة على (10) للاعبين، وبعد تطبيق البرنامج توصل الباحث إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى أداء الرمي الحرة مما يوضح فاعلية التدريب العقلي في تحسين مستوى الاداء المهارى.

إجراءات الدراسة:-

منهج الدراسة:-

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحى بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية.

الضبط التجريبي:-

▪ المتغير المستقل : لاعبي كرة السلة تحت 17 سنة.

▪ المتغير التابع : مقياس القدرات العقلية.

مجالات الدراسة:-

المجال الزمنى:-

العام الرياضى 2018 /2019م خلال الفترة من يوم السبت الموافق 2019/10/5م إلى يوم الخميس 2019/12/26م.

المجال المكانى:-

تم تطبيق الدراسة الحالية داخل الصالات المقامة عليها دورى كرة السلة للمرحلة السنية تحت 17 سنة.

المجال البشري:-

ناشئى كرة السلة تحت 17 سنة فى أندية (القادسية – الكويت – النصر – التضامن – العربي – اليرموك – الفحيحيل – الجهراء – السالمية – الشباب – الساحل – كاظمة – خيطان – الصليبخات).

عينة الدراسة:-

بلغ حجم عينة الدراسة على (227) لاعب كرة سلة فى المرحلة السنية تحت 17 سنة.

عينة الدراسة الأساسية:-

تم اختيار أفراد العينة الأساسية بالطريقة العمدية حيث بلغ حجم العينة (202) لاعب والمشاركين فى دورى كرة السلة للفئة السنية تحت 17 سنة بدولة الكويت.

عينة الدراسة الإستطلاعية:-

أما بالنسبة لعينة الدراسة الاستطلاعية فقد تم تحديد عدد (25) لاعب من المجتمع الاصلى لعينة الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الاساسية من بعض لاعبي كرة السلة ومن غير المشاركين فى عينة الدراسة الأساسية لإجراء الدراسة الخاصة بالتحقق من صدق وثبات مقياس القدرات العقلية.

أدوات الدراسة:-

أولاً:- مقياس القدرات العقلية:-

تم استخدام مقياس القدرات العقلية تصميم الباحث البريطانى ريتشارد بتلر Richard Butler ترجمة مصطفى باهي وسمير عبد القادر (1999م) (7)، والمكون من (20) فقرة موزعة على (5) قدرات عقلية كما يلي:-

- القدرة على التخيل ويتكون من (4) فقرات.
- الإعداد العقلي ويتكون من (4) فقرات.
- الثقة بالنفس ويتكون من (4) فقرات.
- التعامل مع القلق ويتكون من (4) فقرات.
- القدرة على التركيز ويتكون من (4) فقرات.

ويشمل المقياس ست أوزان للاستجابة المتعلقة بفقرات المقياس من درجة إلى ست درجات، وبهذا تكون أعلى درجة استجابة على فقرات المقياس (6) درجات، وأقل استجابة (1) درجة، وأعلى درجة استجابة للمقياس كلة (120) درجة، وأقل درجة (20) درجة، وبعد الرجوع إلى الدراسات التى تناولت قياس القدرات العقلية للرياضيين، تم التوصل إلى ثلاث مستويات للحكم على مستوى القدرات العقلية وهما كما يلي:-

- ضعيف من (2:1) درجة.
- متوسط من (4:3) درجة.
- مرتفع من (6:5) درجة.

ثانياً:- نتائج مباريات دورى كرة السلة للفئة السنية تحت 17 سنة :-
نتائج دوري كرة السلة للفئة السنية تحت 17 سنة موسم 2018/2019م.

التحقق من المعاملات العلمية لمقياس القدرات العقلية:-

تم إيجاد معامل الاتساق الداخلي وثبات ألفا كرونباخ للمقياس على عينة استطلاعية قوامها (25) لاعب من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية للدراسة كما هي موضح في الجدول رقم (1):-

جدول رقم (1)

معامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ لمقياس القدرات العقلية

ن = 25

معامل ألفا كرونباخ	معامل الاتساق الداخلي	العناصر المكونة للمقياس	رقم الفقرات	المهارات العقلية
**0.805	**0.825	استطيع أن اتدرب على رياضتي في عقلي	1	القدرة على التخيل
	**0.811	اتمرن على المهارة في ذهني قبل أن استخدمها	6	
	**0.795	استطيع ان اكون صورة عقلية للمهارة	11	
	**0.803	اجد من السهل تخيل الشعور بالحركة	16	
**0.816	**0.842	احدد بنفسني دائما اهدافي في التدريب	2	قدرة الإعداد العقلي
	**0.826	اهدافي دوما محددة جداً	7	
	**0.808	دائما احلل بنفسني ادائي بعد الانتهاء من المنافسة	12	
	**0.804	عاده احدد الاهداف التي انجزها	17	
**0.783	**0.809	لا اعانى من فقدان الثقة بشأن ادائي	3	قدرة الثقة بالنفس
	**0.794	ادخل كافة المباريات بفكر واثق	8	
	**0.762	كلما اقترب موعد المباراة ازادت ثقة بنفسني	13	
	**0.756	طول المنافسة احافظ على مواقف ايجابية	18	
**0.750	**0.793	لا اعانى من الخوف من الخسارة	4	قدرة التعامل مع القلق
	**0.761	لا اعانى من القلق بشأن المنافسة	9	
	**0.775	لا اترك العنان لاختطائي لتثيير القلق	14	
	**0.746	لا افرط في القلق بشأن التنافس	19	
**0.805	**0.803	استطيع التركيز على افكارى اثناء المنافسة	5	القدرة على التركيز
	**0.817	لا يتخلنى عنى تركيزى اثناء المنافسة	10	
	**0.765	الضجيج غير المتوقع لا يغير ادائي	15	
	**0.801	تعليمات المدرب لا تفقدنى تركيزى اثناء المنافسة	20	

** ر معنوى عند مستوى 0.01 = 0.487 * ر معنوي عند مستوى 0.05 = 0.381

يتضح من جدول (1) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي ومعامل ألفا كرونباخ لمقياس القدرات العقلية والمهارات والعناصر المكونة له ارتفاع قيم معامل الإتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (0.756 إلى 0.842) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 مما يشير إلى صدق المقياس، كما يتضح ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ أن معامل الثبات تراوح ما بين (0.750 إلى 0.816) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 مما يشير إلى ثبات المقياس.

الدراسة الأساسية:-

تم تطبيق مقياس القدرات العقلية خلال مواعيد مباريات دورى المرحلة السنوية تحت 17 سنة موسم 2019/2018م فى الصالات المقام عليها المباريات وذلك قبل انطلاق المباريات مباشرة، وقت تم توزيع المقياس على اللاعبين بعد شرح المقياس بشكل مفصل حيث استعانت الباحثة ببعض المساعدين لها فى تطبيق الدراسة لتسهيل تطبيق المقياس على اللاعبين بشكل منفصل بعض شرح تعليمات المقياس والهدف من الدراسة.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:-

- معامل ارتباط بيرسون.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- النسبة المئوية.
- اختبار "ت".

عرض النتائج:-

عرض نتائج الهدف الأول للدراسة : التعرف على مستوى القدرات العقلية للاعبى كرة السلة:-

جدول رقم (2)

يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى القدرة على التخيل للاعبى كرة السلة تحت 17 سنة عينة الدراسة

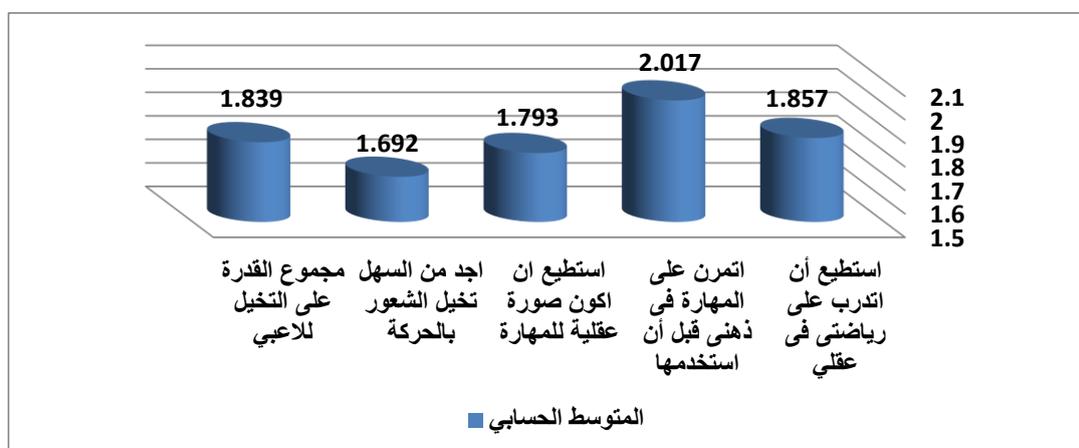
ن=202

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س1	± ع1		
1	استطيع أن اتدرب على رياضتى فى عقلى	1.857	1.291	2	ضعيف
2	اتمرن على المهارة فى ذهنى قبل أن استخدمها	2.017	1.310	1	متوسط

3	استطيع ان اكون صورة عقلية للمهارة	1.793	1.162	3	ضعيف
4	اجد من السهل تخيل الشعور بالحركة	1.692	1.210	4	ضعيف
	المجموع	1.839	1.243		ضعيف

ضعيف من (2:1) درجة متوسط من (4:2.1) درجة ضعيف من (6:4.1) درجة

يتضح من الجدول رقم (2) ان مستوى القدرة على التخيل لعينة الدراسة كانت ضعيفة في جميع الفقرات المكونة له فيما عدا الفقرة رقم (2) (اتمرن على المهارة في ذهنى قبل أن استخدمها) كانت متوسطة، وترواحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (1.692 إلى 2.017) مما يوضح انخفاض مستوى للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى القدرة على التخيل.



شكل رقم (1)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة للقدرة على التخيل

جدول رقم (3)

يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى قدرة الاعداد العقلي للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة عينة الدراسة

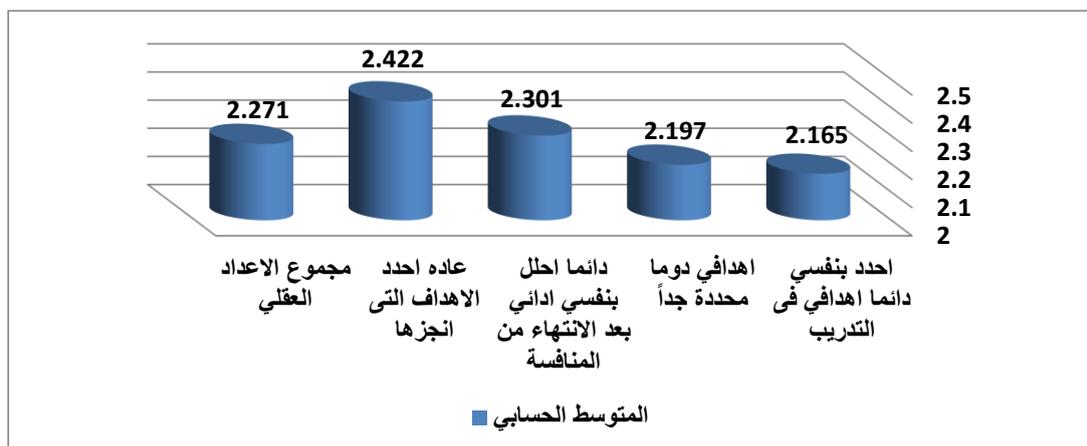
ن=202

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س1	± 1ع		
1	احدد بنفسى دائما اهدافى فى التدريب	2.165	1.191	4	متوسط
2	اهدافى دوما محددة جداً	2.197	1.201	3	متوسط
3	دائما احلل بنفسى ادائى بعد الانتهاء من المنافسة	2.301	1.091	2	متوسط
4	عاده احدد الاهداف التى انجزها	2.422	1.216	1	متوسط

متوسط	1.174	2.271	المجموع
-------	-------	-------	---------

ضعيف من (2:1) درجة متوسط من (4:2.1) درجة ضعيف من (6:4.1) درجة

يتضح من الجدول رقم (3) ان مستوى قدرة الاعداد العقلي لعينة الدراسة كانت متوسطة في جميع الفقرات المكونة له، وترواحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (2.197 إلى 2.422) مما يوضح انخفاض مستوى للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى قدرة الاعداد العقلي.



شكل رقم (2)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة الاعداد العقلي

جدول رقم (4)

يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى قدرة الثقة بالنفس للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة عينة الدراسة

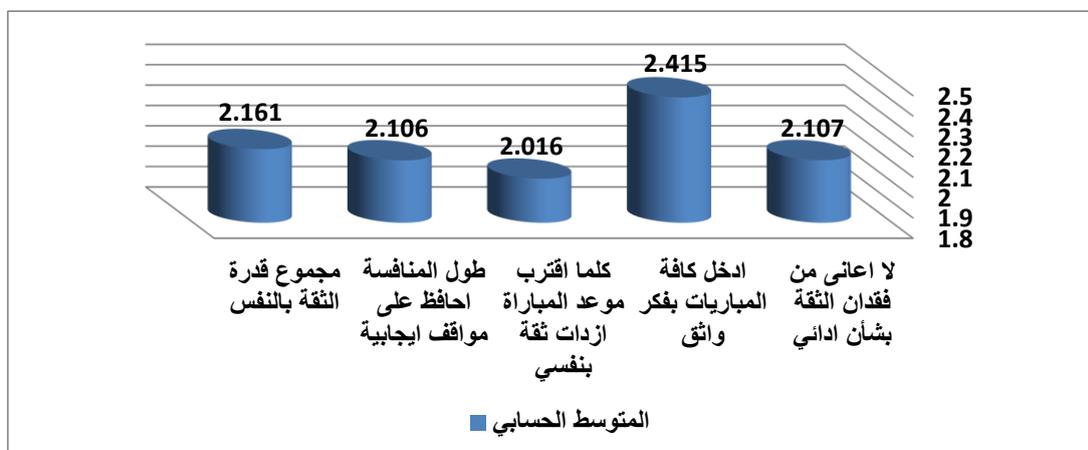
ن=202

م	الفقرات	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي س1	الانحراف المعياري ع ± 1	الرتبة	الدرجة
1	لا اعانى من فقدان الثقة بشأن ادائي		2.107	1.388	2	متوسط
2	ادخل كافة المباريات بفكر واثق		2.415	1.647	1	متوسط
3	كلما اقترب موعد المباراة ازادت ثقة بنفسي		2.016	1.053	4	متوسط
4	طول المنافسة احافظ على مواقف ايجابية		2.106	1.415	3	متوسط
	المجموع		2.161	1.375		متوسط

ضعيف من (2:1) درجة متوسط من (4:2.1) درجة ضعيف من (6:4.1) درجة

يتضح من الجدول رقم (4) ان مستوى قدرة الثقة بالنفس لعينة الدراسة كانت متوسطة في جميع الفقرات المكونة له حيث ترواحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (2.106 إلى 2.415) مما

يوضح انخفاض مستوى للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى قدرة الثقة بالنفس.



شكل رقم (3)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة الثقة بالنفس

جدول رقم (5)

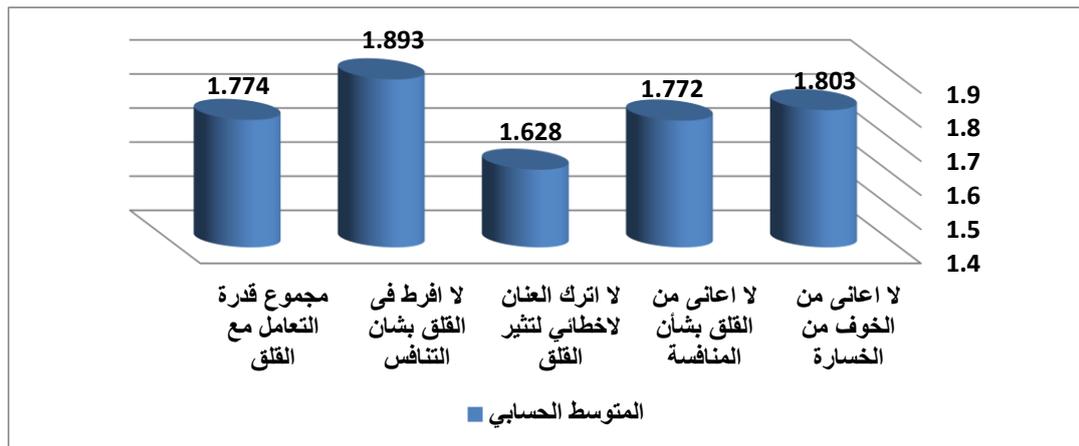
يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى قدرة التعامل مع القلق للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة عينة الدراسة

ن=202

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س1	±ع1		
1	لا اعانى من الخوف من الخسارة	1.803	1.012	2	ضعيف
2	لا اعانى من القلق بشأن المنافسة	1.772	1.004	3	ضعيف
3	لا اترك العنان لخطائي لتثير القلق	1.628	1.114	4	ضعيف
4	لا افرط في القلق بشأن التنافس	1.893	1.280	1	ضعيف
	المجموع	1.774	1.102		ضعيف

ضعيف من (2:1) درجة متوسط من (4:2.1) درجة ضعيف من (6:4.1) درجة

يتضح من الجدول رقم (9) ان مستوى قدرة التعامل مع القلق لعينة الدراسة كانت ضعيفة في جميع الفقرات المكونة له حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (1.628 إلى 1.893) مما يوضح انخفاض مستوى للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى قدرة التعامل مع القلق.



شكل رقم (4)

يوضح المتوسط الحسابي للفقرات المكونة لقدرة التعامل مع القلق

جدول رقم (6)

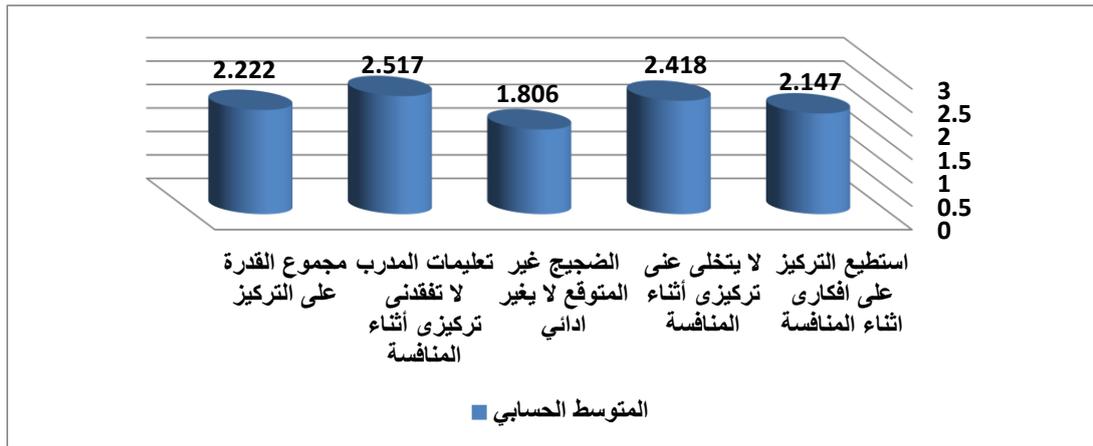
يوضح الدلالات الإحصائية في مستوى القدرة على التركيز للاعب كرة السلة تحت 17 سنة عينة الدراسة

ن=202

م	الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
	الفقرات	س1	ع ± 1		
1	استطيع التركيز على افكاري أثناء المنافسة	2.147	1.182	3	متوسط
2	لا يتخلى عنى تركيزى أثناء المنافسة	2.418	1.615	2	متوسط
3	الضجيج غير المتوقع لا يغير ادائي	1.806	1.613	4	ضعيف
4	تعليمات المدرب لا تفقدنى تركيزى أثناء المنافسة	2.517	1.543	1	متوسط
	المجموع	2.222	1.488		متوسطة

ضعيف من (2:1) درجة متوسط من (4:2.1) درجة ضعيف من (6:4.1) درجة

يتضح من الجدول رقم (6) ان مستوى القدرة على التركيز لعينة الدراسة كانت متوسطة في جميع الفقرات المكونة له فيما عدا الفقرة رقم (3) (الضجيج غير المتوقع لا يغير ادائي) والتي كانت الاستجابة عليها (ضعيفة)، حيث تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (1.806 إلى 2.517) مما يوضح انخفاض مستوى للاعب كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى القدرة على التركيز.



شكل رقم (5)

يوضح المتوسط الحسابي لل فقرات المكونة للقدرة على التركيز

عرض نتائج الهدف الثانى للدراسة : التعرف على تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج المباريات للاعبى كرة السلة:-

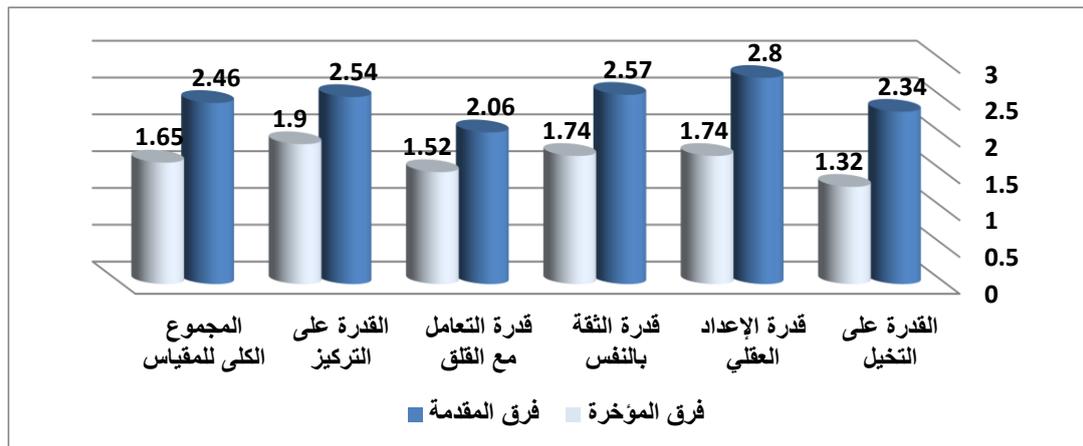
جدول رقم (7)

دلالة الفروق الفرق الفائزة والخاسره فى مستوى القدرات العقلية

قيمة "ت" المحسوبة	نسبة الفرق %	الفرق بين المتوسطين	فرق المؤخرة ن=134		فرق المقدمة ن=68		الدلالات الاحصائية	المهارات
			ع±	س-	ع±	س-		
**5.970	70.353	0.935	1.412	1.329	0.810	2.347	القدرة على التخيل	مهارات القدرات العقلية
**6.773	60.354	1.055	1.101	1.748	1.012	2.803	قدرة الإعداد العقلي	
**4.185	47.112	0.824	1.418	1.749	1.271	2.573	قدرة الثقة بالنفس	
**3.557	35.765	0.544	1.218	1.521	0.915	2.065	قدرة التعامل مع القلق	
**2.845	33.403	0.636	1.215	1.904	1.627	2.540	القدرة على التركيز	
**4.647	49.393	0.815	1.272	1.650	1.127	2.465	المجموع الكلى	

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.960 *قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.01 = 2.692

يتضح من الجدول رقم (7) وجود فروق دالة إحصائياً بين فرق المقدمة والمؤخرة فى مستوى القدرات العقلية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (2.845 إلى 6.773) وهي اكبر من قيمة "ت" المحسوبة عند مستوى (0.01) مما يوضح تأثير مستوى القدرات العقلية على نتائج مباريات كرة السلة لفرق تحت 17 سنة بدولة الكويت.



شكل رقم (6)

يوضح الفرق في المتوسط الحسابي بين فرق المقدمة والمؤخرة في مستوى القدرات العقلية مناقشة النتائج:-

بعد عرض النتائج الخاصة بالهدف الاول يتضح انخفاض مستوى لاعبي كرة السلة تحت 17 سنة بدولة الكويت في مستوى القدرات العقلية حيث جاءت مابين ضعيفة ومتوسطة في الفقرات المكونة للمقياس، مما يوضح ضعف مستوى لاعبي كرة السلة في مستوى القدرات العقلية، وترجع الباحثة انخفاض مستوى لاعبي كرة السلة تحت 17 سنة لما طرحته في مشكلة الدراسة أن هناك قصور من المدربين في الاهتمام بمستوى الاعداد النفسي في برامج التدريب مما كان له تأثير سلبي على مستوى العينة في مستوى القدرات العقلية.

وهو ما تتفق مع نتائج الدراسة بن رقية عابد (2016)، عادل جودة عبدالعزيز (2015)، أحمد سليمان عبدالله (2011) والتي توصلت جميعها إلى التدريب العقلي له تأثير إيجابي على تحسين مستوى المهارات العقلية والمهارات الأساسية والفنية هو ما يتفق مع نتائج الدراسة حيث تفوق الفرق المقدمة على فرق المؤخرة في مستوى المهارات العقلية وهو ما يوضح أهمية التدريب العقلي.

وهو ما يدعم نتائج الدراسة الحالية حيث أستطاع لاعبي فرق المقدمة أصحاب المراكز الاربعة الأول في جدول الترتيب من التفوق في درجات المقياس علي اللاعبين في فرق من المراكز الخامس إلى المركز الأخير وهو ما يوضح وجود علاقة طردية بين ارتفاع مستوى القدرات العقلية ومستوى الانجاز في المنافسات الرياضية.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة **علي محمد و محسن محمد (2013)** في وجود علاقة ارتباط حقيقية بين القدرات العقلية والقدرة على الاداء بصورة أفضل من اللاعبين اصحاب المستوى الضعيف في مستوى القدرات العقلية.

كما تبرز نتائج **رامي صالح (2017)** انه توجد علاقة ارتباط مرتفعة بين مستوى القدرات العقلية وقابلية الطلاب لتعلم مهارات العاب القوى، وهو ما يوضح اهمية الاهتمام بالتدريب العقلي.

وتتفق أيضا نتائج الدراسة مع نتائج دراسة **جي فونتاني وآخرون FONTANI G.AND ALL (2006)** والتي توصلت إلى أن اللاعبين اصحاب المستوى العالي في الاداء كان مستوى القدرات العقلية لديهم مرتفع مقارنة بباقي اللاعبين الخاسرين، وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية.

الاستنتاجات:-

في ضوء النتائج المستخلصة من التحليل الإحصائي لاستجابات عينة الدراسة على مقياس القدرات العقلية توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:-

- (1) بلغ متوسط القدرة على التخيل (1.839) بدرجة ضعيف، وبلغ متوسط قدرة الاعداد العقلي (2.271) بدرجة متوسط، وبلغ متوسط قدرة الثقة بالنفس (2.161) بدرجة متوسط، وبلغت قدرة التعامل مع القلق (1.774) بدرجة ضعيف، وبلغ متوسط القدرة على التركيز (2.222) بدرجة متوسط.
- (2) كانت أعلى مستوى للقدرات العقلية لعينة الدراسة في مستوى قدرة الاعداد العقلي وكانت بدرجة متوسط لعينة الدراسة.
- (3) كانت أقل مستوى للقدرات العقلية لعينة الدراسة في مستوى قدرة التعامل مع القلق وكانت بدرجة ضعيف لعينة الدراسة.
- (4) تفوق لاعبي فرق المقدمة في مستوى القدرات العقلية (القدرة على التخيل – الاعداد العقلي – الثقة بالنفس – التعامل مع القلق – القدرة على التركيز) على لاعبي فرق المؤخرة.
- (5) اتضح تأثير مستوى القدرات العقلية في الفوز بالمباريات للاعبي كرة السلة تحت 17 سنة.

التوصيات:-

استرشاداً بنتائج الدراسة توصي الباحثة بما يلي:

- (1) الاهتمام بتطوير مستوى الاعداد الاكاديمي والمهني للقائمين على كرة السلة الكويتية من خلال التعاون بين الاتحاد والأندية فى عقد دورات تدريبية تخصصية فى مجال علم النفس الرياضي.
- (2) الاهتمام بالتدريب العقلي خلال تطبيق برامج تدريب كرة السلة للمراحل السنوية بدولة الكويت.
- (3) إجراء مزيد من الدراسات العلمية التى تستهدف تطبيق برامج التدريب العقلي على فرق كرة السلة خلال المراحل السنوية المختلفة بدولة الكويت.

قائمة المراجع:-

أولاً : المراجع العربية:-

- 1- أحمد سليمان عبدالله : المراجع العربية:-
مدي فاعلية استخدام برنامج التدريب العقلي فى تحسين أداء الرمية الحرة لجي لاعبي كرة السلة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، 2011.
- 2- ايمن هاني الجبورى : التصور العقلي وعلاقته بدقة التصويب من مناطق مختلفة للاعبى منتخب جامعة الكوفة بكرة السلة، بحث منشور، المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة، الأكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة، 2019.
- 3- بن رقية عابد : أثر برنامج تدريب عقلي مقترح في تنمية بعض المهارات العقلية وتطوير مستوى التفكير الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة السلة، رسالة دكتوراة، غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضة، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، 2016.
- 4- رامي صالح حلاوة : المهارات العقلية وعلاقتها بمستوى التعلم في بعض فعاليات العاب القوى، بحث منشور، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد44، العدد 4، ملحق9، 2017م.
- 5- عادل جودة عبدالعزيز : تأثير استخدام التدريب العقلي المدعم بالأداء العملي لتنمية بعض المهارات النفسية على مستوى أداء التصويبة السلمية لناشئي كرة السلة، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 2015.
- 6- علي محمد جواد، محسن محمد حسن : المهارات العقلية وعلاقتها بالتحمل النفسي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم، بحث مشنور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد السادس، 2013م.
- 7- مصطفى حسين باهي، سمير عبد القادر جاد : المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة، 2006م.

ثانياً : المراجع الأجنبية:-

- 8- **Afrouzeh, M., Sohrabi, M., Haghkhah, A., Goharrokhi, S., Rowshani, F.** : The Effect of Instructional And Motivational Self Talking on The Penalty Accuracy Of Novice Handball's Players, International Journal of Sport Studies. Vol., 4 (4), 462-466 Available online at <http://www.ijssjournal.com>, 2014.
- 9- **Azimkhani, A., Abbasian, S., Ashkanai, A., & Gurosy, R.** : The compination of mental and physical practice is better for instruction of a new skill. Nigada university journal of physical education and sport sciences vol 7, no 2, 2013, pages 179-187.
- 10- **Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M.,** : Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. JSEP, 33:75-102, 2011.
- 11- **FONTI G., LODIL., FLICIA., MIGLIORINI S., CORRADSCHI** : ATTENTION IN ATHLETES OF HIGH AND LOW EXPERIENSE ENGAGED IN DIFFERENT OPEN SKILL SPORT, PERCEPTUAL AND MOTOR SKILLS, ISSN 00315125, CODEN PM SAZ., 2006.
- 12- **Richard, G , Cowden , K, And Mark ,H .** : Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: an exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. Article in Perceptual & Motor Skills: Exercise & Sport 2014, 119, 3, 1-18.