

اليقظة الذهنية وعلاقتها بدقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة

م.م. اكرم حسن محمود

akrm198924@gmail.com

07701088927

مستخلص البحث:

هدف البحث في التعرف على مستوى اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة . إضافة الى التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة . أما فرضية البحث فقد تمثلت بوجود علاقة ارتباط معنوية بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة . وبالنسبة لعينة البحث فقد تمثلت من لاعبي رياضة المبارزة البالغ عددهم (6) لاعبين تم توزيع مقياس اليقظة الذهنية واداء اختبار دقة الطعن على عينة البحث وبعد اجراء المعاملات الاحصائية ، فقد توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات ارتفاع مستوى اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة ، وأظهرت لنا النتائج انه كلما كانت اليقظة الذهنية عالية زادت دقة الطعن لدى اللاعبين . أما اهم التوصيات هي اجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية ولكن على لعبة اخرى ، والاهتمام بالجانب النفسي والتأكيد على الاعداد النفسي قبل المنافسات

الكلمات المفتاحية : اليقظة الذهنية - دقة الطعن - رياضة المبارزة.

1- التعريف بالبحث

1 - 1 المقدمة وأهميه البحث

أن ما يحصل من التطور العلمي في مختلف الميادين الرياضية التي فرض افافاً جديدة في العلوم الرياضية التعلم الحركي والتدريب الرياضي ما هو الا حصيلة دراسات وأبحاث وعلوم مختلفة التي ساهمت للتوصل الى تحقيق أفضل النتائج سواء في الألعاب الرياضية الفردية او الجماعية وذلك باتباع الأساليب العلمية الدقيقة والموضوعية بشكل سليم ومخطط له ، ومن بين تلك العلوم هو علم النفس الرياضي الذي له الأثر الواضح والكبير في اعتلاء الألعاب الرياضية ناصية التقدم في الميادين الرياضية . اما في رياضة المبارزة نجد ان اليقظة الذهنية تساعدها على سرعة رد الفعل والتصرف بسرعة ودقة للمس تجاه المنافس خلال النزال للحصول على لمسة صحيحة من المنافس ، لذا يجب على المبارز ان يعرف متى وكيف يؤدي الخداع او الطعن ضد المبارز المنافس وان يعطي اهمية الى الحركات التي تصدر من المنافس والانتباه لها والتوقع لما يحدث ، والتحليل ومن ثم اتخاذ القرار المناسب حسب الموقف الذي يواجهه . وتكمن اهمية البحث في ايجاد العلاقة بين اليقظة الذهنية ومهارة دقة الطعن للاعبي رياضة المبارزة .

1 - 2 مشكلة البحث

من خلال متابعة الباحث ظهرت مشكلة هذه الدراسة التي جاءت من خلال متابعة الباحث للمنافسات والبطولات الرياضية في رياضة المبارزة إضافة للاطلاع على المراجع العلمية وكذلك مراجعة للدراسات والبحوث السابقة إضافة الى خبرة الباحث في لعبة المبارزة كونه مختص بها اثار لديه تساؤل حول علاقة اليقظة الذهنية بدقة الطعن ، وهذا ما دفع الباحث الى اجراء دراسة لإيجاد العلاقة بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة .

1 - 3 أهداف البحث

1. التعرف على مستوى اليقظة الذهنية لدى لاعبي رياضة المبارزة .
2. التعرف على مستوى دقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة .

وقائع المؤتمر العلمي الاول لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة (القياس والتقويم)
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية والموسم (قياس نواتج التدريب والتعلم)
28.27 - حزيران - 2022

وتحت شعار (القياس والتقويم وسيلتنا للتطور في المستوى وتحقيق الانجاز)

3. التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة .

1 - 4 فرض البحث

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة .

1 - 5 مجالات البحث

1 - المجال البشري : لاعبي الاتحاد الفرعي للمبارزة في ديالى تحت الـ (20) سنة .

2 - المجال المكاني : قاعة المبارزة في رعاية الموهوبين الرياضيين في محافظة ديالى .

3 - المجال الزمني : 2022/ 4 / 18 ولغاية 2022 / 6 / 1 .

2 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2 - 1 منهج البحث

اختار الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لمشكلة البحث الذي يهدف إلى " جمع البيانات لمحاولة اختبار الفروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية أو الراهنة لأفراد عينه البحث " . (محمد حسن علاوي ، 1999 ، ص 139)

2 - 2 مجتمع وعينه البحث

تمثل مجتمع البحث لاعبي منتخب ديالى للمبارزة والبالغ عددهم (6) لاعبين ، أما عينه البحث فتمثلت جميع اللاعبين (6) وهي تمثل نسبة (100%) من مجتمع الأصلي للبحث .

2 - 3 الوسائل المستخدمة لجمع المعلومات :

• المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، شبكة المعلومات الانترنيت .

• الملاحظات .

• اختبار دقة الطعن ، مقياس التصرف الخططي .

• سلاح الشيش عدد (6) ، شاخص مرسوم عليها دوائر .

• حاسبة يدوية .

• جهاز لابتوب نوع (Dell) .

2 - 4 المقاييس المستخدمة

1. مقياس اليقظة الذهنية :

عمد الباحث على استخدام مقياس اليقظة الذهنية لقياس اليقظة الذهنية للمبارزين ، اذ يتكون هذا المقياس من (25) فقرة ، و(5) بدائل للإجابة وهي (موافق جداً، وموافق، ومحايد، وغير موافق، وغير موافق اطلاقاً) ، علماً إن درجة الاستجيب على المقياس تعكس إحساسه ومقدار تيقظه الذهنية ، فكلما زادت درجته فهذا يعني ان اليقظة الذهنية لديه عالية ، وبالعكس كلما كانت درجاته اقل فهذا يعني اليقظة الذهنية لديه واطنة او قليلة ، وبعد اجابة المبارز على فقرات يتم التصحيح على ضوء مفتاح التصحيح الخاص بالمقياس كما يأتي :

(ساندي نصرت ، 2017 ، ص 58)

(موافق جداً = 5 ، موافق = 4 ، محايد = 3 ، غير موافق = 2 ، غير موافق اطلاقاً = 1) .

(غزوان صادق ، 2016 ، ص 67)

2. اختبار دقة الطعن:

عنوان الاختبار :- اختبار دقة الطعن

الهدف من الاختبار :- قياس دقة احراز اللمسة من الطعن .

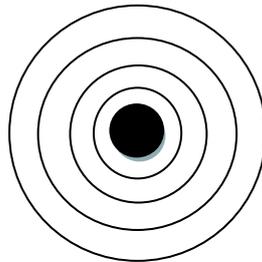
وقائع المؤتمر العلمي الاول لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة (القياس والتقويم)
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية والموسوم (قياس نواتج التدريب والتعلم)
28.27- حزيران- 2022
وتحت شعار (القياس والتقويم وسيلتنا للتطور في المستوى وتحقيق الانجاز)

الادوات المستخدمة:- ورق عادي او شاخص مرسوم عليه (5) دوائر متداخلة الانصاف اقطارها (2 ، 4 ، 6 ، 8 ، 10) سم ، اذ تكون الدائرة المركزية سوداء ، وتعلق هذه الورقة او الشاخص في الحائط على ارتفاع يناسب اللاعب .

طريقة الاداء:- ان لا يتعدى اللاعب خط المحدد له ، اذ يلاحظ الحكم الاداء الصحيح بحركة واحدة سريعة على الهدف المرسوم امامه كما موضح في الشكل (1) ، اذ يعطى على اللاعب (10) محاولات .

طريقة التسجيل:-

1. اللمسة في داخل الدائرة المركزية (نق = 2 سم) 5 درجات .
2. اللمسة في داخل الدائرة (نق = 4 سم) 4 درجات .
3. اللمسة في داخل الدائرة (نق = 6 سم) 3 درجات .
4. اللمسة في داخل الدائرة (نق = 8 سم) 2 درجتان .
5. اللمسة في داخل الدائرة (نق = 10) 1 درجة .



شكل (1)
يوضح كيفية توزيع الدوائر

2- 5 الخصائص العلمية للمقاييس

1. الثبات:

قام الباحث باستخدام الاختبار وإعادة الاختبار لاستخراج معامل الثبات لمقياس اليقظة الذهنية والتي بلغ (0,934) ، وتم استخراج معامل الثبات لدقة الطعن من خلال الاعتماد الى تقييم الخبراء (محكمين عدد 2) والتي بلغ (0,855) وهذا يدل على ان الاختبارين يتمتعان بدرجة عالية من الثبات .

2. الصدق:

وتم التحقق من صدق الاختبارين من خلال إيجاد الصدق الذاتي لهما وذلك من خلال استخراج الجذر التكعيبي لهما والتي بلغ لمقياس اليقظة الذهنية بـ (0,966) ، وبلغ لاختبار دقة الطعن بـ (0,924) .

2- 6 إجراءات البحث

أ. التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 17 / 5 / 2022 على (3) لاعبين ، إذ تم من خلاله التعرف على مدى تفهم العينة للاختبارين ، ومدى وضوح التعليمات ، والتعرف على المعوقات التي يمكن مواجهتها من أجل تلافيها عند التطبيق الرئيسي للاختبارين .

وقائع المؤتمر العلمي الاول لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة (القياس والتقويم)
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية والموسم (قياس نواتج التدريب والتعلم)
28.27- حزيران- 2022
وتحت شعار (القياس والتقويم وسيلتنا للتطور في المستوى وتحقيق الانجاز)

ب . التجربة الرئيسية:

تم تطبيق اختبار دقة الطعن وتوزيع استمارة مقياس اليقظة الذهنية ، على العينة البالغ عددهم (6) لاعبين في قاعة المبارزة لرعاية الموهوبين في محافظة ديالى في يوم الثلاثاء الموافق 24 / 5 / 2022 ، وبعد الحصول على نتائج الاختبارين تم تفريغ البيانات للحصول على نتائج البحث من خلال استعمال الوسائل الاحصائية .

2 - 7 الوسائل الإحصائية

للحصول على نتائج البحث تم استخدام الحقيبة الاحصائية (spss) :
(النسبة المئوية ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط بيرسون)

3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3 - 1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى افراد عينه البحث :
بعد القيام بجمع البيانات وتفريغها للحصول على نتائج البحث تم اجراء المعاملات الاحصائية وكما في الجدول الاتي :-

الجدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات قيد الدراسة لعينه البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغيرات
4.997	91.17	اليقظة الذهنية
8.406	48.67	دقة الطعن

يوضح الجدول (1) لكل من الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارين قيد الدراسة ان اليقظة الذهنية ودقة الطعن تتميز بمستوى مناسب لدى لاعبي رياضة المبارزة ، فقد بلغ الوسط الحسابي لليقظة الذهنية (91.17) والانحراف المعياري لها قد بلغ (4.997) ، بينما بلغ الوسط الحسابي لدقة الطعن (48.67) والانحراف المعياري لها قد بلغ (8.406) ، وبذلك تحقق الهدف الاول والثاني . وان ارتفاع نسبة اليقظة الذهنية لدى اللاعبين تمثلت بالنشاطات الأساسية الخاصة باليقظة الذهنية والتي منها الوعي والانتباه ، فالوعي بتسجيل الهدف بالحواس المادية الخمسة والحواس الحركية ونشاطات العقل ، واتصال الفرد في الواقع بشكل مباشر وفوري ، وذلك عندما يكون المثير قوياً بما فيه الكفاية يتدخل الانتباه للانتباه لالفتات نحوها وتوجيهه .

(Nyaniponika :1973 , p.212)

اما ارتفاع مستوى دقة الطعن لدى اللاعبين يرجع الى ان الدقة تقاس في المجالات الرياضية وفقاً لطبيعة اللعبة (حسانين ، 1979 ، ص 447-448) ويقول (حلمي حسين) أن الدقة " هي القدرة في السيطرة على الحركات الإرادية لتوجيه شيء ما نحو شيء آخر " (حسين ، 1985 ، ص 139) . فالدقة تعني القدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها اللاعب نحو هدف معين فالتمكن من اصابة الهدف كما في رياضة المبارزة أو عندما يكون الهدف للمنطقة مكشوفة مثل كرة السلة أو كرة القدم أو كرة اليد . ففي رياضة المبارزة تقاس الدقة عن طريق توجيه السلاح نحو صدرية المبارز المنافس وتحقيق اللمس . (حسين ، 1995 ، ص 459)

وقائع المؤتمر العلمي الاول لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة (القياس والتقويم)
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية والموسم (قياس نواتج التدريب والتعلم)
28.27- حزيران- 2022

وتحت شعار (القياس والتقويم وسيلتنا للتطور في المستوى وتحقيق الانجاز)

وبذلك فان كل من اليقظة الذهنية ودقة الطعن تميزت بارتفاعها لدى لاعبي رياضة المبارزة للعبة قيد الدراسة .

3 - 2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين كل من اليقظة الذهنية ودقة الطعن

لمعرفة العلاقة بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى عينة البحث وجب علينا استخراج معامل الارتباط (بيرسون) بينهما وكما في الجدول (2) .

الجدول (2)

يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) ومستوى الدلالة بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن

المتغيرات	معامل الارتباط (بيرسون)	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
اليقظة الذهنية	- 0.87	0.02	معنوية
دقة الطعن			

يبين الجدول (2) قيمة معامل الارتباط بين اليقظة الذهنية ودقة الطعن وهو بهذا يحقق الهدف الثالث وتقبل الفرضية ، اذ ان القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط (بيرسون) بلغت (- 0.87) عند مستوى دلالة (0.02) وهذا يشير الى ان العلاقة معنوية بين الاختبارين قيد الدراسة اذ كلما كان اللاعب يتمتع بمستوى عالي من اليقظة الذهنية كلما كانت حركة الطعن اذق، ولكي تكون اليقظة الذهنية جيدة لدى اللاعب يجب أن يكون لديه مرونة في القدرات العقلية (أي يتعامل مع المعلومات والحالات من وجهات نظر متعددة ، وأن يتقبل رأي الآخرين)، وعدم النظر الى الأمور نظرة قطعية ، وهذا يساعده بان يكون منفتحاً لكل ما هو جديد وابتكار أشياء جديدة ومختلفة ، ومن خلال ذلك يكتسب الكثير من الخبرات والمعلومات الذي اللاعب من الوصول إلى مستويات أفضل وادق ، وهذا ما اشارت اليه (ساندي نصرت 2017 ، ص 29-30) . بأن الأفراد اليقظون ذهنياً يتميزون بزيادة الوعي والتركيز والانتباه بالمناظر المتعددة ، والانفتاح أمام الافكار المتحدية عقلياً والتوجه نحو الحاضر ، وأن لليقظة الذهنية أهمية كبيرة جداً في المجال الرياضي لان اللاعب من خلالها يتمكن من التمتع بأكثر تركيز وانتباه في كل ما يحيط به في الوقت الحاضر إضافة الى تمسكه على تجاوز الكثير من الصعوبات التي من الممكن أن تواجهه ، وان الألعاب الرياضية بشكل عام تحتاج إلى نسبة عالي من اليقظة الذهنية لكون اللاعب يتمكن من خلالها توجه انتباهه إلى مثير معين سواء كان هذا المثير هو المنافس أو الحكم أو الجمهور وزيادة دقته بالأداء .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

1. ارتفاع مستوى اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى لاعبي رياضة المبارزة .
2. أظهرت لنا النتائج انه كلما كانت اليقظة الذهنية عالية زادت دقة الطعن لدى اللاعبين .
3. وجود علاقة معنوية بين كل من اليقظة الذهنية ودقة الطعن لدى عينة البحث .

4-2 التوصيات

1. اجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية ولكن على لعبة اخرى .
2. الاهتمام بالجانب النفسي والتأكيد على الاعداد النفسي قبل المنافسات .
3. القيام ببحوث تتعلق بالجانب النفسي على لاعبي المبارزة ولمختلف المهارات .

وقائع المؤتمر العلمي الاول لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة (القياس والتقويم)
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية والموسم (قياس نواتج التدريب والتعلم)
28.27- حزيران- 2022
وتحت شعار (القياس والتقويم وسيلتنا للتطور في المستوى وتحقيق الانجاز)

المصادر

- * ساندي نصرت فرنسيس : اليقظة الذهنية وعلاقتها بالتنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات / قسم العلوم التربوية والنفسية ، 2017 .
- * محمد حسن علاوي ، اسامه كامل راتب : البحث العلمي في التربية وعلم النفس الرياضي، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1999 .
- * محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج1, ط3, مصر: دار الفكر , 1995 .
- * محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية , ط1 , القاهرة : دار الفكر, 1979 .
- * حلمي حسين: اللياقة البدنية , قطر : دار المتنبى للنشر والتوزيع , 1985 .
- * Nyaniponika : The heart of Buddhist meditation. New York ,Weiser Books ,paradigm,1973 .

**Mental alertness and its relationship to the accuracy of the challenge
among fencing players**
Akrm Hassan Mahmoud
akrm198924@gmail.com
07701088927

Abstract:

The aim of the research is to identify the level of mental alertness and the accuracy of the challenge among the fencing players. In addition to identifying the type of correlation between mental alertness and the accuracy of the challenge among the fencing players. As for the hypothesis of the research, it was represented in the existence of a significant correlation between mental alertness and the accuracy of the challenge among the fencing players. As for the research sample, it was represented by the (6) fencing sport players, the mental alertness scale was distributed and the challenge accuracy test was performed on the research sample. The results showed us that the higher the mental alertness, the greater the accuracy of the challenge among the players. The most important recommendations are conducting studies similar to the current study, but on another game, paying attention to the psychological aspect and emphasizing psychological preparation before competitions.

Keywords: mental alertness - accuracy of the challenge - fencing sport