

فاعلية تمارين على وفق شبكات التفكير البصري في الثقة بالنفس لدى حراس المرمى
بكرة القدم للصالات

عصام صلاح جهاد
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د سكينتا شاكر حسن
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

Elaisessam216@gmail.com

dr_sakainashaker@yahoo.com

07704887120

07702720749

مستخلص الرسالة

تطرق الباحثان في مقدمة البحث وأهميته الى الاهتمام بتدريبات حراس المرمى بكرة القدم للصالات وذلك من خلال ادخال الوسائل المساعدة في عملية التدريب التي تسهم في اعدادهم ضمن تمارين على وفق شبكة التفكير البصري في تحسين الثقة بالنفس.

اما مشكلة البحث فقد وجد الباحثان من خلال الاطلاع على التدريبات في منتخبات التربية بكرة القدم للصالات ومن خلال ملاحظة تفاوت في مستوى الاداء المهاري لحراس المرمى الذي يعزو الى ضعف الثقة بالنفس بسبب قلة الاهتمام بالجانب النفسي فضلا عن عدم استخدام الادوات اللازمة المخصصة في الوحدات التدريبية والتي من شأنها ترفع من حافز حراس المرمى في الاستمرار والاداء بدافعية اكثر وكذلك تطور الجانب الاهم هو التفكير البصري ومن اهمها (الرموز ، والصور ،) وبالتالي هذه الادوات تخدم حراس المرمى بالجانب النفسي والتفكري والاداء بشكل عام . وهدفت الدراسة الى معرفة تأثير التمارين على الثقة بالنفس .معرفة تأثير التمارين على بعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم للصالات. اما فرضيات البحث هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة ونتائج الاختبارات البعديّة للثقة بالنفس لصالح الاختبارات البعديّة للعينة قيد الدراسة. كما تطرق الباحثان إلى عدة بحوث تتعلق بالوسائل التدريبية المساعدة للاطلاع على المهارات الأساسية والصفات التي يحتاجها حراس المرمى كما تم عرض بعض نماذج الدراسات السابقة والمثابرة للبحث للاستفادة منها . واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمة طبيعة الدراسة البحث إذ تحدد مجتمع البحث بحراس المرمى منتخب تربية بغداد الكرخ الثانية أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (6) حيث تم إجراء التجربة الاستطلاعية على (2) من حراس المرمى هم من عينة البحث ، بعد ذلك استخدم الباحث الاختبارات القبليّة لعينة البحث ومن ثم طبق التمارين الخاصة باستخدام الوسائل والأدوات المعدة من قبل الباحثان حيث طبقها في الجزء الرئيسي في الوحدات التدريبية وتم التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات أبرزها :

- استخدام الباحثان لمقياس الثقة بالنفس أثرت بشكل إيجابي في تطوير الثقة بالنفس ولدى حراس المرمى بكرة القدم للصالات .

- استخدام الباحثان التمارين الخاصة ضمن شبكات التفكير البصري التي أستخدمها في التجربة الرئيسية إلى تأثير ايجابي على الأداء المهاري لمناولة القصيرة باليد والمناولة القصيرة بالقدم لمهارات حراس المرمى بكره القدم للصالات للاعبين ، إذ أظهرت النتائج تفوقاً واضحاً للمجموعة التجريبية في الاختبارات البعديّة على الاختبارات القبليّة.

على ضوء ماتوصل اليه الباحث من الاستنتاجات يوصي بالتالي :

1- العمل على الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية باستخدام التمرينات الخاصة (شبكات التفكير البصري) في التدريب وإعطائها الأهمية الكبيرة في أثناء الوحدات التدريبية في مدة الإعداد الخاص لحراس المرمى لكرة القدم للصالات ، لما لها من أهمية في تطوير الجانب الفكري والتصورات لحراس المرمى لكرة القدم للصالات .

2- الاهتمام بتنوع الوسائل والأدوات المستخدمة في الوحدة التدريبية معاً والعمل على جعلها تنسجم مع متطلبات حراس المرمى لكرة القدم للصالات .

الكلمات المفتاحية

- شبكات التفكير البصري

- الثقة بالنفس

- حراس المرمى لكرة القدم للصالات

الفصل الاول

1 - 1 مقدمة وأهمية البحث :

أن تطوير قدرات اللاعبين يعتمد على مدى تفاعلهم مع المدرب واستجابتهم له ولا شك يعمل المدرب دائماً على تطوير إمكانيات لاعبيه والعمل على رفع مستواهم البدني والمهاري وزيادة الثقة بالنفس لدى الحراس المرمى الذي تعبر احد العوامل المهمة ، وقد يكون من المناسب أن نفرق بين العمل بثقة ، وتوقع النتائج، فتوقع النتائج يعني إلى أي مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب أو الخسارة في المنافسة. في حين إن الثقة بالنفس هي شعور اللاعب إن أداءه سيكون جيداً بصرف النظر عن النتائج حتى إن كان المنافس متفوقاً عليه ولكي يتمكنوا من تحقيق أعلى الانجازات . وان المهارات الأساسية لحراس المرمى لكرة القدم للصالات تعدّ حجر زاوية في الأداء خلال مباريات كرة القدم وكفايتها تعتمد على الأعداد البدني للاعب كما يبنى عليها الأعداد الخططي وان إتقان المهارات الأساسية يأتي عن طريق التمرينات المختلفة والتدريب المستمر المتواصل لفترة طويلة لغرض إتقانها وتثبيتها للوصول إلى المستوى الأفضل . ومن هنا تبرز أهمية البحث في العمل على أعداد تمرينات وفق شبكات التفكير البصري تتناسب مع مهارات حراس المرمى للعمل على رفع الثقة بالنفس وتحسين مهارات حراس المرمى لكرة القدم للصالات.

1 - 2 مشكلة البحث :

تتمثل مشكلة البحث في السؤال التالي (ما مدى تأثير التمرينات التي تم أعدادها على وفق شبكات التفكير البصري وتأثيرها في الثقة بالنفس وبعض حراس المرمى لكرة القدم للصالات) حيث تعد لعبة كرة القدم للصالات من الألعاب ذات الأداء الحركي المتغير الذي يمتاز بالسرعة فضلاً عن المهارات الأساسية لحراس المرمى عند التحرك لصد الكرات او المناولة للزميل ومن مختلف الزوايا ومن خلال ملاحظة الباحثان على الدراسات السابقة ومن خلال الاشتراك في بعض المباريات التي تقيمها النشاط الرياضي المدرسي في وزارة التربية كون الباحث معلم تربية رياضية ، وجد هناك تفاوت في مستوى الأداء المهاري لحراس المرمى وهذا بسبب ضعف الثقة بالنفس والتردد في صد الكرات عند مواجهة الخصم ، فضلاً عن قلة استخدام الوسائل والأدوات التي تزيد من الثقة بالنفس التي تعد من العوامل المهمة في التدريب والمنافسات الرياضية ، وقد اختار الباحث حراس مرمى منتخب تربية الكرخ الثانية وذلك من خلال إدخال الوسائل والأدوات المساعدة التي تعد من المثبرات البصرية مما يزيد قابلية حراس المرمى في التدريبات على صد الكرات وإضافة نوع من أساليب التدريب لتجنب الملل والمتعة ووصول بالأداء إلى مستويات عليا .

1 - 3 أهداف البحث :

- 1- أعداد تمرينات على وفق شبكات التفكير البصري لحراس المرمى بكرة القدم للصالات.
- 2- معرفة تأثير التمرينات على الثقة بالنفس .

1- 4 فرضيات البحث :

1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة ونتائج الاختبارات البعدية للثقة بالنفس لصالح الاختبارات البعدية لعينة البحث

1- 5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : (حراس المرمى منتخب مديرية بغداد الكرخ الثانية لكرة القدم للصالات)
- 2-5-2 المجال الزماني : (1 / 11 / 2021 لغاية 26 / 6 / 2022) ومن ضمنها مدة التجربة البحثية من 1 / 3 / 2022 - 16 / 4 / 2022
- 3-5-3 المجال المكاني : (قاعة السيدية المغلقة للألعاب الرياضية)

الفصل الثالث

3-1 منهج البحث :-

استخدم الباحثان في دراستهم المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدية كونه أكثر ملائم لحل مشكلة البحث وتحقيق فرضياته كما موضح في الشكل (1)

3-2 عينة البحث

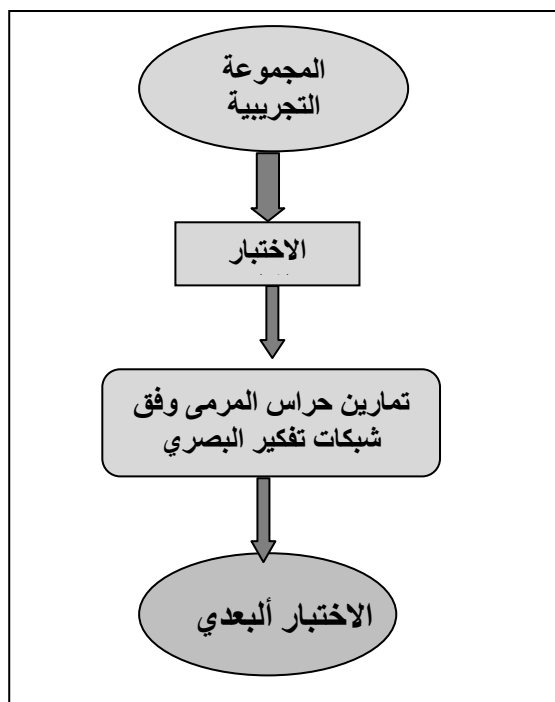
(محجوب 2001) أن عملية اختيار العينة لها علاقة وارتباط وثيق بطبيعة المجتمع الذي أخذت منه كونها تمثل "جزءاً من المجتمع الأصلي أو الأنموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه " .⁽¹⁾

(خريبط 1988) ويعد اختيار العينة من الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها من أجل إثبات فرضياته وعلى هذا الأساس تعد عملية تحديد طبيعة العينة التي اختارها الباحث وفقاً لمشكلة بحثه من الخطوات المهمة لتحقيق أهداف وفروض البحث⁽²⁾

تم تحديد مجتمع البحث من حراس مرمى كرة القدم للصالات لمنتخب تربية الكرخ الثانية بطريقة عمدية والبالغ عددهم (6) حراس مرمى بأعمار (15 - 17) سنة وهم يمثلون عينة البحث التي ستطبق عليها التمرينات الخاصة فبذلك تكون العينة من مجموعة تجريبية واحدة وهي تمثل نسبة 100% من مجتمع البحث الأصلي .

(1) وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهج ، ط1 ، عمان : دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص163

(2) ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث في التربية الرياضية ، الموصل : مطابع جامعة الموصل ، 1988 ، ص 41



شكل (1)
 يوضح التصميم التجريبي للدراسة

3-3 تجانس العينة

ولغرض التحقق من تجانس العينة فقد عمد الباحثان إلى بعض الإجراءات لضبط المتغيرات على الرغم من أن العينة المختارة هي من مراحل عمرية متقاربة وذلك لمنع المؤشرات التي تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية لإفراد العينة. وللتأكد من تجانس العينة في متغيرات (الطول، العمر، كتلة الجسم) وكما موضح في الجدول (1).

جدول (1)

يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري)

المتغير	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط
الطول	سم	171,50	2,258	171
الوزن	كغم	55,50	2,074	55,50
العمر	السنة	16,67	0,516	17

3-4 أدوات البحث العلمي ووسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة .

- المصادر العربية والأجنبية .
- استمارة مقياس الثقة بالنفس .
- المقابلات الشخصية .
- استمارة لتسجيل نتائج الاختبارات لبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم الصالات .
- أهداف مرمى لكرة القدم خاص بالصالات قانونية قياس (3 × 2) .

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث :-

3-5-1 مقياس الثقة بالنفس⁽¹⁾

تم استخدام مقياس الثقة بالنفس بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين (*) وقد حصل المقياس على نسبة اتفاق (100%) ، الذي يتكون من (80) فقرة وهي موزعة بين الفقرات السلبية والفقرات الايجابية ، وتكون الإجابة على الفقرات من خلال البدائل (نعم أو لا) علما أن الدرجة الدنيا للمقياس هي (80) درجة ، والدرجة العليا (160) درجة ، وتم توزيع المقياس على عينة البحث من حراس المرمى بكرة القدم الصالات .

ويتم تصحيح المقياس كالآتي :-

أولاً : إذا كانت الفقرة باتجاه البعد أي (فقرات ايجابية) يكون تصحيحها هو :-

نعم	كلا
2	1

ثانياً : إذا كانت الفقرة بعكس اتجاه البعد أي (فقرات سلبية) يكون تصحيحها هو:-

نعم	كلا
1	2

وتحتسب الدرجة الكلية للمقياس من خلال جمع درجات البدائل التي يختارها اللاعب في فقرات المقياس جميعها (السلبية والايجابية) . كما موضح في الجدول (2)

جدول (2)

يبين الفقرات مقياس الثقة بالنفس (السلبية والايجابية)

22	21	20	18	17	15	14	13	10	9	8	6	5	2	الفقرات الايجابية
48	47	46	44	42	40	36	35	34	32	31	29	24	23	
	67												49	
69		61	60	58	57	56	55	54	53	52	51	50		
										75	72	71	70	الفقرات السلبية
33	30	28	27	26	25	19	16	12	11	7	4	3	1	
73	68	66	65	64	63	62	59	45	43	41	39	38	37	
								80	79	78	77	76	74	

(1) إيمان حمد شهاب وسكينة شاكر حسن : الاختبارات والمقاييس النفسية في المجال الرياضي ، بغداد : مكتب اليمامة للنشر والتوزيع ، 2018 ، ص 99

3-5-2 اختبارات بعض مهارات حراس المرمى لكرة القدم للصالات :-

من أجل تحديد أهم الاختبارات الخاصة بموضوع البحث (اكرم 2017)⁽¹⁾، عمد الباحثان الاعتماد الاتي:

اختبار مسك وإبعاد الكرات الجانبية الأرضية والعالية .

الهدف من الاختبار: قياس مهارة حارس المرمى على مسك وإبعاد الكرات الجانبية الأرضية والعالية .

الأدوات: هدف كرة القدم للصالات قانوني مقسم بواسطة حبل مطاطي إلى (9) مناطق تحمل الأرقام (1 - 9) ، كرات قدم للصالات ، صافرة .

مواصفات الاختبار: التهديد من مسافة 8 متر باتجاه المرمى الذي بدخلة حارس المرمى ويتم حساب الدرجات كما يلي :-

أولاً :- المنطقتين (4 ، 7) حارس المرمى يقوم ب :-

1- مسك الكرة من المرة الأولى (4) درجات .

2- مسك الكرة من المرة الثانية (3) درجات .

3- إبعاد الكرة (2) درجة .

4- مس الكرة ودخولها الهدف (1) درجة .

5- دخول الكرة مباشرة للهدف (صفر) درجة .

ثانياً :- المنطقتين (6 ، 9) حارس المرمى يقوم ب :-

1- مسك الكرة من المرة الأولى (5) درجات .

2- مسك الكرة من المرة الثانية (4) درجات .

3- أبعاد الكرة (3) درجة .

4- مس الكرة ودخولها للهدف (2) درجة .

5- دخول الكرة مباشرة للهدف (صفر) درجة .

من أجل ضبط متغيرات الدراسة والوقوف على معوقات العمل والتأكد من الاختبارات النوعية قيد الدراسة في لحراس المرمى بكرة القد الصالات أجرى الباحثان تجربة استطلاعية قبل التجربة الرئيسية للبحث ، وذلك في يوم الثلاثاء (22 / 2 / 2022) على عينة من داخل عينة البحث الأصلية عددها (2) حراس المرمى يمثلون منتخب تربية الكرخ الثانية . وكان الهدف من إجراء هذه التجربة والاتي:-

1- معرفة أهم السلبيات والايجابيات المؤثرة الخارجية التي تؤثر على نتائج الاختبارات في التجربة الرئيسية .

2- تشخيص الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر في التجربة الرئيسية وتجاوزها .

3- معرفة المدة الزمنية المستغرقة لأداء الاختبار .

تم إجراء الاختبارات القبالية لعينة البحث يوم الجمعة 25 / 2 / 2022.

(1) أكرم عدنان نغيش: تحديد مستويات معيارية لأهم القدرات البدنية والمهارية كمؤشر لانتقاء حراس المرمى الشباب بكرة القدم للصالات ، بحث منشور

، جامعة القادسية : كلية التربية الرياضية ، 2017 ، ص 14

3-6 الأسس العلمية:-

3-6-1 الثبات

الاختبار الثابت هو الاختبار الذي يعطي النتيجة نفسها إذا أعيد لأكثر من مرة وللأفراد أنفسهم وتحت الظروف نفسها قدر الإمكان ، واستخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار " تعني إعطاء الاختبار نفسه مرتين لمجموعة الأفراد نفسها على أن تكون المدة الزمنية بين المرتين تتراوح بين عدد من الدقائق إلى عدد من السنوات "(1) وقد قام الباحث بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بعد مرور (7) أيام إذ طبقت الاختبارات على عينة (2) من حراس المرمى بكرة قدم للصالات يوم الجمعة الموافق 2022/ 2 /11 في الساعة (1) على قاعة الألعاب الرياضية في السيدية ، ومن ثم إعادة الاختبارات على العينة نفسها في يوم الجمعة الموافق 2022/ 2 /18 ، في الساعة (1) على قاعة الألعاب الرياضية في السيدية ، وبعد معالجة النتائج إحصائياً عن طريق معامل الارتباط البسيط تبين أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية . وكما موضح بالجدول (3) .

3-6-2 الصدق

يقصد بالصدق " قدرته على قياس ما وضع من اجله او ما يفترض الاختبار ان يقيسه سواء كان صفة بدنية ام نفسية ام مهارية ام سمة من السمات الشخصية "(2) . الصدق هو "الدرجة التي يقاس بها الاختبارات للشيء المراد قياسه"(3)

أذ يختلف الصدق وفقاً للإغراض التي يراد قياسها والاختبار الذي يجري لإثباتها وعليه استخدم الباحث الصدق الظاهري معتمداً على آراء الخبراء والمختصين الذين ابدوا بان المقياس الثقة بالنفس ملائمة لعينة البحث، ومع ذلك وجد الباحث الصدق الذاتي باستخدام الجذر التربيعي للثبات والجدول (3) يبين ذلك، ولجا الباحث إلى الصدق الظاهري من خلال توزيع المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي لإبداء آرائهم وملاحظاتهم على المقياس لتقدير مدى صدقه في تحقيق الغرض الذي وضع من اجله وقد وافق هؤلاء المختصين على استخدام مقياس الثقة بالنفس وقد حصل الباحث على صدق محتوى المقياس.

جدول (3)

يبين المعالم الإحصائية للاختبارات (معامل الثبات - معامل الصدق)

الاختبار	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق
مقياس الثقة بالنفس	درجة	0,866	0,93
ومسك وإبعاد الكرات الجانبية الأرضية	درجة	0,879	0,937
ومسك وإبعاد الكرات الجانبية العالية	درجة	0,739	0,859
مناولة قصيرة بالقدم	درجة	0,962	0,98
مناولة قصيرة باليد	درجة	0,775	0,88

درجة حرية (5) وعند مستوى دلالة (0,05)

- (1) محمد نصر الدين ؛ المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضة ، ط1 ، القاهرة : مركز الكتاب والنشر ، 2006 ، ص15 .
(2) لؤي غاتم الصمدي وآخرون ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي ، ط1 ، اربيل : 2012 ، ص102 .
(3) ليلي السيد فرحات ؛ القياس المعرفي الرياضي ؛ ط1 : (القاهرة ؛ مركز كتاب للنشر ، 2001 ، ص67 .

3-6-3 الموضوعية

أن الموضوعية " هي عدم تأثر نتائج الاختبارات او المقاييس بالعوامل الذاتية للمصحح مثل حالته المزاجية وتقديره النسبي للنتائج " (1) .
وبما أن الاختبارات المستخدمة كافة واضحة ومفهومة وبعيدة عن التقويم الذاتي للمقوم فهي تعتمد على الدرجة والزمن والتكرار لذا فهي تعد اختبارات ذات موضوعية عالية كونها لا تعطي مجالاً للتحيز ، لان الموضوعية تعني أن يكون المختبر لدية فهم كامل لما سيودي فضلاً عن تميزها بعدم إدخال العوامل الشخصية والتحرر من التحيز في أثناء الإجابة أو أداء الاختبار .

7-3 اجراءات التجربة الرئيسية .

1-7-3 الاختبارات القبليّة .

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث المتكونة من (6) حراس المرمى لمنتخب تربية الكرخ الثانية بكرة القدم للصالات وذلك من خلال توزيع استمارات لمقياس الثقة بالنفس لمعرفة مدى ثقة حراس المرمى بأنفسهم وذلك قبل ساعة من بدا الاختبارات القبليّة داخل الغرفة الخاصة للقاعة الرياضية ، وقد قام الباحث بشرح كيفية ملأ الاستمارة وتوضيح فقراتها لعينة البحث ، وقد تم ملأها خلال ساعة من قبل العينة . وبعدها قام الباحث بشرح إجراء الاختبارات الخاصة ببعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم للصالات لعينة البحث وذلك في يوم (الجمعة) المصادف 2 / 25 / 2022 الساعة (2) ظهراً في القاعة الألعاب الرياضية في السيدية .

2-7-3 التجربة الرئيسية .

بعد أن قام الباحثان بإجراء التجريبية الاستطلاعية والاختبارات القبليّة لعينة البحث وبعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية والاستفادة من التجربة الاستطلاعية وتجهيز جميع الأدوات والأجهزة الخاصة بالبحث ولتحقيق أهداف البحث عمد الباحثان على عرض فيديو تتعرض بعض الصور ومقاطع الفيديو التي توضح الحالة النفسية لبعض اللاعبين أثناء المنافسات وتعمل على تعزيز الثقة بالنفس في غرفة معزولة بداخل القاعة قبل الوحدة التدريبية إضافة إلى تطبيق التمارين الخاصة بحراس المرمى لكرة قدم الصالات والتي أعدها مسبقاً بالاعتماد على المصادر والمراجع العلمية ، إذ تم تطبيق التمارين التي قام الباحث بأعدادها على وفق التفكير البصري ، كما تم توضيحها في ملحق (7) ، إذ أنها طبقت في الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية وبإشراف مباشر من قبل الباحث وبمساعدة مدرب الفريق والفريق المساعد وبواقع (20) وحدة تدريبية أي بمعدل (7) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد أيام (الثلاثاء والخميس والسبت) ، إذ استمرت من يوم الثلاثاء الموافق (1 / 3 / 2022 ولغاية يوم الخميس 14 / 4 / 2022) في قاعة السيدية المغلقة للألعاب الرياضية ، أما زمن التمارين في الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية فقد بلغ (40) دقيقة وبذلك يكون الزمن الكلي لجميع التمارين خلال (21) وحدة تدريبية هو (840) دقيقة .

(1) إبراهيم عبد ربه وحبيب العدوي : الانتقاء النفسي تطبيقات التربية البدنية والرياضية (إدارة ، تدريب ، تعليم) ، القاهرة : مطبعة العمرانية ، 2002 ص.193

3-7-3 الاختبارات البعدية

بعد أن تم الانتهاء من تطبيق التجربة الرئيسية على حراس المرمى لكرة قدم الصالات أجرى الباحث الاختبارات البعدية لعينة البحث من خلال توزيع مقياس الثقة بالنفس وأجراء اختبارات بعض مهارات حراس المرمى بكرة قدم للصالات وذلك في يوم (السبت) الموافق 16 / 4 / 2022 الساعة (1) ظهرا على قاعة الالعاب الرياضية في السيدية .

3-8 وسائل الإحصائية :-

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (Spss) للحصول على نتائج المتغيرات الخاصة بالبحث، إذ تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية :-

- النسبة المئوية .
- الوسط الحسابي .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
- (T) للعينات المترابطة .

الفصل الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل نتائج كل من الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات عينة البحث ومناقشتها وذلك من خلال وضع جداول بيانات لبعض العمليات الإحصائية وفقا للمراجع العلمية للوصول إلى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فرضياته .

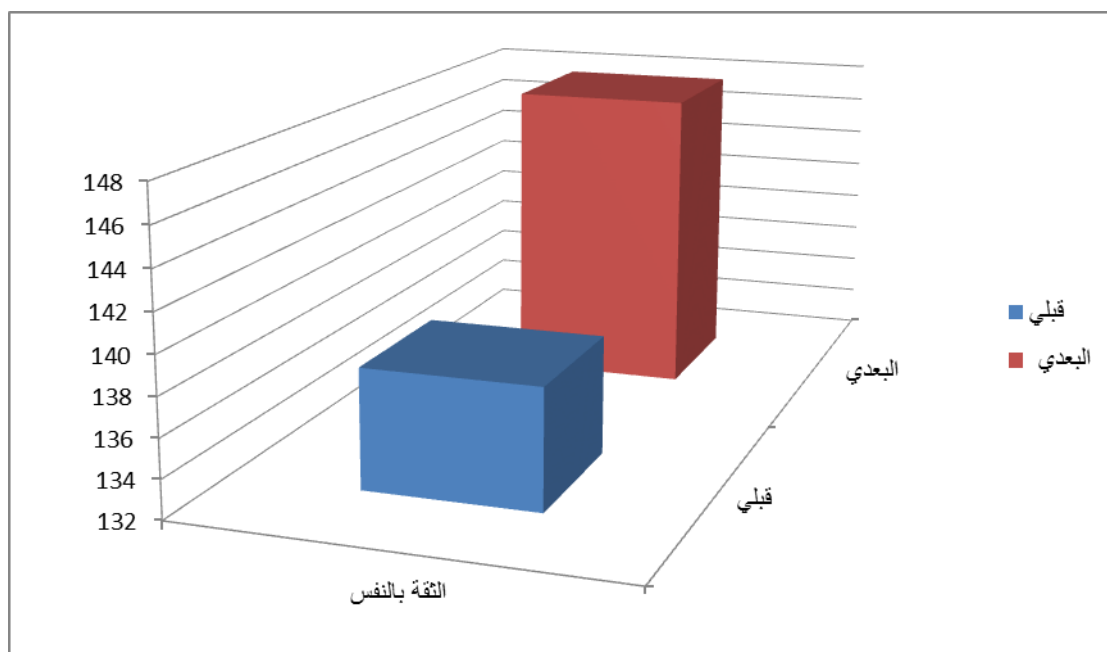
4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة - البعدية لمقياس الثقة بالنفس لأفراد عينة البحث

جدول (4)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي - البعدي والدلالة المعنوية لمتغيرات الثقة بالنفس لأفراد عينة البحث

الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ (Sig)	الدلالة
		ع	س	ع	س					
الثقة بالنفس	درجة	3,061	138,17	3,125	147,83	3,933	1,606	- 6,021	0,02	معنوي

معنوي عند درجة sig (0,05)



شكل (2)

يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمقياس الثقة بالنفس

يبين الجدول (4) وإضافة إلى ما يوضحه الشكل (2) ، نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لمقياس الثقة بالنفس بحيث أظهرت لنا نتائج الاختبارات القبلية لمقياس الثقة بالنفس ، إذ بلغ الوسط الحسابي (138,17) والانحراف المعياري (3,061). أما في الاختبارات البعدية فقد بلغ الوسط الحسابي له (147,83) والانحراف المعياري (3,125) وقد بلغ الوسط الحسابي الفرضي له (9,66) واما الانحراف المعياري للفروق فقد بلغ (3,933) وقيمة (T) المحسوبة قد بلغت (-6,021) وهي دالة إحصائياً عند مقارنتها بقيمة (Sig) التي بلغت (0,02) وعند مستوى دلالة (0,05) . وان دل على شي فهو يدل على تأثير التمرينات التي تم أعدادها على وفق التفكير البصري على عينة البحث وبذلك يكون قد تحقق الهدف الثاني من أهداف البحث فتقبل الفرضية الأولى .

1-1-4 مناقشة نتائج الثقة بالنفس لإفراد عينة البحث .

بعد عرض الثقة بالنفس الخاصة بنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث وكما موضح في جدول (4)، يدل على ان هناك فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات أبعدي في الثقة بالنفس . ويعزو الباحثان سبب تطور الحاصل لعينة البحث في هذه النتائج إلى الأثر الفعال الذي أحدثته التمرينات المعدة من قبل الباحث و للأدوات المستخدمة في التمرينات التي تم تطبيقها على حراس المرمى في القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية وقد ساعدت التمارين في تحسين ثقة حراس المرمى بانفسهم تطوير الثقة بالنفس وذلك من خلال الحركات والمهارات الحركية . وهذا ما أكده (صباح رضا 1991) " في أن الانشغال بأفعال الجمهور وتأثيراته سوف تؤثر بشكل كبير على أداء اللاعبين ويسبب لهم الشرود الذهني فيوقفهم بالخطأ الفنية والخطئية " (1) فتميزت التمارين التي تم أعدادها على وفق التفكير البصري بكونها تحاكي الأجواء التي يعيشها الحارس أثناء المباراة ولهذا فقد عملت على تحسين مستوى الثقة بالنفس لدى عينة البحث فقد تميزو بالمثابرة والاجتهاد والتنافس والعمل على تقويم أفضل ما لديهم وهذا ما تم ملاحظته طول

مدة التجربة . وهذا يؤكد ما ذكره (علاوي 1998) أن الثقة بالنفس تعطي دفعة تقدمية للإدراك الذاتي للاعب اذ ينتج عنها الرضا والشعور بالنجاح .⁽²⁾ يبقى التحدث عن أهمية وضع الأهداف مشوقاً لما فيه من تعزيز لقناعات الكثير من العاملين في المجال الرياضي وخاصة المدربين الذين يبحثون دائماً عن وسائل وأساليب تساعدهم على النجاح في عملهم التدريبي بعيداً عن الأنماط التقليدية في التدريب لا تربط جوانب التدريب بالعوامل النفسية وبضمنها الثقة بالنفس، لذلك وضع (أسامة راتب 1994) جملة من الفوائد تحققها عملية وضع الأهداف خلال الممارسة الرياضية وهي:

- 1- تحسين الأداء.
- 2- تحسين نوعية الممارسة.
- 3- المساعدة على التخلص من الملل مما يجعل التدريب أكثر تحدياً.
- 4- تنمية الشعور بالفخر والرضا والثقة بالنفس.⁽³⁾

(1) صباح رضا واخرون ؛ كرة القدم للصف الثالث ، الموصل : دار الحكمة للطباعة ، ص 324 .

(2) محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط1 ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، ص 285 .

(3) أسامة كامل راتب ؛ الأسس النفسية لبناء الهدف في المجال الرياضي ؛ القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 ، ص 11.

لذا يرى الباحثان ان السبب في ظهور الفروق بين نتائج الاختبارات وإلى صالح نتائج الاختبارات البعدي يعود إلى أهمية التمارين ودورها في وضع الأهداف والعمل على خلق دافعية لاعبين في تحقيق التحسن في الأداء ويذكر (سبينك 1992) حول العلاقة بين وضع الأهداف والدافعية وعلاقة ذلك بتقدم مستوى الأداء في المجال الرياضي إذ يشير بان "مفهوم الدافعية يتضمن الأسباب وراء اختبار مسار ما نحو الهدف وبالتالي ترتبط الدافعية بمستوى الشدة التي يتم من خلالها ملاحظة الهدف بجانب درجة المثابرة التي يمكن من خلالها تحقيق الهدف"⁽¹⁾ وكما يرى الباحثان ان تفوق نتائج الاختبارات البعدي على نتائج الاختبارات القبلي للثقة بالنفس يعود الى كون التمارين تحاكي اجواء اللعب وتعمل على زيادة تركيزهم اثناء الاداء وخلق دوافع ورغبة للعمل على تقديم افضل ما لديهم ونلاحظ ذلك من خلال المثابرة والاجتهاد والتنافس الذي خلق بين حراس المرمى خلال فترة التجربة .

(¹) Spink K: Strategies enhancing motivation, USA, the I.A.A.F. quarterly magazine, vol. 17. No. 1992 p.p 39. 42.

الفصل الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 الاستنتاجات .

خلال النتائج والعمليات الإحصائية للاختبارات التي حصل عليها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:-

- 1- استخدام الباحثان لمقياس الثقة بالنفس أثرت بشكل إيجابي في تطوير الثقة بالنفس ولدى حراس المرمى بكرة القدم الصالات .
 - 2- أن زيادة عدد المحاولات للتمرينات الخاصة مع استخدام الإشكال والرموز أدت بشكل إيجابي واضح على الاختبارات البعدية لحراس المرمى بكرة القدم للصالات ويظهر ذلك واضح من خلال النتائج الإيجابية التي تم الحصول عليها .
 - 3- أن استخدام مقياس الثقة بالنفس قد أدى لمتغيرات إيجابية في الاختبارات مناولة القصيرة باليد ومناولة القصيرة بالقدم ولكن لم تكن لها تأثير إيجابي في اختيارات مسك وأبعاد الكرات الجانبية الأرضية والعالية لدى حراس المرمى بكرة القدم الصالات.
- #### 2-5 التوصيات .

بناءً على ماتوصل إليه الباحثان من النتائج التحليل للبيانات الإحصائية واستنتاجات يضع الباحثان التوصيات الآتية :

- 1- العمل على الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية باستخدام التمرينات الخاصة (شبكات التفكير البصري) في التدريب وإعطائها الأهمية الكبيرة في أثناء الوحدات التدريبية في مدة الإعداد الخاص لحراس المرمى لكرة القدم للصالات ، لما لها من أهمية في تطوير الجانب الفكري والتصورات لحراس المرمى لكرة القدم للصالات .
- 2- الاهتمام بتنوع الوسائل والأدوات المستخدمة في الوحدة التدريبية معاً والعمل على جعلها تنسجم مع متطلبات حراس المرمى بكرة القدم للصالات .
- 3- يمكن استخدام التمرينات الخاصة التي استخدمها الباحث في شبكات التفكير البصري على حراس المرمى لكرة القدم الصالات على الشباب والمتقدمين .
- 4- إجراء دراسات مشابهة تستخدم التمرينات زيادة الثقة بالنفس على فعاليات أخرى جماعية وعلى فئات عمرية مختلفة .

المصادر

- وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهج ، ط1 ، عمان : دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001.
- محمد نصر الدين ؛ المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضة ، ط1 ، القاهرة : مركز الكتاب والنشر ، 2006 .
- محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط1 ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر 1999 .
- ليلي السيد فرحات ؛ القياس المعرفي الرياضي ؛ ط1 : (القاهرة ؛ مركز كتاب للنشر ، 2001 .
- لؤي غانم الصميدي وآخرون ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي ، ط1 ، اربيل : 2012.
- ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث في التربية الرياضية ، الموصل : مطابع جامعة الموصل ، 1988

- إيمان حمد شهاب وسكينة شاكر حسن : الاختبارات والمقاييس النفسية في المجال الرياضي ، بغداد : مكتب اليمامة للنشر والتوزيع ، 2018
- أكرم عدنان نغيش: تحديد مستويات معيارية لأهم القدرات البدنية والمهارية كمؤشر لانتقاء حراس المرمى الشباب لكرة القدم للمصالات ، بحث منشور ، جامعة القادسية : كلية التربية الرياضية ، 2017
- أسامة كامل راتب ؛ الأسس النفسية لبناء الهدف في المجال الرياضي ؛ القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 .
- ابراهيم عبد ربه وحبیب العدوي : الانتقاء النفسي تطبيقات التربية البدنية والرياضية (ادارة ، تدريب ، تعليم) ، القاهرة : مطبعة العمرانية ، 2002 .
- صباح رضا واخرون ؛ كرة القدم للصف الثالث ، الموصل : دار الحكمة للطباعة .

Sources

- 1- (1) Spink K: Strategies enhancing motivation, USA, the I.A.A.F. quarterly magazine, vol. 17. No. 1992 p.p 39. 42.
- 2.Wajih Mahjoub: The Principles of Scientific Research and Methods, 1st Edition, Amman: Dar Al-Mahjub for Publishing and Distribution, 2001, p. 163.
1. Majeed Raysan Khreibet: Research Methods in Physical Education, Mosul: Mosul University Press, 1988, p. 41.
2. Eman Hamad Shehab and Sakina Shaker Hassan: Psychological tests and measures in the sports field, Baghdad: Al Yamamah Publishing and Distribution Office, 2018, pg. 99
3. Akram Adnan Naghish: Determining standard levels for the most important physical and skill abilities as an indicator for selecting young goalkeepers in futsal football, published research, Al-Qadisiyah University: College of Physical Education, 2017, p. 14 .
4. ()Spink K: Strategies enhancing motivation, USA, the I.A.A.F. quarterly magazine, vol. 17. No. 1992 p.p 39. 42.

The effectiveness of exercises according to networks of visual thinking in the self-confidence of goalkeepers in futsal football

Abstract

At the beginning of the research and its importance, the two researchers touched on the interest in training goalkeepers in football for the halls, by introducing aids in the training process that contribute to preparing them within exercises according to the visual thinking network in improving self-confidence.

As for the problem of the research, the researchers found by looking at the exercises in the football education teams for the halls and by noting a discrepancy in the level of skill performance of goalkeepers, which is attributed to poor self-confidence due to the lack of attention to the psychological aspect as well as the lack of use of the necessary tools allocated in the training units, which are It increases the motivation of goalkeepers to continue and perform with more motivation, as well as the development of the most important aspect is visual thinking, the most important of which is (symbols, images,) and thus these tools serve goalkeepers with the psychological aspect, thinking and performance in general. The study aimed to know the effect of exercises on self-confidence. Knowing the effect of exercises on some goalkeepers' skills in futsal football. As for the research hypotheses, there are statistically significant differences between the results of the tribal tests and the results of the post tests for self-confidence in favor of the post tests for the sample under study.

The researchers also touched on several researches related to training aids to learn about the basic skills and qualities needed by the goalkeeper. Some models of previous studies and similar to the research were presented to take advantage of them

The researchers used the experimental method by designing a single group with a pre- and post-test to suit the nature of the study, as the research community was determined by goalkeepers, the second Baghdad educator, Karkh, and the research sample was chosen by the deliberate method, which numbered (6), where the exploratory experiment was conducted on (2) goalkeepers. They are from the research sample, then the researcher used the tribal tests for the research sample and then applied the special exercises using the means and tools prepared by the researchers, where he applied them in the main part of the training units

A number of conclusions were reached, including:

-The researchers' use of the self-confidence scale positively affected the development of self-confidence and goalkeepers in futsal football.

-The two researchers used special exercises within the visual thinking networks that I used in the main experiment to have a positive effect on the skill performance of short hand handling and short foot handling for the skills of goalkeepers in futsal football for players, as the results showed a clear superiority of the experimental group in the post tests over the tribal tests.

In light of the conclusions reached by the researcher recommends the following: Working to benefit from the results of the current study by using special exercises (visual thinking networks) in training and giving them great importance during the training units during the special preparation period.

For futsal goalkeepers, because of their importance in developing the intellectual side and perceptions of futsal goalkeepers.

2-Attention to diversify the means and tools used in the training unit together and work to make them consistent with the requirements of goalkeepers in football for the halls.

key words: visual thinking networks, Self-assurance, futsal soccer goalkeepers