الفصل الثاني
تحليل و مناقشة النتائج

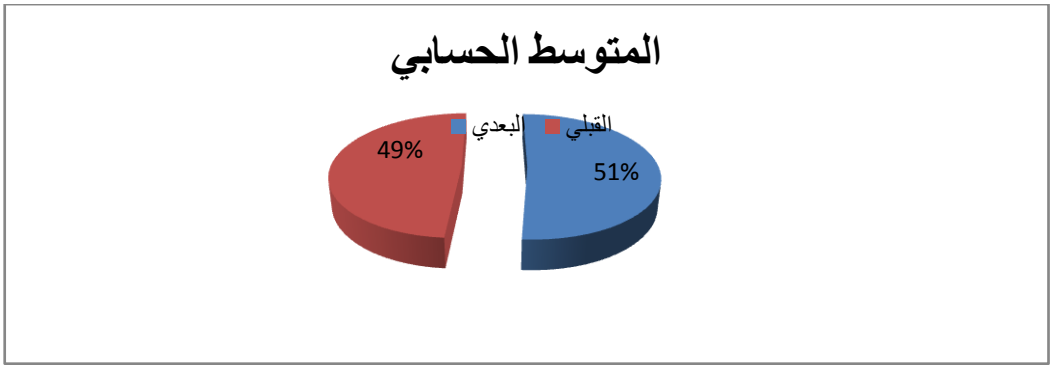
1- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات:

1-1 المرحلة الأولى :

1-1-1 الجدول رقم 04 :يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) لاختبار التركيز والانتباه للمرحلة الأولى :

الاختبارات	اختبار التنطيط بالزمن للمرحلة الأولى	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	12.51	11.93
الانحراف المعياري	1.36	1.23
ت المحسوبة	3.12	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (04): يبن فارق الدلالة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لقياس مدى سيطرة اللاعب على التركيز الانتباه ومدى مقدرته على التحكم فيها .



التمثيل البياني رقم - 01- الاختبار التركيز و الانتباه

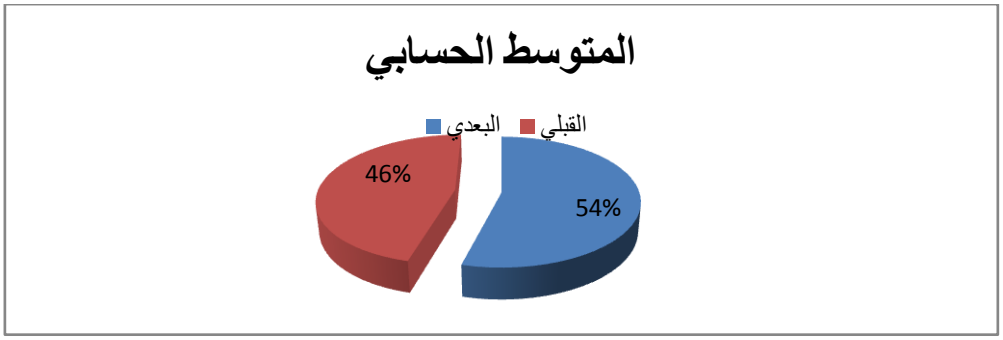
من خلال الجدول رقم (04) يتبن أن المجموعة التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسطا حسابيا قدره 12.51 وانحرافا معياريا 1.36 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 11.93 والانحراف المعياري 1.23 في حين بلغت قيمة ت المحسوبة 3.12 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وكل هذا يعني وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي والبعدي وهو لصالح الاختبار البعدي، مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

2-1-1 **الجدول رقم 05 :**

يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) لاختبار التمرير بالنقاط للمرحلة الأولى :

الاختبارات	اختبار التمرير للمرحلة الأولى	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	6.35	7.46
الانحراف المعياري	2.77	1.29
ت المحسوبة	3.54	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (05): يبن فارق الدلالة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للتمرير لقياس دقة التمرير على الأهداف المرسومة . (ت) ستودنت الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسبا للمقارنة .



التمثيل البياني رقم -02 - لاختبار التمرير على الحائط بالنقاط

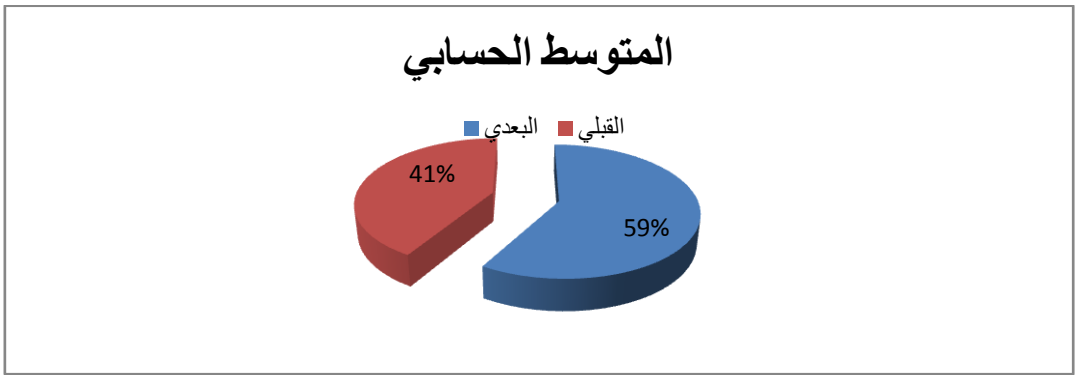
من خلال الجدول رقم (05) يتضح أن المجموعة التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسطا حسابيا قدره 6.35 وانحرافا معياريا قدره 2.77 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 7.46 وانحراف معيار يقدره 1.29 في حين بلغت قيمة ت المحسوبة 3.54 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية التي قدرت بـــ 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وهذا يعني وجود فرق معنوي بين الاختبارين وهو لصالح الاختبار البعدي مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

3-1-1 الجدول رقم 06 :

يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) لاختبار التصويب من 04 مناطق مختلفة بالنقاط للمرحلة الأولى :

الاختبارات	اختبار التصويب من أربعة مناطق مختلفة للمرحلة الأولى.	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	1.39	1.96
الانحراف المعياري	0.91	0.96
ت المحسوبة	3.04	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (06): يوضح فارق الدلالة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للتصويب من أربعة مناطق في اختبار دقة قياس التصويب . (ت) ستودنت الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسبا للمقارنة .



التمثيل البياني رقم -03 - لاختبار التصويب من 04 مناطق مختلفة بالنقاط

من خلال الجدول رقم (06) الذي يبين المجموعة والتي التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسطا حسابيا قدره 1.39 وانحراف معياري قدره 0.91 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 1.96 والانحراف المعياري 0.96 في حين بلغت قيمة ت المحسوبة 3.04 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وهذا يعني وجود فرق معنوي بين الاختبارين وهو لصالح الاختبار البعدي مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

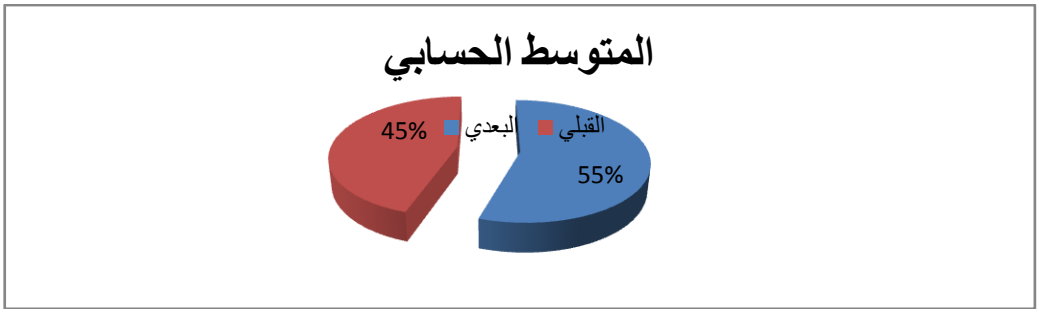
2-1 المرحلة الثانية:

1-2-1 الجدول رقم 07 :

يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) لاختبار الانتباه و التركيز . (ت) ستودنت الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسبا للمقارنة .

الاختبارات	اختبار قياس الرشاقة والدقة في التنطيط والتصويب	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	4.60	5.64
الانحراف المعياري	1.52	2.18
ت المحسوبة	3.19	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (07): يوضح فارق الدلالة بين الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الانتباه و التركيز .



التمثيل البياني رقم – 04– لاختبار الانتباه و التركيز

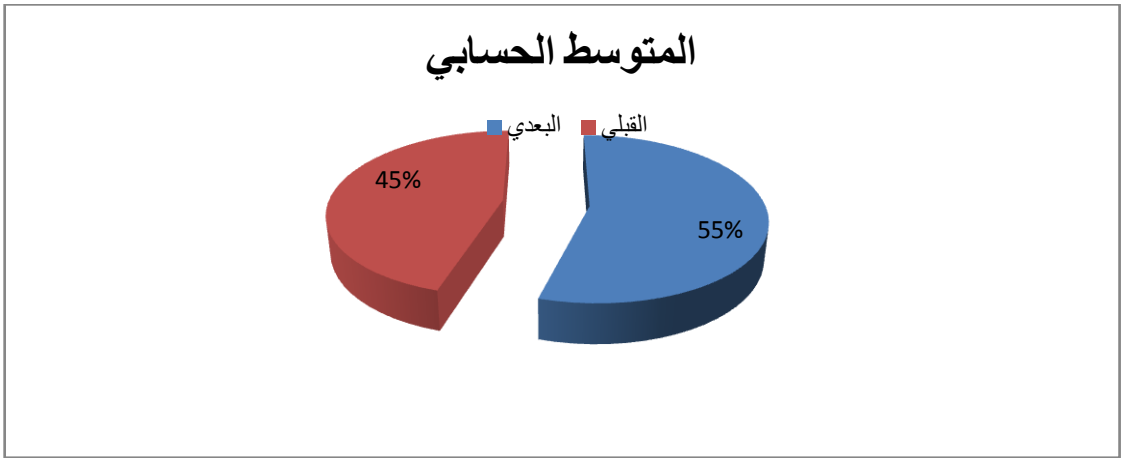
من خلال الجدول رقم (07) إن المجموعة التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسط حسابي قدره 4.60 وانحراف معياري قدره 1.52 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 5.64 والانحراف المعياري 2.18 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.19 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وهذا يعني أن هناك وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي وهو لصالح هذا الاختبار الأخير، مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

1-2-2 الجدول رقم 08 :

يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) في اختبار التمرير للمرحلة الثانية .

الاختبارات	اختبار قياس دقة التمرير على الهدف المرسوم	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	5.96	7.17
الانحراف المعياري	2.72	2.61
ت المحسوبة	4.51	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (08): يوضح فارق الدلالة بين الاختبار القبلي والبعدي في اختبار قياس دقة التمرير. (ت) ستودنت الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسبا للمقارنة .



التمثيل البياني رقم – 05– اختبار التمرير

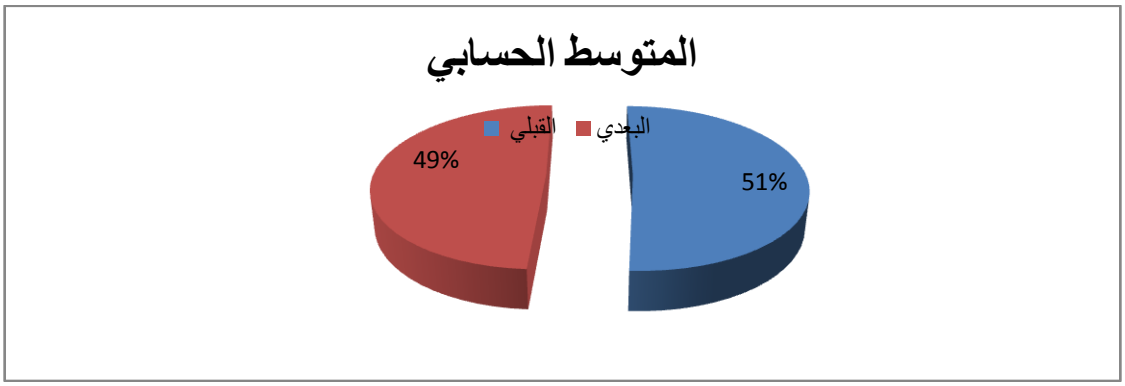
تبين من خلال الجدول رقم (08) أن المجموعة التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسط حسابي قدره 5.96 وانحراف معياري قدره 2.72 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 7.17 والانحراف المعياري 2.61 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.51 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وهذا يعني أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي وهو لصالح هذا الاختبار الأخير، مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

1-2-3 الجدول رقم 09 :

يوضح فارق الدلالة بين المرحلة الأولى (الاختبار القبلي) والمرحلة الثانية (الاختبار البعدي) في اختبار االتصويب بالزمن للمرحلة الثانية . (ت) ستودنت الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسبا للمقارنة .

الاختبارات	اختبار قياس الدقة في التصويب في مهارة التسديد	
المراحل	المرحلة1 (الاختبار القبلي)	المرحلة2 (الاختبار البعدي)
العينة	12	12
المتوسط الحسابي	21.66	20.89
الانحراف المعياري	2.15	1.84
ت المحسوبة	3.84	
ت الجدولية	2.10	
الدلالة	دال إحصائيا	

الجدول رقم (09): يوضح فارق الدلالة بين الاختبار القبلي و البعدي التصويب في **مهارة التسديد** لاختبار قياس دقة والتوافق.



التمثيل البياني رقم – 06– اختبار التنطيط + التصويب بالزمن

تبين من خلال الجدول رقم (09) أن المجموعة التجريبية حققت في الاختبار القبلي متوسط حسابي قدره 21.66 وانحراف معياري قدره 2.15 وفي الاختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي 20.89 والانحراف المعياري 1.84 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.84 وهي أكبر قيمة من ت الجدولية 2.05 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 وهذا يعني

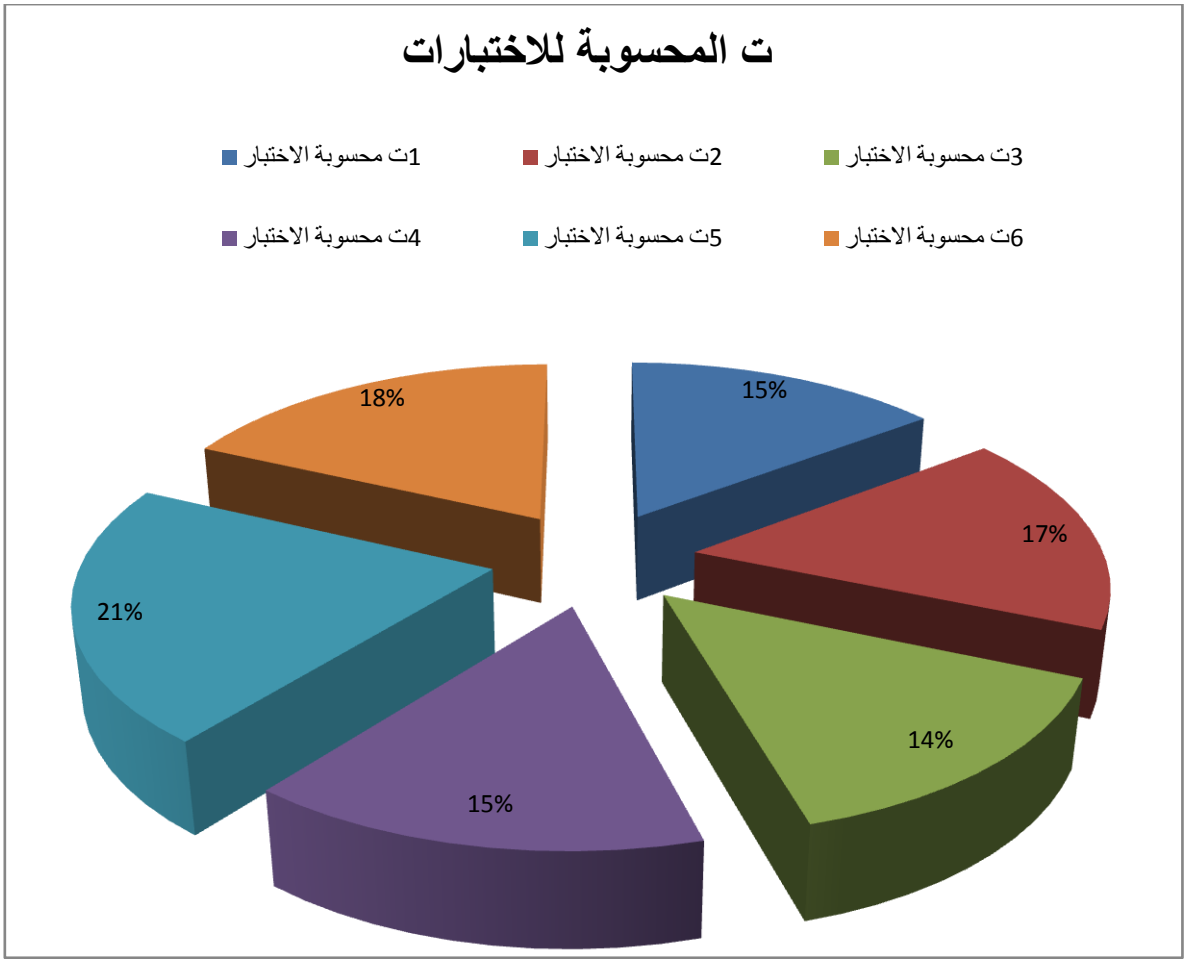
أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي وهو لصالح هذا الاختبار الأخير، مما يدل على وجود دلالة إحصائية .

-عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية :

أولا : نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة الضابطة :

	قبلي		بعدي				
المقاييس إحصائية / **الاختبارات**	س1	ع1	س2	ع2	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
اختبار الانتباه و التركيز.	27.65	4.17	26.05	4.17	4.17	2.26	دال إحصائيا
مهارة التسديد	21.66	2.15	20.89	1.84	3.84	2.26	دال إحصائيا
اختبار قياس دقة التمرير	7.17	2.61	5.96	2.72	4.51	2.26	دال إحصائيا
اختبار قياس الرشاقة والدقة في التسديد.	5.64	2.18	4.60	1.52	3.19	2.26	دال إحصائيا
اختبار التسديد من أربعة مناطق مختلفة للمرحلة الأولى.	1.96	1.39	0.96	0.91	3.04	2.26	دال إحصائيا
اختبار التمرير	11.93	12.51	1.23	1.36	3.12	2.26	دال إحصائيا

جدول رقم (10) : الاختبارات القبلية والبعدية للعينة الضابطة



التمثيل البياني رقم – 07– للاختبارات القبلية والبعدية للعينة الضابطة

عرض نتائج العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة التسديد في كرة اليد لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

جدول(11) قيم الأوساط والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط لتركيز الانتباه ودقة التسديد في كرة اليد

المهارة	R المحسوبة	R الجدولية	الدلالة
تركيز الانتباه التصويب	0.12	0.32	غير معنوي

يبين الجدول (11) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط المحسوبة لتركيز الانتباه ودقة التصويب بكرة الطائر لأفراد عينة البحث، إذ قيمة معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (0.12) وهو اصغر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (0.32) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 10 وهذا يدل على عدم وجود علاقة بين تركيز الانتباه ومهارة دقة التسديد في كرة اليد لدى أفراد عينة البحث.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ان المتعلمين المبتدئين يكون من الصعب عليهم ان يركزو انتباههم بشكل كبير على أداء التسديد بكرة اليد لوجود مشتتات انتباه كثيرة فهو يركز اهتمامه على طريقة الأداء وكذلك ينتبه لوجود المدرس والزميل مما يزيد من صعوبة تركيز انتباهه على إصابة الهدف،وبهذا الخصوص يذكر نبيل محمود (2008)" ان تشتيت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبيا في الأداء" (شاكر، 2008) ،كما وان المتعلمين الجدد لا يمتلكون خبرات حركية في مجال الأداء يكون من الصعب عليهم أداء التصويب بشكل متقن كون هذه المهارة تحتاج إلى تكرارات وممارسة كثيرة للوصول إلى عملية الإتقان، ، مما أدى إلى ضعف مستوى الأداء المهاري،" فالرياضي الذي يمتلك تركيز ضعيف هو الذي لا يستطيع ان يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص".[1].

*** من خلال النتائج المتحصل عليها من الاختبارات نستنتج ما يلي :** إن هذا التحسن والتطور الكبير لدى اللاعبين في الأداء مهارات ببراعة وسهولة يخول لنا القول بأن البرنامج التدريبي كانت له فعالية عالية وكبيرة وهذا ما يثبت لنا بدرجة كبيرة فرضيتنا التي تقول بأن للقوة دور إيجابي في تحسين المهارات الأساسية في كرة اليد.

[1] - John syer; Sporting body sporting mind: united king on Cambridge 1983, p90

4-1. مناقشة نتائج الفرضيات:

نتائج الفرضية الأول:

التي تنص على: هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمهارات العقلية في تنمية الانتباه و تركيز لدى لاعبي كرة اليد.

كما تؤكد الدراسة (الزهيري:1996) وهو من إحدى العمليات العقلية التي تتعلق بالفعل الحركي التي تؤدي دورا مهما في المجال الرياضي [1]،كما ورد عن(الكاتب الضمد2000) " يقصد بتركيز الانتباه بأنه قدرة الفرد على بلورة انتباهه في موضوع معين (نشاط) وعزل تفكيره بما يحيط بهذه الظاهرة".[2]

تأكد نتائج الجدول 07 من الاختبار على وجود دلالة إحصائية و منه نستنتج أن الفرضية الأولى قد حققت.

نتائج الفرضية الثانية:

التي تنص على: هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمهارات العقلية في تنمية مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد و جاءت نتائج الفرضية الثانية مثل ما (قال القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية).

و منه نستنتج إن الفرضية الثانية قد حققت.

نتائج الفرضية العامة:

التي تنص على: للمهارات العقلية تأثير على مهارة دقة التسديد لدى لاعبي كرة اليد.

نستنتج من هذه الإجابات من الجدول 10 على إن المهارات العقلية مهم لتعلم المهارات الرياضية. و منه نستنتج إن الفرضية العامة قد حققت.

[1]- الزهيري، سبهان محمود: المرجع السابق ،ص29.

[2]- الضمد، عبد الستار جبار: المرجع السابق ،ص25.

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها واستنادا إلي المعالجة الإحصائية وتحليل النتائج وفي حدود عينة البحث، توصل الباحث إلي الاستخلاصات الآتية:

ومن خلال موضوع بحثنا هذا وبعد تحليل النتائج توصلنا إلى النتائج التالية :

١. يتميز ممارسي نشاط كرة اليد على غير الممارسين في مستوى القدرة على التفكير.

٢. وجود علاقة ارتباط ضعيفة بين مستوى تركيز الانتباه و مهارة دقة التسديد في كرة اليد لدى أفراد عينة البحث.

٣. وجود علاقة ارتباط معنوية بين الإدراك الحس حركي ومهارة التسديد بكرة اليد لدى أفراد عينة البحث.

٤. بعد الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة اليد يختلف عن نظيره في رياضات أخرى.

٥. بعد التصميم لدى لاعبي كرة اليد يختلف عن نظيره رياضات أخرى.

٦. بعد ضبط النفس لدى لاعبي كرة اليد يختلف عن نظيره رياضات أخرى.

٧. بعد التدريبية لدى لاعبي كرة اليد يختلف عن نظيره رياضات أخرى.

الاقتراحات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة لتسليط الضوء على أهمية ودور المهارات العقلية على لاعبي الكرة اليد، وعلى ضوء النتائج المسجلة من خلال أسئلة الاختبار الموجهة للاعبين والتي نأمل أن تكون بناءة لتخدم كل من يهمه الأمر سواء كان مدربا أو لاعبا لتساعدهم في تجنب العديد من المشاكل التي يعيشونها في أجواء المنافسة كما أن اختلاف الظروف الزمانية واختلاف الخبرة واختلاف شخصية اللاعبين ونوعية المنافسة، تؤثر على مردود اللاعب ونفسيته، ولهذا يجب على المدرب البحث في مختلف الوسائل والطرق لضمان وحدة الفريق، وخلق الجو المناسب لخوض غمار المنافسات وتحقيق نتائج ايجابية ومن أجل هذا نتقدم بهذه الاقتراحات والتوصيات .

- الاهتمام بتنمية تركيز الانتباه لما له أهمية كبيرة في أداء الكثير من المهارات الأساسية في كرة اليد.
- الاهتمام بتنمية الإدراك الحس حركي لأهميته الكبيرة في تعلم وإتقان المهارات الأساسية في كرة اليد.
- دراسة العلاقة بين المهارات العقلية وأداء المهارات الأساسية الأخرى في لعبة كرة اليد.
- الاهتمام بالمهارات العقلية الأساسية والمهارات العقلية التخصصية لمهارة تسديد المواجه من أعلي في الكرة اليد كطريقة نحو الاستفادة من التدريب العقلي في المجال التعليمي حيث أنه أحد الأبعاد الرئيسية في العملية التعليمية الحديثة.

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج عن مدى أهمية نسب التوزيع للمهارات العقلية في الكرة اليد وذلك من حيث نوع المهارة والظروف المحيطة بالعملية التعليمية والفروق الفردية بين اللاعبين، يجب فى هذا المجال أن:

- يراعى فى تدريبات الاسترخاء العضلي التركيز على أهم العضلات المؤثرة فى الأداء(الرجلين – الذراعين – الجذع).
- يراعى فى تدريبات التصور العقلي أن يكون اتجاه التدريب نحو تنمية أهم ابعاد التصور العقلي المرتبطة بمهارة التسديد المواجه من اعلي في الكره اليد .

- ينبغى إعطاء مساحة أكبر لتدريبات تركيز الانتباه نظراً لأهميتها كمتطلب أساسي لضمان تحسين مستوى الأداء .
- اتباع مبادئ وضع الأهداف من بداية البرنامج التعليمي .
- ضرورة تعليم وتنمية المهارات العقلية لطالبات بجانب تنمية القدرات البدنية والمهارات الأساسية، مع أهمية العمل على تخصيص الوقت المطلوب للتدريب العقلي داخل دروس الكرة اليد لباقي المهارات .
- خلق الاتجاه الإيجابي نحو برامج التدريب العقلي ودورها فى العملية التعليمية حتى يمكن تحقيق الأهداف،وعدم بذل الجهد فيما لا يعود بالفائدة على الطالبات .
- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريب العقلي لتحسين مهارة التسديد المواجه من أعلى في تدريب الكرة اليد.

خـــــــــــاتمة:

إن دراستنا لهذا الموضوع لم تكن عشوائية أو من قبل الصدفة بل كانت نابعة من اقتناع لما قد ينعكس إيجابا أو سلبا على لاعبي الكرة اليد لدى الأكابر.

فمن بين أسباب تألق أي رياضة واحتلالها مكانة مرموقة هو سهر القائمين عليها وبذلهم مجهودات وتضحيات كبيرة لإعطائها العناية الكاملة والكافية من أجل الاستمرارية والتطور.

ونحن في هذا البحث المتواضع حاولنا إزالة الغبار عن مدى أهمية ودور المهارات العقلية على فاعلية الدقة عند للاعبين كرة اليد حيث لم يعط لهم الأهمية الحقيقية باعتباره شيء ثانوي لكن من خلال هذا البحث تبين لنا أن لها وأهمية بالغة في الحفاظ على اداء الرياضي في الفريق ، وفي الرفع من أداء اللاعبين في الكرة اليد.

وتوصلنا من خلال نتائج الاختبار الموجه للاعبين أنه حقيقة تعتبر كل من المهارات العقلية في التأثير إيجابا على اللاعبين ومردود المهارات إذا أعطي لهما الدور والأهمية اللازمة من طرف المدربين في التدريب ، وينبغي كذلك على المدرب أن يبحث عن مختلف الوسائل والطرق التي يستطيع استخدامها لضمان عدم تأثر المؤهلات والقدرات البدنية للاعبين ، وينبغي كذلك على المدرب معرفة وتفهم جميع مشاكل اللاعبين ، ودون ضغط أو انفعال عليه في إطار جو أخوي يسمح للاعبين باستقبال النصائح والإرشادات والتعليمات بارتياح كبير ، وبالتالي يسهل عليهم الدخول في المنافسات بمعنويات مرتفعة ، وهذا ما ينعكس بالإيجاب على وحدة الفريق وتماسكه بالإضافة إلى تحقيق نتائج إيجابية.