



فاعلية برنامج ارشادي في القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب من القفز

بكرة اليد للطلاب

أ.د. فاضل كردي الشمري/العراق. جامعة الكوفة. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

fadelkalshammari@uokufa.edu.iq

م. م. كونا نجم الدين كريم/العراق. مديرية تربية السليمانية

sportgona@yahoo.com

م.د. علاء جاسم محمد/العراق . جامعة تكريت. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

alaa.jasim@tu.edu.iq

الملخص

يعاني بعض الطلبة احيانا من صعوبة في دقة اداء المهارات الاساسية بكرة اليد بسبب تنوع فعالياتها ومهاراتها الهجومية والدفاعية مما قد يقودنا الى انها قد تكون مشكلة نفسية تؤثر على القدرات العقلية وبالتالي تؤثر على اداء المهارات وحيانا تظهر عليه علامات التعب فتؤدي إلى فقدان التركيز وضعف الانتباه والادراك وعدم الثقة بالنفس واللامبالاة في أداء ودقة الجانب المهاري . وقد حققت مناهج وبرنامج الإرشاد النفسي أثرا في رفع مستويات الطلبة البدنية والمهارية والنفسية ، ويأتي البحث في محاولة للكشف عن تأثير جلسات ارشادية معرفية سلوكية ودورها في القدرات العقلية وتطوير دقة المهارات الاساسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ويهدف البحث الى التعرف على مستوى القدرات العقلية لطلاب كلية التربية الرياضية واعداد برنامج ارشادي معرفي سلوكي في القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد للطلاب ، وايضا التعرف على فاعلية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد للطلاب ، ويفترض الباحثون ان هنالك تأثير ايجابي للبرنامج المعرفي السلوكي في القدرات العقلية ودقة واداء مهارتي المناولة والتصويب من القفز بكرة اليد للطلاب ، وقد حدد الباحثون مجتمع البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الكوفة وعددهم (٦٨) وتم اختيار عينة البحث وعددهم (٢٠) طالب وقد قسمت الى المجموعتين الضابطة والتجريبية كل مجموعة (١٠) طلاب . وبعد ان تم تطبيق التجربة الرئيسية عليهم تم تحليل ومعالجة النتائج باستعمال (SPSS) ، وقد توصل الباحثون الى النتائج ومنها ظهرت فروقا حقيقية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التي استخدمت البرنامج الإرشادي في مستوى القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب وان للبرنامج الإرشادي المبني على وفق نظرية العلاج الواقعي والقائم على أساس طريقة الإرشاد الجمعي ومن خلال أسلوب المناقشات الجماعية كان له الأثر الواضح في تحسين مستوى اداء المهارات الاساسية الاخرى

الكلمات المفتاحية: البرنامج الارشادي ، القدرات العقلية ، المناولة والتصويب ، كرة اليد .



The effectiveness of a counseling program on mental abilities and the accuracy of handling and shooting skills from jumping Handball for students

prof. Dr. Fadel Kurdi Al-Shammari

Iraq. University of Kufa. College of Physical Education and Sport Sciences

fadelkalshammari@uokufa.edu.iq

M.KUNA Najm Al-Din Karim

Iraq. Sulaymaniyah Education Directorate

sportgona@yahoo.com

Dr. Alaa Jassim Muhammad

Iraq. Tikrit University. College of Physical Education and Sport Sciences

alaa.jasim@tu.edu.iq

Abstract

Some students sometimes suffer from difficulty in accurately performing the basic handball skills due to the diversity of its activities and its offensive and defensive skills, which may lead us to the fact that it may be a psychological problem that affects mental abilities and thus affects the performance of skills, and sometimes signs of fatigue appear on it, which leads to loss of focus, poor attention and perception, and lack of Self-confidence and indifference in the performance and accuracy of the skill side. The psychological counseling curricula and program have achieved an impact in raising students' physical, skill and psychological levels. The research comes in an attempt to reveal the effect of behavioral and cognitive counseling sessions and their role in mental abilities and the development of the accuracy of basic skills among students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. The research aims to identify the level of mental abilities. For students of the Faculty of Physical Education and the preparation of a cognitive-behavioral guidance program in mental abilities and the accuracy of my handling and shooting skills with handball for students, as well as identifying the effectiveness of the cognitive-behavioral guidance program in mental abilities and the accuracy of my handling and shooting skills with handball for students, and the researchers assume that there is a positive effect of the cognitive-behavioral program on abilities The mentality, accuracy and performance of the skills of handling and shooting from jumping handball for students. The researchers identified the research community and they are students of the second stage in the College of Physical Education and Sports Science at the University of Kufa and their number is ٦٨ The research sample was selected and their number is ٢٠ students. A group of ١٠ students. After the main experiment was applied to them, the results were analyzed and processed using (spss), and the researchers reached the results, among which real differences appeared between the two groups and in favor of the group that used the counseling program in the level of mental abilities and the accuracy



of my handling and shooting skills, and that the counseling program is based on the theory of realistic treatment And based on the method of group counseling and through the method of group discussions, it had a clear impact on improving the level of performance of other basic skills

Keywords: counseling program, mental abilities, handling and shooting, handball

١- المقدمة:

أن العملية التعليمية تمكن المتعلم من الحصول على الاستجابات المناسبة والمواقف الملائمة ، إذ إن عملية التعليم هي إحدى المحركات الأساسية الهامة لبناء الأجيال من خلال الاستخدام الأمثل للقدرات البشرية والعلمية لاسيما المبدعين في المجتمع وذلك من خلال العناية بهم والعمل على تنمية مواهبهم على وفق مناهج معرفية متقدمة يمكن أن توفر القاعدة المناسبة لمخرجات علمية تؤدي دورها الهام في المجتمع .

وان السلوك المعرفي هو احد اشكال السلوك الانساني الذي اثار فضول الانسان حول قضايا الادراك والتفكير والانتباه ولما كان العقل البشري والسلوك الانساني هذا القدر من الاهمية قام العديد من الباحثين في تصميم واعداد برامج معرفية سلوكية هدفها تنمية بعض القدرات والدافعية العقلية وفي ذلك انعكاس على الاداء الرياضي ايجابي بشكل عام وقد حققت مناهج وبرامج المعرفية والسلوكية أثرا في رفع مستويات اللاعبين البدنية والمهارية والنفسية أهمية في إبراز قدراتهم وإمكانياتهم وفي استمرار الأداء بنفس الكفاءة للفعاليات التي تحتاج إلى جهد متعاقب ولأوقات طويلة ، ولعبة كرة اليد تحتم على اللاعب الحركة المستمرة بالملعب وذلك لتتعدد فعاليتها ومهاراتها الهجومية والدفاعية وتعد ايضا من الألعاب التي تمتاز بكثرة متطلباتها وواجباتها الحركية والمهارية التي ينبغي على المبتدئين تعلمها وإتقانها والإمام بالجوانب الفنية والعلمية الخاصة فهي من الألعاب الفرعية التي تمتاز بعناصر التشويق والأثارة والمتعة لممارستها والتي تحتاج عند تعلم المبتدئين إلى وقت وجهد كبيرين وذلك لصعوبة فن اللعب وان القدرات العقلية تلعب دورا كبيرا في تعلم واداء مهارتها الاساسية وان تعلم اي مهارة يقودنا الى القدرات العقلية كجانب رئيسي في تحقيق التعلم اذ لا يخفى ان للذكاء والتصور والانتباه والادراك هي محددات اساسية لعملية التعلم ويمكن القول بانها عامل مهم وفعال في تحديد نتائج الكثير من الفعاليات الرياضية وللقدرات العقلية التي يتمتع بها الحكم الدور الفعال أيضا في المساعدة على اتخاذه في اللحظة المناسبة ، كما تتجلى حاجة المتعلم الى القدرات العقلية - سواء كانت فطرية ام مكتسبة - في كيفية فهمه وادراكه للمواقف التي تمر به اثناء عملية التعلم وطريقة التعامل معها ، كذلك في سرعة انتباهه والتهيؤ او الاستعداد العقلي قبل اداء اي مهارة جديدة لأي موقف محتمل ، ويقوم الإرشاد النفسي بدور مهم وحيوي في مراحل التعلم مما ينعكس ايجابيا على ارتفاع مستوى عند الاداء عن الطلاب . فكان لا بد من دراسة أهمية ذلك للوقوف على البرامج الارشادية المعرفية والسلوكية في التأثير في القدرات العقلية للطلاب ومما ينعكس ايجابيا على الاداء ودقة الاداء لأي مهارة ولقد اثبتت العديد من البحوث التي اجريت للقدرات العقلية اثناء التعلم اهمية كبيرة اثناء عملية التعلم ، ومن هنا تبرز اهمية البحث من خلال استخدام برنامج ارشادي معرفي سلوكي لحل مشكلة ضعف القدرات العقلية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.



وتكمن مشكلة البحث وجود ضعف اثناء اداء المهارات الاساسية بكرة اليد وخصوصا مهارتي التصويب والمناولة ويعتقد الباحثون ان ذلك يعود الى قلة الاهتمام بتنمية القدرات العقلية للطلاب مما قد ينعكس على عدم دقة الاداء بصورة جيدة خصوصا وان القدرات العقلية مثل الادراك والانتباه والتركيز تعد مهمة جدا اثناء عملية التعلم واداء المهارة ودقتها لأنها تعتبر من اساسيات ومن محددات التعلم ولها دورا كبيرا . ويهدف البحث الى:

- ١- التعرف على مستوى القدرات العقلية لطلاب كلية التربية الرياضية واعداد برنامج معرفي سلوكي في القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد للطلاب .
- ٢- التعرف على فاعلية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد للطلاب

٢- إجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي لأسلوب المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث وهم طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الكوفة) المرحلة الثانية وعددهم (٦٨) طالبة واختار الباحثون عينة البحث وعددهم (٢٠) طالب وقد قسمت الى مجموعتين تجريبية وعددهم (١٠) وضابطة وعددهم (١٠) ، وتم اختيار (٥) طلاب للتجربة الاستطلاعية .

٢-٣ الأجهزة الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:

- الاستبانة.
- اختبار القدرات العقلية .
- الاختبارات المهارية .
- المصادر والمراجع العربية.



٤-٢ إجراءات البحث الميدانية:

اختبار القدرات العقلية:

قام الباحثون بالاعتماد على اختبار القدرات العقلية العامة الذي قام ببنائه وتقنيته (أيمن هاني الجبوري)

(أيمن هاني الجبوري ، ٢٠١٤ ، ص ٢٤٩)

إذ يتألف الاختبار من قسمين ، ومن أجل تطبيقه على عينة البحث قام الباحث بعرضه على مجموعة من

السادة الخبراء والمختصين لغرض تقييمه والحكم عليه من حيث صلاحيته في ما وضع لأجله .

اسم الاختبار : اختبار القدرة العقلية العامة

مواصفات الاختبار :

- يعد الاختبار مؤشراً جيداً للقدرة العقلية العامة .

- يتكون من جزأين (أ، ب)، والجزء الأول عبارة عن مجموعة دوائر بداخل كل منها رقم

(أرقام متسلسلة) موزعة توزيعاً عشوائياً على مساحة خالية من العوائق ٢٠×٢٠ م .

- يكون المطلوب من اللاعب توصيل الأقماع المرقمة الموجود في المنتصف الى نفس الدائرة التي تحمل نفس

رقم القمع في خلال زمن قدره (٥) ثواني لكل قمع ، ومن ثم يرجع اللاعب الى خط البداية ليستمر في تكملة

باقي الأقماع وتوزيعها على الدوائر .

- بينما يتكون الجزء الثاني من الاختبار أن يقوم اللاعب بالركض بدون أقماع الى الدوائر وبالتسلسل من (١)

الى (٢٠) حتى يصل الى التسلسل الأخير خلال زمن قدره (٣٠) ثانية.

الوظائف التي يقيسها الاختبار :

أ- يتطلب الأداء على الجزء الأول التفحص البصري المكاني والتسلسل الرقمي ، السرعة الحركية ، ومهارات

التسلسل الحركي ، الانتقال في البصرية ، الانتباه ، والتركيز عملية التنظيم ، القدرة على البحث والتفرقة بين

الأرقام والدوائر، والتعرف على التسلسل .

ب- يقيس الجزء الثاني تخزين التسلسل، والتكامل.

- يقيس الجزآن التنظيم المكاني ، والسرعة الحركية ، والتعرف على الأرقام والدوائر ، والانتباه والانتباه.

- يعتبر الاختبار وسيلة لقياس التفكير والإدراك الحس - حركي والذاكرة حمل الانتباه.

التصحيح:

١- يتم حساب كل جزء على حده، وتكون الدرجة هي مجموع الوقت المستغرق في التطبيق بالثواني.

٢- يعد الجزء الثاني مؤشراً جيداً لأنه متطلباته المعرفية تشتمل على التفحص البصري والتآزر البصري الحركي

للتنقل بين الأرقام والدوائر .



الأدوات المطلوبة:

- ١- ساحة خالية من العوائق ٢٠×٢٠م.
- ٢- صندوق يحتوي على أقماع مرقمة من (١) الى (٢٠) .
- ٣- أقماع عدد (٢٠).
- ٤- ساعة توقيت عدد (٢).

التسجيل:

الجزء الأول:

- تعطى درجة واحد لكل محاولة صحيحة (زمنها ٥ ثواني).
- تعطى (٢) درجتان لكل محاولة زمنها (٤) ثواني.
- تعطى (٣) درجات لكل محاولة يبلغ زمنها (٣) فما دون.
- تحذف أية محاولة غير مطابقة للتعليمات.
- تحذف أية محاولة يزيد زمنها عن (٥) ثانية.

الجزء الثاني:

- إذا تم الوصول الى الدوائر حسب تسلسلها ضمن الزمن المحدد تعطى له (٢٠) درجة مباشرة.
 - إذا انتهى المختبر خلال زمن (٢٥) ثانية الى (٢٩) ثانية، تعطى له (٣٠) درجة.
 - إذا انتهى المختبر خلال زمن (٢٠) ثانية الى (٢٤) ثانية ، تعطى له (٤٠) درجة.
 - إذا انتهى المختبر خلال زمن (١٩) ثانية فما دون ، تعطى له (٦٠) درجة.
 - تحذف أية محاولة غير مطابقة للتعليمات.
 - تحذف أية محاولة يزيد زمنها عن (٣٠) ثانية.
 - ملاحظة: أعلى درجة يحصل عليها المختبر (٦٠) درجة لكل جزء.
- والشكل الآتي يوضح الاختبار:

اختبار المناولة: تمرير واستلام الكرة من الحائط مدة ٣٠ ثا

(كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين ، ١٩٨٠ ، ص٢١٥)

الغرض من الاختبار: قياس التمرير والاستلام

الأدوات: كرات يد عدد(١٥) وحائط مستوي ، وساعة توقيت



مواصفات الأداء:

- ١- يقف اللاعب المختبر خلف الخط المرسوم والذي يبعد عن الحائط مسافة (٤م) بحيث لا يلامسه خلال الأداء
- ٢- يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن خلال الزمن المحدد وهو (٣٠ ثانية) .
التقويم:- تحتسب عدد التمريرات خلال أل (٣٠ ثا) .
اختبار دقة التصويب بكرة اليد من مسافة ٨م .
(علي تركي ، احمد يوسف ، ٢٠٠٢ ، ص٢٠)
- الغرض من الاختبار:- قياس دقة التصويب من القفز
الأجهزة والأدوات :-نصف ملعب كرة يد ، مرمى كرة يد مقسم الى (في كل جانب مربعين دقة تصويب في الزوايا العليا والسفلى أبعاد كل منهما (٥٠×٥٠سم)و ويصل بين المربعين مستطيل (٤٠×١٠٠سم) .
- بطاقات تحمل أرقام من (١-٦) تثبت على مناطق المرمى .
- كرات يد عدد ٢٠
المساعدون:-
يقف احد المساعدون على بعد ٣م بجانب اللعب المختبر ليقوم بتمرير الكرات للاعب بشكل مناسب ومريح .
- المساعد الآخر ينادي بصوت واضح وسريع برقم المنطقة المطلوب التصويب عليها في لحظة مسك اللاعب الكرة الممررة اليه ثم يقوم بتسجيل نتيجة التصويب .
- وصف الأداء:
١- يقف اللعب المختبر أمام المرمى وبوضع مناسب لاستلام الكرة وتصويبها نحو المرمى .
٢- يقوم المساعد بتمرير الكرة للاعب المختبر ، وفي لحظة مسك الكرة يقوم المساعد الآخر بالنداء بصوت واضح برقم المنطقة المطلوب التصويب نحوها .
٣- يقوم اللاعب بالتصويب مباشرة من منطقة تبعد ٨م وتقع عموديا على المنتصف خط المرمى ويتم أداء التصويب من القفز بعد أداء الخطوات المطلوبة .
٤- يتم أداء ثلاث تصويبات على كل منطقة من مناطق المرمى المحددة وبصورة عشوائية .
٥- يبدأ الأداء كل مرة عندما يكون اللعب مستعدا للتصويب .
التقويم:-
١- تعد محاولة التصويب ناجحة في حالة إصابة المنطقة المحددة في كل مرة او حدودها .
٢- يحصل اللاعب على درجة واحدة في حالة إصابة الزوايا العليا والسفلى ويحصل على درجتين في كل إصابة للمنطقتين المتوسطتين على جانبي المرمى .
١- الدرجة الكاملة للاختبار (٢٤) .



بناء البرنامج الإرشادي :

وبعد ان تم الاطلاع على العديد من المراجع الأدبيات التي تخص المرحلة الجامعية بكل خصائصها ، ومتطلبات هذه المرحلة العمرية من النواحي الجسمية والمهارية والعقلية والانفعالية ، وقد راعى الباحثون الحاجات عند إعداده للبرنامج الإرشادي النفسي ، إن بناء البرنامج واضحة ومتميزة لفئات من الطلاب ، تستند إلى مبادئ وقيم علمية أصيلة ترمي إلى تحقيق فائدة طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتأثير على تطوير قابلياته وقدراته العقلية والبدنية والمهارية وبالتالي دقة ادائه للمهارات الاساسية والتي من الضروري تعلمها وبصورة جيدة خلال هذه المرحلة .

ويمكن تحديد معالم بناء البرنامج الارشادي بما يأتي:

- تؤكد على اعداد الطالب "نفسيا" سليما" وتوجيها" ليتمكن من الاختيار العقلاني لقدراته المعرفية وقابليته المهارية والبدنية .

- لا بد أن يراعي البرنامج خصوصية الطالب المعرفية والسلوكية والانفعالية .

وبعد تصميم البرنامج بصيغته الأولية قام الباحثون باستشارة عدد من الخبراء في مجال الإرشاد التربوي والنفسي (ملحق ١) لإبداء آرائهم بالآتي:

- معرفة مدى صلاحية البرنامج الإرشادي في القدرات العقلية وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد مدى صلاحية محتوى الجلسات والأهداف السلوكية.

- الاتفاق على إقامة (١٠) جلسة ، زمن كل جلسة منها (٣٠) دقيقة.

- وقد حدد الباحثون صلاحية البرنامج الإرشادي الحالي والأسلوب الإرشادي المستخدم وكفاية عدد الجلسات الإرشادية وأزمنتها ومحتوياتها والأهداف السلوكية المتضمنة فيها .

التجربة الاستطلاعية: بعد وضع التعليمات الخاصة بالاختبار والمهارات الاساسية المختارة قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية يومي الاثنين المصادف ٢٥/١٠/٢٠٢١ للكشف عما يأتي:

١- للتأكد من ملائمة الاختبار لعينة البحث ، وقد كان الاختبار ملائم لها .

٢- الوقت الذي تستغرقه اجراء الاختبارات ، أن الوقت المستغرق كان ما بين (٨-١٠) دقيقة لكل مختبر .

٣- تحضير وسائل البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وأدواته وهي (المكان السبورة كراس الواجب البيتي)

٤- تحديد المدة الزمنية بعد الاتفاق مع العينة إذ تم تحديد الجلسة بعد الانتهاء من الدوام ، الساعة ٣،٣٠ ظهرا من يوم (الاثنين - الاربعاء) إذ استغرقت كل جلسة (٣٠) دقيقة .

التجربة الرئيسية:

٢-٥ الاختبار القبلي:

اجرى الباحثون الاختبار القبلي وذلك بأجراء الاختبارات في يومي الثلاثاء ٢/١١/٢٠٢١ على المجموعتين الضابطة والتجريبية في قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الكوفة.



تطبيق البرنامج الإرشادي:

- تم تنفيذ البرنامج الإرشادي بطريقة الإرشاد الجمعي وبواقع (١٢) جلسة مع الاولى التعارف والختامية على عينة البحث يوم الاربعاء ٢٠٢١/١١/٣ .

٢-٦ الاختبار البعدي:

تم إجراء الاختبار البعدي بأجراء الاختبارات في اليوم الأخير الاحد ٢٠٢١/١٢/١٢ من تنفيذ البرنامج الإرشادي (الجلسة الختامية) وقد حرص الباحثون على اجراء تلك الاختبارات في نفس ظروف اجراء الاختبار القبلي .
٢-٧ الوسائل الإحصائية: قام الباحثون باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

وقد ظهر لنا النتائج للمجموعة الضابطة ان هناك اختلافات وتباينات في قيم الأوساط الحسابية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للقدّرات العقلية وبلغ الوسط الحسابي لها في الاختبار القبلي (٦٦,٤٥) وبانحراف معياري (٦,٠٧) ، واما الاختبارات البعديّة فقد تبين لنا أن الوسط الحسابي للقدّرات العقلية (٦٨,٠٤) درجة وبانحراف معياري (٨,٠٣) درجة، واما دقة المناولة فقد بلغ الوسط الحسابي (١١,٢٢) والانحراف المعياري (١,٣٣) للاختبار القبلي ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (١٣,٥٦) ، وبانحراف معياري مقداره (٠,٦٧) ، وبلغ الوسط الحسابي لدقة التصويب من القفز (٩,٣٤) والانحراف المعياري (٠,٥٧) واما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (١٤) وبانحراف معياري ومقداره (١,٢١) ، فضلا عن وجود اختلافات وتباينات أيضا في قيم الانحرافات المعيارية لهذه الاختبارات ، وقد تبين من خلال معالجة النتائج احصائيا وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح البعديّة. ويعزو الباحثون سبب ظهور هذه الفروق في المجموعة الضابطة إلى أن المنهج المتبع من قبل المدرس وما احتواه من عدد تكرارات له تأثير في تطوير دقة المهارات الاساسية والمتغيرات قيد البحث إذ أكدت المصادر على أن "التكرارات الكثيرة التي يمارسها المتعلم في أثناء التطبيق العملي تساعد على اكتساب التعلم" (عادل فاضل علي ، ٢٠٠٠ ، ص٩٥)

واما في نتائج للمجموعة التجريبية تبين ايضا ان هناك اختلافات وتباينات في قيم الأوساط الحسابية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للقدّرات العقلية وبلغ الوسط الحسابي لها في الاختبار القبلي (٦٧,٣٥) وبانحراف معياري (٧,٠٨) واما الاختبارات البعديّة فقد تبين لنا أن الوسط الحسابي للقدّرات العقلية (٨٨,٥٠) درجة وبانحراف معياري (٨,٤٤) درجة ، واما دقة المناولة فقد بلغ الوسط الحسابي (١٢,٢٨) والانحراف المعياري (١,٣٨) للاختبار القبلي ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (١٧,٧١) ، وبانحراف معياري مقداره (٠,٧٥) ، وبلغ الوسط الحسابي لدقة التصويب من القفز



(١٠,٤٢) والانحراف المعياري (٠,٥٥) واما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (١٧) وبانحراف معياري ومقدراه (١,٢٩) ، فضلا عن وجود اختلافات وتباينات أيضا في قيم الانحرافات المعيارية لهذه الاختبارات ، وقد تبين من خلال معالجة النتائج احصائيا وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح البعديّة وتعزو الباحثة هذه الفروق في المجموعة التجريبية إلى إدخال البرنامج السلوكي المعرفي الذي له تأثير في تطوير المتغيرات قيد البحث، إذ إن تلك الجلسات تزيد من الإثارة والتشويق لدى الطلاب فهي "تجلب روح السرور والمرح والسعادة وكذلك تساهم في تحسين مستوى الكفاءة المهارية وتعد من أفضل الوسائل للأعداد العقلي".

(عادل فاضل علي ، ٢٠٠٠ ، ص ٩٥)

وبدلالة إحصائية دلّ ذلك على ان عينة البحث تمتلك قدرات عقلية عالية ، وهذه النتائج تؤكد القدرة العالية للبرنامج السلوكي المعرفي في تطوير مستوى القدرات العقلية ودقة اداء مهارتي المناولة والتصويب من القفز لأفراد عينة البحث .

ويعزو الباحثون سبب الفروق المعنوية في الاختبارات البعديّة إلى فاعلية تطبيق البرنامج السلوكي ولصالح الاختبار البعدي وهذا يعطي مؤشر على فعالية البرنامج السلوكي المستخدم والأنشطة الإرشادية المستخدمة في أثناء تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية وهنا تظهر أهمية استخدام الأساليب والفنيات الإرشادية في تخفيف المشاكل النفسية والاجتماعية التي تؤدي الى عدم تطوير القدرات العقلية التي تواجه الطالبات وقد أشار (ليفين) ان أسلوب النشاطات والمناقشات الجماعية له دور كبير في إضفاء جو من المودة والتآلف ، وان هذا الجو يساعد على اكتساب قيم تربوية واجتماعية ايجابية"

(حامد عبد السلام زهران ، ١٩٨٠ ، ص ٩٠)

والقدرات العقلية وهي "عمليات فسيولوجية عقلية تحدث في الدماغ وعن طريقها يتم التعامل مع المحيط ، إذ تسهم في عملية التعلم ولا يمكن القيام بأي نشاط حركي او معرفي الا عن طريقها ، وقد تسمى في بعض الاحيان ببرمجة المعلومات ، التي تعد مجموعة من الاحداث التي تدور داخل الدماغ منذ لحظة دخول المثير الى لحظة اتخاذ القرار والذي يتمثل بالاستجابة لذلك المثير"

(عبد الستار جبار الضمد ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٥)

إذ كانت المجموعة التجريبية أكثر تطورا من المجموعة الضابطة في جميع متغيرات البحث ، ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى ان للبرنامج اثر مستمرا في توفير اجواء جيدة انعكست على أداء مهارات البحث ، إذ ان بعض الطلاب يعاني من مشاكل النفسية واجتماعية والتي قد تؤثر على اداء المهارة بصورة صحيحة وجيدة وان قدرة الفرد على العثور على معلومات وطرائق ملائمة استنادا الى خبراته الماضية لاستعمالها بصورة مؤثرة في حل المشكلات والمواقف الجديدة التي تواجهه في الدرس ، ويتطلب هذا بعض التحليل والفهم للمواقف الجديدة وخلفية من المعرفة والاساليب التي تمكن من استغلالها وهذا ما لاحظناه من خلال المشكلات او الفقرات التي



أخذت أكثر حدة والتي تحولت الى موضوعات حيث كانت الاستراتيجيات المقدمة في البرنامج قد عززت من ثقة الطلاب بأنفسهم في التعامل مع ما قد يواجهون من مشاكل في فهم وإدراك المهارات الأساسية بكرة اليد . ويعزو الباحثون سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة إلى عدة أسباب:

- تهيئة الجو المناسب أثناء عملية الإرشاد والتوجيه تبادل الآراء ووجهات النظر بين الطلاب.
- التأكيد من قبل الباحثون على التحدث بحرية من دون خوف او تردد بالنسبة للعينة .
- استخدام استراتيجية فعالة وهي تكوين علاقة إرشادية قوية مع المسترشدين قدمت من خلالها المرشد الدعم والتشجيع للمجموعة الإرشادية للمضي قدماً في تحقيق الأهداف الإرشادية.

وان الدراسة توصلت إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى القدرات العقلية ودقة بعض المهارات الأساسية بعد أن تعرضت إلى برنامج إرشادي، وبما أن جلسات البرنامج الإرشادي قد استغرقت (١٠) جلسة إرشادية تتخللها نشاطات وتوجيهات وشرح لموضوعات تتعلق بموضوع.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- هنالك اثر للبرنامج المعرفي السلوكي على أداء المجموعة التجريبية التي اعتمدت البرنامج الإرشادي ، بينما وجد ذلك مع المجموعة الضابطة التي لم تعتمد البرنامج الإرشادي ولكن بصورة اقل تأثيراً من المجموعة التجريبية .

٢- ظهر تطور واضح وملحوس بين أفراد المجموعة التجريبية في مستوى القدرات العقلية ، وتبين ذلك في الفروق المعنوية التي ظهرت بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، وذلك يعود الى البرنامج الإرشادي وبما فيه من استراتيجيات وبما أعتمده من أنشطة أو فعاليات معدة من قبل المرشد في هذا البحث كان له الاثر الواضح في تنمية القدرات العقلية لدى أفراد المجموعة التجريبية ، إذ أسهم بها البرنامج بشكل فعال .

٣- ظهرت فروقا حقيقية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التي استخدمت البرنامج الإرشادي في مستوى القدرات العقلية ودقة مهارتي المناولة والتصويب .

٤- البرنامج الإرشادي المبني على وفق نظرية العلاج الواقعي والقائم على أساس طريقة الإرشاد الجمعي ومن خلال أسلوب المناقشات الجماعية كان له الأثر الواضح في تحسين مستوى اداء المهارات الأساسية الاخرى .

٤-٢ التوصيات:

١- الاستفادة من البرنامج الارشادي السلوكي الذي تم بناؤه لأغراض هذا البحث لمساعدة الطلبة اللذين لديهم تدني في مستوى القدرات العقلية .



- ٢- ضرورة اهتمام بالمشكلات التي تواجه الطلبة بشكل جاد ، ومساعدتهم على تقديم الحلول المناسبة التي قد تسهم في تحقيق أهدافهم وتنمي قدراتهم وإمكانياتهم العقلية والمهارية والبدنية .
- ٣- التأكيد على العلاقة المتبادلة بين المدرس والطالب والتي تقوم على الاحترام المتبادل والثقة المتبادلة بين الطرفين لأنها الأساس الذي يسهم في تعميق العلاقات الاجتماعية الرصينة وبالتالي توفير جو ملائم يسهم في تنمية الميول والرغبات في التعلم .
- ٤- ضرورة اجراء دراسات مشابهة وذلك للتعرف على واقع القدرات العقلية لديهم وبالتالي وضع الحلول والمعالجات لرفع مستوى الانجاز الرياضي .
- ٥- ضرورة إلقاء محاضرات ارشادية نفسية على الطلبة أثناء المحاضرات من قبل مختص في الإرشاد النفسي وعلم النفس الرياضي.

المصادر

- أيمن هاني الجبوري: مقارنة المحددات في المجال الرياضي بين لاعبي كرة اليد وكرة السلة في العراق ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ٢٠١٤ .
- عبد الستار جبار الضمد: فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠ .
- عادل فاضل علي. تأثير استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠ .
- علي تركي ، احمد يوسف . تصميم اختبار لدقة التصويب بكرة اليد ، مجلة القادسية لعلوم التربية البدنية مجلد اول عدد خامس ، ٢٠٠٢ .
- احمد محمد الزيايدي والخطيب ، هاشم ابراهيم الخطيب: مبادئ التوجيه والارشاد النفسي ، جامعة عمان العربية ، (٢٠٠١).
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين: القياس في كرة اليد، القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٨٠ .
- حامد عبد السلام زهران. التوجيه والارشاد النفسي، القاهرة ، عالم الكتب ، ١٩٨٠ .



نموذج لجلستين من الجلسات البرنامج

الجلسة الأولى.. التعارف

هدف الجلسة: بناء علاقة يسودها الدفء والود بإزالة الحواجز النفسية بين اعضاء المجموعة والمرشد من خلال التعارف المتبادل بينهم ، ويشمل التعارف اسم الطالب ، عمره ، هواياته .

كيفية ادارة الجلسة : يقوم المرشد بإعطاء افراد المجموعة فكرة عامة عن الارشاد الجمعي والبرامج الارشادية ومعرفة توقعاتهم عن الجلسات الارشادية ومن ثم تصحيح التوقعات الخاطئة ، ثم يوضح المرشد للمجموعة ان هذه الجلسات ذات هدف علمي بحت ليس لها أي علاقة بالتقييم الدراسي ، بل تهدف إلى مساعدتهم على تطوير قابلياتهم وقدراتهم العقلية ، ثم يستفسر عن وجود اية اسئلة لدى المجموعة ، يتم بعد الاجابة عليها تحديد مكان وزمان الجلسات المقبلة ثم توضيح اهمية المحافظة على سرية ما يدور داخل الجلسات الارشادية وأخذ الجلسات على محمل الجد ، فهي في النهاية تهدف إلى فائدتهم بالدرجة الاساس ، ثم يودعهم بعد تحديد موعد الجلسة المقبلة .

الجلسة التاسعة.. تركيز الانتباه

موضوع الجلسة: التركيز والانتباه

أولاً: الحاجات المرتبطة بالموضوع

١- معرفة مفهوم التركيز والانتباه.

٢- معرفة الأسباب التي تنمي التركيز والانتباه في المجال الرياضي.

ثانياً: الأهداف:

١- الهدف العام: التعرف على مفهوم التركيز والانتباه.

٢- الهدف الخاص: أن يتعرف أفراد المجموعة الإرشادية (الطلاب) على.

٣- أثر التركيز والانتباه على في تعلم واداء المهارات الاساسية.

٤- أثر التركيز والانتباه في دقة اداء المهارات الاساسية بكرة اليد .

ثالثاً: الاستراتيجيات والفنيات الإرشادية:

١- تقديم الموضوع:



قام الباحث بتقديم الموضوع بشرحه للتركيز والانتباه في كرة يد من خلال فهمه لها وشجع الباحث أفراد المجموعة الإرشادية على التحدث بحرية من دون تقييد وبعد أن تتم المناقشات سوف يقوم المرشد (الباحث) بتوضيح معنى التركيز والانتباه في الرياضة.

٢- الخطوات الواقعية لسلوك التعلم:

قام الباحث بعرض الخطوات الواقعية لسلوك التعلم ومناقشتها:

١- التعرف على التركيز والانتباه بصورة عامة والتركيز والانتباه في الرياضة بصورة خاصة.

٢- التعرف على آثار التركيز والانتباه التي تواجه أفراد المجموعة الإرشادية أثناء تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد

٣- أنموذج لمسؤولية سلوكية:

يقدم الباحث أنموذجاً للمسؤولية السلوكية

٤- سؤال من الواقع:

تقديم سؤال أفراد المجموعة الإرشادية (هل يمكن أن نعمل على تطوير التركيز والانتباه؟)

٥- الفعالية والمرح:

قام الباحث بعرض لبعض المواقف في الرياضة مع إضفاء جو من المتعة والمرح ليساعد على تلطيف الجو.

٦- إعادة التعلم:

إعادة المرشد (الباحث) ما تعلمه أفراد المجموعة الإرشادية على وفق ما تعلموه من خطوات وملاحظات ومعلومات وتقديم الأسئلة حول موضوع الجلسة لمدة خمس دقائق .

٧- الواجب البيتي:

كتابة وتلخيص العوامل التي من شأنها ان تطولا التركيز والانتباه عند الاشتراك في تحكيم المنافسات الرياضية عند اداء المهارات الأساسية.

٨- التقويم البنائي:

منح المرشد (الباحث) الفرصة لأفراد المجموعة لتقييم أنفسهم فيما إذا كانت الخطة التي تدربوا عليها خلال الجلسة واقعية ومفيدة في تحقيق أهدافهم في تعلم اداء المهارات الأساسية.