



## **The percentage of contribution of the quantitative effect of some biochemical variables to pessimism and optimism among emerging boxers**

**Asst. Dr Ali Abdel Kadhim Al Khafaji \***

College of Physical Education and Sports Sciences, Al Qasim Green University , Iraq

[aliabd289@gmail.com](mailto:aliabd289@gmail.com)

**Research submission date: 18/11/2023**

**Publication date: 03/25/2024**

### **Abstract**

The game of boxing is one of the important sports, especially since it concerns boxers who are affected by various physical, physiological, and psychological influences...etc. The researchers' interest was in answering the following question: What is the percentage of contribution of biochemical variables in the pessimism or optimism of young boxers in achieving achievement? The most important objectives of the research were the percentage of contribution. Quantitative effect: The percentage of contribution of the quantitative effect of some of the investigated biochemical variables to pessimism and optimism among emerging boxers. As for the research methodology, the researchers chose the descriptive method using the survey method and correlational relationships, for its suitability and the nature of the research. The sample and research community were emerging boxers in Babil Governorate, numbering (60) boxers who took the comprehensive inventory method. A measure of optimism and pessimism was prepared, and an exploratory experiment was conducted to extract the scientific foundations, after which the main experiment was conducted. The researchers reached a number of results, the most important of which is that all biochemical variables (glucose, catalase, lactic aldehyde, blood oxygen saturation ratio) had a large impact on optimism and pessimism for budding boxers. As for the most important recommendations, it was important to pay attention to the younger age groups of boxers and analyze all their physiological and psychological variables in addition to their skills in order for them to reach achievement.

**Keywords: contribution rate, quantitative effect, biochemical variables, boxing**

## نسبة مساهمة الاثر الكمي لبعض المتغيرات الكيموحيوية في التشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين

الناشئين

م.د علي عبد الكاظم الخفاجي \*

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القاسم الخضراء، العراق

[aliabd289@gmail.com](mailto:aliabd289@gmail.com)

تاريخ النشر/2024/03/25

تاريخ تسليم البحث /2023/7/18

### الملخص

ولعبة الملاكمة من الالعاب الرياضية الهامة وخاصة انها تعنى بالملاكمين الذين يتأثرون بمختلف المؤثرات البدنية والفسولوجية والنفسية...الخ.فكان اهتمام الباحثان في الاجابة عن التساؤل التالي: ماهي نسبة مساهمة المتغيرات الكيموحيوية في تشاؤم اوتفاؤل الملاكمين الناشئين في تحقيق الانجاز وكانت اهم اهداف البحث نسبة مساهمة الاثر الكمي نسبة مساهمة الاثر الكمي لبعض المتغيرات الكيموحيوية المبحوثة في التشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين الناشئين. اما منهج البحث اختار الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية، لملائمته وطبيعة البحث. وكانت عينة ومجتمع البحث الملاكمين الناشئين في محافظة بابل وعدده (60) ملاكم اخذوا باسلوب الحصر الشامل. وتم اعداد مقياس التفاؤل والتشاؤم واجريت التجربة الاستطلاعية لاستخراج الاسس العلمية وبعد ذلك التجربة الرئيسية وتوصل الباحثان الى عدد من النتائج اهمها ان جميع المتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين ) كانت لها حجم اثر كبير بالتفاؤل والتشاؤم بالنسبة للملاكمين الناشئين . اما اهم التوصيات فكانت من المهم الاهتمام بالفئات السنية الصغير للملاكمين وتحليل جميع متغيراتهم الفسلجية والنفسية اضافة للمهاريه من اجل وصولهم الى الانجاز .

الكلمات المفتاحية :نسبة مساهمه ، الاثر الكمي ، المتغيرات الكيموحيوية، الملاكمه

**1-1 المقدمة واهمية البحث:**

ان علوم التربية البدنية والرياضة من العلوم الهامة المعنية بحياة الانسان وترويحاً وتحسين صحته من جانب ومن جانب اخر تسليط الضوء على السبل الكفيلة لوصول الرياضي الى الإنجاز من خلال ربط جميع العلوم الإنسانية بعلوم الرياضة وصولاً لوضع القواعد والاسس العلمية المقننة للوصول الى المستويات العليا. ولعبة الملاكمة من الالعاب الرياضية الهامة وخاصة انها تعنى بالملاكمين الذين يتأثرون بمختلف المؤثرات البدنية والفسولوجية والنفسية... الخ. وعليه فالإنجاز يبني على ما يمتلكه الملاكم من قابليات وامكانيات بدنية والفسولوجية إضافة الى الجوانب الحركية والمهارية والتي تعد الأسس التي يركز عليها الملاكم طيلة جولات النزال. لذلك من الامور المهمة للوصول بالملاكمين في تحقيق الإنجاز ان يقومون الجانب البدني تارة وتاره أخرى ويقومون الجانب النفسي وتاره أخرى يقومون الجانب الحركي ، اما في الدراسة الحالية فان الباحث عمد الى تسليط الضوء على دراسة نسبة مساهمة الاثر الكمي لبعض المتغيرات الكيموحيوية في التشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين الناشئين من اجل معرفة النقاط الايجابية وتعزيزها والكشف عن النقاط السلبية ومعالجتها بغية وصول الملاكمين الناشئين لمنصات التتويج ولكي يكون هناك اساس وقاعدة يسير عليها المدربون في تقييمهم لمستويات الملاكمين الناشئين للانطلاق نحو تطوير لعبة الملاكمة في بلدنا العزيز.

**2-1 مشكلة البحث:**

هناك العديد من الجوانب التي ينبغي على الباحثين والمختصين برياضة الملاكمة دراستها وتقييمها من اجل التوصل الى النتائج وبالتالي معرفة الحلول الناجعة للارتقاء بهذه الرياضة الى المستوى الاعلى. من خلال دراستها من الجوانب البدنية والفسلجية والنفسية..... وغيرها من المتغيرات. وكون الباحثان على اطلاع بما يخص متغيرات البحث النفسية والفسلجية الخاصة برياضة الملاكمة. اضافة لمراجعتها المصادر العلمية وعملهما الاكاديمي كتدريسيان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الاجابة من خلال هذا البحث عن التساؤلان التاليان:

- 1- ماهي العلاقة بين المتغيرات الكيموحيوية والتشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين الناشئين؟
- 2- ماهي نسبة مساهمة المتغيرات الكيموحيوية في تشاؤم اوتفاؤل الملاكمين الناشئين في تحقيق الانجاز؟

**3-1 اهداف البحث:**

1. لتعرف على المتغيرات الكيموحيوية (الكوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين ، التفاؤل والتشاؤم) لدى الملاكمين الناشئين.
2. نسبة مساهمة الاثر الكمي نسبة مساهمة الاثر الكمي لبعض المتغيرات الكيموحيوية المبحوثة في التشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين الناشئين.

**4-1 فروض البحث :**

1. هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين) والتفاؤل والتشاؤم لدى الملاكمين الناشئين.
2. هناك نسب مساهمة عالية ذات اثر كمي للمتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين) في التشاؤم والتفاؤل لدى الملاكمين الناشئين.

**5-1 مجالات البحث**

1. المجال البشري: الملاكمين الناشئين في محافظة بابل لسنة 2023.
2. المجال الزمني: من 2023/10/5 ولغاية 2023/11/28.
3. المجال المكاني: قاعة نادي الحلة الرياضي بالملاكمة.

**2-منهج البحث وإجراءاته الميدانية :****2- 1 منهج البحث:**

اختار الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية، لملائمته وطبيعة البحث.

**2 – 2 مجتمع وعينة البحث:-**

يعد من الأمور الأساسية الية اخذ العينة فاختيار العينة يجب إن يتم بناء على إجراء يسمح لنا أن نقدر الدرجة التي يعتبر فيها أفراد العينة ممثلين للمجتمع الذي يتم انتقاؤهم منه اذ كانت عينة البحث متمثلة بمجتمع البحث نفسة فاخذ الباحث جميع افراد المجتمع بدراسته (اسلوب الحصر الشامل)اذ تكونت من الملاكمين الناشئين بأعمار ( 15 – 16سنة ) في محافظة بابل والبالغ عددهم (65)ملاكم تم استبعاد (5) ملاكمين لعدم حضورهم الاختبارات ليصبح العدد (60)ملاكم ناشئ اي بنسبه 92,30%من مجتمع البحث.

**2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث:-**

تعد أدوات البحث من أهم الجوانب التي يجب الاهتمام فيها بالبحث فأدوات البحث " هي الوسائل الأساسية التي لا بد أن يعتمد عليها الباحث من اجل أن يصل إلى النتائج المطلوبة تحقيقا لهدف أو أهداف البحث " وعلية استخدم الباحث:-

**3-3-1 الوسائل المستخدمة في البحث**

أ- الملاحظة.

ب- المقابلات الشخصية: - أجرى الباحث عدة مقابلات شخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص في

مجال الاختبار والقياس والتدريب وعلم النفس والتعلم الحركي والملاكمة ( ينظر ملحق 1).

ت- المصادر والمراجع.

ث- الاستبيان.

### 3-2-3 الأجهزة والادوات المستخدمة

- أ- شريط قياس مصنوع من الكتان عدد ( 1 ) صيني الصنع .
- ب- محاقن طبية صينية الصنع (1) صندوق
- ت- قطن صيني الصنع (2) كيس
- ث- كحول للتعقيم الماني الصنع (1) علبة
- ج- تورنكايت صينية الصنع عدد (1)
- ح- ساعة توقيت المانية الصنع عدد(1)
- خ- انابيب مختبرية لتخزين الدم تحوي مانع التخثر (edit)
- د- جهاز طرد مركزي لعينات الدم
- ذ- حافظة طبية كهربائية المانية لتبريد وحفظ عينات الدم عدد (1)

### 2-4 اجراءات البحث :

#### 2-4-1 صلاحية فقرات المقياس (التشاؤم والتفاوت)

يشير مفهوم صلاحية الفقرات الى الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها من درجات المقياس ، من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها ، وهي تحقيق لصدق المقياس أي معناها جمع الأدلة التي تؤيد مثل هذه الاستدلالات . ولتعدد وكثرة فقرات المقياس ، قام الباحث بعرضه على الخبراء والمختصين مع إعطاء الوقت الكافي لهم حتى يتسنى لهم مليء الاستبانة بشكل دقيق وكامل ، إذ أن هذه المقياس ارتبط بجوانب نفسية متعددة وعلوم مختلفة منها علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والاجتماعي ، إذ بلغ عدد الخبراء (14) خبيراً في اختصاص علم النفس الرياضي والاختبار والقياس ، وبخصوص صياغة فقرات هذا المقياس قام الباحث بتعديل صياغة فقرات المقياس لجعلها ملائمة لطبيعة البحث كلاسب مجالها ثم عرضها على عدد من الخبراء والمختصين في العلوم التربوية النفسية وعلم النفس الرياضي والساحة والميدان ملحق (1) لبيان صلاحيتها في قياس الهدف الذي وضعت لأجله وبعد تحليل استجابات المختصين واختبار نتائجها باستخدام قانون (كا<sup>2</sup>) للمقارنة بين الموافقين وغير الموافقين ، جاءت النتائج تشير الى أن (45) فقرة حصلت على اتفاق في صلاحيتها في قياس اتساق الذات ، لكون القيمة المحسوبة لـ (كا<sup>2</sup>) عند هذه الفقرات كانت اكبر من القيمة الجدولية المقابلة لها عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) . وقد أخذ الباحث بجميع الملاحظات التي أبداها الخبراء والمختصين والمتعلقة بصياغة بعض فقرات المقياس . وكانت جميع الفقرات صالح والجدول (1) يبين ذلك .

## جدول (1)

يبين صلاحية مقياس التشاؤم والتفاؤل لدى عينة البحث

الدلالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup>		عدد الخبراء				عدد الفقرات	أرقام الفقرات في المقياس
	الجدولية	المحسوبة	النسبة المئوية	غير الموافقين	النسبة المئوية	الموافقون		
معنوية	3.84	14	صفر	صفر	100 %	14	19	-13-12--9-8-7-6-5-3-2-1 -21-20-19-18-17-16-15-14 -29-28-27-26-25-24-23-22 38-37-36-35-33-32-31-30
معنوية		10.29	7.142	1	92.8 57	13	1	-34-11-4
معنوية		7.14	14.285	2	85.7 14	12	4	10-9-7-6

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة ثم اختيارها عديد من ناشئي الملاكمة عددهم ( 10 ) لاعبين حيث استغرقت تطبيق المقياس مدة يوم واحد وذلك بتاريخ 2023/10/15 ثم اعادة نفس القياسات في يوم 2015/11/15 اي لا تتجاوز مدة الاختبار واعادتها 30 يوم .ومن اجل استخراج اسس البحث العلمي استخراج الباحثان (الصدق والثبات والموضوعية).

## 1-2-4-2 الصدق المقياس:

ان الاختبار يجب ان يكون صادقا قياس ما وضع من اجله وبما ان الباحثان قد وضعا جميع الاختبارات في استبيان وعرضها على الخبراء والمختصين لذلك فأن استخدم الصدق المحتوى لملائمة طبيعة العمل حيث ان الصدق المحتوى يعني إمكانية تحقيق الاختبار للهدف الذي وضع من اجله وبنفس الظروف .

## 2-2-4-2 ثبات المقياس:

لغرض التأكد من ثبات الاختبار قام الباحثان باستخدام طريقة الاختبار واعادة الاختبار اذا ان الاختبار الثابت هو الذي يعطي نتائج متقاربة او النتائج نفسها اذ طبق اكثر من مرة في ظروف مماثلة وبما ان احد اغراض التجربة الاستطلاعية هو التأكد من المعاملات العلمية للاختبار قام بتطبيق الاختبارات واعادتها . حيث تم اجراء الاختبارات على العينة (عينة التجربة الاستطلاعية ) بتاريخ 2023/10/15 واعادة التجربة في 2023/11/15 اي فارق 30 يوما بين مرحلتي التجربة الاستطلاعية ولكون الثبات هو احد الاسس العلمية التي يبني عليها الاختبارات وكذلك لمعرفة مدى ثبات قيم المقياس عند اجراء الاختبار واعادته ضمن الفترة الزمنية المحددة ، استخدم الباحثان معامل ارتباط ( سبيرمان ) لأيجاد علاقات الارتباط بين

نتائج القياس الاول ودرجات القياس الثاني ولتأكيد معنوية الارتباط عمد الباحث الى استخراج قيم ( ت ) لمعاملات الارتباط وتبين انها موثوق بثباتها لكون القيم المحسوبة لـ ( ت ) اكبر من القيمة الجدولية والبالغة ( 2,26 ) وعند درجة حرية ( 9 ) ومستوى دلالة ( 0,05 ) اذ كان معامل الارتباط (0,75) وكان قيمة (ت) هي (4,76) مما يدل على معنوية الارتباط .

### 3-2-4-3 موضوعية الاستجابة :

اتبع الباحث أسلوب تكرار مجموعة من الفقرات كونه أكثر شيوعاً من الأساليب المستعملة في الكشف عن انسجام الإجابة على الفقرات وكذلك الكشف عن مدى فهم العينة لمعنى الفقرات ، إذ مثل هذا الإجراء يساعد على فهمها بشكل أكثر وضوحاً ويساعد ذلك في الاستجابة على الفقرات بشكل أكثر دقة فضلاً عن الكشف عن زيف الإجابة إذ قام الباحث باختيار (4) فقرات، ثم قام بصياغة فقرات مقابلة لها تشبهها في المعنى وتختلف عنها في الصياغة والجدول (2) يبين أرقام الفقرات المكررة والأصلية ، إذ حدد الباحث موضوعية الاستجابة ضمن أهداف التجربة الاستطلاعية . ولتحقيقها اتخذت الإجراءات الآتية :

- 1- استخراج الفرق المطلق بين الدرجتين ( الأصلية - والمكررة ) عند الفقرات المتشابهة لكل استمارة .
- 2- استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجاميع هذه الفروق المطلقة .
- 3- جمع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لغرض إيجاد الدرجة المحكية لقبول الاستمارة .

### جدول (2)

#### يبين أرقام الفقرات المكررة والأصلي

مقياس اتساق الذات		
الفقرة المكررة	الفقرة الأصلية	ت
19	13	1
34	24	2
39	35	3

وفيما يأتي تحديد موضوعية الاستجابة على مقياس اتساق الذات :-

بعد تدقيق الاستثمارات الموزعة على العينة الاستطلاعية والبالغ عدد أفرادها (60) ملاكم ، تبين أنه لا توجد استثمارات لم يكمل المستجيب إجابته عليها ، وبذلك لم يتم استبعاد أي من الاستثمارات وبقي العدد الكلي (60) استمارة ، وبعد أتباع الخطوات السابقة لتحديد موضوعية الاستجابة ، لم تستبعد أي من استثمارات لان قيم فروقها المطلقة اقل من الدرجة المحكية وبذلك بقي المجموع (60) استمارة حققت الموضوعية في الاستجابة وهذا يمثل نسبة (100 %) من صدق استجابة العينة على فقرات مقياس اتساق الذات ، وهذا يدل على فهم العينة لفقرات المقياس واستجابتهم بصدق عليها .

## 2-5 التجربة الرئيسية:

بعد التحقق من المواصفات العلمية (الصدق والثبات والموضوعية ) قام الباحث بتطبيق الاختبارات المستخدمة في البحث بنفسه على العينة البالغة (60) لاعباً وهي تمثل عينة التطبيق وذلك في يوم 18 /11/ 2023 مراعيأ في ذلك نفس الظروف المحيطة التي تعرضت لها عينة في التجربة الاستطلاعية.

## 2-6 الوسائل الإحصائية:-

استعمل الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( SPSS ) لمعالجة البيانات عبر وسائل متعارف عليه لاستخراج نتائج بحثه ، وهي كالآتي :

1- اختبار مربع كأي ( كا<sup>2</sup>) .

2- الوسط الحسابي .

3- الانحراف المعياري .

4- معامل الالتواء .

5- معامل ارتباط بيرسون .

6- معامل ارتباط ( سبيرمان).

## 3- عرض وتحليل مناقشة النتائج:

### 3-1 عرض وتحليل النتائج

يتحقق ذلك من خلال استخراج مقاييس النزعة المركزية والتشتت في كل متغير من المتغيرات الفسلجية والبايوحركية المبحوثة واداء اللكمة الجانبية اليسرى لكي يستطيع الباحثان توضيح طبيعة البيانات لتلك المتغيرات وتحليلها قبل بغية التوصل للنتائج ومناقشتها.

**جدول (3)**

يبين مقاييس التشتت والنزعة المركزية للمتغيرات المبحوثة لدى عينة البحث

المتغيرات	وحدات القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الكلوكوز	ملي مول	89.63	1.25	0.45
الكتاليز	ملي مول	0.16	0.56	0.89
لاكتيك الدهايد	ملي مول	198.61	0.78	0.47
نسبة تشبع الدم بالأوكسجين	ملي مول	98.5	0.26	0.72
التفاؤل والتشاؤم	درجة	142.590	3.69	0.76

من خلال عرض الجدول (3) الذي يبين مقاييس التشتت والنزعة المركزية لكل افراد العينة (الملاكمين الناشئين) نجد الاختلاف مابين قيم المؤشرات الإحصائية في كل من الاختبارات المعنية بقياس المتغيرات الكيموحيوية المبحوثة والتفاؤل والتشاؤم، ولا غرابة في ذلك، إذ الاختلاف الحاصل في وحدات قياس نتائج هذه الاختبارات اضافة الى اختلاف طبيعة عمل كل متغير. ونعكس كذلك على اختلاف قيم الانحراف المعياري لجميع المتغيرات المبحوثة. اما عن التوزيع الخاص بالبيانات فاستخدم الباحثان الالتواء لبيان التوزيع فكان جميعه صفريا اي انه اعتدالي او موزعا توزيع طبيعي.

**جدول (4)**

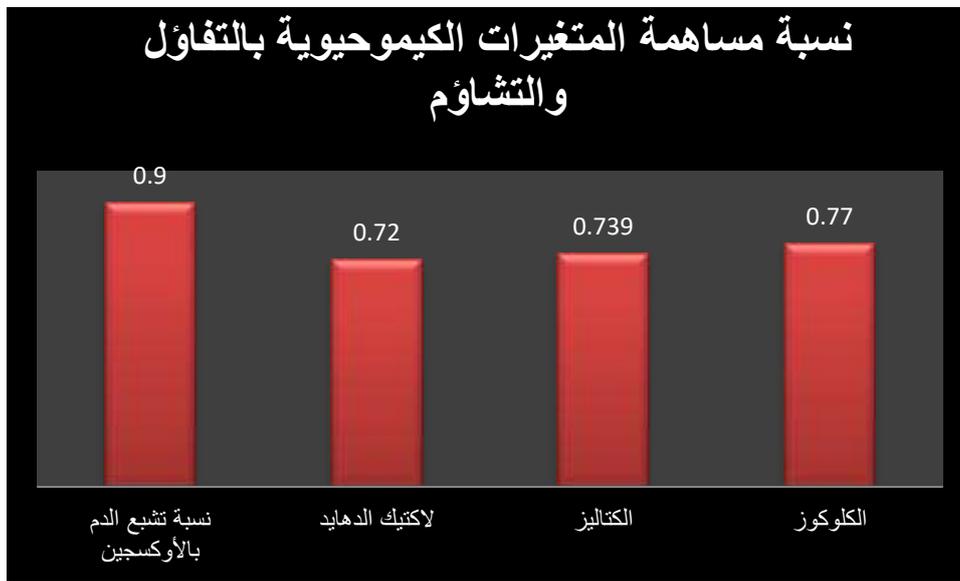
يبين العلاقات الارتباطية ونسبة مساهمة وحجم اثر الكيموحيوية المبحوثة بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة

**البحث**

ت	المتغيرات المرتبطة بتحمل الاداء	الارتباط	نسبة الخطاء	الدلالة الاحصائية	نسبة المساهمة	معامل التأثير Eta	نسبة مساهمة التأثير Eta
1	الكلوكوز	0.88**	0	معنوية	0.77	0.81	0.79
2	الكتاليز	0.86**	0	معنوية	0.739	0.74	0.73
3	لاكتيك الدهايد	0.85**	0	معنوية	0.72	0.73	0.72
4	نسبة تشبع الدم بالأوكسجين	0.95**	0	معنوية	0.90	0.88	0.86

\*\* تعني ان الارتباطات نسبة خطئها 0.01 فما دون

يبين الجدول (4) العلاقات الارتباطية ونسبة مساهمة وحجم اثر المتغيرات الكيموحيوية المبحوثة بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة البحث اذ وجد الباحثان ان جميع الارتباطات كانت معنوية وذات قيمة عالية والدليل على ذلك كانت نسب الخطأ فيها صفرية وذات دلالة معنوية وخصوصا اذ علمنا ان الباحث كانت نسبة الخطأ المقبولة لديه هي 0.05. فكان اعلى قيمة ارتباط بالمتغيرات الكيموحيوية بالتفاؤل والتشاؤم هي لنسبة تشبع الدم بالاكسجين اما اقلها فكانت للاكتيك الدهايد . وهو مانطبق عليه في كل من نسبة المساهم اذ كانت اعلى نسبة مساهمة هي لتشبع الدم بالاكسجين واقل نسبة هي للاكتيك الدهايد لذلك كان حجم الاثر هو الاخر لهذه المتغيرات اكبر لتشبع الدم بالاكسجين واقل حجم اثر هو للاكتيك الدهايد والشكل (1) يبين ذلك.



شكل (1)

يبين نسبة مساهمة المتغيرات الكيموحيوية بالتفاؤل والتشاؤم للملاكمين الناشئين

### 3- مناقشة نتائج البحث :

مما تقدم يتضح لنا ان جميع المتغيرات كانت ذات ارتباط معنوي وعلاقة قوية بين المتغيرات البكموحيويه المبحوثة بالتفاؤل والتشاؤم للملاكمين الناشئين. لكن على الرغم من ذلك فان قيم تلك العلاقات الارتباطية تختلف من متغير لآخر تبعا لمساهمته وحجم الاثر في التفاؤل والتشاؤم. فاذا نظرنا الى النتائج نجد ان جميعها كانت ذات نسب مساهمة عالية لكن بدرجات متفاوتة ففي المتغيرات الفسلجية المبحوثة نجد ان اعلى نسبة مساهمة كانت لتشبع الدم بالاكسجين ،اذ ان تلك النسبة كلما زادت دلت على كفاءه الاجهزة الوظيفية التنفسية . وبالتالي فان لها اثر كبير في الحالة النفسية للملاكمين الناشئين وذلك لان نسبة تشبع الدم بالاكسجين تعني ان هناك قابلية كبيرة لأكسدة المواد الغذائية بعمليات التفاعل الايضية المختلفة وبالتالي الحصول على الطاقة المناسبة للجهد العضلي والبناء التكيفي لجسم الملاكم

اما فيما يتعلق بالكلوكوز فانه كان بالحالة الطبيعية والتي يقدر نسبته الطبيعية من ( 80- 120 ) ملي مول ونسبة الكلوكوز كانت ذات ارتباط عالي بالتفاؤل والتشاؤم بما يعكس حالة الحاجة الى السكريات لإنتاج الطاقة خاصة اذا علمنا ان الملاكم يحتاج الى المركبات العضوية لإنتاج الطاقة بأبسط صورة لتسريع الية انتاج الطاقة العالية وبوقت قصير نسبياً . وبالتالي تكون ذات اثر كبير على الحالة النفسية للملاكم اما الكتاليز فهو من اهم الانزيمات التفاعلية لإنتاج الطاقة فهو يعد احد اهم محفزات التفاعلات الايضية بما يسهم في انتاج الطاقة من المركب الكيميائي (ATP) ويعد البوابة الرئيسية لتكوين الطاقة بداية من النظام اللاهوائي بما يمد الملاكم من الطاقة المناسبة لاداء النزالات فيؤدي نسبته العالية الى تعزيز الحالة النفسية الايجابية من التفاؤل .

اما اللاكتيك الدهايد فانه على الرغم من انه اقل نسبة مساهمة مقارنة بالمتغيرات المبحوثة الا انه ذات نسبة مساهمة عالية ويكمن ذلك لكونه من محركات التفاعلات الايضية اللاهوائية بما يسهم من امداد الملاكم بالطاقة المناسبة لحجم العمل العضلي الخاص بالملاكم بما ينعكس ايجاباً في حالة التفاؤل للملاكم الناشئ . الخلاصة من مناقشة هذه النتائج هو ان جميع المتغيرات المبحوثة اثرت وبشكل ايجابي بالتفاؤل والتشاؤم للملاكم الناشئ فكلما كانت تلك المتغيرات نسبها عالية زادت من طاقته بما يسهم في تفاؤل الملاكم الناشئ في تحقيق الانجاز.

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- ان جميع المتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين ) كانت لها ارتباطات قوية بالتفاؤل والتشاؤم بالنسبة للملاكمين الناشئين.
- 2- ان جميع ان جميع المتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين ) كانت لها نسبة مساهمه كبيرة بالتفاؤل والتشاؤم بالنسبة للملاكمين الناشئين.
- 3- ان جميع المتغيرات الكيموحيوية (الكلوكوز ، الكتاليز ، لاكتيك الدهايد، نسبة تشبع الدم بالأوكسجين ) كانت لها حجم اثر كبير بالتفاؤل والتشاؤم بالنسبة للملاكمين الناشئين
- 4- كان اكثر متغير مؤثر من المتغيرات الكيموحيوية المبحوثة بالتفاؤل والتشاؤم هو نسبة تشبع الدم بالأوكسجين و اقل متغير كان اللاكتيك الدهايد .

##### 4-2 التوصيات

- 1- من المهم الاهتمام بالجانب الفسلجي عند تحليل المتغيرات النفسية للرياضي بشكل عام والملاكمين بشكل خاص.
- 2- من المهم الاهتمام بالفئات السنية الصغير للملاكمين وتحليل جميع متغيراتهم الفسلجية والنفسية اضافة للمهاريه من اجل وصولهم الى الانجاز.

- 3- الاهتمام بالمختبرات العلمية الرياضية للتقييم الموضوعي لمستويات الرياضيين وخصوصاً الملاكمين.
- 4- اعداد كوادر متخصصة لمساندة المدرب في عملية تحليل المتغيرات التي يبني عليها انجاز الملاكم.
- 5- من المهم اجراء دراسة تتابعية لمتغيرات فسلجيه ونفسية اخرى بما يتلاءم واهميتها في تحقيق الانجاز ورفع المستوى الادائي للملاكمين الناشئين.

### المصادر والمراجع

- نوري الشوك ، رافع صالح فتحي الكبيسي ؛ دليل البحوث في كتابة الابحاث، ب.م ، 2004.
- محمد وليد البطش، فريد كامل ابوزينة؛ مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الاحصائي، ط1، عمان، دار المسيرة للطباعة والنشر، 2007 .
- علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، الطيف للطباعة، 2004،
- عامر فاخر شغاتي؛ علم التدريب الرياضي تدريب الناشئين للمستويات العليا، ط، [بغداد، مكتب النور، 2011.
- عادل عبد البصير علي: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، ط1 : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999.
- سامي محب الحافظ: المدخل الى الملاكمة الحديثة، ط1، المنصورة، مكتبة شجرة الدر، 1999.
- حسين احمد حشمت واخرون : موسوعة فسيولوجيا الرياضة، القاهرة، دار الفكر العربي، 2013.
- احمد نصر الدين رضوان : فسيولوجية الرياضة نظريات وتطبيقات، ط1: القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003 .
- Eble , R.L : Essential of Educational Measurement . End Edition .New  
Yow , parenthetic –Hill , 1972

## الملحق (2) مقياس التفاؤل والتشاؤم

ت	الفقرات	قليل جداً	قليل	متوسط	كثير	كثير جداً
1	يلازمني في النزال حسن الحظ					
2	أفكر في النزال ببهجة وفرح					
3	أتوقع نتيجتي في النزال جيدة					
4	اشعر بأن فرصة الفوز في النزال موجودة					
5	أقبل إلى النزال بكل قوة وعزيمة					
6	أشعر بأنني سعيد أثناء النزال					
7	احترام القواعد والقوانين الخاصة في النزال					
8	اتلاكم بقوة عند محاولة انجاز رقم قياسي					
9	قدراتي وقابليتي عالية مقارنة بزملائي					
10	لدي ثقة كبيرة بالفوز					
11	اعتقد إنني رياضي ذو إرادة قوية					
12	استفيد من أخطائي عند التحقق منها					
13	أحس بان المدرب يعتمد عليّ					
14	اشعر باحترامي لنفسي					
15	لدي القدرة على التركيز أثناء النزال					
16	بعض زملائي يصفونني بالمتأثر					
17	أؤمن بالقول ( لا تؤجل عمل اليوم إلى غد )					
18	إنني أول الحاضرين إلى حلقات التدريب					
19	إنني أول من ينفذ التمرين من بين زملائي					
20	اشعر بعدم ثقتي بالفوز					
21	اشعر بالحماس عند مواصلة النزال					
22	اخطط للانجاز وأتأثر حتى أحققه					
23	يبتعد عني الملل عند الاستمرار في التدريب					
24	استمتع بالتخطيط لمستقبلي الرياضي					

					أؤمن بالقول ( لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس)	25
					إني فخور بالمنهج التدريبي الذي أطبقه	26
					أتنافس مع نفسي للتغلب على الصعوبات	27
					أحسن استغلال أي فرصة للفوز في النزال	28
					يثير اهتمامي كل جديد في عالم الرياضة	29
					أتمنى الوصول إلى ما وصل إليه مدربي	30
					حضور الجمهور يحفزني على تقديم أفضل مستوى	31
					اشعر بأنني انسجم مع الآخرين بسهولة	32
					لا أحس باني متوتر وعصبي على الدوام	33
					أحاول أن أرضي زملائي ولو على حسابي	34
					أحب زملائي كما أحب نفسي	35
					لا أسعى في الوصول لما وصل إليه مدربي	36
					يعدوني زملائي إني اجتماعي	37
					عدم قدرتي على التركيز اثناء النزال	38