

أثر التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية

أ.ك.د. عبدالحكيم ضو غريبي

a.ghareebi@zu.edu.ly

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الزاوية

تاريخ نشر البحث 2025/8 /25

تاريخ استلام البحث 2025/5/12

المخلص

هدف البحث الى قياس مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية. والتعرف إلى نسبة التفاوت بين محاور الاستمارة للتصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية . وكانت تساؤلات البحث , ما هو مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية. ما هي نسبة التفاوت بين محاور الاستبيان للتصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث وتكون مجتمع البحث من حكام الدرجة الاولى لكرة القدم بالمنطقة الغربية والبالغ عددهم (16) حكم , استخدم الباحث استمارة استبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات والتي تمكن الباحث من التعرف على مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية. وقد استخدم الباحث مقياس التصور العقلي والذي اعده " محمد العربي شمعون - ماجدة اسماعيل " وقد تم عرض هذا المقياس على عدد من الخبراء وقد تم استبعاد بعض المحاور والعبارات وذلك لعدم ملائمتها والبيئة اللببية. واستنتج الباحث ان التصور العقلي له تأثير في تعلم المهارات وتطويرها . كلما كان التصور العقلي للأشياء القريبة كان التأثير أكبر في تعلم المهارات , التصور العقلي للحكام بشكل عام كان جيد حيث كان له الأثر في استرجاع الأشكال المتعاقبة والذي كان له الدور في اتقان المهارات

الكلمات المفتاحية : التصور العقلي , حكام كرة القدم , المنطقة الغربية



The Impact of Mental Imagery on Football Referees in the Western Region

Assit.Prof. Dr. Abdulhakim Daw Ghareebi

a.ghareebi@zu.edu.ly

Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Zawiya

Research received: May 12, 2025. Research published: August 25, 2025.

Abstract

The aim of this research was to measure the level of mental imagery among football referees in the Western Region. It was also to identify the percentage of variation between the questionnaire axes for mental imagery among football referees in the Western Region.

The research questions were: What is the level of mental imagery among football referees in the Western Region?

What is the percentage of variation between the questionnaire axes for mental imagery among football referees in the Western Region?

The researcher used a descriptive survey approach, as it is appropriate for the nature of this research.

The research population consisted of (16) first-class football referees in the Western Region.

The researcher used a questionnaire as a tool to collect data and information, enabling the researcher to identify the level of mental imagery among football referees in the Western Region. The researcher used the mental imagery scale, prepared by Muhammad al-Arabi Shamoun and Majda Ismail. This scale was presented to a number of experts, and some axes and phrases were excluded due to their inappropriateness to the Libyan environment. The researcher concluded that mental imagery has an impact on skill learning and development. The closer the mental imagery is to nearby objects, the greater the impact on skill learning. The mental imagery of referees was generally good, as it had an impact on retrieving successive shapes, which played a role in skill mastery.

Keywords: mental imagery, football referees, Western Region



المقدمة وأهمية البحث :

التصور العقلي مهارة نفسية أو مهارة عقلية يمكن تعلمها واكتسابها. وينظر إليه على أنه وسيلة عقلية يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقاً لهذه البرمجة . فكأن التصور العقلي في الرياضة يعني أ اللاعب يفكر بعضلاته .

وينبغي عليا مراعاة إن التصور العقلي ليس قوة سحرية ولكن يمكن اعتباره بمثابة فيتامين يساعد التدريب البدني والحركي والخططي . كما إن التصور العقلي لن يستطيع منح الرياضي قدرات خارقة للعادة ، ولن يستطيع إن جعل اللاعب يتخطى أقصى قدرات فسيولوجية له ، ولكنه بمثابة عامل مساعد على إظهار اللاعب لأقصى قدراته الكامنة (1- 248)

زاد الاهتمام بقياس التصور العقلي في المجال الرياضي مع زيادة المنافسة على تحقيق الإنجازات الرياضية ، وبعد الحاجة الماسة إلى وجود أساليب تعمل على تلبية احتياجات اللاعبين لمواجهة الضغوط والمشكلات المرتبطة . وبعد إنتشار برامج التدريب العقلي وتأكيد أهمية التصور العقلي كأحد الأبعاد المؤثرة في هذه البرامج ، والدور الذي يمكن إن يؤديه وضوح الصورة والتحكم فيها في تطوير مستوى الأداء . (2- 331)

إن التصور العقلي يتضمن استدعاء أو استحضار أو استرجاع الذاكرة للأشياء أو المظاهر أو الاحداث المختزنة من واقع الخبرة الماضية ، ومن ناحية أخرى لا يقتصر التصور فقط على مجرد استدعاء أو استرجاع أو استحضار هذه الخبرات ، وإنما يعمل على إنشاء وإحداث أفكار وخبرات جديدة أي إن الفرد لا يسترجع في الذهن أو العقل الخبرات القديمة فقط ، وإنما يمكن إن يتناولها بالتعديل والتغيير وإنتاج صور وأفكار جديدة (4- 145)

يسهم التصور في تحسين التركيز ، وخاصة فترة قبل المسابقة . ويتحقق ذلك عندما يستحضر الرياضي الصورة الذهنية لأداء بعض المهارات التي يتوقع ممارستها قبل المنافسة . فهذا الإجراء يمنع التشتت والتفكير في أشياء غير مرتبطة بالمسابقة . إضافة إلى ما سبق فإنه يمكن تحسين اللاعب صورة ذهنية لبعض المواقف التي تتسم بتشتت الإنتباه وضعف التركيز ، كما يساعد التصور على تطوير بناء الثقة في النفس لدى اللاعب ، فعندما يستحضر الرياضي في ذهنه صورة أداء المهارات الحركية بتمكن وإقتدار ودقة ، فذلك يدعم التقدير الإيجابي لقدراته البدنية والمهارية ، وهذا المفهوم الإيجابي لقدرات الرياضي البدنية والمهارية يكسب الرياضي الثقة بالنفس (6- 320)

ويمكن القول إن كل الحواس والإنفعالات هامة في عمليات التدريب على التصور العقلي ، كما إن التصور العقلي يمكن إن يستخدم لاستدعاء الخبرات الماضية وكذلك إحداث أو إنشاء خبرات مستقبلية أو ابداعية . كما إن جميع اللاعبين يمكنهم امتلاك واكتساب القدرة على استخدام التصور العقلي لتحسين الاداء الرياضي . فالتصور العقلي ليس سحراً ولكنه مهارة نفسية أو عقلية تتطلب مثلها في ذلك مثل المهارات الحركية أو الخططية والتدريب عليها بصورة مقننة ومنظمة حتى يظهر فاعليته ويحقق ثماره . (1 - 249)

وينظر عادة إلى التصور الذهني على إنه أعم وأشمل من عملية التصور البصري حيث إنه يشمل حواس اخرى إضافة إلى حاسة البصر مثل حواس السمع واللمس والشم والإحساس الحركي .



إضافة إلى استخدام الرياضي لحواسه المختلفة أثناء استحضار الصور الذهنية فإنه من الأهمية إن تشمل خبرة إنفعالاته ومشاعره ، مثل الشعور بالقلق أو الغضب أو المتعة أو الألم حيث إن ذلك يعاون الرياضي في السيطرة على هذه الحالات الإنفعالية (6 - 316) ويرى بعض الباحثين في مجال علم النفس إنه يمكن تقسيم التصور العقلي إلى نوعين هما :

- التصور العقلي الخارجي :

وهو نوع التصور الذي يحدث خارج الفرد مثل تصور مشاهدة تسجيل لأداء حركي يقوم به الفرد ، ويميل التصور في هذه الحالة إن يكون بصرياً .

- التصور العقلي الداخلي :

وهو نوع التصور الذي يحدث بداخل الفرد . أي تصور الفرد نفسه يؤدي حركة معينة من داخله وليس من حيث إنه مشاهد خارجي وفي هذه الحالة يكون النشاط العصبي بصري وحركياً (1-250)

إن التصور العقلي للإنفعالات المختلفة المرتبطة بالخبرات الرياضية هام في عملية التصور العقلي ، إذ إن محاولة اللاعب استخدام التصور العقلي للمساعدة على التحكم في القلق أو التعب أو الألم تساعد على إن يدرك ويفهم ويعي كيف ولماذا تؤثر هذه الإنفعالات على أداء الرياضي(1-249)

مشكلة البحث :

إن التصور عملية عقلية لا يمكن ملاحظتها بطريقة مباشرة ، وإن تقويم التصور العقلي عن طريق قياس نسبة التحسن في الأداء غير مقبول أيضاً ، حيث إن هناك عوامل تتداخل للتأثير على الأداء ، وأحد المداخل التي حققت نجاحاً هو طريق الاسترجاع العقلي للأشكال المتعاقبة وهذا يتطلب إن يكون الرياضي صورة يمكن استرجاعها عقلياً بعد ذلك للمطابقة والمقارنة (2-325)

إن التصور العقلي يتطلب استخدام كل الحواس لاسترجاع أو استحضار المدركات أو الصور أو الأفكار التي سبق للفرد إدراكها أو إنتاج صور وأفكار جديدة في عقل الفرد ، هذا بالرغم من إن التصور العقلي قد ينظر إليه أحياناً على إنه المرئيات أو الرؤية في الخيال أو بهيني رأسه (1-249)

وتكمن مشكلة الدراسة في إن الافتقار إلى تطوير اساليب وطرق القياس لا سيما قياس التصور العقلي الامر الذي أدى إلى عدم تطوير وتحسين طرق قياس التصور العقلي لدى حكام كرة القدم ، وإن التصور العقلي يساعد على تحسين الاداء من خلال الاسترجاع العقلي للأشكال المتعاقبة ، إن التصور العقلي يلعب دوراً مهماً في تنمية قدرات الفرد ومستواه الرياضي ويعتبر ايضاً من أه المهارات العقلية المستخدمة في التعليم والتدريب .

أهداف البحث :

1- التعرف على مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

2- التعرف إلى نسبة التفاوت بين محاور الاستنبان للتصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية .

تساؤلات البحث :

1- ما هو مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم .

2- ما هي نسبة التفاوت بين محاور الاستنبان للتصور العقلي لدى حكام كرة القدم .

الدراسات السابقة :

1- دراسة :إسلام عباس ، وصادق الحايك (2006)(7)

- عنوان الدراسة : (تأثير التصور الذهني المصاحب للأداء المهاري على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة للفئة العمرية 14 - 16 سنة .

- هدف الدراسة : * التعرف إلى الفروق في مستوى الأداء المهاري بين القياسين الأول والثاني لأفراد المجموعة التجريبية (مجموعة التصور الذهني)

* التعرف إلى الفروق في مستوى الأداء المهاري بين القياسين الأول والثاني لأفراد المجموعة الضابطة .

* التعرف إلى الفروق في مستوى الاداء بين المجموعتين (الضابطة ، التجريبية) في بعض المهارات الأساسية في كرة السلة

منهج الدراسة : تم استخدام المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذه الدراسة

أهم النتائج : * إن التصور الذهني المصاحب للأداء المهاري عمل على تحسين أداء أفراد المجموعة التجريبية في جميع المهارات

*إن البرنامج التعليمي من دون التصور الذهني أدى إلى تحسن مهارة المحاور فقط عند افراد المجموعة الضابطة .

*إن التصور الذهني له أهمية في تعليم المهارات الأساسية في لعبة كرة السلة .

2- دراسة : خالد جندل (2015)(8) .

- عنوان الدراسة : (التصور العقلي وعلاقته بمجازفة لاعب كرة القدم)

- هدف الدراسة : * معرفة الدور الحقيقي الذي يلعبه التصور العقلي في تطوير المجازفة للاعب كرة القدم

*توضيح وإبراز أهمية التدريب العقلي للاعبين .

- منهج الدراسة : تم استخدام الوصفي وذلك لملائمته لطبيع الدراسة .

- أهم النتائج :

* وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد السمعي للتصور العقلي والمجازفة لدى لاعب كرة القدم .

* وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الحسي حركي للتصور العقلي لدى لاعب كرة القدم .

* وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الإنفعالي للتصور العقلي لدى لاعب كرة القدم .

3- دراسة وسيم عقاب سليمان عبد(2015)(9)

- عنوان الدراسة (أثر برنامج للتصور العقلي على مستوى الأداء المهاري والتوافق النفسي لناشئي كرة القدم)

- هدف الدراسة : * التعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التصور العقلي والتوافق النفسي موضوع الدراسة .

* التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تنمية التصور العقلي والتوافق النفسي لدى المجموعة التجريبية .

* التعرف على تأثير البرنامج التدريبي التقليدي في تنمية التصور العقلي والتوافق النفسي لدى المجموعة الضابطة .

- منهج الدراسة : تم استخدام المنهج شبه التجريبي القائم على فحص أثر المتغير المستقل .

- أهم النتائج :

إجراءات البحث :

- منهج البحث : تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة

- مجتمع البحث : مثل مجتمع البحث حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية لكرة القدم والبالغ عددهم (16) حكماً

- عينة البحث : تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وكان عددهم 14 حكم لكرة القدم بالمنطقة الغربية .

- أداة البحث : جمع البيانات :

استخدم الباحث استمارة إستبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات والتي تمكن الباحث من التعرف على مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية .

وقد استخدم الباحث مقياس التصور العقلي والذي اعده " محمد العربي شمعون - ماجدة اسماعيل " وقد تم عرض هذا المقياس على عدد من الخبراء وقد تم استبعاد بعض المحاور والعبارات وذلك لعدم ملائمتها والبيئة الليبية .

- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية بتاريخ الاربعاء 2 - 2 - 2022 . على عدد 4 حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية من بين مجتمع البحث وذلك للتحقق من الاهداف التالية :-

- 1 - التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث في تنفيذ الدراسة الأساسية .
- 2 - التعرف على مدى تقبل افراد العينة للأدوات المستخدمة لجمع بيانات البحث .
- 3 - كيفية ملّ وجمع الاستثمارات على عينة البحث .

- الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية في الفترة من (10- 2- 2022) إلى (10 - 3 - 2022) على العينة التي كان قوامها (14) من حكام الدرجة الاولى بالمنطقة الغربية .

عرض النتائج ومناقشتها :

أولاً : عرض النتائج :-

جدول (1)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الأول (افحص بدلة التدريب في أدق التفاصيل)

م	محتوى العبارة	نعم		الى حد ما		لا		المتوسط الحسابي
		ت	%	ت	%	ت	%	
	افحص بدلة التدريب في أدق التفاصيل.							
1	هل رأيتها ملونة ؟	9	64.29	3	21.43	2	14.29	2.5
2	هل يمكنك فحص كل شئ قبل إن يشرّد عقلك ؟	9	64.29	4	28.57	1	7.14	2.57

يبين الجدول رقم (1) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الأول حيث جاءت نسبة الموافقة متساوية بين العبارتين وبنسبة (64.29) في حين كان المتوسط الحسابي للعبارة الأولى 22.57 وكانت العبارة الثانية 2.5

جدول (2)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الثاني (الحذاء الرياضي)

المتوسط الحسابي	لا		الى حد ما		نعم		الحذاء الرياضي .	
	%	ت	%	ت	%	ت		
2.14	28.57	4	28.57	4	42.86	6	هل يمكنك رؤية علامات أرضية (نعل) الحذاء ؟	3
2.57	14.29	2	14.29	2	71.43	10	هل ترى الألوان والعلامات ؟	4

يبين الجدول رقم (2) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى نسبة موافقة بلغت 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 في حين جاءت العبارة الأولى بنسبة (42.86) في حين كان المتوسط الحسابي 2.14

جدول (3)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الثالث (الإحماء وتدريبات المرونة)

المتوسط الحسابي	لا		الى حد ما		نعم		الإحماء وتدريبات المرونة .	
	%	ت	%	ت	%	ت		
2.35	21.43	3	21.43	3	57.14	8	هل يمكنك تصور التدريب دون شرود العقل في أي شيء ؟	5
2.4	21.43	3	14.29	2	64.29	9	هل يمكنك إن تشعر بأي شئ في عضلاتك ؟	6

يبين الجدول رقم (3) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث بلغت العبارة الثانية نسبة (64.29) ومتوسط حسابي 2.4 وكانت العبارة الأولى بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.35

جدول (4)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الرابع (الجري في الطريق المفضل)

المتوسط الحسابي							الجري في الطريق المفضل.	
2.6	7.14	1	21.43	3	71.43	10	هل لاحظت أي تغيير في تنفسك ؟	7
2.5	14.29	2	21.43	3	64.29	9	هل تستطيع إعادة تكوين الإحساس بالجري في عقلك ؟	8

يبين الجدول رقم (4) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الأولى في المرتبة الأولى بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثانية بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.5

جدول (5)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الخامس (استرجاع أفضل الإنجازات في المجال الرياضي)

المتوسط الحسابي	لا		الى حد ما		نعم		استرجاع أفضل الإنجازات في المجال الرياضي .	
	%	ت	%	ت	%	ت		
2.64	7.14	1	21.43	3	71.43	10	هل تذكر أي تفاصيل حول المكان ؟	9
2.7	7.14	1	14.29	2	78.57	11	هل تستطيع تذكر من كان هناك أيضاً ؟	10
2.7	7.14	1	14.29	2	78.57	11	هل تذكر الملابس التي كنت ترتديها ؟	11
2.28	21.43	3	28.57	4	50	7	عندما تذكرت هل كان هناك أي نوع من الاستثارة ؟	12
2.4	14.29	2	28.57	4	57.14	8	هل يمكنك استرجاع كافة التفاصيل لهذه الخبرة ؟	13

يبين الجدول رقم (5) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية والثالثة في المرتبة الأولى بنسبة متساوية حيث بلغت 78.57 ومتوسط حسابي 2.7 وجاءت العبارة في المرتبة الثانية بنسبة 71.43 ومتوسط 2.64 وجاءت العبارة الخامسة في المرتبة الثالثة بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.4 وكانت العبارة الرابعة في آخر الترتيب بنسبة 50 ومتوسط 2.28

(6) جدول

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور السادس (مهارة تحاول تعلمها أو تطويرها)

م	محتوى العبارة	نعم		الى حد ما		لا		المتوسط الحسابي
		ت	%	ت	%	ت	%	
	مهارة تحاول تعلمها أو تطويرها .							
14	هل ترى وتشعر بنفسك وإنت تؤدي هذه المهارة ؟	10	71.43	3	21.43	1	7.14	2.6
15	هل ترى وتشعر بنفسك وإنت تؤدي هذه المهارة بنفس المستوى أو أفضل من أي مرة قمت بها قبل ذلك ؟	11	78.57	3	21.43	0	0	2.78
16	هل عرفت بطريقة أفضل ما يجب عليك عمله لتطوير أدائك ؟	8	57.14	4	28.57	2	14.29	2.4

يبين الجدول رقم (6) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى بنسبة 78.57 ومتوسط حسابي 2.78 وجاءت العبارة الأولى في المرتبة الثانية بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثالثة في آخر الترتيب بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.4

جدول (7)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور السابع (أكبر الأخطاء التي ارتكبتها في الأداء الرياضي)

	أكبر الأخطاء التي ارتكبتها في الأداء الرياضي .	نعم		الى حد ما		لا		المتوسط الحسابي
		ت	%	ت	%	ت	%	
17	هل ترى أو تشعر إنك تؤدي المهارة بنفسك دون ارتكاب الأخطاء ؟	10	71.43	2	14.29	2	14.29	2.57
18	هل يمكنك العودة إلى الموقف واسترجاع الطريقة التي كنت تود إن تؤدي بها في حالة الإعادة ؟	11	78.57	2	14.29	1	7.14	2.7

يبين الجدول رقم (7) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى بنسبة 78.57 ومتوسط حسابي 2.7 وجاءت العبارة الأولى في المرتبة الثانية بنسبة 71.43

ومتوسط 2.57

جدول (8)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور الثامن (أداء مهارة بنجاح لم تنتهي من إتقانها بعد)

المتوسط الحسابي	لا		الى حد ما		نعم		أداء مهارة بنجاح لم تنتهي من إتقانها بعد.
	%	ت	%	ت	%	ت	
2.6	14.29	2	28.57	4	64.29	9	هل ترى وتشعر بنفسك تؤدي هذه المهارة بنجاح ؟
2	35.71	5	28.57	4	35.71	5	هل تجد إنك تخفق في نفس النقطة عند الأداء الفعلي ؟
2.57	14.29	2	14.29	2	71.43	10	هل ترى أو تشعر بنفسك تستكمل المهارة مرة ثانية بنجاح كبير عن المحاولة الأولى ؟

يبين الجدول رقم (8) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثالثة في المرتبة الأولى بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 في حين جاءت العبارة الأولى في الترتيب الثاني بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثانية آخرأ بنسبة 35 ومتوسط حسابي 2

جدول (9)

يبين التكرار والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي على عبارات المحور التاسع (خبرة غير موفقة)

المتوسط الحسابي	لا		الى حد ما		نعم		خبرة غير موفقة .
	%	ت	%	ت	%	ت	
2.5	14.29	2	21.43	3	64.29	9	هل تستطيع تصور كيف شعرت في ذلك الوقت ؟
2.57	14.29	2	14.29	2	71.43	10	هل تستطيع تصور كافة التفاصيل للموقف وكيف حدث ؟
2.57	7.14	1	28.57	4	64.29	9	هل يمكنك العودة في عيون عقلك واسترجاع الموقف بالطريقة التي كنت تود إن يحدث بها ؟

يبين الجدول رقم (9) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية في الترتيب الأول بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 وجاءت العبارة الثالثة في الترتيب الثاني بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.57 وجاءت العبارة الأولى آخرأ بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.5

ثانياً : مناقشة النتائج :-

- مناقشة التساؤل الأول :-

1- ما هو مستوى التصور العقلي لدى حكام كرة القدم .

يتضح من نتائج الجدول رقم (1) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الأول جاءت متساوية بين العبارتين (هل رأيتها ملونة ؟) و(هل يمكنك فحص كل شيء قبل إن يشرده عقلك ؟) وبنسبة (64.29) في حين كان المتوسط الحسابي للعبارة الأولى 2.57 وكانت العبارة الثانية 2.5 ويعزوا الباحث ذلك إلى إن الحكام يحاولون التركيز قبل المباراة

فيما يتضح الجدول رقم (2) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثانية (هل ترى الألوان والعلامات) في المرتبة الأولى نسبة موافقة بلغت 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 في حين جاءت العبارة الأولى (هل يمكنك رؤية علامات أرضية نعل الحذاء) في الترتيب الثاني بنسبة (42.86) في حين كان المتوسط الحسابي 2.14 ويعزوا الباحث إلى تركيز الحكام في الأشياء الظاهرة بدل الأشياء التي ربما تكون رؤيتها صعبة

ويتضح من الجدول رقم (3) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى (هل يمكنك إن تشعر بأي شيء في عضلاتك) نسبة (64.29) ومتوسط حسابي 2.4 وكانت العبارة الأولى في الترتيب الثاني (هل يمكنك تصور التدريب دون شروء العقل في أي شيء) بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.35 وهو ما يعني إن استخدام التصور العقلي يمكن إن يساعد الحكم في التحكم في مجهوده البدني من خلال الشعور بإجهاد و تصور الحركة وأدائها

وكانت نتائج الجدول رقم (4) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الأولى (هل لاحظت أي تغيير في تنفسك ؟) في المرتبة الأولى بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثانية (هل تستطيع إعادة تكوين الإحساس بالجري في عقلك ؟) بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.5 وهذا يؤكد إن التصور العقلي للحكام كان ضعيفاً

بينما يتضح من الجدول رقم (5) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثانية والثالثة في المرتبة الأولى بنسبة متساوية حيث بلغت 78.57 ومتوسط حسابي 2.7 وجاءت العبارة في المرتبة الثانية بنسبة 71.43 ومتوسط 2.64 وجاءت العبارة الخامسة في المرتبة الثالثة بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.4 وكانت العبارة الرابعة في آخر الترتيب بنسبة 50 ومتوسط 2.29 وهو ما يعني قدرة الحكام على تذكر الأشياء القريبة بشكل أفضل .

ويتضح من الجدول رقم (6) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى بنسبة 78.57 ومتوسط حسابي 2.78 وجاءت العبارة الأولى في المرتبة الثانية بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثالثة في آخر الترتيب بنسبة 57.14 ومتوسط حسابي 2.4 ويعزوا الباحث ذلك إلى محافظة الحكام على لياقتهم البدنية والتطوير من أنفسهم .

يبين الجدول رقم (7) قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني حيث جاءت العبارة الثانية في المرتبة الأولى بنسبة 78.57 ومتوسط حسابي 2.7 وجاءت العبارة الأولى في المرتبة الثانية بنسبة 71.43 ومتوسط 2.57 وهو ما يؤكد قدرة الحكام على استرجاع المعلومات في حالة الإعادة .

و يتضح من الجدول رقم (8) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثالثة في المرتبة الأولى بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 في حين جاءت العبارة الأولى في الترتيب الثاني بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.6 وجاءت العبارة الثانية آخرأ بنسبة 35 ومتوسط حسابي 2 وهو ما يؤكد إن إعادة المهارة أكثر من مرة تزيد من دقة ونجاح المهارة .

ويتضح من الجدول رقم (9) إن قيمة النسبة المئوية والمتوسط الحسابي للمحور الثاني جاءت العبارة الثانية في الترتيب الأول بنسبة 71.43 ومتوسط حسابي 2.57 وجاءت العبارة الثالثة في الترتيب الثاني بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.57 وجاءت العبارة الأولى آخرأ بنسبة 64.29 ومتوسط حسابي 2.5 ويعزوا الباحث ذلك إلى إن التركيز في التفاصيل يكون له الأثر الأكبر .

ويتفق البحث مع نتائج دراسة (فاطمة بسيوني) (2007) (5) كما يتفق البحث مع نتائج دراسة (جمال الغريب) (2016) (3) ويتفق الباحث مع ما ذهب إليه (محمد العربي شمعون) (7) في أن أحد المداخل التي حققت نجاحاً هو طريق الاسترجاع العقلي للأشكال المتعاقبة وهذا يتطلب أن يكون للاعب صورة يمكن استرجاعها عقلياً بعد ذلك للمطابقة والمقارنة .

- مناقشة التساؤل الثاني :-

2- ما هي نسبة التفاوت بين محاور الاستنبان للتصور العقلي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

يتضح من الجداول السابقة إن هناك نسب تفاوت بين محاور الاستنبان وجاء المحور السابع (هل ترى أو تشعر إنك تؤدي المهارة بنفسك دون ارتكاب الأخطاء؟) في المرتبة الأولى بأكثر نسبة مئوية ومتوسط حسابي وهو ما يعني قدرة الحكام في تفادي الأخطاء أثناء تنفيذ المهارة . فيما جاء المحور التاسع (خبرة غير موفقة) في المرتبة الثانية ويعزوا الباحث ذلك على إن التصور له دور كبير في تعزيز الخبرة . فيما جاء المحور الرابع (الجري في الطريق المفضل) في المرتبة الثالثة وهذا يؤكد التغيير وتكوين الإحساس له دور كبير في التصور العقلي . وجاء المحور السادس (مهارة تحاول تعلمها أو تطويرها) في المرتبة الرابعة وهذا يؤكد إن التعلم الذاتي يلعب دور كبير في تطوير مهارات الحكام . وجاء المحور الخامس (استرجاع أفضل الإنجازات في المجال الرياضي) في المرتبة الخامسة وهو ما يعني تذكر كافة الأشياء يسهم في تطوير مهارة الحكام . وجاء المحور الأول (افحص بدلة التدريب في أدق التفاصيل) في المرتبة



السادسة وهو ما يعني تركيز النظر والعقل له دور أساسي في تطوير مهارة الحكام . وجاء المحور الثالث (الإحماء وتدريبات المرونة) في المرتبة السابعة وهذا يعني تصور التدريب بشكل أفضل له دور مهارة الحكام . وجاء المحور الثاني (الحذاء الرياضي) في المرتبة الثامنة وذلك يعني التركيز في رؤية والألوان له تأثير ضعيف في مهارة الحكام . وجاء المحور الثامن (أداء مهارة بنجاح لم تنتهي من إتقانها بعد) في المرتبة التاسعة وهذا يعني إن التصور العقلي له تأثير ضعيف في حالة عدم إتقان المهارة .

ويتفق البحث مع نتائج دراسة (نبيل خطاب) (2014) (8) في استخدام التصور العقلي يزيد من سرعة تعلم المهارات وذلك عن طريق استدعاء النموذج الصحيح . كما يتفق البحث مع ما ذكره (شمعون) (1999) (7) أن اللاعب الذي يتصور أداءه في مهارة معينة بصورة سليمة له تأثير في تحسين أداء مهارة اللاعب

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات : من خلال نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :-

- 1- التصور العقلي له تأثير في تعلم المهارات وتطويرها .
- 2- كلما كان التصور العقلي للأشياء القريبة كان التأثير أكبر في تعلم المهارات .
- 3- التصور العقلي للحكام بشكل عام كان جيد حيث كان له الأثر في استرجاع الأشكال المتعاقبة والذي كان له الدور في إتقان المهارات

التوصيات : في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث فإن الباحث يوصي بما يلي :-

- 1- ضرورة الاهتمام بإقامة دورات عن التصور العقلي لحكام المنطقة الغربية .
- 2- استخدام التصور العقلي بشكل مستمر وذلك لتطوير مهارات حكام المنطقة الغربية .
- 3- القيام بإجراء بحوث في التصور العقلي بشكل مستمر وذلك لمعرفة مدى الأثر للتصور العقلي لحكام المنطقة الغربية .

المراجع

- 1- اسامة راتب : علم نفس الرياضة - دار الفكر العربي - 2000
- 2- إسلام عباس - صادق الحايك : تأثير التصور الذهني المصاحب للأداء المهاري على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة للفئة العمرية 14 - 16 سنة - كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية عمان مجلة العلوم التربوية 2006



- 3- جمال الغريب : علاقة التصور العقلي بمستوى أداء طلاب قسم التربية البدنية للضربة المستقيمة في تنس الطاولة , المجلة العلمية للتربية وعلوم الرياضة . جامعة حلوان
 - 4 - خالد جندل : التصور العقلي وعلاقته بمجازفة لاعب كرة القدم رسالة ماجستير جامعة محمد بو ضياف المسيلة بالجزائر 2015
 - 5 - فاطمة بسيوني : تأثير استخدام التدريب العقلي خلال مراحل التعلم الحركي على مستوى أداء التصويبة السليمة في كرة السلة , المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية جامعة طنطا
 - 6 - محمد علاوي : علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية - دار الفكر العربي 2002
 - 7 - محمد شمعون : علم النفس الرياضي والقياس النفسي - مركز الكتاب للنشر 1999
 - 8 - نبيل خطاب : تأثير استخدام التصور العقلي على أداء الطالب المعلم في تدريس الجانب المهاري لدرس التربية الرياضية , المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة حلوان
 - 9 - وسيم عقاب: أثر برنامج للتصور العقلي على مستوى الأداء المهاري والتوافق النفسي لناشئي كرة القدم - رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة النجاح الوطني ، فلسطين 2015
1. Harris D.V. and harris B.sport psychology champaiqn IL :Human Kiketic