

تأثير التصور العقلي على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام الدراسة والرياضة دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ أقسام الدراسة والرياضة لولاية - تسمسليت -

أ. حمزة صديق
المركز الجامعي تسمسليت

- ملخص:

اتجه الباحث إلى دراسة ميدانية تجريبية على أقسام رياضة ودراسة لمعرفة أثر التصور العقلي على التعلم الحركي السريع من خلال فهم العلاقة بين التصور العقلي للحركة وتخفيض تكراراتها. ومن هنا جاءت الدراسة للكشف عن أثر تدريب قدرة التصور العقلي على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام رياضة ودراسة. ونظرا لطبيعة الموضوع ومن أجل تشخيص الظاهرة والكشف عن جوانبها اعتمد الباحث على المنهج التجريبي حيث هو أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية. وكان مجتمع البحث ممثلا في تلاميذ أقسام رياضة ودراسة واشتملت عينة البحث على أربعين تلميذا (40 تلميذا) واعتمد الباحث على مقياس التصور العقلي (ل: ريمارتز) الذي ترجمه إلى العربية (محمد العربي وماجدة إسماعيل) وقام الباحث بإعداد برنامج تدريبي طبقه على عينة البحث. كما اعتمد الإحصاء الوصفي لتحليل نتائج البحث وفي الأخير خلصت الدراسة إلى النتائج التالية: - مستوى التصور العقلي منخفض مقارنة بما هو مرجو منه. - إعداد برنامج للتدريب العقلي يساهم في الرفع من مستوى التعلم الحركي وتخفيض تكراراته.

مقدمة وإشكالية البحث:

إن التركيز في التدريب على الجانب البدني، المهاري والخططي فقط وإغفال جوانب أخرى على درجة قصوى من الأهمية في التحضير البدني الرياضي من أجل الوصول إلى الهدف المرجو منه وتحقيق الإنجازات الرياضية المرغوبة يمثل بؤرة اهتمام العاملين في إعداد الأفراد الرياضيين، حيث تم المنافسة مع مجموعة من الرياضيين والفرق يتم إعداده من أنواع أخرى من التدريب شائعة الاستخدام من فترة طويلة، أظهر تفاعليتها وأكدت أهميتها، وساهمت بقدر كبير في تحقيق التفوق وتحطيم الأرقام القياسية.

من أحد الأبعاد الهامة التي يعتمد عليها التدريب الرياضي الحديث في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري والتعلم الحركي في الأنشطة الرياضية المختلفة هو التدريب العقلي، حيث أن الإنجازات الرياضية العالمية تتطلب قدرا كبيرا من تدخلات للمهارات العقلية لإصدار القرارات أثناء المنافس، قد لا يزال بعض المختصين في المجال الرياضي ظنون أن موضوع التدريب العقلي من الموضوعات الحديثة التي أثارت العلماء في مجال علم النفس الرياضي، ولكن الواقع يؤكد أن الاهتمام يرجع إلى أوائل القرن التاسع عشر وأن بدأ استخدامه مع بداية الأربعينات، وانتشر بصورة كبيرة في أوائل السبعينات بعد أن تم التحقق ميدانيا وعلميا من نجاعة وفعالية التدريب العقلي في الوصول إلى الرفع من مستوى الأداء والتعلم الحركي والتفوق الرياضي (Thomas , Missoum, Ricocher, 1987, p.16).

ولكن للأسف يبقى المختصين في مختلف المستويات والرياضات- للوصول إلى الأداء الحركي النموذجي والمثالي يلجئون إلى طريقة أو أسلوب

وحيد لتعلم هذه المهارات الحركية هو ساعات عديدة من التدريب البدني، والانتظام في الممارسة وتكرار الأداء للوصول إلى مرحلة الإقنآن، ولكن هناك الكثير من الطرق المستخدمة في المساعدة على سرعة التعلم، واكتساب المهارات الحركية.

ويقدم التدريب العقلي عن طريق التصور العقلي إستراتيجية مؤثرة تتضمن بعض الأنواع من العمليات المعرفية التي يمكن أن تتوسط تكوين التصور العقلي أو التعريف اللفظي للمهارة والأداء الحركي المهاري. إن الاعتماد على التدريب البدني وبذلك الجهد المتواصل في هذا الاتجاه منفردا دون الاستعانة بهذه الإستراتيجية المساهمة في تعلم واكتساب المهارات خاصة في المراحل المتقدمة من التعلم لدى فئة معينة.

حسب ليندا (Linda) فإن التعلم الحركي عملية موحدة تتضمن الجانبين العقلي والبدني ينتج السلوك والتعلم من تفاعل الممرات الواردة والصادرة ودورة الخال أوسط الطرفية التي تقدم المعلومات البديلة.

وترجع فاعلية التدريب العقلي عن طريق التصور العقلي إلى قدرة الجهاز العصبي على التسجيل الحسي والأنماط الحركية وقدرتها على استرجاع وإعادة ترتيب التصور، ومن هذا يمكن أن نستخلص أن التدريب العقلي قد يؤدي إلى التغيرات في الجهاز العصبي المركزي والتي تنتج من خلال الأداء الحركي (Carpenter W.B1984, p.56) ومنه فإن الشكل التصوري للأداء الحركي القديم لأي مهارة ينبع من تصور الفرد والذي يتطور باستمرار لما يظن فيه النموذج المثالي، وبالإستعانة بالمعلومات والخبرات المتوافرة يتبين أن "عين المخ" تحاول أن تعطي أفضل نموذج يمكنها أن تصوره، ومن ثم استخدام هذا النموذج كقاعدة أو أساس لتكوين أسلوب الأداء الصحيح،

- مفهوم التعلم الحركي:

عرف كاربنتر Carpenter التعلم الحركي هو التغيير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب الرياضي وليس نتيجة للنضج أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي قد تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي. تأثير الوقت ما ومعين (جمال الدين بن منظور 1993، ص 122).

وعليه يعرف الباحث التعلم الحركي كما يلي: هو الفهم الصحيح للحركات وأدائها بنسب عالية من الصحة.

- مفهوم أقسام الرياضة والدراسة: هي مجموعة الطرق المنتهجة من طرف وزارة التربية الوطنية عن طريق إنشاء أقسام تخصص في الجانب الرياضي تتم عن طريق الانتقاء بالإضافة إلى الدراسة عن طرق رفع الحجم الساعي من الممارسة الرياضية والانتقال من مرحلة التعليم والتربية إلى مرحلة التدريب والتعلم.

- الدراسات السابقة والمشابهة

- الدراسة الأولى: دراسة بلقاسم للعاوي 1997 "التعديل النفسي للفعل الحركي المعقد".

تطبيق لعملية تقني - تكتيكية في كرة القدم.

وقد توصلت الدراسة حول المميزات النفسية - حركية بينت أن طرق التعديل النفسي تساهم بشكل نسبي في تحكم وتطوير العملية التقنية حركية، والتعديل النفسي ساهم في التقليل من العوامل الدخيلة التي تؤثر سلبا في عملية اللعب، وثرّب أشكال جديدة لحالات اللعب. ومن بين وسائل التعديل النفسي الفعالة طريقة التدريب العقلي.

- الدراسة الثانية: دراسة قاسمي ياسين 2005/ 2006 " تأثير التصور العقلي على إصلاح أخطاء المهارات الحركية عند رياضي المستوى العالي".

وقد توصلت الدراسة إلى إبراز أهمية التصور العقلي ومكانته في العملية التدريبية وبالأخص في إصلاح الأخطاء المهارية، كونه عامل أساسي ومكمل لنجاح هذه العملية وذلك اقتصادا في الجهد وتقادي الإصابات والسباح للرياضي باستدعاء قدرات خفيه، تميته أو توظيفها مهم لتحقيق الإنجاز المثالي.

- الدراسة الثالثة: دراسة افروجن نبيل 2007 " تأثير التصور العقلي في مجازفة لاعبي كرة القدم".

وقد توصلت الدراسة إلى أهم الاستنتاجات التالية:

- مستوى التصور العقلي عند اللاعبين الجزائري لكرة القدم ذو المستوى الرفيع حسن وليس متوسط كما كنا نتوقعه قبل التجربة.
- مساهمة الأداء الرفيع وخبرة اللاعب في اكتساب مستوى قريب من الجيد فيها يخضع التصور العقلي الحركي، وهذا يدل على استعمال اللاعب للتصور العقلي بطريقة تلقائية.
- العقلي له تأثير على المهارات العقلية الأخرى كالثقة في النفس، التركيز، الانتباه، وغيرها.

فبينما يتحسن النموذج التصوري شيئا فشيئا، فإن أداء المهارة الفعلية يكون في هذه الحالة أكثر استعدادا للاقترب من الإقنات، فالتصور العقلي الصحيح للمهارة يؤدي إلى حسن انطباعها في ذاكرة الرياضي وبالتالي القدرة على استرجاعها بصورة متقنة، فالتكرار الصحيح للمهارات الحركية يؤدي إلى تحسين العلاقات الضرورية المتبادلة بين عمليات الاستثارة وعمليات الكف في مراكز المخ المناسبة، وبالتالي يؤدي إلى إقنات الأداء دون بذل الكثير من الجهد العضلي والفكري تطبيق التصور العقلي يسمح تحت شروط تطوير الإنجاز Feltz et Landers .

وبالتالي حتى يمكن إعداد الفرد الرياضي إعدادا شاملا، متزنا ومتكاملا في عملية التدريب الرياضي حقق أعلى مستويات الأداء والإنجاز الرياضية التي تسمح بها قدراته واستعداداته، فمن الضروري أن يراعى في إعداد الجانب العقلي، وقد اتجه الباحث إلى دراسة ميدانية تجريبية على تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة، لمعرفة أثر التصور العقلي على التعلم الحركي السريع وذلك من خلال فهم العلاقة بين التصور العقلي للحركة وتخفيض تكرارها خلال عملية التعلم الحركي.

ويأمل الباحث أن تشكل هذه الدراسة أهمية خاصة بالنسبة للبرامج التعليمية الإعدادية والتدريبية لرياضي الفرق المدرسية.

ومنه تم طرح التساؤل العام التالي:

ما هو تأثير برنامج المقترح للتدريب على التصور العقلي على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة؟

ومن خلال هذا التساؤل العام يمكننا طرح الأسئلة الجزئية التالية:

ما هو مستوى التصور العقلي لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة؟

هل هناك فروق دالة إحصائية للتصور العقلي في القياس القبلي والبعدي لعينة البحث؟

الفرضيات: افترض الباحث ما يلي:

- الفرضية العامة:

برنامج المقترح للتدريب على التصور العقلي يؤثر إيجابا على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة.

- الفرضيات الجزئية:

مستوى التصور العقلي منخفض لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية للتصور العقلي في القياس القبلي والبعدي في عينة البحث.

- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- مفهوم التصور العقلي:

يعرف دورتي Dorothy التصور العقلي استرجاع من الذاكرة لأجزاء من المعلومات المختزنة من جميع الخبرات وإعادة تشكيلها بطريقة ذات معنى (محمد العربي شعون 1996، ص 218).

وعليه يعرف الباحث التصور العقلي كما يلي: " هو الصور الذهنية الصحيحة للأشياء والتي تدور على مستوى العقل قبل وإثناء الأداء".

نوع النشاط	حجم العينة
ألعاب القوى	10
كرة اليد	15
كرة الطائرة	15
المجموع	40

جدول رقم (01) يبين مجتمع البحث.

- تعتبر العينة الجزء من الكل بحيث تكون ممثلة تمثيلاً إحصائياً، وتتكون عينة البحث من 40 تلميذ من أقسام الرياضة والدراسة والتي اختيرت عشوائياً.

الرياضات	عدد الأقسام	عدد التلاميذ
كرة اليد	05	95
كرة السلة	01	25
كرة الطائرة	02	35
ألعاب القوى	02	35
المجموع	10	190

الجدول رقم (2) يبين توزيع العينة حسب نوع النشاط الممارس

- أدوات البحث:

تختلف الأداة المستخدمة في كل بحث باختلاف أهداف بحث والجمع الذي ستطبق فيه منه أداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يتمكن بواسطتها الباحث حل المشكلة، وقد استخدمت في بحثي:

مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي (ل لريتمارتز R. MARTENZ)

الترجمة لمحمد العربي - ماجدة إسماعيل.

- وصف مقياس التصور العقلي:

ويشمل المقياس على أربعة مواقف رياضية وهي:

1- الممارسة الرياضية.

2- مشاهدة الزميل.

3- اللعب مع الآخرين.

4 - الأداء في المنافسة.

وتم الاستجابة لكل موقف عن طريق الأبعاد الستة التالية:

- التصور السمعي.

- التصور البصري.

- التصور الحركي.

- الحالة الانفعالية المصاحبة.

- التحكم في الصورة.

- التصور العقلي من منظور داخلي.

الخصائص السيكومترية لأداة البحث:

لقد تم التأكد من ثبات وصدق مقياس التصور العقلي من طرف العديد من الباحثين الذين طبقوه في الدراسات السابقة في البيئة العربية، وكمؤدج لذلك نأخذ الدراسة التي أجريت في البيئة الجزائرية حيث قام العديد من

- الدراسة الرابعة: دراسة Schendel et Hagman سنة 1991.

إدماج تمارين التدريب العقلي على التصور في التدريب الرياضي، أكثر فعالية بالمقارنة مع ممارسة التدريب العقلي لوحده، حصة التدريب العقلي لا يجب أن تتجاوز خمسة دقائق وهذا لصعوبة البقاء في تركيز مستمر أكثر من ذلك الوقت.

- الدراسة الخامسة: دراسة Durtch, et Morph, Jowdy سنة 1990.

بحيث أنجزت في المركز الأولي للتدريب في الولايات المتحدة الأمريكية والتي بينت تعميم استخدام التصور العقلي، في المجال الرياضي وتوصلت إلى أن 90% من الرياضيين الأولمبيين يستخدمون شكل من أشكال التصور العقلي، 97% منهم يؤمنون بأنها تحسن مستوى الأداء الحركي والإنجاز وأن أكثر من 94% من مدربي الرياضيين الأولمبيين يلجئون إلى التصور العقلي خلال التدريب.

- الدراسة السادسة: دراسة MckElla سنة 1972

حيث قام بطرح أسئلة على 500 r توصلت إليها راشد على نوعية تصورهم وكانت النتائج كالآتي:

- 97% أجابوا باستعمالهم للتصور العقلي البصري.

- 93% يستعملون التصور السمعي.

- 74% يلجئون أكثر للتصور الحركي.

- 60% يفضلون استعمال تصور اللمس.

- 67% اختارهم أكثر لاستعمال حاسة الذوق في تصورهم.

- 66% يختارون استعمال حاسة الشم.

- منهج البحث:

يعتبر المنهج في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن فاختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث.

ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وبأن موضوع البحث يدور حول تأثير التصور العقلي على التعلم الحركي، تبين أنه من المناسب استخدام المنهج التجريبي لأن الدراسة تعتمد على المنهج التجريبي.

يعتبر المنهج التجريبي أقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية والتجريب سواء كان في المعمل أو في قاعة الدراسة أو في أي مجال آخر هو محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد حيث يقوم الباحث بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد قياس تأثيره في العملية وتجربة المعمل هي أقوى الطرق التقليدية التي نستطيع بواسطتها اكتشاف وتطوير معارفنا على التنبؤ والتحكم في الأحداث.

- مجتمع وعينة البحث:

- إذا كان تعريف مجتمع البحث هو " جميع الأفراد أو الأحداث أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث.

الباحثين بتطبيق هذا الاختبار على عينة أثناء إعداد رسائل الماجستير والدكتوراه وحصل على معدلات الثبات التالية:

- الثبات:

التصور العقلي	معاملات الثبات
التصور السمعي	0.811
التصور البصري	0.914
التصور الحركي	0.798
الحالة الانفعالية المصاحبة	0.786
التحكم في الصورة	0.834
التصور العقلي من منظور داخلي	0.915

الجدول رقم (03) يبين معاملات الثبات للاختبار

التصور العقلي	معاملات الثبات
التصور السمعي	0.900
التصور البصري	0.956
التصور الحركي	0.893
الحالة الانفعالية المصاحبة	0.886
التحكم في الصورة	0.913
التصور العقلي من منظور داخلي	0.956

الجدول رقم (04) يبين معاملات الصدق للناتج للاختبار

- الدراسة الاستطلاعية:

كان أول خطوة قام بها الباحث سبقت الدراسة الميدانية هو القيام بدراسة استطلاعية حيث كان الهدف منها هو التأكد من توفر أفراد العينة (عينة البحث) والتعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها للبحث العلمي.

- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- يمكن حصرها في النقاط التالية.
- ضبط عينة البحث وخصائصها.
- مدى ملائمة أدوات جمع البيانات لعينة البحث.

- الأساليب المستخدمة في البحث:

- قام الباحث باستخدام الأساليب الإحصائية التالية لتحليل نتائج البحث و لتأكد مما يلي:

- المتوسط الحسابي: (محمود السيد أبو النيل سنة 1987، ص 101)

- يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعاً، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعني إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط

- الانحراف المعياري: (مقدم عبد الحفيظ: سنة 1993، ص 710)

يعتبر من أهم مقاييس التشتت، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد، أي مدى انسجام العينة.

- اختبار تحليل التباين: ANOVA

ويستخدم هذا الأسلوب، في حساب دلالة الفروق ما بين متوسطات العينة.

يحسب اختبار تحليل التباين ANOVA وفق المعادلة:

$$\sigma^2 = \sum_{i=1}^k \frac{\bar{x}_i^2}{k}$$

معامل الثبات (α كرومباخ):

معامل الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياسين من خلال

$$\alpha = \frac{2R}{1+R}$$

- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

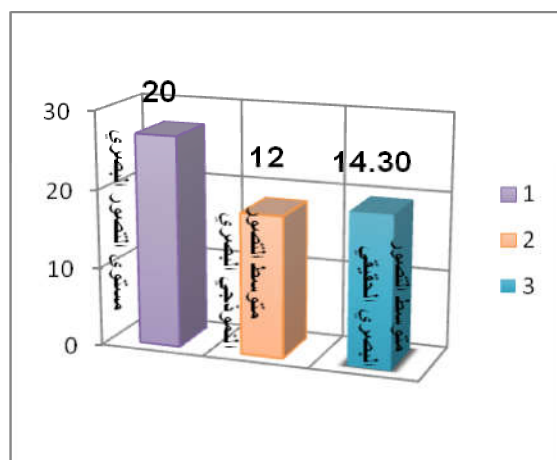
- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: والتي تنص على أن مستوى التصور العقلي منخفض لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة.

- تحليل نتائج التصور العقلي القبلي حسب كل بعد لدى عينة البحث.

- تحليل نتائج البعد المتعلق بالتصور البصري القبلي.

المجالات	عدد العينة N	الخط السيكولوجي للبعد	المتوسط الحسابي النموذجي	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	الدلالة
بعد التصور البصري القبلي	40	20 -- 04	12	14,30	دال

الجدول رقم (05): يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي المحسوب والمتوسط الحسابي النموذجي لمستوى بعد التصور البصري القبلي لعينة البحث.



المخطط رقم (03) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموذجية ومستوى التصور البصري

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد التصور البصري القبلي بلغ (14.30) بحيث تقع درجاتهم فوق المتوسط الحسابي النموذجي (12)، وهي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي [04 – 20]، مما يوضح أن التصور البصري القبلي لعينة البحث كان متوسطاً على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا.

وللتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط

أما فيما يخص نتائج الفرضية الأساسية الثانية الخاصة بوجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للتصور العقلي، فإننا نجد تحقق البعد الأول من خلال وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للتصور البصري، في حين نتائج البعد الثاني والخاصة بوجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للتصور السمعي أما فيما يخص البعد الثالث والخاصة بوجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للإحساس الحركي وما يتعلق بالبعد الرابع والخاصة بوجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للحالة الانشغالية أما نتائج البعد الخامس والسادس والخاصة بوجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للقدرة على التصور العقلي والتصور العقلي من منظور داخلي.

وهذا ما يؤكد على صحة الفرضية الثانية المقترحة في بداية الدراسة، أما فيما يخص نتائج الفرضية الأساسية الثالثة الخاصة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة في التصور العقلي، فإننا نجد تحقق الفرضية من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التصور العقلي البعدى حسب متغير نوع النشاط الممارس.

الخاتمة:

انطلاقاً من الجانب التمهيدى الذي يحتوي على الإشكالية المطروحة للدراسة والفرضيات المصاغة كمشروع للبحث و الدراسات السابقة التي وضعت كخلفية نظرية ومروراً بالجانب النظري الذي حاولنا فيه تناول كل ما له علاقة بالموضوع (تأثير التصور العقلي على التعلم الحركي لدى أقسام الرياضة والدراسة) من خلال تقسيمه إلى أربعة فصول تناولنا في الفصل الأول كل ما له علاقة بالتصور العقلي والتدريب الذهني وأبعاده ومكوناته ونظرياته ... الخ، كما تطرقنا في الفصل الثاني إلى التعلم الحركي وأنواعها وأهدافه بالنسبة لهاته المرحلة... الخ، لنصل إلى الفصل الثالث الذي تناولنا فيه أقسام الرياضة والدراسة والقوانين المحددة لها، وفي الأخير الفصل الرابع والذي خصصناه إلى الفئة العمرية وأهم مميزاتا وخصائصها وتأثيرها بجملة من العوامل النفسية والاجتماعية والبيئية وصولاً للجانب الميداني في ختام هذه الدراسة، اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة الموضوع المدروس، وتمت الدراسة على عينة قوامها (40 تلميذ من أقسام الرياضة)، وهذا قصد دراسة الفرضيات التي تنتهي للفرضية الأساسية الأولى، والفرضية الأساسية الثانية والفرضية الثالثة لتتصر على الفروق الإحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي في الفرضية الرابعة، وقد اعتمدنا على برنامج التعلم الحركي والتدريب الذهني وقياس التصور العقلي كأدوات لجمع البيانات من الميدان.

حزمة صديق

المصادر والمراجع

- 1- أحمد فؤاد الشاذلي، أسس التحليل البيوميكانيكي في المجال الرياضي، منشورات ذات، الثلاث، الكويت، 2001.
- 2- أحمد شبلي، نظريات التعلم، مكتبة النهضة العربية، القاهرة، 1971.

الحسابي النموذجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات التصور البصري كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموذجي للمقياس المطبق ($x_1 < x_2$) أي (14.30 < 12) وبقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (14.30 تقسيم 04) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات والذي نلجده 3.57، وهذا ما يؤكد أنه أكبر من درجة الفقرة النموذجية أي (3.57 < 03).

وهذا ما أكدته دراستي ماكلا Macklar وبلقاسم لعلاوي والتي تؤكد على أن مستوى التصور العقلي يكون منخفضاً عن المتوسط دوماً ما لم يتم التدريب عليه.

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائية في التصور العقلي للقياس القبلي والبعدى في عينة البحث.

- الفروق على مستوى التصور البصري.

الجدول رقم (06): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للدلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى للتصور البصري.

*دال عند مستوى الدلالة 0.05

التصور البصري	عينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعاري	درجة الحرية	المحسوبة T	الجدولية T	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
قبلي	40	14.30	2.68	39	3.67	1.68	0.05	دال
بعدى		18.13	3.44					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (17) الذي يبين قيمة T لدلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى للتصور البصري أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي قدر بـ "14.30" بانحراف معياري "2.68" والمتوسط الحسابي للقياس البعدى فقد قدر بـ "18.13" بانحراف معياري "3.44"، أما فيما يخص قيمة T المحسوبة فقد بلغ "3.67" وهي أكبر من قيمة T الجدولية "1.68" أي (3.67 < 1.68) عند مستوى الدلالة "0.05 = ∞"، ودرجة حرية 39 وهي قيمة تبين أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى في التصور البصري.

وهذا ما أكدته دراسة قاسمي ياسين حول دور التصور العقلي في إصلاح بعض المهارات الحركية لدى الرياضيين.

- الاستنتاج العام:

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية يتبين لنا من خلال المحور الأول الخاص بالفرضية الأساسية الأولى أن مستوى التصور العقلي منخفض لدى تلاميذ أقسام الرياضة والدراسة كما توقع الباحث في بداية الدراسة إذ أنه وجدت المتوسطات الحسابية لكل أبعاد التصور العقلي أقل من المتوسط الحسابي النموذجي وهو يعتبر الخط السيكو مترى الفاصل بين مستويات التصور العقلي.

ومن خلال التأكد من صحة تحليل أبعاد التصور العقلي يمكن الحكم على أن الفرضية الأساسية الأولى التي تقول " مستوى التصور العقلي لدى أقسام الرياضة والدراسة منخفض " قد تحققت.

- 15- Edgar Thill et Philippe Fleurance, guide pratique de la préparation psychologique du sportif, edition Vigot, Paris, 1998.
- 16- Edith Perrault –pierre, la gestion mentale du stress, (pour la performance sportive), edition Anphora, Paris, 2000.
- 17- G. Sport, probabilité, analyse des données et statistique, édition Technique, Paris, 1990.
- 18- Hervé le Deuff, entraînement mental du sportif, edition, Anphora, Paris, 2002.
- 19- Insep, méthodologie de l'entraînement, n°1, Paris, 1982.
- 20- Jean Piaget et 1, 1991. B. In Helder, l'image mentale chez l'enfant, Retz, 1991
- 21- Luis Fernandez, sophrologie et compétition sportive, edition Vigot, Paris, 1986.
- 22- Maurice Angers, initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines, edition, CEC, Québec, 1996.
- 23- Missoum. G, guide du training mental, edition Retz, Paris, 1991.
- 24- M. Denis, les images mentales, PUF, Paris, 1979.
- 25- Pia. M, préparation physique ETmentale du sportif, Anphora, Paris, 1990.
- 3- أحمد محمد فاطر، علي ألبك، القياس في المجال الرياضي، دار المعارف، الإسكندرية، 1978
- 4- إحسان محمد الحسن، الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي، دار الطليعة، بيروت، 1994
- 5- أسامة كامل راتب، تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي) دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 2000
- 6- جابر عبد الحميد، أحمد خير عازم، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة المصرية، الطبعة الثانية، 1997 .
- 7- حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد علي مرسي، مبادئ البحث العلمي في ميدان التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995.
- 8- محبوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتب للطباعة، الموصل، العراق، 1988
- 9- سعد جلال، " القياس النفسي، المقاييس والاختبارات، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
- 10- طلحة حسام الدين، النظريات والأسس العلمية في تدريب الجمباز الحديث، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1998 .
- 11- عبد النبي الجمال، محمد العربي شمعون، التدريب العقلي في التنفس، دار الفكر، العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1996.
- 12- Akitomo Kanéko, traduit par M.T Grossetete, gymnastique olympique, edition,Vigot, Paris, 1980.
- 13- Antoine de la garanderie, maturité et autonomie dans gestionmentale, n°
- 14- Edgar Thill et Al, manuel de l'éducateur sportif, 7ème edition, edition Colloque dangers, edition, Bayard Vigot, Paris, 1991.