

” بناء مقياس التوقع الحركي وعلاقته ببعض القدرات العقلية ومستوى الأداء

المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي ”

أ.م.د/ وفاء السيد محمود

أ.م.د/ منال احمد أمين

المقدمة ومشكلة البحث:

يشهد العالم الآن تطوراً هائلاً في المجال الرياضي، وطفرة كبيرة في الاهتمام بالعلوم الإنسانية كعلم النفس؛ لذا لا بد من الاندماج والتوافق مع هذا التقدم حتى يمكن مواكبة التطور بتتمية القدرات العقلية بما يتناسب مع متطلبات العصر، والافتتاح الكامل بالتقدم والرقي للوصول إلى أعلى المستويات.

ويعتبر التوقع ذو أهمية كبيرة لفهم الدافعية ودورها في الأداء الرياضي من توجيه وتنشيط الاستجابات الحركية، واستمرارها، وتفاعلها، مما ينعكس على إيجاد الاهتمام والحماس الواضحين للاعبة، والذي يؤدي إلى اكتساب المزيد من المثابرة والجدية أثناء التدريب أو خلال المنافسة (٣: ٥٦).

ويذكر "بسطويسي أحمد" (١٩٩٦) أن التوقع الحركي يعد ظاهرة خارجية لتقويم الحركة في المجال الرياضي؛ لذلك يلعب دوراً مهماً ورئيسياً لارتباطه بالتطور الصحيح للحركة، والذي ينتج عنه جمال وانسيابية الحركة، ويتوقف التوقع الصحيح للحركة على تقدير المسافة، سرعة الأداء، سرعة اللاعب، والعمل المشترك بينهما، والإحساس بالمسافة والزمن، كما أنه يعتمد على خبرة ومستوى اللاعب، والتخيل الصحيح للحركة.

كما أن هناك نوعين من التوقع الحركي من حيث طبيعة الأداء، أحدهما التوقع الحركي الذاتي، ويقصد به ذلك الخاص بالفرد نفسه حسب رؤيته وتصوره الحركي، وليس لأي فرد آخر، وقد يكون هذا التصور صحيحاً، وقد لا يكون

(*) أستاذ مساعد بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي - كلية التربية للبنات - جامعة الزقازيق.

(**) أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا.

صحيحاً كما في الألعاب الفردية، وثانيهما التوقع الحركي غير الذاتي، أي توقع حركات الغير والخصم كما في الألعاب الجماعية (٨: ٤٤٦، ٢٥٠، ٢٥١).

ويرى "محمود عنان" (١٩٩٥) أن النشاط المعرفي يعتمد في جوهره على العمليات العقلية، والتي يعتبر الإدراك، والانتباه، والتصور، والتذكر من العمليات الرئيسية المحددة لها، بالإضافة إلى ارتباط وتفاعل هذه العمليات مع بعضها البعض، وللارتقاء بهذه العمليات وتطورها فإن ذلك يرتبط بالممارسة الرياضية من ناحية، وبالنمو والنضج من الناحية الأخرى.

كما أن هناك صلة وثيقة بين التوقع والقدرات العقلية، حيث يعتبر من الأمور المهمة للقرارات الحركية التي يجب اتخاذها داخل إطار التفكير الخططي أثناء اللعب، ويقع الدور الأكبر على اللاعبات في حسن التفكير والتوقع المسبق للحركة.

(٢٠: ١٥، ٤٣٨)

ويعتبر كل من الإيقاع والتوقع من أساسيات التعلم والأداء الحركي، وكما ارتفع مستواهما ارتفع مستوى الأداء، فدقة كل من الإيقاع والتوقع تمثل أهم العوامل الحيوية لتحقيق مستويات عالية في الأداء الحركي، فالإيقاع هو العامل المشترك للحركة في الأداء (٢٦: ١٨٨).

ويؤكد "أسامة راتب" (١٩٩٠) أن التوقع يمثل نتائج معينة لسلوك الفرد نحو موقف ما يعتبر محددًا أساسياً ومهماً لسلوكه نحو ذلك الموقف (٣: ٥٦).

وينال الجميز الإيقاعي في الآونة الأخيرة اهتماماً بالغاً على المستويين العالمي والمحلي، حيث يعكس الصورة الحقيقية لتقدم الدول، وارتباطه بالقوانين الطبيعية، والتربوية، والنفسية، والعقلية، وتعتبر الموسيقى أحد المثيرات التي تلعب دوراً مهماً في فاعلية الأداء الحركي التي تعمل على تفجير القدرات العقلية الإبداعية، والانفعالات، والأحاسيس الذاتية داخل اللاعب (٩: ٥، ٦).

وتتطلب طبيعة المستويات العالية من اللاعب ضرورة استخدام قدراتها البدنية، والمهارية، والخططية، والنفسية بصورة متكاملة، وذلك لمحاولة إحراز

أفضل مستوى رياضي ممكن، ويتوقف التفوق الرياضي على مدى استفادة اللاعب من قدراتها النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتها البدنية، حيث تساعد على تعبئة طاقاتها البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي أثناء التدريب أو المنافسة (١٨ : ٢٦).

ويتم تقييم مستوى أداء اللاعب في الجمباز الإيقاعي بناءً على عناصر حركات الجسم الأساسية، والمجموعات الأخرى المرتبطة، والتي تؤدي في اتجاهات ومستويات مختلفة، مع الحفاظ على استمرارية الحركة بين الشد والارتخاء في تناغم واضح بين الحركة والمدى والسرعة في الأداء، ومن خلال برامج وعمليات تتم في صورة إجراءات مركبة للجهاز العصبي، يطلق عليها "النموذج الحركي المتوقع"، ففي بداية أي أداء حركي رياضي يوجد برنامج معين وثابت ومتوقع، قابل للتكيف والتعديل حتى يتم الوصول إلى مرحلة التوقع الصحيح للأداء المستقبلي الجيد.

وطبقاً لنظرية التوقع، فإن الدافعية تؤثر في الخبرات السابقة وتتأثر بها، سواء كانت خبرة نجاح أو فشل، وذلك أثناء تدريب اللاعب على جزئيات المهارات المركبة والمتعددة في الجملة الحركية، حينئذٍ تتضح معالم الموقف ويصبح خبرة، وتقل صعوبة الأداء، وبالتالي تتغير التوقعات الخاصة بالموقف، فيصير أكثر وضوحاً وسهولة، مما يزيد من قدرة اللاعب على السيطرة والتحكم في الحركات المؤداة، وتصبح التوقعات جزءاً مهماً للصفات الشخصية المميزة بين اللاعبين.

(١١ : ١٣-١٥)

ويذكر كل من "حسن علوي" و"نصر الدين رضوان" (١٩٨٨) أن بعض الأنشطة الرياضية يصعب فيها استخدام الاختبارات الموضوعية كوسائل لقياس الأداء، مثل أنشطة المنازلات بصفة عامة، والجمباز الإيقاعي بصفة خاصة، كما أن الاختبارات والمقاييس من أهم الأدوات التي تستخدمها المدربة لمعرفة مدى التقدم والتوقعات المختلفة أثناء الأداء؛ لتتمكن من تقويم اللاعبين، ولمعرفة مستوى كل لاعب منهن، وتوجيهها وإرشادها لزيادة الدافعية، والحماس، والتشويق للعملية التدريبية (١٥ : ١٤).

ومن هذا المنطلق، ومواكبة للتقدم العلمي في مجالي علم النفس الرياضي، والاختبارات، والمقاييس للوصول إلى المستويات العليا للاعبات الجمباز الإيقاعي أثناء التدريب والمنافسة، فقد لاحظت الباحثتان من خلال خبرتيهما في مجال الجمباز الإيقاعي، واعترافاً منهما بأهمية ودور التوقع الحركي للاعبة، وكنتيجة لعمليات التتقيب والبحث في الدراسات السابقة، وإيماناً بأهمية المقاييس النفسية ودورها في تقويم وتحديد المستوى، فقد قامت الباحثتان ببناء مقياس للتوقع الحركي للاعبات الجمباز الإيقاعي، وعلاقته ببعض القدرات العقلية اللازمة للارتقاء بمستوى الأداء المهاري، ومن خلال اطلاع الباحثتين على المراجع والدراسات، لم تجدا أية دراسة تناولت هذا الموضوع (على حد علميهما).

هدف البحث:

- ١- بناء مقياس للتوقع الحركي لناشئات الجمباز الإيقاعي.
- ٢- علاقة التوقع الحركي ببعض القدرات العقلية (الانتباه - التصور العقلي) لناشئات الجمباز الإيقاعي.
- ٣- علاقة التوقع الحركي بمستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي.

فروض البحث:

- ١- يمكن بناء مقياس للتوقع الحركي لناشئات الجمباز الإيقاعي.
- ٢- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (الانتباه - التصور العقلي).
- ٣- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين التوقع الحركي ومستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي.

مصطلحات البحث:

- التوقع الحركي (Motor Expectation):

يعرف بأنه: "مظهر خارجي يعبر عن مدى ترابط أجزاء الحركة وواجباتها الحركية لأداء حركي جديد متوقع أو غير متوقع، حيث يتوقف ذلك على ظروف اللعبة وإمكاناتها" (٨: ٢٤٨).

- القدرات العقلية (Mental Abilities):

تعرف بأنها: "مجموعة من السمات التي تساعد اللاعب على الإدراك، والتفكير، والتخيل، والتذكر، والتصور، والانتباه، والإبداع لاستنتاج استجابات حركية مختلفة للتمييز بين لاعبة وأخرى" (تعريف إجرائي).

- الانتباه (Attention):

يعرف بأنه: "توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين لملاحظته، أو أدائه، أو التفكير فيه" (٢: ١٧٨).

- التصور العقلي (Mental Imagery):

يعرف بأنه: "إحدى القدرات العقلية التي تقوم بتكوين نماذج لخبرات سابقة أو جديدة؛ بغرض الإعداد العقلي والتحكم فيها لتطوير مستوى الأداء" (تعريف إجرائي).

الدراسات السابقة:

١- قام "مارتونيوك Martoniuk" (١٩٩١) (٢٨) بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين التوقع والتوقيت، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢١) طالباً من طلبة الكلية البحرية الأمريكية، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتم استخدام مجموعة متنوعة من المهارات المضمارية، والتوقيت، والتدريبات الاستكشافية، وكانت أهم النتائج التحسن في دقة التوقع المتزامن والأداء بالنسبة إلى المجموعة التجريبية.

٢- قامت "بركسان حسين" (١٩٩٢)(٧) بدراسة تهدف إلى إعداد برنامج مقترح للتوقع النفس حركي لتحسين مستوى الأداء للرمي واللقف، واستخدمت المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة باتباع طريقة القياسين القبلي والبعدى، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠) ناشئات في التمرينات الإيقاعية التنافسية، وتراوحت أعمارهن من (٨-١٠) سنوات، وكانت أهم النتائج أن البرنامج المقترح للتوقع النفس حركي له تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداء.

٣- قام "فوس Voss" (١٩٩٥)(٣٠) بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير الخصائص المكانية للمثير على دقة التوقع المتزامن، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٧) طالبة، وتم استخدام اختبار الرؤية الأساسية (PSMT) اليدوي لبحث سرعة الهدف، وكانت أهم النتائج أنه كلما قلت السرعة كلما زادت دقة التوقع المتزامن، والعكس صحيح.

٤- قام "ريدينور Ridenour" (١٩٩٧)(٢٩) بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير اتجاه وحجم وسرعة ومسافة المثير على دقة التوقع المتزامن، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٤٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وكانت أهم النتائج أن دقة الاعتراض للكرة القصيرة ناتج عن إدراك الفرد الذي تدرس استجابته بأن للكرة مسافة قصيرة للتحرك، وهكذا، فإن الفرد الذي يعترض الكرة على الفور يقلل بذلك فرصة الخطأ.

٥- قامت "منى المرسي" (١٩٩٩)(٢٢) بدراسة تهدف إلى بناء مقياس الدافعية للإنجاز لدى الناشئين الرياضيين، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٠) لاعب من لاعبي الدرجة الأولى في مختلف الأنشطة (كرة قدم - كرة سلة - كرة يد - كرة طائرة - عدو [١٠٠ / ٢٠٠ م] - سباحة - مصارعة - تنس - تجديف - جودو)،

وتتراوح أعمارهم ما بين (١٧-٢٠) سنة، واشتملت محاور المقياس على (الاستقلالية - الدافع الذاتي للإنجاز - مستوى الطموح - التنافس بكفافية - المثابرة في الأداء - التقدير الاجتماعي - الالتزام نحو تحقيق الهدف - الرغبة في التفوق - الثقة بالنفس)، وبلغ عدد العبارات (٦٧) عبارة، وقامت الباحثة بتصحيح المقياس باستخدام ميزان ثلاثي (أوافق بدرجة كبيرة - أوافق بدرجة متوسطة - أوافق بدرجة منخفضة)، وكانت أهم النتائج أن المقياس الذي تم بناؤه يقيس المحاور السابقة.

٦- قام "ممدوح محمدي" (٢٠٠٤)(٢١) بدراسة تهدف إلى بناء مقياس للسمات الإرادية للاعبين الدوري الممتاز في كرة القدم بجمهورية مصر العربية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٥٠) لاعباً في الدوري الممتاز (٢٠٠٤)، واشتملت محاور المقياس على (القلق - الثقة بالنفس - العدوان - القيادة - الحالة التدريبية - الضمير - الحافز - التصميم - التحكم الانفعالي - التعاون)، وبلغ عدد العبارات (٦٧) عبارة، وقد تم تصميم المقياس على طريقة "ليكرت Lecart" بطريقة تصحيح (أبدأ - نادراً - أحياناً - غالباً - دائماً)، وكانت أهم النتائج أن المقياس الذي تم بناؤه يقيس السمات الإرادية.

٧- قامت "نشوى نافع" (٢٠٠٦)(٢٤) بدراسة تهدف إلى بناء مقياس للبروفيل النفسي لتحديد السمات النفسية لناشئات الجمباز الإيقاعي، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٢) ناشئة -المشتركات في بطولة الجمهورية للأندية للجمباز الإيقاعي (٢٠٠٥)- وتراوحت أعمارهن ما بين (١٣-١٦) سنة، واشتملت محاور المقياس على (الثقة بالنفس - الثبات الانفعالي - الدافع للإنجاز - الإصرار - الرغبة - الجرأة - تركيز الانتباه - التصور - الإبداع - الطموح)، وبلغ عدد العبارات (٩٣) عبارة، وقد قامت الباحثة بتصحيح المقياس باستخدام ميزان

ثلاثي (درجة عالية - درجة متوسطة - درجة قليلة)، وكانت أهم النتائج أن المقياس الذي تم بناؤه يستطيع قياس المحاور السابقة.

٨- قام "شريف صالح" (٢٠٠٧) (١٠) بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح لتنمية سرعة التوقع الحركي على أداء بعض التوقعات لوقفة الاستعداد، والمهارات الهجومية للاعبين الناشئين في تنس الطاولة، وقد استخدم المنهج التجريبي، واستخدم اختبارات بدنية ومهارية، وقام بوضع اختبار للتوقعات المقترحة، وقد أجريت الدراسة على عينة من أعمار تحت (١٥) سنة، وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح إيجابي في التطبيق البعدي.

٩- قام "علي خومان" (٢٠٠٧) -نقلاً عن "حسين مردان" (٢٠٠٧) (٢٧)- بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (الإدراك الحسي الحركي - الانتباه - الذكاء)، وبعض الصفات البدنية (السرعة - سرعة الاستجابة - المرونة)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة عشوائية من حراس مرمى أندية الدوري الممتاز بالعراق (١٢) حارساً، وقد استخدم اختبار التوقع الحركي بالحاسب الآلي، وكانت أهم النتائج أن هناك علاقة ارتباطية بين التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية والصفات البدنية لدى حراس المرمى بالعراق.

الاستفادة من الدراسات السابقة:

استعانت الباحثتان بتسع دراسات سابقة، منها ست دراسات عربية، وثلاث دراسات أجنبية من (١٩٩١-٢٠٠٧)، ويتضح من هذه الدراسات استخدام أربع دراسات للمنهج التجريبي، وخمس دراسات للمنهج الوصفي؛ نظراً لملاءمة كل منهج لطبيعة الدراسة، كما تنوعت طبيعة أفراد العينة بين ناشئات وطلاب ولاعبين، وقد ساعد ذلك الباحثتين على اختيار عينة البحث من قطاع البطولة للاعبات الجباز

الإيقاعي، كذلك اهتمت كل دراسة بتحديد أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية بما يتلاءم مع عينة ومنهج البحث.

إجراءات البحث:

- منهج البحث:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

- مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على ناشئات الجماز الإيقاعي تحت وفوق (١٥) سنة بأندية القاهرة (الجزيرة الرياضي - الصيد - المعادي - الشمس)، وبالإسكندرية (سبورتنج - سموحة) وذلك في نادي الجزيرة الرياضي من خلال لجنة من المحكمات لتحديد مستوى الأداء المهاري (مرفق ٢) يوم الجمعة الموافق ٢٧/٧/٢٠٠٧ م، وقد اشتمل عدد مجتمع البحث (١٤) ناشئة، وتم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية، وبلغ قوامها (١٢) ناشئة بعد استبعاد عدد (٢) ناشئة بسبب تأخرهن في إحضار المقياس، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (٨٥,٧%) من مجتمع البحث.

جدول (١)

عدد الناشئات المشتركات في البحث

لعام ٢٠٠٧ من الأندية المختلفة

م	اسم النادي	المحافظة	عدد الناشئات المشتركات	عدد الناشئات المستبعدات
١	الجزيرة الرياضي	القاهرة	٣	-
٢	الصيد	القاهرة	١	واحدة
٣	المعادي	القاهرة	١	-
٤	الشمس	القاهرة	٢	-
٥	سبورتنج	الإسكندرية	٤	-
٦	سموحة	الإسكندرية	٣	واحدة
المجموع			١٤	٢

وقد تم إيجاد اعتدالية التوزيع التكراري لأفراد مجتمع البحث في المتغيرات الآتية:

- القياسات الإنتربومترية (السن - الطول - الوزن).
- اختبار الذكاء (إعداد/ السيد محمد خيرى) (مرفق ٣).
- المستوى الاقتصادي والاجتماعي (مرفق ٤).
- اختبار تركيز الانتباه (إعداد/ أسامة راتب) (مرفق ٥).
- مقياس التصور العقلي (إعداد/ محمد علاوي) (مرفق ٦).

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمجتمع البحث في (السن - الطول - الوزن - الذكاء - المستوى الاقتصادي والاجتماعي - عدد سنوات الخبرة)

$$n = 12$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	السنة	١٤,٥٢	٢,٢٨	١٤,٧٦	٢,٥٧
٢	الطول	السنتمتر	١٥٥,٠٧	٢,٣٦	١٥٧,١٢	٢,٦١
٣	الوزن	الكيلوجرام	٤١,٤٦	٣,٥١	٤٢,٥٣	٠,٩١٥
٤	الذكاء	الدرجة	٤٧,٢٨	٣,١١	٤٥,١١	٢,٠٩
٥	المستوى الاقتصادي والاجتماعي	الدرجة	١٨,٤٦	٤,٨٦	١٩,٥١	٠,٦٤٨
٦	عدد سنوات الخبرة	السنة	٩,٢٥	٣,١١	٩,٤٦	٠,٢٠٣

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء لعينة البحث قد انحصرت ما بين $(3 \pm)$ في كل من متغيرات (السن - الطول - الوزن - الذكاء - المستوى الاقتصادي والاجتماعي - عدد سنوات الخبرة)، مما يدل على أن عينة البحث تحت المنحنى الاعتدالي.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث
في مقياس القدرات العقلية ومستوى الأداء

ن = ١٢

م	المقاييس	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	الانتباه	الدرجة	١٣,٨٦	١٤,٢٣	٣,٥١	٠,٣١٦
٢	التصور العقلي	الدرجة	٥٧,٤٣	٥٦,١١	٣,٨٧	١,٢٣
٣	مستوى الأداء	الدرجة	٤١,٥٣	٤٢,١٧	٤,٨٦	٠,٣٩٥

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الالتواء لعينة البحث قد انحصرت ما بين (٣±) في كل من متغيرات (الانتباه - التصور العقلي - مستوى الأداء)، مما يدل على أن مجتمع البحث تحت المنحنى الاعتدالي.

أدوات جمع البيانات:

لجمع البيانات الخاصة بالبحث، استخدمت الباحثتان الأجهزة والأدوات التالية:

أولاً: الأجهزة:

١- جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر.

٢- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام.

ثانياً: الاختبارات والمقاييس:

١- اختبار الذكاء (إعداد/ السيد محمد خيرى) (مرفق ٣).

٢- اختبار المستوى الاقتصادي والاجتماعي (إعداد/ محمود عبد العليم) (١٩٨٠) (مرفق ٤).

٣- اختبار الشبكة لقياس تركيز الانتباه (مرفق ٥).

٤- مقياس التصور العقلي (مرفق ٦).

٥- مقياس التوقع الحركي (من تصميم الباحثين).

- اختبار الشبكة لقياس تركيز الانتباه (Grid Concentration Test)(مرفق ٥):

يتكون الاختبار من مجموعة من المربعات عددها (١٠) مربعات أفقية، و(١٠) مربعات رأسية، وكل مربع يحتوي على رقمين، تتراوح الأرقام ما بين (٠٠) إلى (٩٩)، ومدة الاختبار دقيقة واحدة، حيث يطلب من اللاعب أن تضع شرطة (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي تحدده الباحثان بطريقة مسلسلة بالترتيب، واللاعب التي تستطيع وضع علامات أكثر خلال الزمن المحدد تكون أفضل في تركيز الانتباه (١٩ : ٢٨٩).

- مقياس التصور العقلي الرياضي (Sport Imagery Scale) (مرفق ٦):

أعد هذا المقياس في الأصل "رينر مارتنيز Martens Raner"، وقام "أسامة كامل راتب" (١٩٩٥) باستخدامه في تقييم قدرة الرياضي على التصور، ويتضمن أربعة محاور، هي (التدريب الفردي - التدريب الجماعي - مشاهدة الزميل - الأداء أمام لجنة التحكيم)، ويبين المقياس كيف يستطيع الرياضي استخدام حواسه المختلفة أثناء التصور الفعلي من خلال (التصور البصري - التصور السمعي - الإحساس الحركي - الحالة الانفعالية المصاحبة) ويتكون من (١٦) عبارة، وتتم الاستجابة لكل موقف وفقاً لميزان تقدير مكون من خمسة أبعاد (عدم وجود صورة للموقف - وجود صورة للموقف لكنها غير واضحة - وجود صورة واضحة بدرجة متوسطة - وجود صورة واضحة بدرجة كبيرة - وجود صورة واضحة بدرجة كبيرة جداً).

وتتراوح الدرجة على كل بعد ما بين (٤) درجات كحد أدنى و(٢٠) درجة كحد أقصى، وكلما اقتربت الدرجة من (٢٠) دل ذلك على كفاءة الفرد في القدرة على التصور العقلي، والدرجة المنخفضة تعني أن الفرد يحتاج إلى تطوير هذا البعد من التصور العقلي (٤ : ١٣١-١٣٣).

خطوات بناء مقياس التوقع الحركي:

من خلال اطلاع الباحثين على المراجع والبحوث والدراسات السابقة، والمقابلات الشخصية مع بعض الأساتذة المتخصصين والمدربين في مجالي الجمباز الإيقاعي وعلم النفس الرياضي (مرفق ١)، توصلت الباحثان إلى محاور أساسية

لبناء المقياس في صورته المبدئية في استمارة تم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء (مرفق ٧).

وقد تضمنت هذه الاستمارة (١١) محورا رئيسياً، مع وضع تعريف لكل محور من هذه المحاور، وتحديد ميزان التصحيح المناسب للمقياس، والجدول التالي يوضح آراء الخبراء والأهمية النسبية لكل محور.

جدول (٤)

الأهمية النسبية وترتيب محاور مقياس التوقع الحركي لناشئات
الجمباز الإيقاعي بناءً على آراء الخبراء

ن = ٩

م	المحاور	الأهمية النسبية
١	الحالة التدريبية	%١٠٠
٢	الثقة بالنفس	%١٠٠
٣	الإنجاز الرياضي	%١٠٠
٤	قلق المنافسة	%٨٨,٩
٥	الإدراك الحس حركي	%٨٨,٩
٦	العمليات العقلية (التذكر - التخيل - الإبداع)	%٧٧,٨
٧	حسن التصرف	%٥٥,٦
٨	التحكم الانفعالي	%٤٤,٥
٩	التصميم والإصرار	%٣٣,٤
١٠	الطموح	%٣٣,٤
١١	التقدير الاجتماعي	%٢٢,٣

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء حول محاور المقياس قد تمثلت في (٦) محاور على الترتيب من الأول إلى السادس بنسبة تراوحت من %٧٧,٨ إلى %١٠٠، وأن (٥) محاور تراوحت من %٥٥,٦ إلى %٢٢,٣؛ لذا فقد ارتضت الباحثتان نسبة %٧٧,٨ فأكثر لتحديد محاور المقياس.

ثم قامت الباحثتان بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل محور من محاور المقياس، وذلك من خلال الاطلاع على المقاييس السابقة، والإطار النظري لكل محور من المراجع المتخصصة في علم النفس، والاختبارات، والمقاييس، وعلم النفس الرياضي، والجمباز الإيقاعي بما يتناسب مع هدف البحث.

وقد راعت الباحثتان في صياغة العبارات ما يلي:

- ١- أن تكون العبارات واضحة وبسيطة.
 - ٢- ألا توحي العبارات بأي نوع من الإجابة.
 - ٣- ألا تحتل العبارات أكثر من معنى.
 - ٤- البعد في صياغة العبارات عن الألفاظ الصعبة والمركبة.
 - ٥- تناسب العبارات مع العمر الزمني لعينة البحث.
 - ٦- أن تقيس العبارات مفهوم المحور الذي تنتمي إليه.
 - ٧- ألا تتشابه العبارات في أي محور أو في المقياس ككل.
 - ٨- أن يشتمل كل محور على عبارات إيجابية وأخرى سلبية.
- وكان مجموع العبارات (١١٠) عبارة موزعة على (٦) محاور كما في جدول (٥)، وقد تم عرض العبارات على الخبراء لإيجاد الصدق المنطقي، وكذلك لتحديد مدى مناسبة العبارات للمحور الذي تنتمي إليه، ولتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس.

جدول (٥)

محاور مقياس التوقع الحركي وعدد عبارات كل محور

عدد العبارات	المحاور	م
٢٠	الحالة التدريبية	١
١٩	الثقة بالنفس	٢
١٩	الإنجاز الرياضي	٣
١٦	قلق المنافسة	٤
١٨	الإدراك الحس حركي	٥
١٨	العمليات العقلية	٦

يتضح من جدول (٥) عدد محاور مقياس التوقع الحركي وعدد العبارات لكل

محور.

المعالجات الإحصائية لآراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل محور:

قامت الباحثتان بتوزيع المقياس على الخبراء لتحديد مدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي تنتمي إليه، وذلك بوضع علامة (√) أو علامة (x) أمام كل عبارة، وكذلك إضافة، أو تعديل، أو حذف بعض العبارات إذا لزم الأمر (مرفق ٨).

ثم قامت الباحثتان بتفريغ آراء الخبراء، وإجراء المعالجات الإحصائية كما يلي:

١- التقدير الكمي لعبارات محاور المقياس.

٢- التقدير الكيفي، وذلك بتعديل صياغة، أو حذف، أو إضافة بعض العبارات.

أولاً: التقدير الكمي لعبارات محاور المقياس:

جدول (٦)

التقدير الكمي لعبارات المحور الأول (الحالة التدريبية)

ن = ٩

رقم	تكرار	تكرار عدم الموافقة	نسبة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٥	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
٦	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
٧	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٨	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٩	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٠	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١١	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٢	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
١٣	٥	٤	٠,٥٥	٠,٤٥	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
١٤	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
١٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٦	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٧	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٨	٥	٤	٠,٥٥	٠,٤٥	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
١٩	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٢٠	٥	٤	٠,٥٥	٠,٤٥	٠,١٧	٠,٢٩	حذف

يتضح من جدول (٦) حذف العبارات (١٣، ١٨، ٢٠)، وتعديل العبارة (٨).

جدول (٧)

العبارات المعدلة في محور الحالة التدريبية

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	أشعر أن التنوع والتغير في تخطيط البرنامج التدريبي يحققان المتعة والتشويق لي.	أشعر بالتنوع في البرنامج التدريبي مما يحقق المتعة والتشويق لي.

يتضح من جدول (٧) تعديل العبارة (٨) من محور الحالة التدريبية.

جدول (٨)

التقدير الكمي لعبارات المحور الثاني (الثقة بالنفس)

ن = ٩

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٢	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٤	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٥	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
٦	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
٧	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٨	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٩	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٠	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١١	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٢	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٣	٧	٢	٠,٧٧	٠,٢٣	٠,١٤	٠,٢٤	√
١٤	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٦	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٧	٤	٥	٠,٤٤	٠,٥٦	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
١٨	٣	٦	٠,٣٣	٠,٦٧	٠,١٦	٠,٢٧	حذف
١٩	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√

يتضح من جدول (٨) حذف العبارتين (١٧، ١٨)، وتعديل العبارتين (٤، ١٤).

جدول (٩)

العبارات المعدلة في محور الثقة بالنفس

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	أشعر بتحقيق جميع أهدافي بعد فوزي في المنافسة.	أشعر بتحقيق بعض أهدافي بعد الفوز في المنافسة.
٢	لا أستطيع ضبط انفعالي أثناء المواقف الصعبة في المنافسة.	لا أستطيع السيطرة على انفعالاتي أثناء سقوط الأداة في المنافسة.

يتضح من جدول (٩) تعديل العبارتين (٤، ١٤) من محور الثقة بالنفس.

جدول (١٠)

التقدير الكمي لعبارات المحور الثالث (الإتجاز الرياضي)

ن = ٩

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٣	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٥	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٦	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٧	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٨	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٩	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٠	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١١	٣	٦	٠,٣٣	٠,٦٧	٠,١٦	٠,٢٧	حذف
١٢	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٣	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٦	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٧	٤	٥	٠,٤٤	٠,٥٦	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
١٨	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٩	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√

يتضح من جدول (١٠) حذف العبارتين (١١، ١٧)، وتعديل العبارات (٣)،

٥، ١٠، ١٣).

جدول (١١)

العبارات المعدلة في محور الإنجاز الرياضي

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	أعتقد أن المثابرة وبذل الجهد وحدهما السبب المباشر لتحسين الأداء.	أعتقد أن المثابرة وبذل الجهد من أسباب تحسين الأداء.
٢	يتوقع الجميع تحقيقي المركز الأول في أية منافسة.	يتوقع الجميع التحسين وصولي إلى المركز الأول في أية منافسة.
٣	أناثر برغبة والدي في استمراري للتدريب على هذه الرياضة.	أناثر برغبة والدي في استمراري في ممارسة الجيمارز الإيقاعي.
٤	لا يهمني مقدار المكافآت المالية المتوقع تخصيصها للمركز الأول.	لا يهمني مقدار المكافآت المالية المحددة للمركز الأول.

يتضح من جدول (١١) تعديل العبارات (٣، ٥، ١٠، ١٣) من محور الإنجاز

الرياضي.

جدول (١٢)

التقدير الكمي لعبارات المحور الرابع (قلق المنافسة)

ن = ٩

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓
٣	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
٥	٣	٦	٠,٣٣	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	حذف
٦	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٧	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٨	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
٩	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓
١٠	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓
١١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
١٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓
١٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓
١٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
١٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	✓
١٦	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	✓

يتضح من جدول (١٢) حذف العبارة (٥)، وتعديل العبارتين (٦، ٧).

جدول (١٣)

العبارات المعدلة في محور قلق المنافسة

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	أحرص على معرفة نتائج زميلاتي في المنافسة.	أحرص على معرفة نتائج جميع الالعاب في المنافسة.
٢	أعتقد أن لدي نقاط ضعف قبل الاشتراك في المنافسة.	أعتقد أن لدي نقاط ضعف يمكن التغلب عليها في المنافسة.

يتضح من جدول (١٣) تعديل العبارتين (٦، ٧) من محور قلق المنافسة.

جدول (١٤)

التقدير الكمي لعبارات المحور الخامس (الإدراك الحس حركي)

ن = ٩

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٢	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٦	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٧	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٨	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٩	٤	٥	٠,٤٤	٠,٥٦	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
١٠	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٦	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٧	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١٨	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√

يتضح من جدول (١٤) حذف العبارة (٩)، وتعديل العبارتين (١، ١٧).

جدول (١٥)

العبارات المعدلة في محور الإدراك الحس حركي

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	استطيع السيطرة على الأداة عند سقوطها في غير مسارها الطبيعي.	استطيع السيطرة على الأداة واستلامها عند سقوطها في غير مسارها الطبيعي.
٢	لا أبادر بالمشاركة في تكوين الجملة الحركية مع باقي زميلاتي.	لا أحاول الاشتراك مع زميلاتي في تكوين الجملة الحركية.

يتضح من جدول (١٥) تعديل العبارتين (١، ١٧) من محور الإدراك الحس حركي.

جدول (١٦)

التقدير الكمي لعبارات المحور السادس (العمليات العقلية)

(التذكر - التخيل - الإبداع)

ن = ٩

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	الخطأ المعياري	مدى الدلالة عند ٠,٠٥	حالة العبارة
١	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٣	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
٤	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٥	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
٦	٤	٥	٠,٤٤	٠,٥٦	٠,١٧	٠,٢٩	حذف
٧	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
٨	٣	٦	٠,٣٣	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	حذف
٩	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٠	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١١	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٢	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٣	٨	١	٠,٨٨	٠,١٢	٠,١١	٠,١٩	√
١٤	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١٥	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٦	٦	٣	٠,٦٦	٠,٣٤	٠,١٦	٠,٢٧	تعديل
١٧	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√
١٨	٩	صفر	١	صفر	صفر	صفر	√

يتضح من جدول (١٦) حذف العبارتين (٦، ٨)، وتعديل العبارات (٧، ١٤، ١٦).

جدول (١٧)

العبارات المعدلة في محور العمليات العقلية

(التذكر - التخيل - الإبداع)

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	أخضع لأحلامي وأوهامي في موافقي طوال اليوم.	تسيطر أحلامي وأوهامي على موافقي طوال اليوم.
٢	أميل إلى استخدام موسيقى جاهزة عن المشاركة في اختيارها بنفسي.	لا أستطيع اختيار الموسيقى الخاصة بأدائي.
٣	أنسى بعض تفاصيل مواقف الأداء غير الحسن.	لا أتذكر بعض تفاصيل مواقف الأداء غير الحسن.

يتضح من جدول (١٧) تعديل العبارات (٧، ١٤، ١٦) من محور العمليات العقلية.

جدول (١٨)

تعديلات السادة الخبراء على عبارات المقياس

المحاور	عدد عبارات المحور	أرقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارات
الأول	٢٠	٢٠، ١٨، ١٣	٨	١٧
الثاني	١٩	١٨، ١٧	١٤، ٤	١٧
الثالث	١٩	١٧، ١١	١٣، ١٠، ٥، ٣	١٧
الرابع	١٦	٥	٧، ٦	١٥
الخامس	١٨	٩	١٧، ١	١٧
السادس	١٨	٨، ٦	١٦، ١٤، ٧	١٦

يتضح من جدول (١٨) التعديلات التي أجريت على المقياس بناءً على آراء

السادة الخبراء.

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة:

بعد معرفة آراء السادة الخبراء وتعديل المقياس (مرفق ٨)، قامت الباحثتان

بتوزيع عبارات المقياس عشوائياً حتى يتم عرضه على عينة البحث، والجدول التالي

يوضح ذلك.

جدول (١٩)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس

م	المحور	نوع العبارات	أرقام العبارات موزعة عشوائياً	المجموع
١	الحالة التدريبية	إيجابية	١، ٨، ٢٢، ٣٧، ٤٦، ٤٩، ٥٣	١٧
		سلبية	٦٤، ٧٢، ٨٧، ٩٩	
٢	الثقة بالنفس	إيجابية	٢، ١٨، ٢٤، ٣٥، ٤٠، ٥١، ٥٩	١٧
		سلبية	٦٨، ٧٠، ٧٧، ٨٢، ٨٨، ٩٨	
٣	الإنجاز الرياضي	إيجابية	٣، ١٦، ٣١، ٤٨، ٩٧، ٦٣، ٧٨	١٧
		سلبية	٨٣، ٨٩، ٩٤، ٥٧	
٤	قلق المنافسة	إيجابية	٥، ١٣، ١٧، ٢٣، ٣٦، ٤٥، ٦٠	١٥
		سلبية	٧٣، ٨٥، ٩١	
٥	الإدراك الحس حركي	إيجابية	٧، ١٤، ٢٩، ٣٠، ٣٠، ٦١، ٦٩	١٧
		سلبية	٧١، ٨١، ٨٦، ٩٠	
٦	العمليات العقلية	إيجابية	٤، ١١، ١٩، ٢٦، ٣٨، ٦٥، ٦٦	١٦
		سلبية	٧٤، ٨٤، ٩٢، ٩٥	
٩٩	المجموع	إيجابية	٦٧	٩٩
		سلبية	٣٢	

ثم قامت الباحثتان بإيجاد معاملات الالتواء لعبارات محاور المقياس للتأكد من تجانس العينة.

المعاملات العلمية للمقياس:

١- الصدق:

- صدق المحكمين:

قامت الباحثتان بعرض محاور وعبارات المقياس على السادة الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والجمباز الإيقاعي، وبلغ عددهم (٩)

خبراء، واعتبرت الباحثتان نسبة اتفاق السادة الخبراء على عبارات المقياس معياراً لصدقه.

٢- الثبات:

قامت الباحثتان بإيجاد ثبات محاور المقياس، وعددها (٦) محاور بعدد (٩٩) عبارة باستخدام طريقة التجزئة النصفية لإجابات عينة البحث، وبالنسبة إلى كل محور باستخدام معادلة "سبيرمان- براون Spearman-Brown" و"جتمان Guttman" لإيجاد معامل الارتباط بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية، والجدولان التاليان يوضحان ذلك.

جدول (٢٠)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعبارات محاور المقياس

ن = ١٢

م	الماتة التدريبية			الثقة بالنفس			الإجازة الرياضية			قلق المنافسة			الإمراك المس حركي			العمليات العقلية		
	ل	م	م	ل	م	م	ل	م	م	ل	م	م	ل	م	م	ل	م	م
١	١,٩٥	٠,٦٨	٠,٦٠	١,٨٩	٠,٦٤	٠,٦٦	١,٥٦	٠,٧٠	٠,٨٦	١,١٦	٠,٦٧	٠,١٢	٢,٢١	٠,٧١	٠,٨٦	٢,٤٠	٠,٧١	١,٠٨
٢	١,٨٨	٠,١٥	٠,١١	١,٧٦	٠,٧٣	٠,٦١	١,٩٢	٠,٧٨	٠,٣١	١,٩٣	٠,٧٢	٠,٠٧	١,٩٧	٠,٧٣	١,١٢	١,٧٦	٠,٧١	١,٠٨
٣	١,٧٩	٠,٦٣	٠,٣١	١,٩٤	٠,٧٠	٠,٣٤	١,٨٦	٠,٦٨	١,٢٥	٢,٢٧	٠,٧٤	٠,٤٩	١,٨٩	٠,٧٠	٠,١٤	١,٩١	٠,٥٦	٠,٤١
٤	١,٨٤	٠,٥٨	٠,٢٥	١,٩٦	٠,٦٦	٠,٧٦	١,٧٥	٠,٦١	١,٧٥	١,٨٣	٠,٦٤	٠,٣١	١,٩٢	٠,٧٠	٠,١١	١,٩٥	٠,٦٤	١,٢١
٥	٢,١٣	٠,٧٦	٠,٧٨	١,٧٤	٠,٥٩	٠,١٦	١,٨٥	٠,٧٥	٠,٤٥	١,٧١	٠,٦٨	٠,٠٧	٢,٠٠	٠,٦٧	٠,١٨	٢,١١	٠,٦١	٠,٤٦
٦	١,٩٢	٠,٧١	٠,١١	٢,١٤	٠,٦٤	٠,١٨	٢,٠٨	٠,٧٣	١,١٧	١,٨٨	٠,٥١	٠,٢٤	١,٩٦	٠,٧٩	٠,٠٧	١,٨٦	٠,٦٤	٠,٣١
٧	٢,٠٨	٠,١٤	٠,٦٢	١,٧٦	٠,٨١	٠,٤٨	١,٧٦	٠,٦٤	٠,٧٨	١,٩١	٠,٦٧	٠,٠٩	١,٩٠	٠,٦٣	٠,٠٨	٢,١٣	٠,٨٢	٠,٥٥
٨	١,٥٦	٠,٦٩	٠,٨٥	٢,٠٤	٠,٦٩	٠,٦٢	٢,١٣	٠,٦٠	١,٤١	١,٧٦	٠,٦٩	٠,٣٦	١,٧٧	٠,٧١	٠,٣٥	٢,٠٦	٠,٨٧	٠,٤١
٩	٢,٠٣	٠,٧٣	٠,٥٦	١,٩٥	٠,٤٩	٠,٢٤	٢,٠٣	٠,٣٤	٠,٢٧	٢,٠٩	٠,٧٣	٠,٨٠	٢,٠٣	٠,٦٤	٠,٠٣	١,٨٦	٠,٧٥	٠,٣٥
١٠	١,٨٥	٠,٥٤	٠,١٨	١,٧٧	٠,٦٤	٠,٢٥	١,٩١	٠,٧٤	٠,٤٥	١,٦٨	٠,٦٤	٠,٥٦	٢,٤٣	٠,٦٧	٠,٧٩	٢,١٤	٠,٦٩	١,١٣
١١	٢,١٨	٠,٦٧	٠,٢٤	١,٩١	٠,٥١	٠,٧٣	١,٨١	٠,٦٢	٠,١٣	١,٧٣	٠,٧٦	٠,٥٢	١,٩٤	٠,٦٦	٠,٠٦	١,٩٧	٠,٨٦	٠,٢٨
١٢	١,٩١	٠,٦١	٠,٢٣	٢,١١	٠,٧٥	١,١٢	٢,١٩	٠,٧٦	٠,١٨	٢,١٤	٠,٦٦	٠,١٥	٢,١٤	٠,٦٩	٠,٢٠	٢,١٧	٠,٦٩	٠,٧٨
١٣	١,٨٩	٠,٧١	٠,١١	١,٨٩	٠,٦٣	٠,٤٦	١,٨٧	٠,٦٣	٠,٤٦	٢,٠٧	٠,٦٣	١,٠٢	٢,٠٥	٠,٦٤	٠,٠٣	١,٧٨	٠,٧٢	٠,٤٩
١٤	١,٧٣	٠,٧٤	٠,٣٧	١,٨٦	٠,٦٤	٠,٢٥	١,٩٣	٠,٤٦	٠,٠٣	٢,١٦	٠,٦٩	٠,١٢	١,٦٩	٠,٦٥	٠,٣٣	١,٩٥	٠,٦٦	٠,٠٣
١٥	٢,٤٤	٠,٥٩	٠,١٤	٢,٤٤	٠,٥٩	٠,١٤	١,٦١	٠,٦٩	٠,٢١	١,٩١	٠,٧٢	٠,٤٣	١,٩٠	٠,٨٠	٠,١٦	٢,١٩	٠,٦١	٠,٥٢
١٦	١,٨٦	٠,٦٤	٠,٢٥	١,٩٢	٠,٧١	٠,٦٨	١,٩٦	٠,٦٨	٠,٢٦	١,٩١	٠,٦٩	٠,٢١	٢,٠٥	٠,٥٤	٠,٠٤	١,٩٣	٠,٦٣	٠,٠٩
١٧	١,٨٩	٠,٦٣	٠,٤٦	٢,٠٥	٠,٧٩	٠,٠٩	٢,١٦	٠,٧٦	٠,٣٢	١,٦٩	٠,٦٤	٠,٣٧						

يتضح من جدول (٢٠) أن معاملات الالتواء لعبارات محاور المقياس قد انحصرت ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس عينة البحث في محاور المقياس.

جدول (٢١)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمحاول المقياس

ن = ١٢

م	الحالة التدريبية	الثقة بالنفس	الإيجاز الرياضي	قلق المناقشة	الإدراك الحس حركي	العمليات العقلية
١	٠,٦٠٠	٠,٦٥٠	٠,٦٤٥	٠,٨٩٥	٠,٥٩٩	٠,٥٩٥
٢	٠,٩٠٠	٠,٧٣٥	٠,٥٩٠	٠,٧٧٥	٠,٥٨٨	٠,٦٨٠
٣	٠,٨٠٠	٠,٨٦٦	٠,٨٧٠	٠,٥٩٩	٠,٦٩٠	٠,٧٨٠
٤	٠,٦٦٥	٠,٩٤٠	٠,٩٥٠	٠,٦٧٧	٠,٧٨٠	٠,٥٨٧
٥	٠,٧٨٠	٠,٩٧٠	٠,٨٤٥	٠,٧٦٨	٠,٧٨٥	٠,٦٧٥
٦	٠,٥٥٨	٠,٥٨٨	٠,٦٨٠	٠,٨٩٠	٠,٦٩٠	٠,٦٩٥
٧	٠,٩٩٥	٠,٦٨٥	٠,٧٧٤	٠,٩٤٥	٠,٧٨٧	٠,٧٨٠
٨	٠,٨٧٠	٠,٦٧٠	٠,٧٨٥	٠,٥٩٠	٠,٦٧٧	٠,٦٩٥
٩	٠,٧٨٠	٠,٧٨٠	٠,٧٨٠	٠,٧٨٠	٠,٩٩٥	٠,٥٨٧
١٠	٠,٧٣٥	٠,٧٤٥	٠,٧٧٨	٠,٦٥٠	٠,٧٨٠	٠,٧٧٧
١١	٠,٥٨٧	٠,٧٧٧	٠,٦٦٦	٠,٦٧٠	٠,٦٩٠	٠,٩٩٠
١٢	٠,٦٧٠	٠,٦٨٤	٠,٥٨٠	٠,٧٨٠	٠,٧٦٩	٠,٦٩٥
١٣	٠,٨٣٥	٠,٥٩٧	٠,٦٩٠	٠,٨٩٠	٠,٦٦٧	٠,٥٩٨
١٤	٠,٧٧٠	٠,٦٨٥	٠,٧٨٧	٠,٧٨٧	٠,٥٧٧	٠,٦٧٠
١٥	٠,٩٩٠	٠,٥٧٧	٠,٥٨٨	٠,٦٨٠	٠,٦٧٠	٠,٥٩٩
١٦	٠,٥٩٥	٠,٨٨٥	٠,٩٧٠		٠,٥٩٩	٠,٧٩٠
١٧	٠,٦٧٠	٠,٧٧٠	٠,٨٨٥		٠,٧٨٠	

معامل الارتباط عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٧٦

يتضح من جدول (٢١) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى

الدلالة (٠,٠٥)، وقد تراوحت ما بين (٠,٥٥٨ ، ٠,٩٩٠).

ثم قامت الباحثتان بحساب معامل الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس في صورته النهائية (مرفق ٩)، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢٢)

معامل الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٢

م	المحاور	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدلالة
١	الحالة التدريبية	١٧	٠,٧٣٢	دال
٢	الثقة بالنفس	١٧	٠,٦٧١	دال
٣	الإنجاز الرياضي	١٧	٠,٩١١	دال
٤	قلق المنافسة	١٥	٠,٦٥٦	دال
٥	الإدراك الحس حركي	١٧	٠,٨٣٢	دال
٦	العمليات العقلية	١٦	٠,٨٤٤	دال

يتضح من جدول (٢٢) أن قيمة معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (٠,٦٥٦، ٠,٩١١)، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٢٣)

معامل الثبات لمحاور المقياس

ن = ١٢

م	المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان-براون	جتمان
١	الحالة التدريبية	١٧	٠,٩١٥	٠,٦٢٩
٢	الثقة بالنفس	١٧	٠,٨٦٣	٠,٧٥٢
٣	الإنجاز الرياضي	١٧	٠,٦١٨	٠,٦١٥
٤	قلق المنافسة	١٥	٠,٦٤٢	٠,٨٤٣
٥	الإدراك الحس حركي	١٧	٠,٧٦٣	٠,٦٧٨
٦	العمليات العقلية	١٦	٠,٦٣٥	٠,٨٨٢

يتضح من جدول (٢٣) أن معاملات الارتباط بين نصفي المقياس للمحاور قد تراوحت ما بين (٠,٦٣٥، ٠,٩١٥) بمعادلة سبيرمان-براون، وقد تراوحت ما بين (٠,٦١٥، ٠,٨٨٢) بمعادلة جتمان، مما يدل على أن المقياس يتصف بمعامل ثبات عالٍ.

الخطوات التنفيذية للبحث:

قامت الباحثتان بتحديد عينة البحث لناشئات الجمباز الإيقاعي تحت (١٥) سنة، وفوق (١٥) سنة، أي ينحصر بين (١٣-١٦) سنة المقيدين ببعض أندية القاهرة والإسكندرية، وتم تطبيق مقياس التوقع الحركي على عينة البحث، وذلك في الفترة من يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٧/٨/٣ م حتى يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٧/٨/١٠ م، وقد تم تحديد مستوى الأداء المهاري من خلال لجنة من المحكمات المسجلات بالاتحاد المصري للجمباز (مرفق ٢).

طريقة تصحيح المقياس:

تحسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي، بحيث تتمثل العبارات الإيجابية في:

دائماً	٣	ثلاث درجات
أحياناً	٢	درجتان
أبداً	١	درجة واحدة

وتتمثل العبارات السلبية في:

أبداً	١	درجة واحدة
أحياناً	٢	درجتان
دائماً	٣	ثلاث درجات

وبذلك يكون مجموع درجات المقياس (٢٣٠ درجة).

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثتان بإجراء الدراسة الاستطلاعية على (١٢) لاعبة من لاعبات الجمباز الفني للمرحلة السنوية نفسها، واللاتي يمثلن قطاع البطولة، وقد توصلت الباحثتان من خلال هذه الدراسة إلى:

- التعرف على الزمن اللازم لتطبيق الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث.
- سلامة العبارات لغوياً، ومناسبتها لمستوى فهم الناشئات.
- فهم واستيعاب الناشئات لأسلوب الإجابة على عبارات المقياس.
- إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لاختبار تركيز الانتباه ومقياس التصور العقلي.

أولاً: معامل الصدق:

قامت الباحثتان بحساب صدق اختبار تركيز الانتباه ومقياس التصور العقلي عن طريق عرضهما على (٩) من المحكمين المتخصصين في مجالي التربية الرياضية وعلم النفس (مرفق ١)، لتقرير مدى صلاحية اختبار تركيز الانتباه، واتفق السادة المحكمون على صلاحيته لما وضع لقياسه، ولعينة البحث.

ثم قامت الباحثتان بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام طريقة الاتساق الداخلي لمقياس التصور العقلي بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، كما قامت بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس التصور العقلي، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢٤)

معاملات الارتباط بين درجات كل بعد لمقياس
التصور العقلي والدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٢

م	الأبعاد	معاملات الارتباط	الدلالة
١	التصور البصري	٠,٨٦١	دال
٢	التصور السمعي	٠,٩١٢	دال
٣	الإحساس الحركي	٠,٧٤١	دال
٤	الحالة الانفعالية المصاحبة	٠,٧٥٦	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦.

يتضح من جدول (٢٤) دلالة معاملات الارتباط بين درجة المحور والدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على صدق المحور لمجموع المقياس.

ثانياً: الثبات:

قامت الباحثتان بإيجاد الثبات لاختبار تركيز الانتباه ومقياس التصور العقلي بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه "Test Retest" على العينة الاستطلاعية (١٢) لاعبة من لاعبات الجمناز الفني، بفاصل زمني (١٥) يوماً بين التطبيقين، والجدولان التاليان يوضحان ذلك.

جدول (٢٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني
لاختبار تركيز الانتباه

ن = ١٢

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
٦,٤١	٣,١٥	١٣,٣٢	٢,٥٦	١٤,١١	الانتباه

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦.

يتضح من جدول (٢٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار تركيز الانتباه، مما يدل على أن معامل ثبات الاختبار مناسب لما وضع من أجله.

جدول (٢٦)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للعينة الاستطلاعية
لمقياس التصور العقلي

ن = ١٢

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
٠,٨٢٦	١,٢٦	١٢,٧٦	١,٦٤	١٣,٢٦	التصور البصري
٠,٧١٤	١,٣٤	١٤,٣	١,١٥	١٢,٥٣	التصور السمعي
٠,٧٣٢	١,١٣	١٢,٠٨	١,٤٢	١١,٢٦	الإحساس الحركي
٠,٦٥٧	١,٥٦	١١,٠٠	١,٢٣	١١,٣٢	الحالة الانفعالية

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦.

يتضح من جدول (٢٦) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس التصور العقلي، مما يدل على أن معامل ثبات المقياس مناسب لما وضع من أجله.

وقد قامت الباحثتان بحساب معاملات الارتباط بين مقياس التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (تركيز الانتباه - التصور العقلي) ومستوى الأداء لعينة البحث، والجدولان التاليان يوضحان ذلك.

جدول (٢٧)

معاملات الارتباط بين مقياس التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية
(تركيز الانتباه - التصور العقلي)

ن = ١٢

م	المحاور	الانتباه	التصور العقلي
١	الحالة التدريبية	٠,٨٣١	٠,٦٤٣
٢	الثقة بالنفس	٠,٦٥٢	٠,٩٣٢
٣	الإنجاز الرياضي	٠,٩١٣	٠,٨٧١
٤	قلق المنافسة	٠,٦٨٣	٠,٨٢٣
٥	الإدراك الحس حركي	٠,٧٤١	٠,٦١٤
٦	العمليات العقلية	٠,٧٥٦	٠,٧٣٥

قيمة "ر" الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦ ..

يتضح من جدول (٢٧) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين محاور مقياس التوقع الحركي والقدرات العقلية قيد البحث (تركيز الانتباه - التصور العقلي).

جدول (٢٨)

معاملات الارتباط بين مقياس التوقع الحركي ومستوى الأداء

ن = ١٢

المقياس المتغيرات	الحالة التدريبية	الثقة بالنفس	الإنجاز الرياضي	قلق المنافسة	الإدراك الحس حركي	العمليات العقلية
مستوى الأداء	٠,٨٣١	٠,٧٥١	٠,٨٤٣	٠,٩١٨	٠,٦٧١	٠,٧٨٣

قيمة "ر" الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦ ..

يتضح من جدول (٢٨) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين محاور مقياس التوقع الحركي ومستوى الأداء.

عرض النتائج ومناقشتها:

سوف تقوم الباحثتان بعرض نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي:

- بناء مقياس التوقع الحركي لناشئات الجمباز الإيقاعي.
- العلاقة بين مقياس التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (اختبار تركيز الانتباه - مقياس التصور العقلي) لناشئات الجمباز الإيقاعي.
- العلاقة بين مقياس التوقع الحركي ومستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي.

مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج الجداول السابقة الخاصة ببناء مقياس التوقع الحركي أن هناك محاور يتأسس عليها المقياس لناشئات الجمباز الإيقاعي، كما يشير إليها جدولاً (٢٠)، (٢١)، وتشمل (الحالة التدريبية - الثقة بالنفس - الإنجاز الرياضي - قلق المنافسة - الإدراك الحس حركي - العمليات العقلية).

وترى الباحثتان أن هذه المحاور تمثل أبعاد مقياس التوقع الحركي لناشئات الجمباز الإيقاعي، والتي ترتبط بمستوى أدائهن.

وتذكر "بركسان عثمان" (١٩٩٢) (٧) أن سلوك اللاعب يتحدد في الذهن عن طريق المثيرات التي تستقبلها حواسها من خلال أدائها وخبراتها وقدرتها على التوقع، كما أن سلوك اللاعب هو ردود فعل أو استجابات لمثيرات معينة، فعلاقة هذه الاستجابات ومثيراتها هي علاقة تتوسطها عمليات إدراكية تحدد الخصائص والمميزات لكل لاعب عن الأخرى.

ويشير "محمد علاوي" (١٩٨٧) (١٦) إلى أن سبب هبوط المستويات الرياضية عما هو متوقع - بالرغم من حسن الإعداد البدني والمهاري والخططي - هو افتقار اللاعبين إلى السمات النفسية التي لا يهتم بتنميتها العديد من المدربين، والذين يهتمون فقط بتنمية الصفات البدنية، والمهارات الحركية، والقدرات الخططية.

(١٦: ١٢٤)

ويؤكد ذلك ما توصلت إليه "نبيلة محمود" (٢٠٠٢) (٢٣) من أن طبيعة المستويات العالية تتطلب من الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية، والمهارية، والخططية، والنفسية لأقصى درجة ممكنة؛ وذلك لإحراز أفضل مستوى ممكن، وأن التكامل بين جوانب الشخصية كجانب عقلي إلى جانب السمات الدافعية يمثل بعداً مهماً في الإعداد النفسي للرياضيين، وينظر إليها كأحد المتغيرات النفسية التي يجب العناية بها جنباً إلى جنب مع المتطلبات البدنية، والمهارية، والخططية.

وتذكر كل من "عنايات لبيب وبركسان عثمان" (٢٠٠١) أن الجميز الإيقاعي يمثل صعوبة عالية في أداء التمرينات والمهارات، خاصة عند استعمال الأدوات، وإعطاء الحركات المدى المناسب أثناء رمي واستلام الأدوات، وأثناء الأداء الحركي، حيث يحتاج ذلك إلى التوقع الحركي السليم، والوصول إلى مرحلة التوقع الصحيح للأداء المستقبلي الجيد (١١).

ويشير "أمر الله البساطي" (١٩٩٨) إلى أن الحالة التدريبية تتوقف على درجة تطور مكوناتها (البدنية - المهارية - الخططية - العقلية - النفسية)، فكلما ارتفع مستوى هذه المكونات كلما ارتفع مستوى الأداء، مع التناسق بين مكوناتها.

(٦: ١٨، ١٩)

كما ترى "سامية الهجرسي" (٢٠٠٤) أن لاعبة الجميز الإيقاعي يجب أن تتميز بقدرات إبداعية جديدة، معتمدة على إمكانياتها الفردية الخاصة من خلال الأحاسيس والانفعالات التي تصل بهذه القدرات إلى درجة الكفاءة والمهارة، بمعنى آخر إدراك الذات كوجود عقلي، وجسمي، وعاطفي من خلال الأداء الحركي المتعدد، وأنه كلما زادت خبرة اللاعب كلما ارتفع مستوى الأداء، وزاد التحكم والتوافق المهاري، وكان التوقع للعمليات المرتبطة بمستوى الحركة أدق (٩: ٧٩).

وتشير "منى مختار" (١٩٩٩) إلى الثقة بالنفس بأنها تعمل على التخطيط السليم، والتوقع الصحيح، والتفكير الإيجابي للوصول إلى أفضل أداء (٢٢: ٤).

ويتفق كل من "أسامة راتب" (١٩٩٥)، و"محمود عنان" (١٩٩٥)، و"محمد علاوي" (١٩٩٨) على أن الإنجاز الرياضي يعتبر الجهد الذي يبذله اللاعب قبل

المنافسة من أجل النجاح في إنجاز المهام الصعبة، أو مواجهة مواقف المنافسة الرياضية، ومحاولة التفوق، ويتمثل في الرغبة في السعي الجاد المخطط واقعياً، والكفاح، والنضال، وكذلك المثابرة عند مواجهة الفشل من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية (٤: ١٥٧)، (٢٠: ١٢٣)، (١٨: ٢٥٢).

كما يرى "محمد علاوي" (١٩٩٨) أن قلق المنافسة يرتبط ارتباطاً مباشراً ووثيقاً بالأداء، سواء في التدريب، أو المنافسة، وما يرتبط بكل منهما من مواقف، وأحداث، ومثيرات، وقد تكون لها آثار واضحة ومباشرة على سلوك اللاعب، ومستوى قدراتها، ومهاراتها، وكذلك علاقاتها مع الآخرين، بالإضافة إلى أنه يمثل خبرة انفعالية غير سارة تدركها اللاعب، وتتبعث من داخلها، وترتبط بتوقع مستواها في الأداء المراد إنجازه (١٨: ٣٧٩).

وقد توصلت "وفاء محمود" (١٩٩٣) (٢٥) إلى أن لاعبة الجمناز الإيقاعي لابد أن يتوافر لديها الإدراك الحس حركي، حيث إن طبيعة الأداء تتطلب الكثير من المواقف والمؤثرات، وخاصة أن هذه الرياضة من الرياضات التي تحتاج إلى الحركات المركبة بالجسم والأداة معاً، مما يوقع العبء الأكبر على الجهاز العصبي لمواجهة هذه المواقف، وخاصة أثناء رمي واستلام الأداة، والتوافق بين حركة الجسم والأداة، مما يؤدي إلى الوصول إلى أعلى صور مستويات الأداء.

كما ترى الباحثتان أن التذكر، والتخيل، والإبداع من القدرات المهمة للاعبات الجمناز الإيقاعي؛ لما تتطلبه هذه الرياضة من شجاعة وإصرار في مواجهة مهارات صعبة مركبة، واسترجاعها لنماذج، وصور، وخبرات سابقة؛ لتساعد على حسن التوقع لمواقف جديدة أثناء التدريب والمنافسة في الجملة الحركية.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته "سامية الهجرسي" (٢٠٠٤) من أن الإبداع والابتكار في صعوبات الحركات الجديدة في الأداء أثناء استخدام الأداة له دور أكبر في الوصول إلى أعلى مستوى في تقييم وتمييز اللاعبات أثناء المنافسة (٩: ٨٦).

وتتفق تلك النتائج مع ما أشارت إليه دراسة كل من "منى مختار" (١٩٩٩)(٢٢)، نبيلة محمود (٢٠٠٢)(٢٣)، "ممدوح محمدي" (٢٠٠٤)(٢١)، "نشوى نافع" (٢٠٠٦)(٢٤).

وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول، والذي ينص على:

"يمكن بناء مقياس التوقع الحركي لناشئات الجمباز الإيقاعي".

ويشير جدول (٢٧) إلى أن هناك علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين محاور مقياس التوقع الحركي (الحالة التدريبية - الثقة بالنفس - الإنجاز الرياضي - قلق المنافسة - الإدراك الحس حركي - بعض العمليات العقلية) وبعض القدرات العقلية (الانتباه - التصور العقلي)، أي أنه كلما زادت القدرة على التوقع الحركي الصحيح، كلما تحسنت بعض القدرات العقلية كالانتباه والتصور العقلي.

وترجع الباحثتان ذلك إلى أن لاعبة الجمباز الإيقاعي لا بد أن يتوافر لديها الاستعداد والقدرة لكي يؤهلها هذا للتفوق الرياضي، وأن تتميز بقدرة عالية على تركيز الانتباه، والإرادة، والتفكير الإبداعي، والتصور العقلي.

ويتفق كل من "محمد العربي" (١٩٩٨)، و"فرج عبد القادر" (٢٠٠٠) على أن الانتباه يعني تلقي الإحساس بمثير ما، سواء كان هذا الإحساس على مستوى الحواس الخارجية أو الأحاسيس الباطنة، أم مستوى الإدراك العقلي، بحيث يشعر الفرد بهذا الإحساس بطريقة واضحة وواحدة (١٣: ٢٥٣)، (١٢: ١٩٩).

كما يشير "أسامة راتب" (٢٠٠٠) إلى أن اكتساب القدرة على التحكم في توجيه رؤية العين مهم جداً لتحسين التركيز، باعتبار أن عدم التحكم في توجيه رؤية العينين يؤدي إلى تشتيت الانتباه (٥: ٢٨٩).

ويرى "محمد العربي" (١٩٩٨) أن التصور العقلي عملية عقلية لا يمكن ملاحظتها بطريقة مباشرة، ولكنها تتأثر بعدة عوامل تتداخل في التأثير على الأداء، مما يتطلب أن يكون اللاعب صورة يمكن استرجاعها عقلياً لمقارنتها، والتركيز بعد

ذلك على سرعة الأداء ودقته، كما أنه يرتبط بخبرة اللاعب، ومدى الوضوح. والتحكم في الصور من أفضل الأبعاد في الوصول إلى الأداء الجيد.

(١٣: ٣٢٥-٣٢٦)

وتؤكد الباحثان أنه يجب أن تتصف لاعبة الجمباز الإيقاعي بقدرة عالية على تركيز الانتباه أثناء رمي واستلام الأداة، مع الأداء الحركي بجسمها بصعوبة عالية، والتوافق بينهم، ووجود تناغم بين الحركات والأداة مع الموسيقى، وأيضاً توافر قدرة عالية على تصور نماذج لحركات ومهارات سابقة من خلال سنوات التدريب والممارسة، وتكوين توقعات صحيحة لتؤهلها للحصول على خبرات ونماذج جديدة لتحقيق أفضل مستوى ممكن في الجملة الحركية.

وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني، والذي ينص على:

"توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (الانتباه - التصور العقلي)".

ويشير جدول (٢٨) إلى أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين محاور مقياس التوقع الحركي (الحالة التدريبية - الثقة بالنفس - الإنجاز الرياضي - قلق المنافسة - الإدراك الحس حركي - بعض العمليات العقلية) ومستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي، أي أنه كلما زادت القدرة على التوقع الحركي الصحيح، كلما ارتفع مستوى الأداء.

ويشير "أسامة راتب" (١٩٩٠) إلى أن التوقع الحركي هو مدى تقدير لاعبة لاحتمالات نتائج أدائها في موقف ما يعتبر محدداً أساسياً ومهماً لسلوكها نحو ذلك الموقف، حيث إن التوقع عامل مهم ورئيسي يتحقق من خلال التدريب والممارسة، والذي يظهر التوقع الحركي الجيد الذي يتأثر ويؤثر في تطوير مستوى الأداء نحو الأفضل (٣: ٥٦-٦٠).

كما يذكر "بسطويسي أحمد" (١٩٩٦) أن من فعاليات التوقع الحركي التصور الصحيح للحركة، والسيطرة على نقاط الضعف التي تعاني منها اللاعب، ويعد المرحلة الرئيسية من مراحل الأداء الحركي (٨: ٢٩٤).

وترجع الباحثان ذلك إلى أن لاعبة الجمباز الإيقاعي قد اكتسبت الكثير من المهارات مع ارتباطها بعناصر حركات الجسم المختلفة وأوضاعها المتعددة، ومصاحبتها للموسيقى الملائمة من خلال خبراتها السابقة بما يتناسب مع استعدادها وقدراتها، وإضافة توقعات وخبرات جديدة بصعوبات مختلفة، فيساهم بدور كبير في تحسين مستوى الأداء والأداة عند أداء الجملة الحركية.

والتوقع الحركي هو رؤية مستقبلية للنتائج المتوقعة لما تقوم به اللاعب، مبني على خبرتها التدريبية السابقة والحالية، ويعتبر التوقع الحركي أحد أهم القدرات العقلية التي يركز عليها التفوق في الأداء في مراحلها المختلفة لجميع المهارات في الزمن المحدد والمكان المناسب.

ويؤكد ذلك نقلاً عن "بركسان عثمان" (١٩٩٠)(٧) "سنجر Singer" (١٩٨٦)، حيث يشير إلى أن معرفة نتائج الأداء ودرجة التحسن فيه تؤثر في الأداء المستقبلي، وتزيد من درجة السيطرة الداخلية، فهو عملية مستمرة، حيث إنه كلما زادت درجة التحكم في الأداء، كلما زادت درجة التوقع، وخاصة في المستويات العالية عند الوصول إلى جميع متطلبات الأداء المتكامل.

وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث، والذي ينص على:

"توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين التوقع الحركي ومستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي".

الاستخلاصات:

في ضوء فروض البحث وأهدافه، وفي حدود عينة البحث، والأدوات المستخدمة، وعرض ومناقشة النتائج، يمكن استخلاص ما يلي:

١- تم بناء مقياس للتوقع الحركي ويشتمل على (٦) محاور كالتالي:

- الحالة التدريبية. - الثقة بالنفس. - الإنجاز الرياضي.
- قلق المنافسة. - الإدراك الحس حركي. - بعض العمليات العقلية.
- عدد عبارات المقياس (٩٩) عبارة.

٢- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين محاور مقياس التوقع الحركي وبعض القدرات العقلية (الانتباه - التصور العقلي) لناشئات الجمباز الإيقاعي.

٣- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين محاور مقياس التوقع الحركي ومستوى الأداء المهاري لناشئات الجمباز الإيقاعي..

التوصيات:

في حدود الدراسة الحالية، وانطلاقاً مما تشير إليه النتائج، توصي الباحثتان بما يلي:

- ١- إجراء بعض المقاييس النفسية الأخرى على ناشئات الجمباز الإيقاعي.
- ٢- إجراء مقاييس للتوقع الحركي للاعبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- ٣- ضرورة الاهتمام بالجانب العقلي والنفسي مع الجوانب البدنية والمهارية والخطية من قبل المدربات في الجمباز الإيقاعي.
- ٤- ضرورة وجود أخصائية نفسية ضمن الجهاز الفني لتدريب الجمباز الإيقاعي.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- الاتحاد المصري للجيمباز: بطولة الجمهورية للأندية، ٢٠٠٧ م.
- ٢- أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، دار المعارف المصرية، ١٩٩٥ م.
- ٣- أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠ م.
- ٤- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥ م.
- ٥- أسامة كامل راتب: المهارات النفسية "التطبيقات في المجال الرياضي"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠ م.
- ٦- أمر الله أحمد البساطي: قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٨ م.
- ٧- بركسان عثمان حسين: تأثير برنامج مقترح على مستوى الأداء والتوقع النفسي الحركي لدى لاعبات التمرينات الإيقاعية التنافسية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد الخامس عشر، يوليو، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، ١٩٩٢ م.
- ٨- بسطويس أحمد: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٦ م.
- ٩- سامية أحمد كامل الهجرسي: التمرينات الإيقاعية والجيمباز الإيقاعي "المفاهيم العلمية والفنية"، مكتبة ومطبعة الغد، القاهرة، ٢٠٠٤ م.
- ١٠- شريف فتحي صالح: تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية سرعة التوقع الحركي على أداء بعض التوقعات لدقة الاستعداد والمهارات الهجومية للاعبين الناشئين في تنس الطاولة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، العدد ٣٣، ٢٠٠٧ م.

- ١١- عنايات محمد لبيب وبركسان عثمان حسين: التمرينات والجمباز الإيقاعي، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، القاهرة، ٢٠٠١ م.
- ١٢- فرج عبد القادر طه: أصول علم النفس الحديث، دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة، ٢٠٠٠ م.
- ١٣- محمد العربي شمعون: علم النفس الرياضي والقياس النفسي، مركز لاب للنشر، ١٩٩٨ م.
- ١٤- محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٨٨ م.
- ١٥- محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط٢، دار الفكر العربي، ١٩٨٨ م.
- ١٦- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط٦، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٧ م.
- ١٧- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط٧، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩١ م.
- ١٨- محمد حسن علاوي: مدخل إلى علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨ م.
- ١٩- محمد حسن علاوي: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٢ م.
- ٢٠- محمود عبد الفتاح عنان: سيكولوجية التربية البدنية والرياضية والنظرية والتطبيق والتجريب، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥ م.
- ٢١- ممدوح محمود محمدي: بناء مقياس للسماة الإرادية للاعبين الدوري الممتاز في كرة القدم، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، العدد الرابع، جامعة طنطا، ٢٠٠٤ م.

٢٢- منى مختار المرسي: بناء مقياس دافعية الإنجاز لدى الناشئين الرياضيين
"دراسة تحليلية-مقارنة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية
للبنين، جامعة حلوان، ١٩٩٩ م.

٢٣- نبيلة أحمد محمود: المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها
بالسمات الدافعية الإرادية، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية
والرياضية، العدد ٢٢، كلية التربية الرياضية للبنات، الإسكندرية،
٢٠٠٢ م.

٢٤- نشوى محمود نافع: بناء مقياس البروفيل النفسي لناشئات الجمباز الإيقاعي
كمحدد للانتقاء، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية
التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٦ م.

٢٥- وفاء السيد محمود: بعض متغيرات الإدراك الحس حركي وعلاقتها
بمستوى أداء اللاعبات في الجمباز الإيقاعي، رسالة ماجستير، كلية
التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، ١٩٩٣ م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 26- Dunhan, P. Age, Sex, Speed and Practice in Coincidence Anti-
epation Performance of Children Perception and Motor
Skills, 1992, 45, 187, 193.
- 27- HusseinMardan@hotmail.com.
- 28- Martoniuk, R. Information Processing in Motor Skills. Holt,
Winston, New York, 1991.
- 29- Ridenour, M. Influence of Object Size, Speed, and Direction
on the Perception of a Moving Object. Research
Quarterly, 1997, 46(3), 293-301.
- 30- Voss, J. Effect of Target Brightness and Target Speed upon
Tracking Proficiency. Journal of Experimental
Psychology, 1995, 49, 237-243.