

مركز التحكم وعلاقته بإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار

* د. علي السعيد ربحان

المقدمة ومشكلة الدراسة:

المصارعة من الأنشطة الرياضية التي لم تحظي بنصيب كبير من البحث والدراسة بمقارنتها بالرياضات الأخرى بالرغم من احتياجها الي الكثير من الابتكار في الاساليب الفنية للأداء الحركي ، ولما لمسناه من إنجازات طيبة ونتائج عالية في خلال الاعوام الماضية والتي تعتبر انعكاسا واضحا لحجم الجهود المبذولة لدفع عملية التقدم في هذه الأنشطة من خلال العناية باللاعبين والتركيز عليهم باعتبارهم الركيزة الأساسية في تحقيق النتائج والطموحات الرياضية .

ويمثل الاعداد المتكامل للاعبين حجر الاساس في العملية التدريبية ، حيث اهتمت البحوث في الآونة الأخيرة بدراسة العديد من مشاكل اللاعبين من أجل تحقيق افضل النتائج باستخدام الاسلوب العلمي لتخطيط وتوجيه عملية التدريب الرياضي التي تستلزم المام المدربين بجوانب متعددة ودلالات واضحة وموضوعية عن حالة اللاعبين الذين يخطط لهم للدخول في بطولات وتحقيق نتائج عالية علي مستوي الدرجة الاولى .

ويعتبر الجانب النفسي والنفس - فسيولوجي من الجوانب الهامة في اعداد اللاعبين في مختلف الأنشطة الرياضية وخاصة رياضة المصارعة حيث اصبح من المهم للوصول الي المستويات العليا الاهتمام بالجوانب النفسية والنفس - فسيولوجية بجانب المتغيرات الأخرى .

ويعتبر مركز التحكم من العوامل النفسية الحديثة التي تلعب دورا حيويا في تقدم مستوي اللاعب البدني والفني ، حيث يشير مفهوم مركز التحكم الي قدرة اللاعب علي التحكم في المؤثرات الخارجية وقدراته واعتقاده في قدراته ومجهوده حتي يتحقق له النجاح في المباريات ، كما ظهر مفهوم مركز التحكم حديثا في العلوم النفسية وهو محاولة الفرد للسيطرة علي البيئة ، وهذا يحتاج الي انسان مرن يكيف ظروفه وحاجاته مع التغيير السريع الذي يحدث كل يوم حيث لا يوجد شىء ثابت ثباتا مطلقا في معظم الاحيان .

* كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق .

ولقد بدأت محاولات لتعريف مركز التحكم حيث عرفه فيرز *Phares* عام ١٩٥٧م بأنه مدى إدراك المرء أن نتائج أعماله لا يمكن التنبؤ بها أو أنها تكون كنزوة عابرة أو أن النتائج تعود إلى الحظ يكون الفرد في هذه الحالة ذا تحكم خارجي، أما إذا أدرك المرء أن نتائج أعماله التي يقوم بها تعتمد على مدى إنجازه فإنه في هذه الحالة يكون ذا تحكم داخلي .
(١٨ : ٣٣٢)

رغم ذلك نجد ان الأساس الذي بنيت عليه دراسة مركز التحكم يعود إلى التعريف الذي وضعه روتر *Rotter* ١٩٦٦م حيث يعتبر أول من قدم مفهوم التحكم في نسق نظري متكامل يستند فيه إلى أول مدرستين كبيرتين من مدارس علم النفس هما المدرسة السلوكية أو نظريات التدعيم *Reinforcement Theories* والنظرية المعرفية *Cognitive Theories* وميز روتر *Rotter* بين ذوى التحكم الداخلى وذوى التحكم الخارجى قائلاً : إن مركز التحكم يمتد بين ذوى التحكم الداخلى (وهم الأفراد الذين يعتقدون أنهم يتحكمون فى الحظ والمصير) وذوى التحكم الخارجى (وهم الأفراد الذين يعتقدون أن الحظ والمصير يتحكمان فيهم) وذلك فى إطار نظريته للتعلم الاجتماعى . (١٩ : ٦٠)

وذكر روتر ١٩٦٦م أن مركز التحكم عبارة عن توقعات أو معتقدات عامة أطلق على الفرد الذى يتحكم فى توقعاته أنه ذو تحكم داخلى، أما إذا كانت توقعات الفرد تحدث عن طريق عوامل خارجية مثل الحظ أو الصدفة أو أشخاص آخرين أكثر قوة فإنه يكون ذا تحكم خارجى، كما ذكر أن مفهوم التحكم الداخلى هو الدرجة التى يمكن أن يعتقد عندها الناس أن ما يحدث لهم هو نتيجة أفعالهم الخاصة . (١٩ : ٢٧)

كما تشير فاطمة حلمى ١٩٨٤م إلى أن مركز التحكم هو إدراك لمصدر المسؤولية عند النتائج والأحداث، هل هى مسئولية داخلية حيث يأخذ الفرد على عاتقه مسئولية النجاح أو الفشل نتيجة جهوده الخاصة وقدراته الشخصية، أم أنها مسئولية خارجية عن نطاق تحكم الفرد ؟ فالتحكم الداخلى هو اعتقاد الفرد بأن عمله الخاص سوف يحدث له التدعيمات القيمة وأن هذه التدعيمات ترجع إلى الكفاءة والمجهود والقدرة الشخصية، أما التحكم الخارجى فهو اعتقاد الفرد بأن التدعيمات التى يحصل عليها تكون بعيدة عن تناول تحكمه الشخصى ومتمثلة فى الحظ والصدفة وأن فشله ينسب إلى صعوبة المهمة المطلوب القيام بها . (٥ : ٢٠)

وبالرغم من ذلك ومع تأكيد روتر على المحددات السلوكية فى المواقف فإنه أيضاً يحذر من التفكير فى مركز التحكم على أنه جزء ثابت من الشخصية، وبناءً على ذلك أجرى كثير من الباحثين دراستهم على مركز التحكم ومن خلال دراستهم أثبتوا أن ذوى التحكم الداخلى يميلون إلى أن يجهدوا أنفسهم ويعملوا بجهد ويتبعوا الأهداف البعيدة أى أنهم متفائلون إلى حد كبير

وهم يقاومون ويعارضون محاولات الآخرين للتأثير فيهم، أى أنهم يؤثرون على الناس ولا يتأثرون بهم ولكن ذوى التحكم الخارجى يشعرون بالعجز والضعف أمام المحن أكثر من ذوى التحكم الداخلى . (١٩ : ٣٧)

ويشير طلعت منصور نقلاً عن روبرت بيك *Robert Beck* ١٩٨٢م أن مركز التحكم يرتبط بطريقة تصرف الإنسان ويرتبط أيضاً بالمجهود الذى يبذله الفرد فى سبيل تحقيق أهدافه ومن خلال ذلك يمكننا معرفة ما إذا كان الفرد تصرف داخلياً أم خارجياً .

(٤ : ٢٦٥ ، ٢٧٦)

وإدراك القوى المبدولة من المدركات الحس - حركية الهامة فى مجال علم النفس الفسيولوجى التى تساهم بقدر وفير فى إعداد المصارعين، لما تتطلبه حركات اللاعبين إلى مستوى عال من الأداء، حيث ذكر أحمد زكى حسين ١٩٨٧م نقلاً عن جيكنز *Jekinz* ١٩٨٦م أن الإدراك الحس - حركى من أهم الحواس التى يمتلكها الإنسان وهذا المعنى قد عبر عن رأى ستاين هاوس *Stain Hous* حين قال بعبارة لا تخلو من المبالغة " إن لعضلاتنا من القدرة على الإبصار ما يفوق قدرة أعيننا " . (١ : ٢)

ويذكر حامد أحمد وآخرون ١٩٨٦م نقلاً عن بوبوف *Pobov* ١٩٨٣م أن مقياس دقة الأداء الحركى على أساس الحس الحركى واحداً من أهم أساليب تقويم كفاءة التوافق الحركى وأن الحس - حركى هو العنصر الأساسى فى الأنشطة التى تعتمد فى أدائها على التوافق حيث تتحقق كفاءة الأداء الحركى عن طريق دقة تمييز المؤشرات المختلفة للحركة .

(٢ : ١١٣ ، ١١٤)

ويضيف هيچ ميمبى *Huch Mumby* ١٩٥٣م أن المصارع لو أراد أن يواجه القوة المضادة الدائمة التغيير فيجب عليه أن يكون قادراً على معادلة هذه القوة بسرعة وكفاءة. وأن يشعر بتلك القوة التى يواجهها قبل أن يقوم بعملية المواجهة ذاتها، وتبدأ المواجهة بإشارات حس - حركية تتم فى العضلات، وهذا يساعد على أخذ وضع مناسب من خلال حاسة التوازن (١٦ : ٣٢٨)

وعلى الرغم من التطور الذى حدث فى مجال رياضة المصارعة على المستوى الدولى إلا أن مجال البحث فيها مازال يفتقر الكثير مما أدى إلى عدم قدرة لاعبيننا على مواكبة هذا المستوى فى جمهورية مصر العربية وقام الباحثين المصريين بإجراء البحوث والدراسات فى مجال رياضة المصارعة من زوايا مختلفة إسهاماً منهم فى محاولة لرفع مستواهم وتطوير هذه الرياضة إلا أن هذه الدراسات لم تتطرق إلى مثل هذه الدراسة فى الجمع بين مركز التحكم وإدراك القوة المبدولة كمتغير هام من متغيرات المدركات الحس - حركية . ومحاولة التعرف

على طبيعة العلاقة بين مركز التحكم وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) والتي قد تساهم فى تقديم مجموعة من البيانات والمؤشرات يمكن من خلالها ترشيد خطط وبرامج التدريب والإعداد النفسى للاعبين فى ضوء ما يسفر عنه من نتائج .

أهداف الدراسة:

- (١) التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية (موجبة ، سالبة) بين التحكم الخارجى وإدراك القوى المبذولة لدى المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .
- (٢) التعرف على الفروق بين فئات الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) فى التحكم الداخلى وإدراك القوة المبذولة .

فروض الدراسة:

- (١) توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة لدى المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .
- (٢) توجد فروق معنوية بين فئات الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) فى التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .

المصطلحات المستخدمة:

مركز التحكم *Locus of Control*

هو التعبير عن مدى اعتقاد أو شعور اللاعب أن باستطاعته التحكم فى الأحداث التى تؤثر على مستواه الرياضى وينقسم إلى فئتين هما :

فئة التحكم الداخلى *Internal Control*

وهم اللاعبون الذين يعتقدون أنهم مسئولون عما يحدث لهم ويستطيعون التحكم فيه والتأثير عليه - بمعنى أنهم يرجعون ما يحدث لهم أو يحصلون عليه إلى قدراتهم ومهاراتهم وإمكاناتهم الخاصة .

فئة التحكم الخارجى *External Control*

وهم اللاعبون الذين يعتقدون أنهم واقعون تحت تحكم قوى خارجية ولا يستطيعون التأثير فيها - بمعنى أنهم يرجعون كل ما يحدث لهم أو يحصلون عليه إلى عامل الصدفة أو الحظ أو قوة الآخرين . (١١ : ٧)

إبراك القوة المبذولة :

هي القدرة على تقدير الإقباض العضلى لآداء الحركات الدفاعية والهجومية فى الاتجاهات المطلوبة والمسافات المحددة (تعريف إجرائى) .

الدراسات السابقة :

تم تقسيم الدراسات السابقة إلى :

أولاً : دراسات فى مجال مركز التحكم .

ثانياً : دراسات فى مجال المدركات الحس - حركية .

أولاً : دراسات فى مجال مركز التحكم :

أجرى محمد محمد الشحات ١٩٩٢م (١١) دراسة بهدف التعرف على العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي الهوكى، واستخدم الباحث المنهج الوصفى، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٥) لاعباً من لاعبي الدرجة الاولى لرياضة الهوكى والذين اشتركوا فى الدورى الممتاز للموسم الرياضى ١٩٩١م - ١٩٩٢م والمقامة بالقاهرة فى يناير ١٩٩٢م وتم اختيارهم بالطريقة العمدية من لاعبي الأندية التى حصلت على المراكز الستة الأولى فى الدورى الممتاز باعتبارهم أفضل العناصر الممارسة، وقام الباحث بتصميم اختبار مركز التحكم لدى لاعبي الهوكى، وقد أسفرت أهم النتائج على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التحكم الداخلى ومفهوم الذات البدنية وبين التحكم الداخلى ومستوى الأداء المهارى .

وقام الباحثان عويس وحجر *Ewees & Hager* ١٩٨٥م (١٤) بإجراء دراسة بهدف التعرف على الفروق فى مركز التحكم بين لاعبي ألعاب القوى بالدول النامية وغير النامية. واستخدم الباحثان المنهج الوصفى، حيث شملت عينة البحث على ٤٠ لاعب من لاعبي ألعاب القوى من الدول الآتية (أمريكا ، ألمانيا الغربية ، باكستان ، مصر) وقد استخدم الباحثان اختبار "ليغنسون" لقياس مركز التحكم، وقد أسفرت أهم النتائج على وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبي الدول النامية فى مركز التحكم لصالح لاعبي الدول غير النامية.

كما أجرى أندرسون *Anderson* ١٩٧٧م (١٣) دراسة بهدف التعرف على العلاقة بين مركز التحكم والضعف المدركة والسلوكيات التوافقية والآداء، واستخدم الباحث المنهج. وشملت عينة البحث ١٢٠ مديراً بولاية بنسلفانيا واستمرت التجربة عامان ونصف العام. وكان الموقف الأساسى الذى اعتمده عليه الباحث فى دراسته هو *Hurricane Agnes* ومن أهم نتائج

الدراسة أن الأفراد ذوي التحكم الداخلي يتمتعون بإقلال من الضغوط باستخدام العديد من السلوكيات التوافقية ذات الأهمية .

بينما ذوي التحكم الخارجي استخدموا القليل من السلوكيات التوافقية ذات الأهمية حيث أن الفرد المتفوق ذا التحكم الداخلي يتجه أكثر داخلياً في حين أن الفرد غير المتفوق ذا التحكم الخارجي يتجه أكثر خارجية.

بينما أجرى هونتراس وسكارف *Houstras&Scharf* ١٩٧٠م (١٥) بإجراء دراسة بهدف التعرف على العلاقة بين كل من القلق ومركز التحكم ومركز التحكم بين الفئات الثلاثة: الداخلي والخارجي والفئة الوسطى وضعف مستوى التحصيل، واستخدام الباحثان المنهج الوصفي، حيث شملت عينة البحث (٦٠) طالباً جامعياً بجامعة داكوتا الشمالية، وتم تطبيق مقياس هينيمان للقلق *Choice Anxiety Scale - Geineman Facted* واختبار روتر لمركز التحكم، ومن أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسة أنه من الأفضل تقسيم مركز التحكم إلى فئتين فقط داخلي، وخارجي، كما أن ذوي التحكم الخارجي يتسمون بمستوى قلق عال من ذوي التحكم الداخلي .

ثانياً: دراسات في مجال المدركات الحس - حركية :

أجرى على السعيد محمد ربحان ١٩٩٣م (٧) دراسات بهدف التعرف على العلاقة المتبادلة للمدركات الحس - حركية وفعالية الأداء المهاري من خلال وضع برنامج تدريبي مقترح لتنمية الإدراك الحس - حركي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وشملت عينة البحث (٢٨) مصارعاً مبتدئاً من محافظة الدقهلية تتراوح أعمارهم من ١٠ - ١٢ سنة وتم تطبيق مجموعة من اختبارات المدركات الحس - حركية من تصميم الباحث أهمها في مجال الدراسة الحالية اختبار إدراك القوة المبدولة، ومن أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسة أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين بعض مدركات الحس - حركي وفعالية الأداء المهاري .

كما أجرى هيج ميمبي *Huch Mumby* ١٩٥٣م (١٦) دراسة بهدف تقوية الحاسة الحركية والتوازن وعلاقتها بكفاءة المصارع بهدف التعرف على دور الحس - حركي في المصارعة عن بقية الأنشطة الرياضية الأخرى وشملت عينة البحث (٣١) طالباً من جامعة كاليفورنيا من قسم المصارعة، واستخدم الباحث جهاز الضغط المتحرك وقد أسفرت أهم النتائج إلى أن المصارعون ذوي المستوى الأعلى سجلوا درجات أعلى في اختبار الضغط المتحرك .

إجراءات الدراسة :

أولاً : منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة .

ثانياً : عينة الدراسة :

اشتملت عينة الدراسة على عدد ٩٩ مصارع من المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) للمصارعة الحرة . وكانت نسبتهم ٧٢,٧٩٪ مصارع من العدد الكلى للعينة ١٣٦ مصارع . وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية من المحافظات التالية :

- ١٠ لاعبا من الأسكندرية
- ٩ لاعبا من الإسماعيلية
- ١٠ لاعبا من القاهرة
- ٨ لاعبا من الغربية
- ٩ لاعبا من الجيزة
- ٧ لاعبا من السويس
- ١٠ لاعبا من المنوفية
- ٧ لاعبا من كفر الشيخ
- ٨ لاعبا من الأقصر
- ٨ لاعبا من دمياط
- ٧ لاعبا من الدقهلية
- ٦ لاعبا من أسيوط

وقد وقع الاختيار على هذه المحافظات لأنها تحتل مراكز متقدمة فى بطولة الجمهورية للموسم الرياضى ٩٤ - ١٩٩٥، كما أن هذه المحافظات تضم عدداً كبيراً من اللاعبين المتميزين، ويوضح جدول رقم (١) خصائص عينة الدراسة .

جدول (١) خصائص عينة الدراسة طبقاً لفئات الأوزان
(الخفيفة والمتوسطة والثقيلة)

عدد منافات الممارسة	طول القامة		الأوزان		العمر الأزمنى		عدد المصارعين	عدد وزان	البيانات	
	ع	م	ع	م	ع	م				
٣,١٧	٧,٩٠	٥,٦٠	١٦٧,٠	٣,٠٤	٥٧,١٤	٢,١٤	٢٣,٠	٣٢	٤	الخفيفة
٢,٩٥	٨,٤٠	٦,١٣	١٧٥,١	٤,٢٠	٧٥,٧١	٢,٨٠	٢٢,١٠	٣٥	٣	المتوسطة
٤,١١	٨,٢١	٧,٠٤	١٧٨,٠	٧,٧٤	٩٤,٥٠	٢,٩٥	٢٤,٢٢	٢٣	٣	الثقيلة

- وقد تم تقسيم أوزان المصارعة إلى ثلاث مجموعات، مجموعات الأوزان الخفيفة وتشمل أوزان (٤٨ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٦٢ كجم)، مجموعة الأوزان المتوسطة (٦٨ ، ٧٤ ، ٨٢ كجم)، مجموعة الأوزان الثقيلة (٩٠ ، ١٠٠ ، ١٣٠ كجم) . وذلك نظراً لاختلاف القوة العضلية وخصائص المصارعين في هذه الأوزان .

- كما تم اختيار المصارعة الحرة للهواة لأنها لم تحظى بالاهتمام الكافي التي حظيت به المصارعة اليونانية - الرومانية من قبل الباحثين، كما أن المصارعة الحرة للهواة يتم الصراع على المنطقة العلوية مثلما يحدث في المصارعة اليونانية - الرومانية بالإضافة إلى الصراع على الرجلين أو رجل واحدة . مما يؤدي ذلك إلى تطلب بذل قوة أكبر حتى يستطيع المصارع الفوز على منافسه .

ثالثاً : قياسات وأدوات الدراسة :

(١) اختبار مركز التحكم :

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى يوم ٢٠/١٢/١٩٩٤م بإعادة تقنين اختبار مركز التحكم للباحث محمد محمد الشحات ١٩٩٢م (١١) ملحق رقم (١) . فقد قام الباحث بإيجاد صدق التمايز عن طريق تطبيق الاختبار على ٨ مصارعين من المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) و ٨ مصارعين من الناشئين ١٧ - ١٨ سنة . وتم تطبيق اختبار "ت" للتعرف على معنوية الفروق بين متوسطات قيمة الاختبار للعينتين فاتضح أن هناك فروق معنوية عنده ٠,٠٥ ولصالح المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) في اختبار مركز التحكم.

ولحساب ثبات الاختبار تم تطبيق الاختبار على (٨) مصارعين بطريقة التجزئة النصفية للاختبار باستخدام معادلة سبيرمان براون للارتباط وقد تضمن النصف الأول العبارات ذات الترتيب الفردي والنصف الثاني العبارات ذات الترتيب الزوجي حيث حقق معامل ثبات اختبار مركز التحكم للمصارعين الكبار ٠,٦٨٧ ، كما تم تقدير ثبات الاتساق الداخلي لعبارات الاختبار ككل لدى المصارعين الكبار (مجموع متوسط كل العبارات)

عن طريق المعادلة التالية :

$$r = 1.01$$

$$1 + \frac{2}{1} \cdot \frac{2}{1}$$

١.٠١ : معامل الثبات الكلي للاختبار .

٢/١ . ٢/١ : معامل الارتباط بين نصفى الاختبار . (٩ : ٣٢٩)

حيث حقق معامل ثبات الاتساق الداخلي للمصارعين الكبار ٠,٨٢٧ ، وهذه المعادلة تدل

على أقصى معامل ثبات يمكن التنبؤ به بالنسبة للاختبار .

كما تم حساب معامل الالتواء لجميع عبارات الاختبار فقد حققت منحني اعتدالي قريب من التماثل حيث أن جميع القيم لا تزيد ولا تقل ± 3 .

■ طريقة التقييم : يأخذ المصارع الدرجة من ٤٤ درجة وهي عدد عبارات الاستمارة منها ٢١ عبارة يجاب عنها بـ " نعم " و ٢٣ عبارة يجاب عنها بـ " لا " ملحق رقم (٢) .
(٢) اختبار إدراك القوة المبذولة :

■ الهدف من الاختبار : قياس الحس - عضلي للقوة المبذولة .
■ الأدوات المستخدمة : ماتوميتر القبضة - عصابة للعين
■ طريقة الآداء : يقبض المبتدئ على ماتوميتر القبضة لتحديد القوة القصوى للقبضة ثم يطلب منه أن يقبض على على ماتوميتر اليد ليتحرك المؤشر إلى ٥٠٪ من مقدار القوة القصوى.

■ طريقة التقييم : يسجل قيمة الخطأ في كل محاولة على أن يعطى المبتدئ ثلاث محاولات بفواصل زمني ٣٠ ثانية وتأخذ أفضل محاولة دون النظر إلى الإشارة موجبة أم سالبة .
- قام الباحث في يوم ١٢/٢١/١٩٩٤ بإيجاد المعاملات العلمية لاختبار إدراك القوة المبذولة فلإيجاد الصدق استخدم الباحث صدق التمايز عن طريق تطبيق الاختبار على ٨ مصارعين من المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) و ٨ مصارعين من المصارعين الناشئين من ١٧ - ١٨ سنة وتم تطبيق اختبار "ت" على معنوية الفروق بين متوسطات قيمة الاختبار للعينتين فاتضح أن هناك فروق معنوية عند ٠,٠٥ . ولصالح المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) في اختبار إدراك القوة المبذولة .

كما تم حساب الاختبار عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على ٨ مصارعين من المصارعين الكبار . حيث حقق معامل ثبات = ٠,٩١٢ وتم حساب معامل الالتواء للاختبار حيث وقعت درجات الاختبار للعينتين تحت المنحني الاعتدالي ± 3 .

- استخدم الباحث استمارة تسجيل خاصة بكل لاعب موضحاً عليها جميع البيانات اللازمة .
- استعان الباحث بـ ٦ سواعد من طلاب تخصص أول مصارعة للعام الدراسي ٩٤-١٩٩٥م ولهم الرغبة في الاشتراك، وقد تم عقد عدة اجتماعات للمساعدین لتوضيح فكرة الدراسة وأهدافها ومراحل تنفيذها .

- قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على عينة من مصارعي منتخب جامعة الزقازيق قوامها ١٨ لاعباً ممن تنطبق عليهم شروط عينة الدراسة في الفترة من ٢٤-٢٦/١٢/١٩٩٤م بهدف التأكد من سلامة تنفيذ وتطبيق الاختبارات، واكتشاف نواحي القصور التي قد تظهر أثناء تنفيذ الاختبارات ومعالجتها، وكذلك زيادة معلومات ومعارف وخبرة القادة

المساعدين فى الإشراف على سير الاختبارات، كذلك التدريب على تسجيل البيانات فى الاستمارات المعدة لذلك .

- تم تنفيذ اختبار التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة فى الفترة من ٢٥ - ٢٧ /١/١٩٩٥م فى مبنى الصالة المغطاة بstad القاهرة الدولى على المصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) مصارعة حرة . واستغل الباحث هذا التوقيت نظراً لتجمع أكبر عدد من اللاعبين فى بطولة الجمهورية للمصارعين الكبار .

المعالجات الإحصائية :

قام الباحث بإيجاد المعاملات الإحصائية الصدق ، الثبات ، معامل الالتواء ، المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، معامل الارتباط ، اختبار "ت" ، تحليل التباين .

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج :

جدول (٢) المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الارتباط للتحكم

الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار فى مجموعات

أوزانهم الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة)

معامل	إدراك القوة المبذولة		التحكم الخارجى		المتغيرات
	ع	س	ع	س	
الارتباط					مجموعة الأوزان
	١,٠٣	١,٢٣	٣,٦١	١٤,١٢	الخفيفة
	٠,٩٩	١,٥٠	٣,٠٠	١٤,٤٢	المتوسطة
	١,٧١	٢,١٧	٤,٧٨	١٨,٠٤	الثقيلة

قيمة معامل الارتباط عند ٠,٢٠٥ .

يتضح من الجدول رقم (٢) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ .

بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار فى مجموعات أوزانهم الثلاثة)

(الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة)

جدول (٣) تحليل التباين الملخص لمتغيرات التحكم الخارجى
 وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار فى مجموعات
 أوزانهم الثلاثة (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة)

م	الديان	مصدر للتباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف
١	التحكم الخارجى	مجموع المربعات بين المجموعات	٢	٦٩٥,٤٠	٣٤٨,١٠	*٦,١٥
		مجموع المربعات داخل المجموعات	٩٦	١١٤٠٥,١٥	٥٦,٧٨	
		المجموع	٩٨			
٢	إدراك القوة المبذولة	مجموع المربعات بين المجموعات	٢	٤٥٩,٨١	٢٤٢,٩٨	*٣,٨١
		مجموع المربعات داخل المجموعات	٩٦	٨٥١١,٢٤	٨٠,٦٣	
		المجموع	٩٨			

قيمة ف فى جداول سنديكور عند $\alpha = 0.05$ = ٣,١١

يتضح من جدول رقم (٣) وجود فروق داله إحصائياً عند مستوى $\alpha = 0.05$ فى متغيرات مركز التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة، وحتى يتسنى تحديد دلالة هذه الفروق لصالح أى مجموعة من الأوزان فقد استخدم الباحث طريقة أقل فرق معنوى (*L.S.D*) .

جدول (٤) تحليل التباين المفصل للتحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار بين مجموعة الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة)

م	البيان	قيمة خفيفة				قيمة متوسطة				قيمة ثقيلة			
		L.S.D		ثقلية		L.S.D		ثقلية		L.S.D		ثقلية	
		ع	س	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س		
١	التحكم الخارجى	١١.١٢	٣.٦١	١١.١٢	٣.٠٠	١.٠٢	١١.١٢	٣.٦١	١١.١٢	١.٧٨	١٨.٠٠	١.١٢	٣.٩٩
٢	إدراك القوة المبذولة	١.٣٣	١.٠٢	١.٣٣	٠.٩٩	١.٥٠	١.٣٣	٠.٩٩	١.٥٠	١.٧١	٢.١٧	١.٨٠	١.٥١

يتضح من جدول رقم (٤) عدم وجود فروق داله إحصائياً فيما بين مجموعة الأوزان الخفيفة ومجموعة الأوزان المتوسطة فى كل من : التحكم الخارجى ، إدراك القوة المبذولة وفيما يتعلق بفروق مجموعتى الأوزان الخفيفة والثقيلة فقد أظهرت النتائج وجود فروق داله إحصائياً لصالح مجموعة الأوزان الخفيفة فى كل من : التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة وبالنسبة لفروق مجموعتى الأوزان المتوسطة والثقيلة فقد أظهرت النتائج وجود فروق داله إحصائياً لصالح مجموعة الأوزان المتوسطة فى كل من : متغير التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة .

ثانياً : مناقشة النتائج :

أشارت نتائج الجدول رقم (٢) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار وفى مجموعة أوزانهم (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة)، وتعنى هذه العلاقة إلى أنه كلما زادت درجات اللاعبين فى التحكم الخارجى (تحكم داخلى منخفض) زادت نسبة الخطأ فى إدراك القوة المبذولة . ويعزى الباحث ذلك إلى أنه كلما زادت درجات اللاعبين فى التحكم الداخلى كلما قل مقدار الخطأ فى إدراك القوة المبذولة وقلت درجاتهم فى اتجاه التحكم الخارجى وذلك لما للتحكم الداخلى من مثابرة وقدرة على التركيز والاعتماد على النفس من أهمية كبيرة فى بذل الجهد وإخراج القوة المناسبة لتحقيق الفوز .

يتفق ذلك مع فاروق عبد الفتاح ١٩٨١م إلى أن الأفراد ذوى التحكم الداخلى يبذلون الجهد فى مواقف التحصيل حيث يعتقدون أن تحقيق النجاح يعتمد على جهودهم. وبينما لا تبذل

مجموعة التحكم الخارجى جهداً مماثلاً لأن أفرادها لا يتوقعون أن جهودهم سوف يكون لها أثر يذكر على النتائج . (٦ : ٦)

كما ان إدراك اللاعبين للقوى المبدولة له أهمية كبيرة فى رفع مستوى أدائهم لما تحتاج إليه هذه الرياضة من قدرة عالية من الثقة بالنفس والتصميم وقوة الإرادة ولياقة بدنية عالية تتناسب وطبيعة الأداء .

ويتفق ذلك مع فاطمة حلمى ١٩٨٤م على أن التحكم الداخلى هو اعتقاد الفرد بأن عمله الخاص سوف يحدث له التدعيمات القيمة وأن هذه التدعيمات ترجع إلى الكفاءة والمجهود والقدرة الشخصية . (٥ : ٢٠)

كما تتفق هذه النتائج مع هيج ميمبى *Huch Mamby* ١٩٥٣م على أن الإشارات الحس - حركية فى غاية من الأهمية وبخاصة عندما يجابه المصارع قوة أو عندما يبذل قوة. فوضع الجسم يتأثر بتلك القوة ويمكن ان يجد نفسه فى موقف ضعف فى حالة إهماله لتلك الإشارات الحس - حركية وسوف يستشعر منافسة هذا التغير الطارئ على وضع جسمه فيقوم بالمناورة لكى يحسن وضع جسمه هو . (١٦ : ٣٣١)

ولتأكيد ذلك قام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبدولة لدى المصارعين الكبار وجاء معامل الارتباط سالباً بمقدار - ٠,٥٣٩ لمجموعة الأوزان الخفيفة ومقدار - ٠,٥٣٠ لمجموعة الأوزان المتوسطة ومقدار - ٠,٥٦٢ لمجموعة الأوزان الثقيلة أى أنه كلما قلت نسبة الخطأ فى إدراك القوة المبدولة زادت درجات اللاعب فى التحكم الداخلى وقلت فى التحكم الخارجى وبالرغم من انخفاض قيمة معامل الارتباط إلا أنه دال إحصائياً. وبهذا يتحقق الفرض الأول بأن هناك علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائياً بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبدولة للمصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .

كما أشارت نتائج الجدول رقم (٤) إلى عدم وجود فروق داله إحصائياً بين مجموعة الأوزان الخفيفة ومجموعة الأوزان المتوسطة فى متغير التحكم الخارجى، وإدراك القوة المبدولة . ويعزى الباحث ذلك إلى أن مجموعة الأوزان الخفيفة والمتوسطة من النمط النحيل أو العضلى وأن هذه الأنماط تتميز بلياقة بدنية عالية وسرعة فى الأداء الحركى وقدرة عالية على التركيز والثقة بالنفس أثناء أداء المباريات، وغالباً ما تكون قوته تابعة من داخله وليس من تأثير الآخرين عليه أو إسناد ذلك للحظ أو للصدفة أو قوة الآخرين، كما ان هذه الأوزان تحتاج إلى إدراك فائق للقوة المبدولة نظراً لقلّة نسبة الدهون فيها والتي قد تؤدى إلى تقليل القدرة على الانقباض العضلى .

حيث يذكر محمد رضا الروبي ١٩٨٦ م نقلاً عن جنسن وفيشر *Jensen & Fisher* أن نسبة الدهون في الجسم تقلل من القدرة على الانقباض العضلي وبالتالي تؤثر على فعالية الأداء البدني . (١٠ : ٢٢) كما أشار محمد حسن علاوى ١٩٧٩م أن النمط النحيل والعضلى والذى تمتاز به الأوزان الخفيفة والمتوسطة يتميزون بسرعة الأداء ودقة الحركات مع سرعة التكيف لظروف اللعب المختلفة، أما النمط المكتنز فإن من خصائصه البطء الحركى .
(٩ : ٣٢٧ ، ٣٢٨)

أما بالنسبة لنتائج مجموعة الأوزان الخفيفة ومجموعة الأوزان المتوسطة فإنها تفوقت على مجموعة الأوزان الثقيلة فى متغيرات التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة . ويعزى الباحث هذا إلى أن مجموعة الأوزان الثقيلة من الأحمال التى تتزايد فيها نسبة الدهون . حيث أشار مسعود على محمود ١٩٨٢م نقلاً عن منطوى *Montoye* " إن الأداء الذى يتطلب تحريك وزن الجسم بسرعة يرتبط سلبياً مع وزن الجسم " كما أشار مورهاوس وميلر *Morehouse & Miller* " إن زيادة دهون الجسم تقلل التحمل وتعوق الأداء " .
(١٢ : ١٥١ - ١٥٣)

كما يرجع الباحث هذا التفوق إلى ضعف التدريب الخاص بالأوزان الثقيلة نظراً لأن مجموعة الأوزان الثقيلة يتم تدريبها مع الأوزان الخفيفة والمتوسطة مما أدى ذلك إلى قلة التركيز والثقة بالنفس وأن النتائج الذى يحصل عليها مصارع الأوزان الثقيلة غالباً ما يعزىها إلى الحظ أو الصدفة أو قوة أو ضعف المصارعين الآخرين . وبهذا يتحقق الفرض الثانى بأنه توجد فروق داله إحصائياً بين فئات الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) فى التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً : الاستخلاصات :

- فى ضوء أهداف البحث وفى حدود العينة وخصائصها يمكن استخلاص ما يلى :
- ١- توجد علاقة سالبة داله إحصائياً بين التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار (فوق ١٩ سنة) .
 - ٢- لا توجد فروق داله إحصائياً بين مجموعة الأوزان الخفيفة ومجموعة الأوزان المتوسطة فى متغير التحكم الخارجى، وإدراك القوة المبذولة .
 - ٣- تفوقت مجموعة الأوزان الخفيفة ومجموعة الأوزان المتوسطة على مجموعة الأوزان الثقيلة فى متغيرات التحكم الخارجى وإدراك القوة المبذولة .

ثانياً: التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه النتائج والاستخلاصات يمكن التوصل إلى التوصيات التالية :
- ١- يجب على المدربين غرس السمات اللاإرادية في نفوس اللاعبين والتي تنزع بهم إلى التحكم الداخلي (المثابرة - قوة الإرادة - تحمل المسئولية - الإصرار - الثقة بالنفس - العزيمة) .
 - ٢- يجب إجراء العديد من الدراسات في مجال مركز التحكم على المصارعين بمستوياتهم المختلفة للتعرف على الفروق في المستويات سواء كان على مستوى المصارعين الكبار أو الناشئين .

﴿ المراجع ﴾

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أحمد زكى حسين : تأثير بعض التمرينات لتنمية الإدراك الحس - حركى على مستوى أداء الجمباز، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بالقاهرة، ١٩٨٦ م .
- ٢- حامد أحمد ، على جلال الدين ، صلاح الدين محمد : تأثير تطبيق برنامج تدريبي مقترح على مستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز الحس - حركى لدى ناشئى الجمباز، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، ١٩٨٦ م .
- ٣- سالم حسن سالم : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقى لدى متسابقى الميدان والمضمار، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٨٥ م .
- ٤- طلعت منصور : دراسات فى الشخصية (الشخصية السوية) مجلة عالم الفكر، المجلد الثامن من يوليو حتى سبتمبر ١٩٨٢ م .
- ٥- فاطمة حلمى حسن : دراسة مركز التحكم وعلاقته بالتفكير الابتكارى لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بالزقازيق، جامعة الزقازيق، ١٩٨٤ م .
- ٦- فاروق عبد الفتاح : كراسة تعليمات اختبار مركز التحكم للأطفال، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٨١ م .
- ٧- على السعيد ربحان : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية الإدراك الحس - حركى على فعالية الأداء المهارى للمبتدئين من ١٠ - ١٢ سنة فى رياضة المصارعة بمحافظة الدقهلية، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية بالزقازيق، جامعة الزقازيق، ١٩٩٣ م .
- ٨- كمال أحمد منير ، سليمان على ابراهيم : القواعد الدولية للمصارعة، ١٩٨٦ .
- ٩- محمد حسن علاوى ، محمد نصرالدين رضوان : القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٧٩ م .
- ١٠- محمد رضا الروبى : أثر تطوير التحمل الخاص على فعالية أداء بعض حركات مجموعة الرمية الخلفية للمصارعين، بحث دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية، جامعة حلوان، عام ١٩٨٦ م .
- ١١- محمد محمد الشحات : العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبى الهوكى، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بالزقازيق، جامعة

الزقازيق، ١٩٩٢ م .

١٢- مسعد على محمود : تأثير طرق مختلفة لإنقاص الوزن على التحمل الدورى والعضلى للمصارعين، بحث دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية، جامعة حلوان .
عام ١٩٨٢ م .

ثانياً المراجع الأجنبية :

- 13- Anderson ,carl R. "Locusob Control, Copung, behaviors and perbormnace in astress setting alongil udnal study, journal of applied psychology vol. 62, No.4, 1977 .
- 14-Ewees & Hager,s : Comparison study between developed and under developed Track and Field countries on locus of control international congerss sport for all in the developingcountris faculty of Physical education Hellwan Universty, Cairo, 1985.
- 15- Hountras. P. and scarb, M.C. : " Mainbest anxiety and locus of control achieving college anales " . Journal of psychology, vol. 74, 1970 .
- 16- Huch MuMby : Kinesthetic acuity and balance related to wrestling ability , R.Q. vol. 24, No. 3, PP. 327 - 1953 .
- 17- Linda Davidoff : Information to psychology Mc Grow Hill, 1981 .
- 18- Phores : Expectancy change in skill and chance : situations, journal abnormal and social psychology, 1957 .
- 19- Rotter, J.B. : Generalized expectancies Bor internal versus external control of Reinforcement psychological Monograplis, 1966 .