الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تخصص تحضير نفسي بعنوان:

أثر لعب و ممارسة الشطرنج في تنمية التفكير الخططي و بعض القدرات العقلية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين (أقل من 15 سنة).

دراسة تجريبية أجريت على بعض أندية القسم الولائي للرابطة الولائية لكرة القدم بسعيدة

إعداد الطالب:

- قندوز قدور.

إشراف الأستاذ:

– د. سنوسي عبد الكريم.

– أ– مزوز الغوثي.

السنة الجامعية : 2017 – 2018

تشكرات

الحمد لله الذي وفقنا لهذا و لم نكن لنصل إليه لولا فضل الله علينا.

أولا أتقدم بخالص الشكر للأستاذين الفاضلان "**سنوسي عبد الكريم**" و"**مزوز الغوثي**" على إشرافهما ومتابعتهما لهذه المذكرة، وعلى توجيهاتهما القيمة ونصائحهما الهادفة.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذة أعضاء لجنة المناقشة، التي سنلتزم بكل توجيهاتها وانتقاداتها العلمية والموضوعية.

أتقدم بعظيم الامتنان لكل أعضاء هيئة التدريس في قسم التدريب الرياضي لمعهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم الذين أناروا لنا الطريق خلال مشوارنا الدراسي.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى الفريق المساعد وكذلك رئيس النادي الهاوي وئام الحساسنة و مدربيها.

و لكل من كان لنا سندا وساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل خاصة السيد "**سعيدي قويدر**"مدير متوسطة ساجي أحمد و السيد مستشار التربية "**عثماني الشيخ**" وكل عمالها .

لكم منا جميعا فائق الاحترام والتقدير.

إهـــــداء

كثيرة هي لحظات الفرح التي نمر بها ولكل منها طعمها الخاص ولونها المميز ولعل فرحة النجاح والتخرج تعد من أجمل وأحلى لحظات الفرح التي ننتظرها ونسعى إليها.

إلى من قال فيهما الله عزوجل:"وبالوالدين إحسانا" إلى من أدبتني فأحسنت تأديبي وشجعتني على مشواري الدراسي إلى من منحتني الحب والحنان ورمز العطف والأمان "أمي الغالية " حفظها الله.

إلى روح أبي الطاهرة ،

إلى التي كانت لي عوناً وسنداً في مشواري الدراسي و المهني، إلى التي لم تتأخر يوما في مساندتي وإعانتي فكانت نعم السند وصاحبة العهد والوفاء الدائم والإخلاص الكامل زوجتي الغالية. والى ابنتي الحبيبة خيرة قطر الندى.

وإلى أخواتي و إخوتي.

كما وجدت نفسي أمام مجموعة من الإهداءات فأرجو من المولى عز وجل التوفيق لي ولكم

وإلى من حمل معي على عاتقه هذه المسيرة .

إلى من أرى التفاؤل في عيونهم,والسعادة في ضحكتهم، إلى شعلة الذكاء والنور إلى الوجوه المفعمة بالبراءة ، إلى براعم النادي الرياضي العاوي الوئام –الحساسنة- وإطاراتها المشرفة عليها.

قائمة المحتويات:

شكر و عرفان	ا
الإهداء	ب
المحتوى	ت
قائمة تسلسل الجداول	ث
قائمة تسلسل الأشكال	ج

التعريف بالبحث

1- مقدمة	2
2- مشكلة الدراسة.	3
3- التساؤل العام.	4
4- أهداف البحث.	5
5- الفرضية الرئيسية.	5
6- الفرضيات الفرعية.	5
7- أهمية البحث.	6
8- مصطلحات البحث.	7
9- الدراسات السابقة.	8
10- التعليق عن الدراسات السابقة.	12
11- نقد الدراسات السابقة.	13
الباب الأول: الدراسة النظرية	
مدخل الباب.	15
الفصل الأول: لعبة الشطرنج و القدرات العقلية	
تمهيد	17
1-1- تعريف لعبة الشطرنج.	18

1-1- 2 أصل لعبة الشطرنج.	18
1-1- 3 تاريخ لعبة الشطرنج.	19
1-1- 4 هدف لعبة الشطرنج.	20
1-1- 5 مكونات لعبة الشطرنج.	20
1-1- 6 حركة القطع في لعبة الشطرنج	21
1-1- 7 وقت نهاية لعبة الشطرنج.	22
1-1- 8 فوائد لعبة الشطرنج.	23
1-1- 9 شروط لعبة الشطرنج.	24
1-2 القدرات العقلية.	26
1-2-1 التصور العقلي.	26
1-2-1-2 أنواع التصور العقلي.	27
1-2-1-2-1 التصور العقلي الخارجي.	27
1-2-1-2-2 التصور العقلي الداخلي.	27
1-2-1-3 استخدامات التصور العقلي.	28
1-2-1-4 متى يمكن استخدام التصور العقلي.	30
1-2-1- 5 أهمية التصور العقلي.	30
1- 2-1- 6 دور المدرب في عملية لتصور العقلي.	30
1-2-2 الانتباه.	31
1-2-2-1 حدة الانتباه.	32

1-2-2-2 تركيز الانتباه.	32
1-2-2- 3 توزيع الانتباه.	32
1-3 علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية.	32
الخاتمة.	35
الفصل الثاني: التفكير الخططي و التدريب العقلي للناشئ كرة القدم	
تمهيد.	37
2-1 الإعداد الخططي.	38
2-2 أهداف الإعداد الخططي.	38
2-3 أنواع خطط اللعب.	39
2-3-1 الخطط الهجومية.	39
2-3-2 الخطط الدفاعية.	39
2-3-3 خطط تسجيل الأرقام.	40
2-4 فعاليات تحقيق الإعداد الخططي.	40
2-5 أقسام الإعداد الخططي.	41
2-5-1 الإعداد الخططي العام.	41
2-5-2 الإعداد الخططي الخاص.	41
2-6 مراحل الإعداد الخططي.	41
2-6-1 اكتساب المعارف و المعلومات الخططية.	42
2-6-2 اكتساب وإتقان الأداء الخططي.	42
2-6-3 تنمية و تطوير القدرات الخلاقة.	43
2- 7 التفكير الخططي.	43

2-8 اللاعب و المهارات العقلية.	45
2- 9 أهم المهارات العقلية الأساسية.	45
2- 10 خطوات تعلم المهارات العقلية.	46
2- 11 استراتجيات اكتساب المهارات العقلية.	47
2-12 مبادئ و مراحل تطوير المهارات العقلية.	48
2-12-1 مبادئ تطوير المهارات العقلية.	48
2-12-1-1 المبدأ الأول: الفروق الفردية.	48
2-12-1-2 المبدأ الثاني: التوجيه الذاتي.	48
2-12-1-3 المبدأ الثالث: حالة الأداء المثالية.	49
2-12-2 مراحل تطوير المهارات العقلية.	49
2-12-2-1 المرحلة الأولى.	49
2-12-2-2 المرحلة الثانية.	49
2-12-2-3 المرحلة الثالثة.	49
2-12-2-4 المرحلة الرابعة.	50
2-12-2-5 المرحلة الخامسة.	50
2-13 العلاقة بين مراحل و مبادئ تطوير المهارات العقلية.	50
- خاتمة الفصل.	52
- خاتمة الباب الأول.	53
الباب الثاني: الدراسة الميدانية	
مدخل الباب	55
الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية	

- تمهيد.	57
1-1 منهج البحث.	58
1-2 مجتمع البحث.	58
1-3 عينة البحث.	58
1-4 مجالات البحث.	60
1-4-1 المجال البشري.	60
1-4-2 المجال المكاني.	60
1-4-3 المجال الزمني.	60
1-5 التصميم التجريبي.	60
1-6 الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث.	61
1-7 أدوات البحث.	62
1-7-1 المصادر المراجع العربية و الأجنبية.	62
1-7-2 المقابلات الشخصية.	63
1-7-3 الاختبارات.	63
1-7-4 برنامج الحاسوب التفاعلي.	63
1-7-5 الحاسوب و أداة عرض.	64
1-7-6 طاولات الشطرنج.	64

1-7-7 قسم دراسي مجهز بسبورة.	64
1-7-8 فريق العمل المساعد.	64
1-7-9 الوسائل الإحصائية.	64
1-8 الدراسات الاستطلاعية.	65
1-8-1 الدراسة الاستطلاعية الأولى.	65
1-9 شرح الاختبارات.	66
1-9-1 اختبار لقياس التفكير الخططي.	66
1-9-1-1الغرض من الاختبار.	66
1-9-1-2 الأدوات المستخدمة.	66
1-9-1-3 الإجراءات و التعليمات.	66
1-9-1-4 طريقة التصحيح.	68
1-9-2 اختبارVanderberg et Kuse.	69
1-9-2-1 الغرض من الاختبار.	69
1-9-2-2 الأدوات المستخدمة.	69
1-9-2-3 الإجراءات و التعليمات.	69
1-9-2-4 طريقة التصحيح.	70
1-9-3 اختبار Harris لتركيز الانتباه.	70
1-9-3-1 الغرض من الاختبار.	70

1-9-3-2 الأدوات المستخدمة.	70
1-9-3-3 الإجراءات و التعليمات.	70
1-9-3-4 طريقة التصحيح.	71
1-10 دراسة استطلاعية ثانية.	72
1-10-1 المرحلة الأولى.	72
1-10-2 المرحلة الثانية.	72
1-11 التحقق من الأسس العلمية للاختبارات.	73
1-11-1 صدق الاختبارات.	74
1-11-2 معامل ثبات الاختبارات.	75
1-11-3 موضوعية الاختبارات.	75
1-12 التجربة الرئيسية.	76
1-12-1 ملخص التجربة.	76
1-12-2 التجربة من حيث الطريقة و الشكل.	77
1-12-3 التجربة من حيث المحتوى.	77
1-13 صعوبات الدراسة.	78
الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج	
- تمهيد	80
2-1 عرض نتائج الدراسة و تحليلها.	81

2-1-1 التكافؤ بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في كل المتغيرات المدروسة قبل بداية التجربة الرئيسية.	81
2-1-2 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى، الثانية و الثالثة.	82
2-1-3 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.	86
2-2 الاستنتاجات.	91
2-3 مقابلة النتائج بالفرضيات الأولى، الثانية و الثالثة.	92
2-4 مقابلة النتائج بالفرضية الرابعة.	92
2-5 التوصيات.	93
2-6 الخلاصة العامة.	94
- الملخصات	95
- قائمة المراجع باللغة العربية.	
- قائمة المراجع باللغة الأجنبية.	
- الملاحق.	

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	– الاستخدامات المختلفة للتصور العقلي في الرياضة بأمثلة تطبيقية.	29
02	– توزيع أفراد العينة الدراسية تبعا إلى متغيرات، (العمر، العمر التدريسي، التحصيل الدراسي).	59
03	– المعالم الإحصائية بين عناصر التجانس(العمر، العمر التدريبي، المستوى الدراسي) لمجموعتي البحث.	59
04	– الاختبارات المستعملة في الدراسة.	65
05	– يلخص معاملات الأسس العلمية للاختبار.	73
06	– نتائج الاختبارات للتكافؤ بين لاعبي المجموعتين الضابطة و التجريبية(ن=38).	82
07	– نتائج اختبارات لدلالة الفروق بين القياسين القبلي و البعدي و كذلك النسبة المئوية لتغيير المستوى في متوسطات مستوى التفكير الخططي و التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه للعينة التجريبية (ن=18).	83
08	– الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية.	87
09	– النسبة المئوية لتحسين المستوى بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لعينتي الدراسة.	89

فهرس الصور و الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	– التصميم التجريبي المستخدم في الدراسة.	61
02	– مثال عن الوضعيات الخططية في اختبار الجمعية الأمريكية لمدربي كرة القدم.	67
03	– جزء من استمارة الإجابة التي يسجل عليها اللاعب إجابته.	68
04	– مثال على الأشكال الهندسية الموجودة في اختبار Vanderberg et Huse 1978.	69
05	– شبكة هاريس لتركيز الانتباه على اليسار قبل بداية الاختبار و على اليمين بعد بداية الاختبار بلحظات.	71
06	– الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار التفكير الخططي.	84
07	– الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار التصور العقلي.	84
08	– الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار تركيز الانتباه.	85
09	– نسبة التحسن لدى أفراد العينة التجريبية بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي.	85
10	– النسبة المئوية للتحسن في المستوى بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لعينتي الدراسة.	90

التعريف بالبحث:

1. مقدمة

2. الإشكالية

3. التساؤلات الفرعية

4. أهداف البحث

5. الفرض العام

6. الفرضيات الفرعية

7. أهمية البحث

8. التعريف بمصطلحات البحث

9. الدارسات السابقة والمشابهة

10. التعليق على الدراسات المشابهة

11. نقد الدراسات المشابهة

1-مقدمة:

إن الدور الذي يمكن أن تلعبه لعبة كرة القدم في خضم كل تحديات عصر التكنولوجيا وسلبياته كوسيلة تربوية لا يمكن الاستهانة به، حيث أن ممارسيها في النوادي سيحضون بفرصة ثانية بعد المدرسة ، لتطوير أنفسهم و تلقي المزيد من الخبرات و مهارات المفيدة والمتنوعة، فالبيئة التعليمية التي توفرها الحصص التدريبية و مباريات كرة القدم ستساعد بلا شك اللاعب ليتحمل مسؤوليته نحو نفسه وجسمه وحياته الشخصية والاجتماعية. ويرى الكثير من العلماء و المتخصصون في مجال تكوين و تدريب الناشئين في الآونة الأخيرة، أن تركيز المدربين و المربين أثناء التدريبات و المباريات يجب أن يكون على تنمية ملكة التفكير لدى اللاعبين و منذ سن مبكرة و يجب العمل كذلك على استغلال وتقوية كل الصفات العقلية لديهم .حيث لم تعد عملية تدريب الناشئين تقتصر على مجرد تدريب بدني شاق و ممل ليس للاعب فيه دور سوى تنفيذ أوامر مدربه ،إن اللاعب الناشئ في حاجة ماسة إلى التعود على التركيز و استعمال قدراته العقلية لمواجهة التحديات و الضغوط التي تفرضها المنافسة في مباريات كرة القدم. حيث سيقوم باتخاذ القرارات بشكل ذاتي ومستقل ويتعود على تحمل مسؤولية النتائج المترتبة على هذه القرارات .

ويعتقد الطالب الباحث أن تعليم رياضة الشطرنج ضمن العملية التدريبية للاعبين الناشئين قد يقدم مساهمة واضحة و متميزة في تنمية و تطوير القدرات الذهنية للاعبين ، حيث تعتبر فكرة إدراج لعبة الشطرنج كمادة تعليمية في المدارس فكرة رائجة في العديد من الدول

المتقدمة ،حيث يشير إسحاق ليندر في هذا الصدد أن ما يروم عن 30 دولة قد أدخلت بالفعل تعليم لعبة الشطرنج داخل مناهجها، حيث أثبتت العديد من الدراسات جدوى هذه العملية و من بين ابرز هذه الدراسات نجد دراسة فارغيسون Ferguson حيث قام هذا الباحث بدراسة امتدت لأربع سنوات على تلاميذ الصف الثامن و التاسع في الولايات المتحدة الأمريكية ،بهدف معرفة مدى مساهمة لعبة الشطرنج في تنمية التفكير الناقد و التفكير الإبداعي (Critical and Creative thinking) خلصت هذه الدراسة إلى أن تعلم وممارسة الشطرنج قد ساهم في تنمية التفكير الناقد و التفكير الإبداعي بنسبة 17 بالمائة لدى التلاميذ الذين مارسوا لعبة الشطرنج خلال هذه الدراسة (Ferguson, Teaching the Fourth R (Reasoning) through Chess 1983, 3) .

2-مشكلة الدراسة :

إن الكثير من خبراء كرة القدم يجادلون و بحجج قوية أن مستوى الأداء المثالي الذي يمكن أن يصل إليه أي لاعب كرة القدم و خاصة الناشئ أساسه العقل وليس الجسم. ورغم أهمية جوانب التحضير الأخرى التي تعنى بالقدرات الفسيولوجية و الحركية للاعب الناشئ إلا أن التحضير العقلي يبقى المفتاح الوحيد للوصول إلى المستويات العالية من الأداء في هذه اللعبة المعقدة و التي تتطلب مزيج متناغم من الموهبة و الجاهزية في التدريب. (أ. راتب 2004، 94). وبعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة و حسب ما استطاع الطالب الوصول إليه . و لقد ظهرت الكثير من دراسات في الأعوام الأخيرة تؤكد على

الفوائد الأكاديمية و الفكرية الجمة التي يحققها تعلم لعبة الشطرنج و ممارستها في الوسط المدرسي(MARGULES 1992) ،غير أننا لم نجد إي استعمال للعبة الشطرنج في المجال التدريب الرياضي عموما و تدريب ناشئي كرة القدم خصوصا و بحكم أن الطالب الباحث يمارس مهنة التدريب الميداني في قطاع الناشئين لما يزيد عن عشر سنوات لاحظ وجود قصور واضح في الاهتمام بالجانب الذهني وكذلك التفكير الخططي في إعداد الناشئين خاصة في المراحل السنية المبكرة . و جاءت هذه الدراسة كمحاولة لاقتحام هذا البعد المعقد من التحضير في كرة القدم و هي تطرح التساؤل التالي :

3-**التساؤل العام** : هل يؤثر تعلم و لعب الشطرنج في تنمية مستوى التفكير الخططي و صفتي التصور الذهني و تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم الناشئين (أقل من 15سنة)؟

و يتفرع من هذا السؤال التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التفكير الخططي لصالح البعدي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التصور العقلي لصالح البعدي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار تركيز الانتباه لصالح الاختبار البعدي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات العينة التجريبية و العينة الضابطة لصاح العينة التجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة؟

4-أهداف البحث:

- اكتشاف مستوى التفكير الخططي و كذلك مستوى بعض الصفات العقلية (التصور الذهني و تركيز الانتباه)، لدى لاعبي كرة القدم الناشئين لفئة أفل من 15 سنة.
- التحقق من إمكانية مساهمة تعلم و لعب الشطرنج في تنمية التفكير الخططي وصفتي التصور الذهني و تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم الناشئين (أقل من 15سنة).
- اقتراح تعليم الشطرنج كوسيلة قد تكون ذات فعالية في عملية الإعداد الذهني

عن طريق طرح مقاربة ميدانية لعملية الإعداد الذهني لدى الناشئين .

5-الفرضية الرئيسية:

يؤثر تعلم لشطرنج في تنمية التفكير الخططي و صفتي التصور الذهني و تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم الناشئين (أقل من 15سنة)؟

6-الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التفكير الخططي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التصور العقلي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات العينة التجريبية و العينة الضابطة لصاح العينة التجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة.

7-أهمية البحث:

تتجلى أهمية هذا البحث من الجانب العملي في كونه يقدم مقاربة ميدانية في يد المدربين لاستخدمها في محاولتهم لتطوير الجوانب المتعلقة بالقدرات الخططية و العقلية للاعبيهم. كما يمكن كذلك الإفادة منه في ملتقيات تكوين المربيين والمدربين الرياضيون لتزويدهم بوسيلة جاهزة للإعداد الخططي و الذهني. بالإضافة إلى أن إجراء مثل هذه الدراسة يشجع الباحثين على اقتحام هذا البعد المعقد الذي يعتبر كمتطلب من أهم متطلبات المستوى العالي في اللعبة ألا وهو الإعداد العقلي و الذي لا يزال يحظى بقليل من الاهتمام من طرف الباحثين الأكاديميين في بلادنا، و يمكن اعتباره كمساهمة في إثراء وتثمين المكتبة الجامعية.

8-**مصطلحات البحث:**

لعبة الشطرنج : هي من أشهر الألعاب في العالم، وتعتبر لعبة ذهنية، حيث تلعب على لوحة مقسمة إلى 64 مربعا، بواقع 8 مربعات موجودة طوليا و8 مربعات موجودة عرضيا، وتكون المربعات بلونين مختلفين، عادة الأسود والأبيض أو البني والأبيض. تحتاج اللعبة إلى لاعبين يمتلك كل منهما 16 حجرا وتحتاج إلى قدرة عقلية كبيرة وتركيز شديد، حيث إن اللاعب يحتاج إلى أن يضع الاستراتيجيات والخطط التي تساعده على حماية أحجاره وعلى الفوز في هذه اللعبة، حيث إن الفوز في هذه اللعبة يعتمد على الوصول إلى حجر الملك، بحيث لا يستطيع الهروب ثانية.(Soltis 1983)

لعبة الشطرنج (التعريف الإجرائي):

هي لعبة ذهنية تعتمد على قدر كبير من الذكاء بالإضافة إلى تركيز الشديد من أجل اتخاذ قرارات صائبة لتحقيق الفوز

التفكير الخططي (التعريف الاصطلاحي):هو نوع من التفكير الذي يقوم به الفرد الرياضي خلال مرحلة التعلم الخططي و في أثناء المنافسات الرياضية، و الذي تتأسس في ضوئه الاستجابة المتعددة للرياضي (عنان 1998، 99).

التفكير الخططي (التعربف الإجرائي): هو حسن اختيار اللاعب للاختيار المناسب من بين مجموعة من الاختيارات المتاحة في اختبار التفكير الخططي التي تعبر عن القدرة الذهنية للاعب على اتخاذ القرار المناسب و الذي يعود بنتائج إيجابية على الفريق.

التصور العقلي: هو وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الإعداد العقلي للأداء ،ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ،بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن للمخ إرسال إشارات واضحة للأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه . (أ. راتب 2004، 131).

التصور العقلي (التعريف الإجرائي): هو عملية تخيل وتكوين صور في عقل اللاعب بغرض الاعداد العقلي وتحديد ما هو مطلوب من أجل تنفيذ أفضل أداء

تركيز الانتباه: إن اصطلاح تركيز الانتباه يشير إلى تراكم الطاقة العقلية و توجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إلى إحدى محتويات الذاكرة الحركية أو إلى موضوع معين بحيث تصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبها. (رزوقي 1977، 74).

تركيز الانتباه (التعريف الاجرائي): هو عملية عقلية موجهة نحو عدة أشياء أو أنشطة في وقت واحد

ناشئ كرة القدم فئة أقل 16 سنة: هو اللاعب الذي يمارس كرة القدم بشكل منتظم ومنخرط في نادي رياضي الذي ينتمي إلى الهيئة الرسمية التي تنظم المنافسات و هي الاتحادية الجزائرية لكرة القدم.

9-الدراسات السابقة :

1-دراسة يوهان كريستيان (Johan Christiaen 1976)

أجريت هذه الدراسة في بلجيكا ،بهدف معرفة اثر لعب الشطرنج في تنمية القدرات المعرفية لتلاميذ المدارس للصف الخامس حيث كان متوسط أعمارهم 10.5 سنوات ، أُجري البحث خلال السنوات الدراسية 1974-76 في مدرسة Assenede Municipal School في جنت ، بلجيكا.

تألفت عينة الدراسة من 40 تلميذا، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين، تجريبية وضابطة، من 20 تلميذ لكل مجموعة. أعطي جميع التلاميذ مجموعة من الاختبارات المعرفية منها اختبارات بياجيه للتطور المعرفي،كانت تدار الاختبارات لجميع الطلاب في نهاية الصف الخامس ومرة أخرى في نهاية الصف السادس. تلقت المجموعة التجريبية 42 حصة شطرنج لمدة ساعة واحدة باستخدام كتاب دراسي مخصص لتعليم الشطرنج للأطفال و المبتدئين. وخلص التحليل الإحصائي لنتائج التحقيق باستخدام ANOVA. إلى وجود اختلافات كبيرة بين المجموعتين لصالح المجوعة التجريبية في النتائج الأكاديمية في نهاية الصف الخامس كانت كبيرة عند مستوى دلالة 0.01. و كانت النتائج في نهاية الصف السادس كبيرة في مستوى دلالة 0.05. و أوصى الباحث باستعمال الشطرنج كوسيلة تحفيز و وتدريب للتلاميذ على التفكير في المراحل الدراسية المبكرة .

2-دراسة روبرت فرغيسون (Ferguson Robert 1987-1988)

خلال العام الدراسي 1987 – 1988 قام الباحث فرغيسون بهذه الدراسة بهدف معرفة أثر تعلم ولعب الشطرنج في تطوير التفكير والذاكرة ،حيث كان مطلوبًا من جميع الطلاب في الفصل الدراسي المستقل في الصف السادس في مدرسة M.J. Ryan المشاركة في دروس الشطرنج. لم يسبق لأي من التلاميذ أن لعب الشطرنج. كانت هذه التجربة أكثر كثافة من دراسات فيرغسون الأخرى لأن الطلاب لعبوا الشطرنج يوميا على مدار المشروع. استمر

البرنامج من 21 سبتمبر 1987 حتى 31 مايو 1988. كانت المتغيرات التابعة هي مدى التطور في نتائج اختبار للمهارات المعرفية Test of Cognitive Skills (TCS) عند مستوى دلالة(P <0.001) وكذلك اختبار الاستدلال اللفظي عند مستوى دلالة (p <0.002) من بطارية اختبارات الإنجاز في كاليفورنيا. تم قياس و التحليل الإحصائي للفروق بين النتائج القبلية و البعدية باستخدام اختبار ت – ستيوذنت . تم مقارنة المكاسب في الاختبارات مع المعايير الوطنية وكذلك داخل مجموعة العلاج. فوجد فروق ذات دلالة لصالح المجموعة التجريبية،و أوصى الباحث بضرورة استغلال اللعبة في المجال التعليم خاصة في المرحلة الابتدائية .

3- دراسة ميشال نوار2002 Michel Noir

كان عنوان هذه الدراسة هو : تطوير القدرات المعرفية و العقلية للطفل من خلال ممارسة الشطرنج ، حيث قام هذا الباحث بمجموعة من الدراسات التجريبية داخل رسالته لدكتوراه ، أجريت خصوصا على تلاميذ المرحلة المتوسطة من التعليم في بعض المدارس الفرنسية ، حيث كان متوسط نسبة التطور لدى التلاميذ الذين مارسوا الشطرنج في تركيز الانتباه 50% و الذاكرة 22%، و التفكير المنطقي 32% ،مقارنة مع التلاميذ الذين لم يمارسوا الشطرنج.

حيث أسفرت التجارب التي أجريت عن نتائج مقنعة تدل بشكل كبير على فوائد لعب الشطرنج للنجاح الأكاديمي من خلال الدراسة و التحليل على مدار أربع سنوات من البحث في علم النفس المعرفي وعلم التربية .(Nior 2002) .

4- علاء عبد الرحمن محمد الوتد 2011

مستوى التفكير الخططي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم بالضفة الغربية .هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التفكير الخططي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم بالضفة الغربية ،إضافة إلى التعرف على مستوى اختلاف التفكير التكتيكي بين المواقف الهجومية و الدفاعية .وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها 48 لاعبا تم اختيارهم من أربع أندية في دوري المحترفين لكرة القدم بالضفة الغربية، ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي من خلال استخدام أداة لقياس مستوى التفكير الخططي و تكونت من 10 مواقف هجومية و10 مواقف دفاعية ن وتم التحقق من المعاملات العلمية لهذه الأداة. و أظهرت نتائج الدراسة أن المستوى التفكير الخططي لدى لاعبي الأندية المحترفة لكرة القدم بالضفة الغربية جاء بدرجة متوسطة، كما أشارت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.5 في المستوى التفكير الخططي لدى لاعبي الأندية المحترفة في الضفة الغربية لكرة القدم بين المواقف الهجومية و الدفاعية . وفي ضوء نتائج الدراسة واستنتاجاتها أوصى الباحث بجملة من التوصيات أبرزها ضرورة اهتمام مدربي كرة القدم بالضفة الغربية بالإعداد الخططي و العقلي للاعبين من أجل تطوير مستوى التفكير الخططي لدى اللاعبين للوصول إلى المستويات الرياضية العليا .

5-دراسة نبيل منصوري و آخرون:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المهارات الخططية بمستوى التفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم ، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لملائمته طبيعة الدراسة على عينة من 75 لاعبا من 03 أندية لا عبي كرة القدم على مستوى أندية ولاية البويرة اختيروا بطريقة عشوائية ، وطبق عليهم مقياسي المهارات الخططية والتفكير الخططي وتوصلت النتائج إلى: توجد علاقة موجبة قوية بين المهارات الخططية ومستوى التفكير الخططي.

وفي ضوء النتيجة أوصى الباحثون بما يلي:

*التركيز أثناء التدريبات المهارية المختصة على مهارات اللعب الجماعية او المهارات الخططية وربط ذلك مع التفكير الخططي.

*ضرورة التعرف على مسببات الطموح للاعبين داخل الفرق الرياضية.

10- التعليق عن الدراسات السابقة:

اشتركت الدراسات السابقة و المشابهة لدراستنا في عدة نقاط منها :

منهج البحث حيث لا حظنا اعتماد جل البحوث على المنهج التجريبي خاصة البحوث المتعلقة بأثر تعلم الشطرنج كونه يتماشى و طبيعة هذه البحوث، أما بالنسبة لمستوى التفكير الخططي فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي كونهما ملائمان .

أما للأداة المستعملة بالنسبة للدراسات المتعلقة بالشطرنج فقد تم استعمال الاختبارات القبلية و البعيدة و الدراسات المتعلقة بالتفكير الخططي، فقد تم استخدام أداة لقياس التفكير الخططي. أما فيما يخص النتائج المتوصل إليها فاغلبها اتفقت على استعمال الشطرنج كوسيلة تحضير و تدريب على التفكير وذلك في البرامج التعليمية في المدارس.

كذلك الاهتمام بالتفكير الخططي و العقلي للاعبين من اجل تطوير مستوى الأداء الخططي للاعبين.

11- نقد الدراسات :

الفرق بين هذه الدراسة و الدراسات السابقة يتجلى في أن هذه الدراسة جمعت بين تعلم الشطرنج و تنمية مستوى التفكير الخططي و بعض القدرات العقلية، و ما هو الدور الذي يلعبه تعلم الشطرنج في تنمية مستوى التفكير الخططي و بعض القدرات العقلية. و ذلك باعتمادي على المنهج التجريبي بإجراء اختبارات قبلية و بعدية، كما طبقت هذه الدراسة على فئة من ناشئي كرة القدم.

الباب الأول:

الدراسة النظرية

مدخل الباب الاول

الفصل الاول : الشطرنج و القدرات العقلية

الفصل الثاني : الإعداد الخططي و الإعداد العقلي لدى ناشئي كرة القدم.

خاتمة الباب الأول

مدخل الباب الأول:

تعتبر الدراسة النظرية في كل البحوث بمثابة الأرضية التي يبنى عليها البحث فمنها تتضح الخطوط العريضة الواجب إتباعها في المراحل التي تأتي من بعد ، فخلال هذا الباب سوف يقوم الطالب الباحث بعرض حول لعبة الشطرنج و القدرات العقلية و ذلك بتقديم تعريف عام حول لعبة الشطرنج شروطها و قواعدها بإبراز أهدافها وأهميتها. بالإضافة إلى التطرق لبعض مفاهيم القدرات العقلية موضحا أنواع التصور العقلي و استخداماته و أهميته في مجال التدريب الرياضي. كما لا ننسى دور الانتباه و مظاهره في التأثير على الأداء الحركي في المجال الرياضي. و يختم الطالب بالإشارة إلى علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية.

الفصل الأول:

لعبة الشطرنج و القدرات العقلية

- تمهيد

1-1 تعريف لعبة الشطرنج.

2-1 القدرات العقلية.

1-2-1 التصور العقلي

1- 2-1-6 دور المدرب في عملية لتصور العقلي.

2-2-1 الانتباه

1 -3 علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية.

الخاتمة.

تمهيد:

تعتبر لعبة الشطرنج من أكثر الرياضة استعمالا للقدرات العقلية لما تتطلبه من ذكاء، تركيز انتباه و تصور عقلي بالإضافة إلى اتخاذ القرارات و تحمل عواقبها

و في هذا الفصل اشرنا إلى لعبة الشطرنج أصلها و تاريخها، هدفها و فوائدها ثم بعد ذلك قدمنا بعض القدرات العقلية من تصور عقلي و تركيز الانتباه و علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية.

1-1 تعريف لعبة الشطرنج:

تعتبر الشطرنج من أشهر الألعاب في العالم، وتعتبر لعبة ذهنية، حيث تلعب على لوحة مقسمة إلى 64 مربعا، بواقع 8 مربعات موجودة طوليا و8 مربعات موجودة عرضيا، وتكون المربعات بلونين مختلفين، عادة الأسود والأبيض أو البني والأبيض. تحتاج اللعبة إلى لاعبَين يمتلك كل منهما 16 حجرا تقسم إلى وزير، وملك، وفيلين، وقلعتين، وحصانين وتكون في الصف الخلفي بالإضافة إلى 8 جنود في الصف الأمامي لكل لاعب، وتكون أحجار اللاعب الأول باللون الأسود وأحجار اللاعب الثاني باللون الأبيض. تعتبر لعبة الشطرنج من أكثر الألعاب انتشارا، وتحتاج إلى قدرة عقلية كبيرة وتركيز شديد، حيث إن اللاعب يحتاج إلى أن يضع الاستراتيجيات والخطط التي تساعده على حماية أحجاره وعلى الفوز في هذه اللعبة، حيث إن الفوز في هذه اللعبة يعتمد على الوصول إلى حجر الملك، بحيث لا يستطيع الهروب ثانية.

1-1-2 أصل لعبة الشطرنج:

يوجد اختلاف على أصل لعبة الشطرنج، حيث لا يوجد أدلة موثقة على أن الشطرنج الحديثة قريبة من اللعبة القديمة قبل القرن السادس عشر ميلادي، حيث تم تحديد القطع الموجودة في الصين، وروسيا، والهند، وآسيا الوسطى، وباكستان وغيرها من المناطق، بأنها الأكبر سناً من غيرها الموجودة في الألعاب السابقة ذات صلة بعيدة، وغالباً ما تشبه الزهر، واستخدام طاولات اللعب المكونة من 100 مربع أو

أكثر. تعتبر لعبة الحرب تشاتورانغا واحدة من تلك الألعاب السابقة، وكانت تسمى باسم السن سكريتي لتشكيل معركة مذكورة بالملحمية ماهابهاراتا الهندية، حيث كانت هذه اللعبة من الألعاب المشتهرة في شمال غربي الهند في القرن السابع، وكانت من أقدم الألعاب الشبيهة بلعبة الشطرنج الحديثة، حيث كانت تتشابه باثنتين من السمات وهي:(القوى المختلفة والقطع المختلفة)، ويعتمد النصر فيها على قطعة الملك. يعتقد بعض المؤرخين بأن لعبة تشاتورانغا بدأت بالزهر على 64 مربع، ثمّ تحولت تدريجياً إلى شاترانج (أو تشاترانج)، وهي عبارة عن لعبة مكونة من لاعبين، تم إضافة قطعة جديدة إليها تسمى المستشار (فرزان)، ويعتمد الفوز في لعبة شترانج عن طريق القضاء على كل قطع الخصم (تعرية الملك)، أو القبض على الملك، لم تتغير الحركات الأولية للعبة وحركات البيادق والفرسان، ولكن يوجد اختلافات زمنية وإقليمية بين القطع الأخرى.

1-1-3 تاريخ لعبة الشطرنج:

لا يزال منشأ لعبة الشطرنج محل خلاف بين الدول التي تدعي أن أصل هذه اللعبة من عندهم، ولكن المؤرخين يرجحون إلى أنها نشأت في دولة الهند على يد شخص يدعى شانو نانا، وكان أصلها لعبة اسمها الشاطر ونجا، والتي نشأت في القرن السادس ميلادي، ولكن هناك لعبة في الصين نشأت في القرن الثاني ميلادي وتمتلك نفس شكل لعبة الشطرنج.

1-1-4 هدف لعبة الشطرنج:

يتمّ تباري بين اللاعبان على أساس قوانين ونظم معروفة، و يستمر التنافس حتى يصل أحد الطرفين للهدف الأساسي للعبة، وهو أسر الملك، والذي يأسر ملك اللاعب الآخر هو الفائز في اللعبة، فيجب على الشخص الذي يلعب أن تكون لديه المهارات اللازمة؛ كي يستطيع الفوز بهذه المهمة التي يعتبرها البعض سهلة، لكنها تحتاج لحنكةٍ وذكاء، بالأخص لو كان الخصم ذكياً ولديه مهارات اللعب، والهدف الأساسي من اللعبة تنشيط القدرات العقلية، أي إنّ اللعب يكون مبنياً على أساس التسلية، فلا يجوز أن تحمل اللعبة محمل الجدية والعصبية والحقد والكره للشخص الذي يفوز باللعبة.

1-1-5 مكونات لعبة الشطرنج:

تتكوّن لعبة الشطرنج من فريقين (أي لاعبين)، يأخذ كلا منهما مجموعة معينة ومحددة ومتساوية من القطع، تقسم عليهما بالتساوي، ويكون لكل واحد منهما اللون المخصص له، وتتكون اللعبة من قطعةٍ خشبية أو ورقية، وتسمى طاولة الشطرنج أو رقعة الشطرنج، تكون محدّدة عليها مربعات بلونين مختلفين، كل مربع معاكس للون المربع الذي يجاوره. وتحتوي المربعات الصغيرة التي داخل الرقعة على أربعةٍ وستين مربعا، فيكون عدد المربعات البيضاء عبارة عن اثنين وثلاثين مربعا أبيضا، وبالمقابل اثنين وثلاثين مربعا أسودا، وهذه الرقعة المكوّنة من مربعات صغيرة هي عبارة عن خطوط أفقية وعمودية، وتنتج عنها خطوط مائلة، وعدد الخطوط الأفقية عبارة عن

ثمانية خطوط، فيكون شكل الرقعة رباعي الشكل. وهذه الرقعة هي المكان الذي تكون فيه الحرب بين الطرفين، وعليها يتم ترتيب القطع التي يتم اللعب بها، والقطع التي يتمّ اللعب بها عبارة عن قطع موجودة مع كلا الطرفين، وكلّ طرفٍ له لون محدّد ليتم التفريق بين قطع الفريق الأول وقطع الفريق الثاني، ولكل فريق أربع مربعات للأمام. وبناءً على ما سبق يتمّ ترتيب القطع التي معه من حيث تقسيم الصف الأول إلى قسمين: قسم الملك، وقسم الوزير، وفي المربع الرابع من جهة الملك يتم وضع الملك، وبجواره يتم وضع الوزير، ثم بجوار الملك يتم وضع الفيل، وبجوار الوزير نضع فيل الوزير، وبجوار الفيل نضع حصان الملك، وعلى جهة الوزير نضع حصان الوزير، وعلى الأطراف تكون القلعة؛ فقلعة الملك على جهة الملك، وقلعة الوزير على جهة الوزير، وبهذا تكون جميع المربعات الثمانية قد وُضعت بها القطع في الصف الثاني، ويتمّ وضع الجنود، وهي عبارة عن ثمانية جنود يتمّ صفّها بجوار بعضها البعض، وفي منطقة الفريق الآخر يتمّ صف قطعة بنفس النظام. (دحدوح 2009).

1-1-6 حركة القطع في لعبة الشطرنج:

كل قطعة في لعبة الشطرنج لها حركة معينة مسموحة، وهذه الحركات هي: الملك: مربع واحد فقط في أي اتجاه (عامودي، أفقي، قطري).

الوزير: يتحرك بأي عدد من المربعات وفي أي اتجاه، طالما لم تعترض طريقها قطعة أخرى، وإذا اعترضت طريقها قطعة من أحجار اللاعب المنافس يستطيع قتلها، وإذا اعترضتها قطعة من أحجار اللاعب نفسه أي من نفس اللون فلا يستطيع المرور

الحصان: 3 مربعات يليها مربع بالاتجاه الأفقي أو العمودي على شكل حرف L ، وهي القطعة الوحيدة في اللعبة التي تستطيع التحرك والقفز فوق القطع الأخرى.

القلعة: أي عدد من المربعات في الاتجاه الأفقي أو العمودي.

الجندي: مربع واحد نحو الأمام فقط، ولا يستطيع الحركة للوراء أو بالاتجاه الأفقي.

(Soltis 1983).

1-1-7 وقت نهاية لعبة الشطرنج:

يتم التحكم بوقت لعبة الشطرنج عن طريق مؤقت زمني يحتوي عداداً لحساب الوقت الذي يستغرقه كل لاعب في كل حركة، فعند الانتهاء من الحركة التي يقوم بها، يقوم اللاعب بالضغط على هذا العداد وهكذا يتم حساب الوقت الذي استغرقه في اللعبة، ويخسر اللعبة من ينفذ وقته أولاً. هناك عدة تصنيفات للألعاب، ومنها اللعب الخاطف، حيثُ يمتلك كل لاعب وقتاً من دقيقة إلى 15 دقيقة، أما في اللعب السريع فيمتلك كل لاعب من 15 إلى 30 دقيقة، وفي اللعب التقليدي يمتد الوقت إلى 3 ساعات وأكثر.

1-1-8 فوائد لعبة الشّطرنج:

* تقوي الذاكرة وتزيد من مرونتها عند الّلاعب الممارس لها، وتقيه من الإصابة بمرض العصر " الزهايمر " مستقبلا؛ لأن اللاعب يعوّد دماغه على تخزين الحركاتِ السّابقة واللاحقة للأحجار.

* تعلم اللاعب مهارات التحكم في الأعصاب وتعوده الصبر والتروي، وتدربه على التحدي والمثابرة للوصول إلى الهدف.

* تحفز القدرات الذهنية على الإبداع والابتكار واستخدام أساليب الحيلة وسبل المراوغة نتيجة التركيز على استخدام النصف الأيمن من الدماغ.

* تفيد الشباب والأطفال في زيادة التحصيل الدراسي والتفوق العقلي على زملائهم في الصف حسبما أكدت الدراسات.

* تعمل على تنشيطِ عملِ الدماغ بجزأيه الأيمن والأيسر، وتحسين طريقة التفكير والتّعامل مع الأحداث.

*تحسن من قدرة العقل الباطن على التركيز فهي رياضة التركيز الأولى في العالم، كما تزيد من قدرة الّلاعب على الاستيعاب.

* تعمل على تطوير تقنيات حل المشكلات الحياتية الصعبة والتفكير بطريقة مختلفة ومميزة. تزيد من معدل الذكاء الحسي لدى اللاعبين بغض النظر عن أعمارهم، والذي ينشط من خلال حركات الهجوم والدفاع المتناوبة بين المتنافسين.

* تعلم الشخص حسن التصرف تجاه المواقف المفاجئة أو المحرجة. تنمي العقل وتقوي التدقيق المعرفي وتوسع المدارك. تكسب اللاعب مهارات التخطيط وتطوير الحدس لديه

* تطيل عمر بقاء الدماغ لسنوات أطول، لأنها تزيد عدد التشعبات فيه. (الجندي 2007).

1-1-9 شروط لعبة الشطرنج:

يتم اللعب على رقعة تحتوي على: ثمانية صفوف يُرمز لها بأرقام من رقم 1 إلى رقم 8.

ثمانية أعمدة يرمز لها بحروف لاتينيّة من حرف a إلى حرفh.

توضع الرقعة في بداية اللعب بحيث تكون الزاوية البيضاء على يمين اللاعبين.

كلّ لاعب يبدأ اللعبة بست عشرة قطعة ذي لون محدّد، وهي: قلعتان، وملكة واحدة، وثمانية بيادق (جنود)، وحصانان، وملك واحد، وفيلان.

يبدأ اللاعب الذي يملك القطع البيضاء بالحركة أولا، ثم يلعب اللاعب الذي يملك القطع السوداء، وهكذا يتمّ التناوب بينهما في تحريك قطعة واحدة فقط في كلّ دور.

عندما يحين دور اللاعب لتنفيذ نقلة لا يملك فيها أي حركة قانونية تعد المباراة منتهية، وتعدّ النتيجة تعادلا، أما إن كان ملك أحد اللاعبين يتعرض لهجوم، فتكون النتيجة خسارة هذا اللاعب.

لكل قطعة في اللعبة حركتها الخاصّة، كما للمربعات السوداء والبيضاء نقاط للتحرك فيها مثلا: يتحرك الملك مربعا واحدا فقط في مختلف الاتجاهات، كما يملك نقلة خاصّة، تعرف باسم التبييت، والتي يتمّ فيها تحريك القلعة تحت شروط معينة. تعد حركة الملكة (الوزير) حركة توليفة بين حركة الفيل والقلعة؛ إذ تتحرك أفقيا أو قطريا أو عموديا بعدد اختياري من المربعات، كما لا تستطيع القفز فوق القطع.

تتحرك القلعة (الرخ) بعدد اختياري من المربعات، عموديا أو أفقيا، كما لا يمكنها القفز فوق القطع، وتتميز بأنها تملك نقلة خاصة تعرف باسم التبييت، والتي يتم فيها تحريك الملك تحت شروط معيّنة. يتحرك البيدق (الجندي) مربعا واحدا فقط للأمام في العمود نفسه، كما يمكنه في النقلة الأولى أن يتحرك إلى الأمام مربعين، إن كانا شاغرين، وأيضا يمكن للبيادق أن: تأسر قطعة بالتحرّك قطريا مربعا واحدا فقط للصف المجاور، وأخذ مكان القطعة المراد أسرها. له نقلتان خاصّتان هما: الأخذ بالترقية، والتجاوز. يتحرك الحصان مربعين عموديا ثم مربعا واحدا أفقيا أو العكس، وحركته تشبه حرف L في اللغة الإنجليزية، كما يعدّ القطعة الوحيدة التي يمكنها القفز فوق القطع. يتحرّك الفيل بعدد اختياري من المربعات قطريا فقط، كما لا يستطيع القفز فوق القطع. . (خليف 2017).

2-1 القدرات العقلية :

إن القدرات العقلية هي مجموعة النشاط العقلي و التي تتمركز و تتمحور حول فعاليات وأنشطة معينة أو محددة مما يكسبها صفة التميز و الوضوح و القوة عند بعض الإفراد و العكس من ذلك عند البعض الأخر. (الطريري 1995).

و لعل من أهم القدرات العقلية المتحكمة في نتائج الفعاليات الرياضية هي:

1-2-1 التصور العقلي:

مهارة نفسية أو مهارة عقلية يمكن تعلمها و اكتسابها و هو أداء عقلي يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقا لهذه البرمجة.

و التصور هو انعكاس الأشياء أو المظاهر أو الأحداث التي سبق للفرد في خبراته السابقة من إدراكها و التي لا تؤثر عليه في لحظة التصور، كما أشارت Harris و آخرون 1987 إلى أن التصور العقلي يتضمن استدعاء أو استحضار أو استرجاع الذاكرة للأشياء أو المظاهر أو الأحداث المختزنة من واقع الخبرة الماضية كما يمكن أن يتناولها بالتعديل و التغيير و إنتاج صور وأفكار جديدة. (م. علاوي 2002).

لا يقتصر التصور العقلي على مجرد إعادة الصور عن الأحداث الماضية بل يتعدى ذلك إلى أحداث جديدة لم تطرأ من قبل. (النبي 1996).

بإمكان عقل الإنسان تصور أحداث لم تسبق من قبل، رغم أن التصور العقلي يعتمد كثيرا على الذاكرة، التي بدورها تستحضر صورا عن تعدد مهامها. (WEINBERG Robert 1997)

1-2-1-2 أنواع التصور العقلي:

1-2-1-2-1 التصور العقلي الخارجي:

هو تصور اللاعب لنفسه، كما لو كان يشاهد فيلما سينمائيا، أو يشاهد نفسه على شريط فيديو. (النبي 1996، 52).

كما تعتمد فكرة التصور العقلي الخارجي على أن اللاعب يستحضر الصورة العقلية في أداء شخص آخر مثل لاعب متميز أو بطل رياضي، و في هذا النوع يستحضر الرياضي الصورة العقلية كما هي. (أ. راتب 1997).

1-2-1-2-2 التصور العقلي الداخلي:

تعتمد فكرة التصور العقلي الداخلي على أن اللاعب يستحضر الصورة العقلية لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها، فهي عادة نابعة من داخله و ليس كنتيجة لمشاهدته لأشياء خارجية. و في هذا النوع من التصور ينتقي الرياضي ما يريد مشاهدة عند تنفيذ المهارات المعينة. (م. علاوي، مدخل الى علم النفس الرياضي 2002، 250).

1-2-1-3 استخدامات التصور العقلي:

يستخدم التصور العقلي في المجال الرياضي في عدة حالات و من بين هذه الاستخدامات ما يلي:

- المساعدة في سرعة تعلم المهارات الحركية وإتقانها.
- المساعدة في سرعة تعلم خطط اللعب و إتقانها.
- المساعدة في حل مشكلات الأداء.
- المران على بعض المهارات النفسية.
- المساعدة على التحكم في الاستجابات الفسيولوجية.
- تحسين الثقة في النفس و التفكير الايجابي.
- الاستعداد للأداء في ظروف معينة.
- المساعدة في تحمل الألم و سرعة استعادة الشفاء بعد الإصابة.

قام محمد حسن علاوي بتلخيص الاستخدامات المختلفة للتصور العقلي في الرياضة بأمثلة تطبيقية لهذه الاستخدامات في الجدول الموالي:

جدول رقم (1) الاستخدامات المختلفة للتصور العقلي (م. علاوي، مدخل الى علم النفس الرياضي 2002، 256)

استخدام التصور العقلي	أمثلة تطبيقية
1- المساعدة في سرعة تعلم المهارات الحركية واتقنها.	- تصور النموذج الصحيح للمهارة الحركية مثل تصور أداء مهارة الإرسال في الكرة الطائرة.
2- المران الخططي.	- تصور أداء جمل تكتيكية في كرة القدم.
3- حل مشكلات الأداء.	- تصور بعض مشكلات الأداء و محاولة التوصل إلى الحل الأمثل.
4- المران على المهارات النفسية أو العقلية.	- تصور الاسترخاء العضلي للتحكم في الاستثارة و الضغط و القلق.
5- التحكم في الاستجابات الفسيولوجية.	- تصور سرعة دقات القلب و سرعة التنفس و درجة حرارة الجلد.
6- مراجعة الأداء و تحليله.	- تصور الأداء السابق كمراجعة عقلية و تحليل نقاط القوة و الضعف في هذا الأداء.
7- تحسين الثقة بالنفس و التفكير الايجابي.	- تصور الأداءات الناجحة السابقة و تركيز التفكير الايجابي في هذه النجاحات.
8- الاستعداد للأداء في ظروف معينة.	- تصور الأداء الجيد في بعض الحالات أو الظروف المعينة كرداءة الجو أو في مواجهة منافسين معينين.
9- المساعدة في تحمل الألم و سرعة استعادة الشفاء بعد الإصابة.	- التصور العقلي لألم الإصابة و محاولة تحمله و تصور عقلي لأداء حركي معين في عدم القدرة على الأداء الفعلي حركيا.

1-2-1-4 متى يمكن استعمال التصور العقلي؟

رغم إمكانية استعمال التصور العقلي في كل وقت هناك بعض الأوقات أين تكون بالغة الأهمية:

- قبل التدريب و بعده.
- قبل المنافسة و بعدها.
- خلال أوقات الراحة للتدريب أو المنافسات (كالوقت المستقطع).
- خلال مرحلة الاسترجاع بعد الإصابة.

1-2-1-5 أهمية التصور العقلي:

التصور العقلي يسمح ب:

- التعلم و إتقان المهارات الحركية.
- الارتقاء بالمستوى و تحسين نتائج أفضل.
- التحكم في التوتر و تقوية درجة اليقظة.
- التدريب على المهارات العقلية الأخرى كالثقة في النفس، تركيز الانتباه، الاسترخاء و غيرها.
- تصحيح الأخطاء بتحليل التقنيات بصورة بطيئة.
- الاسترجاع السريع من الإصابة.
- تحمل الألم التعب في الأداء الرياضي.
- تطوير القدرات الخططية.

1-2-1-6 دور المدرب في عملية التصور العقلي:

للمدرب دور مهم في الاستفادة من استخدام عملية التصور العقلي كإحدى عمليات الإعداد النفسي القصير المدى، نحاول إبراز هذا الدور في النقاط التالية:

- من المهم إن يوضح المدرب للاعب أهمية و فائدة استخدام عمليات التصور العقلي و مدى تأثيرها الايجابي في المنافسة أو رفع كفاءة التعليم، حيث يشكل الاقتناع باستخدامه حجر زاوية في نجاح عملياته.
- أن يهيئ المدرب الظروف المحيطة المناسبة لتنفيذ عملية التصور العقلي.
- أن يعلم المدرب اللاعب بعض تمرينات الاسترخاء التي تمهد عمليات التصور العقلي.
- أن يخطط المدرب لان ينفذ التصور العقلي بالسرعة المناسبة فلا يكون سريعا أو بطيئا بدرجات تؤدي إلى الإخفاق في تحقيق الأهداف.
- أن يحدد المدرب للاعب أهداف التصور العقلي بكل دقة و التي تتناسب مع قدراته.
- أن يؤكد المدرب للاعب على استخدام اكبر عدد من الحواس خلال تنفيذ عملية التصور.
- أن يعمل المدرب جاهدا عل أن يصبح التصور العقلي عادة من عادات التدريب والمنافسة لتحسين مستوى الأداء. (حماد 1997).

1-2-2 الانتباه:

يعتبر الانتباه احد الأبعاد الحيوية المؤثرة في الأداء في المجال الرياضي، حيث أن انتباه الفرد في لحظة معينة لا يكون عادة إلا في موضوع معين إلا أن الانتباه لا يتوقف و لكن ينتقل بصورة مستمرة و سرعة خاطفة خلال أجزاء من الثانية. (العربي 2001).

يفهم من الانتباه بأنه استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء. (صبحي 1994).

و تشتمل مظاهر الانتباه على:

1-2-2-1 حدة الانتباه:

هي اكبر طاقة عصبية يمكن فقدها إثناء النشاط الذي تشترك فيه العمليات النفسية التي تحدث بدقة و وضوح و بسرعة، و تلعب حدة الانتباه دورا كبيرا و مهما و خاصة عند تعلم المهارات الحركية المركبة إذ تؤدي إلى الفهم الواضح و الدقيق لأجزاء المهارة الحركية. (احمد 1978).

1-2-2-2 تركيز الانتباه:

هو اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية و توجيهها المركز نحو فكرة معينة أو إلى إحدى محتويات الذاكرة الحركية، أو إلى موضوع معين تنصب الطاقة العصبية أو تتجه صوبه، و تتميز ظاهرة تركيز الانتباه بوجود الفرد بحالة توتر شديد، و هو يعد شرط أساسيا لنجاح المهارات الحركية الهامة بالنسبة للاعب في إثناء النشاط. (زروقي 1977).

1-2-2-2 توزيع الانتباه:

هي تلك العمليات و النشاط النفسي الموجه نحو عدة أشياء أو أنشطة في وقت واحد. (س. علاوي 1975).

1-3 علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية :

أشار عيسى إلى المقولة الشهيرة "القدرة على التركيز هي أساس كل شيء آخر". جاري كاسبروف، الأستاذ الروسي الكبير في الشطرنج بطل العالم الأسبق في الشطرنج. (عيسى 2016).

حيث اشتهر هذا من نظرية مفادها إن لعب رقعة الشطرنج في سن مبكرة يؤدي إلى نمو أجزاء معينة من دماغ الطفل بصورة أسرع من المعتاد، و خاصة المناطق المرتبطة ببراعة

التخطيط. مرة أخرى يرتبط لعب الشطرنج البرقي و المباريات المتعددة في إن واحد بالتفكير السريع بحيث إن العقل الواعي يجب إن يخضع للعقل اللاوعي المتفوق، ومن المتعارف عليه بين فريق من المراقبين إن لاعبي الشطرنج غالبا ما يتمتعون بمعدل ذكاء عال جدا، وإنهم يظهرون عدد من دلائل العبقرية. (عيسى 2016، 19).

ما الذي تفعله لعبة الشطرنج في دماغ الطفل في سن مبكرة؟

لا احد يعرف بصورة مؤكدة فضلا عن إن نتائج الاختبار لا تزال غير حاسمة حتى ألان و لا شك إن هذه الدراسة على وجه التحديد شيء صعب، لأنها تتطلب دراسة لاعبي الشطرنج الصغار على مدى سنوات إن لم تكن عقود، و مع ذلك جمعت النتائج التجريبية من أمثال معهد الأستاذ يوجين توري للشطرنج في الفلبين و الاتحاد الأمريكي للشطرنج، و من مدارس الشطرنج الأخرى في إنحاء العالم و اتفقت هذه الهيئات جميعها على أن لعبة الشطرنج تزيد الذكاء لدى اليافعين.

إضافة إلى أن دراسات صغيرة و قليلة أظهرت أن لاعبي الشطرنج يطورن الذاكرة و مهارات لفظية وقدرات رياضية، و كذلك مهارات حل المشكلات و الخيال أفضل من الشخص العادي. فمثلا اجري طبيب القلب روبرت فيرفسون دراسة بحثية عام 1995 على لعبة الشطرنج و الطلاب، أظهرت أن الشطرنج يحسن مهارات التفكير النقدي عند الطفل، و قد حسن الطلاب الخاضعون لدراسة فيرغسون، و هم ما بين 11 و 14 سنة نتائج اختباراتهم بنسبة 17% عن المعدل بعد إن أصبحوا لاعبي شطرنج حاذقين.

سلط مقال ظهر على موقع العلوم العصبية و صحة الدماغ examined existence مزيدا من الضوء على العلاقة المحتملة بين الشطرنج و الذكاء العالي كان عنوانه هل لعب الشطرنج يحسن بالتأكيد معدل الذكاء؟

يذكر التقرير انه بناء على دراسة أجريت في فنزويلا أظهرت النتائج أن الأطفال الذين يلتحقون بصفوف الشطرنج لمدة أربع أشهر و نصف الشهر قد زادت معدل ذكائهم و قد دعمت هذا الاستنتاج أيضا عام 2003 دراسة أجراها Thompson Murray طالب دكتوراه التربية في جامعة فيلد رز الاسترالية. فقد اظهر المشاركون في بحثه الذين يلعبون الشطرنج تحسنا في مستويات معدل الذكاء، و يعزوا Thompson هذا إلى التركيز و التفكير المنطقي اللذان تتطلبهما لعبة الشطرنج. (عيسى 2016، 80).

و يذكر مقال الموقع السابق أن الشطرنج يمكن إن يحسن القدرات العقلية لدى البالغين أيضا، و من ضمنهم كبار السن ثبت إن لعبة الشطرنج فاعلية جدا في حماية كبار السن من حالات الانحلال العصبي، مثل الخرف و مرض الزهايمر.

الخاتمة:

إن القدرات العقلية تعد عامل أساسي في الانجاز الرياضي إذ أصبح لها دور في إحداث الفارق في تفوق المتنافسين الرياضيين و مدى تأثيرها الايجابي في رفع كفاءة التعليم و المساعدة في سرعة تعلم المهارات الحركية وإتقانها.

و قد عرضنا من خلال هذا الفصل مجموعة من العناصر التي لها صلة مباشرة وغير مباشرة مع الشطرنج و القدرات العقلية من خلال إبراز الأهمية البالغة التي يكتسبها التصور العقلي و تركيز الانتباه في المجال الرياضي بصفة عامة.

الفصل الثاني:

التفكير الخططي و التدريب العقلي لناشئ كرة القدم

تمهيد:

2-1 الإعداد الخططي.

2-2 أنواع خطط اللعب.

2-3 فعاليات تحقيق الإعداد الخططي.

2-4 أقسام الإعداد الخططي.

2-5 مراحل الإعداد الخططي.

2- 6 التفكير الخططي.

2-7 اللاعب و المهارات العقلية.

2-8 أهم المهارات العقلية الأساسية.

2-9 خطوات تعلم المهارات العقلية.

2- 10 استراتجيات اكتساب المهارات العقلية.

2-11 مبادئ و مراحل تطوير المهارات العقلية.

2-12 العلاقة بين مراحل و مبادئ تطوير المهارات العقلية.

خاتمة

تمهيد:

تشترك معظم الدراسات و الأندية العاملة في المجال الرياضي على أهمية التفكير الخططي و التدريب العقلي لما أصبح لهما من دور في الارتقاء لمستوى الأداء في الأنشطة الرياضية لتحقيق النتائج المطلوبة و من ثم يصبح جزءا مهما في الإعداد الرياضي في مختلف مراحله العمرية.

من خلال هذا الفصل سوف نتطرق إلى الإعداد الخططي بأنواعه و أقسامه بالإضافة إلى مراحله، ثم نعرج بعد ذلك على اللاعب و المهارات العقلية و خطوات تعلمها.

2-1 الإعداد الخططي:

يهدف الإعداد الخططي إلى اكتساب الفرد الرياضي المعلومات و المعارف والقدرات الخططية وإتقانها بالقدر الكافي الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة و المتغيرة أثناء المنافسات الرياضية (م. علاوي، علم التدريب الرياضي 1990).

ومصطلح الخطة taktik مستعار من لغة الحروب و يقصد به في هذا المجال فن الحروب في غضون المعركة. أما المجال الرياضي فيقصد به فن التحركات أثناء المباراة، أو فن إدارة أو قيادة المباراة الرياضية.(Stiehler 1959) . و يتأسس الإعداد الخططي على الإعداد المهاري، إذ إن خطط اللعب ما هي إلا عملية اختيار لمهارة حركية معينة في موقف معين (L 1959).

2-2 أهداف الإعداد الخططي:

يهدف الإعداد الخططي إلى ما يلي:

- تحقيق أعلى درجات الانتباه إلى مجريات التنافس.
- تحسين مستوى التوقع خلال التنافس.
- رفع القدرة على الملاحظة الموضوعية خلال التنافس.
- تحسين كفاءة الإدراك بالمنافسة و المساحة المتاحة واللون و الصوت و معدل تناقص الزمن خلال التنافس. (الخوجة 2005).

2-3 أنواع خطط اللعب:

يمكن تقسيم خطط اللعب في كثير من أنواع الأنشطة الرياضية إلى ما يلي:

1- خطط هجومية.

2- خطط دفاعية.

3- خطط تسجيل الأرقام.

2-3-1 الخطط الهجومية:

هي نوع من أنواع خطط اللعب المستخدمة في غضون المنافسات الرياضية في العاب الرياضية و المنازلات الفردية التي تتميز بعنصر "المبادأة Initiative " و التي تشكل نقطة الانطلاق فيها محاولة الهجوم للتغلب على المنافس مع مراعاة عدم إغفال النواحي الدفاعية

2-3-2 الخطط الدفاعية:

و هي خطط اللعب التي يركن فيها الفرد للدفاع و يترك زمام المبادأة و أمر إدارة قيادة المباراة للمنافس. و تستخدم مثل هذه الخطط في حالة تفوق الفريق المنافس أو عند محاولة تجميد نتيجة المباراة، أو عند محاولة الإقلال من درجة الهزيمة مثلا.

2-3-3 خطط تسجيل الأرقام:

و يقصد بها مختلف الأساليب التي يمكن استخدامها لمحاولة تسجيل رقم أو مستوى معين. و تستخدم مثل هذه الخطط في العاب القوى (الجري و الوثب و الرمي) و السباحة، و رفع الإثقال...الخ.

2-4 فعاليات تحقيق الإعداد الخططي:

لتحقيق الإعداد الخططي يجب تحقيق الفعاليات التالية:

- إكساب اللاعب أو اللاعبات المعلومات النظرية المتعلقة بالخطط و قواعد التصرف الخططي في المواقف المختلفة، و العناصر المؤثرة فيها و المعلومات حول المنافسين.
- إكساب اللاعب أو اللاعبات أنماط الخطط المعينة في ظل الظروف الثابتة و المتغيرة.
- تطوير قدرات اللاعبين أو اللاعبات في الإبداع الخططي و هو ما يتطلب تحفزهم على الابتكار و الإبداع الخططي في منطلق ظروف المواقف التنافسية المختلفة والتي توافق مع قدراتهم البدنية و مهاراتهم الحركية واعداهم النفسي.
- الربط و الدمج بين الفعاليات المختلفة بما يحقق أفضل النتائج للأداء و التفكير والإبداع الخططي. (الخوجة 2005).

2-5 أقسام الإعداد الخططي:

كأي نوع من أنواع الإعداد ينقسم الإعداد الخططي إلى نوعين رئيسين كما يلي:

- الإعداد الخططي العام.
- الإعداد الخططي الخاص.

2-5-1 الإعداد الخططي العام:

يعني تلك العمليات التي تهدف إلى إكساب اللاعبين قدرة على التفكير و السلوك الخططي بصورة عامة أو متدرجة في الرياضة بشكل عام.

2-5-2 الإعداد الخططي الخاص:

يعني تلك العمليات التي تهدف إلى إكساب اللاعبين المقدرة على إجادة الخطط الخاصة بالرياضة التخصصية. (الخوجة 2005).

2-6 مراحل الإعداد الخططي:

تشتمل عملية الإعداد الخططي على المراحل الأساسية التالية التي ترتبط فيها بينها مكونة وحدة واحدة، و هذه المراحل هي:

1- مرحلة اكتساب المعارف و المعلومات الخططية.

2- اكتساب و إتقان الأداء الخططي.

3- مرحلة تنمية و تطوير القدرات.

2-5-1 اكتساب المعارف و المعلومات الخططية:

تحتل عملية اكتساب الفرد للمعلومات و المعارف المرتبطة بخطة اللعب على درجة كبيرة من الأهمية. إذ أن ذلك يسهم في اكتساب الفرد التصورات اللازمة للأداء الخططي، و يتأسس عليه اكتساب السلوك الصحيح للفرد في إثناء المنافسات الرياضية.

إن المعارف و المعلومات النظرية التي يكتسبها الفرد تساعد على حسن تحليل مواقف اللعب المختلفة و اختيار انسب الحلول اللازمة المجابهة مثل هذه المواقف وبالتالي الإسراع في الأداء و التنفيذ.

2-5-2 اكتساب وإتقان الأداء الخططي:

إن إتقان الفرد و الفريق للأداء الخططي يشكل الأساس العام للمستوى الرياضي العالي. و في هذه المرحلة يجب العناية بأداء نموذج يوضح الطريقة الصحيحة للأداء مع ارتباطه بالإيضاح و الشرح، ثم يعقب ذلك الممارسة العملية للاعب.

و يحسن تقسيم عملية تعلم الأداء في المواقف الخططية إلى بعض المراحل، وهي:

المرحلة الأولى: تعلم الأداء الخططي تحت ظروف سهلة و مبسطة.

المرحلة الثانية: تعلم نفس الأداء الخططي مع التغيير في طبيعة المواقف.

المرحلة الثالثة: تعلم اختيار نوع معين من الأداء الخططي المناسب لبعض المواقف المعينة.

2-5-3 تنمية و تطوير القدرات الخلاقة:

إن تعلم السلوك الخططي وإتقانه لا يتطلب من الفرد تكوين أنماط سلوكية جامدة، بل يتطلب قدرة الفرد على تغيير سلوكه و تعديله طبقا لمواقف اللعب المتغيرة في36 أثناء المنافسة الرياضية. (Einhorn 1951).

و تتأسس القدرات الخلاقة على ما لدى الفرد من معلومات و مهارات و خيرات حركية و خطية اكتسبها أثناء عملية التعلم. و من أهم القدرات الخلاقة التي ينبغي على المدرب الرياضي تنميتها و تطويرها لدى اللاعب ما يعرف "بالتفكير الخططي". (م. علاوي، علم النفس في التدريب الرياضي 1969).

2-6 التفكير الخططي:

" نوع من التفكير الذي يقوم به الفرد الرياضي خلال مرحلة التعلم الخططي وفي أثناء المنافسات الرياضية ، والذي تتأسس في ضوئه الاستجابات المتعددة للرياضي " (طبيل 206).

إن التفكير هو " سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير يتم استقباله عن طريق واحد أو أكثر من الحواس الخمسة " (الحيلة ، 2001، 401) ، "ويلعب التفكير دورا هاما في أداء اللاعب أثناء المباراة ، فعن طريقه يستطيع أن يدرك المواقف المتعددة أثناء المباراة ثم يقوم بتحليلها ويعقب ذلك الاستجابة الخططية لهذه المواقف ، وتستدعي المواقف المتغيرة في مباراة كرة القدم

سرعة تفكير اللاعب لاتخاذ القرارات الواجبة ، وتتوقف صحة هذه القرارات على خبرات اللاعب السابقة وشدة تركيزه وانتباهه على ما يحدث في الملعب " (مختار،1977،316) .

وتؤدي عمليات التفكير الخططي دورا مهما في نشاط الفرد واستجاباته في غضون ممارسته لنواحي الأنشطة الرياضية المختلفة وبخاصة تنفيذ خطط اللعب المتعددة وأداءها ويتمثل ذلك في محاولة سرعة تقدير الفرد لموقفه وإدراك العلاقات المرتبطة بسير اللعبة والقدرة على الاستدلال والتعليل حتى يستطيع الاستجابة الصحيحة بما يتناسب والموقف ،وهناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي يقع فيها العبء الأكبر على عمليات التفكير في أثناء الاستجابات الخططية المختلفة (Cagajewa , G.M,1981 , P:56) .ومنها كرة القدم

إذ يوجد في كرة القدم العديد من المواقف والحالات المتغيرة أثناء اللعب مما يتطلب من اللاعب تركيز انتباهه لملاحظة الموقف ثم إدراك مواقف اللاعبين زملائه واللاعبين المنافسين فيفكر كيف يتحرك وينتهي إلى استخلاص معين يترتب عليه تصرفه الخططي المناسب. (طبيل 206).

2-7 اللاعب و المهارات العقلية:

من الواجب تعلم المهارات العقلية الأساسية أولا و ليس هناك بديلا عن ذلك، ثم بعد ذلك يأتي توظيف هذه المهارات العقلية في مواقف المنافسة، و كلما أتقن اللاعب التدريب على المهارات العقلية الأساسية مبكرا كلما أمكن تجنب بعض العوائق في الأداء، مثل الإحباط من عدم ثبات الأداء، تشتيت الانتباه نتيجة الأخطاء و الافتقار إلى الثقة في النفس. (اسماعيل 2001، 94- 95).

2-8 أهم المهارات العقلية الأساسية:

- الاسترخاء.
- التصور العقلي.
- الانتباه.
- التحكم في الطاقة النفسية.
- التحكم في التوتر.
- وضع الأهداف.
- الاسترجاع العقلي.
- حل المشكلات.

2-9 خطوات تعلم المهارات العقلية:

2-9-1 الخطوة الأولى:التعلم Educate

من المهم أن يتعرف اللاعب على إبعاد كل مهارة عقلية حتى يمكن:

1- التحقق من أن هذه المهارات يمكن تعلمها.

2- تفهم الدور الذي تلعبه هذه المهارات العقلية في التأثير على هذه الأهداف.

3- تعلم كيفية تطوير هذه المهارات.

2-9-2 الخطوة الثانية: الاكتساب Aquire

في هذه الخطوة يتم مساعدة اللاعب على اكتساب هذه المهارات العقلية من خلال برنامج تدريبي منتظم يستخدم أفضل المعلومات المتاحة.

2-9-3 الخطوة الثالثة: الممارسة practice

الممارسة المنتظمة لهذه المهارات العقلية حتى يمكن الوصول إلى مرحلة التكامل بين العقل و الجسم في المنافسة، و الطريق الوحيد للوصول إلى مستوى عال هو مزيد من الممارسة حتى تصبح في مستوى العادة.

و هذه الخطوات السابقة و هي التعلم و الاكتساب و الممارسة هي نفس الخطوات التي تستخدم في تعليم المهارات الحركية. (اسماعيل 2001، 97).

2-10 استراتجيات اكتساب المهارات العقلية:

تتضمن استراتيجيات اكتساب المهارات العقلية العمليات التالية:

1- المتابعة الذاتية: Self-monitoring

يطلب من اللاعب بعد تقديم هذه المهارات العقلية الاحتفاظ بمذكرة يسجل فيها تقدمه في المهارات التي يقوم بتعلمها.

2- التقويم الذاتي:Self-evaluation

يقارن اللاعب المعلومات التي تم الحصول عليها من المتابعة الذاتية مع المستوى الذي وضعه لهذه المهارة على وجه التحديد.

3- التدعيم الذاتي: Self-reiforcement

يمثل هذا البعد استجابة اللاعب إلى التقويم الذاتي و يفشل الكثير من اللاعبين في وضع طريقة ملائمة لعمل التقدم في تحقيق أهداف الأداء البدنية و العقلية و هي خطوة هامة في المساعدة على تطوير المهارات العقلية. (اسماعيل 2001، 97).

2-11 مبادئ و مراحل تطوير المهارات العقلية:

يتضمن هذا الإطار العام ثلاثة مبادئ أساسية و خمسة مراحل متعاقبة و يؤكد هذا الإطار على النمو المستمر للمهارات العقلية و تطوير حاسة التدعيم الذاتي و تكامل التدريب العقلي مع مكونات التدريب الرياضي الأخرى.

2-11-1 مبادئ تطوير المهارات العقلية:

2-11-1-1 المبدأ الأول: الفروق الفردية:

و يتم ذلك عن طريق تطوير المهارات الفردية و الصفات التي يستطيع اللاعب من خلالها أن يؤدي إلى أقصى ما تسمح بت قدراته.

2-11-1-2 المبدأ الثاني: التوجيه الذاتي:

يستوجب الأداء حتى أقصى ما تسمح به قدرات اللاعب في تطبيق خطة التدريب العقلي عن طريق التوجيه الذاتي، أو بطريقة أخرى يجب على اللاعب إن يؤكد على ماذا يستطيع إن يفعل بمفرده، ة ينتقل من الاعتماد الكلي على المدرب إلى الاستقلال الذاتي و الاعتماد على نفسه.

2-11-1-3 المبدأ الثالث: حالة الأداء المثالية:

لكل لاعب حالة عقلية فريدة و التي تسمح له بالأداء إلى أقصى ما تسمح به قدراته، ويحتاج كل لاعب إلى اكتشاف الظروف التي في ضوئها يحقق ذلك.

2-11-2 مراحل تطوير المهارات العقلية:

2-11-2-1 المرحلة الأولى:

تطوير جو ايجابي من خلال خفض الضغط الخارجي و زيادة المساعدة الخارجية، و يجب إن يشعر اللاعب بالقبول و الاتجاه الايجابي قبل البداية في تطوير المهارات العقلية و تعطى في المرحلة الأولى المساعدة التي يحتاجها اللاعب.

2-11-2-2 المرحلة الثانية:

تطوير التحكم في الانفعال عن طريق الاسترخاء العضلي و العقلي بهدف التحكم في الانفعال و خفض الإزعاجات الداخلية.

2-11-2-3 المرحلة الثالثة:

تطوير التحكم في الانتباه، بغض النظر عن الرموز المرتبطة بالواجب الحركي، وتتضمن مهارات التحكم في الانتباه التصور العقلي، تركيز الانتباه و الاسترخاء الذي يساعد اللاعب على التصور البصري و الاسترجاع العقلي بطريقة فعالة.

2-11-2-4 المرحلة الرابعة:

تطوير استراتجيات ما قبل المنافسة، و إثناء المنافسة.

2-11-2-5 المرحلة الخامسة:

تطبيق المهارات و الاستراتجيات في التدريب على شكل منافسة، و تتطلب هذه المرحلة التقويم المتواصل، و صقل المهارات و الاستراتجيات ففي حالة الفشل في الأداء فان العمل الشاق على المهارات العقلية يصبح ضرورة قصوى.

2-12 العلاقة بين مراحل و مبادئ تطوير المهارات العقلية:

هناك علاقة ايجابية بين المراحل الخمس و المبادئ الثلاث فعندما يكون العمل على تطوير المهارات العقلية في المراحل الثلاث الأولى يجب التأكيد على المبدأ الأول و هو الفروق الفردية و مبدأ التوجيه الذاتي و عند الوصول إلى المرحلة الرابعة يجب تطبيق المبدأ الثالث و هو حالة الأداء المثالية و عندما يكون اللاعب على وعي بحالة الأداء المثالية يختار المهارات مثل المراحل الثلاث الأولى و التي تستدعي الاستجابات الايجابية.

و قد أصبح واضحا إن تطوير و تنمية المهارات العقلية يجب إن يسير جنبا إلى جنب مع تطوير عناصر اللياقة البدنية، و إن مهارات مثل التصور العقلي و تركيز

الانتباه و الاسترجاع العقلي و غيرها يجب التخطيط لتنميتها مثل القوة و المرونة و السرعة من خلال البرامج الطويلة المدى، و أن التكامل في الإعداد و بصفة خاصة في المراحل الأولى يجب أن يهدف إلى التكامل في تطوير المهارات البدنية و المهارية إلى جانب العقلية و الانفعالية حتى يمكن تحقيق أفضل النتائج في المنافسة و إغفال مثل هذا التكامل في الإعداد يعوق الوصول إلى المستويات العالمية. (اسماعيل 2001، 101).

الخاتمة:

إن تطوير قدرات اللاعبين أو اللاعبات في الإبداع الخططي و تحفيزهم على الابتكار و الإبداع الخططي في مختلف ظروف المواقف التنافسية المختلفة و التي توافق مع قدراتهم البدنية و مهاراتهم الحركية واعداهم النفسي ما هي إلا نتيجة للاستغلال الجيد و العقلاني لتكوينهم في الجانب الذهني.

وفي هذا الفصل تطرقنا إلى بعض العناصر و المواضيع الهامة التي تخص التدريب العقلي لناشئ كرة القدم خاصة في مجال التفكير و الإعداد الخططي، و هذا لما تلعبه من دور كبير في إعداد الناشئ من جميع الجوانب و النواحي، و هذا من خلال تعلم مهارات عقلية أساسية و كيفية تطويرها و توظيفها في حياته الرياضية و صقلها من جميع النواحي.

خاتمة الباب الأول:

الهدف من عرض الجانب النظري هذا وضع الأرضية المناسبة للمرور إلى الجانب التطبيقي و قد حاول الطالب الباحث من خلال هذا العرض تسليط الضوء على لعبة الشطرنج من حيث الأهمية و الدور الأساسي الذي تلعبه في استغلال القدرات العقلية في المجال الرياضي، بالإضافة إلى التفكير الخططي الذي يعتمد هو الأخر على مدى استعمال الرياضي لقدراته العقلية للارتقاء بمستوى الأداء و مدى نجاعته. كما حاولنا في دراستنا هاته توضيح علاقة الشطرنج بالقدرات العقلية و مدى ارتباط التفكير الخططي بالتدريب العقلي، و تبيان الأهمية البالغة في توظيفهم من اجل الإعداد الرياضي المتكامل.

الباب الثاني:

الدراسة الميدانية

مدخل الباب الثاني

الفصل الأول : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج.

خاتمة الباب الثاني

مدخل الباب الثاني :

لقد شمل هذا الباب فصلين الأول خصصه الطالب لعرض منهجية البحث والإجراءات الميدانية من خلال تبيان التجربة الاستطلاعية و صدق و ثبات و موضوعية الاختبارات كما شمل على منهجية البحث و عينة و مجالات البحث ، و الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث، و تبيان أدواته و الوسائل الإحصائية المستخدمة ،أما الفصل الثاني فقدم فيه الباحث عرض و مناقشة و تحليل نتائج الاختبار، كما تطرق الطالب إلى الاستنتاجات و مقابلة النتائج بالفرضيات و الخلاصة العامة للبحث ، و ختم هذا الباب بمجموعة من التوصيات والاقتراحات المستقبلية .

الفصل الأول

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تمهيد

1-1 منهج البحث.

2-1 مجتمع و عينة البحث.

3-1 مجالات البحث.

4-1 ضبط متغيرات البحث.

5-1 أدوات البحث.

6-1 الأسس العلمية لأدوات البحث.

7-1 الوسائل الإحصائية المستعملة.

6-1 صعوبات البحث.

خاتمة.

تمهيد:

يلجأ أي باحث في دراسته إلى تدعيم المادة العلمية التي جمعها من موضوع دراسته بالدراسة التطبيقية للتأكد من مصداقية الفروض التي قام عليها البحث فيتعرض إلى الإجراءات المنهجية لدراسته الميدانية ثم عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها عن طريق تطبيق الأداة العلمية على عينة البحث ،و قد اعتمدنا في بحثنا هذا على مجموعة من الاختبارات و دروس تعليمية تطبيقية على لعبة الشطرنج ،قصد الوصول إلى نتائج يتم تحليلها وتفسيرها في ضوء الفرضيات حيث أجريت الدراسة على عينة مكونة من لاعبين ناشئين تتراوح أعمارهم من 13-15 سنة للوصول إلى إجابات عن أسئلة دراستنا و التأكد من تحقق الفرضيات من عدمها .

1-1 منهج البحث:

كثير من الإجراءات البحثية تتوقف على نوع المنهج المستخدم، و قد اعتمدنا في بحثنا هذا المنهج التجريبي الذي يعتبر أكثر ملائمة في الدراسات والبحوث العلمية من هذا القبيل.

1-2 مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث للدراسة الحالية في اللاعبين الناشئين للفئة العمرية أقل من 15 سنة (U15) و الناشطين في البطولة الولائية لكرة القدم للموسم الرياضي (2018/2017) المنظمة من طرف الرابطة الولائية لكرة القدم لولاية سعيدة و الذين بلغ عددهم 280 لاعبا يمثلون 12 فريقا .

1-3 عينة البحث :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 36 لاعب ناشئ تم اختيارهم بطريقة مقصودة وهم كل من أبدى رغبته في المشاركة في الدراسة من لاعبي فريقي الوئام الحساسنة و مولودية بلدية الحساسنة ، وتم اختيار 16 لاعب من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية بغرض التحقق من صلاحية أدوات و إجراءات الدراسة .ولقد لجئ الطالب الباحث لاختيار العينة التجريبية ،لعدة أسباب منها رغبة اللاعبين في الاشتراك في الدراسة وكذلك كونه يعمل كمدرب لأحدى هذه الفرق و كذلك لوجود الكثير من التسهيلات التنظيمية للعمل مع الفرق و المؤسسة التعليمية التي أقيمة فيها التجربة. وبعد التأكد من التجانس بين أفراد العينة في متغيرات السن ،العمر التدريبي و المستوى التحصيل الدراسي بطريقتين

الأولى بإيجاد معامل لالتواء (التوزيع الطبيعي) للمتغيرات الثلاثة لكل أفراد العينة (ن=38) قبل تقسيم إلى مجموعة ضابطة و أخرى تجريبية كما سيأتي في الجدول رقم (02)

الجدول رقم (02): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا إلى متغيرات العمر ،العمر التدريبي ،التحصيل الدراسي (ن=36)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء
العمر	سنة	13.40	0.98	0.42 -
العمر التدريبي	عدد شهور الممارسة الفعلية	30.7	4.47	0.51
التحصيل الدراسي	المعدل ثلاث سنوات أخيرة	11.82	7.30	0.14 -

يتضح من الجدول رقم (02) أن قيم معامل الالتواء قد انحصرت ما بين (± 1)، يدل ذلك على التجانس بين أفراد عينة الدراسة ،وبالتالي تم تقسيم عينة الدراسة و بطريق عشوائية إلى مجموعتين متكافئتين قبل القيام بالقياس القبلي كما هو موضح في الجدول رقم (03).

الجدول رقم (03) يبين المعالم الإحصائية بين عناصر التجانس (العمر – العمر التدريبي – المستوى الدراسي) لمجموعتي البحث

عناصر التجانس	التجريبية		الضابطة		قيمة ت	الفرق
	العدد 18		العدد 18			
	سَ	±ع	سَ	±ع		
العمر (السنة)	13.71	1.10	13.56	1.13	0.11	غير معنوي
العمر التدريبي	29.5	3.1	31.1	3.4	0.16	غير معنوي
المستوى الدراسي	11.61	3.62	11.85	3.39	1.22	غير معنوي

يتضح من الجدول (03) أن قيم ت المحسوبة لمتغيرات (العمر– العمر التدريبي – المستوى الدراسي) على التوالي تساوي0,11 – 0,16 – 1,22 وهي اقل من قيمتها الجدولية والبالغة (2,03) وذلك يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتغيرات المختارة وهو دليل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات .

1-4 مجـالات البحث:

1-4-1 المجال البشري:أجري البحث على مجموعة من لاعبي كرة القدم ذكور للفئة العمرية أقل من 16 سنة .

1-4-2-المجال المكاني: أجريت الدراسة في المؤسسة التعليمية (متوسطة ساجي أحمد بالحساسنة) في ولاية سعيدة.

1-4-3-المجال ألزماني: شرع الطالب الباحث في هذه الدراسة منذ شهر سبتمبر 2017 إلى غاية شهر جوان 2018.

1-5 التصميم التجريبي:

لقد وجب توضيح التصميم التجريبي لهذه الدراسة لما له من أهمية في ضبط ودقة جميع الخطوات المتتالية التي تتخذ مسبقا قبل إجراء التجربة لكي يضمن إمكانية الحصول على البيانات المناسبة بطريقة تسمح بتحليلها تحليلا سليما وموضوعيا و لكي يمكن الحصول في النهاية على استنتاجات صحيحة فيما يتعلق بالمشكلة التي حددت لهذه التجربة .

وبناءً على ذلك استخدم الطالب الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم المجموعات المتكافئة ذات الاختبارات البعدية ويتم هذا التصميم بإدخال المتغير المستقل على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة في ظروفها الطبيعية ثم إجراء اختبار بعدي ويمكن تمثيل هذا التصميم على النحو الآتي :

الشكل رقم (01) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في الدراسة

1-6 الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على متغيرين أولهما متغير مستقل والآخر متغير تابع.

أ- **المتغير المستقل:** إن المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة وفي دراستنا المتغير المستقل هو "اثر تعلم و لعب الشطرنج".

ب- **المتغير التابع:** هو نتيجة المتغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو"التفكير الخططي و القدرات العقلية (التصور العقلي و تركيز الانتباه) لدى

لاعبي كرة القدم الناشئين أقل من 15 سنة ". قيست كل هذه المتغيرات بواسطة اختبارات خاصة مقننة أعدت من أجل هذا الغرض.

ج-**المتغيرات الدخيلة** : تتعرض كل تجربة إلى متغيرات دخيلة لابد من عزلها لكي يمكن إرجاع التغير الحاصل في المتغير التابع إلى تأثير المتغير المستقل وقد حاول الطالب الباحث قدر المستطاع السيطرة عليها من خلال إجراء السلامة الداخلية والخارجية للتصميم التجريبي ،حيث تم استثناء اللاعبين الذين كان لهم معرفة مسبقة بلعبة الشطرنج وعددهم أربعة من المشاركة الدراسة، إضافة إلى توقف الطالب الباحث عن تدريب أفراد العينة الذين كانوا تحت إمرته ،و تم الاتفاق مع مدربين مؤهلين لتولي تدريب أفراد العينة (التجريبية و الضابطة) خلال مدة التجربة الرئيسية في فريق واحد التي دامت حوالي ثلاث أسهر .

1-7 أدوات البحث:

"تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بموضوع البحث من أهم الخطوات وتعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة

1-7-1 المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

قصد الإحاطة الكلية والإلمام النظري بموضوع البحث قام الطالب بالاعتماد على كل ما توفر لديه من مصادر ومراجع باللغتين العربية والأجنبية زيادة على المجلات والملتقيات العلمية، فظلا عن شبكة الإنترنت، كما تم الاستعانة والاعتماد على الدراسات السابقة

والمرتبطة بحقل التدريب العقلي و كذلك التفكير الخططي و كل من أمكن الحصول عليه من أدبيات و دراسات فيما يخص لعبة الشطرنج و استخداماتها في مجال تطوير القدرات العقلية و المعرفية.

1-7-2 المقـابلات الشخصية:

قام الطالب بإجراء مقابلات شخصية مع بعض المختصين في التدريب الرياضي و في تدريب كرة القدم عند الناشئين خاصة الذين لديهم معرفة بلعبة الشطرنج ،كما شملت المقابلات أساتذة ودكاترة من معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم وأساتذة ودكاترة من مختلف معاهد علوم الرياضة بالبلاد (ملحق 04) للتعرف على و الاستفادة من أرائهم في كل مراحل أنجاز هذه الدراسة من حيث المحتوى والنوعية وطرق تنفيذها.

1-7-3 الاختبارات:

من أهم الوسائل استخداما في مجال العلوم الإنسانية و الاجتماعية و خاصة الرياضة ،لجمع البيانات حول الظواهر و المتغيرات خاصة في البحوث التجريبية باعتبارها أساس التقييم الموضوعي، فهي تعد من أنجع الطرق للوصول إلى نتائج دقيقة، وعليه اعتمد الطالب على مجموعة من الاختبارات المقننة ،حسب المتغيرات قيد القياس .و اختبار التفكير الخططي ،اختبار التصور العقلي ،اختبار تركيز الانتباه .

1-7-4 برنامج الحاسوبي التفاعلي : أسم برنامج Chessmaster® Grandmaster Edition وهو برنامج حاسوبي تفاعلي للتعلم و التدريب على لعبة الشطرنج .

1-7-5 حاسوب و أداة عرض:الحاسوب عبارة كمبيوتر محمول من نوع TOSHIBA و أداة العرض من نوع EPSON

1-7-6 طاولات شطرنج: عبارة عن ألواح لشطرنج قياسي 40 سنتيمتر مربع ،مع كل العناصر المكونة للعبة باللونيين الأبيض و البني .

1-7-7 قسم دراسي مجهز بسبورة : وهذا القسم موجود في متوسطة ساجي أحمد بالحساسنة ،حيث كان مجهز بالتيار الكهربائي و الإنارة و التدفئة وكل التسهيلات.

1-7-8 فريق العمل المساعد :تكون فريق العمل من مدربي الفريقين و هم أساتذة للتربية البدنية ومدربين حاصلين على شهادات تخصصية في تدريب كرة القدم من الاتحادية الجزائرية لكرة القدم ،إضافة إلى أستاذ باحث من معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية –المركز الجامعي بتيسمسيلت .

1-7-9 الوسائل الإحصائية: تم إجراء التحاليل الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للبيانات الوصفية على البرنامج الإحصائي SPSS.22 وذلك لحساب كلا من المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري ، التكرارات والنسب المئوية لعرض البيانات الخاصة ببعض متغيرات الدراسة ، وكذلك معامل الارتباط بيرسون و اختبار "ت" للاختبارات القبلية والبعدية

1-8 الدراسات الاستطلاعية:

1-8-1 الدراسة الاستطلاعية الأولى:

احتراما لمبادئ إعداد و بناء الاختبارات قام الطالب الباحث و بمرافقة من السيد المشرف باعداد قائمة أولية من الاختبارات المتعلقة بمتغيرات البحث (اختبارات للتفكير الخططي اختبارات للتصور العقلي، اختبارات لتركيز الانتباه) و ذلك من خلال رصد واستكشاف كل ما استطاع الطالب الباحث الوصول إليه من مراجع و مصادر ورقية أو الكترونية إضافة إلى إجراء العديد من المقابلات مع ذوي الاختصاص من الخبراء و المختصين (قائمة الخبراء و المختصين الملحق رقم 04) قصد الخروج بجملة من الاختبارات التي ستطبق لاحقا في الدراسة الرئيسية.

ولقد استقرت مجمل أراء الخبراء و المختصين على الاختبارات الواردة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) يوضح الاختبارات المستعملة في الدراسة

اسم الاختبار	الهدف من الاختبار
اختبار الجمعية الوطنية للمدربين الامريكيين Tctical soccer situations test	قياس التفكير الخططي
اختبار Vanderberg et Kuse(1978)	قياس التصور العقلي
اختبار(Harris 1974)	قياس تركيز الانتباه

1-9 شرح الاختبارات:

1-9-1 :اختبار الجمعية الوطنية للمدربين الأمريكيين لقياس التفكير الخططي (America 2004)

1-9-1-1 الغرض من الاختبار: يهدف الاختبار إلى قياس أو تقييم مستوى التفكير الخططي لدى مجموعة من لاعبي كرة القدم الناشئين (12-13-14 سنة).

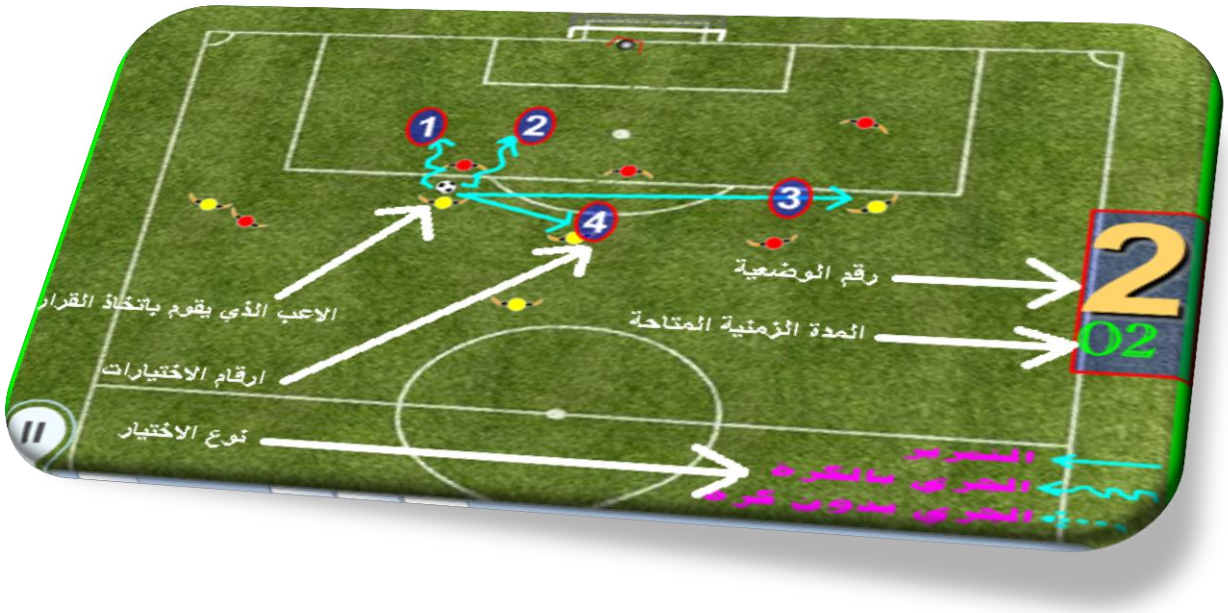
1-9-1-2 الأدوات المستخدمة : جهاز كمبيوتر محمول من نوع TOSHIBA ، برنامج حاسوبي FLASH PLAYER ،جهاز عرض DATA SHOW EPSON ،استمارة الإجابة مع قلم ،قسم دراسي مجهز بالطاولات و الكراسي.

1-9-1-3 الإجراءات و التعليمات : قمنا باختيار مجموعة من الوضعيات الخططية التي جاءت في اختبار

(Tctical soccer situations test) عن جمعية المدربين الأمريكيين

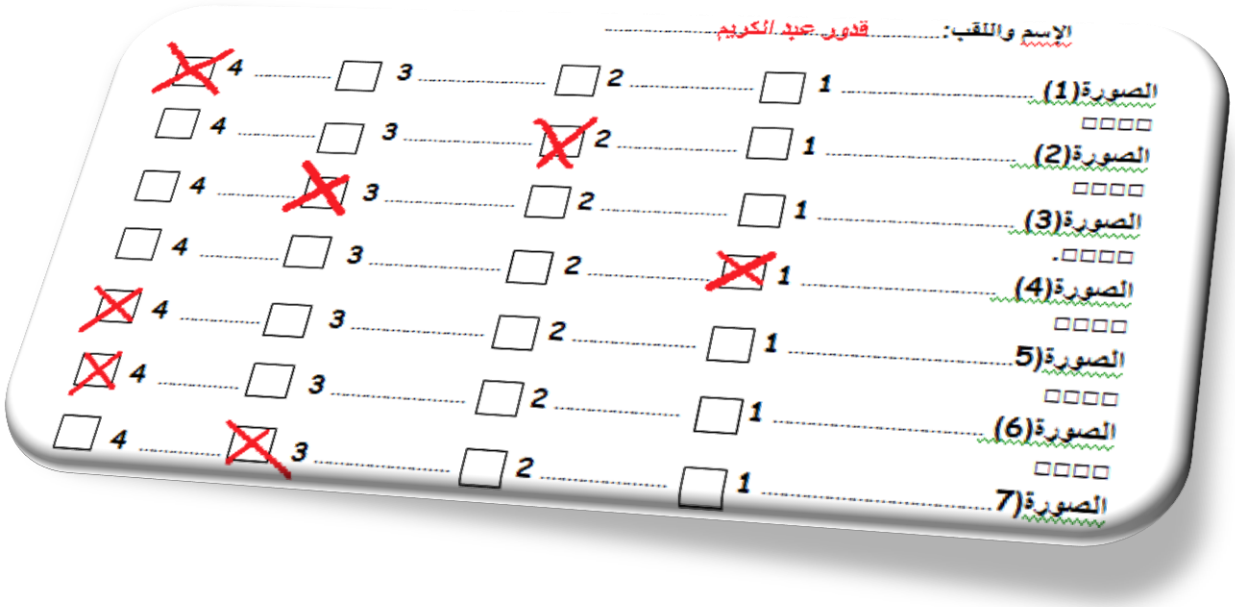
(National soccer coachs association of america)، وأعدنا رسمها على برنامج الفلاش بحيث تظهر كل وضعية لمدة عشرون ثانية ،حيث يجرى هذا الاختبار داخل قسم دراسي يتوفر على كراسي و طاولات لجلوس اللاعبين ، و بمساعدة جهاز العرض تعرض الوضعيات بشكل واضح أمام اللاعبين حيث يكون على كل اللاعب أن يختار الاختيار الخططي الأصح من أربعة بدائل مرقمة من واحد إلى أربعة ،و يؤشر على رقم

الإجابة التي يراها صحيحة على استمارة تقدم له قبل بداية الاختبار . و الصورة رقم (01) تقدم مثالا مع الشرح لإحدى الوضعيات المجودة في هذا الاختبار:



الصورة رقم (01) : توضح مثال عن الوضعيات الخططية في اختبار الجمعية الأمريكية لمدربي كرة القدم

و هناك عشرون صورة لوضعيات خططية متنوعة في هذا الاختبار، كما سبق و أشرنا تعرض تباعا على اللاعب مع العلم أن دوام ظهور كل صورة هو عشرون ثانية ،وخلال هذه الفترة يجب على اللاعب اختيار التصرف الأكثر صحة و فعالية بالنسبة له ولفريقه .و يضع إشارة (X) على الرقم الموالي للحل الذي يراه مناسبا، و الصورة رقم (02) توضح مثالا على ذلك .



الصورة رقم (02): توضح جزء من استمارة الإجابة التي يسجل عليها اللاعب إجابته.

1-9-1-4 طريقة التصحيح:

يتم التصحيح عن طريق منح درجات معينة للحلول المقترحة حسب صحتها وفعاليتها بالترتيب، حيث يأخذ الحل الأفضل أربع نقاط و الحل الثاني من حيث الأفضلية ثلاث نقاط و هكذا . وكمثال و تطبيق على الوضعية التي تظهر في الوضعية السابقة (الصورة رقم: 1) أعلاه فإن أفضل حل هو الحل رقم (2) ثم يليه رقم (1) ثم رقم (4) ثم رقم (3).فإذا اختار اللاعب الحل رقم (2) يمنح أربع نقاط او درجات و إذا اختار الحل رقم (1) يمنح ثلاث نقاط و إذا اختار الحل رقم (4) يمنح نقطتين ،وإذا اختار الحل رقم (3) يمنح نقطة واحدة .

1-9-2 اختبار (AR 1978) Test de **Vanderberg et Kuse(1978)**

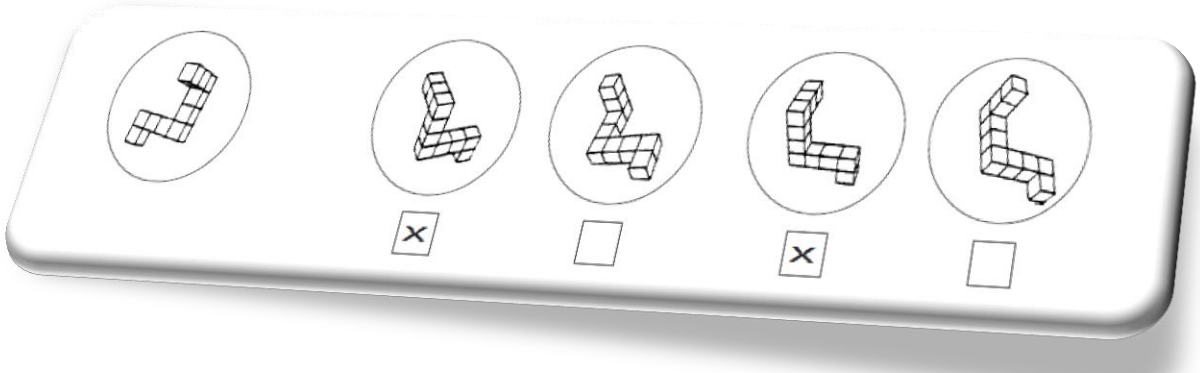
1-9-2-1 الغرض من الاختبار : قياس التصور العقلي من خلال أحد أبعاده .

1-9-2-2 الأدوات المستخدمة: جهاز كمبيوتر محمول من نوع TOSHIBA، جهاز عرض DATA SHOW EPSON ،استمارة الإجابة عليها رسوم الأشكال مع قلم ،قسم دراسي مجهز بالطاولات و الكراسي .

1-9-2-3 الإجراءات و التعليمات :

الاختبار عبارة عن مجموعة من الوضعيات ،تتكون كل منها من شكل هندسي ثلاثي الأبعاد موجود على أقصى يسار الورقة ،يقابله أربعة أشكال من نفس الرسم و لكن من زاوية نظر مختلفة حيث يكمن المشكل في وجود شكلين فقط من الأربع أشكال يتطابقان مع الشكل الموجود في أقصى اليسار .

على اللاعب أو المختبر أن يقوم بوضع علامة (X) في المربع الموجود تحت الشكل الذي يرى أنه يطابق الشكل الموجود على اليسار. و الصورة رقم (03) توضح ذلك.



الصورة رقم (03) :توضح مثال على الأشكال الهندسية الموجودة في اختبار Vanderberg et Kuse(1978) .

يتكون هذا الاختبار من 20 وضعية رسمت و قسمت هذه الوضعيات على أربع أوراق بواقع خمس وضعيات في كل صفحة .وقسم هذا الاختبار إلى جزئيين ،حيث لدى المختبر دقيقتين للإجابة على كل ورقة . بعد الانتهاء من الإجابة على ورقتين يتوقف لمدة دقيقتين للراحة ،ثم يستمر في أداء الجزء الثاني من الاختبار بنفس الطريقة .

1-9-2-4 طريقة التصحيح :

- 0.5 نقطة لكل إجابة صحيحة.
- 00 نقطة لكل إجابة خاطئة .

1-9-3 اختبار هاريس لقياس تركيز الانتباه اختبار(Harris 1984) (Dorothy Harris 1984, 189)

1-9-3-1 الغرض من الاختبار: اختبار قدرة اللاعبين على تركيز انتباهه .

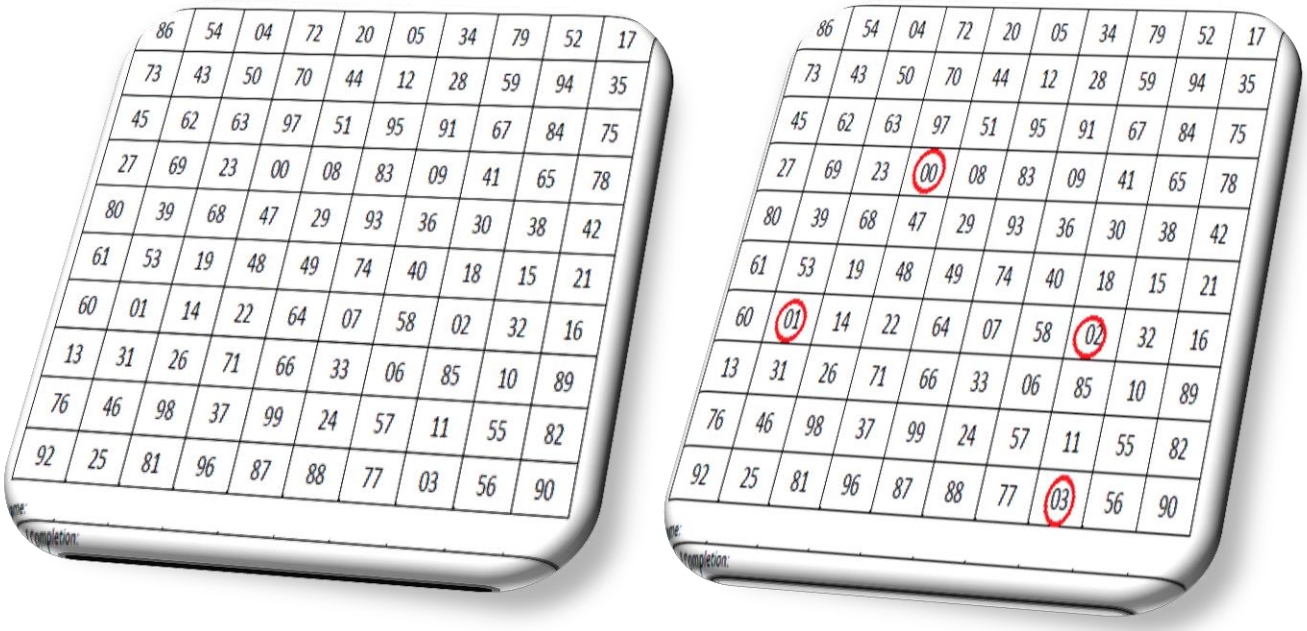
1-9-3-2 الأدوات المستخدمة : جهاز كمبيوتر محمول من نوع TOSHIBA ،جهاز عرض DATA SHOW EPSON لغرض الشرح ،استمارة الإجابة طبعت عليها شبكة (هاريس) لاختبار و تطوير تركيز الانتباه ،قلم ،قسم دراسي مجهز بالطاولات و الكراسي .

1-9-3-3 الإجراءات و التعليمات: الاختبار عبارة عن شبكة لكل الأرقام المحصورة بين 0 و 100 موضوعة بشكل عشوائي على ورقة ،حيث يكون على المختبر أن يبحث ويشطب على أقصى ما يستطيع من الأرقام بالترتيب بداية م من 0 ، بعد أن يأخذ كل لاعب مكانه

داخل القسم و يشرح الاختبار بمساعدة جهاز العرض ،توزع الاستمارات و توضع مقلوبة على الطاولة ،بعد سماع كلمة " أبدأ" يقلب اللاعب الورقة و يبدأ الاختبار حيث لديه دقيقتين من الزمن .و الصورة رقم(04) توضح مثالا على هذا الاختبار.

1-9-3-4 طريقة التصحيح:

تمنح نقطة على كل رقم صحيح، و أعلى علامة هي 20 نقطة.



الصورة رقم (04) :توضح شبكة هاريس لتركيز الانتباه ،على اليسار قبل بداية الاختبار وعلى اليمن بعد بداية الاختبار بلحظات.

1-10 الدراسة الاستطلاعية الثانية:

1-10-1 المرحلة الأولى:

تحضير و إعداد كل الوسائل و المستلزمات لإجراء التجربة الرئيسية:

- المراسلات الإدارية، الاتصال بالهيئات الرسمية لاستصدار التراخيص اللازمة من اجل الإجراءات الميدانية للدراسة.
- التحضير الورقي للاختبارات والالكتروني بالشكل القابل للتطبيق.
- تحضير البرنامج التعليمي لرياضة الشطرنج و تحكيمه.

1-10-2 المرحلة الثانية:

التحقق من الأسس العلمية للاختبارات:

بعد إيجاد عينة تتشابه في معظم خصائصها مع العينة الرئيسية للدراسة (العينة التجريبية). قام الطالب الباحث بمساعدة المشرف بإجراء الاختبارات على العينة متكونة من 16 لاعب قصد التحقق من عدة جوانب و التي تمثلت في:

- مدى فهم العينة لمتطلبات الاختبارات ومفرداتها.
- مدى ملائمة التوقيت الممنوح لانجاز الاختبارات.
- التحقق من الأسس العلمية للاختبارات.

و قد لاحظ الطالب الباحث خلال الدراسة الاستطلاعية الثانية أن الاختبارات كانت مناسبة وهي في متناول العينة من حيث التوقيت، الانجاز و الفهم.

1-11 التحقق من الأسس العلمية للاختبارات :

الجدول رقم (05) : يلخص معاملات الأسس العلمية للاختبارات :

الجدول رقم (05) : يلخص معاملات الأسس العلمية للاختبارات وطرق التوصل إليها

الاختبار	الصدق		الثبات		الموضوعية	
	الطريقة	القيمة	الطريقة	القيمة	الطريقة	القيمة
اختبار الجمعية الأمريكية لمدربي كرة القدم للتفكير الخططي:	الصدق الظاهري أو صدق المحكمين (*)	%100	الاختبار و أعادة الاختبار (معامل الارتباط البسيط بيرسون)	0.83	حساب معمل الارتباط البسيط بيرسون بين نتائج مصححين مختلفين	0.98
	الصدق العاملي	0.84	معامل ألفا كروبتخ للاتساق الداخلي	0.71		
اختبار Vanderberg et Kuse(1978) للتصور العقلي:	الصدق الظاهري أو صدق المحكمين	%91	الاختبار و أعادة الاختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون	0.80		0.98
	الصدق العاملي	0.89	معامل ألفا كروبتخ للاتساق الداخلي	0.79		
اختبار (Harris 1984) لقياس تركيز الانتباه:	الصدق الظاهر أو صدق المحكمين	%100	الاختبار و أعادة الاختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون	0.83		0.98
	الصدق العاملي	0.91				

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ ما يلي:

1-11-1 صدق الاختبارات:

بالنسبة إلى صدق الاختبارات اعتمدنا طريقتين و هما:

1) صدق المحكمين الملحق رقم (04) فمن أجل التأكد من صدق الاختبارات المستخدمة تم عرضها على مجموعة من الخبراء و عددهم 12 خبيرا و متخصصا في كرة القدم من أكاديميين و مدربين من أصحاب الخبرة العلمية و الميدانية في المجال تدريب كرة القدم عامة و التدريب الذهني خاصة و لقد حازت كل الاختبارات على نسبة إجماع مقبولة جدا تراوحت بين (91%) و (100%).

2) الصدق ألعاملي و هو الجذع ألتربيعي لمعامل الثبات، حيث و بالنسبة للأخبار الأول "اختبار الجمعية الأمريكية لمدربي كرة القدم للتفكير الخططي" بلغ معامل الصدق (0.84) و هو معامل مقبول جدا، أما بالنسبة للاختبار الثاني "اختبار Vanderberg et Kuse(1978) للتصور العقلي" فتوصلنا إلى معامل مقبول كذلك و هو (0.89)، ونفس الشيء بالنسبة للاختبار الثالث "اختبار(Harris 1984) لقياس تركيز الانتباه" حيث بلغ معامل الصدق (0.91).

1-11-2 معامل ثبات الاختبار:

فيما يخص معامل الثبات للاختبارات فاستخدمنا كذلك طريقتين مختلفتين و هما حساب معامل ألفا كرونباخ ماعدا في الاختبار الثالث ،و طريقة الاختبار و إعادة الاختبار بواسطة حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبارين. وتراوحت قيمة معامل ألفا كرونباخ في الاختبار الأول و الثاني على التوالي: (0.71) و (0.79) و هما قيمتان تؤكدان الثبات حيث أنها اكبر من القيمة دنيا المقبولة في مثل هذه الحالات وهي (0.6)، أما قيم معاملات الارتباط في طريقة الاختبار و إعادة الاختبار فجاءت على النحو التالي بالترتيب (0.83) ، (0.80) ، (0.83)، وهي كذلك معاملات مرتفعة تأكد تحقق عامل الثبات في الاختبارات .

1-11-3 موضوعية الاختبار:

أما بالنسبة لموضوعية الاختبارات فلقد حرص الطالب الباحث على الابتعاد عن التحيز قدر الإمكان، حيث و بتوجيه من السيد المشرف قمنا بالاعتماد على مصححين أثنين في عملية تفريغ و تصحيح نتائج الاختبارات و قمنا بحساب معامل الارتباط البسيط بيرسون بين النتائج فكان الارتباط قوي جدا يكاد يصل إلى القيمة الارتباط التام.

1-12 التجربة الرئيسة :

1-12-1 ملخص التجربة :

بعد ضبط كل الأمور التنظيمية و الإدارية التي اشتملت على:

- إجراء المراسلات الإدارية من أجل التنسيق واتفاق على موعد توفير قاعة لدراسة
- الحصول موافقة الأولياء أمور اللاعبين لمشاركة أبنائهم في الدراسة و التماس تعاونهم من خلال تسهيل مشاركة أبنائهم في هذه الدراسة خلال المدة المقررة.
- إعداد الوسائل البيداغوجية من جهاز عرض و كمبيوتر ،توفير رقع الشطرنج .
- دراسة و تحديد البرنامج و المحتوى المقرر من خلال تحضير البرنامج الحاسوبي .
- اختيار المقاربة البيداغوجية المناسبة لتحقيق الأهداف التعليمية المسطرة .

قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين، مجموعة ضابطة و مجموعة تجريبية، بعد التأكد من التجانس تم تطبيق الاختبارات القبلية لقياس كل المتغيرات قيد الدراسة و هي اختبار التفكير الخططي و اختبار التصور العقلي و اختبار تركيز الانتباه. تم التحضير النهائي للتجربة الرئيسة و اتفاق مع كل المشاركين فيها من أفراد العينة التجريبية و فريق العمل على موعد بداية التجربة الرئيسية.أما أفراد المجموعة الضابطة فقد تابعوا نشاطاتهم اليومية التدريبية و الدراسية بصفة عادية .

استغرق تنفيذ التجربة حوالي (3) أشهر قسمت على مرحلين هدفت المرحلة الأولى إلى تعليم أساسيات لعبة الشطرنج ،و هدفت المرحلة الثانية إلى تمكين أفراد العينة من لعب

وممارسة لعبة الشطرنج ،حيث قمنا في المرحلة الأولى التي كانت في عطلة الشتاء (من 2017/12/21 إلى 2018/01/06) بتنفيذ 15 حصة تعليمية بإحدى قاعات متوسطة ساجي احمد بالحساسنة بمعدل ساعة ونصف لكل حصة ابتدءا من الساعة 14:00 زوالا . و تلت المرحلة الثانية هذه المرحلة مباشرة بحيث اقتصر العمل خلا هذه المرحلة على حصتين أسبوعيا (الثلاثاء و الجمعة أو السبت)، بحكم أن كل أفراد العينية التجريبية هم تلاميذ متمدرسين و لا يمكن العمل معهم إلا خلال العطل الأسبوعية .

1-12-2 التجربة من حيث الطريقة و الشكل:

حاول الطالب الباحث مع فريق العمل المساعد استخدام أسلوب تعلمي تفاعلي ونشط و الابتعاد قدر الإمكان على الجو الدراسي النظامي الذي قد يسبب ملل وعزوف اللاعب عن المشاركة ،و ذلك من خلال العمل على توفير مناخ إيجابي للتعلم و الممارسة بواسطة المتعة و اللعب. وقد استخدمت طريقة عرض وشرح بجهاز العرض Data show .

1-12-3 التجربة من حيث المحتوى : بعد الاستفسار من بعض المختصين ودارسين في لعبة الشطرنج حول أفضل و أنجع البرامج لتعليم الشطرنج للأطفال ،نصح الطالب الباحث بالاستعانة بالبرنامج الحاسوبي التعليمي المسمى CHESSMASTER .حيث جاء في هذا البرنامج كل ما يجب تعلمه في اللعبة بطريقة تفاعلية ،التمسنا من خلالها سهولة و انسيابية في العملية التعليمية حيث كانت مقبولة محببة للعبي المجموعة التجريبية .

بعد الانتهاء من التنفيذ البرنامج تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة الدراسة (كلى المجموعتين) و في نفس ظروف تنفيذ الاختبارات القبلية . لتم جمع البيانات و تحليلها لتأكد من صحة الفرضيات و بالتالي الإجابة على تساؤلات الدراسة.

1-13 صعوبات الدراسة:

- قلت الدراسات المشابهة على البيئة الجزائرية حيث وفي حدود إمكانيات الباحث و ما استطاع الوصول إليه من مراجع، لم توجد أي دراسة تتناول موضوع استخدام الشطرنج كوسيلة لتحضير و إعداد النفسي و الذهني للرياضيين.

- وجد الطالب الباحث صعوبة كبيرة كذلك في إيجاد الاختبارات ووسائل جمع البيانات في المجال النفسي و الذهني لدى الرياضيين الناشئين عامة و لدى لاعبي كرة القدم الناشئين خاصة ،حيث أن أغلب الاختبارات الموجودة تعتمد على الاستبيانات و هي غير ملائمة في نظر الطالب الباحث للمستوى المعرفي و التعليمي للفئة السنية التي تشكلت منها عينة الدراسة .

الفصل الثاني

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد:

إن النتائج الخام المتوصل إليها من استعمال أي وسيلة لجمع المعلومات ليس له أي مدلول ما لم تعرض و تحلل هذه النتائج تحليلا دقيقا يسمح من استنباط الحقائق و لاختبار صحة فرضيات الدراسة الحالية قام الطالب الباحث بالتحليلات الإحصائية الضرورية التي سيتم عرضها من خلال تبيان نتائج الاختبارات و تحليلها و مناقشتها.

و بناءا على النتائج المتوصل إليها سنحاول من خلال هذا الفصل الوقوف على الاستنتاجات الهامة و مقابلة النتائج بالفرضيات و أخيرا الخلاصة العامة و عرض جملة من الاقتراحات و التوصيات.

2-1 عرض نتائج الدراسة وتحليلها :

من أجل إعطاء صورة واضحة وشاملة لنتائج الدراسة قام الطالب الباحث بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على أساس الفرضيات و الأهداف الموضوعة في بداية الدراسة.

2-1-1 التكافؤ بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في كل المتغيرات المدروسة قبل بداية التجربة الرئيسية:

يعد التأكد من تكافؤ العينتين التجريبية والضابطة في كل المتغيرات التابعة قيد الدراسة قبل بدء التجربة الرئيسية من أهم الخطوات التي يتبناها الباحث، حيث يشكل عنصر التكافؤ بين العينتين عامل مفصلي في مصداقية النتائج و مدى صحة تفسيرها. و للتأكد من التكافؤ بين لاعبي المجموعتين الضابطة والتجريبية تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent-Samples T Test)، ونتائج الجدول رقم(06) تبين ذلك حيث نفترض الآتي:

الفرض الصفري: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات القبلية بين العينتين التجريبية و الضابطة (و بالتالي لا يوجد تكافؤ).

الفرض البديل: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات القبلية بين العينتين التجريبية و الضابطة (و بالتالي يتحقق التكافؤ)

الجدول رقم (06) نتائج اختبار (ت) للتكافؤ بين لاعبي المجموعتين الضابطة والتجريبية(ن=38)

المتغيرات البدنية	المجموعة الضابطة (ن= 18)		المجموعة التجريبية (ن= 18)		درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة*
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
التفكير الخططي	2.98	0.15	2.93	0.14	17	0.951	0.355
التصور العقلي	11.22	2.10	11.00	2.04		0.258	0.800
تركيز الانتباه	8.44	3.80	9.05	3.73		0.538-	0.597

يتضح من الجدول رقم (06) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \geq$ 0.05) بين لاعبي المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل المتغيرات التابعة قيد الدراسة وهي التفكير الخططي، التصور العقلي و التركيز الانتباه ،وهذه النتائج تدل على التكافؤ بين لاعبي المجموعتين حيث تأكد على أن لاعبي المجموعتين يمتلكون نفس المستوى من التفكير الخططي و التصور العقلي و التركيز الانتباه قبل بداية التجربة الرئيسية .

2-1-2 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى، الثانية و الثالثة حيث كان نص الفرضيات كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التفكير الخططي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التصور العقلي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

ومن أجل فحص صحة هذه الفرضيات تم استخدام اختبار (ت) (Paired- Samples T Test) لدلالة الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي في متوسطات مستوى التفكير

الخططي و التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه للعينة التجريبية و الجدول رقم (07) يبين ذلك.

الجدول رقم (07): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين القياسين القبلي و البعدي و كذلك النسبة المئوية للتغير المستوى في متوسطات مستوى التفكير الخططي و التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه للعينة التجريبية (ن= 18)

الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة*	النسبة المئوية للتحسن %
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف				
التفكير الخططي	2.93	0.14	3.50	0.23	9.507	17	*0.000	14.10
التصور العقلي	11.22	2.10	12.88	2.10	4.250	17	0.001	8.31
تركيز الانتباه	8.44	3.80	12.61	4.52	6.022	17	*0.000	20.83

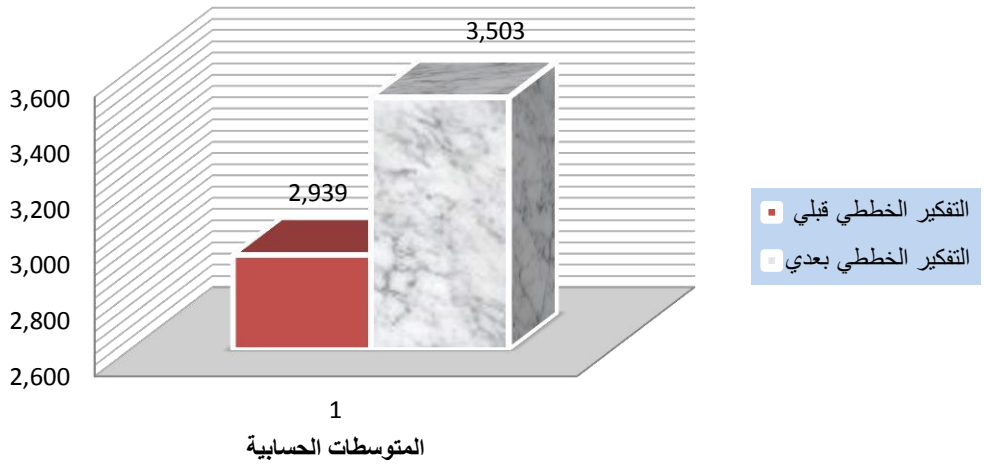
يتضح من الجدول رقم (07) ان قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي الاختبار القبلي و البعدي لدى العينة التجريبية في اختبار التفكير الخططي بلغت : 9.507 ،و في اختبار التصور العقلي بلغت: 4.250، و في اختبار تركيز انتباه بلغت : 9.022، بدرجة حرية قدرت ب: 17 و مستوى ثقة أكبر بكثير من 0.05 .

و منه نستنتج أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) في مستوى التفكير الخططي، التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه ،والأشكال البيانية من (2-3-4-5) تبين ذلك. و نلاحظ كذلك من خلال نفس الجدول نسبة تحسن نتائج أفراد العينة التجريبية في متغيرات الدراسة حيث قدرت النسبة المئوية للتحسن في التفكير الخططي ب:

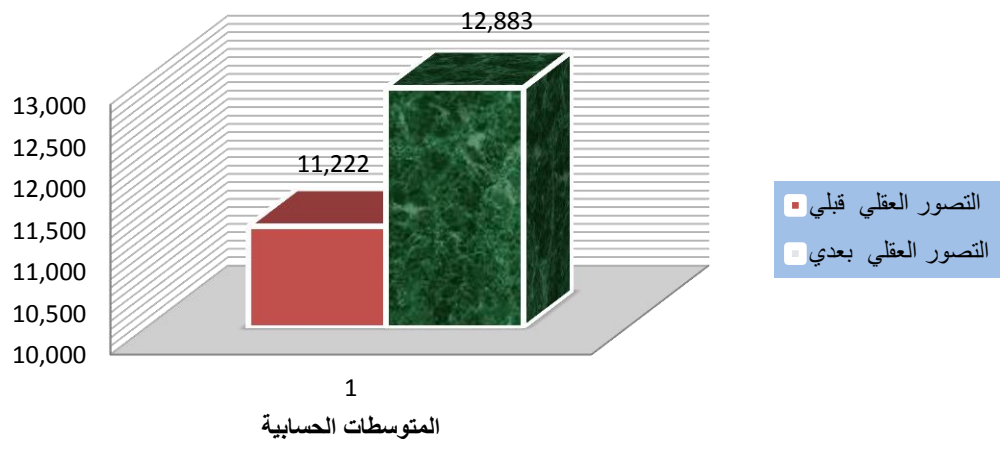
14.10% ، بينما حصلتا على : 8.31% كنسبة للتحسن في قدرة التصور العقلي، و كانت أحسن نسبة للتحسن في صفة تركيز الانتباه بحوالي 20.83%.

و الأشكال البيانية توضح ذلك:

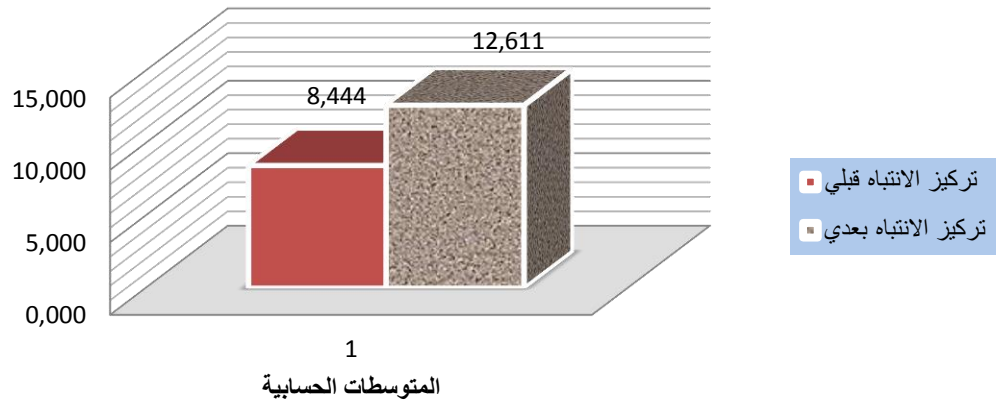
الشكل البياني رقم (02) يوضح الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار التفكير الخططي



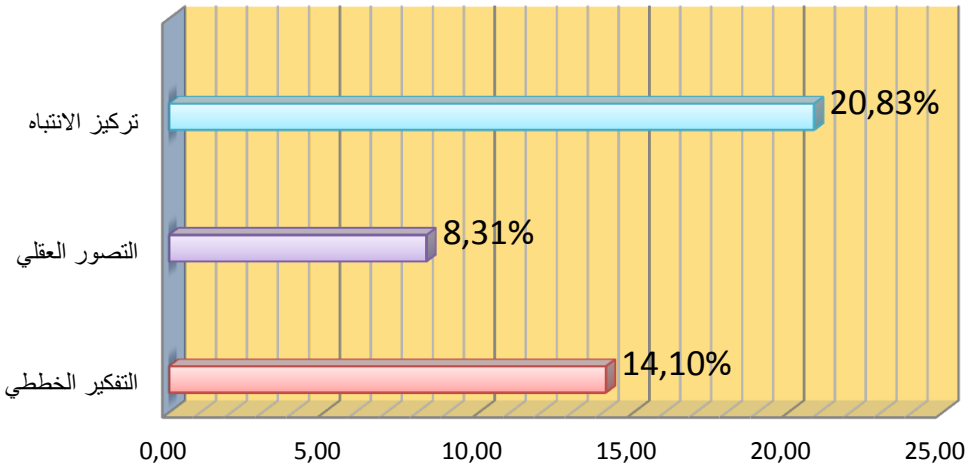
الشكل البياني رقم (03) يوضح الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار التصور العقلي



الشكل البياني رقم (04) يوضح الفرق بين متوسطات الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار تركيز النتباه



الشكل البياني رقم (05) يوضح نسبة التحسن لدى أفراد العينة التجربية بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي



من خلال ما ورد في الجدول رقم (07) و الأشكال البيانية رقم (2،3،4،5) يرى الطالب الباحث أن عامل تعلم و ممارسة لعبة الشطرنج الذي استعمل في هذه الدراسة كمتغير مستقل قد أثر بشكل ملموس في تحسين مستويات لاعبي العينة التجريبية في كل من التفكير الخططي ،التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه .

و السبب في ذلك يعود الى أن لاعبي المجموعة التجريبية أثناء تعلمهم لعبهم الشطرنج ،يجدون أنفسهم دائما في حاجة إلى التركيز و استعمال قدراتهم العقلية لمواجهة المشكلات التي تفرضها الوضعيات الدفاعية و الهجومية المختلفة لهذه اللعبة. حيث سيقومون و يتعودون على باتخاذ القرارات بشكل ذاتي ومستقل و يجربون تحمل مسؤولية النتائج المترتبة على هذه القرارات ،و لا يقومون بتحليل تحركات الخصم و رد عليها فحسب ،بل يمكنهم المبادرة بحركات مبتكرة ومفاجئة كذلك .و اتفقت نتائج هذه الدراسة مع الكثير من نتائج الدراسات التي قام بها البروفيسور روبرت فرغسون ومن أهمها دراسته التي كانت بعنوان: " تنمية التفكير الإبداعي و التفكير الناقد من خلال الشطرنج " Developing Critical and Creative) (Thinking through Chess (Ferguson, A REVIEW OF KEY CHESS RESEARCH STUDIES 1995, 15).

2-1-3 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة والذي نصها:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للاختبارات البعدية بين متوسطات العينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح العينة التجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة .

ومن أجل فحص هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) (Paired- Samples T Test) لدلالة الفروق في المتوسطات بين القياسين البعدي- البعدي لدى لاعبي المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة ، ونتائج الجدول رقم (08) تبين ذلك.

جدول (08) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	المجموعة الضابطة – القياس البعدي (ن= 18)		المجموعة التجريبية – القياس البعدي (ن= 18)		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة*
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
التفكير الخططي	3.05	0.13	3.50	0.23	6.123	17	0.000 دال
التصور العقلي	11.61	1.78	12.88	2.10	1.775	17	0.094 غير دال
تركيز الانتباه	10.05	3.26	12.61	4.52	1.83	17	0.084 غير دال

- يبين الجدول (08) نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية حيث نلاحظ وجود فروقاً معنوية بين الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار التفكير الخططي إذ حققت المجموعة الضابطة في هذا الاختبار وسطاً حسابياً قدر ب : 3.05 بانحراف معياري وصل إلى : 0.13 بينما حققت المجموعة التجريبية وسطاً حسابياً قدر ب : 3.50 وبانحراف معياري قيمته: 0.23 .و بلغت قيمة (ت) : 6.123 و تحت درجة حرية: 17 ومستوى دلالة (0.000) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار التفكير الخططي .
- فيما يخص دلالة الفروق بين متوسطات العينة التجريبية و العينة الضابطة في اختبار البعدي للتصور العقلي فحققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً قدر ب : 11.61

بانحرافً معياري وصل إلى : 1.78 بينما حققت المجموعة التجريبية وسطاً حسابياً قدر ب : 12.88 وبانحراف معياري قيمته : 2.10 بينما بلغت قيمة (ت) : 1.775 و تحت درجة حرية: 17 ومستوى دلالة (0.094) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبارات البعدية .

- أما فيما يخص دلالة الفروق بين متوسطات العينة التجريبية و العينة الضابطة في اختبار البعدي لتركيز الانتباه فحققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً قدر ب : 10.05 بانحرافً معياري وصل إلى : 3.26 بينما حققت المجموعة التجريبية وسطاً حسابياً قدر ب : 12.61 وبانحراف معياري قيمته : 4.61 بينما بلغت قيمة (ت) : 1.83 و تحت درجة حرية: 17 ومستوى دلالة (0.084) مما يدل كذلك على عدم وجود فروق معنوية بين العينتين .

من خلال ما تقدم عرضه نلاحظ أن هناك تطوراً في المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة، غير أن عملية التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار البعدي للعينتين باستخدام اختبار (T-test) لدلالة الفروق بين المتوسطات .كشفت أن تعلم لعب الشطرنج أثر في تنمية التفكير الخططي للاعبين بصفة دالة مقارنة مع لاعبي المجموعة الضابطة، في حين لم نتوصل إلى فروق دالة بين المجموعتين في صفتي التصور العقلي و التركيز الانتباه .حيث يفسر الطالب الباحث التطور الحاصل في مستوى التفكير الخططي لدى العينة التجريبية بوجود تأثير لممارسة وتعلم لعبة الشطرنج. ويعزو الطالب الباحث سبب

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في متغيري التصور العقلي و تركيز الانتباه إلى قصر الفترة التي مارس خلالها أفراد العينة التجريبية لعبة الشطرنج حيث أنها لم تتجاوز ثلاث أشهر و نصف و هي فترة قصيرة جدا لا تسمح باكتساب خبرة جيدة في هذه اللعبة المعقدة ،بإضافة إلى تدخل جملة من المتغيرات كالحالة النفسية دافعية اللاعب.أما التطور الحاصل لدى لاعبي المجموعة الضابطة في الصفات الذهنية قيد الدراسة فيمكن تفسيره بعامل الدخيلة العوامل النضج و كذلك التدريب و خاصة التدريب الذهني الموجود بطريقة مدمجة بالتمارين المنافسة التطبيقية .

و إذا نظرنا إلى النتائج من منظور إحصائي آخر وهو النسب المئوية للتحسن فإننا نقدم النتائج كما تظهر في الجدول التالي:

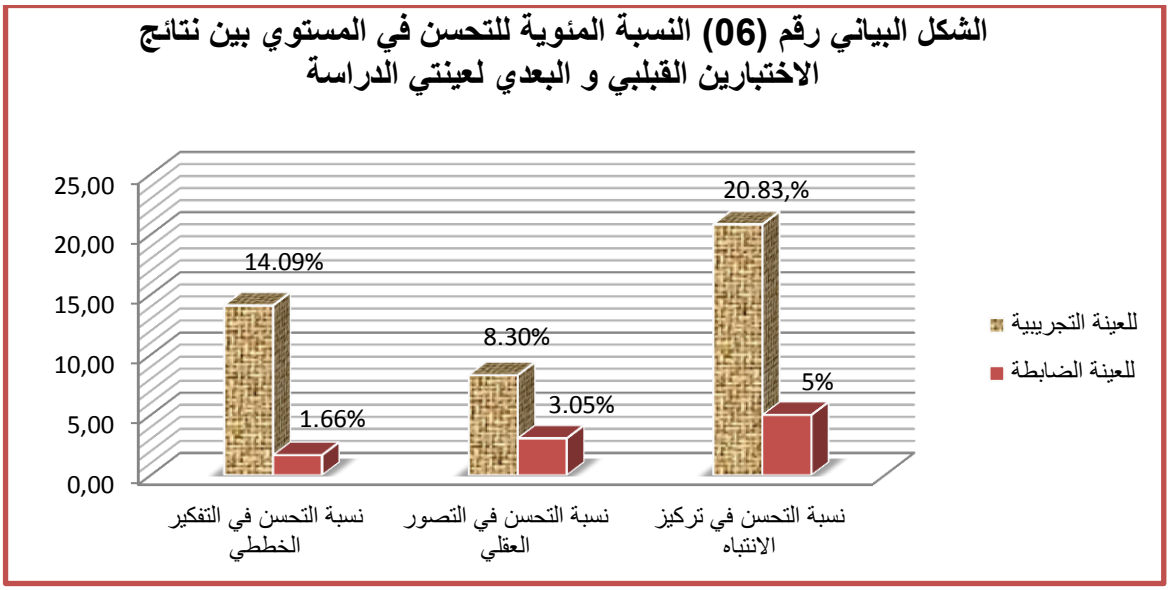
الجدول رقم (09) يوضح النسبة المئوية لتحسن المستوي بين نتائج الاختبارين القبلبي و البعدي لعينتي الدراسة

	نسبة التحسن التفكير الخططي	نسبة التحسن التصور العقلي	نسبة التحسن في تركيز الانتباه
للعينة التجريبية	% 14,10	% 8,31	% 20,83
للعينة الضابطة	% 1,67	% 3,06	% 5,00

من خلال الجدول رقم (09) نجد أن أفراد العينة التجريبية حققوا نسب تحسن معتبرة في الاختبارات البعدية مقارنة بنظرائهم من العينة الضابطة ،حيث بلغت النسبة المئوية للتحسن

في مستوى التفكير الخططي لدى العينة التجريبية : 14.10% مقابل : 1.6% فقط لدى العينة الضابطة ، و بلغت النسبة المئوية للتحسن في مستوى التصور العقلي لدى العينة التجريبية : 8.31% مقابل : 3.06% فقط لدى العينة الضابطة أما فيما يخص النسبة المئوية للتحسن في مستوى تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية فحقق أكبر نسبة ب: 20.83% مقابل: 5.00% فقط لدى العينة الضابطة .و شكل البياني رقم (06) يوضح هذه النسب بشكل أفضل :

الشكل البياني رقم (06) النسبة المئوية للتحسن في المستوي بين نتائج الاختبارين القبلبي و البعدي لعينتي الدراسة



من خلال الجدول و الشكل البياني السابقين يتضح جليا أنه و رغم عدم أثبات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين الضابطة و التجريبية في متغيري التصور العقلي و تركيز الانتباه، إلا أنه يوجد تأثير لتعلم وممارسة الشطرنج لا يمكن إهماله أو نفيه، فحسب علم الطالب الباحث فإن نسب التطور المعتبرة المحققة في مستوى لاعبي المجموعة التجريبية في كل من التفكير الخططي و التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه و في

ظرف زمني وجيز (ثلاث أشهر) من الخضوع للمتغير التجريبي (تعلم وممارسة الشطرنج) ،يصعب تحقيقها من خلال الطرق التقليدية لعملية تحضير وتدريب اللاعبين الناشئين في كرة القدم . خاصة إذا علمنا أن لاعبي عينة الدراسة (الضابطة و التجريبية) كانوا يتابعون تدريباتهم بشكل موحد و منتظم و تحت قيادة نفس المدربين و هم من ذوي الكفاءة العلمية والميدانية الملحق رقم (05) ،الأمر الذي يضمن أنهم كانوا يطبقون برامج تدريبية مناسبة لقدرات لاعبيهم من حيث المحتوى ،ويعملون بالانتظام في الوحدات التدريبية من خلال استخدام التمارين والتكرارات الصحيحة . وعلى الرغم من ذلك لم يصل لاعبي المجموعة الضابطة إلى نصف ما حققه لاعبي العينة التجريبية في التطور مستوى التفكير الخططي و التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه . ولعل النسب المحققة لدى لاعبي المجموعة التجريبية في مستويات التفكير الخططي و التركيز الانتباه تقدم اكبر دليل على ذلك .

2-2 الاستنتاجات:

في ظل أهداف البحث وفرضياته وفي ضوء المعالجة الإحصائية للبيانات وعرضها وتحليلها فيما سبق من صفحات، حيث بينا في البداية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي- القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، مما يقدم دليلا قويا على تكافؤ العينتين قبل إجراء التجربة الرئيسية على العينة التجريبية، مما يخول الطالب الباحث أن يعزو التغير الحاصل في نتائج العينة التجريبية في نهاية الدراسة إلى وجود تأثير للمتغير المستقل .

2-3 مقابلة النتائج بالفرضيات الأولى، الثانية و الثالثة حيث كان نص الفرضيات كما يلي:

الفرضية الأولى : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التفكير الخططي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

الفرضية الثانية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار التصور العقلي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

الفرضية الثالثة : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبار تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (07) و ممثلة بيانيا في الأشكال البيانية (2،3،4،5)، نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في اختبارات التفكير الخططي ،التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي . وهو ما يؤكد صحة الفرضيات الثلاث الأولى للدراسة .

2-4 مقابلة النتائج بالفرضية الرابعة و التي كان نصها:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين متوسطات العينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح العينة التجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة .

من خلال الجدول رقم (08) وجدنا أنه هناك تطوراً في المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل المتغيرات قيد الدراسة ،غير أن عملية التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار البعدي

للعينتين باستخدام اختبار (T-test) لدلالة الفروق بين المتوسطات .كشفت ان تعلم لعب الشطرنج أثر في تنمية مستوى التفكير الخططي لدى لاعبي المجموعة التجريبية بصفة دالة مقارنة مع لاعبي المجموعة الضابطة ،في حين لم نتوصل إلى فروق دالة بين المجموعتين في صفتي التصور العقلي و التركيز الانتباه ،و بالتالي نستنتج أن الفرضية الرابعة لدراسة لم تتحقق .

2-5 التوصيات:

- إجراء المزيد من الدراسات و البحوث في هذا الموضوع ،مع مدة الممارسة أطول للعبة الشطرنج و اكتشاف العلاقة المحتملة للاكتساب مستويات متقدمة في اللعبة مع مستويات الأداء للاعبي كرة القدم
- التنويع في استخدام الطرق و الأساليب في المستخدمة في الإعداد الذهني لما لها من أثر كبير في تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي للاعبين .
- يذهب الطالب الباحث إلى أن تعليم و ممارسة رياضة الشطرنج ضمن البرامج التدريبية و لعبها من طرف اللاعبين الناشئين قد يقدم مساهمة واضحة و متميزة في تنمية الكثير من الملكات العقلية المستعملة في الأداء الجيد للاعب، و كذلك تسهيل تعلمه و تطوره خلال مسيرته الرياضية.
- كما يقترح الطالب الباحث إجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية أخرى تأخذ جانب التدريب الذهني مع جوانب التعلم والتدريب وتطوير المعرفة الخططية.

6-2 الخلاصة العامة:

لم تعد عملية تدريب الناشئين تقتصر على مجرد تدريب بدني شاق و ممل ليس اللاعب فيه دور سوى تنفيذ أوامر مدربه، إن اللاعب الناشئ في حاجة ماسة إلى التعود على التركيز واستعمال قدراته العقلية لمواجهة التحديات والضغوطات التي تفرضها المنافسة في مباريات كرة القدم. حيث سيقوم باتخاذ القرارات بشكل ذاتي و مستقل و يتعود على تحمل مسؤولية النتائج المترقبة على هذه القرارات.و باعتبار رياضة الشطرنج الرياضة الأكثر استعمالا للقدرات العقلية و القرارات الحاسمة، رأى الطالب الباحث افتراضا بان تعلم لعبة الشطرنج له دور في تنمية التفكير الخططي بالإضافة إلى بعض القدرات العقلية لدى ناشئ كرة القدم اقل من 15 سنة.

و لإثبات هذه الفرضية قام الطالب الباحث بإجراء مجموعة من الاختبارات المتعلقة بالتفكير الخططي، التصور العقلي و تركيز الانتباه على مجموعتين من اللاعبين الناشئين. المجموعة الأولى تلقت برنامج تعليمي خاص بلعبة الشطرنج، وبعد جمع النتائج و تحليلها توصلنا إلى تحقق أن عامل تعلم و ممارسة لعبة الشطرنج الذي استعمل في هذه الدراسة لمتغير مستقل قد اثر بشكل ملموس في تحسين مستويات لاعبي العينة التجريبية في كل من التفكير الخططي، التصور العقلي و كذلك تركيز الانتباه.

الملخص :

الهدف من هذه الدراسة معرفة تأثير تعلم وممارسة الشطرنج في تحسين مستوى التفكير الخططي وبعض القدرات العقلية (التصور العقلي و تركيز الانتباه) لدى لاعبي كرة القدم الناشئين (اقل من 15 سنة).

تتألف عينة الدراسة من 36 لاعب مقسمين إلى مجموعتين ، المجموعة التجريبية والضابطة. تم تحديد أدوات القياس وإعادة تصميمها من قبل الطالب الباحث مع التحقق من جميع الخصائص السيكومترية ،واشتملت التجربة على تدريس وممارسة الشطرنج من قبل لاعبي المجموعة التجريبية في فترة دامت ثلاثة أشهر ، قمنا بقياس مستوى المتغيرات المذكورة أعلاه قبل وبعد تجربة لكل مجموعة.وبغرض تحليل بيانات الخام هذه القياسات ، استخدمنا البرنامج الإحصائي SPSS ،كشفت النتائج أن التعلم وممارسة الشطرنج ساهم إيجابيا في تنمية مستوى التفكير الخططي ،التصور العقلي ،تركيز الانتباه بين لاعبي كرة القدم الناشئين الذين تقل أعمارهم عن 15 سنة. بالإضافة إلى ذلك ، كانت النسب المئوية للتحسين معتبرة للغاية (14.10٪) في التفكير الخططي (8.31٪) في التصور العقلي و (20.83٪) تركيز الانتباه.

استناداً إلى النتائج ،أوصى الباحث بأهمية تطبيق الشطرنج على عملية التحضير الذهني للاعبي كرة القدم الناشئين.

الكلمات المفتاحية: الشطرنج ،التفكير الخططي ،القدرات العقلية ،اللاعب الناشئ لكرة القدم .

RÉSUMÉ

Le but de cette étude était d'identifier l'effet de l'apprentissage et la pratique d'échecs sur l'amélioration du niveau de la pensée tactique et certaines capacités mentales (imagination mentale et de la concentration) chez les jeunes joueurs de football U15, l'échantillon de cette étude était composée de 36 joueurs divisé en deux groupes, le expérimental et le groupe témoin. Les outils de mesure a été déterminée et redessinés par le chercheur avec toutes les caractéristiques psychométriques, l'expérience était constituée de l'enseignement et la pratique d'échecs par les joueurs du groupe expérimental en une période de trois mois, nous avons mesuré le niveau des variables mentionnées ci-dessus avant et après la expérience de chaque groupe.

Pour analyser les données, nous avons utilisé SPSS pour trouver les moyennes, les pourcentages, le test T apparié, le test T indépendant. Les résultats ont révélé que l'apprentissage et la pratique des échecs développent le niveau de réflexion tactique, d'imagination mentale et de la concentration parmi les jeunes footballeurs de moins de 15 ans. En outre, les pourcentages d'amélioration ont été très intéressants pour que (14,10%) dans la pensée tactique, (8,31%) dans l'imagination mentale et (20,83%) de la concentration. Sur la base des résultats, le chercheur a recommandé l'importance d'appliquer les échecs au processus de préparation mentale des jeunes joueurs de football.

Mots-clés: échecs, pensée tactique, capacités mentales, jeunes joueurs de football.

ABSTRACT

The purpose of this study was to identify the effect of learning and practicing chess on the enhancement of the level of tactical thinking and certain mental abilities (Mental imagination and concentration) among young soccer players U15, The sample of this study was consisted of 36 players divided on two groups, experimental and control group. the tools of measurement was determined and redesigned by the researcher with all psychometric characteristics ,the experiment was consisted of teaching and practicing chess by the players of experimental group in a period of three months, we measured the level of the aforementioned variables, before and after the experiment for each group. to analyze data we used SPSS to find Means, percentages, paired t test, independent t test. The results revealed that learning and practicing chess developed the level of tactical thinking, mental imagination and concentration among young soccer players U15. Furthermore, the percentages of enhancement were very interesting so that (14.10%) in tactical thinking, (8.31%) in mental imagination and (20.83%) in concentration. Based on the findings, the researcher recommended the importunacy of appling Chess in the process of preparing mentally the young players of soccer.

Keywords: Chess, Tactical thinking, Mental abilities, Young players of soccer U15

قائمة المراجع باللغة العربية:

1.أسامة كمال راتب. (1997). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

2.ترجمة فائق دحدوح. (2009). *الكامل في الشطرنج*. دمشق: اوتوستراد المزة.

3.ترجمة و اعداد الحكم الدولي: هشام محمد الجندي. (2007). *قانون لعبة الشطرنج*. الامارات.

4.جيمس ولانكس موركان - نقله الى العربية عبد القادر مصطفى عيسى. (2016). *الذكاء العبقري(الطرائق و التقنيات السرية لزيادة معدل الذكاء*. الكويت: العبيكان.

5.د. مفتي ابراهيم حماد. (1997).

6.سعد جلال، محمد حسن علاوي. (1975). *علم النفس التربوي و الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.

7.سعد زروقي. (1977). *موسوعة علم النفس*. بيروت: الموسوعة العربية للدراسات و النشر.

8.سميحة ناصر خليف. (2017). *مقال*.

9.عبد الحميد احمد. (1978). *الملاكمة*. القاهرة: دار الفكر العربي.

10.عبد الرحما سليمان الطريري. (1995). *اختبارات القدرات العقلية (دراسة في الصدق و الثبات)*. جامعة قطر: حولية كلية التربية.

11.محمد العربي. (2001). *التدريب العقلي في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

12.محمد العربي شمعون، جمال عبد النبي. (1996). *التدريب العقلي في التنس*. القاهرة: دار الفكر العربي.

13.محمد حسن علاوي. (2002). *مدخل الى علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

14.نجاح مهدي شلش، اكرم محمد صبحي. (1994). *التعلم الحركي*. جامعة البصرة: دار الكتب للطباعة و النشر.

15.A.N Einhorn. (1951). *مشاكل خطط اللعب*. موسكو.

16.Dobry. L. (1959). *الارتباط بين التكنيك و الخطط في الالعاب الرياضية*. برلين.

17.G Stiehler. (1959). *بالنسبةللخطط في الالعاب الرياضية*. Leipzig.

18.د. محمد العربي شمعون، د. ماجدة محمد اسماعيل. (2001). *اللاعب و التدريب العقلي*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

19.محمد حسن علاوي. (1990). *علم التدريب الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.

20.محمد حسن علاوي. (1969). *علم النفس في التدريب الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.

21.محمد حسين البشتاوي و احمد ابراهيم الخوجة. (2005). *مباديء التدريب الرياضي*. القدس- فلسطين: دار وائل.

22.مكي محمود حسين الراوي علي حسين محمد طبيل. (18 7, 206). بناء مقياس التفكيرالخططي في الثلث الهجومي للاعبي أندية الدرجة. *مجلة الرافدين للعلوم الرياضية* ، صفحة 271/207.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية

1. America, National Soccer Coaches Association of. *The soccer coaching bible.* Mission, Kansas: Human Kinetics, 2004.
2. AR, VANDENBERG SG. et KUSE. " Mental rotations, a group test of three dimensionnal spatial visualization." *Perceptual and Motor Skills*, 1978: 599-604.
3. Bette Harris Dorothy Harri .*The athlet's guide to sport psychology, Mental skills for physical people* .U S A: Leisur Press.1984 ،
4. Elaine N. Marieb, Lachaine René. *Biologie humaine, Anatomie et Physiologie, Traduit par Boudrealt Fance, Desbiens Annie,Désorcy Marie-Caude.* France: Boeck Université, 2006.
5. Ferguson, Robert. *A REVIEW OF KEY CHESS RESEARCH STUDIES.* New York: American Chess School, 1995.
6. —. *Teaching the Fourth R (Reasoning) through Chess.* 1983.
7. Nior, Michel. *LE DEVELOPPEMENT DES HABILETES COGNITIVES DE L'ENFANT PAR LA PRATIQUE DU JEU D'ECHECS .* LYON: UNIVERSITE LUMIERE LYON 2, 2002.

8 .Andrew Soltis .(1983) . *The art of defense in chess* .U.S.A .

9 . GOULD Daniel WEINBERG Robert .(1997) .*psychologie du sport et de l'ativité physique* .Paris: Vigot .

الملاحـــق

الملحق رقم (1) : اختبار التفكير الخططي .

الملحق رقم (2) : اختبار التصور العقلي .

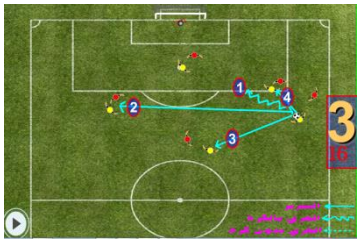
الملحق رقم (3) : اختبار تركيز الانتباه .

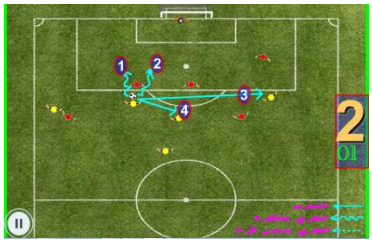
الملحق رقم (4) : قائمة الأساتذة المحكمين للاختبارات .

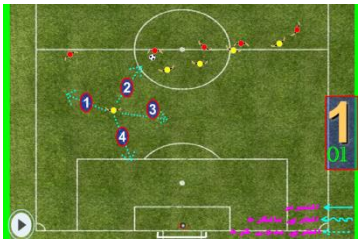
الملحق رقم (5) : قائمة المدربين و سواعد البحث .

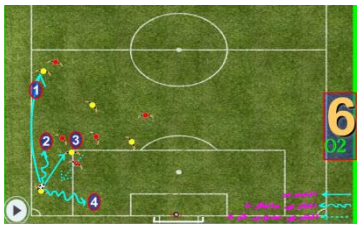
الملحق رقم (1) : صور وضعيات اختبار التفكير الخططي .

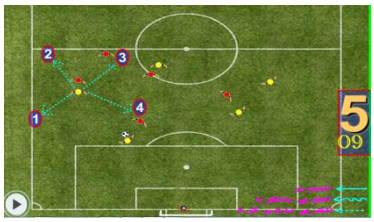
1- صور الوضعيات:

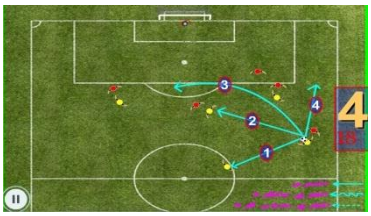


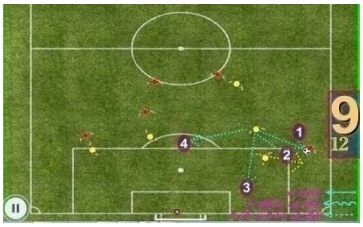


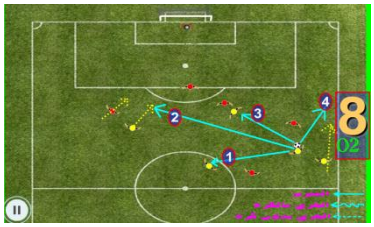


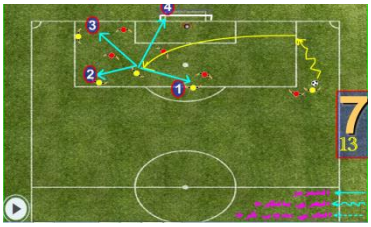


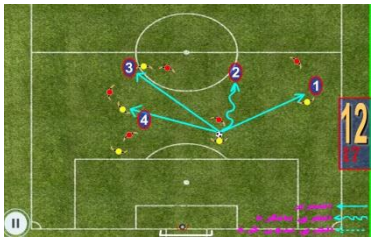


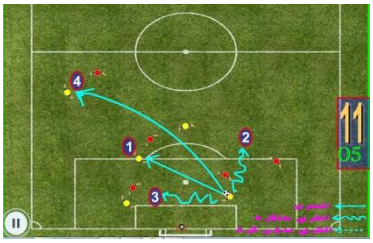


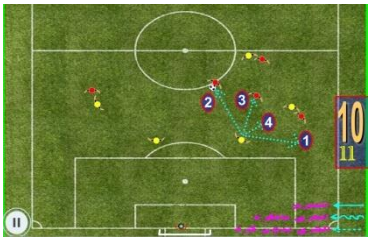


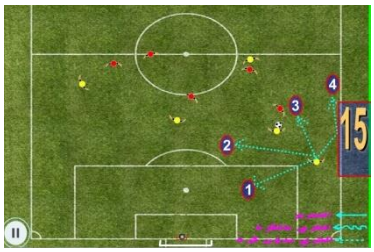


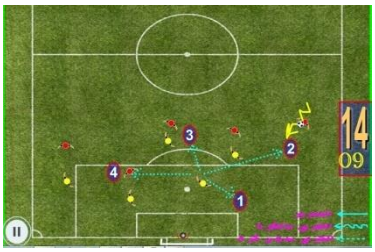


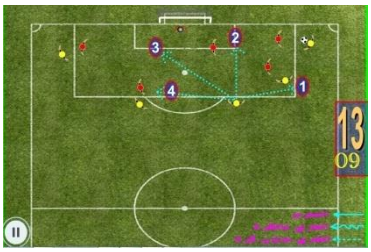


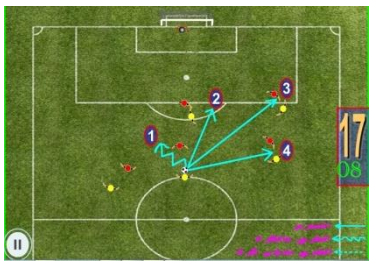


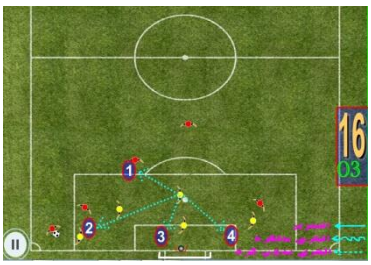


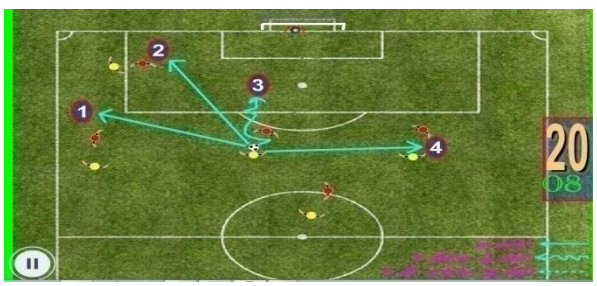


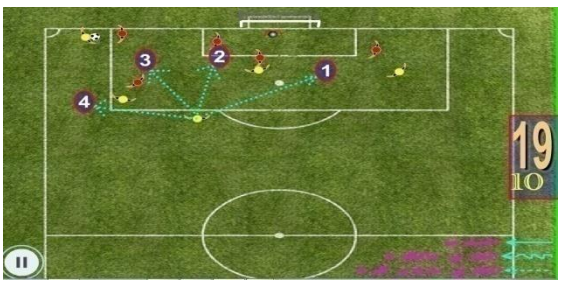












استمارة الإجابة على اختبار التفكير الخططي :

الإسم و اللقب:.....

الصورة(1) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(2) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(3) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□.

الصورة(4) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(5) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(6) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(7) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(8) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(9) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(10) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(11) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(12) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(13) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(14) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(15) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(16) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

الصورة(17) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

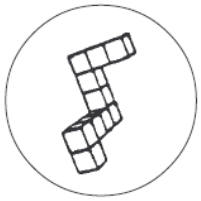
الصورة(18) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

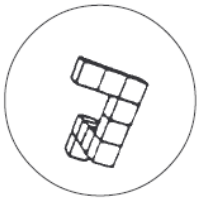
الصورة(19) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

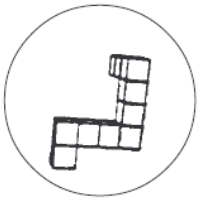
الصورة(20) ☐ 1 ..... ☐ 2 ..... ☐ 3 ..... ☐ 4 .....
□□□□

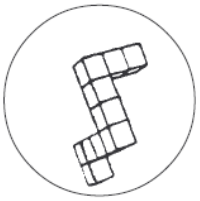
الملحق رقم (2) : اختبار التصور العقلي .

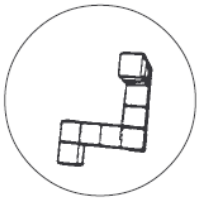
6



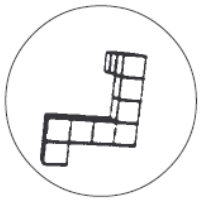


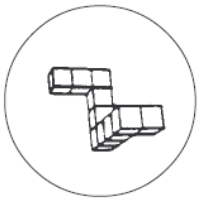


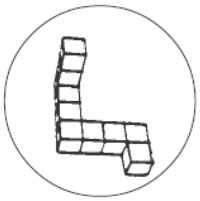


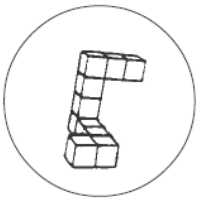


7

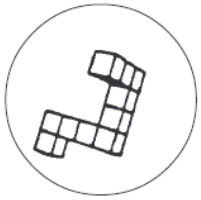


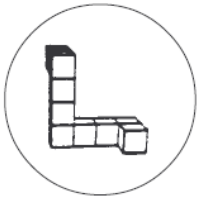


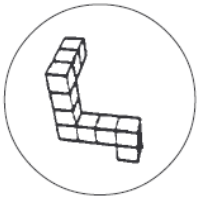


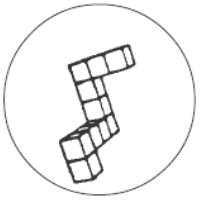


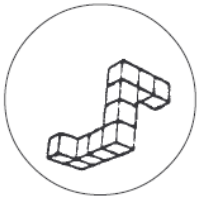
8



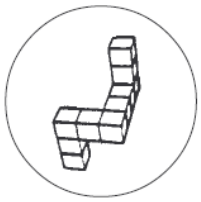


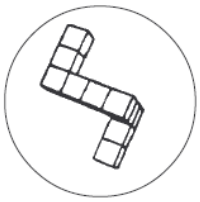


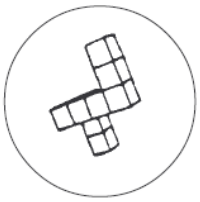


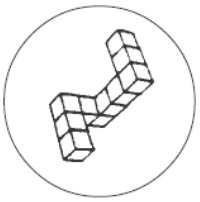


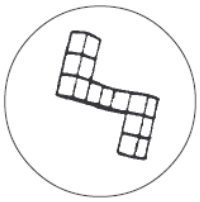
9



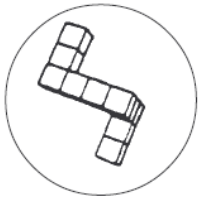


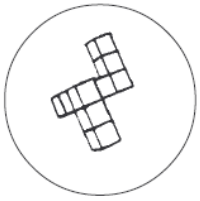


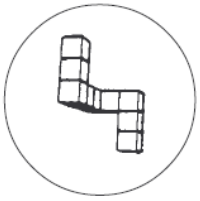


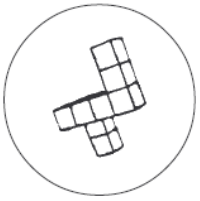


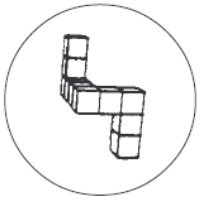
10



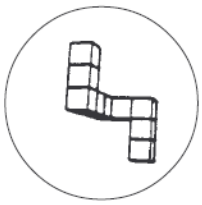


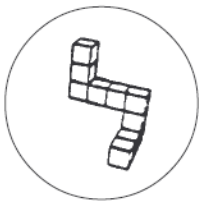
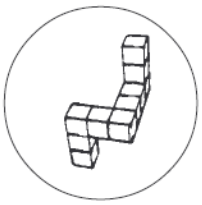
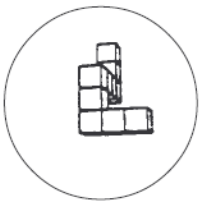
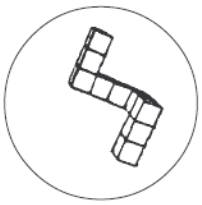


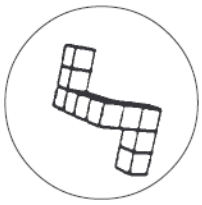


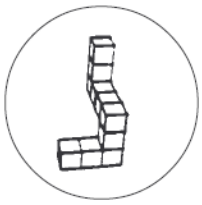
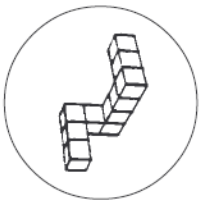


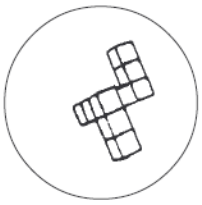
Ne tournez pas la page avant le signal.

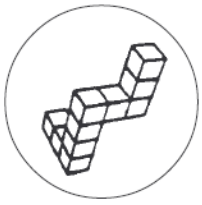
11 

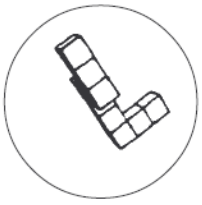
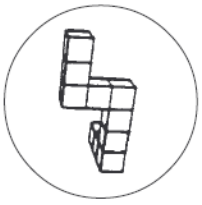
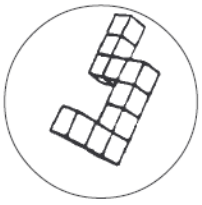





12 

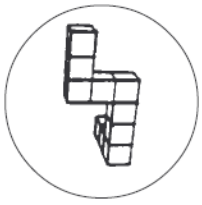
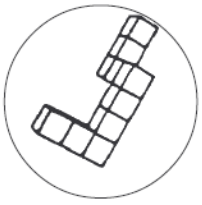
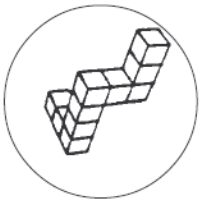
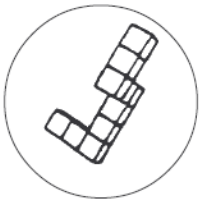



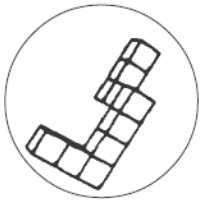


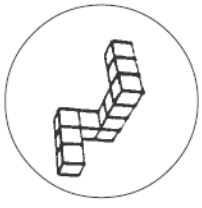
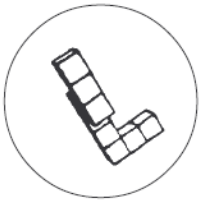
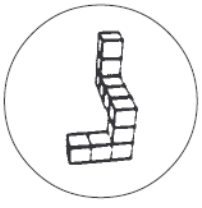
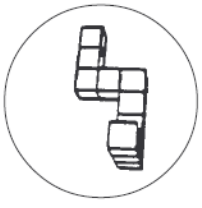
13 

14

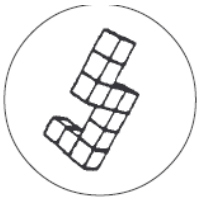





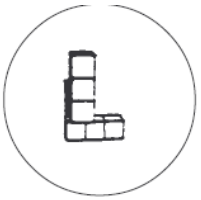
15 

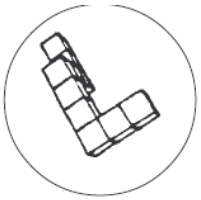





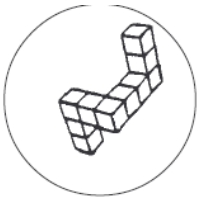
Aller à la page suivante.

16

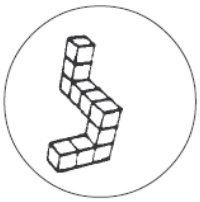


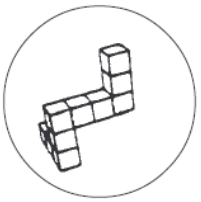


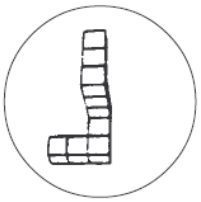


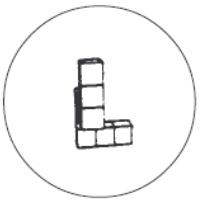


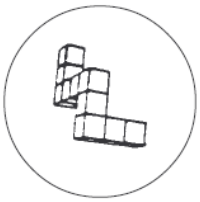
17



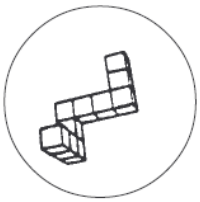


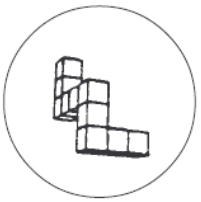


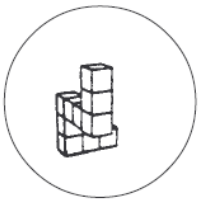


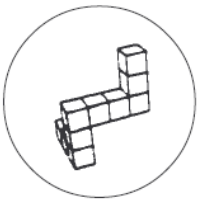


18

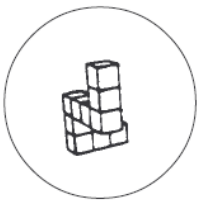


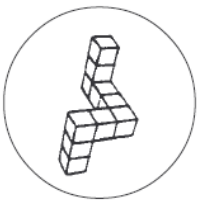


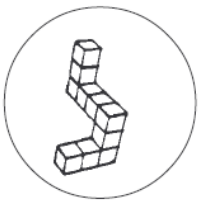


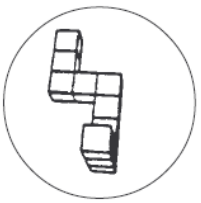


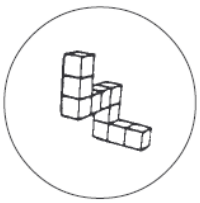
19



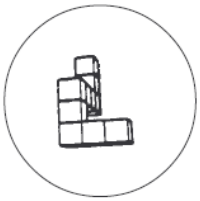


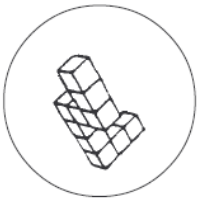


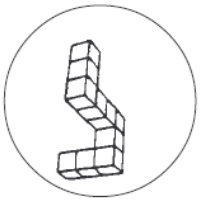


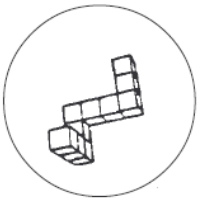


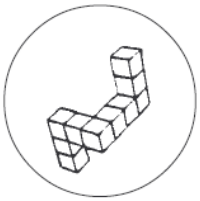
20





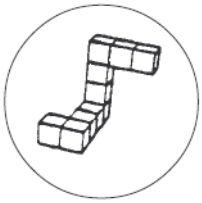


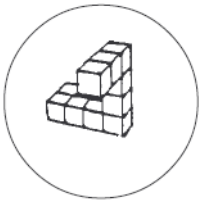


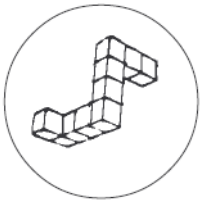


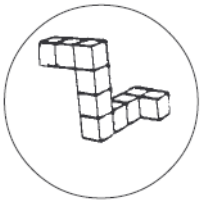
STOP

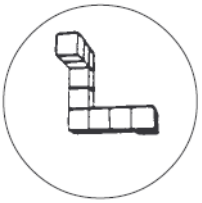
1



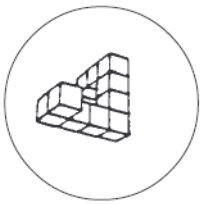


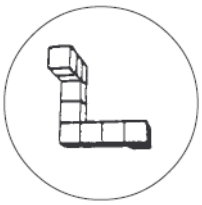


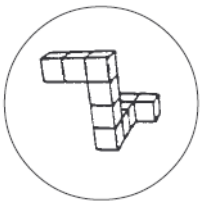


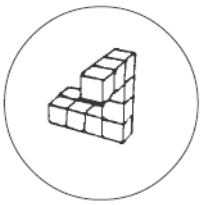


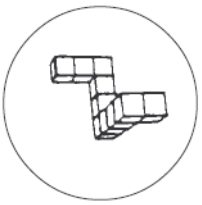
2



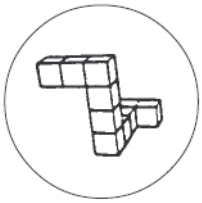


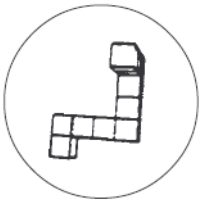


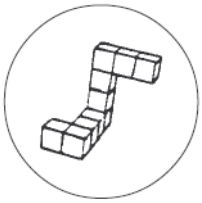


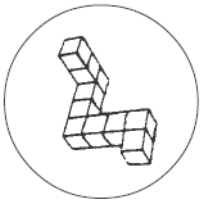


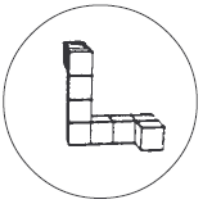
3



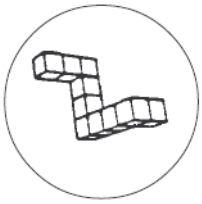


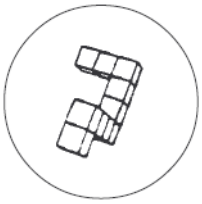


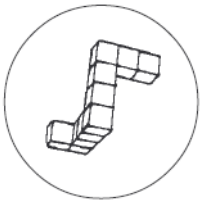


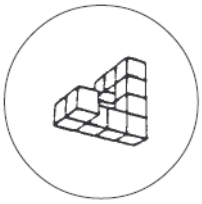


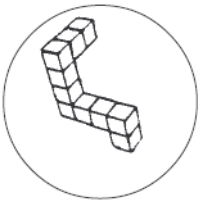
4



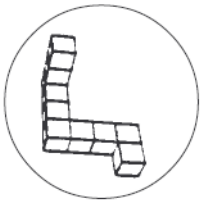


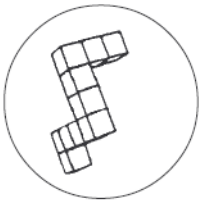


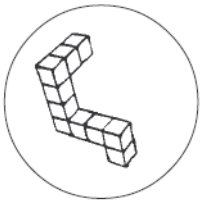


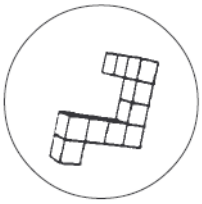


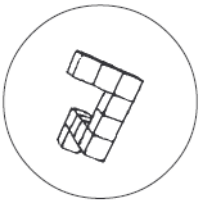
5











Aller à la page suivante.

الملحق رقم (3) : اختبار تركيز الانتباه .

شبكة الأرقام :

86	54	04	72	20	05	34	79	52	17
73	43	50	70	44	12	28	59	94	35
45	62	63	97	51	95	91	67	84	75
27	69	23	00	08	83	09	41	65	78
80	39	68	47	29	93	36	30	38	42
61	53	19	48	49	74	40	18	15	21
60	01	14	22	64	07	58	02	32	16
13	31	26	71	66	33	06	85	10	89
76	46	98	37	99	24	57	11	55	82
92	25	81	96	87	88	77	03	56	90

Name:

الملحق رقم (4) : قائمة الأساتذة المحكمين للاختبارات

.

قائمة الدكاترة والأساتذة المحكمين:

الرقم	الاسم	التخصص	مكان العمل
01	أ.د/ بلكحل منصور	تدريب رياضي	مستغانم
02	د/بن رابح خير الدين	أستاذ محاضر تدريب رياضي	المركز الجامعي – تيسمسيلت
03	د/بن نعجة محمد	أستاذ محاضر تدريب رياضي	المركز الجامعي – تيسمسيلت
04	د/بارودي محمد أمين	أستاذ محاضر تدريب رياضي	المركز الجامعي – تيسمسيلت
05	د/ مرسلي العربي	أستاذ محاضر تدريب رياضي	جامعة شلف
06	د/ سنوسي عبد الكريم	أستاذ محاضر تدريب رياضي	مستغانم
07	د/ كحلي كمال	أستاذ محاضر تدريب رياضي	مستغانم
08	د/ حجار محمد خرفان	أستاذ محاضر تدريب رياضي	مستغانم
09	أ/ ستاوتي جمال الدين	أستاذ مساعد تدريب رياضي	جامعة مستغانم
10	أ/ مزوز غوثي	أستاذ مساعد التدريب الرياضي	المركز الجامعي – تيسمسيلت

الملحق رقم (5) : قائمة المدربين و سواعد البحث .

قائمة المدربين و سواعد البحث

الرقم	الاسم	الشهادة	سنوات الخبرة
01	بركات عامر	أستاذ التربية البدنية + درجة ثانية مربي متخصص في تدريب كرة القدم + CAF C	15
02	صغير عبد العزيز	أستاذ التربية البدنية + درجة ثانية مربي متخصص في تدريب كرة القدم + CAF C	09
03	حشماوي عيسى	أستاذ التربية البدنية + درجة ثانية مربي متخصص في تدريب كرة القدم + CAF C	04
04	مزوز غوثي	أستاذ باحث المركز الجامعي – تيسمسيلت – مدرس و مدرب للعبة الشطرنج	