

القيم التنبؤية لفعالية الأداء لمهارة السقوط علي الرجلين بدلاله بعض المتغيرات النفس حركية للاعبة المصارعة.

أ.د/نبيل حسني الشوربجي(*)

أ.م.د/أية مشهور الجمل(**)

فاطمة سعيد محمد البهنسي(***)

يهدف البحث الى وجود علاقة بين فعالية أداء المهارة السقوط علي الرجلين وبين المتغيرات النفس حركية لدى الاعبات المصارعة. وايجاد معادلة التنبؤية لفعاليه اداء لمهارة السقوط علي الرجلين والمتغيرات النفس الحركيه . ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي نظرا لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقا لأهداف البحث وفروضه ، وقامت الباحثة باختيار عينة البحث التي يتمثل ٣٢ لاعبه ،مرحلة الثالثة ، وهم المقيدين بمنطقة الغربية بالمصارعة مسجله في اتحاد المصرى مصارعة لسنه ٢٠٢٢/٢٠٢٣. تم اجراء معاملات صدق الثبات للاختبارات قيد الدراسه ، وكان من اهم النتائج انه استخدام الجهاز النفس الحركيه للاعبات والتي يساعد على التنبؤ على القدرتهم من خلال الاختبارات وساهم بطريقة ايجابية في تحسين أداء المهاري لمهارة السقوط علي الرجلين والنفس الحركيه.

Search summary:-

The research aims to establish a relationship between the effectiveness of performing the skill of falling on the legs and the psychomotor variables among female wrestling athletes and to find a predictive equation for the effectiveness of performing the skill of falling on the legs and the psychomotor variables. The researcher used the descriptive approach due to its suitability to the nature of the research and to achieve the objectives and hypotheses of the research. The researcher selected the research sample. Which represents 32 players in the third stage, who are registered in the Gharbia region in wrestling and registered in the Egyptian Wrestling Federation for the year 2022/2023. Reliability validity coefficients were conducted for the tests under study, and one of the most important results was the use of the psychomotor device for the players, which helps to predict their ability through the tests and contributed in a way. Positive in improving skill performance for the skill of falling on the legs and self- motor skills

(*) استاذ المصارعة بقسم المنازلات والرياضات الفردية – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا

(**) استاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضي- كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا

(***) معيدة بقسم المنازلات والرياضات الفردية كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا

مقدمة ومشكلة البحث:-

عرف الإنسان المصارعة في حضارات مختلفة وقديمة جدا حيث كانت من المهارات العسكرية الأساسية عند الجنود، لذا منذ بداية الخليفة وارتبطت المصارعة بالإنسان منذ قدمه الأرض، فوجد أن المصارعة ملازمة للإنسان منذ الحياة البدائية الأولى كانت يستخدمها في الدفاع عن مراعية وممتلكاته ضد الحيوانات المتوحشة أو اعدائه من البشر وكان لزاما عليه أن يستخدم المصارعة في ذلك الوقت.

ويعتبر قدماء المصريين من أقدم الشعوب التي زاولت رياضة المصارعة وهناك الكثير من الدلائل التي تشير إلى ذلك بل وتؤكدده وهي النقوش التي وجدت في آثارنا القديمة والمتعددة مثل الآثار التي وجدت في مقابر (بني حسن) المنيا وتوضح هذه النقوش والرسومات التي علي جدران هذه المعابد المسكات والخطفات لرياضة المصارعة الحرة التي نزاولها الآن ، حيث توجد لوحة بها ٢٤٠ حركة من الحركات المستخدمة في عصرنا هذا.

ويذكر إيهاب صبري، نبيل الشوربجي (٢٠٠٣م) ان رياضه المصارعه احد الأنشطة الرياضية التي حظيت بالاهتمام على مر العصور منذ ان مارسها قدمها المصريين حتى عصريا الحاضر، وقد تطورت وأصبحت تركز على العلوم التي تتصل بالنشاط الحركي للإنسان كعلم التشريح والفسولوجي والميكانيكا الحيوية و علم النفس و علم التدريب بغرض الارتقاء بمستوى هذه الرياضة.(١٣:٧)

عرفت أياه مشهور الجمل (٢٠١٧م) أن الجانب النفس حركي هو الجانب الذي يتضمن أنواعاً من السلوك ترتبط مع بعضها بعلاقات إرتباط متبادلة تجعلها غير مستقلة إستقلالاً تاماً ويتضمن المهارات اليدوية والمهارات الحركية الكبيرة والقدرة على القيام بأنماط تتطلب التأزر الحركي والنفسي والعصبي.(٣٩:٦)

يذكر محمد سعد غرابه -أية مشهور الجمل ٢٠٢١م حول دراسته لبعض المتغيرات النفس حركية(تركيز الانتباه، التتبع البصري، التوقع الزمني المكاني، رد الفعل الحركي والعصبي) بانها تعطي الصورة الواضحة للمدربين حول امكانات لاعبيهم لرفع مستوى إنجازهم عن طريق استخدام الوسائل المناسبة.(٢:٣٤)

ويعرف فريدريك Fredrick المتغيرات النفس حركية بأنها التناسق والتأزر في أداء المهام البدنيه المتعلمه، وهي أيضا قوة متعلمه لفعل بعض الأشياء بكفاءه. (١٠٤:٤٧).

ويعرفها أحمد زكي بدوى (١٩٨١م) بانها القدرة على القيام بالأعمال الحركية المعقدة بسهولة و دقة، مع القدرة على التكيف مع الظروف المتغيره. (٢٧٨:٤)

بشير حسن شحاتة (١٩٩٢م) إلي أن المتغيرات النفس حركية هي ممارسة تظهر في أداء اللاعبين على المستوى العقلي والحركي والنفسي والاجتماعي بفعالية داخل النشاط، ويشمل النشاط مجالات متعددة لتتبع حاجات اللاعبين الجسمية والنفسية والاجتماعية. (١٤:١٩)

كما تعرفها حنان عبد القادر (٢٠٠١م) بأنها هي كل ما يتصل أو يشير للنتائج الحركية للعمليات العقلية المخية، وهي اصطلاح إستخدمه الأطباء العقليون ليصدق على العلاقات بين التنبيه الفكري الذهني والإستجابة العقلية (١٦:١٤)

كما يؤكد تيري (Terry) على أن المهارات النفس حركية تستلزم التنسيق بين عقل الفرد وعضلاته، وتشمل التكامل بين مهارة إنتقاء الإستجابة الصحيحة لموقف أو مثير معين وبين أداء هذه الإستجابة (٤٤:٣١٢)

مفهوم النفس الحركية:-"بانه سلسله من الحركات عضليه متناسقه التي تنجح في أداء مهمه معينه" تلعب الحواس دورها في عمليه تعلم المهارات الحركيه ،حيث تنتقل الاحساسات الى الدماغ لتتحول الى ادراك اى تنظيم المعلومات التي يتم تنسيق بين عضلات عن طريق جهاز عصبي.(٥٠)

ولقد لاحظت الباحثة من خلال ممارستها العلميه كلاعبة ظهور بعض للاعبات في منافسات بمستوي لا يتناسب في اعدادهم البدني ومهاري ،بالاضافه الى ارتفاع مستوى الأداء للاعبات في تدريب عن منافسه، ومن هنا تعتقد الباحثة ان مشكله الحقيقه عدم التوازن بين التدريب وتطوير بعض متغيرات النفس الحركيه وعدم وجود رابط مشترك يحدد مدى الارتباط بين فعاليه الاداء لمهاره السقوط على الرجلين والمتغيرات النفس حركيه .لذلك دعمت للحاجه الى عمل تلك الدراسه التي تعمل على ايجاد العلاقه الارتباطيه بين المتغيرات النفس الحركيه وبين فعاليه الاداء لمهاره السقوط على الرجلين من خلال ايجاد قيم تنبؤيه والتي تعمل على ايجاد العلاقه بين تلك المتغيرات .

قامت الباحثة بالاطلاع على بحوث والدراسات سابقه ذات صلته بالموضوع بحث التي كانت تساعده في حل مشكله التي تظهر في للاعبين أثناء مباريات من متغيرات نفسيه (حيث اختلاف هذه الدراسه حاله في استخدامها المتغيرات النفس الحركيه مع مهارات وتعلم وعوامل مؤثرة، مع الاستخدام الاختبارات الورقيه .مع توافر الجهاز المتغيرات النفس الحركيه . ومن هنا تحديد أهمية البحث :-

- ١)يعتبر هذه الدراسه متميزه باستخدام المهارات النفس حركيه.
 - ٢)في ضوء الدراسه بمثابه خبره هامه واساسيه للاعبين والمدربين في مجال المصارعه وكيفيه تطوير وتحسين المهاره السقوط على الرجلين وعلاقتها بالمتغيرات والنفس حركيه .
 - ٣)توجه الدراسه حاله اهتمام باحثين على اهميه المتغيرات النفس حركيه واثارها الايجابيه على لاعبات المصارعه.
- هدف الدراسه:-

التعرف على (القيم التنبؤيه لفعاليه الأداء لمهاره السقوط علي الرجلين بدلاله بعض المتغيرات النفس حركيه للاعبة المصارعه)

من خلال :

- ١-التعرف على وجود علاقه بين فعاليه الأداء لمهاره السقوط على الرجلين بجانب المتغيرات النفس الحركيه لدى لاعبات المصارعه.
 - ٢-ايجاد معادله التنبؤيه لفعاليه الأداء السقوط على الرجلين والمتغيرات النفس الحركيه . الفروض الدراسه:-
- التعرف على(القيم التنبؤيه لفعاليه الأداء لمهاره السقوط علي الرجلين بدلاله بعض المتغيرات النفس حركيه للاعبة المصارعه)من خلال :
- ١-وجود علاقه بين فعاليه الأداء لمهاره السقوط على الرجلين والمتغيرات النفس الحركيه لدى لاعبات المصارعه.
 - ٢-يمكن استنتاج معادله التنبؤيه لفعاليه الاداء لمهاره السقوط على الرجلين والنفس الحركيه.
- مصطلحات البحث:-

١)فعاليه الأداء المهاري: هو تحقيق المصارع للمهاره وفق القانون الدولي للمصارعه وتقييم من ثلاث حكام.(تعريف الإجرائي)

٢)المتغيرات النفس الحركيه Psychomotor skills

يقصد بها المهارات العملية التي تستلزم التنسيق بين عقل الفرد وعضلاته. وتمثل التكامل بين مهاره انتقاء الاستجابة الصحيحة لموقف او مثير معين. وبين أداء هذه استجابته. (٣١٢)
٣) معادلات التنبؤ:

- ١) عملية اجراء تقديرات ومعادلات للمستقبل على أساس البيانات واستمارات السابقيه والحاضرة و اثرها في تحليل البيانات. وقد تكون تقديرات وبيانات ذات اهمية لدى اشخاص الرياضون. (تعريف الاجرائي)
 - ٢) عملية التنبؤ هي عبارة عن تقنيه تقوم على استخدام بيانات التي تعمل كمدخلات للقيام بتقديرات تنبؤيه تعمل على تحديد الاتجاهات مستقبلية.
- إجراءات البحث:-**

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي نظرا لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقا لأهداف البحث وفروضه.

مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث على جميع اللاعبين المصارعه المرحله الثالثه، المقيدين بالسجلات الاتحاد المصري للمصارعه الموسم الرياضي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ م.
عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقه العمدية من اللاعبين المصارعه من المرحله الثالثه والمقيدين بسجلات النادي " سيجر " ومنطقه الغربية للمصارعه في الموسم الرياضي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ م، وقد بلغ عدد افراد العينه الى (٣٢) لاعبه .

مجالات البحث :

المجال البشري (عينة البحث):

أجريت الدراسة الأساسية على اللاعبين المصارعات بالمرحلة الثالثة بمنطقة الغربية للمصارعه.

المجال الجغرافي (المكاني): تم اجراء جميع القياسات في النادي "سيجر" وجامعة طنطا معمل علم النفس الرياضي

المجال الزمني:

تم تطبيق إجراءات البحث خلال الموسم التدريبي (٢٠٢٣م/٢٠٢٤م)

وسائل وأدوات جمع البيانات :

من خلال اطلاع الباحثة على العديد من القراءات النظرية والدراسات المرتبطة بمجال البحث، استخدمت لجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بهذا البحث الوسائل والأدوات الآتية:

المسح المرجعي:

قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرجعية العربية والأجنبية والسادة الخبراء والاتصال بشبكة المعلومات الالكترونية الدولية، وذلك بهدف الاستعانة بها في تحديد مايلي

- تحديد الاطار العام للبحث.
- تحديد الاطار النظري للبحث.
- الاطلاع على الاختبارات وطرق اعدادها وتفنيها.
- تحديد انسب الاختبارات التي يمكن استخدامها في البحث.

استمارة استطلاع رأي الخبراء (الاستبيان):

في ضوء المراجع العلمية والدراسات المرجعية، قامت الباحثة بتصميم واستخدام استمارات استطلاع رأي الخبراء بغرض التعرف على :

اهم الاختبارات المهارية المناسبة للاعبات المصارعة.
اهم الاختبارات البدنية مناسبة للاعبات المصارعة .
استطلاع رأي السادة الخبراء حول المهارات النفس حركية المناسبة للبحث.
استمارات جمع البيانات :

استمارة لتسجيل البيانات الشخصية للاعبات (الاسم -تاريخ الميلاد-محل الميلاد -الطول -
الوزن-العمر التدريبي).

استماره فعالية أداء مهاره السقوط على الرجلين .

استمارة اللياقة البدنية الخاصه للاعبات داخل البحث.

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

استعانت الباحثة لجمع البيانات بالادوات الاتية:

جهاز المتغيرات النفس حركية جهاز (Psych-Motor Test (cog pro).

رستاميتر لقياس الطول.

ميزان طبي لقياس الوزن.

ساعة إيقاف.

كاميرا تصوير

البساط المصارعه

الشواخص المصارعة

تقييم مستوى الأداء مهاري قيد البحث

حيث يتفق كلا من طلحه حسام الدين (١٩٩٤)، بسطويسي أحمد (١٩٩٩)

محمود عبد الدايم (٢٠٠٩) على أن التصوير بالفيديو من افضل الوسائل العامة والأساسية حيث
يتمكن من عرض ما تم ملاحظته أثناء الأداء الفعلي وإتاحة الفرصة للتسجيل وتكرار الملاحظة
في وقتا واحد دون معاناه اللاعبه من التكرار وتصحيح الاخطاء لها. (٢٠) (٣٠)

الدراسات الاستطلاعية

قامت الباحثة بإجراء عدد من الدراسات الاستطلاعية في الفترة الزمنية من تاريخ ٢٠٢٣/٤/١م
حتى ٢٠٢٣/٤/٨م على عينة البحث.

الدراسة الاستطلاعية الأولى: تهدف الى

١-التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في القياس.

٢-التأكد من سلامة تطبيق القياسات وفقا لشروط الموضوع.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

أولاً: معامل الصدق:

أجريت بهدف التأكد من معاملات الصدق الاختبارات المستخدمة، أجريت خلال الفترة
٢٠٢٣/٤/١م لإيجاد معاملات الصدق قيد البحث. ولإيجاد معاملات البحث يتم تطبيق الاختبار
على لاعبات المصارعه وعددهم (٣٢) لاعبه يتم اختبارهم بالطريقة العمدية أحدهما مميزة
والأخرى غير مميزة وكان لهم نفس خصائص العينة الأساسية من الطول والوزن وكلاهما
مسجلان بالاتحاد المصري للمصارعة .

ثانياً: معامل الثبات:

أجريت هذه الدراسة بهدف إيجاد معامل الثبات وذلك في الفترة ٢٠٢٣/٤/١م إعادة الي
٢٠٢٣/٤/٨م تهدف هذه الدراسة إلى إيجاد معمل الثبات حيث تحديد معاملات الثبات قيد البحث.

ولإيجاد معاملات الثبات قامت الباحثة بإعادة تطبيق الاختبارات على المجموعة المميزة مرة أخرى بعد فترة زمنية قدرها (٧) أيام بنفس شروط التطبيق الأول وفي نفس الظروف حيث اتفق كلاً من أحمد خاطر وعلى بيك (١٩٩٦) ، محمد حسنين (٢٠٠٣) على أن ثبات الاختبار هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد مرة أخرى على نفس العينة ونفس الظروف.

• الدراسات الأساسية :-

قامت الباحثة بإجراء الدراسات الأساسية في الفترة الزمنية (اليوم الثلاثاء

٢٠٢٣/٧/٢٥

وصف وبيان اعتدالية توزيع البيانات والمتغيرات الأساسية والمؤثرة في البحث

ن = ٣٢

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	الالتواء
١	العمر الزمني	سنة	١٧,٨٤	١٧,٥٠	٠,٩٢٠	١,٧٩-	٠,٣٢٨
٢	العمر التدريبي	سنة	٥,٩١	٦,٠٠	٠,٨٥٦	١,٦٣-	٠,١٨٧
٣	الوزن	كجم	٤٦,٦٦	٤٨,٥٠	٤,٠٠	١,٥٨-	٠,١٢١
٤	رد الفعل-عدد الاجابات الخاطئة	عدد محاولات	٩,٣١	٩,٥٠	٤,٧٢	-١,٠٥-	٠,٣٣٨
٥	رد الفعل-متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة	ثانية	٠,٠٦٥	٠,٠٦٥	٠,٠٠٣	٠,٧٥٠-	٠,١٤٣
٦	رد الفعل-متوسط زمن رد الفعل	عدد محاولات	٠,٢٤٨	٠,٢٤٦	٠,٠٤٢	١,٣٠-	٠,١٩٨
٧	التوقع-الانحراف في المسافة	باليد كسل	١٩٨,٤٠	١٩٨,٢٢	٢,٧٤	١,٣٨-	٠,٠٤٥
٨	التوقع-الانحراف في الوقت	ثانية	٠,٩٢٨	٠,٩٢٤	٠,٠١٣	٠,٨٣١-	٠,٤٢٩
٩	التحمل رمي الشاخص اق		٣٦,٨٧	٣٨,٠٠	٢,٨٦	١,٤٢-	٠,٤٠٩
١٠	القوة المميزة بالسرعة رمي الشاخص ١٠ ث		٦,٤٧	٦,٠٠	١,٠٢	١,٠٣-	٠,٠٩٠
١١	السرعة الانتقالية ٣٠ متر	الثانية	٤,٦٩	٤,٦٦	٤,٢٥	١,٢٧-	٠,٢٨٦
١٢	الرشاقة البريبي ١٠ ث		٧,٣٤	٨,٠٠	١,٤١	٠,٨٢٠-	٠,٠٠٧
١٣	المرونة-المسافة الأفقية للكويري		١٢,٩١	١٢,٠٠	٤,٤٢	٠,٩٢٣-	٠,٠٦٧
١٤	السقوط على الرجلين اق عدد مرات		٥,٢٥	٥,٠٠	١,١٤	١,١٧-	٠,٤٥٨
١٥	السقوط على الرجلين اق عدد النقاط		١٣,٧٢	١٢,٥٠	٤,١٨	١,١١-	٠,٢٧٩

الفرض الاولي: وجود علاقة بين فعالية الأداء لمهارة السقوط على الرجلين والمتغيرات النفس الحركية

جدول (٧)

مصفوفة الارتباط لبيان العلاقة بين فعالية الأداء المهاري والمتغيرات النفس الحركية

ن = ٣٢

المتغير	السقوط على الرجلين اق عدد مرات	السقوط على الرجلين اق عدد النقاط
رد الفعل-عدد الاجابات الخاطئة	٠,٩١١	٠,٩٧٢
رد الفعل-متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة	٠,٩٠٤	٠,٠٠٠
رد الفعل-متوسط زمن رد الفعل	٠,٩٢٩	٠,٩٤٨

٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	الدلالة	
٠,٩٨٧	٠,٩٣٦	ر	التوقع-الانحراف في المسافة
٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	الدلالة	
٠,٨٥٧	٠,٨٦٣	ر	التوقع-الانحراف في الوقت
٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	الدلالة	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,3494$

يتضح من الجدول (٧) أن قيمة معامل الارتباط تتراوح بين (٠,٩٨٧ - ٠,٨٥٧) ومستوي الدلالة يساوي (٠,٠٠٠) مما يعني وجود علاقة طردية في جميع المتغيرات عندي مستوي معنوية اقل من (٠,٠٠١)

الفرض الثاني: يمكن استنتاج المعادلة التنبؤية لفعالية الأداء لمهاره السقوط على الرجلين والمتغيرات النفس حركية.

مهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات

جدول (٩)

ملخص لنموذج الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات

$$n = 32$$

ارتباط بيرسون	معامل التحديد	معامل التحديد المعدل
٠,٩٤٣	٠,٨٩٠	٠,٨٦٨
المتغيرات المستقلة: المقدار الثابت - المتغيرات النفس حركية		
المتغير التابع: السقوط على الرجلين اق عدد مرات		

يتضح من الجدول (٩) أن معامل ارتباط بيرسون بين المتغير التابع والمتغير المستقل قد حقق متوسط (٠,٩٤٣) بقيمة معامل تحديد (٠,٨٩٠) وقيمة معامل التحديد المعدل (٠,٨٦٧) أي المتغيرات المستقلة تفسر ٨٩% من التباين الحاصل في مهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات.

جدول (١٠)

تحليل التباين لاختبار معنوية الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات

$$n = 32$$

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين المجموعات	٣٥,٥٨	٥	٧,١٢	٤١,٨٨	$0,001 >$
داخل المجموعات	٤,٤٢	٢٦	٠,١٧٠		
المجموع	٤٠,٠٠	٣١			

قيمة (ف) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 2,087$

يتضح من الجدول (١٠) أن قيمة (ف) تساوي (٤١,٨٨) وهي قيمة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوي معنوية (٠,٠٥) ومستوي الدلالة اقل من (٠,٠٠١) أي أن الانحدار معنوي وبالتالي

يوجد تأثير من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع ونستطيع التنبؤ بالمتغير التابع من خلال هذه المتغيرات المستقلة.

جدول (١١)

معاملات تحليل الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات

ن=٣٢

الدالة	ت	المعاملات غير المعيارية		الثابت
		بيتا	الخطأ المعياري	
٠,١٦١	١,٤٤		٣٧,٥٧	٥٤,٢٣-
٠,٩٠٢	٠,١٢٤	٠,٠٥٢-	٠,١٠١	٠,٠١٣-
٠,٥٤٣	٠,٦١٦	٠,٢٢٨-	١٣٦,٤٦	٨٤,١٢-
٠,١٨٩	١,٣٥	٠,٤٦٧	٩,٥٣	١٢,٨٤
٠,١٥٣	١,٤٧	٠,٦٥٧	٠,١٨٥	٠,٢٧٢
٠,٥٠٩	٠,٦٦٩	٠,١٠٠	١٢,٧٦	٨,٥٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ =

يتضح من الجدول (١١) قيم بيتا غير المعيارية تتراوح بين (-٨٤,١٢ - ١٢,٨٤) وقيم بيتا المعيارية تتراوح بين (-٠,٢٢٨ - ٠,٦٥٧) والتي يمكن استخراج معادلة الانحدار منها كالتالي:

$$\begin{aligned} & \text{الدرجة في مهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات} = -٥٤,٢٣ - (٠,٠١٣) \times \text{رد الفعل} - \\ & \text{عدد الاجابات الخاطئة} - (٨٤,١٢) \times \text{رد الفعل-متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة} + \\ & (١٢,٨٤) \times \text{رد الفعل-متوسط زمن رد الفعل} + (٠,٢٧٢) \times \text{التوقع-الانحراف في المسافة} + \\ & (٨,٥٤) \times \text{التوقع-الانحراف في الوقت} + \text{خطأ التنبؤ} \end{aligned}$$

مهارة السقوط على الرجلين اق عدد النقاط

جدول (١٢)

ملخص لنموذج الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد النقاط

ن = ٣٢

معامل التحديد	معامل التحديد	ارتباط بيرسون
٠,٩٧٦	٠,٩٧٩	٠,٩٩٠

المتغيرات المستقلة: المقدار الثابت - المتغيرات النفس حركية
المتغير التابع: السقوط على الرجلين اق عدد النقاط

يتضح من الجدول (١٢) أن معامل ارتباط بيرسون بين المتغير التابع والمتغير المستقل قد حقق متوسط (٠,٩٩٠) بقيمة معامل تحديد (٠,٩٧٩) وقيمة معامل التحديد المعدل (٠,٩٧٦) أي المتغيرات المستقلة تفسر ٩٧,٩% من التباين الحاصل في مهارة السقوط على الرجلين اق عدد النقاط.

جدول (١٣)

تحليل التباين لاختبار معنوية الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد النقاط

ن=٣٢

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين المجموعات	٥٣١,٣٤	٥	١٠٦,٢٧	٢٤٨,٢٤	>٠,٠٠١
داخل المجموعات	١١,١٣	٢٦	٠,٤٢٨		
المجموع	٥٤٢,٤٧	٣١			

قيمة (ف) الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٢,٥٨٧

يتضح من الجدول (١٢) أن قيمة (ف) تساوي (٢٤٨,٢٤) وهي قيمة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوي معنوية (٠,٠٥) ومستوي الدلالة اقل من (٠,٠٠١) أي أن الانحدار معنوي وبالتالي يوجد تأثير من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع ونستطيع التنبؤ بالمتغير التابع من خلال هذه المتغيرات المستقلة

جدول (١٤)

معاملات تحليل الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين اق عدد النقاط

ن=٣٢

الدلالة	ت	المعاملات غير المعيارية		الثابت
		بيتا	الخطأ المعياري	
٠,٠٠٠	٤,٥٤		٥٩,٦٤	٢٧١,٠٠-
٠,٥١٨	٠,٦٥٥	٠,١١٨	٠,١٦٠	٠,١٠٥
٠,٧٧١	٠,٢٩٤	٠,٠٤٧-	٢١٦,٦٠	٦٣,٧٤-
٠,٧٥١	٠,٣٢٠	٠,٠٤٩-	١٥,١٣	٤,٨٥-
٠,٠٠٠	٥,٦١	١,٠٨	٠,٢٩٤	١,٦٥
٠,٠٥٥	٢,٠١	٠,١٢٩-	٢٠,٢٦	٤٠,٧٨-

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ =

يتضح من الجدول (١٣) قيم بيتا غير المعيارية تتراوح بين (-٢٧٢,٠٠ - ١,٦٥) وقيم بيتا المعيارية تتراوح بين (-٠,١٢٩ - ١,٠٨) والتي يمكن استخراج معادلة الانحدار منها كالتالي:

السقوط على الرجلين ١ ق عدد النقاط = (-٢٧١,٠٠) + (٠,١٠٥) × رد الفعل - عدد الاجابات الخاطئة) - (٦٣,٧٤) × رد الفعل - متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة) - (٤,٨٥) × رد الفعل - متوسط زمن رد الفعل) + (١,٦٥) × التوقع - الانحراف في المسافة) - (٤٠,٧٨) × التوقع - الانحراف في الوقت) + خطأ التنبؤ
مناقشة النتائج :-

في ضوء اهداف وفروض البحث ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل اليها ومن خلال معالجتها احصائيا، توصلت الباحثة الى مناقشة وتفسيرها علي النحو التالي:- مناقشة نتائج الأول :

والذي ينص الى (وجود علاقة بين فعالية الأداء لمهارة السقوط على الرجلين وبين المتغيرات النفس حركية لدى لاعبات المصارعة)

مصفوفة الارتباط لبيان جدول(٧) علاقة بين فعالية الأداء لمهارة السقوط على الرجلين وبين المتغيرات النفس الحركية لدى الاعبات المصارعة .

(رد الفعل - عدد الإجابات الخاطئة) توجد علاقة بين المتغيرات من حيث (عدد مرات - عددالنقاط) ،وكانت اعلى نسبة بين حيث الرمي من فوق المقعدة عدد نقاط اق بقيمة(٠,٩٨٣) . والسقوط علي الرجلين عدد النقاط اق بقيمة (٠,٩٧٢) . مما يدل ان علاقة هذا اكبر في عدد النقاط حيث يتطلب تحصيل عدد النقاط رد الفعل والاستجابة افضل .
(ردالفعل -متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة) توجد علاقة بين المتغيرات من حيث (عدد مرات - عددالنقاط) ،وكانت اعلى نسبة بين حيث الرمي من فوق المقعدة عدد نقاط اق بقيمة(٠,٩٦٥) . والسقوط علي الرجلين عدد النقاط اق بقيمة (٠,٩٤٦) .

(رد الفعل - متوسط زمن رد الفعل) توجد علاقة بين المتغيرات من حيث (عدد مرات - عددالنقاط) ،وكانت اعلى نسبة متقربة وهي السقوط على الرجلين اق عدد النقاط بقيمة (٠,٩٤٨) ،والرمي من فوق المقعدة عدد مرات اق بقيمة (٠,٩٤٥) ،والرمي من فوق المقعدة عدد النقاط اق بقيمة (٠,٩٤٠) .

مما يدل ان هناك تأثير بين رد الفعل وبين المتغيرات، وتوجد النسبة مئوية اكبر في عدد النقاط حيث يتطلب تحصيل عدد النقاط رد الفعل والاستجابة افضل.

ويذكر محمد علاوي ومحمد رضوان (١٩٩٤م) نقلا عن تيشنر (Teichnar) أن البعض ينظر إلى رد الفعل على أنه ظاهرة أولية بسيطة، غير أن الدراسات التي أجراها بعض العلماء أشارت إلى أن زمن رد الفعل يظهر عند قياسه بصورة مركبه،). فقد تمكن تشينز من تصنيف زمن رد الفعل إلى اربع مظاهر رئيسيه هي:

- بدايه حدوث المثير (المنبه)

- فترة الكمون الأولى : والتي يحدث خلالها تلقى المستقبلات الحسيه

- فترة الكمون الثانيه : وهي الفترة التي يحدث خلالها نقل الإشارات عن طريق الأعصاب المصدره إلى الألياف الحركيه ويطلق عليها زمن التفكير واتخاذ القرار .

- فترة الارزاء : وهي الفترة الزمنية التي تحدث خلالها العمليه الحركيه التي تسبق انقباض العضلات المنفذه للحركه.

(التوقع- الانحراف في المسافة) توجد علاقة بين المتغيرات من حيث (عدد مرات - عدد النقاط) وكانت اعلى نسبة مئوية السقوط على الرجلين ١ ق عددالنقاط بقيمة (٠,٩٨٧)، والرمى من فوق المقعدة عددمرات ١ ق بقيمة (٠,٩٦٦).

(التوقع - الانحراف في الوقت) توجد علاقة بين المتغيرات من حيث (عددمرات - عددالنقاط) وكانت اعلى نسبة هي الرمي من فوق المقعدة ١ ق عددمرات بقيمة (٠,٨٧٨)، والرمى من فوق المقعدة ١ ق عددالنقاط بقيمة (٠,٨٧٥).

ويشير داريوس جيرزوك Gierczuk, Dariusz, et al وآخرون (٢٠١٦) إلى أن سرعة رد الفعل أظهرت نتائج جيدة لدى المصارعين الذين يتميزون بوقت أقل في رد الفعل مما أوضح علاقة قوية بين متغير رد الفعل ووقت الحركة والنجاح في تنفيذ الحركات بدقة عالية وإتقان مما ترتب عليه نتائج أفضل لدى المصارعون المتميزين بذلك. (٤٣ : ٢٠٠)

والمصارع الذي يتميز بمواصفات نفسية أفضل يعمل على ظهوره بمستوى متميز عن أقرانه وفي حالة التقارب في المستوى البدني والمهاري، حيث تعد المتغيرات النفسية حاسمة لحد ما خلال المنافسات مما يتطلب ضرورة الاهتمام بها في المكون التدريبي للمصارعين. (٤٣ : ٣٠٣). وكذلك قد يكون تحقق الفرض الاولي.

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

والذي ينص الى (يمكن استنتاج معادلة التنبؤية لفعالية أداء المهارة السقوط على الرجلين وبين المتغيرات النفس حركية).

تحليل الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين ١ ق عدد مرات

$$\begin{aligned} & \text{الدرجة في مهارة السقوط على الرجلين ١ ق عدد مرات} = ٥٤,٢٣ - (٠,٠١٣ \times \text{رد الفعل} \\ & \text{عدد الاجابات الخاطئة}) - (٨٤,١٢ \times \text{رد الفعل} - \text{متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة}) + \\ & (١٢,٨٤ \times \text{رد الفعل} - \text{متوسط زمن رد الفعل}) + (٠,٢٧٢ \times \text{التوقع} - \text{الانحراف في المسافة}) + \\ & (٨,٥٤ \times \text{التوقع} - \text{الانحراف في الوقت}) + \text{خطأ التنبؤ} \end{aligned}$$

تحليل الانحدار بين المتغيرات النفس حركية ومهارة السقوط على الرجلين ١ ق عدد النقاط

$$\begin{aligned} & \text{السقوط على الرجلين ١ ق عدد النقاط} = (٢٧١,٠٠) + (٠,١٠٥ \times \text{رد الفعل} - \text{عدد الاجابات} \\ & \text{الخاطئة}) - (٦٣,٧٤ \times \text{رد الفعل} - \text{متوسط زمن الحركة بعد الاستجابة}) - (٤,٨٥ \times \text{رد الفعل} - \\ & \text{متوسط زمن رد الفعل}) + (١,٦٥ \times \text{التوقع} - \text{الانحراف في المسافة}) - (٤٠,٧٨ \times \text{التوقع} - \\ & \text{الانحراف في الوقت}) + \text{خطأ التنبؤ} \end{aligned}$$

مما يؤكد على ان هناك معادلة التنبؤية بين فعالية الأداء لمهارة السقوط على الرجلين وبين المتغيرات النفس حركية لان المهارات الرياضية تتميز طبيعة المنافسة فيها على السرعة في الاداء والتنويع في تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مما يتطلب من اللاعبين المدافعين القدرة على التوقع المسبق والتركيز المستمر لمجريات اللعب طوال فترة المباراة لكي يتمكن اللاعب من الادراك الصحيح للمواقف السريعة والمفاجئة التي تحدث خلال اللعب من اجل اختيار الاستجابة الصحيحة والتي تتلائم مع الموقف وكذلك قد يكون تحقق الفرض الثاني .

أولاً: الاستنتاجات

في حدود أهداف وفروضه وعينة البحث والمنهج المستخدم ومن خلال المعالجات الإحصائية للبيانات والنتائج التي تم التوصل اليها يمكن استخلاص ما يلي:

-وجود علاقة بين فعالية الأداء لمهارة السقوط على الرجلين وبين المتغيرات النفس الحركية: ساهمت المتغيرات البدنية فعالية الأداء مهارة السقوط على الرجلين للاعبات المصارعة من حيث عدد المرات (٨٦,٣%) ومن حيث معدل النقاط (٩٥,١%).

-إيجاد المعادلة التنبؤية لمهاره السقوط على الرجلين (عدد مرات):

الدرجة في مهارة السقوط على الرجلين اق عدد مرات = (٠,٨٠٧-) + (٠,١٨٤) × التحمل
رمي الشاخص اق) + (٠,٣٠٩) × القوة المميزة بالسرعة رمي الشاخص ١٠ ث) - (٠,٥٤٩) ×
السرعة الانتقالية ٣٠ متر) - (٠,١٠١) × الرشاقة البربي ١٠ ث) + (٠,٠٤٦) × المرونة -
المسافة الأفقية للكوبري) + خطأ التنبؤ

- المعادلة التنبؤية لمهاره السقوط على الرجلين (عدد النقاط):

السقوط على الرجلين اق عدد النقاط = (٣٣,٦٤) + (٠,٣٧٧) × التحمل رمي الشاخص اق) +
(٠,٩٥٤) × القوة المميزة بالسرعة رمي الشاخص ١٠ ث) - (٧,٣٦) × السرعة الانتقالية ٣٠
متر) - (٠,٧٥٩) × الرشاقة البربي ١٠ ث) + (٠,٠٠٦) × المرونة - المسافة الأفقية للكوبري) +
خطأ التنبؤ

ثانياً: التوصيات

في ضوء نتائج البحث وانطلاقاً من الاستنتاجات التي تم التوصل إليها، يوصي الباحثة بما يلي:

- استخدام تدريبات لفعالية الأداء المهاري في تحسين مستوى الاداء (حركات السقوط على الرجلين).
- التركيز علي المهارات النفس حركية في تحسين مستوى للاعبة (الرد الفعل – التوقع الزمني المكاني).
- استخدام الأجهزة الحديثة في القياسات النفسية نظراً لدقة نتائجها كما أنها أكثر جذبا للاعبات.
- التركيز على تعليم اللاعبات كيفية الاستفادة من استخدام البرامج النفس حركية داخل البرنامج التدريبي للاعبه المصارعة وذلك من خلال الأساليب المتعددة في هذا المجال حتى يتم الوصول إلي أفضل النتائج لدى لاعبات مصارعه.
- التأكيد على استخدام البرامج النفس حركية قبل المنافسة وخلال الموسم الرياضي، حتى يمكن التعرف على مواطن القوة والضعف وكذلك احتياجات لاعبات المصارعة لتحقيق المستوى الأمثل في التدريب والمنافسات.
- وإنشاء سجل لكل لاعبة لتتبع تطور مستوى الحالة النفسية وبدنيا بدلالة المتغيرات بدنيا والمهارات النفس حركية.
- عمل برامج من قبل الاتحادات تشير إلى أهمية التدريب النفسي في تحسين النتائج والارتفاع بمستوى اللاعبين وتوعية المدربين وزيادة معرفتهم بالتدريب النفسي وأهميته.

المراجع العربية:-

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ٢٠١٢م: التدريب الرياضى المعاصر (الأسس الفسيولوجية – الخطط التدريبية – تدريب الناشئين – التدريب طويل المدى – أخصاء حمل التدريب) ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٢- احمد ذكى بدوى (١٩٨١م):معجم مصطلحات العلوم التربويه بيروت،مكتبه لبنان.
- ٣- إيهاب صبرى محمد /نبيل حسنى الشوربجى(٢٠٠٣م):اثر برنامج تدريبي باستخدام التمرينات داخل الوسط المائى على كفاءة الجهازين الدورى والتنفسى وفعاليه الأداء المهاري للمصارعين ،بحث منشور ،مجلة العلمية لعلوم التربية الرياضيه ،جامعه طنطا.
- ٤- إيهاب صبرى محمد (١٩٩٥ م):تأثير برنامج تدريبي مقترح لرفع مستوى كفاءة البدنيه على فعاليه الأداء مهاري للمصارعين ١٦-١٨سنه،رساله ماجستير ،غير منشورة ،كلية تربيته رياضيه بطنطا.
- ٥- إيهاب صبرى محمد(٢٠٠٠م):تأثير برنامج تدريبي لتقليل نسبه تركيز حامض اللاكتيك في الدم على بعض المتغيرات الفسيولوجيه وفعاليه الأداء المهاري للمصارعين ،رساله دكتوراه،غير منشورة ،كلية تربيته رياضيه بطنطا
- ٦- أيه مشهوره الجمل ٢٠١٧ م :فاعلية برنامج تدريبي للمهارات النفسية علي تنمية بعض المتغيرات النفس حركية لاعبي الاسكواش.رسالهمنشورة ،طنطا.
- ٧- بهاء الدين إبراهيم سلامة (٢٠٠٢م):صحه الرياضيه والمحددات فسيولوجيه نشاط رياضى ،دار الفكر العربي ،القاهرة
- ٨- حسن شحاته ١٩٩٢:طرق تدريس في تربيته الرياضيه،مكتبه القاهره الحديثه،القاهره.
- ٩- حنان السيد عبدالقارذ زيدان ٢٠٠١:فاعليه برنامج تدريبي لتنميه المهارات نفسيه حركيه لمتاخرة نمو في سن ما قبل المدرسه واثرها على السلوك التكيفي،رساله دكتوراه،كلية التربيته ،جامعه الزقازيق
- ١٠- حنان عبدالقارذ(٢٠٠١م):فاعليه برنامج تدريبي لتنميه المهارات النفس الحركيه لمتاخري النمو فى سنه ما قبل المدرسه واثرها على سلوك التكيفي.
- ١١- جمال علاء الدين (١٩٨١م):مدخل بيوميكانيكى لتقويم مستوى اتقان الاداء فى المجال الرياضى ،دراسه نظريه ،مذكرات دراسيه غير منشورة ،كلية التربيته الرياضيه بالاسكندريه للبنين ،جامعه حلوان.
- ١٢- طلحه حسام الدين (١٩٩٣م) : الميكانيكيه الحيويه والاسس النظرية والتطبيقيه ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٣- محمدسعد غرابه –ايه مشهور الجمل ٢٠٢١:بعنوان القيم التنبويه لفعاليه اداء الحركات الرمى من فوق المقعده بدلاله بعض المتغيرات النفس الحركيه للمصارعين
- ١٤- نبيل حسن الشوربجى (٢٠٠٠م):تأثير برنامج مقترح باستخدام جهاز تدريب البرم على مستوى اداء فعاليه مهاره برمه الوسط للمصارعين المتقدمين

المراجع الأجنبية:-

1-Gierczuk, Dariusz, et al (2016). "Speed of reaction and fighting effectiveness in elite Greco-Roman wrestlers." Perceptual and motor skills

124.1 (2017): 200-213 First Published October 4, 2016 Research Article

2-Terry G.P (2002). Thomas J.B. et al. op. cit Using psychologic skills to develop soccer performance journal of applied

3-M. (2009). Faculty use of web - based Instruction --Giovanniello for psychomotor learning community college radiography Programs. Ph.D dissertation Capella University

4-Broer R.M; Efficiency of humen Movement London W.B saunders co .London,1960.

5-Fredrick M. C et al we beste's Ninth collegiate dictionary U.S.A. Merriam Wbster Inc1984.

6- Schmidt. A.Aicharo ; Motor Learning and Performance : Human Kinetics Books.champaign Illinois. 1991.P.143

7-Singer. N.Rotert. (1990) . Op.Cit. P.330.

8-Singer . N.Robert ; Motor Learning and Human Performance: 3rd . macmillan , Pubilishing Co. Ince. New Yourk . 1990. P.208.

شبكات الانترنت :

<https://history-physical-ed.yoo7.com/t1791-topic>

الثلاثاء يونيو ٠١، ٢٠٢٣ ٢:٥٩ pm

<https://ila.io/8ddw3>

الاربعاء ٢ يونيو ٢٠٢٣ ٤:٠٠

<https://www.sport.ta4a.us/fitness/1839-agility.html>