

الصلابة العقلية وعلاقتها بدقة التصويب في المسدس الهوائي 10م لدى لاعبي المنتخب الوطني للشباب

م.م سعود طه عباس

phu547.sauad.taha@uobabylon.edu.iq

جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. حيدر محمد عبدالهادي

phy.hayder.m.a@uobabylon.edu.iq

جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأريخ الاستلام : 2025/3/27

تأريخ قبول النشر : 2025/5/18

ملخص:

تلعب صفات علم النفس الحديث دوراً مهماً في الرياضة بشكل عام وفعاليات الرماية الأولمبية بشكل خاص وان الأداء الحركي (التكنيك) في معظم الفعاليات يلعب دوراً مباشراً و متميزاً في تحقيق أفضل الانجازات، ولكن ليس التكنيك وحده هو العامل لتطوير المستوى الرياضي بل هناك عدة عوامل أخرى مهمة منها الصفات النفسية التي تتطلبها الفعالية. ويهدف البحث الى تحديد نسبة مساهمة الصلابة العقلية على مستوى الانجاز في دقة التصويب لرماية المسدس الهوائي واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة البحث. وتم اختيار عينة البحث من لاعبي المنتخب الوطني للشباب في فعالية المسدس الهوائي في ميدان خولة بنت الازور – بغداد والبالغ عددهم (4) لاعبين وتم اجراء اختبار الصلابة العقلية واختبار دقة التصويب واستنتج الباحثين بمجموعة استنتاجات منها : ان للصلابة العقلية اثر ايجابي في تحسين دقة التصويب بالمسدس الهوائي . الكلمات المفتاحية : الصلابة العقلية، دقة التصويب، المسدس الهوائي.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة و أهمية البحث:

لا يختلف اثنان على ان علم النفس بفروعه المختلفة يدخل في صميم حياتنا والاستفادة منه أمر طبيعي ومهم ولقد انتقل علم النفس من النظرية إلى التطبيق في مختلف مجالات الحياة وعلم النفس الرياضي أولى اهتماماً كبيراً بالمجال الرياضي وخصائصهم ولعل من أهم التحديات التي يواجهها القائمون على تطوير الألعاب الرياضية دفعت أصحاب الخبرة والاختصاص والعاملين في مجال التعلم والتدريب إلى التفكير دائماً في إيجاداً فضلاً لأساليب والطرائق والمناهج التي تسهم في تطوير ورفع قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخطية والنفسية والعقلية بما يلبي متطلبات الأداء الدقيق للمهارات الأساسية من خلال بناء المناهج التدريبية والعقلية وربطها بالاعداد النفسي والبدني الذي يؤدي إلى تحقيق انجازات رياضية كبيرة في مختلف المستويات . كما ان الوصول إلى مستوى الإنجاز الرياضي في الرماية الأولمبية بهدف تحقيق الفوز يتطلب توافق متطلبات كثيرة جداً من بينها مستوى عالٍ في أداء وتربط وتداخل القدرات العقلية فيما بينها . إذ تعد القدرات العقلية الركيزة الأساس التي يبنى عليها تطوير الجانب الخطي والنفس، لذا تعددت الطرائق والأساليب والوسائل التي تستخدم في تطوير تلك القدرات . ومن خلال دراسة ومتابعة الباحث إلى الاندية الرياضية والاستبيان من بعض المدربين والخبراء المتخصصين. في لعبة الرماية الأولمبية وجد أن هناك اختلاف في مستوى اللاعب بين التدريب والسباق ، ولكن لم يلاحظ تطرق المدربين وذوي الاختصاص إلى موضوع الصلابة العقلية وهنا تكمن أهمية البحث.

2-1 أهداف البحث

– التعرف على العلاقة بين الصلابة العقلية ودقة التصويب للاعبين المنتخب الوطني العراقي.

– التعرف على الفروق الفردية في الصلابة العقلية لدى اللاعبين.

3-1 فرض البحث :

یوجد علاقة ارتباط معنوية ما بين الصلابة العقلية ودقة التصويب لدى لاعبين المنتخب الوطني العراقي لرياضة الرماية .

2- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: إن المشكلة التي يسعى الباحث إلى حلها هي التي تحدد المنهج الذي يتم اختياره لغرض التوصل إلى النتائج المطلوبة، لذا استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بلاعبين المنتخب الوطني العراقي للشباب بالمسدس الهوائي للرماية الأولمبية وتم اختيار عينة البحث البالغ عددهم (4) لاعبين .

2-3 وسائل جمع البيانات والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث: استخدم الباحث أدوات البحث العلمية الآتية:

- تحليل محتوى المصادر العلمية.

- المقابلة الشخصية .

- الاختبارات والمقاييس.

- ميدان رماية

- مسدس هوائي

- جهاز حاسوب

2-4- الاختبارات المستخدمة في البحث:

2-4-1 اختبار الصلابة العقلية

قام الباحث بتطبيق اختبار قائمة الأداء النفسي لتحديد الصلابة العقلية psychological performance inventory لجيمس لوهر James Loehr (1986) وذلك بعد إعداده وتعريبه وهو يشتمل على (7) محددات نفسية :

1- الثقة بالنفس . Self-Confidence

2- الطاقة السلبية . Negative Energy

3- التحكم في الانتباه . Attention Control

4- تحكم التصور البصري . Visual & Imagery Control

5- مستوى الدافعية . Motivational Level

6- الطاقة الايجابية . Positive Energy

7- التحكم في الاتجاه . Attitude Control

ويتضمن الاختبار 42 عبارة وكل محدد من المحددات السبعة السابق توضيحها يمثلها (6) عبارات ، ويقوم الناشئ بالإجابة على عبارات الاختبار على ميزان خماسي الدرجات ، يحصل اللاعب على خمسة درجات في حالة تحقق العبارة ، ودرجة واحدة في حالة عدم تحقق العبارة مرفق رقم (1).

2-4-2 المعاملات العلمية للمقياس (الصدق - الثبات)

أولاً مقياس الصلابة العقلية :

استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي بأن تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه العبارة وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما يوضحه الجدول (1) ، ولحساب الثبات استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا لكرونباخ للتحقق من ثبات الاختبار والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (1)

معاملات الارتباط الداخلي بين درجات المحدد والدرجة الكلية للاختبار

الأبعاد الأساسية	العبارة الأولى	العبارة الثانية	العبارة الثالثة	العبارة الرابعة	العبارة الخامسة	العبارة السادسة	المجموع
الثقة بالنفس	*0.955	*0.965	*0.888	*0.967	*0.938	*0.937	*0.987
الطاقة السلبية	*0.934	*0.885	*0.963	*0.982	*0.988	*0.852	*0.963
تحكم الانتباه	*0.977	*0.921	*0.974	*0.974	*0.977	*0.977	*0.954
تحكم التصور البصري	*0.903	*0.899	*0.952	*0.918	*0.944	*0.934	*0.982
مستوى الدافعية	*0.932	*0.902	*0.944	*0.933	*0.932	*0.972	*0.973
الطاقة الايجابية	*0.914	*0.964	*0.908	*0.906	*0.938	*0.932	*0.921
تحكم الاتجاه	*0.922	*0.981	*0.911	*0.925	*0.922	*0.981	*0.952

*دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (1) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه العبارة وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس الأمر الذي يشير إلى صدق المقياس المستخدم.

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين درجات العبارات الفردية ودرجات العبارات الزوجية لمقياس الصلابة العقلية

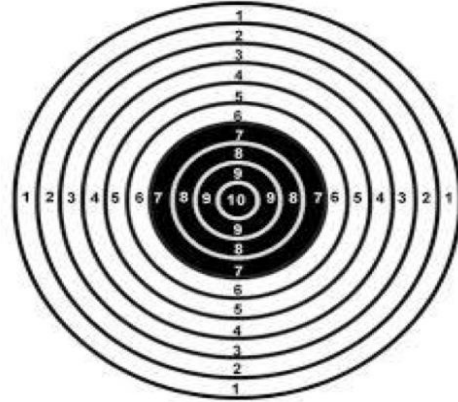
المحددات	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		معامل الارتباط	معامل ألفا كرونباخ
	ع	م	ع	م		
الثقة بالنفس	10.52	1.02	9.31	1.14	*0.925	*0.937
الطاقة السلبية	9.33	1.33	9.73	1.33	*0.932	*0.955
تحكم الانتباه	10.24	1.44	10.16	1.25	*0.867	*0.901
تحكم التصور البصري	9.27	1.67	8.22	1.67	*0.857	*0.897
مستوى الدافعية	11.21	1.96	10.56	1.52	*0.963	*0.974
الطاقة الايجابية	10.67	1.55	10.18	1.34	*0.888	*0.906
تحكم الاتجاه	8.82	1.63	8.87	1.69	*0.901	*0.934
مجموع الاختبار	10.01	2.89	9.58	2.55	*0.922	*0.965

* دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول (2) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات العبارات الفردية ودرجات العبارات الزوجية كما أن قيم معامل ألفا كرونباخ كانت دالة إحصائياً الأمر الذي يشير إلى ثبات المقياس المستخدم.

2-4-3 اختبار دقة التصويب بالمسدس الهوائي:

يتم تسجيل دقة التصويب لرمية المسدس الهوائي من خلال اختبار يتم به استخدام الأهداف الالكترونية طبقا لقياسات ومواصفات المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي لرياضة الرماية الاطلاقات التي تخترق منطقة ما تستحق النقاط المحددة لهذه المنطقة. واي طلقة تصيب او تلمس الحافة الخارجية للخط المحدد للمنطقة تحتسب بقيمة هذه المنطقة حيث يعطي 10 اطلاقة لكل لاعب يتم احتساب 10 نقاط لكل اطلاقة أي بمجموع 100 نقطة¹⁾



4-4-2 التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بمقياس الصلابة العقلية :

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى يوم السبت المصادف 2024/12/14 للكشف عما يأتي:

- 1- للتأكد من وضوح التعليمات وفقرات المقياس للاعبين.
- 2- التعرف على الوقت المستغرق للإجابة على المقياس.
- 3- التعرف على ظروف تطبيق المقياس وما يرافقه من صعوبات.
- 4- تكون للباحث تدريباً عملياً للوقوف بنفسه على السلبيات والإيجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبار الرئيسي.

وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على (4) لاعبين من خارج عينة البحث وقد كشفت التجربة عن الآتي:

- 1- أن التعليمات كانت واضحة من قبل أفراد العينة.
 - 2- الفقرات كانت واضحة وغير غامضة.
 - 3- أن الوقت المستغرق للتطبيق كان ما بين (11-13) دقيقة.
 - 4- بدائل الإجابة كانت مناسبة لمستوى أفراد العينة
- وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق والمكون من () فقرة.

4-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بدقة التصويب بالمسدس الهوائي :

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف 2024/12/13 على عينة من مجتمع البحث من لاعبي من خارج

عينة البحث والبالغ عددهم (4) لاعبين حيث تم إجراء التجربة الاستطلاعية لغرض :

- التأكد من ملائمة الاختبارات لطبيعة عينة البحث.
- الوقوف على الوقت المستغرق في أداء الاختبارات.
- تلافي الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر في التجربة الأساسية.

(1)- مازن عبد الهادي: تأثير برنامج للتدريب الذهني بالأسلوب المباشر على تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي للاعبين المنتخب الوطني العراقي بالرماية. المجلة الدولية للبحوث الرياضية المتقدمة. (المجلد 3، العدد 01 كانون الثاني). ص 1139

- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد وتدريبه على كيفية إجراء الاختبارات وتقويمها.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.

5-2 الأسس العلمية لمتغيرات البحث :

5-2-1 صدق الاختبار :

قام الباحث باستعمال الصدق الظاهري لمقياس الصلابة العقلية و اختبار دقة التصويب بالمسدس الهوائي إذ يعد "صدق الظاهري من أكثر أنواع الصدق صلاحية للاستعمال خاصة ما يتعلق منها بحالات قياس المهارات الفردية".⁽²⁾

5-2-2 ثبات الاختبار :

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لكل من مقياس الصلابة العقلية والبالغ (0.94) وكذلك معامل الثبات لاختبار دقة التصويب بالمسدس الهوائي والبالغ (0.85) عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار.

5-2-3 التجربة الرئيسية :

بعد استكمال المستلزمات المطلوبة لإعداد المقياس تم تطبيق التجربة النهائية على عينة البحث البالغ عددها (4) لاعبين يمثلون المنتخب العراقي للشباب بالمسدس الهوائي 10م وتم توزيع المقياس على اللاعبين في أماكن تواجدهم في ملاعبهم بحيث يجلسون بعيدين عن بعضهن لتحاشي تأثير إجابتهن ببعضهم البعض، وقد بلغ الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياسيين (15-18) دقيقة ثم بعد ذلك جمع استجابات المختبرين وتم المباشرة بتطبيق التجربة النهائية بتاريخ (20/12/2024) من قبل الباحثان وفريق العمل المساعد وتم تطبيق اختبار دقة التصويب بعد الانتهاء من الإجابة على المقياس

5-2-4 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ومنها استخدم الاتي (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) النسبة المئوية.

3- عرض النتائج ومناقشتها: -عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

3-1 عرض النتائج و تحليلها :

مقياس الصلابة	الوسيط	الانحراف الربيعي	سبيرمان	مستوى الدلالة
	93%	1.25	0.08	0.05
دقة الرمي	159	1.27		

يبين الجدول رقم (3) ان الوسيط لمقياس الصلابة العقلية 159 والانحراف الربيعي كان 1.25 وان الوسيط لدقة الرمي كانت 93% بينما الانحراف الربيعي 1.27 و ظهر معامل ارتباط سبيرمان للرتب 0.06 تحت مستوى دلالة 0.05 .

3-2 مناقشة النتائج :

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة يحاول الباحث التأكد من تحقيق فروض البحث ومناقشة هذه النتائج مسترشداً بنتائج الدراسة الحالية والمراجع العلمية.

عند متابعة مقياس الصلابة العقلية ظهر ان له تأثير إيجابي دال إحصائياً على مستوى أداء الرامي بالمسدس الهوائي 10 م".

1- نزار الطالب ومحمود السامرائي: المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص23.

ويعزى الباحث ذلك الى تأثير الصلابة العقلية وما يحتويه من متغيرات نفسية ولكن وفي هذا الصدد يشير محمد حسن علاوي (2002)³ إلى أن المدرب عندما يطلب من اللاعب أداء مهارة حركية لم يسبق له تعلمها والتدريب عليها فمن المتوقع فشل اللاعب في أداء هذه المهارة وهو الأمر الذي ينطبق تمام الإنطباق عند مطالبة اللاعب بأن يركز أو يسترخى أو يضبط أعصابه ولا يفعل في حين أن المدرب لم يدرجه على كيفية التركيز أو الإسترخاء أو التصور ومواجهة الإنفعالات السلبية أو التحكم في القلق.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات: استنتج الباحث ما يأتي:

1. وجود فروق فردية في درجة الصلابة العقلية لدى لاعبي المنتخب الوطني للشباب في المسدس الهوائي.
2. وجود علاقة طردية بين مستوى الصلابة العقلية ومستوى أداء اللاعبين، أي أنه كلما كان مستوى الصلابة العقلية عال كان مستوى أداء اللاعب عال.
3. أهمية الإعداد النفسي للرملة قبل المشاركة في السباقات الرياضية، لما له اثر فاعل في خفض التوتر وتحقيق الاسترخاء.

4-2 التوصيات: يوصي الباحث بما يأتي:

1. اعداد مقاييس نوعية لتقييم مستوى الصلابة العقلية لدى الرياضيين .
2. ضرورة وجود اخصائي نفسي ضمن الجهاز الفني لتنمية جوانب الاعداد النفسي للرملة.
3. الاهتمام بإعداد مناهج الإعداد النفسي وذلك لمحاولة الارتقاء بما هو ايجابي وتلافي أو تقليل ما هو سلبي في أثناء إعداد الرملة للسباق.
4. ضروره توعية اللاعبين والمدربين بأهمية واثار الإعداد النفسي، وكونه احد العناصر الأربعة المكونة للعملية التدريبية والمكملة لها.
5. تبين أن ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج جيد ومشجع من حيث دعم الدور الايجابي لعلم النفس الرياضي ومساهمته في تحقيق النجاح والتفوق في الأداء الرياضي ولاسيما في الألعاب الفردية، التي يعتمد الأداء فيها على القدرة الفردية.

محمد حسن علاوي :علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية ، دادر الفكر العربي ، القاهرة ، 2002. (3)

sjh@univsul.edu.iq

المصادر

- أبو العلا عبد الفتاح ، محمد صبحي حسانين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم
- أمر الله احمد البساطي : قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية ، 1998 .
- علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، ط1، جامعة القادسية، 2004.
- علي يوسف حسين البياتي؛ دراسات متقدمة في علم النفس الرياضي، ط1، (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2015)
- مازن عبد الهادي: تأثير برنامج للتدريب الذهني بالأسلوب المباشر عبي تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي للاعبين المنتخب الوطني العراقي بالرمية. المجلة الدولية للبحوث الرياضية المتقدمة. (المجلد 3، العدد 01 كانون الثاني).
- محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002.
- محمد محمد فهمي : الرمية للعالم العربي - بندقية - مسدس - خرطوش - رمي متحرك ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 .
- محمد توفيق الوليلي : مصدر سبق ذكره ، ص 158، 2000
- مصطفى عبد الكريم مصطفى : تأثير منهاج تدريبي مقترح في تطوير إنجاز الرمي بمسدس هدف الدقة أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001 .
- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، الصخرة للطباعة ، 2002

المصادر الاجنبية

- Isse News : Mattarella a.s.a.p. Videla salute, 85 / 10 – F 40132 Polognaitalia, 2004 , p.62
- jones, M. and Hanton, S; mental toughness, cislunar sera space, Inc 2002)
- Karen, A.: Mental toughness, brain power for sport. EBSCO Publishing, (2002),p19
- Position – Rifle : Shooting a how – tote for shooters and coaches by bill pilum and frank t. hankered, ph. D Stoeger publishing company, cap , 104 .
-) Shephard , R.J : Exercise physiology and performance in sports service , 1992 ,p.223 – 224 .
- YONG SUP KILL; study of the characteristics of mental toughness of tonnage athletes journal of physical education .2009

Mental toughness and its relationship to shooting accuracy in the 10m air pistol among youth national team players.

Abstract

Psychological traits play an important role in sports in general and in Olympic shooting events in particular. Motor performance (technique) in most events directly influences achieving the best results; however, technique alone is not the only factor in developing athletic performance, as there are several other significant factors, including the psychological traits required by the activity.

The aim of the research is to determine the percentage of contribution of mental toughness to performance levels in precision shooting with the air pistol. The researcher used the descriptive method with survey and correlational relationships for its suitability to the nature of the study.

The study sample was selected from the national youth team players in the air pistol event at the Khawla bent al-Azwar field in Baghdad, comprising (4) players. A mental toughness test and a precision shooting test were conducted. The researchers concluded with several findings, including that mental toughness has a positive effect on improving precision in air pistol shooting.

Keywords: mental toughness, precision shooting, air pis