

سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات المهارية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه

*محسن محمد حمص

**محمد عاصم

***عبد القادر الشاذلي علي الكراتي

المقدمة:

تتميز رياضة الكاراتيه بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة اذ يتم الانتقال من الحالات الهجومية إلى الحالات الدفاعية وبالعكس بسرعة عالية مما يتطلب إعداداً مكتمل الجوانب من حيث الجوانب (البدنية والحركية والنفسية) تمكن اللاعب من السيطرة على مهاراته الهجومية والدفاعية في الملعب والتصرف فيها بالشكل الأمثل، إذ أن طبيعة الأداء في رياضة الكاراتيه يتميز بالإيقاع السريع الأمر الذي يفرض على اللاعب التكيف والاستعداد لتلك المواقف ومنها قدرات بدنية وحركية ومهارية وعقلية تتناسب مع المتغيرات التي تشهدها المباريات لاسيما الحاسمة منها والمقاربة النتائج . (El Ashker, 2012, p. 2)

وتعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات المهمة التي لا تخلو منها أي لعبة أو فعالية رياضية وتختلف الألعاب أي لعبة أو فعالية رياضية وتختلف الألعاب والفعاليات فيما بينها بمدى احتياجها لها حسب المتطلبات المهارية والخططية لكل لعبة أو فعالية وتظهر أهميتها في الكثير من الألعاب التي تتميز بطبيعتها الأداء غير الثابت والتغيير السريع لظروف المنافسة ومن هذه الألعاب هي رياضة الكاراتيه (عويد، 2000، صفحة 89)

وان دراسة الجانب النفسي تعد ذا أهمية خاصة المجال الرياضي، إذ يعبر عنه من خلال قوة الإرادة وتحمل المسؤولية للاعب والتعرف على السليبي والايجابي منها يفيد في تطوير الأداء مما يؤثر في الانجاز والتفوق، وبعد (مفهوم الذات) إتجاهاً يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية، أي كعملية يدرك الفرد وخلالها حقائق شخصية ويستجيب لها على النحو الانفعالي، كما أن تقدير الذات هو المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه كونه مصدر للتأثير والتأثر بالنسبة للآخرين أو هو التنظيم الإدراكي الانفعالي التي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل، إذ أن الفرد الذي لديه مفهوم ذات سلبي يفتقر إلى الثقة في قدراته، متوقعاً أن سلوكه الخاص ومستوى أدائه سيكون منخفض ويعمل على افتراض انه لا يمكن النجاح. (ساكوف، 1999، صفحة 15)

ومن هنا تكمن أهمية البحث لدراسة سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات المهارية لدى لاعبي الحاصلين علي الحزام الاسود (1) دان العلاقة بين كل منهما وبين دقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه - مشكلة البحث:-

تعد رياضة الكاراتيه أحد الجوانب الهامة في العملية التعليمية والتدريبية ، إذ يتطلب من الطالب إتقان المهارات الأساسية لهذه الرياضة ومن هذه المهارات هي المهارات الدفاعية والهجومية التي تحتاج عند أدائها إلى صفات أو قدرات بدنية وحركية عدة ومن هذه القدرات هي سرعة الاستجابة الحركية التي تعد من أهم القدرات التي تسمح للاعب الكاراتيه بالتقدم في مستوى أدائه، إذ تمثل مكانة متميزة في تنفيذ الأداء المهاري الدفاعي والهجومية برياضة الكاراتيه نتيجة التعديلات والتغيرات في القواعد القانونية لها وما صاحبها من تغير في إيقاع اللعب الذي اتسم بالسرعة والتغير المفاجئ، كما يعد تقدير الذات من الحالات أو السمات

النفسية المهمة في الأداء مثل تلك المهارات، فاكتساب الطالب خبرات جديدة يزداد أماً وثقة بالنفس بإتقانه المهارات الدفاعية الهجومية برياضة الكاراتيه وتحريك جسمه وقدرته على التحكم في حركاته أو مهاراته الدفاعية، والهجومية ومن خلال متابعة الباحثان لاحظنا وجود ضعف واضح في سرعة الاستجابة الحركية عند أداء المهارات الهجومية والدفاعية في أثناء تطبيقها في حالة اللعب مما يعطي تقدير قد يكون غير جيد لذات الطالب، لذا عزم الباحثان معرفة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات وبين دقة أداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه.

- أهداف البحث:- يهدف البحث إلى:-

- التعرف على سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات ودقة أداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه.

- التعرف على طبيعة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه.

- التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات ودقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه - التعرف على طبيعة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات المهارة.

فروض البحث:

1- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه.

2- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات ودقة أداء المهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه.

3- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات المهارة.

مجالات البحث:

- المجال البشري:- اللاعبين الحاصلين علي الحزام الاسود دان (1)

- المجال الزماني:- في الفترة من 2018/6/1 الي 2018/6/31

- المجال المكاني:- بمنطقة كفرالشيخ للكاراتيه بمحافظة كفرالشيخ

2- الأطار النظري و الدراسات السابقة

تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات المهمة التي لا يخلو منها أي نشاط رياضي وتختلف الأنشطة فيما بينها بمدى احتياجها لها حسب المتطلبات المهارة والخططية لكل نشاط وتظهر أهميتها في كثير من الألعاب التي تتميز بطبيعة الأداء غير الثابت والتغيير السريع لظروف المنافسة وقد اختلفت الآراء حول تعريف سرعة الاستجابة الحركية وأقسامها

يعرفها عصام الدين عبد الخالق : بأنها قدرة الفرد على التلبية الحركية لمثر معين في أقل زمن ممكن الفترة الواقعة بين الإثارة والإجابة الكاملة المناسبة بأقصر وقت ويعتمد ذلك على إيعازات الجهاز العصبي وقابلية الجهاز العضلي في التنفيذ (الخالق، 1994، صفحة 34)

يؤكد توشيو تاناكا (Toshio Tanaka 理事長 2017): أن يعزى نجاح الرياضيين في الأحداث الصغيرة والكبيرة إلى وقت الاستجابة. أهمية يتجلى وقت الاستجابة عندما تشهد أن رياضي يفوز على منافس فقط مع وجود اختلاف جزء من الثانية في وقت سرعة الاستجابة أو وقت الحركة (理事長, 2017, pp. 21-25)

ويشير محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان (2002): أن سرعة الاستجابة تعني: الربط بين زمن الرجوع وزمن الحركة أي أنها عبارة عن الزمن الكلي الذي ينقضي ما بين حدوث المنبه والانتهاج من إتمام الحركة أو العمل. (رضوان، 2002، صفحة 214)

يشير ساكوف انه يوجد عوامل تؤثر في سرعة الاستجابة الحركية من أهمها:-

1- العمر والجنس . 2- الاستعداد . 3- تأثير إشارة البدء وقوة المثير.

5- تأثير عدد المستقبلات المثيرة . 6- التغذية والتدريب والتعب

ومن خلال ما تقدم يرى الباحثان بان سرعة الاستجابة الحركية هي مجموع زمن رد الفعل وزمن الأداء الحركي، أي أنها الزمن الذي يستغرق منذ لحظة ظهور المثير ووصوله إلى المراكز العصبية إلى لحظة الانتهاء من الأداء الحركي. أهمية سرعة الاستجابة الحركية في رياضة الكاراتيه:

تعد سرعة الاستجابة الحركية من المتطلبات المهمة لدى لاعب الكاراتيه الذي يتعرض لمواقف سريعة ومفاجئة متعددة ومختلفة لتعقيد خلال تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية مما يتطلب من اللاعبين استجابات سريعة عند ظهور المثير والذي تمثله الركلات والضربات أو اللاعب في هذه اللعبة مع إكمال الاستجابة على وفق متطلبات اللعبة وقانونها، لذلك يتطلب من اللاعب امتلاك سرعة استجابة حركية صحيحة في الوقت المناسب تتلائم مع المواقف المختلفة، (الوشاحي، 2008، صفحة 8)

مفهوم تقدير الذات:-

يعد مفهوم الذات النفس: الحجر الأساس في بناء الشخصية لما له من أهمية خاصة في فهم ديناميكية الشخص وتوافقها الذهني ، فهو الذي يجعل المتعلمون يختلفون فيما بينهم ويجعلهم منفردين في نظرهم للعالم الذي حولهم (قواسمة، 2014، صفحة 38)

وقد أكد كل من (ماجد زهران ،محمد محمود الحيلة) أن مفهوم الذات يكون ويتطور عند مراحل الحياة التي يعيشها المتعلم ويمارس خبراته فيها، والوعي بالذات يبدأ ببطيئاً عند تفاعل المتعلم مع بيئته. ويصبح على درجة من الاستقرار في الحياة منذ الطفولة المتأخرة وأن التقدم في النمو ويؤدي إلى زيادة في الاستقرار ويصبح مفهوم المتعلم عن نفسه أكثر مقارنة للتغير. ،و توجد إبعاد عدة لتقدير الذات وهي

1-الذات الواقعية. 2- تقبل الذات. 3-الذات الإدراكية. 4-الذات البدنية.

5- الذات الأخلاقية. 6-الذات الشخصية. 7-الذات الأسرية. 8-الذات الاجتماعية. 9-نقد الذات.

- المهارات الدفاعية و الهجومية في رياضة الكاراتيه :

رياضة الكاراتيه من الرياضات القتالية التنافسية والتي تتميز بالتغيير المستمر السريع و المفاجئ للاتجاهات المختلفه في مواقف اللعب المتغيره التي تظهر من خلال الظروف المفاجئه مما يتطلب ان يكون اللاعب على درجه عاليه من امتلاك القدرات البدنيه الخاصه وذلك من خلال استخدام الاساليب الدفاعيه والهجوميه بالاضافه الى تحركات القدمين وجميعهم أساليب يغلب عليها العمل الديناميكي في اغلب ثواني المباراة (أرباب،، صفحة 12)

أولاً : المهارات الهجومية

المهارات الهجومية المركبة اكثرالمهارات تعقيداً وأهمية وتتميز تلك المهارات بتحقيق أكثر من هدف وواجب حركي في وقت واحد ، ويتوقف فاعلية اداء المهارات الهجومية المركبة على مدى التتابع الطبيعي لحركاتها واتجاهاتها في سلسلة متصلة متنوعة والتي سبق التخطيط لها من قبل والتدريب عليها مع ملاحظة ان كل مهارة هجومية يجب ان تفتح ثغرة عند المنافس حتى يتمكن من تسديد المهارة التالية ولاختيار المهارات الهجومية المركبة عدة شروط وهي كالتالى :

- 1 - أن يكون هناك ترابط وتناسق بين المهارات المستخدمة
 - 2 - يجب أن تكون نهاية المهارة الاولى وضعاً تمهيدياً للمهارة التالية
 - 3 - التنوع في استخدام المهارات اثناء الهجمة الواحدة بحيث يكون هدف المهارة الاولى غير هدف المهارة الثانية
 - 4 - الاستفادة من حركات إخلال التوازن الاشبىراى اثناء الهجمات لما لها من تأثير كبير على ارباك المنافس ووضعة تحت سيطرة اللاعب
 - 5 - الايقاع والتوقيت السليم في تتابع المهارات مع عدم التردد
- العوامل المؤثرة على فاعلية الهجوم للاعبى الكاراتيه :
- 1 - التوقيت السليم
 - 2 - سرعة الاداء المهارى
 - 3 - التصرف الخططى الجيد
 - 4 - المسافة المنافسة
 - 5 - الاداء الفنى الصحيح
 - 6 - الدقة في اصابة الهدف
 - 7 - السيطرة على تعديل المسافة بين اللاعب والمنافس
 - 8 - المتابعة الإيجابية من اللاعب بعد الهجوم والدفاع
 - 9 - الاحساس الدقيق للاعب بالمكان على البساط (Frederick L. Hobusch, 2017, pp. 2-6)
- من المهارات الهجومية (كزامي زوكي ، أوي زوكي ، ماي جيرى ، مواشي جيرى)
- أ- مهارة كزامي زوكي : هي عبارة عن مهارة هجومية يقوم بها اللاعب وهي ضربة قوية ومؤثرة وتنفذ بمساواة اليد مع الرجل وتتميز هذه الحركة بمفعولها القوي والمؤثر في الوجة (منطقة الجودان) (عاصم، 2016، صفحة 23)
- ب- مهارة أوي زوكي : هي عبارة عن مهارة هجومية يقوم بها اللاعب وهي لكمة خاطفة وسريعة من التقدم باليد والرجل (عاصم، 2016، صفحة 24)
- ت- مهارة ماي جيرى : هي عبارة عن مهارة هجومية تؤدي بالرجل في منطقة البطن و الصدر ترفع الركبة عاليا وبسرعة امام الصدر واصابع القدم مرتفعة وتضرب الي الامام بسرعة ويجب علي اللاعب عدم التركيز فقط علي وصول الركلة ولكن يجب مراعاة سحب القدم للخلف بسرعة وبقوة (عاصم، 2016، صفحة 32)

ث- مهارة مواشي جيري: يجب أن تركز من وضع نصف هلال ويجب ان يكون وضع البداية هو الوضع الامامي (زنكوتسو داتشي) وترفع الركبة لاعلي ومن الجانب وتركل الخصم في منطقة المعدة او الوجه او الصدر وغيرها . الركلة الدائرية سريعة وقوية لانها تواجه الخصم بالجانب بطريقة جانبية مما يؤدي الي صعوبة التنبؤ بها (عاصم، 2016، صفحة 33)

ثانياً المهارات الدفاعية

تعد المهارات الدفاعية في رياضة الكاراتيه من المهارات المهمة والصعبة من خلال تكرارها في اللعب واعتماد اللاعب عليها سواء في حالات الدفاع أو الهجوم وكذلك دقة متطلباتها من المكونات البدنية في القوة العضلية وقدرات رد الفعل والتركيز والتوازن والسرعة الحركية والمرونة وسرعة رد الفعل والقدرة على التحكم والشجاعة في إنقاذ الكرة وتشمل المهارات الدفاعية (NAKAYAMA, 2006, p. 58)

من المهارات الهجومية (هيدراي جيدان براي ، أجي اوكي ، شوتو اوكي)

أ- مهارة هداري جيدان براي : هي عبارة عن مهارة دفاعية يقوم بها اللاعب من (أعلى إلى أسفل)

ويطلق عليها مسمى الدفاع السفلى . (عاصم، 2016، صفحة 14)

ب- مهارة أجي أوكي: عبارة عن مهارة دفاعية يقوم بها اللاعب من (أسفل إلى أعلى) ويطلق عليها مسمى الدفاع العلوى . يستخدمها اللاعب في الدفاع ضد اللكمات المختلفة الموجهة لمنطقة الجودان (الوجه) . تستخدم في الدفاع ضد اللكمات باستخدام الساعد . (عاصم، 2016، صفحة 14)

ت- مهارة شوتو أوكي : هي عبارة عن مهارة دفاعية يقوم بها اللاعب (بسيف اليد) ويطلق عليها مسمى الدفاع المتوسط بسيف اليد أو الهجوم بسيف اليد . يستخدمها اللاعب في الدفاع ضد اللكمات المختلفة الموجهة لمنطقة الشودان أ الجودان (البطن والصدر والوجه) (عاصم، 2016، صفحة 17)

- الدراسات السابقة
أولاً: الدراسات العربية

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة، فضلاً عن التعرف على طبيعة العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة واجري البحث على عينة من لاعبي أندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة للموسم وقد استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة الارتباطية كما استعمل الباحث مقياس مفهوم الذات المهارية للاعبى الكرة الطائرة ومقياس الاستجابة الانفعالية اذ قام بتوزيع استمارات الكرة الطائرة ومقياس الاستجابة الانفعالية إذ قام بتوزيع استمارات المقياسين على عينة البحث الأساسية إذ قام بأجراء المعالجات الإحصائية الضرورية ، أما استنتاجات الدراسة فكانت هي ظهور الاستجابة الانفعالية على لاعبي الدور الممتاز للكرة الطائرة بثلاثة مؤشرات (استجابة انفعالية (وكذلك وجود الذات المهارية بثلاث مؤشرات لدى لاعبي الدوري الممتاز للكرة الطائرة ذات مهارة عالية وذات مهارة كما توصل اللاعب إلى ظهور فروق معنوية في واقع الذات المهارية للاعب الدوري الممتاز بالكرة الطائرة.

أجراءات البحث
منهج البحث

استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية ملائمة لطبيعة مشكلة البحث، فالمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وتعبيراً كمي، أما دراسة العلاقات الارتباطية فهي "دراسة غير سببية تحاول اكتشاف عدة عوامل مرتبطة بمشكلة البحث والتعرف على العوامل التي لها ارتباط بالمشكلة من دون الحاجة إلى تأسيس سبب أو اثر". مجتمع البحث وعينته:-

حدد الباحثان مجتمع البحث اللاعبين الحاصلين علي الحزام الاسود دان (1) في الفترة من 2018/6/1 الي 2018/6/31 بمنطقة كفر الشيخ للكاراتيه لمحافظة كفر الشيخ والبالغ عددهم

(40) لاعب

البيان	عينة تجريبية	عينة استطلاعية	العينة الكلية
العدد	40	10	50
النسبة	%90	%10	%100

باختيار (10) تلاميذ كعينة استطلاعية،

بالطريقة العشوائية وبهذا بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (48.19%) وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً وكما هو مبين في الجدول رقم (1)

جدول (1)

يبين مواصفات مجتمع البحث وعينته

تجانس عينة البحث

تجانس عينة البحث في متغيرات العمر والطول والوزن و العمر التدريبي

جدول (2)

يوضح تجانس عينة البحث في متغيرات العمر والطول والوزن (ن=40)

المتغيرات	وحده القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	التقلطح	الالتواء
العمر	سنة	9.125	1.756	*9.125	-0.719	-0.111
الطول	سم	1.314	0.858	*1.3100	-0.1247	0.125
الوزن	كجم	37.800	0.743	*3.800	-0.584	0.279
العمر التدريبي	سنة	9.333	1.424	9.000	0.686	0.853

يتضح من جدول (2) : أن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (-0.111، 0.853) وأن جميعها تقع بين + 1 وهو ما يشير الى تماثل البيانات حول محور المنحنى تقريباً، كما يتضح من الجدول أن جميع قيم معامل التقلطح لعينة البحث تراوحت بين (- 0.1247:0.686) وأن هذه القيم أنحصرت بين + 3 مما يدل على أن جميع أفراد العينة تقع تحت المنحنى الاعتدالي في متغيرات العمر الطول والوزن و العمر التدريبي مما يشير الى تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات المختارة.

الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

-الوسائل البحثية:-

استعان الباحثان بالوسائل البحثية الآتية(المصادر والمراجع العربية والأجنبية

والمقابلات الشخصية. * والملاحظة والاختبارات والقياس).

- الأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:-

استعان الباحثان بالأدوات والأجهزة الآتية جهاز الكروني (الشخص الإلكتروني)

إجراءات البحث:

اختيار مقياس الذات المهارية برياضة الكاراتيه

تم اعتماد مقياس الذات المهارية المعد من الباحث محمد عاصم ، وهو مقياس مقنن ومستعمل على مواصفات العينة نفسها ويكون القياس من (20)فقرة مقسمة (10) فقرات للمهارات الهجومية ، (10) فقرات للمهارات الدفاعية أجري الباحثان مجموعة من المقابلات الشخصية مع بعض السادة الخبراء والمختصين لقياس الذات المهارية في الأداء الدفاعي والهجوم برياضة الكاراتيه وتكون الإجابة حسب البدائل التي تكون من خمسة بدائل وهي (أبدا ، نادرا ، أحيانا ، دائما ،

ملحق رقم (1)

اختبار سرعة الاستجابة الحركية:-

من اجل قياس سرعة الاستجابة الحركية لدى أفراد عينة البحث قيد البحث وبعد الاطلاع على العديد من المصادر والبحوث ذات العلاقة استعان الباحثان باختبار مقنن ومستعمل في بحوث سابقة، وهو يقيس

ملحق رقم (2)

سرعة الاستجابة الحركية للاعب الكاراتيه.

الاسس العلمية لمقياس الذات المهارية والاختبارات قيد البحث:

- صدق المقياس والاختبارات قيد البحث:

الصدق

قام الباحثان بإيجاد صدق المحتوي حيث عرض المقياس في صورته الأولية ، و جاء ملاحظات وأراء الخبراء مؤكدة لواقع العبارات التي تضمنتها المقياس في جوانبها الرئيسية ، وقد قام الباحث بتعديل بعض العبارات وفقاً لأراء الخبراء بما يضمن وضوحها و صلاحيتها

قام الباحثان بإيجاد معامل الصدق للمقياس المستخدم ، حيث قام الباحث بالاستعانة بعينه عددها (10) تلاميذ من مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية للبحث تحت (12) سنة على ذلك النوع من الصدق للتمييز بينهما في متغيرات البحث وطبقت للعبارات والاختبارات المستخدمة على المجموعة في نفس التوقيت وفي نفس الظروف يوم (2018/6/7م) ، والجدول (4) يوضح أن معامل الصدق للمقياس المستخدم على التوالي.

جدول (4)

معامل الصدق للمجموعتين المميزة والغير مميزة ن=40

معامل الصدق	قيمة ت	الغير مميزة		المميزة		جهة الأداء	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
0.97	**24.64	0.46	2.40	0.57	5.51	المهارات الهجومية	سرعة الاستجابة
0.70	**15.37	0.60	4.23	0.54	4.46	المهارات الدفاعية	

0.88	**24.35	0.41	2.35	0.57	5.57	المهارات الهجومية	الذات المهارية
0.78	**14.23	0.60	2.98	0.69	6.23	المهارات الدفاعية	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 14 = 40

يتضح من جدول (4): أن قيمة ت المحسوبة أنحصرت بين (0.70: 0.97) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) في الاختبارات مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة وغير المميزة لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات مما يدل على صدق الاختبارات قيد البحث.

- الثبات

ثم قام الباحثان بإيجاد معامل الثبات بأسلوب تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدرة ثلاثة أيام بين التطبيقين الأول والثاني ، قام الباحث بالإستعانة بالعينة السابقه والتي طبقت عليها الدراسة الإستطلاعية الأولى والثانية وعددها (10) تلاميذ من مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية للبحث، حيث أجرى القياس الأول يوم (2018/6/9م) والقياس الثاني يوم (2017/5/24م) ، وتم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين نتائج القياسين الأول والثاني

والجدول (5) يوضحان معامل الثبات للمقياس المستخدم على التوالي

جدول (5)

معامل الثبات بمقياس الذات المهارية للمهارات الدفاعية والهجومية برياضة الكاراتيه ن=40

معامل الثبات	قيمة ت	القياس الثاني		القياس الأول		جهة الأداء	الاختبارات
		س±	ع±	س±	ع±		
0.91	**1.47	1.72	4.19	1.67	3.96	المهارات الهجومية	سرعة الاستجابة
0.83	**1.13	1.60	3.56	1.54	2.35	المهارات الدفاعية	
0.93	**1.58	1.64	3.85	1.72	3.69	المهارات الهجومية	الذات المهارية
0.82	**1.25	1.55	3.87	1.48	3.54	المهارات الدفاعية	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 6 = 0.707

يتضح من الجدول (5): أنه يوجد ارتباط بين القياس الأول والثاني حيث انحصرت قيمة معامل الثبات بين (0.82: 0.91) وجاءت قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على ثبات عبارات واختبارات المقياس المستخدم على وسائل الإحصائية:-

استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية:

(النسبة المئوية. -الوسط الحسابي. -الانحراف المعياري. -معامل ارتباط البسيط بيرسون)

إيجاد العلاقة بين كل سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات بدقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية
رياضة الكاراتيه في الجدول التالي رقم (6)

جدول رقم (6)

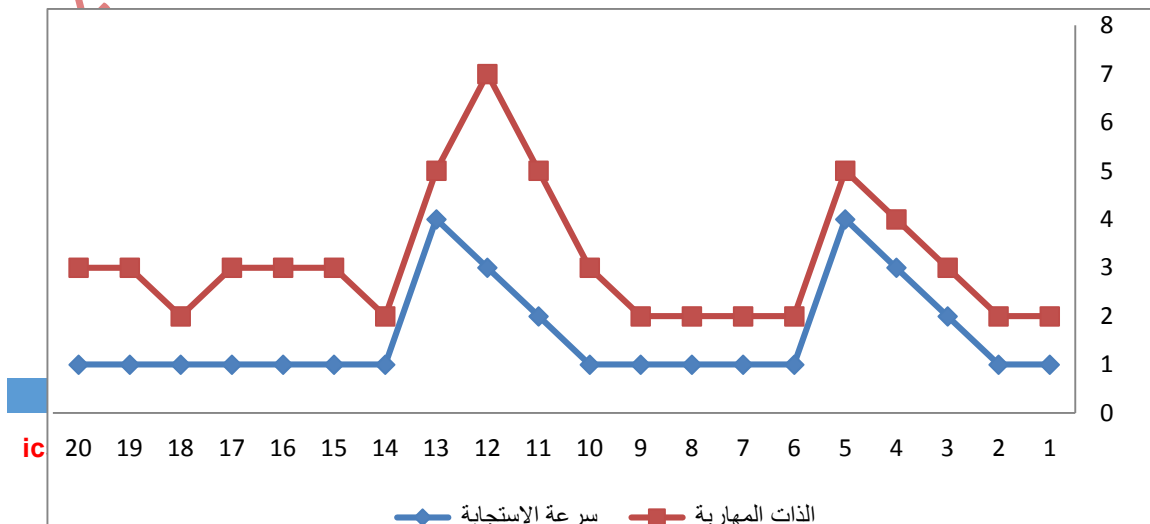
يوضح المعالجات الاحصائية بين العلاقة بين كل سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات

المهارات الحركية الاساسية	جهة الأداء	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء	التفطح	معامل الارتباط لبيرسون	مستوي الدلالة
سرعة الاستجابة	المهارات الهجومية	1.50	1.50	0.51	0.00	-2.23-	.085**	0.05
	المهارات الدفاعية	1.50	1.50	0.51	0.00	-2.23-	.085**	0.05
الذات المهارية	المهارات الهجومية	1.45	1.38	0.604	1.00	0.189	.085**	0.05
	المهارات الدفاعية	1.45	1.38	0.604	1.00	0.189	.085**	0.05

مستوي الدلالة 0.05 = 0.722

يتضح من الجدول التالي: أن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (0.00، 1.00) وأن جميعها تقع بين + 1 وهو ما يشير الى تماثل البيانات حول محور المنحنى تقريباً، كما يتضح من الجدول أن جميع قيم معامل التفطح لعينة البحث تراوحت بين (-2.23: 0.189) وأن هذه القيم انحصرت بين + 3 مما يدل على أن جميع أفراد العينة تقع تحت المنحنى الاعتدالي في متغيرات الخاصة بسرعة الاستجابة للمهارات الهجومية والدفاعية والذات المهارية مما يشير الى تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات المختارة. ان معامل الارتباط البسيط (لبيرسون) = 0.850 وهي تقرب من 1% وهذا يعني انه معامل ارتباط طردي قوي بالتالي توجد علاقة ارتباطية بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات بدقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية برياضة الكاراتيه

في الشكل البياني التالي يوضح ذلك رقم (1)



عرض نتائج علاقة الارتباط سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات بدقة أداء المهارات الهجومية والدفاعية برياضة الكاراتيه لدى عينة البحث وتحليلها ومناقشتها.

جدول (7)

يبين قيمة معامل الارتباط سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات بدقة أداء المهارات الهجومية والدفاعية برياضة الكاراتيه

الاختبارات	جهة الأداء	قيمة (ت) المحسوبة	نوع الدلالة
سرعة الاستجابة	المهارات الهجومية	0.71	معنوي
	المهارات الدفاعية	0.76	معنوي

يتضح من الجدول التالي. أن نتائج قيم معامل الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية لدى عينة البحث، إذ أظهرت النتائج أن قيم معامل الارتباط(ت)المحسوبة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الهجومية والدفاعية وهي قيم أكبر من قيمتها الجدولية ، (0.722) ، مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية لدى عينة البحث، وتعزو الباحثان سبب هذه النتائج إلى وجود الخبرة لدى عينة البحث ومعرفتهم للمعلومات السابقة التي تؤهلهم من الاستجابة السريعة لكل حالة من حالات الملعب(البساط) ، إذ أن الاستجابة المناسبة تتأثر بالمعلومات السابقة مما جعلهم يستطيعون اختيار المواقف الملائمة في الدفاع عن هجوم لاعب الفريق المنافس، لان "سرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب المهاجم والمدافع فهو يحتاج إلى سرعة التحرك وإدراك ما سيقوم به الفريق المنافس." ، وكذلك أن علاقة الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية المهارات الهجومية (كزامي زوكي ، أوي زوكي ، ماي جيرى ، مواشي جيرى) كانت معنوية وبغز السبب إلى سهولة تنفيذ هذه المهارة وسرعة الانتقال بين المراكز لان الطالب يمتلك إعدادا بدنياً ومهارة جيدة لأداء وتنفيذها ، فسرعة الاستجابة الحركية الضرورية لأداء مهارة حائط الصد فاللاعب يحتاج إلى التكيف والتحول السريع ومراقبة ما يقوم به المنافس وهذا يعتمد على سرعة تحرك اللاعب لان مهما كان حائط الصد متكامل وفعال وعلى درجة عالية من الأداء المهارى فهناك مهاجم يستطيع أن يؤدي هيدراري جيدان براي ، أجي اوكي ، شوتو اوكي بشتى الطرق فكلما قصر زمن سرعة الاستجابة الحركية استطاع اللاعب أن يقوم بالتصرف السليم في الوقت المناسب لاسيما العاب الخداع التي يقوم بها المنافس. ، وتشكل سرعة الاستجابة الحركية عنصرا مهما للمهارات الهجومية و الدفاعية ، فضلا عن تمتعه بدقة الملاحظة وحسن

التصرف والثقة بالنفس وعدم الخوف من قوة الضربة الهجومية فاللاعب الذي يستطيع عمل مهارات ناجحها فسوف يحصل على نقاط كثيرة لطريقة مما يؤثر على الفريق المهاجم ويشدت انتباهه ويؤد إلى عدم تركيزه وإرباكه،

عرض نتائج علاقة الارتباط بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية لدى عينة البحث وتحليلها ومناقشتها.

جدول (8)

يبين قيمة معامل الارتباط بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية

الإختبارات	جهة الأداء	قيمة(ت) المحسوبة	نوع الدلالة
الذات المهارية	المهارات الهجومية	0.69	معنوي
	المهارات الدفاعية	0.72	معنوي

يتضح من الجدول التالي : أن نتائج قيم معامل الارتباط(ت)بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء

المهارات الهجومية و الدفاعية لدى عينة البحث، إذ أظهرت النتائج أن قيم معامل الارتباط(ت)المحسوبة بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الدفاعية جاءت

(0.722)وهي قيم اكبر من قيمتها الجدولية ، 0.05 مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية لدى عينة البحث، وتغزو الباحثان سبب هذه النتائج إلى وجود من الخبرة والممارسة لهذه المهارات بالإضافة إلى العمر الزمني لديهم يكون اكبر مما هو عليه عند بقية المراحل الدراسية وهذا يعني ازدياد عامل النضج العقلي والمعرفي الأمر الذي ساعد على إن يكونالطلاب الحاصلين علي الحزام الاسود القدرة العالية على تقدير الذات، إذ أن "الفرد إذا كان يعزو إنجازاته ويستمد تعزيزات سلوكه من ذاته، فيتوقع منه في هذه الحالة درجة مرتفعة من تقدير الذات مقارنةً بآخر لا يحصل على تعزيزات لتقديره لذاته نتيجة لاعتقاده أنه يحقق ما يحقق، ويعجز عن تحقيق ما يعجز عنه لا اعتماداً على قدرته وإمكانياته بل اعتماداً على العوامل الخارجية، ويصبح تقديره لذاته بوصفه فرد

عرض نتائج علاقة الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات الهجومية و

المهارية لدى عينة البحث وتحليلها ومناقشتها.

جدول (9)

الإختبارات	جهة الأداء	قيمة(ت) المحسوبة	نوع الدلالة
تقدير الذات المهارية+ سرعة الاستجابة الحركية	المهارات الهجومية	0.71	معنوي
	المهارات الدفاعية		

يبين الجدول(9) نتائج قيم معامل الارتباط(ت)سرعة الاستجابة الحركية وتقدير

الذات المهارية لدى عينة البحث، إذ أظهرت النتائج أن قيمة معامل الارتباط(ت)المحسوبة بين تقدير الذات المهارية (0.722) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين هاذين المتغيرين، وتعزو الباحثان سبب هذه علاقة الارتباط المعنوية بين هاذين المتغيرين إلى أن تقدير الذات المرتفع هو أن الفرد يعد نفسه ذا قيمة وأهمية، إذ أن تقدير الذات هو تقييم يضعه الفرد لذاته وحسب ما يتم إدراكها الآخرون من وجهة نظره ، ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الفرد، يعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية، ومن هذه الجوانب هو الجانب البدني المتمثل بسرعة الاستجابة الحركية التي تعد من أهم القدرات البدنية التي لا بد توافرها لدى المتعلم أو لاعب رياضة الكاراتيه هي "إدراك سريع لفهم الواجب الحركي للقيام بتنفيذه، وهي قدرة اللاعب للاستجابة لمثيرات المحيط والتي يتم استلامها من قبل الأعصاب الحسية إلى قشرة الدماغ ثم ترسل إلى العضلات عن طريق الأعصاب الحركية والاستجابة لهذه المثيرات وبأسرع ما يمكن، وتعتمد سرعة الاستجابة الحركية على زمن رد الفعل الذي هو الفترة الزمنية بين المثير ولحظة بداية الاستجابة".

- الاستنتاجات والتوصيات:
- الاستنتاجات:

- 1- تمتع أفراد عينة البحث بمقدار جيد من تقدير الذات المهارية.
- 2- تمتع أفراد عينة البحث بمقادير لا بأس بها في دقة أداء المهارات الهجومية والدفاعية قيد البحث.
- 4- ظهور علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية برياضة الكاراتيه لدى أفراد عينة البحث.
- 5- 0 ظهور علاقة ارتباط معنوية بين تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية برياضة الكاراتيه لدى أفراد عينة البحث.
- 6- ظهور علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية وتقدير الذات المهارية لدى أفراد عينة البحث.

التوصيات:-

في ضوء النتائج البحث توصي الباحثان بما يأتي:-

- 1- التأكيد على اهتمام المدرسين بتطوير سرعة الاستجابة الحركية في أثناء الوحدات التعليمية و التدريبية في رياضة الكاراتيه وذلك الارتباط المباشر في دقة أداء المهارات الهجومية و الدفاعية برياضة الكاراتيه .
- 2- التأكيد على تدعيم قيمة تقدير الذات المهارية للطلاب من خلال وسائل التهيئة

- النفسية المتمثلة (الأحاديث الحيوية وتأييد المسجلين، ووضوح الهدف).
- 3- ضرورة التأكيد على مدرس المادة في إدخال التمرينات المهارية الخاص بتطوير دقة أداء المهارات الهجومية الدفاعية في أثناء الوحدات التعليمية والتدريبية .

المراجع العربية :

1 - انتصار عويد. (2000). قياس وتقويم الاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة باستخدام تقنية الحاسوب وتحليل المباراة، أطروحة. بغداد: كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

2 - ساكوف. (1999). سرعة رد الفعل كدالة للاعداد النفسي المميز،. موسكو: دار الثقافة.

4- عصام الدين عبد الخالق. (1994). التدريب الرياضي بين النظرية و التطبيق . الاسكندرية: منشأة

المعارف الطبعة الأولى.

5- عصام الوشاحي. (2008). الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالي. القاهرة: دار

الفكر العربي.

6- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان. (2002). الاختبارات النفسية و المهارية في المجال

الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

7- محمد عاصم. (2016). الكاراتيه ومنظومة التخطيط العملي. الاسكندرية: دار ماهي للنشر.

8- محمد محمود الحيلة احمد يوسف قواسمة. (2014). الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من

أبناء الأمهات العاملات وغير العاملات في. الأردن: مجلة البحوث التربوية العدد الثاني.

9- محمد مرسال أرياب. (بلا تاريخ). (2001). المبادئ الأساسية في رياضة الكاراتيه . الاسكندرية: منشأة

المعارف .

المراجع الأجنبية :

10- El Ashker, S. (2012). Technical performance effectiveness subsequent to complex motor skills training in young. UKRAINE: European Journal of Sport Science.

11- Frederick L. Hobusch, . (2017). Assistant Coach, USA Wadu Ryu Karate Team. Salt Lake City: , Utah.

12- NAKAYAMA, M. (2006). baset karate vol. kandanssha international LTD, tokyo. tokyo: magazine JKF.

13- 理事長. (2017). 空手時の反応時間モータ反応待ち時間は. KWF本部道場のお問い合わせ.