

مخلص البحث باللغة العربية

تأثير استراتيجيات التفكير في تنمية الثقة الرياضية ودقة أداء الهجمة في رياضة السلاح

* أ.م.د/ محمد عبدالكريم نبهان

استاذ مساعد بقسم العلوم التربوية والنفسية

والأجتماعية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

يهدف البحث الى التعرف على يهدف البحث الى التعرف على "تأثير استراتيجيات التفكير في تنمية الثقة الرياضية ودقة أداء الهجمة في رياضة السلاح" استخدم الباحث المنهج التجريبي التصميم (ذو القياس القبلي والبعدي) لمجموعتان أحدهما تجريبية والأخري ضابطة وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة أشتمل مجتمع البحث على لاعبي السلاح تحت (١٦) سنة من (أكاديمية بشبين الكوم , نادى طنطا , الشبان المسلمين بطنطا , أكاديمية ليون بطنطا) وعددهم (١١٠) لاعب.

**وبعد جمع البيانات والمعالجات الإحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل إلى
الاستخلاصات والتوصيات الآتية :**

- نسبة التحسن الحادثة بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لكل متغير والتي كانت لصالح القياس البعدي حيث تراوحت نسبة التحسن ما بين (١٤.٨٥١% - ٢٩٨.٣٥٩%)
- التأكيد على التدريب على المهارات الأساسية للتدريب العقلي وبصفة خاصة الاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه لما لها من دور بالغ الأهمية في زيادة فاعلية الاستراتيجيات العقلية وتحقيق أكبر عائد من تطوير دقة الأداء المهاري.
- أهمية العمل على استخدام وتوظيف القياس النفسي في التعرف على مدى استخدام الاستراتيجيات العقلية حتى يمكن وضع البرامج المناسبة في ضوء مواطن القوة والضعف واحتياجات اللاعبين لتحقيق مزيدا من الفاعلية للعملية التدريبية.
- أهمية تعدد الاستراتيجيات العقلية التي ينبغي التدريب عليها لمواجهة الظروف المتغيرة لكل منافسة .

الكلمات المفتاحية:

" استراتيجيات التفكير - الثقة الرياضية - رياضة السلاح