

أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى حكام رياضة الكاراتيه

*م.د/احمد السيد عبدالسلام

مقدمة ومشكلة البحث :-

يعتبر موضوع السيطرة الدماغية (cerebra dominance) أو السيطرة المخية (brain dominance) أو النصف الكروي القائد (leading hemisphere) أو الجانب القائد في الدماغ (the leading hemisphere) من الموضوعات الحديثة والمثيرة والمفيدة التي نالت اهتمام علماء النفس العصبي في بداية الأمر ، ثم تناولها بالاهتمام والدراسة والتطبيق علماء التربية والمناهج وطرق التدريس وعلم النفس المعرفي وعلم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي خلال الفترة الحالية ، ولا يزال البحث والغموض والطرافة أحياناً يكتنف الكثير من المعلومات والحقائق ونتائج الأبحاث والتجارب العلمية التي يتم اكتشافها المرتبطة بهذا الموضوع . (٣:١٣)

ويشير هيرمان (Herman) إلى أن الأفراد الذين يتعلمون ويتدربون من خلال طرق تتوافق مع نمط السيطرة الدماغية السائد لديهم يحققون نتائج مرتفعة في عملية التعلم و التعليم ، بعكس هؤلاء الأفراد الذين يتعلمون ويتدربون بطرق غير متوافقة مع نمط السيطرة الدماغية السائد لديهم . (٤٣ : ٧٤)

ويذكر بعض العلماء أن الأفراد يميلون إلى الاعتماد بشكل كبير علي أحد جانبي الدماغ أكثر من الآخر أثناء معالجة المعلومات حيث أشير إلى هذا الجانب بالجانب المسيطر (السائد) لدي الأفراد وترتب عليه ظهور مفهوم السيطرة الدماغية أو السيادة الدماغية أي أن سيطرة أحد جانبي الدماغ لدي الفرد يمكن أن يعبر عن نفسه علي شكل أسلوب معين يتبناه الفرد في عملية التعلم والتفكير . (٢٨ : ٢٧٥-٢١٣)

ومن ناحية أخرى تشير كثير من الدراسات التي استندت إلى نظرية النصفين الكرويين للدماغ (Two Hemisphere (Brain Theory للعالم روجر سبيري Roger Sperry والتي أهتمت بوظائف جانبي الدماغ الجانب الأيسر (Left Brain) والجانب الأيمن (Right Brain) إلى أن أنماط

*مدرس بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

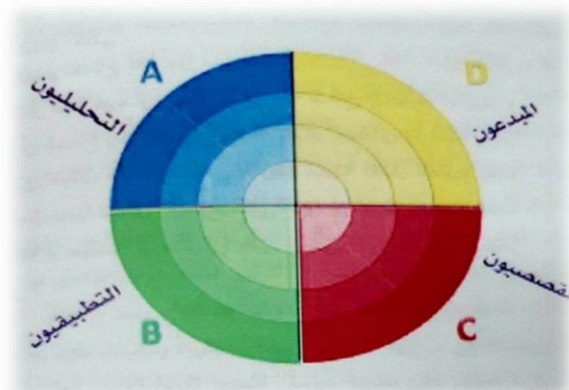
التفكير السائدة لدى الأفراد بناء على وظائف جانبي الدماغ تركز على نمط التفكير التحليلي واللغوي والمنطق الرياضي وهذه الأنماط من التفكير من وظائف الجانب الأيسر للدماغ في حين أن وظائف الجانب الأيمن للدماغ تركز على نمط التفكير البصري والمكاني والحدسي والتركيبي والإبداعي والكلي. (٤٨ : ٣٢٢)

وقد قدم **هيرمان Herman** نموذجاً طور به نتائج البحوث الطبية العصبية ووضح أن الدماغ يتكون من أربع أقسام أو مناطق مترابطة وهو بالطبع تقسيم رمزي وكل منطقة تختص بطريقة معينة لعمل المخ والمناطق الأربعة تعمل سوياً لتشكيل "الدماغ الكلي" كما أن هناك منطقة واحدة أو أكثر تكون لها السيادة أو الهيمنة أو السيطرة على السلوك الإنساني .

وقد ميز **هيرمان** كل منطقة من المناطق الأربعة وأعطاهما لوناً خاصاً وقد بدأ من اليسار إلى اليمين (عكس عقارب الساعة) فسمي المنطقة الأولى "A" وأعطاهما اللون الأزرق وتمثل القسم الأيسر العلوي من الدماغ والمنطقة الثانية "B" وأعطاهما اللون الأخضر وتمثل القسم الأيسر السفلي من الدماغ والمنطقة الثالثة "C" وأعطاهما اللون الأحمر وتمثل القسم الأيمن السفلي من الدماغ والمنطقة الرابعة "D" وأعطاهما اللون الأصفر وتمثل القسم الأيمن العلوي من الدماغ كما هو موضح في شكل (١).

(٤٣ : ٢٣٠-٢٣٢)

The Whole Brain Model



شكل (١) النموذج الكلي للدماغ لهيرمان

١- القسم الأيسر العلوي من الدماغ " المنطقة العقلية التحليلية المنطقة " (A) :

يختص بالوظائف التالية : التحليل، التطبيق، عرض وتصنيف الحقائق، الاستدلال بالبيانات، لغة الأرقام، التركيز، الجدوى، تقييماً لنتائج الكمية، المنطق، التكنولوجيا، الموضوعية، صياغة الفرضيات، التفكير من خلال البناء على الأفكار المطروحة والخبرات السابقة، ناقد، محصص، واقعي، يجيد حل المشكلات، يدير الشؤون المالية، حازم، يهتم بالمعلومات، يميز بين الناس، يجمع الحقائق، يحل القضايا ويحل المشكلة منطقياً، يقدم الادلة العقلية ويقوم بالقياسات الدقيقة .

٢- القسم الأيسر السفلي من الدماغ " المنطقة العقلية التنفيذية التنظيمية " (B) :

يختص بالوظائف التالية : التنظيم، التوجيه ، التخطيط التشغيلي، التنفيذ، الإجراءات، التفاصيل، الصيانة، الترتيب، الطرق والأساليب، النظام، إدارة الوقت، الانضباط، توكي الأمن والسلامة، يهتم باتخاذ الإجراءات الوقائية ، ملتزم بالوقت محافظ عليه، متحكم، نظامي ويعتمد عليه، يجيد الأعمال التنظيمية والتنفيذية والمكتبية، تقليدي، روتيني، دقيق، يمكن توقع ما يفعل، لوام، يعالج القضايا عملياً، يتمسك برأيه، يقرأ الوثائق بدقة، يضع وينفذ الخطط المفصلة والإجراءات الدقيقة، ينجز المشروع في الوقت المحدد.

٣- القسم الأيمن السفلي من الدماغ " المنطقة العقلية الإنسانية العاطفية " (C) :

يختص بالوظائف التالية : العلاقات مع الآخرين، المشاعر، العواطف، التعامل مع الآخرين ، المعاني الإنسانية ، الرعاية والاهتمام بالوالدين، البديهة الحسية وبناء وتدعيم العلاقات ورعايتها والاهتماممباإنسان ومساعدته والتأثير عليه والتواصل مع الآخرين، روحاني، متكلم، اجتماعي، يحب مساعدة الآخرين، يجيد الأعمال التعليمية والكتابة والتعبير والترجمة، يتقبل النقد، بديهي، مسترضي، يتعرف على الصعوبات في العلاقات، يتوقع ما يشعر به الآخرون، يلاحظ الإيماءات والإشارات ، يقنع الآخرين ، يصلح بين الناس، يهتم بالقيم .

٤- القسم الأيمن العلوي من الدماغ " المنطقة العقلية الإبداعية الحرة " (D) :

يختص بالوظائف التالية : التفكير الاستراتيجي والإبداعي، النظرة الشاملة والرؤية المستقبلية، وضع التصورات، الاستكشاف، البدائل والخيارات المتعددة، التجارب، الابتكار، حسن البديهة، المرونة ، القدرة على الاستنتاج، الاهتمام بالقضايا الكبرى ، تخمين إبداعي، فنان، حدسي، خيالي، مركب،

صاحب أفق بعيد ، مندفع، مخاطر، يحب المفاجئات، يحب الاستطلاع، لا يحب الروتين، لا يلتزم بالنظام والقواعد، يجيد العمل التكاملي والتصويري والإبداعيوالابتكاري، عقلية منفتحة، عفوي ، غير ملتزم ، يقرأ مؤشرات التغيير القادم ، يتعرف على الاحتمالات الجديدة، لا يكثرث للغموض، يربط بين الافكار والتصورات والموضوعات.(١٩ : ٢٣٠-٢٣٢)

واتفق كلٌ من محمد عبد الهادي حسين (٢٠٠٥م)، جابر عبدالحميد جابر (٢٠٠٣م)، نفين حمزة شرف (٢٠٠٨م) ، مني خالد محمود (٢٠٠٨م) أن نظرية الذكاءات المتعددة مفهوماً جديداً للذكاء والذي ارتكز في الأساس علي وجود سبعة أنواع من الذكاءات وأضاف جاردينر (Gardner) لاحقاً ذكاء ثامن إلى هذه القائمة وهو الذكاء الطبيعي المتعلق بالطبيعة وأن جاردينر قد توصل إلى مجموعة من المبادئ والدعائم التي تقوم عليها نظرية الذكاءات المتعددة وهي :

١- الذكاء غير أحادي :

٢- الذكاء غير ثابت ويمكن تنميته :

٣- كل فرد لديه خليط فريد من الذكاءات :

٤- يختلف الأفراد في طريقة التعبير عن نفس نوع الذكاء :

٥- تعمل الذكاءات معاً بطريقة مركبة :-

(٦ : ٢١)(٢٦ : ١٣)(٢٩ : ٣٢)(٢٧ : ١٧)

وتشير الباحثة داليا زكريا أثناء إجرائها لدراسة الدكتوراه الخاصة بها بمراصلة مدرسة جاردينر للعلوم والفنون في مارس (٢٠٠٧م) بالبريد الإلكتروني وتلقت تأكيداً أن الذكاءات المتعددة لم تزدد عن ثمان أنواع وهي على النحو التالي:-

Linguistic Intelligence	١- الذكاء اللغوي
Visual Spatial Intelligence	٢- الذكاء البصري المكاني
Logical Mathematical Intelligence	٣- الذكاء المنطقيالرياضي
Bodily – Kinesthetic Intelligence	٤- الذكاء الجسمي – الحركي
Musical Intelligence	٥- الذكاء الموسيقي
Social Intelligence	٦- الذكاء الاجتماعي
Intrapersonal Intelligence	٧- الذكاء الشخصي
(١١ : ٥٠) Naturalist Intelligence	٨- الذكاء الطبيعي

ويذكر طارق بدرالدين أن معرفتنا بنمط السيطرة المخية للجانب المسيطر لدي اللاعبين يساعدنا على تدعيم قدرات هذا الجانب المسيطر من ناحية ومن ناحية أخرى تنشيط قدرات الجانب الآخر غير المسيطر وهذا يؤدي إلى التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ لدي اللاعبين بصورة تكاملية نشطة وزيادة السعة العقلية لديهم وأيضاً معرفتنا بنمط السيطرة المخية للناشئين قبل ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة يساهم في توجيههم إلى نوعية النشاط الرياضي الذي يتوافق مع نمط السيطرة المخية وبالتالي نضمن لهم التميز والتفوق والاستمرارية في الممارسة الرياضية لفترات طويلة وكذلك يتعين على المدربين في مجال التدريب الرياضي أن يتعرفوا على نمط السيطرة المخية للاعبين حتى يمكن تقديم التدريبات والأنشطة التدريبية والتنافسية وكذلك استخدام أساليب واستراتيجيات التدريس والتعلم والتدريب الرياضي المناسبة لتدعيم وتطوير الوظائف الخاصة بالجانب المسيطر من ناحية وتنشيط الوظائف الخاصة بالجانب غير المسيطر حتى نصل إلى التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ لدي اللاعبين بصورة متكاملة نشطة . (١٩ : ١٤٨ ، ١٤٩)

فيجب أن يتميز العاملون في المجال الرياضي بالعديد من المهارات التي تساعدهم على تحقيق النجاح في المجال الرياضي، ومن هذه المهارات: المهارات النفسية فهي عبارة عن " قدرة عقلية يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعليم والمران والتدريب " . (٢٢ : ٤٥)

ويذكر أسامة كامل راتب (٢٠٠٠م) أن الكثير من المدربين يحرصون على تصحيح أخطاء الأداء لدى اللاعبين بالمزيد من التمرين ، بينما تكون المشكلة الحقيقية غالباً ليست نتيجة النقص في المهارات البدنية ولكن هي بسبب نقص في بعض المهارات النفسية وخاصة مهارة الاسترخاء والأداء المهاري تحت ظروف ضاغطة . (٧٩ : ٤)

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) أن هناك مهارات نفسية ينبغي ان تتوافر في الفرد الرياضي وينبغي عليه تعلمها والتدريب عليها في إطار الإعداد النفسي وهذه المهارات تشمل مهارات (الاسترخاء، التصور، الانتباه) (٢٥ : ١٩٥)

ويشير مصطلح "تدريب المهارات النفسية" Psychological Skills Training (PST) إلى العملية التي في غضونهما يتم تعليم وتدريب المهارات النفسية والارتقاء بمستوى الأداء لدى

الفرد الرياضي كما أنه يعتبر برنامج تربيوي وتعليمي مقنن ومنظم يهدف إلى مساعدة اللاعبين الرياضيين لاكتساب وإتقان المهارات النفسية التي تثبت فائدتها وفعاليتها في الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي، حيث إن التدريب على المهارات النفسية يسهم في إعطاء اللاعب ميزة عن غيره من اللاعبين الذين لا يمارسون هذا النوع من التدريب فهو في بعض الأحيان الفيصل في النجاح والتفوق الرياضي في حالة تقارب المستويات البدنية والمهارية والخطئية بين اللاعبين. (٢٣: ٤٥)

ويشكل التحكيم عنصراً أساسياً في المنافسات الرياضية وأحياناً ما يكون عاملاً في فوز فريق وضياع مجهود فريق آخر، وربما يكون التحكيم سبباً من أسباب حدوث الشغب داخل الملاعب

ولذلك فمن الأهمية بمكان أن نسعى بالبحث العلمي للارتقاء بمجال التحكيم، وتتعدد المداخل لتحقيق هذا الهدف ولعل اختيار الباحث لدراسة ومعرفة المهارات النفسية التي يجب توافرها في حكام رياضة الكاراتيه من المحددات التي يمكن الاعتماد عليها عند عملية التأهيل الرياضي للحكام، فهم قادة حَوْلَ لهم القانون اتخاذ القرار وإصدار الأحكام في المنافسات الرياضية التي تشكل أهمية للمتافسين والقائمين عليها.

ومما لا شك فيه أن متطلبات التحكيم في الأنشطة الفردية وخاصةً في رياضات المنازل تختلف عن متطلبات التحكيم في الأنشطة الجماعية حيث تتفاوت المهارات النفسية من حكم إلى آخر وفقاً لطبيعة المنافسة وشدتها والجمهور وعدد اللاعبين داخل الملعب وطبيعة احتساب النقاط والاحتكاك المباشر بين اللاعبين الذي يزيد من درجة الصعوبة وذلك يظهر في رياضة الكاراتيه.

(١: ٥)

وتعتبر رياضة الكاراتيه من الرياضات النزالية التي يقوم كل منافس فيها بمحاولة التغلب على منافسه عن طريق إحراز أكبر عدد من النقاط للفوز بالمباراة أو المسابقة كما تعتبر أيضاً رياضة الكاراتيه رياضة الدفاع عن النفس.

كما يعتبر التحكيم ركيزة من الركائز الأساسية في المنافسات الرياضية فهو أحياناً ما يكون عاملاً في فوز فريق وضياع مجهود فريق آخر فتدريب اللاعب موسم كامل قد يضيعه الحكم بسبب خطأ بسيط ، وحيث إن الحكم يقع على عاتقه مسؤولية كبيرة فيجب عليه التأني والدقة والتركيز في اتخاذ القرار فهو الفرد الوحيد الذي لديه سلطة اتخاذ القرار وتطبيق مواد القانون أثناء المباراة كما يجب أن يتمتع بالعديد من المهارات النفسية التي تمكنه من أداء عمله بكفاءة.

ويرى ضياء الدين محمد (١٩٩٤م) انه نظرا لاختلاف طرق اداء الانشطة الرياضية ، فانه بالتالى تختلف وتتعدد طرق التقويم المستخدمه فى احتساب نتائج المباريات وبالنسبة للانشطة الرياضية التى تعتمد فى تقييمها على فنية الاداء والجمال الحركى كالجماز والغطس والباليه والجودو والكاراتيه تظهر مشكلة عند تقييمها بطريقة القضاة دوليا ومحليا فى البطولات نظرا لاعتماد هذه الطريقة على الحكم الذاتى للحكام مما يدعو الى الشك فى دقة نتائجها وبعدها عن التحيز . (١٦ : ٣١)

لذا تحتاج مثل هذه الرياضات الى درجة عالية من الانتقاء والوصول الى درجة كبيرة من الدقة فى اختيار الحكام ، وبذلك تعد رياضة الكاراتيه من احد تلك الرياضات التى تتطلب مواصفات دقيقة فى اختيار حكامها سواء كان من الناحية البدنية او الناحية العقلية . ومن هنا يري الباحث أن مشكلة البحث تكمن فى أهمية تحديد ومعرفة نمط السيطرة الدماغية لحكام رياضه الكاراتيه حتى يمكننا اتخاذ الإجراءات الصادقة والموضوعية والفعالة فى الاختياروالانتقاء والتدريب والارتقاءبحكام رياضة الكاراتيه وكذلك تحديد المهارات النفسيه المميزه لحكام رياضة الكاراتيهما يساعده على أداء مهمته بشكل سليم فهذه المهارات النفسية تمكنه من أداء عمله دون التعرض لضغوط نفسية تؤثر سلبيا على قراراته ومن ثم تحقيق اداء تحكىمى افضل في البطولات والمنافسات المحلية والعالمية .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسيه

لحكام رياضة الكاراتيه من خلال :-

١- تحديد أنماط السيطرة الدماغية السائدة لحكام رياضه الكاراتيه.

٢- التعرف على علاقه بين انماط السيطره الدماغيه والمهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه.

تساؤلات البحث :-

من خلال أهداف البحث وضع الباحث التساؤلات الآتية :-

١- ما هي أنماط السيطرة الدماغية السائدة لحكام رياضه الكاراتيه ؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين انماط السيطره الدماغيه والمهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه ؟

المصطلحات العلمية للبحث :-

السيطرة الدماغية :-

يعرفها (Springer&Deutsch) (٢٠٠٣م) أنها " تميز أحد نصفي الدماغ بالتحكم في أنشطة الفرد أو ميل الفرد في الاعتماد على أحد نصفي الدماغ أكثر من النصف الآخر في تلك الأنشطة خلال السلوك والتفكير. (٤٩: ٥٣)

المهارات النفسية :-

هي قدرة عقلية يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب وتتضمن كلا من مهارات: الاسترخاء، التنشيط، التصور، الانتباه، دافعية الإنجاز، والثقة بالنفس. (٤: ١٩٣)

الدراسات السابقة :-

١- دراسة ريم مصطفى محمد (٢٠١٢م) (١٣)

عنوان الدراسة : العلاقة بين السيطرة الدماغية ومستوى الإيجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين .

هدف الدراسة : تحديد نمط السيطرة الدماغية السائدة لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين وتحديد مستوى الإيجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة وتحديد العلاقة بين السيطرة الدماغية ومستوى الإيجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة قيد البحث .

المنهج المستخدم : المنهج الوصفي

عينة الدراسة : (٤٦٥) لاعب من (٢٤) نادياً (١٠) أندية للدرجة الممتازة و (١٤) نادياً للدرجة الأولى .

أدوات جمع البيانات : مقياس (ديان Diane) (٢٠٠٥م) للسيطرة الدماغية ومقياس مستوى الإيجابية (عبد محمد إبراهيم ٢٠٠٢م) .

أهم النتائج المستخلصة : أن نمط السيطرة السائد لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين هو النمط التكاملي وفق معايير مقياس ديان للسيطرة الدماغية وأن مستوى الإيجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين كان متوسطاً .

٢- دراسة طارق محمد بدرالدين (٢٠١٢م) (١٩)

عنوان الدراسة : أنماط السيطرة المخية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لسباحي المنافسات

هدف الدراسة : تحديد أنماط السيطرة المخية المميزة لسباحي المنافسات وأيضاً تحديد قيم ونوعية ودلالة العلاقات المتبادلة بين أنماط السيطرة المخية وبعض المهارات النفسية .

المنهج المستخدم : المنهج الوصفي (الدراسة المسحية)

عينة الدراسة : ٣٣ سباح من أندية منطقة الإسكندرية في المرحلة السنية تحت ١٥ سنة من المشاركين في البطولات المحلية والدولية لمنافسات السباحة القصيرة .

أدوات جمع البيانات: اختبار أنماط السيطرة المخية وبعض المقاييس والاختبارات النفسية لقياس مهارات الاسترخاء العقلي ومواجهة القلق والتصور العقلي بأبعاده المختلفة والثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الرياضي والضغوط النفسية للسباحين .

أهم النتائج المستخلصة : شيع نمط السيطرة المخية المتوازنة لدي السباحين ، ثم تلاها نمط السيطرة المخية اليمنى ، ثم أخيراً نمط السيطرة المخية اليسرى ، وأن هناك تنوع في قيم ونوعية ودلالة العلاقات المتبادلة بين أنماط السيطرة المخية والمهارات النفسية قيد البحث .

٣- دراسة إيمان عبد العزيز (٢٠١٤م) (٧)

عنوان الدراسة : دراسة أنماط السيطرة الدماغية كمؤشر لاختيار الأنشطة الترويحية لطلاب جامعة الإسكندرية .

هدف الدراسة : التعرف على أنماط السيطرة الدماغية لدي طلاب جامعة الإسكندرية .

المنهج المستخدم : المنهج الوصفي (الدراسة المسحية)

عينة الدراسة : (٧٠) من الرياضيين الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية والمقيدين بمرحلة التعليم الجامعي .

أدوات جمع البيانات: مقياس السيطرة المخية عن محمد نوفل ٢٠٠٧ ، استمارة حصر الأنشطة الترويحية إعداد الباحثة .

أهم النتائج المستخلصة: تنوع أنماط السيطرة الدماغية لطلاب جامعة الإسكندرية ، حيث جاء الطلاب أصحاب نمط السيطرة الدماغية الأيسر بأعلى نسبة ٥٩.٥١ % ، بينما جاء الطلاب أصحاب نمط السيطرة الدماغية الأيمن بنسبة ٢٥.٢٣ % وجاء الطلاب أصحاب نمط السيطرة الدماغية المتوازنة بأقل نسبة ١٥.٢٦ % ، كما اختلفت أنماط السيطرة الدماغية لعينة البحث باختلاف الأنشطة الطلابية قيد الدراسة .

٤- دراسة طارق بدرالدين (٢٠١٧م) (١٨)

عنوان الدراسة : تصميم مقياس السيطرة المخية للرياضيين

هدف الدراسة : تصميم مقياس السيطرة المخية للرياضيين (الذكور - الإناث) فوق ١٨ سنة .

المنهج المستخدم : المنهج الوصفي (الدراسة المسحية)

عينة الدراسة : (٧٠) من الرياضيين الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية والمقيدين بمرحلة التعليم الجامعي .

أدوات جمع البيانات: أ- مقياس السيطرة المخية للرياضيين من إعداد الباحث
ب - اختبار أنماط السيطرة المخية لمحمد نوفل (٢٠٠٧) كمحك خارجي لقياس صدق المقياس قيد البحث .

أهم النتائج المستخلصة: تم إيجاد المعاملات العلمية للمقياس، حيث بلغ معامل الارتباط لصدق المقياس بطريقة صدق المحك الخارجي (٠.٧٦١) بدلالة إحصائية عند المستوى ٠.٠٠١، وبلغ معامل الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق (٠.٨٢٣) بدلالة إحصائية عند المستوى ٠.٠٠١ .

إجراءات البحث :-

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

مجتمع البحث:

مجتمع البحث هم حكام رياضة الكاراتيه المسجلين بمنطقة القاهرة والقليوبية بالاتحاد المصرى للكاراتيه ، تم اختيار عينة عشوائية منهم ليلبغ اجمالى عينة البحث الاساسية (٩٠) حكم والعينة الاستطلاعية (٢٠) حكام

شروط اختيار عينة البحث:

- حكام مسجلين بالاتحاد المصرى للكاراتيه .
- حكام عاملين بالاتحاد المصرى للكاراتيه .
- للدور المستمر الذى يلعبه الحكام فى رياضة الكاراتيه .

وسائل وأدوات جمع البيانات :-

استخدم الباحث وسائل متعددة ومتنوعة لجمع البيانات بما يتناسب مع طبيعة البحث والبيانات المراد الحصول عليها وهى :-

- استمارة إستطلاع رأي الخبراء فى تحديد عبارات مقياس انماط السيطرة الدماغيه مرفق (٢)

- مقياس المهارات النفسيه لدى حكام رياضة الكاراتيه اعداد السيد عبدالسلام ٢٠١٠ مرفق (٣) شروط اختيار الخبراء

- ممن هم حاصلين علي درجة الدكتوراه فى الكاراتيه .
 - او لديهم خبرة لا تقل عن (١٠) سنة فى مجال الكاراتيه .
 - حاصلين على درجة استاذ فى مجال علم النفس الرياضى .
- المعاملات العلمية لأدوات جمع البيانات
حساب الصدق :

قام الباحث بحساب صدق المقياس بإستخدام صدق المحكمين وذلك عن طريق عرض هذا المقياس على عدد (٥) من السادة المحكمين لإبداء آرائهم فى صدق هذا المقياس .

خطوات بناء مقياس انماط السيطرة الدماغيه لدى حكام رياضة الكاراتيه
تحديد العبارات الخاصة بالمقياس :

من خلال المسح المرجعى والمقابلات الشخصية قام الباحث بإعداد العبارات المناسبة حيث صيغت كل عبارة بصورة واضحة ومحددة وكانت تتضمن عبارات إيجابية وعبارات سلبية.

وقد راعي الباحث عند صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
 - أن لا توفي العبارة بنوع الاستجابة.
 - لا تشتمل العبارة علي أكثر من معنى.
 - وقد بلغ عدد العبارات للمقياس فى صورته الأولى (٤٥) عبارة .
- عرض العبارات والمقياس فى صورته الاوليہ علي السادة الخبراء فى مجال علم النفس الرياضى ومجال الكاراتيه مرفق (٣) وذلك بهدف التعرف على :
- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة ومناسبتها للمقياس .
 - حذف او تعديل او اضافة عبارات اخرى .
 - مفتاح التصحيح المناسب .

وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأى الخبراء الآتى :

- حذف بعض العبارات من المقياس.

- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

وقد إختار الباحث هذا النوع من الصدق (صدق المحكمين) لأنه يعتبر من أنسب أنواع الصدق

التي تلائم طبيعة هذا البحث وللحصول على أنسب العبارات التي تلائم البعد وتلائم نوع الرياضة التي

أعد من أجلها هذا البحث.

جدول (١)

آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة العبارات للمقياس

م	العبارات	التكرار	النسبة المئوية للموافق
١	أتعامل مع مواقف اللعب أثناء المنافسة في ضوء قانون الاتحاد الدولي للكراتيه	٥	%١٠٠
٢	أهتم بالتدريب على كل جزء في المهارة الحركية	٤	%٨٠
٣	من السهل استنارتي أثناء المنافسة	٥	%١٠٠
٤	أتعلم المهارة الحركية بالطريقة الكلية أفضل من الطريقة الجزئية	٥	%١٠٠
٥	أؤدي التدريبات بالطريقة التي تتناسب مع قدراتي أو امكانياتي البدنية	٥	%١٠٠
٦	أربط أو أنظم العلاقات بين خطط اللعب المختلفة	٤	%٨٠
٧	أعتمد على حواسي في تقدير مواقف المنافسة	٤	%٨٠
٨	أتعلم المهارة الحركية بمشاهدة الصور أفضل من الشرح اللفظي لها	٥	%١٠٠
٩	أحدد أدائي التحكيمي في المنافسة من خلال معلوماتي وخبراتي السابقة	٥	%١٠٠
١٠	كحككم أرتب أفكارني بنظام يحقق اداء تحكيمي جيد اثناء المنافسة	٥	%١٠٠
١١	كحككم أتعلم بشكل أفضل بمشاركة زملائي في التدريب	٤	%٨٠
١٢	عند صعوبة الموقف الحركي ألجأ إلى أبتكار أداءات جديدة غير تقليدية	٥	%١٠٠
١٣	أقيم خطط اللعب المختلفة بصورة نظرية قبل تنفيذها بصورة عملية	٥	%١٠٠
١٤	أهتم بمراجعته مواد قانون رياضته الكاراتيه قبل المنافسة	٥	%١٠٠
١٥	استخدام تعبيرات الوجه والجسم للتعبير عن أفكارني لزملائي خلال المنافسة	٤	%٨٠
١٦	أضع تصور لمواقف خططيته التي سيقوم بها المتنافسين اثناء المباراه	٥	%١٠٠
١٧	قرارتي أتخذها بناءً على الواقع الفعلي للمنافسة دون النظر إلى ما يحدث في المستقبل	٤	%٨٠
١٨	أحترم نظم وقواعد الاتحاد حتي ولو تعارض ذلك مع مصلحتي	٤	%٨٠
١٩	أعبر عن أرائني بسهولة أثناء المنافسة	٥	%١٠٠
٢٠	أربط بين الأحداث والمواقف والأفكار لتكوين صورة متكاملة عند أدائي التحكيمي للمنافسة	٥	%١٠٠
٢١	أحترم مشاعر اللاعبين اثناء المباراه	٥	%١٠٠
٢٢	أؤدي الاشارات بنفس الطريقة التي تعلمتها من اللجنة العليا للحكام	٥	%١٠٠
٢٣	أتعلم المهارة بصورة جزئية أفضل من تعلمها بصورة كلية	٥	%١٠٠
٢٤	توقعي لما سوف يحدث في المنافسة يصادفه الصواب	٤	%٨٠
٢٥	أهتم بمعرفة مدى التقدم في مستوى اللياقة البدنية أو المهارة للفرق المنافسه في البطولة التي سقوم بالتحكيم فيها	٤	%٨٠
٢٦	أتحكم في أنفعالاتني أثناء تحكيم المنافسات الهامه	٥	%١٠٠

تابع جدول (١)

آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة العبارات للمقياس

م	العبارات	التكرار	النسبة المئوية للموافق
٢٧	أساعد زملائي الحكام فى توضيح التعديلات التى تطراء على قانون رياضه الكاراتيه	٤	%٨٠
٢٨	أستكشف خطة اللعب للمنافسين فور تنفيذها خلال المنافسة	٤	%٨٠
٢٩	أتذكر الأرقام والبيانات العديده أكثر من الحروف والبيانات اللغويه	٥	%١٠٠
٣٠	أهتم بالتدريب على كل المهارات الحركية والمواقف التحكيميه	٤	%٨٠
٣١	أهتم بقراءة الكتب الخاصة برياضه الكاراتيه وخاصه كتب تفسير مواد القانون	٥	%١٠٠
٣٢	يصفني زملائي بأن لى أفكار غير تقليديه وإبداعية	٥	%١٠٠
٣٣	أستعين بالأدوات الحديثه فى التدريب والمنافسة	٥	%١٠٠
٣٤	أتحمل مسئولية قرارى بشجاعة وخاصة فى الأوقات الحرجه من المنافسة والادوار الاخيره من البطوله	٤	%٨٠
٣٥	أجيد التواصل مع زملائي من خلال الاشارات التحكيميه	٥	%١٠٠
٣٦	أبادر بتقديم المساعدة للزملاء قبل طلبها مني	٥	%١٠٠
٣٧	أخبر زملائي عندما يكون أدائهم أقل من مستواهم	٥	%١٠٠
٣٨	ألتزم خلال تدريباتي بالوقت المحدد	٥	%١٠٠
٣٩	أسجل فى مذكره خاصة أفكارى ومشاعرى نحو المنافسة والتدريب	٤	%٨٠
٤٠	كحكم احب المهارات الحركية التى تتطلب المخاطرة	٥	%١٠٠

يتضح من جدول (١) آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة كل عبارة وإرتضي الباحث العبارات التى إتفق عليها الخبراء بنسبة (٨٠% - ١٠٠%). وقد إختار الباحث هذا النوع من الصدق (صدق المحكمين) لأنه يعتبر من انسب أنواع الصدق التى تلائم طبيعة هذا البحث وللحصول علي أنسب العبارات التى تلائم نوع الرياضة التى أعد من أجلها هذا البحث.

صدق المقياس:-

جدول (٢)

دلالة الفروق بين الربيع الاعلى والربيع الادنى فى مقياس السيطرة الدماغية
للحكام قيد البحث

ن=١=٢=٥

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
٥.٩٨	٤.٤٧-	٠.٨٠	٣.٥٠	٠.٨٧	٧.٩٧	الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)
١٠.٦٩	٥.٠٤-	١.٢٠	٣.٦٠	٠.٧٦	٨.٦٤	الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)
٥.٥٢	٤.١٥-	٠.٤٥	٣.٨٦	١.٢١	٨.٠١	الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C)
٤.٧٦	٢.٠٤-	٠.٤٨	٧.٠١	١.٠٦	٩.٠٥	الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٥٧

يتضح من الجدول (٢) وجود فروق داله إحصائيا بين الربيع الاعلى والربيع الادنى أنماط السيطرة الدماغية للحكام رياضه الكاراتيه قيد البحث حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يشير الى صدق مقياس السيطرة الدماغية للحكام قيد البحث.

: ثبات المقياس:-

جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى لمقياس السيطرة الدماغية
للحكام قيد البحث

ن=٥

قيمة ر	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
*٠.٨٦٦	٢.٦٥	٦.٠٠	٢.٦٠	٥.٧٤	الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)
*٠.٨٢٦	١.٩٠	٦.٧٥	٢.٥٠	٦.١٢	الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)
*٠.٦٨٨	٢.٥٠	٦.٢٣	٢.٦٥	٥.٩٤	الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C)
*٠.٧٩٥	٢.٧٤	٨.٢٥	٢.٨٩	٨.٠٣	الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يتضح من الجدول (٣) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في أنماط السيطرة الدماغية لحكام رياضه الكاراتيه قيد البحث حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يشير الى ثبات مقياس السيطرة الدماغية لحكام رياضه الكاراتيه قيد البحث. اصبح العدد النهائى لعبارات المقياس هو (٤٠) عبارة مقسمة على اربعة محاور كلاتى المحور الاول الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)احتوى على(١٠) عبارة والبعد الثانى الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)واحتوى على(١٠)عبارة والبعد الثالث الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) احتوى على(١٠)عبارات والبعد الرابع الجزء الايمن علوى من الدماغ (D) اشتمل على(١٠)عبارة مقياس المهارات النفسيه لدى حكام رياضة الكاراتيه اعداد احمد السيد عبدالسلام ٢٠١٠ مرفق (٢) وصل المقياس إلي (١٠٦) عبارة بواقع (١٤) عبارات إيجابية للثقه بالنفس، (٨)عبارات سلبية ، أما بالنسبة لمهارة تركيز الانتباه (١٢) عبارات إيجابية ، (١٥) عبارات سلبية ، أما بالنسبة لمهارة التصور العقلى (٦) عبارات إيجابية ، (٦) عبارات سلبية ، أما بالنسبة لمهارة الاسترخاء(٩) عبارات إيجابية ، (١٥) سلبية ، أما بالنسبة لمهارة القدره على مواجهة الضغوط (١٤) عبارات إيجابية ، (٨) سلبية ثم قام الباحث بعد ذلك بعمل تداخل بين عبارات مقياس المهارات النفسية المختلفة، ويحتوي علي ميزان ثلاثي (دائماً - أحياناً - أبداً).

جدول (٤)
توصيف المقياس

الاعداد	عدد العبارات قبل التجربة الاستطلاعية	عدد العبارات المحذوفة من الصدق والثبات	عدد العبارات المحذوفة نتيجة اختبار الثبات	أرقام العبارات	عدد العبارات المحذوفة نتيجة اختبار الصدق	عدد العبارات المحذوفة من الصدق والثبات	العدد النهائي للعبارات
الأول (الثقة بالنفس)	٢٢	٥	٥	١٣،٥ ،١٩،١٧، ٢٠	٥	١٣،٥ ١٧، ١٩،٢٠،	١٧
الثاني (تركيز الانتباه)	٢٧	٢	٤	٤،١٤	٤	٤،٣ ٢٤،١٤،	٢٣
الثالث (التصور العقلي)	١٢	١	٢	١٢	٢	١٢،٨	١٠
الرابع (الاسترخاء)	٢٣	٤	٥	٨،١ ١٩،١٦،	٥	٨،١ ١٩،١٧،١٦،	١٨
الخامس (القدرة على مواجهة الضغوط)	٢٢	٤	٣	٦،٣ ٢١،١٧،	٤	١٧،٦ ٢١،	١٨
المجموع الكلي	١٠٦	١٦	١٩	٠	٠	٠	٨٦

يتضح من جدول (٤) ان العدد النهائي لعبارات المقياس هو (٨٦) عبارة مقسمة على خمسة محاور كالتى المحور الاول الثقة بالنفس احتوى على(١٧)عبارة والبعد الثانى تركيز الانتباه واحتوى على(٢٣)عبارة والبعد الثالث التصور العقلي احتوى على(١٠)عبارات والبعد الرابع الاسترخاء اشتمل على(١٨)عبارة والبعد الخامس مواجهة الضغوط اشتمل على(١٨)عبارة
صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (٢٠) حكم من افراد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط لبيرسون بين:-

- ١- كل عبارة من عبارات الاستبيان ودرجة المحور التي تنتمي اليه.
٢- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجة عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الاول مهارة الثقة بالنفس

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أستطيع السيطرة على المباراة وقيادتها بشكل جيد	*٠.٤٦٨
٢	أندفع كثيرا في اصدار الحكم أثناء المباراة	*٠.٨٣١
٣	استطيع ان اشترك في تحكيم كل المنافسات وافكارى تتضمن الثقة في نفسى	*٠.٥٢٦
٤	بصبينى الفشل فى اتخاذ القرار السليم لعدم ثقى فى نفسى	*٠.٦١٥
٥	تهتز ثقى فى نفسى عند اعتراض احد اللاعبين او المدرب على بعض قراراتى	*٠.٦١١
٦	أتصرف بسرعة ودقة فى المواقف غير المتوقعة أثناء المباراة	*٠.٤١٠
٧	تهتز ثقى فى نفسى عند حدوث شغب من الجمهور ومن كثرة الهتافات ضد الحكام	*٠.٥٢٢
٨	اشعر بالاطمئنان اثناء التحكيم	*٠.٥٣٣
٩	اتصرف بدقه وسرعه وحزم فى المواقف الحاسمه من المباراة	*٠.٧٧٢
١٠	تزيد ثقى فى نفسى عند الاشتراك فى تحكيم بطوله دوليه	*٠.٤٢٢
١١	تزيد ثقى فى نفسى بعد حضور دورات التحكيم التابعه للاتحاد	*٠.٥٤٠
١٢	تزيد ثقى فى نفسى بعد قراءة القانون وفهم مواده	*٠.٤٥٥
١٣	ثقتى فى نفسى تهتز عند ادارة بعض المباريات	*٠.٣٢٢
١٤	أميل دائما للتأني وعدم التهور فى اتخاذ القرار واصدار الحكم	*٠.٤٧٢
١٥	طوال فترة المنافسه استطيع الاحتفاظ بدرجة عاليه من ثقى بنفسى	*٠.٦٤٨
١٦	تهتز ثقى فى نفسى عند اختيار حكام اخرين لتحكيم وإدارة المباريات النهائيه	*٠.٤٣٧
١٧	لثقتى بنفسى أقوم باتخاذ القرار دون الرجوع لزملاى	*٠.٥٥٥

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الاول (الثقة بالنفس) والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الاول (الثقة بالنفس).

جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الثانى مهارة تركيز الانتباه

م	العبارات	معامل الارتباط
١	عندما أقوم بالتحكيم فاننى استطيع الانتباه الى ما يحدث فى المباراة(المنافسه) جيدا	*.٠٥٢٢
٢	اشعر بالثقت(فى تركيز انتباهى) عندما يعترض اللاعب على بعض قراراتى	*.٠٦٨٠
٣	لدى المقدره على الرؤيه الواسعه السريعه فى مواقف اللعب	*.٠٥٢٥
٤	افكار كثيره تدور فى ذهنى اثناء قيامى بالتحكيم وتتدخل فى تركيز انتباهى	*.٠٤٩٦
٥	استطيع ان احتفظ بتركيز انتباهى فى المباراه حتى اثناء بعض الاعتراضات سواء من اللاعبين او المدربين	*.٠٥٤٣
٦	أفتقد تركيزى فى بعض أوقات المباراه	*.٠٥١٥
٧	عدد المباريات التى أقوم بتحكيمها لا يؤثر على تركيز انتباهى	*.٠٨١٧
٨	يضايقنى وجود اكثر من موجه للاعبين من خارج البساط(مدرب-جمهور)	*.٠٥٠٧
٩	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الادوار النهائيه	*.٠٦١٦
١٠	تصيبنى حاله من عدم التركيز عند معرفتى لميعاد المباراه بوقت قصير	*.٠٥٣٣
١١	يصبينى حاله من التردد اثناء اتخاذ قرارات تتميز بدرجه من الصعوبه	*.٠٨٢١
١٢	اشعر بعدم التركيز عندما تتوقف المباراه أكثر من مرة واجد صعوبه فى اعاده تركيزى مره اخرى	*.٠٥٠٩
١٣	عند قيامى بالتحكيم يكون تفكيرى محدود بالمباراه والاعبين داخل الملعب	*.٠٧٣٦
١٤	اشعر بحاله من عدم التركيز تعيقنى من ادارة المباراه عند وجود اعداد كبيره من الجمهور	*.٠٦٧٩
١٥	عندما أقوم بالتحكيم فاننى اركز على ما يحدث فى نفس اللحظه ولا افكر فى الذى حدث قبل ذلك او ما يمكن ان يحدث	*.٠٧٦٩
١٦	يضايقنى عدم قدرتى على تركيز إنتباهى فى الأوقات الحساسه من المباراه	*.٠٥٩٢
١٧	عندما أقوم بالتحكيم استطيع ان اركز انتباهى فى ادارة المباراه حتى ولو قام احد الحكام المساعدين ببعض القرارات التى اعتقد انها خاطئه	*.٠٥١١
١٨	يقل تركيز انتباهى فى تحكيم المباريات فى الادوار النهائيه	*.٠٧٠٢
١٩	يزيد تركيز انتباهى فى البطولات التى تقام خارج بلدى	*.٠٦١١
٢٠	تصيبنى حاله من عدم التركيز اثناء وجود صوت عالى داخل صالة اللعب	*.٠٦٨٠
٢١	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الكومتيه عن مباريات الكاتا	*.٠٦٨٧
٢٢	يقل تركيزى فى نهاية المباراه	*.٠٨١٣
٢٣	تصيبنى حاله من عدم التركيز عند وجود مشاكل اسريه	*.٠٥٠٣

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثانى (تركيز الانتباه) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثانى (تركيز الانتباه).

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الثالث التصور العقلى

م	العبارات	معامل الارتباط
١	تصورى الجيد للمهارات الخاصه برياضة الكاراتيه يساعدنى فى ادارة المباراه بشكل جيد	*٠.٨٢٢
٢	يصعب علىّ تصور ما سوف يقوم به احد اللاعبين فى حاله اصدار حكم لا يرضيه	*٠.٥٢٦
٣	استطيع ان اقوم بالتصور العقلى لبعض المواقف من المباريات السابقه	*٠.٦١٥
٤	يصعب على تصور واسترجاع لبعض المواقف المشابهه	*٠.٦٩٩
٥	تصورى الجيد للكاتا ومهارات الكومنتيه يساعدنى على التحكم الجيد اثناء المباراه والجمهور فى حالة انفعال	*٠.٨٢٥
٦	عند القيام بعملية التصور العقلى قد تكون الصورة غير واضحة كما يجب لاتخاذ القرار المناسب	*٠.٦٤٠
٧	يصعب علىّ تصور ما سوف يقوم به اللاعبين اثناء المباراه	*٠.٦٠١
٨	يصعب علىّ استرجاع مواد القانون	*٠.٦٨٩
٩	أستطيع أن أتصور ما سوف يقوم اللاعبين به من أداء فى المباراه التى سوف اقوم بتحكيماها	*٠.٨١٩
١٠	يصعب علىّ القيام بعملية التصور العقلى لبعض المهارات الحركية المركبة للاعبى الكاراتيه	*٠.٨٠٦

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثالث (التصور العقلى) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثالث (التصور العقلى).

جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الرابع الاسترخاء

م	العبارات	معامل الارتباط
١	إنشغالي بتحكيم البطولات ودورات التحكيم لا يمنحني فرصة للإستمتاع بحياتي والاسترخاء	*٠.٥٣٩
٢	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء العضلى قبل تحكيم البطولة او المنافسة	*٠.٧٧٧
٣	التوتر العضلى قبل تحكيم المباراه يجعلنى لا اقدر على اتخاذ القرار السليم	*٠.٧١٢
٤	الإسترخاء المثالى يجعلنى قادر على تحكيم المباراه بشكل جيد	*٠.٨٢٩
٥	اشعر بالتوتر والقلق عندما يرتفع صوت الجمهور	*٠.٦٢١
٦	استرخائى يساعدنى على اصدار القرار المناسب فى الوقت المناسب بعيدا عن التوتر والقلق	*٠.٦٢٣
٧	وصولى الى درجه مناسبه من الاسترخاء قبل المباراه يساعدنى على اصدار القرار بشكل جيد	*٠.٦٢٨
٨	عندما لا اشترك فى تحكيم البطولات اصاب بالتوتر والقلق	*٠.٥٤٨
٩	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء قبل الاشتراك فى تحكيم المنافسه	*٠.٦٥٩
١٠	شعورى بالقلق قبل الاشتراك فى تحكيم المباريات لا يجعلنى قادر على الاسترخاء بشكل أفضل	*٠.٧٢٦
١١	إسترخائى قبل المنافسه أفضل من اثناء المنافسه	*٠.٧١٩
١٢	أشعر بالتوتر العضلى قبل إشتراكى فى تحكيم المباريات الحساسة والهامة	*٠.٦٧٢
١٣	أستطيع أن أقوم بعملية الإسترخاء قبل تحكيم المباريات الحساسة	*٠.٦٩١
١٤	أشعر بالتوتر والقلق عندما اصدر قرارات خاطئه أثناء المباراه	*٠.٦١٦
١٥	قدرة الحكم القارى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الاولى	*٠.٥٤٥
١٦	قدرة حكم الدرجة الاولى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الثانيه	*٠.٨١٦
١٧	قدرة حكم الدرجة الثانيه على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الثالثه	*٠.٧٧٨
١٨	عندما أقوم بتحكيم عدد كبير من المباريات تصيبني حاله من التوتر العضلى وعدم الاسترخاء	*٠.٥٧٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الرابع (الاسترخاء) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الرابع (الاسترخاء).

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الخامس مهارة القدره على مواجهة الضغوط

م	العبارات	معامل الارتباط
١	استطيع ان احكم مباريات دوليه	*٠.٦٦٥
٢	أشعر بزيادة التوتر عند إقتراب موعد اشتراكي في تحكيم المنافسة	*٠.٧٣٣
٣	يصعب السيطرة على اضطراباتي الزائدة قبل بداية المنافسة	*٠.٦٨٠
٤	أستطيع مواجهة المواقف الرياضية الصعبة اثناء سير المنافسه	*٠.٧٨٤
٥	يتحسن مستوى أدائي بتشجيع الحاضرين	*٠.٦٤٩
٦	يزداد شعوري بالخوف كلما ازداد عدد الجمهور	*٠.٨١٦
٧	احافظ على المشاركة في دورات ترقى الحكام	*٠.٧٩٤
٨	لا اهتم بوجود مصورين اثناء البطوله	*٠.٨٥٢
٩	أستمتع بتحكيم المباريات الصعبة التي تتطلب جهدا كبيرا	*٠.٨٦٥
١٠	اثناء المباريات لا اهتم الا باداء اللاعبين	*٠.٧٠٨
١١	لا اعتذر عن اى بطوله مهما حدث	*٠.٦٢٩
١٢	أشعر بالضغط النفسى عند تحكيم مباريات الادوار النهائيه	*٠.٥٨٣
١٣	استطيع ان ادير المباريات رغم صياح الجمهور	*٠.٦٢٠
١٤	أعتمد على لوائح القانون والاتحاد فى أى موقف يطرأ فى المباراة او المنافسه	*٠.٨٤٢
١٥	اعتقد أن المطلوب منى فى المنافسة يفوق قدراتي وإمكاناتي	*٠.٥١٢
١٦	لا اعير اهتمام لما يحدث من هجوم فى الجرائد	*٠.٧٠٤
١٧	يصعب على التحكم فى انفعالاتي تجاه اعتراضات المدربين او اللاعبين	*٠.٦٨٣
١٨	الدخل المادى يشكل العامل الاساسى فى عملية التحكيم	*٠.٦٢٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الخامس (القدره على مواجهة الضغوط) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الخامس (القدره على مواجهة الضغوط).

جدول (١٠)
معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

ن=٢٠

الارتباط	المحاور	م
*٠.٧٩٩	الثقة بالنفس	1
*٠.٧٧٣	التصور العقلي	2
*٠.٨١٩	الاسترخاء	٣
*٠.٧٩٤	الضغوط	٤
*٠.٨٥٠	مهارة القدره على مواجهة	

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤ =

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

ثبات المقياس :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٢٠) جكم من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

جدول (١١)
معامل الفاكورنباخ لمحاور المقياس

ن=٢٠

معامل الفاكورنباخ	المحاور	م
*٠.٧٢٦	الثقة بالنفس	١
*٠.٨٥٣	التصور العقلي	٢
*٠.٦٢٨	الاسترخاء	٣
*٠.٧٦٨	الضغوط	٤
*٠.٧٤٣	مهارة القدره على مواجهة	

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكرونباخ قد تراوح ما بين (٠.٨٠٥ ، ٠.٨٩٥) وهى معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

جدول (١٢)

قيم الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس

البيان	القيمة
معامل الارتباط بين الجزئين	*٠.٨٥٦
معامل جتمان	*٧٥٥
معامل الفا للجزء الاول	*٠.٨٧٢
معامل الفا للجزء الثانى	*٠.٨١٧

معامل الارتباط بين الجزئين (٠.٨٥٦) ومعامل الفا للجزئين الأول (٠.٨٧٢) ومعامل الفا للجزء الثانى (٠.٨١٧) وهى قيم مرضية لقبول ثبات المقياس.

الدراسة الإستطلاعية :

اجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٢٠) حكام من الحكام المسجلين بالاتحاد المصرى لرياضة الكاراتيه فرع القاهرة والقلوبيه وهذه العينة غير العينة الأصلية وتتنطبق عليهم نفس شروط عينة الدراسة الأساسية وكانت تهدف إلي ما يلي :

التعرف علي مدى صلاحية المقياس وعباراته وحساب صدق وثبات المقياس المستخدم قيد البحث والتعرف علي الصعوبات التي تواجه الباحث ووضع الحلول المناسبة للتغلب علي تلك الصعوبات وقد قام الباحث بالتطبيق الأول لحساب صدق المقياس وذلك فى الفترة الزمنية من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٢/٥ م إلي يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٢/٩ م

التجربة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق المقياس فى شكله النهائى على عينة البحث اعتبارا من يوم الاحد ٢٠١٩/٣/٣ الى يوم الخميس ٢٠١٩/٣/٧ وذلك على حكام عاملين ومسجلين بالاتحاد المصرى للكاراتيه .

المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات فى هذا البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والاجابة على التساؤلات باستخدام القوانين الإحصائية وقد تم معالجة البيانات بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- معامل الارتباط.
- الإنحراف المعياري.
- تحليل التباين Isd

عرض ومناقشة النتائج :-

عرض نتائج الفرض الأولوالذى ينص على: " يوجد نمط سائد بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)- الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)- الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C)- الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)).

جدول (١٣)

النسبة المئوية لتوزيع أنماط السيطرة الدماغية لحكام رياضه الكاراتيه

الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)		الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C)		الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)		الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)		المجموع	المتغيرات
النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط		
١٤.٤٤	١٣.٠٠	٢٨.٨٩	٢٦.٠٠	٣٣.٣٣	٣٠.٠٠	٢٣.٣٣	٢١.٠٠	٩٠	الحكام

عرض النتائج الخاصة بالفرض الأول:

يتضح من الجدول (١٣) أن الأنماط الأربعة تسهم بدرجات متوافقه فى السيطرة الدماغيه وبناء علي ذلك تحدد النمط السائد للحكام هو النمط الايسر السفلى من الدماغ (B) بمتوسط (٣٠.٠٠) وبنسبة مئوية (٣٣.٣٣ %) ثم يليه النمط الايمن السفلى من الدماغ (C) بمتوسط (٢٦.٠٠) وبنسبة مئوية (٢٨.٨٩) % .

وبدراسة النتائج بجدول (١٢) يتضح أن النمط المفضل للحكام فى رياضه الكاراتيه هو النمط (B) القسم الأيسر السفلى من الدماغ " المنطقة العقلية التنفيذية التنظيمية " وبدراسة خصائص

وصفات هذا النمط بنظرية هيرمان يتضح أنها تتحدد في مخطط ومنظم ويجيد إدارة الوقت ومحدد ويفضل التسلسل في أدائه ويجيد أتباع التوجيهات وملاحظ جيد للاختلافات وهذه الصفات ما يتميز بها حكم رياضه الكاراتيه .

ويؤكد هوبر (Hopper) (١٩٩٥م) في هذا الصدد على استخدام جانبي المخ بشكل كلي مشيراً إلى أن الكفاءة في عملية الأداء ترتبط بشكل كبير بالجزء الأيسر من المخ إذ أن الكفاءة في الأداء تحتاج إلى عملية تفكير متسلسلة ومتتابعة . (٤٠ : ٢٣٠)

ويعتبر الجانب الأيسر من المخ هو الجانب السائد أو المسيطر أو المهيمن لدي غالبية الكثير من الناس (٨٥ - ٩٠%) وهم الأفراد الذين يستخدمون اليد اليمنى في الكتابة.(١٣ : ١٠٢)

ويؤكد في هذا الصدد كل من يوسف شلبي (٢٠٠٥م) وحمدى البرماوي (٢٠٠٧م) أن نتائج الدراسات العديدة الخاصة بوظائف النصفين الكرويين للمخ دلت على أن نصف المخ الأيمن متخصص في الوظائف الإبداعية والرؤية المستقبلية والنظر للأمور بصورة كلية.

(٣٦ : ٩٥) ، (١٠ : ٤٦)

ويذكر سليمان عبد الواحد (٢٠١٠م) أن من الوظائف النصف الكروي الأيمن أنه يتعامل مع الصور والخيال ويحب العشوائية والحرية وطريقة التفكير كلية وشاملة ويكون إبداعياً ويحب الأقدام بسرعة والاندفاع .(١٤ : ١٥٣)

حاولت بعض الدراسات النفسية العصبية الإشارة إلى العلاقة بين المهارات النفسية ووظائف الدماغ المتمثلة في مفهوم السيطرة الدماغية.

ويشير إلى اعتقاد أن الفص الجبهي الأيمن Frontal Lobe Right هو المسئول عن ضعف القدرة على التركيز، والاندفاع، وتأخير الاستجابة، والتردد في اتخاذ القرارات ، ويشير العلماء أيضا إلى أن اختلال التوازن الكيميائي للنواقل العصبية بالمخ Neurotransmitter ، يؤدي إلى اضطراب في ميكانيزم الانتباه؛ فتضعف قدرة الفرد على الانتباه والتركيز والحرص من المخاطر، ويزداد اندفاعه ونشاطه الحركي .(٦ : ٣٩ - ٤٢)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة التي تشير إلى أنماط السيطرة الدماغية بأنها ميل أحد نصفي المخ لأن يفهم ويخزن المعلومات ويتحكم في الاستجابات، وهو ما أشار إليه ليفي

Levey في حيث أن معالجة المعلومات التي تتمثل في مفهوم السيطرة (الهيمنة) الدماغية هي من العمليات الضرورية للفرد لمساعدته على التفاعل بيئته العملية، ويظهر ذلك من خلال تفضيل كل فرد للنمط المسيطر عليه. (٥: ٨٢) (٣٩: ٤٧)

وتتفق مع ما أشار إليه محمود عكاشة (٢٠٠٣) من خلال تكامل أنماط السيطرة الدماغية بأن استخدام مفهوم السيطرة Dominance هو للتعبير عن تقسيم العمل بين النصفين الكرويين؛ أي أن المراكز العصبية الموجودة في أحد النصفين أكثر نشاطاً وتأثيراً في سلوك الفرد من المراكز العصبية الموجودة في النصف الآخر، لذلك فإن معالجة المعلومات لا يمكن أن تصل إلى أعلى مستوى من الكفاءة إلا بالتكامل الوظيفي بين أجزاء المخ، فيمثل النمط المتكامل التساوي في استخدام النصفين الأيسر والأيمن من المخ، وهكذا يقوم النصفان الكرويان لمخ الإنسان بأداء وظيفتهما كأجهزة تجهيز معلومات متخصصة ومتكاملة. (٢٩ : ٢٤ ، ٢٦)

عرض النتائج الخاصة بالفرض الثاني:

عرض نتائج الفرض الثاني والذي ينص على: " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات بين أنماط السيطرة الأربعة (الجزء الأيسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الأيسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الأيمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الأيمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث .

جدول (١٤)

تحليل التباين بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث .

ن = ٩٠

العوامل	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
الثقة بالنفس	بين المجموعات	١,٢٣٦.٢٣	٣.٠٠	٤١٢.٠٨	٤٨.٠١
	داخل المجموعات	٧٣٨.٢٢	٨٦.٠٠	٨.٥٨	
	المجموع	١,٩٧٤.٤٦	٨٩.٠٠		
التصور العقلى	بين المجموعات	١,٧٦٤.٢٩	٣.٠٠	٥٨٨.١٠	٨٥.٨٢
	داخل المجموعات	٥٨٩.٣١	٨٦.٠٠	٦.٨٥	
	المجموع	٢,٣٥٣.٦٠	٨٩.٠٠		
الاسترخاء	بين المجموعات	٥٧٥.٧١	٣.٠٠	١٩١.٩٠	٤٩.٩٣
	داخل المجموعات	٣٣٠.٥١	٨٦.٠٠	٣.٨٤	
	المجموع	٩٠٦.٢٢	٨٩.٠٠		
الضغوط	بين المجموعات	١,٣٠٠.٤٧	٣.٠٠	٤٣٣.٤٩	٣٨.٨٧
	داخل المجموعات	٩٥٩.١٣	٨٦.٠٠	١١.١٥	
	المجموع	٢,٢٥٩.٦٠	٨٩.٠٠		
مهارة القدره على مواجهة	بين المجموعات	١,٥٥٧.٧٢	٣.٠٠	٥١٩.٢٤	٧٠.٢٠
	داخل المجموعات	٦٣٦.٠٧	٨٦.٠٠	٧.٤٠	
	المجموع	٢,١٩٣.٧٩	٨٩.٠٠		
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	٣٠,٦٧٨.٨٨	٣.٠٠	١٠,٢٢٦.٢٩	١٨٦.٩٢
	داخل المجموعات	٤,٧٠٥.٠٧	٨٦.٠٠	٥٤.٧١	
	المجموع	٣٥,٣٨٣.٩٦	٨٩.٠٠		

* قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.١١

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث، وبناء على ذلك سيقوم الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات بايجاد لاقبل فرق معنى L.S.D.

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث .

ن=٩٠

الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابى	المجموعات	العوامل
الجزء الايمن علوى (D)	الجزء الايمن السفلى (C)	الجزء الايسر السفلى (B)	الجزء الايسر علوى (A)			
*٣.٦٩	*٤.١١	*٦.٨٠			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	الثقة بالنفس
*١٠.٤٩	*٢.٦٨				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*٧.٨١					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	
*٤.٠٠	*٦.٩٢	*٧.٥٣			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	التصور العقلى
*١١.٥٣	٠.٦١				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*١٠.٩٢					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	
*٢.٣	*٢.٢٤	*٤.٨٤			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	الاسترخاء
*٧.٢١	*٢.٦٠				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*٤.٦١					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	
*٣.٢٠	*٤.٢٢	*٧.٣٩			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	الضغط
*١٠.٥٩	*٣.١٦				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*٧.٤٢					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	

تابع جدول (١٥)

دلالة الفروق بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث .

ن=٩٠

الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابى	المجموعات	العوامل
الجزء الايمن علوى (D)	الجزء الايمن السفلى (C)	الجزء الايسر السفلى (B)	الجزء الايسر علوى (A)			
*٤.٣٨	*٣.٨٩	*٧.٦٢			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	مهارة القدره على مواجهة
*١٢.٠٠	*٣.٧٣				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*٨.٢٧					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	
*١٧.٦٤	*٢١.٣٩	*٣٤.١٨			الجزء الايسر علوى (A) ن=٢١	الدرجة الكلية للمقياس
*٥١.٨٢	*١٢.٣٩				الجزء الايسر السفلى (B) ن=٣٠	
*٣٩.٠٤					الجزء الايمن السفلى (C) ن=٢٦	
					الجزء الايمن علوى (D) ن=١٣	

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A) - الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) - الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) - الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث، كانت لصالح الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) ثم الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) ثم الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح أن النمط المفضل للحكام فى رياضه الكاراتيه هو النمط (B) القسم الأيسر السفلى من الدماغ " المنطقة العقلية التنفيذية التنظيمية " وبدراسة خصائص وصفات هذا النمط بنظرية هيرمان يتضح أنها تتحدد في مخطط ومنظم ويجيد إدارة الوقت ومحدد ويفضل التسلسل فى أدائه ويجيد أتباع التوجيهات وملاحظ جيد للاختلافات وهذه الصفات ما يتميز بها حكم رياضه الكاراتيه .

ويرى الباحث إن وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين انماط السيطرة الدماغية والمهارات النفسية يرجع إلى أن الجانب الأيمن من المخ يرتبط بالقدرات غير اللفظية.

وهذا ويشير "هوير (40) (1992) Hooper" إن عملية الفاعلية في الانجاز تتركز في معظمها في الجانب الأيمن للدماغ، حيث أن هذا الجزء من الدماغ مسئول عن عملية التفكير الإبداعي والرؤية المستقبلية التي تتجلى في عملية التصور المستقبلي.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة "نيكولا (47) (1994) Nicola" والتي أظهرت سيطرة الجانب الأيمن من الدماغ على الجانب الأيسر لدى عينة البحث.

واختلفت هذه النتائج مع دراسة كل من "فروهلش وآخرون (2003) Froehlich, et,al (41)، و"محمد نوفل" (٢٠٠٧) (٢٤)، و"موفق بشارة" (٢٠١٠) (٣٣) والتي بينت أن نسبة سيطرة الجانب الأيسر من المخ اعلي من سيطرة الجانب الأيمن للمخ لدى عينة البحث.

وقد أشار علماء المخ والأعصاب مثل "جون جاكسون" John Jackson و "هيوغوليبمان" Hugoliepman و "جوزيف بوجون" Joseph B. إلى أن الأفراد يميلون إلى الاعتماد بشكل متنسق على احد جانبي الدماغ أكثر من الآخر أثناء معالجة المعلومات، ولا بد أن يكون احد النصفين هو النصف المسيطر، وأشاروا إلى سيطرة النصف الأيسر من الدماغ لدى معظم الأفراد أما النصف الأيمن من الدماغ هو النصف غير المسيطر، وان الاتجاه الحالي في التعليم يركز على الجانب الأيسر من الدماغ وهذا يؤدي إلى ضمور نمو الجانب الأيمن من الدماغ.

ويؤكد ذلك "محمد نوفل" (٢٠٠٧) (٢٤) نقلا عن "سامباس" Sampels بأنه قد لا يكون هناك نصف مسيطر على الآخر وفي هذه الحالة فان الفرد يستعمل كل من النصفين بنفس الدرجة ويطلق عليه "المتكامل أو المتوازن" في التعامل مع المعلومات والمشكلات

وأشار محمد العربي (١٩٩٦م) إلي أن الإهتمام بالجانب العقلي في المجال الرياضي يعمل على إعداد اللاعب لخوض المنافسات ، ويشمل كل جوانب المنافسة من تصور مهارات ، وتتابع الحركة ، ومواقف أثناء المباراة لذلك يجب أن يعد اللاعب لمواجهة تلك المواقف ، كذلك التمتع بالقدرة على تحليل الأداء وتطبيق الخطط الموضوعة ، وذلك كله لا يأتي إلا عن طريق إكتساب اللاعب

للمهارات العقلية وتطبيق تلك المهارات داخل الملعب ، لذلك فإن التدريب العقلي يعد جزءاً لا يتجزأ من التدريب الرياضي. (٢٢:٣٠-٣١)

ويرى الباحث أن المهارات النفسية ذات تأثير على الجانب النفس حركى الذى يتضمن أنواعا من السلوك ترتبط مع بعضها بعلاقات إرتباطا متبادلا تجعلها غير مستقلة إستقلالاً تاما ويتضمن المهارات النفسية والمهارات الحركية والقدرة على القيام بأنماط تتطلب التأزر الحركى والنفسى والعصبى ، كما أن المهارات تعمل على تحسن المتغيرات النفس حركية مما يؤدي إلى عدم هدر الوقت والجهد.

الاستنتاجات والتوصيات:-

استنتاجات البحث :-

١- تحدد النمط السائد للحكام هو النمط الايسر السفلى من الدماغ (B) بمتوسط (٣٠.٠٠) وبنسبة مئوية (٣٣.٣٣ %) ثم يليه النمط الايمن السفلى من الدماغ (C) بمتوسط (٢٦.٠٠) وبنسبة مئوية (٢٨.٨٩ %)

٢- وجود فروق دالة إحصائياً بين انماط السيطرة الاربعة (الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)- الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B)- الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C)- الجزء الايمن علوى من الدماغ (D)) فى مقياس المهارات النفسية قيد البحث، كانت لصالح الجزء الايسر السفلى من الدماغ (B) ثم الجزء الايمن السفلى من الدماغ (C) ثم الجزء الايسر علوى من الدماغ (A)

توصيات البحث : -

١- استخدام مقياس أنماط السيطرة الدماغية للتعرف على نمط السيطرة المخية السائد والمفضل لحكام رياضه الكاراتيه بفئات تحكيميه مختلفة بصفة خاصة وممارسي الأنشطة الرياضية بصفة عامة حتي يمكن استخدام أساليب واستراتيجيات التعلم والتدريب الرياضي المناسبة لنمط السيطرة المخية لديهم .

٢- استخدام مقياس أنماط السيطرة الدماغية للتعرف على نمط السيطرة المخية السائد والمفضل كوسيلة استرشادية لتوجيه الناشئين لنوع النشاط التخصصي الدقيق داخل رياضة الكاراتيه سواء كان (كاتا أو كوميتيه) .

- ٣- استخدام مقياس أنماط السيطرة الدماغية بهدف تدعيم وتطوير الوظائف الخاصة بالجانب المسيطر من المخ من ناحية وتنشيط الوظائف الخاصة بالجانب غير المسيطر من ناحية أخرى لتحقيق التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ لدي الناشئين والرياضيين بصورة تكاملية نشطة .
- ٤- ضرورة الاهتمام بتحقيق التكامل بين وظائف الدماغ المتمثلة في سيطرة النصفين الكرويين، حتى يتحقق للحكم من الاستفادة بالقدرات الدماغية وتفعيلها في حياته.
- ٥- مناشدة المسؤولين بضرورة تطبيق اختبارات السيطرة الدماغية على جميع حكام الألعاب المختلفة لمعرفة النمط المسيطر لديهم لكي يتم إلحاقهم بمايتناسب مع النمط المسيطر لديهم وتنمية النمط غير المسيطر للوصول إلى النمط المتكامل.
- ٦- ضرورة الاهتمام بالتدريبات الخاصة بتحسين أنماط السيطرة الدماغية مما تساعد على تنمية الوظائف الجسمية والعقلية للحكام وتحقيق التكامل في النصفين الكرويين.
- ٧- تصميم البرامج التعليمية والتدريبية التي تعمل على تنمية مستوى الأداء بناء على نوع السيطرة الدماغية للجانب غيرالمسيطر والاستفادة منالجانب المسيطر للمخ.
- ٨- التعاون بين الباحث ينفي المجال الرياضي والمجال الطبي في قياس السيطرة الدماغية باستخدامالأجهزة الحديثة مثل: تقنيات التصوير بالأشعة مثل جهاز (Positron Emission Tomography) ويرمزله (PET)، والجهاز الوظيفي للتصوير بالرنين المغناطيسي (Functional Magnetic Resonance Imaging) ويرمزله (fMRI)، وجهازالتصوير بالرنين المغناطيسي (Magnetic Resonance Imaging) ويرمزله (MRI) واختبارمعدن الصوديوم (Sodium A metal).
- ٩- إجراء مزيد من الدراسات حول السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض الرياضات والألعاب الأخرى بهدف الارتقاء بمستوى الأداءالمهاري.

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

١. أحمد محمد زينة: مفهوم الذات والقدرة على القيادة لدى الحكام الدوليين فى بعض الأنشطة الرياضية فى جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة بنها، ٢٠٠٦م.
٢. احمد محمود ابراهيم : تطوير بعض القدرات البدنيه الخاصه واثره على مستوى اللكمات والركلات الاساسيه لناشئ الكاراتيه من ١٠-١٢ سنه ، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربيه الرياضيه للبنين ، جامعة اسكندريه ، ١٩٩١م.
٣. أحمد محمود إبراهيم : مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية فى رياضة الكاراتيه، منشأة المعارف ، ط٢، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م .
٤. اسامه كامل راتب: تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة، ٢٠٠٠م.
٥. السيد أبو شعيشع (٢٠٠٢): المخ الأيسر والمخ الأيمن، القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
٦. السيد على أحمد وفائقه محمد بدر (١٩٩٩): اضطراب الانتباه لدى الأطفال: أسبابه وتشخيصه وعلاجه، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
٧. إيمان عبد العزيز عبد الوهاب : دراسة أنماط السيطرة الدماغية كمؤشر لاختيار الأنشطة الترويحية لطلاب جامعة الإسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية ، ٢٠١٤ م .
٨. جابر عبد الحميد جابر : الذكاءات المتعددة والفهم (تنمية - تعميق) ، ط ١ ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .
٩. حسين حشمت ، نادر شلبي : موسوعة فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، ٢٠١٣ م .
١٠. حمدي على الفرماوي : علم النفس الفسيولوجي ، فسيولوجيا سلوك الإنسان والتعلم ، الطبعة الأولى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ٢٠٠٧ م .

١١. داليا زكريا عباس زيد : نسق الذكاءات المتعددة لرياضي الأنشطة الفردية والجماعية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٧ م .
١٢. ديفيد سوسا - ترجمة خالد العمري : العقل البشري وظاهرة التعلم ، دار الفاروق للاستشارات الثقافية ، الجيزة ، ٢٠٠٩ م .
١٣. ريم مصطفى محمد : العلاقة بين السيطرة الدماغية ومستوى الإيجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ، فلسطين ، ٢٠١٢ م .
١٤. سليمان عبد الواحد يوسف : علم النفس العصبي المعرفي ، مكتبة إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠١٠ م .
١٥. صفاء صالح حسين: تأثير تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه على مستوى العنف التدميري والإدراك البصري لدى المعاقين ذهنياً "القابلون للتعلم" ، مؤتمر علم النفس الرياضي ، الهند ، ٢٠٠٩ م .
١٦. ضياء الدين محمد العزب : تقويم طريقة استخدام الحاسب الالى الكمبيوتر في تحكيم رياضة الملاكمة ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، المجلد السادس ، العدد الخامس ، ١٩٩٤ م .
١٧. طارق محمد بدرالدين : تطبيقات علم النفس العصبي فى المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، ٢٠١٦ م .
١٨. طارق محمد بدرالدين : أنماط السيطرة الدماغية لممارسي بعض الأنشطة الرياضية من منظور نظريه هيرمان للسيادة الدماغية (HBDI) ، بحث منشور في المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنات ، العدد (٥٤) ، جامعه الاسكندرية ، ٢٠١٧ م .
١٩. طارق محمد بدرالدين : أنماط السيطرة المخية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لسباحي المنافسات ، بحث منشور في المؤتمر الدولي الأول " التربية البدنية والرياضة وضغوط الحياة من منظور نفسي - اجتماعي - تربوي ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠١٢ م .

٢٠. **عبد الوهاب محمد كامل** : علم النفس الفسيولوجي ، مقدمة في الأسس السيكو فسيولوجية والنيورولوجية للسلوك الإنساني، مكتبة الأنجلو المصرية، الطبعة الثالثة، ٢٠٠٠م.
٢١. **ماجدة أسماعيل وآخرون** : فاعلية برنامج للتدريب البصري على بعض المهارات البصرية والمهارات الإدراكية البصرية وعلاقتها بمستوى أداء التحكم والسيطرة لناشئات الجمباز الإيقاعي ، المجلة الشاملة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٦م .
٢٢. **محمد العربي شمعون** : التدريب العقلي فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٦ .
٢٣. **محمد العربي شمعون، عبدالنبي الجمال**:التدريب العقلي في التنس، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٦م.
٢٤. **محمد بكرنوفل (٢٠٠٧)**: علاقة السيطرة لدماغية بالتخصص الأكاديمي لدى طلبة المدارس والجامعات الأردنية، بحث منشور، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد (٢١)، العدد الأول، عمان، الأردن، (١-٢٦).
٢٥. **محمد حسن علاوى**:سيكولوجيه الاحتراق للاعب والمدرب الرياضى ، ط١، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ١٩٩٨م.
٢٦. **محمد عبد الهادي حسين** : مدخل إلى نظرية الذكاءات المتعددة ، دار الكتاب الجامعى ، العين ، الإمارات العربية المتحدة ، ٢٠٠٥م .
٢٧. **محمد محمد نوفل**:علاقة السيطرة الدماغية بالتخصص الأكاديمي لدي طلبة المدارس والجامعات الأردنية ، بحث منشور ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، العلوم الإنسانية ، المجلد (٢١) ، ٢٠٠٧م .
٢٨. **محمد مصطفى وكامل الصافي** : تأثير التفاعل بين أسلوب التعلم والتفكير وحالة القلق علي التحصيل الدراسي لدي عينة من الطلاب في الجامعة ، مجلة جامعة الملك سعود ، العدد (٧) ، السنة (٢) ، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية ، ٢٠٠٠م.
٢٩. **محمود فتحي عكاشة (٢٠٠٣)**: أنماط معالجة المعلومات في النصفين الكرويين، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

٣٠. منال محمد زكي الجندي : تدريس منهج الإيقاع الحركي المطور باستراتيجيات قائمة على نظرية الذكاء المتعدد وقياس أثره على نواتج التعلم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٦ م .

٣١. مني خالد محمود عياد : أثر برنامج بالوسائل المتعددة في ضوء نظرية الذكاءات المتعددة على اكتساب المفاهيم التكنولوجية وبقاء أثر التعلم لدي طالبات الصف السابع بغزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين ، ٢٠٠٨ م .

٣٢. المؤتمر الاول للتدريب وعلم النفس الرياضي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة تشرين، سوريا ، ٢٠٠٦ م .

٣٣. موفق سليم بشارة، احمد فلاح بحث منشور، العنوان (٢٠١٠):العلاقة بين السيطرة الدماغية والتحصيل الدراسي لدى عينة الطلبة الجامعيين، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد السابع، العدد الأول، الشارقة، الإمارات (١١٩ -

٣٤.نادية حسن الصاوى ، زينب على حثوت : فاعلية التدريبات البصرية على المهارات الإدراكية والقدرات البصرية وتحسين المستوى المهارى الهجومي فى كرة اليد، المؤتمر العلمي الدولي الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٨ م.

٣٥.نفين حمزة شرف البركاتي : أثر التدريس باستخدام استراتيجيات الذكاءات المتعددة والقبعات الست و K.W.L في التحصيل والتواصل والترابط الرياضي لدي طالبات الصف الثالث المتوسط بمدينة مكة المكرمة ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية ، ٢٠٠٨ م .

٣٦.يوسف محمد شلبي : تجهيز المعلومات في السياق الجماعي وأثره على الأداء في مهام حل المشكلات من خلال تكوين جماعات متميزة في ضوء النموذج الكلي لوظائف المخ، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا، ٢٠٠٥ م.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

37. **Armstrong , T** : Multiple Intelligence in the Classroom, 2nd edition
Alexandria , Virginia , (ASCD) , 1999.

38. **Armstrong , T** : Multiple Intelligence in the Classroom , Association For Supervision and Curriculum Development , Library of congress , 2009 .
39. Bewington, D. (2009): The nation's school's are told to focus on basic math skills, Journal of Neuroscience, Vol. 52,P. 11-21
40. Don Hooper, W. (1992): Success Depends on Leaders, Whole-brain thinking, from: <http://eric.ed.gov>
41. Froehlich, L., Leary, P., and Ranson, J., (2003): Leader training. Retrieved November 9. from: WWW.Nationalforun.com
42. **Gardner, H**: Multiple Intelligence, New York, Harcourt, 1994.
43. **Herman, N** : The Creative Brain Retrieved September, From. HBID. Com , 2005.
44. **Hopper, Donw**: – Success Depends On Leaders "Whole – Brain Thinking", 1995.
45. **Koff , R** : Why The Multiple Intelligence ? , Basic , journal of Dance – Education Andvoer , 2003.
46. **Melanie Mitchell & Michael Kernodle**: Using Multiple Intelligence to Teach Tennis , Journal of Physical Education , Recreation and dance , Issue: October , 2004 .
47. Nicola, Gr. (1994): Intuitive and formal elements in problem solving, EBSCO.
48. **Sousa, D**: How The Brain Learns. Reston VA: National Association of Secondary School Principals, 2001.
49. **Springer, S & Deutsch, g**: Left Brain – Right Brain, "6 Th – ed ", New York: W.H.Freeman, 20

المرفقات

مرفق (١) أسماء السادة الخبراء

مرفق (١)
أسماء السادة الخبراء (المحكمين)

م	الاسم	الوظيفة
١	احمد يوسف عبدالرحمن	استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات كلية التربية الرياضية بنها
٢	صفاء صالح	استاذ تدريب الكاراتيه بكلية التربية الرياضية للبنات جامعه الزقازيق
٣	عاطف نمر خليفة	استاذ متفرغ بقسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية بنها
٤	محمد سعد محمد	استاذ بقسم علوم الصحة الرياضية ،وكيل كلية التربية الرياضية جامعه بنها
٥	محمد عبدالكريم نبهان	استاذ مساعد بقسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية بنها

* تم ترتيب أسماء الخبراء طبقاً للترتيب الهجائي

مرفق (٢)

" مقياس السيطرة المخية لممارسي الأنشطة الرياضية من (١٥ : ١٨) سنة "

تعليمات المقياس :

أخي اللاعب / أختي اللاعبة :

فيما يلي (٤٠) عبارة تصف بعض السلوكيات التي تتبعها في مواقف التدريب والمنافسات وخلال تعاملك وحياتك الرياضية مع الآخرين ، وتحدد في نفس الوقت مشاعرك واستجاباتك وأفكارك واتجاهاتك نحو نفسك والموضوعات والمثيرات التي تتعامل معها خلال الوسط الرياضي ، والمطلوب منك أن تختار اختيار واحد فقط من الاختيارين الموجودين أمام كل عبارة على حدة ، ولاحظ أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خطأ ، لأن الإجابة التي ستختارها تعبر عن رأيك الشخصي ، والإجابة التي ستختارها قد تختلف من لاعب لآخر ، والمهم أن تختار الإجابة الذي تصف رأيك وشعورك الداخلي بدقة وبصدق وأجب على كل المقياس ، وتأكد في النهاية أن نتائج هذا المقياس سرية وخاصة بالبحث العلمي وشاكراً لحسن تعاونك ، ومع وافر تقديري وتحياتي .

معلومات شخصية :-

الأسم :
العمر :
النشاط الرياضي :
عدد سنوات الممارسة :
النادي :
الكلية :
النوع : ذكر () أنثي ()
المدرسة / الجامعة :
التخصص الدراسي :
اليد المفضلة : اليمنى () اليسرى () الأثنان بنفس الكفاءة ()
هل أنت ضمن المنتخب القومي في رياضتك ؟ نعم () لا ()

ضع إشارة (✓) في المربع الذي تراه مناسباً أمام كل عبارة من العبارات التالية :

م	العبارات	نعم	لا
١	أحدد أسلوب أدائي في المنافسة من خلال معلوماتي وخبراتي السابقة		
٢	أرتب أفكاري بنظام يحقق أهدافي في المنافسة		
٣	أتعلم بشكل أفضل بمشاركة زملائي في التدريب		
٤	أتعلم المهارة الحركية بمشاهدة الصور أفضل من الشرح اللفظي لها		
٥	أؤدي التدريبات بالطريقة التي تتناسب مع قدراتي أو إمكاناتي البدنية		
٦	أربط أو أنظم العلاقات بين خطط اللعب المختلفة		
٧	من السهل استشارتي أثناء المنافسة		
٨	أتعلم المهارة الحركية بالطريقة الكلية أفضل من الطريقة الجزئية		
٩	أتعامل مع مشكلاتي أثناء المنافسة في ضوء الحقائق المتاحة أمامي		
١٠	أهتم بالتدريب على كل جزء في المهارة الحركية		
١١	أعتمد على حواسي في تقدير مواقف المنافسة		
١٢	عند صعوبة الموقف الحركي ألجأ إلى ابتكار أداءات جديدة غير تقليدية		
١٣	أقيم خطط اللعب المختلفة بصورة نظرية قبل تنفيذها بصورة عملية		
١٤	أهتم بمعرفة خطة اللعب قبل المنافسة		
١٥	استخدام تعبيرات الوجه والجسم للتعبير عن أفكاري لزملائي خلال التدريب والمنافسة		
١٦	أضع تصور لمواقف المنافسة القادمة		
١٧	قررتي أتخذها بناءً على الواقع الفعلي للمنافسة دون النظر إلى ما يحدث في المستقبل		
١٨	أحترم نظم وقواعد الفريق حتى ولو تعارض ذلك مع مصلحتي		
١٩	أعبر عن آرائني بسهولة أثناء التدريب والمنافسة		
٢٠	أربط بين الأحداث والمواقف والأفكار لتكوين صورة متكاملة عند أدائي في المنافسة		
٢١	أتعلم المهارة بصورة جزئية أفضل من تعلمها بصورة كلية		
٢٢	أتحكم في أنفعالاتي أثناء المنافسة		
٢٣	أحترم مشاعر زملائي في الفريق		
٢٤	توقعي لما سوف يحدث في المنافسة يصادفه الصواب		
٢٥	أهتم بمعرفة مدي التقدم في مستوى اللياقة البدنية أو المهارية من خلال القياسات المختلفة		
٢٦	أؤدي المهارات الحركية بنفس الطريقة التي علمني بها المدرب		
٢٧	أساعد زميلي في تصحيح أخطائه في التدريب		
٢٨	أستكشف خطة اللعب للمنافس فور تنفيذها خلال المنافسة		
٢٩	أتذكر الأرقام والبيانات العددية أكثر من الحروف والبيانات اللغوية		
٣٠	أهتم بالتدريب على كل المهارات الحركية		

م	العبارات	نعم	لا
٣١	أجيد توصيل أفكارى لزملائي من خلال اللغة		
٣٢	أبادر بتقديم المساعدة للزملاء قبل طلبها مني		
٣٣	أستعين بالأدوات الحديثة فى التدريب والمنافسة		
٣٤	أتحمل مسئولية قرارى بشجاعة وخاصة فى الأوقات الحرجة من المنافسة		
٣٥	أهتم بقراءة الكتب الخاصة بالنشاط الذى أمارسه		
٣٦	أحب المهارات الحركية التى تتطلب المخاطرة		
٣٧	أخبر زملائي عندما يكون أدائهم أقل من مستواهم		
٣٨	ألتزم خلال تدريباتي بالوقت المحدد		
٣٩	أسجل فى مذكرة خاصة أفكارى ومشاعرى نحو المنافسة والتدريب		
٤٠	يصفني زملائي بأن لى أفكار غير تقليدية وإبداعية		

مفتاح التصحيح للمقياس :-

تمثل أرقام العبارات التى أمام كل نمط على حدة ، وفى ذات الوقت تمثل الخصائص المميزة للنمط ، والعبارات التى يتم اختيارها بصورة أكثر " نعم " من باقى العبارات يتم فى ضوءها تحديد نمط السيادة المخية المفضل لدى المفحوص ، وكذلك الخصائص المميزة له ، ولا يوجد للمقياس درجة كلية ، ويتم تحديد نمط السيطرة المخية المسيطر والمفضل للمفحوص من خلال مفتاح التصحيح التالى :

١ - ٥ - ٩ - ١٣ - ١٧ - ٢١ - ٢٥ - ٢٩ - ٣٣ - ٣٧	A
٢ - ٦ - ١٠ - ١٤ - ١٨ - ٢٢ - ٢٦ - ٣٠ - ٣٤ - ٣٨	B
٣ - ٧ - ١١ - ١٥ - ١٩ - ٢٣ - ٢٧ - ٣١ - ٣٥ - ٣٩	C
٤ - ٨ - ١٢ - ١٦ - ٢٠ - ٢٤ - ٢٨ - ٣٢ - ٣٦ - ٤٠	D



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات

مرفق (٣)

استمارة إستطلاع رأي الخبراء حول تحديد عبارات المقياس

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبة وبعد....،

يتشرف الباحث / احمد السيد عبدالسلام بحيرى - المعيد بكلية التربية الرياضية للبنين بينها بإحاطة سيادتكم علما بأنه بصدد القيام بدراسة للحصول على درجة الماجستير تحت عنوان " تصميم مقياس للمهارات النفسيه لدى حكام رياضة الكاراتيه " ولما يتمتع به سيادتكم من خبرة واسعة فى مجال علم النفس الرياضى ، لذا يشرفنى ويسعدنى أن أعرض على سيادتكم هذه الإستمارة والتي تهدف إلى إستطلاع رأى سيادتكم حول تحديد مدى مناسبة العبارات المستخدمه للمهارات النفسيه المناسبه لحكم الكاراتيه ، وذلك لما عرف عن سيادتكم من خبرة واسعة كأحد رواد علم النفس الرياضى فى جمهورية مصر العربية.

• لذا يرجى من سيادتكم التكرم بتحديد مدى مناسبة كل عباره من هذه العبارات الى المهاره النفسيه المناسبه لها

• مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة

• حذف او تعديل أو إضافة عبارات أخرى تعبر عن المهارات النفسية المميزة لحكام الكاراتيه

• اقتراح ميزان تقدير مناسب للمقياس وترتيب المهارات بالنسبة لاهميتها لحكم الكاراتيه.

هذا ويأمل الباحث الإستفادة برأى سيادتكم وتوجيهاتكم السديده التى سوف تثرى البحث وتضع الباحث على بداية الطريق الصحيح.

الإسم :

الوظيفة :

الباحث

احمد عبدالسلام

العبارات التي تم الحصول عليها نتيجة السؤال الاستكشافي والمقاييس السابقة في المجالات الأخرى
العدد رقم (١) : الإسترخاء

م	العبارات	مناسبه	غير مناسبه	ملاحظات
١	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء فى اى وقت من اليوم			
٢	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء قبل الاشتراك فى تحكيم المنافسه			
٣	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء العضلى قبل تحكيم البطولةه او المنافسه			
٤	إسترخائى قبل المنافسه أفضل من اثناء المنافسه			
٥	الإسترخاء المثالى يجعلنى قادر على تحكيم المباراه بشكل جيد			
٦	أستطيع أن أقوم بعملية الإسترخاء قبل تحكيم المباريات الحساسه			
٧	استرخائى يساعدى على اصدار القرار المناسب فى الوقت المناسب بعيدا عن التوتر والقلق			
٨	أتميز بقدرتى على الإسترخاء وتهدئة نفسى فى الاوقات الحساسه من المباراه			
٩	وصولى الى درجه مناسبه من الاسترخاء قبل المباراه يساعدى على اصدار القرار بشكل جيد			
١	عندما لا اشترك فى تحكيم البطولات يصيبنى بالتوتر والقلق			
٢	إنشغالى بتحكيم البطولات ودورات التحكيم لا يمنحنى فرصه للإستمتاع بحياتى والاسترخاء			
٣	شعورى بالقلق قبل الاشتراك فى تحكيم المباريات لا يجعلنى قادر على الاسترخاء بشكل أفضل			
٤	عند اتخاذى للقرار واصدار الحكم يشغل بالى شئى اخر			
٥	التوتر العضلى قبل تحكيم المباراه يجعلنى لا اقدر على اتخاذ القرار السليم			
٦	أشعر بالتوتر العضلى قبل إشتراكى فى تحكيم المباريات الحساسه والهامة			
٧	اشعر بالتوتر والقلق عندما يرتفع صوت الجمهور			
٨	استرخائى فى البطوله الوديه اكثر من استرخائى فى البطوله الرسميه			
٩	استرخائى فى البطولات المحليه اكثر من استرخائى فى البطولات الدوليه			
١٠	أشعر بالتوتر والقلق عندما اصدر قرارات خاطئه أثناء المنافسات والمباراة السابقه			
١١	قدرة الحكم الدولى على الاسترخاء افضل من الحكم القارى			
١٢	قدرة الحكم القارى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجه الاولى			
١٣	قدرة حكم الدرجه الاولى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجه الثانيه			
١٤	قدرة حكم الدرجه الثانيه على الاسترخاء افضل من حكم الدرجه الثالثه			
١٥	عندما أقوم بتحكيم عدد كبير من المباريات تصيبنى حاله من التوتر العضلى وعدم الاسترخاء			

العبارات الإيجابية

العبارات السلبية

البعد رقم (٢): تركيز الانتباه

م	العبارات	مناسبه	غير مناسبه	ملاحظات
١	عندما قوم بالتحكيم فاننى استطيع الانتباه الى ما يحدث فى المباره(المنافسه) جيدا			
٢	عندما اقوم بالتحكيم يسهل عزل الافكار التى لا ترتبط بالمباراه			
٣	عندما اقوم بتحكيم المباراه اعزل كل المثيرات الخارجيه(الهتافات، المناظر) التى تؤثر على تركيز انتباهى			
٤	عند قيامى بالتحكيم يكون تفكيرى محدود بالمباراه والاعبين داخل الملعب			
٥	لدى المقدره على الرؤيه الواسعه السريعه فى مواقف اللعب			
٦	عندما اقوم بالتحكيم فاننى اركز على ما يحدث فى نفس اللحظه ولا افكر فى الذى حدث قبل ذلك او ما يمكن ان يحدث			
٧	استطيع ان احتفظ بتركيز انتباهى فى المباراه حتى اثناء بعض الاعتراضات سواء من اللاعبين او المدربين			
٨	عندما اقوم بالتحكيم استطيع ان اركز انتباهى فى اداره المباراه حتى ولو قام احد الحكام المساعدين ببعض القرارات التى اعتقد انها خاطئه			
٩	عدد المباريات التى اقوم بتحكيمها لا يؤثر على تركيز انتباهى			
١٠	يزيد تركيز انتباهى فى البطولات التى تقام خارج بلدى			
١١	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الادوار النهائيه			
١٢	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الكومتيه عن مباريات الكاتا			

العبارات الجيده

تابع البعد رقم (٢): تركيز الإنتباه

			يصيبنى حاله من التردد اثناء اتخاذ قرارات تتميز بدرجة من الصعويه	١	العبارات السليه
			اشعر بالتشتت(فى تركيز انتباهى) عندما يعترض اللاعب على بعض قراراتى	٢	
			اشعر بعدم التركيز عندما تتوقف المباراه أكثر من مرة واجد صعويه فى اعاده تركيزى مره اخرى	٣	
			عندما احكم فى بطوله ذو مستوى عالى يقل تركيزى	٤	
			اشعر بحالة من عدم التركيز تعيقنى من ادارة المباراه عند وجود اعداد كبيره من الجمهور	٥	
			افكار كثيره تدور فى ذهنى اثناء قيامى بالتحكيم وتتدخل فى تركيز انتباهى	٦	
			يضايقنى عدم قدرتى على تركيز إنتباهى فى الأوقات الحساسة من المباراه	٧	
			أفتقد تركيزى فى بعض أوقات المباراه	٨	
			يقل تركيز انتباهى فى تحكيم المباريات فى الادوار النهائيه	٩	
			يضايقنى وجود اكثر من موجه للاعبين من خارج البساط(مدرب-جمهور)	١٠	
			تصيبنى حاله من عدم التركيز اثناء وجود صوت عالى داخل صالة اللعب	١٠	
			يقل تركيزى عندما يوجد جمهور كثير داخل صالة اللعب	١١	
			تصيبنى حاله من عدم التركيز عند معرفتى لميعاد المباراه بوقت قصير	١٢	
			يقل تركيزى فى نهاية المباراه	١٣	
			تصيبنى حاله من عدم التركيز عند وجود مشاكل اسريه	١٤	

البعد رقم (٣) الثقة بالنفس

م	العبارة	مناسبة	غير مناسبة	ملاحظات
١	أستطيع السيطرة على المباراة وقيادتها بشكل جيد			
٢	أميل دائما للتأني وعدم التهور في اتخاذ القرار واصدار الحكم			
٣	استطيع ان اشترك في تحكيم كل المنافسات وافكارى تتضمن الثقة في نفسى			
٤	طوال فترة المنافسه استطيع الاحتفاظ بدرجة عاليه من ثقتى بنفسى			
٥	أقوم دائما باتخاذ القرار الصائب فى الوقت المناسب			
٦	أعتقد أن لدى قدره على تحكيم اى بطوله			
٧	أتصرف بسرعة ودقة فى المواقف غير المتوقعة أثناء المباراة			
٨	لثقتى بنفسى أقوم باتخاذ القرار دون الرجوع لزملائى			
٩	اشعر بالاطمئنان اثناء التحكيم			
١٠	اتصرف بدقه وسرعه وحزم فى المواقف الحاسمه من المباراة			
١١	تزيد ثقتى فى نفسى عند الاشتراك فى تحكيم بطوله دوليه			
١٢	تزيد ثقتى فى نفسى بعد حضور دورات التحكيم التابعه للاتحاد			
١٣	تزيد ثقتى فى نفسى بعد الترقى فى درجات الحكام(الثالثه-ثانيه- اولى-قارى-دولى)			
١٤	تزيد ثقتى فى نفسى بعد قراءة القانون وفهم مواد			
١	ثقتى فى نفسى تهتز عند ادارة بعض المباريات			
٢	أندفع كثيرا فى اصدار الحكم أثناء المباراة			
٣	اشعر فى بعض الاحيان بعدم الاطمئنان اثناء تحكيم المباريات			
٤	يصيبنى الفشل فى اتخاذ القرار السليم لعدم ثقتى فى نفسى			
٥	عدم ثقتى فى قدرتى على تنفيذ مواد القانون أثناء المنافسه يؤدى إلى فشلى فى ادارة المباراة			
٦	تهتز ثقتى فى نفسى عند اعتراض احد اللاعبين او المدرب على بعض قراراتى			
٧	تهتز ثقتى فى نفسى عند اختيار حكام اخرين لتحكيم وادارة المباريات النهائيه			
٨	تهتز ثقتى فى نفسى عند حدوث شغب من الجمهور ومن كثرة الهتافات ضد الحكام			

العبارات الإيجابية

العبارات السلبية

البعد رقم(٤): التصور العقلى

ملاحظات	غير مناسبه	مناسبه	العبارات	م	
			تصورى الجيد للمهارات الخاصه برياضة الكاراتيه يساعدنى فى ادارة المباره بشكل جيد	١	العبارات الإيجابية
			استطيع ان اقوم بتصور بعض مواد القانون قبل تحكيم المباره واثاء سير المباره	٢	
			استطيع ان اقوم بالتصور العقلى لبعض المواقف من المباريات السابقه	٣	
			أستطيع أن أتصور ما سوف يقوم اللاعبين به من أداء فى المباره التى سوف اقوم بتحكيمها	٤	
			تصورى الجيد للكاتا ومهارات الكومتيه يساعدنى على التحكيم الجيد اثناء المباره والجمهور فى حالة انفعال	٥	
			تصوى للمهارات الحركية المطلوبة للأداء فى المنافسه (الكاتا) قبل المباره يساعدنى على اصدار الحكم الصائب	٦	
			يصعب على تصور ما سوف يقوم به اللاعبين اثناء المباره	١	العبارات السلبية
			يصعب على تصور ما سوف يقوم به احد اللاعبين فى حاله اصدار حكم لا يرضيه	٢	
			يصعب على تصور مواد القانون	٣	
			يصعب على تصور واسترجاع لبعض المواقف المشابهه	٤	
			يصعب على القيام بعملية التصور العقلى لبعض المهارات الحركية المركبة للاعبى الكاراتيه	٥	
			عند القيام بعملية التصور العقلى قد تكون الصورة غير واضحه كما يجب لاتخاذ القرار المناسب	٦	

البعد رقم (٥): القدره على مواجهة الضغوط

ملاحظات	غير مناسبه	مناسبه	العبارات	م	
			استطيع ان احكم مباريات دوليه	١	العبارات الإيجابية
			استطيع ان ادير المباريات رغم صياح الجمهور	٢	
			استطيع ان اوفق بين عملي وادارة البطولات	٣	
			أفضل الإشتراك فى البطولات الرسميه عن البطولات الوديه	٤	
			أستطيع مواجهة المواقف الرياضيه الصعبه اثناء سير المنافسه	٥	
			لا اعير اهتمام لما يحدث من هجوم فى الجرائد	٦	
			يتحسن مستوى أدائى بتشجيع الحاضرين	٧	
			أحافظ على مستوى أدائى مهما طالقت فترة المنافسه	٨	
			أحافظ على المشاركه فى دورات ترقى الحكام	٩	
			لا اهتم بوجود مصورين اثناء البطوله	١٠	
			أستمتع بتحكيم المباريات الصعبه التى تتطلب جهدا كبيرا	١١	
			اثناء المباريات لا اهتم الا باداء اللاعبين	١٢	
			لا اعتذر عن اى بطوله مهما حدث	١٣	
			ألتزم بتعليمات الاتحاد الكاراتيه والقانون الدولى للاتحاد لتحقيق أهدافى	١٤	
			أعتمد على قواعد القانون والاتحاد فى أى موقف يطرأ فى المباراه او المنافسه	١٥	
			أشعر بالضغط النفسى عند تحكيم مباريات الادوار النهائيه	١	العبارات السلبية
			أشعر بزيادة التوتر عند إقتراب موعد اشتراكى فى تحكيم المنافسه	٢	
			يصعب السيطرة على اضطراباتى الزائده قبل بداية المنافسه	٣	
			اعتقد أن المطلوب منى فى المنافسه يفوق قدراتى وإمكاناتى	٤	
			لا أستطيع مواصلة جهودى فى المواقف الصعبه	٥	
			يصعب على التحكم فى انفعالاتى تجاه اعتراضات المدربين واللاعبين	٦	
			يزداد شعورى بالخوف كلما ازداد عدد الجمهور .	٧	

مرفق (٤)

الشكل النهائي لمقياس المهارات النفسية لدى حكام رياضة الكاراتيه

البعد الاول : مهارة الثقة بالنفس

م	العبارات	دائماً	احياناً	ابداً
١	أستطيع السيطرة على المباراه وقيادتها بشكل جيد			
٢	أندفع كثيراً فى اصدار الحكم أثناء المباراه			
٣	استطيع ان اشترك فى تحكيم كل المنافسات وافكارى تتضمن الثقة فى نفسى			
٤	يصيبنى الفشل فى اتخاذ القرار السليم لعدم ثقى فى نفسى			
٥	تهتز ثقى فى نفسى عند اعتراض احد اللاعبين او المدرب على بعض قراراتى			
٦	أنصرف بسرعة ودقة فى المواقف غير المتوقعة أثناء المباراة			
٧	تهتز ثقى فى نفسى عند حدوث شغب من الجمهور ومن كثرة الهتافات ضد الحكام			
٨	اشعر بالاطمئنان اثناء التحكيم			
٩	انصرف بدقه وسرعه وحزم فى المواقف الحاسمه من المباراه			
١٠	تزيد ثقى فى نفسى عند الاشتراك فى تحكيم بطوله دوليه			
١١	تزيد ثقى فى نفسى بعد حضور دورات التحكيم التابعه للاتحاد			
١٢	تزيد ثقى فى نفسى بعد قراءة القانون وفهم مواده			
١٣	ثقى فى نفسى تهتز عند ادارة بعض المباريات			
١٤	أميل دائماً للتأنى وعدم التهور فى اتخاذ القرار واصدار الحكم			
١٥	طوال فترة المنافسه استطيع الاحتفاظ بدرجة عاليه من ثقى بنفسى			
١٦	تهتز ثقى فى نفسى عند اختيار حكام اخرين لتحكيم وادارة المباريات النهائيه			
١٧	لثقتى بنفسى أقوم باتخاذ القرار دون الرجوع لزملاى			

البعد الثاني : مهارة تركيز الانتباه

م	العبارات	دائما	احيانا	ابدا
١	عندما اقوم بالتحكيم فاننى استطيع الانتباه الى ما يحدث فى المباراة(المنافسه) جيدا			
٢	اشعر بالتشتت(فى تركيز انتباهى) عندما يعترض اللاعب على بعض قراراتى			
٣	لدى المقدره على الرؤيه الواسعه السريعه فى مواقف اللعب			
٤	افكار كثيره تدور فى ذهنى اثناء قيامى بالتحكيم وتتدخل فى تركيز انتباهى			
٥	استطيع ان احتفظ بتركيز انتباهى فى المباراه حتى اثناء بعض الاعتراضات سواء من اللاعبين او المدربين			
٦	أفتقد تركيزى فى بعض أوقات المباراه			
٧	عدد المباريات التى اقوم بتحكيماها لا يؤثر على تركيز انتباهى			
٨	يضايقتى وجود اكثر من موجه للاعبين من خارج البساط(مدرب-جمهور)			
٩	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الادوار النهائيه			
١٠	تصيبنى حاله من عدم التركيز عند معرفتى لميعاد المباراه بوقت قصير			
١١	يصيبنى حاله من التردد اثناء اتخاذ قرارات تتميز بدرجه من الصعوبه			
١٢	اشعر بعدم التركيز عندما تتوقف المباراه أكثر من مرة واجد صعوبه فى اعاده تركيزى مره اخرى			
١٣	عند قيامى بالتحكيم يكون تفكيرى محدود بالمباراه والاعبين داخل الملعب			
١٤	اشعر بحاله من عدم التركيز تعيقنى من ادارة المباراه عند وجود اعداد كبيره من الجمهور			
١٥	عندما اقوم بالتحكيم فاننى اركز على ما يحدث فى نفس اللحظه ولا افكر فى الذى حدث قبل ذلك او ما يمكن ان يحدث			
١٦	يضايقتى عدم قدرتى على تركيز إنتباهى فى الأوقات الحساسه من المباراه			
١٧	عندما اقوم بالتحكيم استطيع ان اركز انتباهى فى ادارة المباراه حتى ولو قام احد الحكام المساعدين ببعض القرارات التى اعتقد انها خاطئه			
١٨	يقل تركيز انتباهى فى تحكيم المباريات فى الادوار النهائيه			
١٩	يزيد تركيز انتباهى فى البطولات التى تقام خارج بلدى			
٢٠	تصيبنى حاله من عدم التركيز اثناء وجود صوت على داخل صالة اللعب			
٢١	يزيد تركيز انتباهى فى مباريات الكومتيه عن مباريات الكاتا			
٢٢	يقل تركيزى فى نهاية المباراه			
٢٣	تصيبنى حاله من عدم التركيز عند وجود مشاكل اسريه			

البعد الثالث : التصور العقلي

م	العبارات	دائماً	احياناً	ابداً
١	تصورى الجيد للمهارات الخاصه برياضة الكاراتيه يساعدنى فى ادارة المباره بشكل جيد			
٢	يصعب علىّ تصور ما سوف يقوم به احد اللاعبين فى حاله اصدار حكم لا يرضيه			
٣	استطيع ان اقوم بالتصور العقلي لبعض المواقف من المباريات السابقه			
٤	يصعب على تصور واسترجاع لبعض المواقف المشابهه			
٥	تصورى الجيد للكاتا ومهارات الكومتيه يساعدنى على التحكيم الجيد اثناء المباره والجمهور فى حالة انفعال			
٦	عند القيام بعملية التصور العقلي قد تكون الصورة غير واضحه كما يجب لاتخاذ القرار المناسب			
٧	يصعب علىّ تصور ما سوف يقوم به اللاعبين اثناء المباره			
٨	يصعب علىّ استرجاع مواد القانون			
٩	أستطيع أن أتصور ما سوف يقوم اللاعبين به من أداء فى المباره التى سوف اقوم بتحكيماها			
١٠	يصعب علىّ القيام بعملية التصور العقلي لبعض المهارات الحركية المركبة للاعبى الكاراتيه			

البعد الرابع : الاسترخاء

م	العبارات	دائما	احيانا	ابدا
١	إنشغالى بتحكيم البطولات ودورات التحكيم لا يمنحني فرصة للإستمتاع بحياتي والاسترخاء			
٢	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء العضلى قبل تحكيم البطولةه او المنافسة			
٣	التوتر العضلى قبل تحكيم المباراه يجعلني لا اقدر على اتخاذ القرار السليم			
٤	الإسترخاء المثالى يجعلني قادر على تحكيم المباراه بشكل جيد			
٥	اشعر بالتوتر والقلق عندما يرتفع صوت الجمهور			
٦	استرخائى يساعدنى على اصدار القرار المناسب فى الوقت المناسب بعيدا عن التوتر والقلق			
٧	وصولى الى درجة مناسبة من الاسترخاء قبل المباراه يساعدنى على اصدار القرار بشكل جيد			
٨	عندما لا اشترك فى تحكيم البطولات اصاب بالتوتر والقلق			
٩	أستطيع أن أقوم بالإسترخاء قبل الاشتراك فى تحكيم المنافسة			
١٠	شعورى بالقلق قبل الاشتراك فى تحكيم المباريات لا يجعلنى قادر على الاسترخاء بشكل أفضل			
١١	إسترخائى قبل المنافسة أفضل من اثناء المنافسه			
١٢	أشعر بالتوتر العضلى قبل إشتراكى فى تحكيم المباريات الحساسة والهامة			
١٣	أستطيع أن أقوم بعملية الإسترخاء قبل تحكيم المباريات الحساسة			
١٤	أشعر بالتوتر والقلق عندما اصدر قرارات خاطئه أثناء المباراه			
١٥	قدرة الحكم القارى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الاولى			
١٦	قدرة حكم الدرجة الاولى على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الثانيه			
١٧	قدرة حكم الدرجة الثانيه على الاسترخاء افضل من حكم الدرجة الثالثه			
١٨	عندما أقوم بتحكيم عدد كبير من المباريات تصيبني حاله من التوتر العضلى وعدم الاسترخاء			

البعد الخامس : مهارة القدره على مواجهة الضغوط

م	العبارات	دائماً	احياناً	ابداً
١	استطيع ان احكم مباريات دوليه			
٢	أشعر بزيادة التوتر عند إقتراب موعد اشتراكى فى تحكيم المنافسة			
٣	يصعب السيطرة على اضطراباتى الزائدة قبل بداية المنافسة			
٤	أستطيع مواجهة المواقف الرياضية الصعبة اثناء سير المنافسه			
٥	يتحسن مستوى أدائى بتشجيع الحاضرين			
٦	يزداد شعورى بالخوف كلما ازداد عدد الجمهور			
٧	احافظ على المشاركة فى دورات ترقى الحكام			
٨	لا اهتم بوجود مصورين اثناء البطولة			
٩	أستمتع بتحكيم المباريات الصعبة التى تتطلب جهداً كبيراً			
١٠	اثناء المباريات لا اهتم الا باداء اللاعبين			
١١	لا اعتذر عن اى بطوله مهما حدث			
١٢	أشعر بالضغط النفسى عند تحكيم مباريات الادوار النهائيه			
١٣	استطيع ان ادير المباريات رغم صياح الجمهور			
١٤	أعتمد على لوائح القانون والاتحاد فى أى موقف يطرأ فى المباراة او المنافسه			
١٥	اعتقد أن المطلوب منى فى المنافسة يفوق قدراتى وإمكاناتى			
١٦	لا اعير اهتمام لما يحدث من هجوم فى الجرائد			
١٧	يصعب على التحكم فى انفعالاتى تجاه اعتراضات المدربين او اللاعبين			
١٨	الدخل المادى يشكل العامل الاساسى فى عملية التحكيم			

المهارات النفسية :

هي قدرة عقلية يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب وتتضمن كلامن مهارات: الاسترخاء، التنشيط، التصور، الانتباه، دافعية الإنجاز، والثقة بالنفس.

الاسترخاء :

انقباض أو توتر في العضلات وعدم وجود نشاط عضلي تماما أو الوصول إلى درجة الصفر تقريبا في النشاط العضلي.

التصورالعقلي :

استدعاء أو استحضار الذاكرة للأشياء أو المظاهر أو الأحداث المخزنة من واقع الخبرة الماضية ولا يقتصر التصور فقط على الاسترجاع لهذه الخبرات ولكن يعمل على إنشاء وإحداث أفكار وخبرات جديدة

تركيز الانتباه :

القدرة على تصنيف أو تثبيت أو تأكيد الانتباه على مثير أو مثيرات مختارة للفرد من الزمن.

دافعية الإنجاز :

استدعاء الفرد التنافسي في موقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من المعايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في موقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة.

القدرة على مواجهة الضغوط :

هي قدرة الحكم على التصدى للمثيرات الخارجيه والتي تكون في بعض الاحيان اكبر من قدراته والتي من شأنها اعاقه الفرد عن تحقيق اهدافه

الثقة بالنفس :

هي درجة اعتقاد الفرد او تاكده من مقدرته على النجاح في مهمه معينه

مرفق (٥)

العينة الاستطلاعية

استمارة تفريغ البيانات للمهارات النفسيه للعينة الاستطلاعية لحكام الكاراتيه

المجموع	الثالثه	الثانيه	الاولى	القارى	الدولى	الحكام الايعاد
						الثقه بالنفس
						تركيز الانتباه
						التصور العقلى
						الاسترخاء
						القدره على مواجهه الضغوط

مرفق (٦)

العينه الاساسيه

استماره تفریح بيانات مقياس المهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه (الدرجه دولي)

الحكام	الحكم	الحكم	الحكم	الحكم	الحكم	مجموع الدرجات
ابعاد المقياس	الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	
الثقه بالنفس						
تركيز الانتباه						
التصور العقلي						
الاسترخاء						
القدره على مواجهه الضغوط						

مرفق (٧)

العينه الاساسيه

استماره تفریح بيانات مقياس المهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه (الدرجه قارى)

الحكام ابعاد المقياس	الحكم الاول	الحكم الثانى	الحكم الثالث	الحكم الرابع	الحكم الخامس	مجموع الدرجات
الثقه بالنفس						
تركيز الانتباه						
التصور العقلى						
الاسترخاء						
القدره على مواجهه الضغوط						

مرفق (٨)

العينه الاساسيه

استماره تفرغ بيانات مقياس المهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه (الدرجه الاولى)

الحكام ابعاد المقياس	الحكم الاول	الحكم الثاني	الحكم الثالث	الحكم الرابع	الحكم الخامس	مجموع الدرجات
الثقه بالنفس						
تركيز الانتباه						
التصور العقلي						
الاسترخاء						
القدره على مواجهه الضغوط						

مرفق (٩)

العينه الاساسيه

استماره تفریح بیانات مقياس المهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه (الدرجه الثانيه)

الحكام ابعاد المقياس	الحكم الاول	الحكم الثاني	الحكم الثالث	الحكم الرابع	الحكم الخامس	مجموع الدرجات
الثقه بالنفس						
تركيز الانتباه						
التصور العقلي						
الاسترخاء						
القدره على مواجهه الضغوط						

مرفق (١٠)

العينه الاساسيه

استماره تفریح بيانات مقياس المهارات النفسيه لحكام رياضه الكاراتيه (الدرجه الثالثه)

الحكام	الحكم	الحكم	الحكم	الحكم	الحكم	مجموع الدرجات
ابعاد المقياس	الاول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	
الثقه بالنفس						
تركيز الانتباه						
التصور العقلى						
الاسترخاء						
القدره على مواجهه الضغوط						



كلية التربية الرياضية
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات

المخلص العربي

أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسيه لدى حكام رياضه الكاراتيه

د/ أحمد السيد عبدالسلام *

يهدف البحث إلى التعرف على أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسيه لحكام رياضة الكاراتيه ،وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي " الدراسة المسحية " لمناسبته لتحقيق أهداف البحث ، وتكون مجتمع البحث من حكام رياضة الكاراتيه المسجلين بمنطقة القليوبيه بالاتحاد المصرى للكاراتيه البالغ عددهم (٤٦) حكم ، تم اختيار عينة عشوائية منهم ليلبغ اجمالى عينة البحث الاساسية (٢٥) حكم والعينة الاستطلاعية (٥) حكام ، وكان من أهم النتائج أن الأنماط الأربعة تسهم بدرجات متوافقه في السيطرة الدماغيه وبناء علي ذلك تحدد النمط السائد للحكام هو النمط الايسر السفلى من الدماغ (B) ، وتوجد فروق في مستوى المهارات النفسيه بين حكام النمط (B) النمط السائد وبين حكام النمط (C) لصالح لاعبي النمط (B) النمط السائد .

الكلمات المفتاحية: السيطرة الدماغية - المهارات النفسيه.

* مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة بنها
Email: ahmed.amer@fped.bu.edu.eg Mob: 00201090042723



Faculty of Physical Education for Boys

English summary

Brain control patterns and their relationship to some psychological skills among karate sports rulers

***Ahmed Al-Sayed Abd Al-Salam**

The research aims to identify the patterns of cerebral control and its relationship to some psychological skills of karate rulers. The researcher used the descriptive method "survey study" for its suitability to achieve the objectives of the research. The research community consisted of (46) karate referees registered in the Qalyubia region of the Egyptian Karate Federation. A random sample was chosen from them so that the total of the main research sample reached (25) judgment and the survey sample (5) rulers, and one of the most important results was that the four types contribute to compatible degrees in cerebral control and accordingly determine the prevailing pattern of rulers is the lower left type of the brain (B) , And there are differences in the level of psychological skills between the rulers of the dominant type (B) and the rulers of the type (C) in favor of the players of the type (B) the dominant type.

Key words: brain control - psychological skills

*Teacher, Department of Theories and Applications Of Fighting Sports,
Faculty of Physical Education For Boys, University of Benha.

Email: ahmed.amer@fped.bu.edu.eg

Mob: 00201090042723
