

## الفصل الثالث

|     |                                   |
|-----|-----------------------------------|
| ٠/٣ | إجراءات البحث                     |
| ١/٣ | منهج البحث                        |
| ٢/٣ | عينة البحث                        |
| ٣/٣ | وسائل جمع البيانات                |
| ٤/٣ | الدراسات الاستطلاعية              |
| ٥/٣ | البرنامج التدريبي المقترح         |
| ٦/٣ | المعالجات الإحصائية لبيانات البحث |

٠/٣ إجراءات البحث :-

١/٣ منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبي ، بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

٢/٣ عينة البحث :-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي المشروع القومي للمصارعة الرومانية والحرّة التابع لوزارة الشباب والرياضة بمنطقة الدقهلية للمرحلة السنية تحت ١٤ سنة بمركز شباب المدينة بإستاد المنصورة الرياضي للموسم التدريبي ٢٠٠٥م - ٢٠٠٦م وبلغ عددهم ٢٠ لاعبا ، تم توزيعهم وتقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين إحداهما تجريبية واشتملت على ١٠ لاعبين والأخرى ضابطة واشتملت على ١٠ لاعبين وتم التعرف على الخصائص الإحصائية العامة للعينة ثم قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينة قبل تطبيق البرنامج في متغيرات (العمر الزمني، العمر التدريبي، الطول، الوزن) التي قد تؤثر على نتائج البحث كما هو موضح بجدول (٤).

#### جدول (٤)

ن=٢٠

#### خصائص عينة البحث

| المتغيرات      | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء | التقلطح |
|----------------|-------------|-----------------|--------|-------------------|----------------|---------|
| السن           | سنة         | ١٢,٨٣           | ١٢,٨   | ٠,٠٦٥٦            | ٠,٣٩٦-         | ٠,٥٤٧-  |
| الطول          | سم          | ١٤٥,٤١          | ١٤٥,٣  | ٠,٢٠٥٩            | ٠,٢٥٩          | ١,٣٢٥-  |
| الوزن          | كجم         | ٤٠,٠٥           | ٤٠     | ٠,٩٤٤٥            | ٠,٣٠٩          | ١,٠١١-  |
| العمر التدريبي | سنة         | ٢,٥١            | ٢,٥    | ٠,٠٨٥٢٢           | ٠,٧٧١-         | ٠,٣٥٤   |

يتضح من جدول ٤ أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت بين ( -٠,٧٧١ ، ٠,٣٠٩ ) أي أنها انحصرت ما بين ( ٣+ ، ٣- ) مما يدل على أن قياسات العينة في السن والطول والوزن والعمر التدريبي قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي مما يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات.

### تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في

المتغيرات قيد البحث وفقا لنتائج القياسات القبلية كما هو موضح بجدول (٥)

#### جدول رقم (٥)

ن=١ ن=٢=١٠

#### تكافؤ مجموعتي البحث

| U  | المجموعة الضابطة |             | المجموعة التجريبية |             | المتغيرات                |
|----|------------------|-------------|--------------------|-------------|--------------------------|
|    | مجموع الرتب      | متوسط الرتب | مجموع الرتب        | متوسط الرتب |                          |
| ٤٠ | ٩٥               | ٩,٥         | ١١٥                | ١١,٥        | الثبات الانفعالي الثابت  |
| ٣٦ | ٩١               | ٩,١         | ١١٩                | ١١,٩        | الثبات الانفعالي المتحرك |

قيمة U الجدولية = (٢٣) عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين

المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات ( الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك ) حيث أن قيمة مان وتني المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة .

### ٣/٣ وسائل جمع البيانات :-

#### ١/٣/٣ الاستبيان

قام الباحث باستطلاع رأى السادة الخبراء المتخصصين في رياضة المصارعة مرفق (٢)

حول التمرينات النوعية المقترحة مرفق (٣) مستخدماً أهم المواقف الانفعالية التي استخلصها

الباحث مرفق (٤) ضمن محتوى البرنامج التدريبي المقترح مرفق (٥) وقد حدد الباحث شروط

لاختيار الخبير وهي أن يكون عضواً بهيئة التدريس ومتخصصاً في رياضة المصارعة وأن لا

يقل عدد سنوات الخبرة الأكاديمية عن ٢٠ سنة .

### - استخلص الباحث نتيجة لاستمارة استطلاع رأى الخبراء ما يلي :

• مناسبة المواقف الانفعالية الستة التي اقترحها الباحث

• اختيار عدد (١٨) تمرين مرفق (٦) من أصل (٢٣) تمرين اقترحها الباحث تصلح لتطبيقها داخل

المواقف الانفعالية بعد حذف التمارين رقم (٧)(١١)(٢٠)(٢١)(٢٣) من الاستمارة لعدم

مناسبتها مع المرحلة السنية تحت ١٤ سنة .

### ٢/٣/٣ قياس الثبات الانفعالي

قام الباحث بإجراء القياس القبلي والبعدي باستخدام جهاز ترمومتر فرخالا لقياس الثبات الانفعالي من الثبات والحركة وقد كان الأساس العلمي لاستخدام هذا الجهاز هو أساس فسيولوجي يترصد العلاقة بين الجهازين ( الجهاز السمبثاوي ، والباراسمبثاوي )، حيث رأى الباحث أن أفضل أنواع الاختبارات التي تصلح وطبيعة بحثه هي اختبارات الميدان وليست اختبارات الورقة والقلم والسبب في ذلك أن اختبارات الورقة والقلم تحتاج إلى عينات كبيرة، كما أنها تستغرق وقتاً طويلاً، وأن اللاعبين لا يرغبون في ملئ الاستمارات مما يعطي النتيجة التي قد يحصل عليها المختبر نسبة خطئ بالنسبة لتقويم الرياضيين.

والجهاز هو عبارة عن صندوق صغير مرفق (٧) على شكل مستطيل مثبت على لوحة معدنية بها فتحات مفرغة ومتدرجة في الاتساع، هذه الفتحات موزعة على مجموعتين إحداهما على شكل ثقب ( دوائر) وهي تستخدم في قياس الثبات الانفعالي الثابت والأخرى قنوات على شكل حرف S تبدأ وتنتهي بدوائر صغيرة وهي تستخدم في قياس الثبات الانفعالي المتحرك، ويخرج من جانب الصندوق سلك كهربائي ينتهي بمقبض من البلاستيك كالقلم ( مجس ) يتصل بجهاز الحاسبة الشخصية ومثبت به سلك معدني مدبب عند ملامسته هذا السن اللوحة المعدنية في حالة استخدام الجهاز ( توصيل الدائرة الكهربائية ) يسجل العداد (الحاسبة الشخصية) الموجود بجانب الجهاز عدة واحدة (خطأ واحد) وكذلك عندما تتم لمسة أخرى وهكذا يستمر العداد في تسجيل اللمسات التي تتحقق على اللوحة المعدنية عند إجراء القياسات، ويستخدم الباحث المعادلة  $(+1)$  بجهاز الحاسبة الشخصية وبذلك يكون ترمومتر فرخالا معداً للاستخدام تحتسب نتيجة الاختبار طبقاً للمعادلة :

$$* \text{ نتيجة الاختبار} = (\text{عدد اللمسات التي حققها اللاعب} - 1) \div (\text{عدد المحاولات الفعلية})$$

حيث أن نتيجة الاختبار هي المخرج النهائي للاختبار، بينما عدد اللمسات التي حققها اللاعب هي تلك اللمسات أو الأخطاء التي يقع فيها اللاعب ، أما عدد المحاولات الفعلية فهي تمثل عدد الفتحات التي تم اختارها بمعرفة الباحث لكل من الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك.

يوضع الجهاز على طاولة ارتفاعها في مستوى خصر اللاعب في حالة الوقوف، وذلك عند قياس كل من الثبات الانفعالي الثابت باستخدام مجموعة الفتحات على شكل ثقب (دوائر) وقد حدد الباحث لذلك عدد ٥ فتحات ، والثبات الانفعالي المتحرك باستخدام مجموعة الفتحات على شكل حرف S تبدأ وتنتهي بدوائر صغيرة وقد حدد الباحث لذلك أيضاً عدد ٥ فتحات، وقد قام الباحث باختيار هذه المسارات أو الفتحات التي تم التعامل معها لقياس الثبات الانفعالي (الثابت والمتحرك) على أساس أنها :

- متدرجة الصعوبة .
- تتناسب مع المرحلة السنوية للعبة تحت ١٤ سنة .

### ٣/٣/٣ المساعدين

تم اختيار عدد ثلاثة من المساعدين في عملية التدريب مرفق (٨) وقد تدريبوا بمعرفة الباحث على إمكانية إجراء القياس وتسجيل النتائج باستمارة تسجيل بيانات اللاعب مرفق (٩) وقد تدرب الباحث على ذلك بمعرفة السادة المشرفين واشترط الباحث عند اختيار السادة المساعدين أن لا يقل عدد سنوات الخبرة في مجال التدريب لرياضة المصارعة عن ثلاثة سنوات .

### ٣/٤ الدراسات الاستطلاعية :-

قام الباحث بإجراء ثلاثة دراسات استطلاعية في الفترة من يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٩م وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٩م على عينة من خارج عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم ٥ مصارعين متميزين في المستوى البدني أو المستوى المهاري بالإضافة إلى ٥ مصارعين أقل تميزاً في نفس المرحلة السنوية تحت ١٤ سنة من نادي دكرنس الرياضي .

### ٣/٤/١ الدراسة الاستطلاعية الأولى

قام البحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى من يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٥/١٢/١٦م وحتى يوم الأحد الموافق ٢٠٠٥/١٢/١٨م حيث استهدفت هذه الدراسة تحديد المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبار.

## ٣/٤/١ صدق الاختبار

لإيجاد معامل صدق الاختبار استخدم الباحث صدق التمايز وهو التفريق بين ٥ مصارعين متميزين، و ٥ مصارعين أقل تميز من مصارعي نادي دكرنس الرياضي تحت ١٤ سنة، وتم تطبيق اختبار (ت) للتعرف على معنوية الفروق بين متوسطات قيمة الاختبار للعينتين ، كما هو موضح في جدول رقم (٦) .

## جدول (٦)

## صدق الاختبار قيد البحث

$$n=2=٥$$

| المتغيرات                | المجموعة الغير مميزة |        | المجموعة المميزة |        | قيمة ت |
|--------------------------|----------------------|--------|------------------|--------|--------|
|                          | متوسط                | انحراف | متوسط            | انحراف |        |
| الثبات الانفعالي الثابت  | ٣,٢٦                 | ٠,٢١   | ٢,٨٥             | ٠,١٢   | *٥,٣٤  |
| الثبات الانفعالي المتحرك | ٤,٢٢                 | ٠,٣٣   | ٣,٦٠             | ٠,١٣   | *٥,٥٤  |

قيمة ت الجدولية = (٢,٣٠٦) عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث ودرجات العينة الغير مميزة ، حيث أن قيم ت المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها .

## ٣/٤/٢ ثبات الاختبار

لإيجاد معامل ثبات الاختبار قام الباحث بتطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيق هذا الاختبار بفارق ٣٠ دقيقة من القياس الأول، وذلك حتى لا يتعرض اللاعب إلى مواقف انفعالية أخرى تؤثر على ثباته الانفعالي مثل الخلافات الأسرية أو الاجتماعية أو مواقف الحياة العامة مثلاً ، ثم استخدم معامل الارتباط البسيط لبيرسون لإيجاد معامل الارتباط بين نتائج تطبيق هذا الاختبار في المرة الأولى والثانية كما يوضح جدول رقم (٧) .

جدول (٧)  
ثبات الاختبار قيد البحث

ن = ١٠

| المتغيرات                | التطبيق الأول |         | التطبيق الثاني |         | معامل الارتباط |
|--------------------------|---------------|---------|----------------|---------|----------------|
|                          | $\bar{X}$     | $\pm E$ | $\bar{X}$      | $\pm E$ |                |
| الثبات الانفعالي الثابت  | ١٧,٣          | ١,٠٥٩   | ١٧,٦           | ٠,٨٤٣٢  | *٠,٧٧١         |
| الثبات الانفعالي المتحرك | ٢١,٣          | ٠,٨٢٣   | ٢١,٢           | ٠,٩١٨   | *٠,٧٩٣         |

قيمة "ر" الجدولية = (٠,٦٤٨) عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث في التطبيق الأول للاختبارات ودرجات التطبيق الثاني لنفس المجموعة الاستطلاعية بفاصل ٣٠ دقيقة، وذلك حتى لا يتعرض اللاعب إلى مواقف انفعالية أخرى تؤثر على ثباته الانفعالي مثل الخلافات الأسرية أو الاجتماعية أو مواقف الحياة العامة مثلاً ، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى ثبات درجات الاختبار عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف .

### ٢/٤/٣ الدراسة الاستطلاعية الثانية

قام البحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٠م وحتى يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٣م حيث استهدفت هذه الدراسة :

- تحديد أهم التمرينات المقترحة عند أداء المواقف الانفعالية حسب ترتيب وضعها في البرنامج.
- التأكد من سهولة فهم وتطبيق التمرينات المقترحة للمرحلة السنية قيد البحث وكذلك تقنين الأحمال التدريبية للتمرينات النوعية التي تم اختارها وتقنينها عن طريق السادة الخبراء بما يتناسب مع المرحلة السنية تحت ١٤ سنة .

### ٣/٤/٣ الدراسة الاستطلاعية الثالثة :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثالثة من يوم الأحد الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٥م وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢٩م حيث استهدفت هذه الدراسة :

- سلامة تنفيذ وتطبيق البرنامج وما يتعلق به من إجراءات القياس والأدوات والأجهزة المستخدمة.
- زيادة معلومات ومعارف وخبرة السادة المساعدين في الإشراف على تنفيذ وسير البرنامج وذلك عن طريق شرح الهدف العام للبرنامج التدريبي المقترح وكيفية تحقيقه .

- اكتشاف نواحي القصور التي قد تظهر أثناء تنفيذ البرنامج ومعالجة نواحي القصور التي تظهر عند التطبيق .
- التعرف على الوقت الذي يستغرقه البرنامج ، والجهد المبذول في الإعداد والتنظيم والإدارة والتسجيل ، ومدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
- التدريب علي تسجيل البيانات في الاستمارة المعدة لذلك مرفق ٩ .

### ٥/٣ البرنامج التدريبي المقترح

#### ١/٥/٣ الأسس التي اعتمد عليها الباحث في وضع البرنامج التدريبي المقترح

- قام الباحث قبل إعداد البرنامج التدريبي المقترح بدراسة الأسس التي يبنى عليها البرنامج وخصائص المرحلة السنية للمصارعين من عينة البحث حتى يمكن بناء البرنامج على أسس وقواعد سليمة، وقد حدد الباحث الأسس التالية كمعايير للبرنامج :
- مراعاة توفير عوامل الأمن والسلامة لضمان انتباه اللاعب ولتأمينه من تنفيذ المهام بصورة مركزة وفعالة .
  - مراعاة مبدأ الفروق الفردية لكل مصارع من عينة البحث وذلك من خلال مراعاة الطول و الوزن والعمر الزمني والعمر التدريبي .
  - يتم تنفيذ البرنامج التدريبي في بداية فترة الإعداد الخاص، خلال ثلاث أشهر بواقع أربعة وحدات تدريبية أسبوعية وذلك بالتدريب أيام (الأحد، الثلاثاء، الخميس، الجمعة)
  - يتم تطبيق البرنامج التدريبي على كل من المجموعتين التجريبية والضابطة بحيث يتم تثبيت كل من { زمن الوحدة التدريبية (٩٠) دقيقة ، عدد الوحدات التدريبية المطبقة خلال البرنامج (٤٨) وحدة تدريب ، محتوى جزء الإحماء ، محتوى جزء الإعداد البدني العام والخاص ، محتوى الجزء الختامي } على أن يكون الاختلاف بين برنامج المجموعتين هو محتوى جزء المصارعة التنافسية من الجزء الرئيسي للوحدة التدريبية .
  - طريقة التدريب المستخدمة هي التدريب الفكري المرتفع الشدة نظراً لملاءمة هذه الطريقة مع المواقف التنافسية الانفعالية لموضوع البحث .

٢/٥/٣ الدراسة الأساسية :

١/٢/٥/٣ القياس القبلي

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للثبات الانفعالي لأفراد العينة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في يوم الأحد الموافق ٢٠٠٦/١/١م بعد الوحدة التدريبية مباشرة.

٢/٢/٥/٣ تطبيق البرنامج التدريبي :-

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية ابتداء من يوم الأحد الموافق ٢٠٠٦/١/١م إلى يوم الأحد الموافق ٢٠٠٦/٣/٢٦م واشتمل البرنامج على عدد (٦) مواقف انفعالية مرفق (٤) تم تنفيذها خلال عدد (١٨) تمرين نوعي تنافسي مرفق (٦) بهدف تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة ويوضح جدول (٨) توزيع التمرينات على المواقف الانفعالية في البرنامج، كما قام الباحث بتطبيق الوحدة التدريبية للمجموعة الضابطة مرفق (١٠) وقد اختلفت المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في فترة المصارعة التنافسية في الجزء الرئيسي للوحدة التدريبية .

جدول (٨)  
ترتيب المواقف الانفعالية والتمرينات النوعية التي طبقت فيها

| المواقف       | الأسابيع           | رقم الوحدات | التمرينات    |
|---------------|--------------------|-------------|--------------|
| الموقف الأول  | الأسبوع الأول      | ١           | (١)(٢)(٣)    |
|               |                    | ٢           | (٤)(٥)(٦)    |
|               |                    | ٣           | (٧)(٨)(٩)    |
|               |                    | ٤           | (١٠)(١١)(١٢) |
|               |                    | ٥           | (١٣)(١٤)(١٥) |
|               | الأسبوع الثاني     | ٦           | (١٦)(١٧)(١٨) |
|               |                    | ٧           | (١)(٤)(٧)    |
|               |                    | ٨           | (٢)(٥)(٨)    |
|               |                    | ٩           | (٣)(٦)(٩)    |
| الموقف الثاني | الأسبوع الثالث     | ١٠          | (١٠)(١٣)(١٦) |
|               |                    | ١١          | (١١)(١٤)(١٧) |
|               |                    | ١٢          | (١٢)(١٥)(١٨) |
|               |                    | ١٣          | (١)(٥)(٩)    |
|               | الأسبوع الرابع     | ١٤          | (٢)(٦)(٧)    |
|               |                    | ١٥          | (٣)(٤)(٨)    |
|               |                    | ١٦          | (١٠)(١٤)(١٨) |
|               |                    | ١٧          | (١١)(١٥)(١٦) |
| الموقف الثالث | الأسبوع الخامس     | ١٨          | (١٢)(١٣)(١٧) |
|               |                    | ١٩          | (٣)(٥)(٧)    |
|               |                    | ٢٠          | (٢)(٤)(٩)    |
|               |                    | ٢١          | (١)(٦)(٨)    |
|               | الأسبوع السادس     | ٢٢          | (١٢)(١٤)(١٦) |
|               |                    | ٢٣          | (١١)(١٣)(١٨) |
|               |                    | ٢٤          | (١٠)(١٥)(١٧) |
|               |                    | ٢٥          | (١)(٧)(١٣)   |
| الموقف الرابع | الأسبوع السابع     | ٢٦          | (٤)(١٠)(١٦)  |
|               |                    | ٢٧          | (٢)(٨)(١٤)   |
|               |                    | ٢٨          | (٥)(١١)(١٧)  |
|               |                    | ٢٩          | (٣)(٩)(١٥)   |
|               | الأسبوع الثامن     | ٣٠          | (٦)(١٢)(١٨)  |
|               |                    | ٣١          | (١)(٥)(٦)    |
|               |                    | ٣٢          | (٢)(٣)(٤)    |
|               |                    | ٣٣          | (٧)(١١)(١٢)  |
| الموقف الخامس | الأسبوع التاسع     | ٣٤          | (٨)(٩)(١٠)   |
|               |                    | ٣٥          | (١٣)(١٧)(١٨) |
|               |                    | ٣٦          | (١٤)(١٥)(١٦) |
|               |                    | ٣٧          | (٢)(٤)(٦)    |
|               | الأسبوع العاشر     | ٣٨          | (٥)(١٠)(١٥)  |
|               |                    | ٣٩          | (١)(٩)(١١)   |
|               |                    | ٤٠          | (٢)(٨)(١٢)   |
|               |                    | ٤١          | (٣)(٧)(١٣)   |
| الموقف السادس | الأسبوع الحادي عشر | ٤٢          | (٤)(٦)(١٤)   |
|               |                    | ٤٣          | (٧)(١١)(١٧)  |
|               |                    | ٤٤          | (٨)(١٢)(١٨)  |
|               |                    | ٤٥          | (١)(٦)(١٠)   |
|               | الأسبوع الثاني عشر | ٤٦          | (٢)(٧)(١١)   |
|               |                    | ٤٧          | (٣)(٦)(١٣)   |
|               |                    | ٤٨          | (٤)(١٥)(١٨)  |

## ٣/٢/٥/٣ القياسات التتبعية

قام الباحث بإجراء ٦ قياسات تتبعية للثبات الانفعالي بعد أداء التمرينات النوعية المقرونة بمواقف انفعالية مباشرة لأفراد العينة ( المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ) وبنفس ترتيب عينة البحث في القياس القبلي ولا تدخل هذه القياسات ضمن الزمن المخصص للوحدة التدريبية ويوضح الجدول (٩) ترتيب وتواريخ تلك القياسات .

## جدول (٩)

## ترتيب وتاريخ القياسات التتبعية

| القياسات      | وقتها في البرنامج            | اليوم | التاريخ     |
|---------------|------------------------------|-------|-------------|
| القياس الأول  | بعد نهاية الأسبوع الثاني     | الأحد | ٢٠٠٦/١/١٥ م |
| القياس الثاني | بعد نهاية الأسبوع الرابع     | الأحد | ٢٠٠٦/١/٢٩ م |
| القياس الثالث | بعد نهاية الأسبوع السادس     | الأحد | ٢٠٠٦/٢/١٢ م |
| القياس الرابع | بعد نهاية الأسبوع الثامن     | الأحد | ٢٠٠٦/٢/٢٦ م |
| القياس الخامس | بعد نهاية الأسبوع العاشر     | الأحد | ٢٠٠٦/٣/١٢ م |
| القياس السادس | بعد نهاية الأسبوع الثاني عشر | الأحد | ٢٠٠٦/٣/٢٦ م |

## ٤/٢/٥/٣ القياس البعدي

قام الباحث بإجراء القياس البعدي للثبات الانفعالي يوم الأحد الموافق ٢٠٠٦/٣/٢٦ م بعد أداء التمرينات النوعية المقرونة بمواقف انفعالية مباشرة لأفراد العينة ( المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ) وبنفس ترتيب عينة البحث في القياس القبلي وذلك لمعرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح لتنمية الثبات الانفعالي .

### ٦/٣ المعالجات الإحصائية لبيانات البحث

استخدم الباحث الحزمة الإحصائية SPSS لحساب قيم المعالجات الإحصائية التالية

- المتوسط
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل التفلطح
- معامل الارتباط
- معادلة نسبة التحسن =  $\frac{\text{القياس البعدي} - \text{القياس القبلي}}{\text{القياس القبلي}} \times 100$
- اختبار مان وتنى للمقارنة بين القياسات المستقلة (U)
- اختبار ولكسون للمقارنة بين القياسات المرتبطة (W)
- اختبار (ت)