

## الفصل الرابع

٠/٤ عرض ومناقشة النتائج

١/٤ عرض النتائج

٢/٤ مناقشة النتائج

## ١/٤ عرض النتائج

## ١/١/٤ عرض نتائج الفرض الأول

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين ( القبلي والبعدي ) للمجموعة الضابطة في تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

## جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ن=١٠

| W     | الرتب الموجبة |             | الرتب السالبة |             | المتغيرات                |
|-------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------------------|
|       | مجموع الرتب   | متوسط الرتب | مجموع الرتب   | متوسط الرتب |                          |
| *٠,٠٠ | ٠,٠٠          | ٠,٠٠        | ٥٥            | ٥,٥         | الثبات الانفعالي الثابت  |
| *٠,٠٠ | ٠,٠٠          | ٠,٠٠        | ٥٥            | ٥,٥         | الثبات الانفعالي المتحرك |

قيمة (W) = ١٠ عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة اختبار ولكسون للمقارنة بين المجموعات المرتبطة دالة حيث كانت قيمته المحسوبة أقل من قيمته الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في متغيري الثبات الانفعالي (الثابت - المتحرك) وبذلك يتحقق الفرض الثاني .

## ٢/١/٤ عرض نتائج الفرض الثاني

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين ( القبلي والبعدي ) للمجموعة التجريبية في تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

## جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ن=١٠

| W     | الرتب الموجبة |             | الرتب السالبة |             | المتغيرات                |
|-------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------------------|
|       | مجموع الرتب   | متوسط الرتب | مجموع الرتب   | متوسط الرتب |                          |
| *٠,٠٠ | ٠,٠٠          | ٠,٠٠        | ٥٥            | ٥,٥         | الثبات الانفعالي الثابت  |
| *٠,٠٠ | ٠,٠٠          | ٠,٠٠        | ٥٥            | ٥,٥         | الثبات الانفعالي المتحرك |

قيمة (W) = ١٠ عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (١١) أن قيمة اختبار وللكسون للمقارنة بين المجموعات المرتبطة دالة حيث كانت قيمته المحسوبة أقل من قيمته الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في متغيري الثبات الانفعالي (الثابت - المتحرك) وبذلك يتحقق الفرض الأول .

#### ٣/١/٤ عرض نتائج الفرض الثالث

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين ( التجريبية والضابطة) لصالح المجموعة التجريبية في مستوى تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

#### جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين (التجريبية و الضابطة) ن=١=٢=١٠

| U    | المجموعة التجريبية |             | المجموعة الضابطة |             | المتغيرات                |
|------|--------------------|-------------|------------------|-------------|--------------------------|
|      | مجموع الرتب        | متوسط الرتب | مجموع الرتب      | متوسط الرتب |                          |
| *٢,٥ | ١٥٢,٥              | ١٥,٢٥       | ٥٧,٥             | ٥,٧٥        | الثبات الانفعالي الثابت  |
| *١   | ١٥٤                | ١٥,٤        | ٥٦               | ٥,٦         | الثبات الانفعالي المتحرك |

قيمة (U) = (٢٧) عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٢) أن قيمة اختبار مان وتني للمقارنة بين المجموعات المستقلة دالة حيث كانت قيمته المحسوبة أقل من قيمته الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة بين القياسين البعدي للمجموعة الضابطة والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية في متغيري الثبات الانفعالي (الثابت - المتحرك) وبذلك يتحقق الفرض الثالث .

## ٤/١/٤ عرض نتائج الفرض الرابع

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نسبة التحسن لكل من المجموعتين ( التجريبية والضابطة) لصالح المجموعة التجريبية في مستوى تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة خلال المواقف الانفعالية المقترحة .

## جدول (١٣)

مستوى التحسن للمجموعة التجريبية والضابطة خلال المواقف الانفعالية المقترحة

| المجموعة  | الثبات الانفعالي | القياس الثاني |      | القياس الثالث |       | القياس الرابع |       | القياس الخامس |       | القياس السادس |       |
|-----------|------------------|---------------|------|---------------|-------|---------------|-------|---------------|-------|---------------|-------|
|           |                  | متوسط         | تحسن | متوسط         | تحسن  | متوسط         | تحسن  | متوسط         | تحسن  | متوسط         | تحسن  |
| التجريبية | الثابت           | ٢,٢           | %٣,٢ | ١,٨٦          | %١٦,٩ | ١,٥           | %٣١,٤ | ١,١٦          | %٤٥,١ | ٠,٨٢          | %٥٨,٩ |
|           | المتحرك          | ٣             | %٠   | ٢,٣٦          | %٢٠   | ١,٩٦          | %٣٢,٥ | ١,٦٨          | %٤١,٢ | ١,٢٦          | %٥٤,٣ |
| الضابطة   | الثابت           | ٢,٣٢          | %٠   | ٢,١           | %٨,٧  | ٢,٠٨          | %٩,٥  | ١,٨٦          | %١٨,٢ | ١,٨٦          | %١٨,٧ |
|           | المتحرك          | ٣,٠٨          | %٠,٦ | ٣,٠٤          | %١,٨  | ٢,٩٨          | %٣,٦  | ٢,٧٤          | %١٠,٩ | ٢,٤٦          | %١٩,٧ |

يتضح من جدول (١٣) نسب التحسن للمجموعتين (التجريبية والضابطة) بعد كل قياس حيث كانت نسبة التحسن بعد القياس الثاني للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي الثابت ٣,٢٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٠٪ بينما كانت نسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي الثابت ٠٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٠,٦٪ أما بعد القياس الثالث فكانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي الثابت ١٦,٩٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٢٠٪ بينما كانت نسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي الثابت ٨,٧٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ١,٨٪ وبعد القياس الرابع كانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي الثابت ٣١,٤٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٣٢,٥٪ بينما كانت نسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي الثابت ٩,٥٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٣,٦٪ وبعد القياس الخامس كانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي الثابت ٤٥,١٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ٤١,٢٪ بينما كانت نسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي الثابت ١٨,٢٪ وفي الثبات الانفعالي المتحرك ١٠,٩٪ وبعد القياس السادس أي في نهاية البرنامج كانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي الثابت ٥٨,٩٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٥٤,٣٪ بينما كانت نسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي الثابت ١٨,٧٪ والثبات الانفعالي المتحرك ١٩,٧٪ .

## ثانيا : مناقشة النتائج

يتضح من جدول (١٠) أن دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، وقد تحسن مستوى الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك لها حيث كان مجموع الرتب السالبة هو مجموع لكل الرتب المتاحة في المجموعة الضابطة ويرجع الباحث ذلك إلى طبيعة الأداء الخاصة برياضة المصارعة حيث أنها تساهم في تنمية الروح القتالية فهي تتميز بمواقف ديناميكية معقدة سواء هجومية أو دفاعية مما يضع كلا اللاعبين تحت ضغط نفسي شديد نتيجة قوة المنافسة .

وهذا يتفق مع ما ذكره مسعد على محمود ٢٠٠٠م أن المصارعة تسهم في تنمية الجانب الوجداني الانفعالي فهي تسهم في تنمية الروح القتالية والتصميم لبلوغ الهدف وتحقيق الفوز وتهذيب دوافع العدوان وتنمية الخلق الرياضي وتحسين الثبات الانفعالي والتخلص من التوتر . (٣٥:٤١)

وهذا يحقق صحة الفرض الأول، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين ( القبلي والبعدي) للمجموعة الضابطة في تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

يتضح من جدول (١١) أن دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قد تحسن مستوى الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك لها حيث كان مجموع الرتب السالبة هو مجموع لكل الرتب المتاحة في المجموعة التجريبية ويرجع الباحث ذلك إلى طبيعة الأداء الخاصة برياضة المصارعة بالإضافة إلى التمرينات النوعية المقرونة بمواقف انفعالية التي صممها الباحث ووضعها داخل محتوى البرنامج التدريبي المقترح .

وهذا يتفق مع ما ذكره عصام بدوي و أسامة كامل ترجمة عن لوري ودمان ٢٠٠٣م نقلا عن كل من "جولد Gould ، بيتلشكوف Petlichkof ، سيمونز Simmons " من انه هناك اهتمام متزايد لاستخدام برامج المهارات النفسية للرياضيين وأن استخدام مثل هذه البرامج للتدريب النفسي خلال جلسات التدريب لدى المصارعين أظهرت تأثيرا فعالا ومفيدا . (٢٤: ٦٧ - ٦٨)

وهذا يحقق صحة الفرض الثاني، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين ( القبلي والبعدى) للمجموعة التجريبية في تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

كما يتضح من جدول (١٢) أن هناك فرق معنوي دال بين الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ويرجع الباحث ذلك إلى البرنامج التدريبي المقترح الذي يحتوى على تمرينات نوعية مقترنة بمواقف انفعالية عالية الشدة .

وهذا يتفق مع رأى محمد العربي شمعون ١٩٩٦م انه يجب التحكم في مستويات التوتر والانفعالات المصاحبة من خلال متابعته في مستويات مختلفة من التدريب أو مواقف المنافسات ويتم ذلك من خلال زيادة الأهمية للأداء في المواقف التدريبية مثل تحدي قدرات اللاعب لتحطيم رقمه الشخصي، منافسة الزملاء في التدريب، الأداء أمام مجموعة من المتفرجين أو عن طريق تصور مواقف المنافسة (٣٨١:٣١)

كما يتفق مع رأى عزت محمود كاشف ١٩٩١م نقلا عن بونيكوف حيث يرى ضرورة الاهتمام بدرجة الثبات النفسي للاعبين وذلك من خلال تحكم الفرد في انفعالاته سلبية كانت أم إيجابية خلال التدريب اليومي المنتظم مما يساعد على الارتفاع بدرجة الثبات النفسي للاعبين خلال المسابقة. (٤٥٧:٢٢)

وهذا يحقق صحة الفرض الثالث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين ( التجريبية والضابطة) لصالح المجموعة التجريبية في درجة تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة .

ويتضح من جدول (١٣) نسب التحسن للمجموعة التجريبية بعد القياس الثاني للثبات الانفعالي الثابت ٣,٢ ٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٠ ٪ أما المجموعة الضابطة فكانت نسبة التحسن بعد القياس الثاني للثبات الانفعالي الثابت ٠ ٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٠,٦ ٪ وكانت نسب التحسن للمجموعة التجريبية بعد القياس الثالث ١٦,٩ ٪ للثبات الانفعالي الثابت و ٢٠ ٪

للثبات الانفعالي المتحرك وللمجموعة الضابطة بعد القياس الثالث. كانت نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت ٨,٧٪ والثبات الانفعالي المتحرك ١,٨٪ وبعد القياس الرابع كانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية للثبات الانفعالي الثابت ٣١,٤٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٣٢,٥٪ وللمجموعة الضابطة نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت ٩,٥٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٣,٦٪ وبعد القياس الخامس كانت نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت للمجموعة التجريبية ٤٥,١٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٤١,٢٪ في حين كانت نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت ١٨,٢٪ والثبات الانفعالي المتحرك ١٠,٩٪ للمجموعة الضابطة أما في القياس السادس والأخير كانت نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت ٥٨,٩٪ والثبات الانفعالي المتحرك ٥٤,٣٪ وكانت نسبة التحسن للثبات الانفعالي الثابت ١٨,٧٪ والثبات الانفعالي المتحرك ١٩,٧٪ للمجموعة الضابطة .

كما يتضح أيضاً من الجدول أن مستوى تحسن المجموعة التجريبية أعلى من مستوى تحسن المجموعة الضابطة في نهاية البرنامج ويرجع الباحث ذلك إلى التمرينات النوعية المقرونة بمواقف انفعالية المقترحة التي صممها الباحث لتطبيقها على المجموعة التجريبية والتي يقدر عددها بـ (١٨) تمرين تم وضعها داخل البرنامج التدريبي المقترح والتي تتميز بشدتها الانفعالية مما يحسن الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك لدى اللاعبين والتي كان لها تأثير واضح على نسبة التحسن العالية للمجموعة التجريبية التي وصلت إلى (٥٨,٩٪) للثبات الانفعالي الثابت في حين أنها وصلت إلى (١٨,٧٪) فقط للمجموعة الضابطة لنفس المتغير كما وصلت إلى (٥٤,٣٪) لمتغير الثبات الانفعالي المتحرك للمجموعة التجريبية في حين أنها وصلت إلى (١٩,٧٪) فقط للمجموعة الضابطة .

فالتدريب على المصارعة وحدها في البرنامج المطبق على المجموعة الضابطة لم يكن له اثر فعال على مستوى الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك في تلك الفترة على العكس من المجموعة التجريبية التي كان للتدريب على المصارعة بالإضافة إلى التمرينات النوعية المقرونة بمواقف انفعالية عالية الشدة اثر واضح على مستوى تحسن الثبات الانفعالي الثابت والمتحرك في تلك الفترة .

وهذا يتفق مع رأى مسعد علي محمود ٢٠٠٠ أن الموقف الانفعالي يؤثر على العمليات النفسية ككل ، ويجب العمل على تنمية الاتزان الانفعالي من خلال التدريب والاشتراك في المنافسات لما له من أهمية كبيرة في رفع درجة الاستعداد النفسي والحماس والثقة بالنفس .  
(٦٤:٤١)

وهذا يحقق صحة الفرض الرابع توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نسبة التحسن لكل من المجموعتين ( التجريبية والضابطة) لصالح المجموعة التجريبية في درجة تنمية الثبات الانفعالي للمصارعين تحت ١٤ سنة خلال المواقف الانفعالية المقترحة .