



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أثر استخدام برنامجي التدخل التصوري وفقاً لنموذج
PETTLEP والتصور العقلي في مستوى الأداء لفعالية
السباحة الحرة

محمد قيدير محمد صالح

أطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / اختصاص علم النفس الرياضي

بإشراف

الأستاذ الدكتور

ناظم شاكر يوسف الوتار

المخلص

أثر استخدام برنامجي التدخل التصوري وفقاً لنموذج PETTLEP والتصور العقلي في مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة

الباحث

محمد قيذار محمد صالح

المشرف

د. ناظم شاكر يوسف الوتار

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى :

- ١- بناء برنامج التدخل التصوري وفقاً لنموذج (PETTLEP) لفعالية السباحة الحرة.
- ٢- بناء برنامج التصور العقلي لفعالية السباحة الحرة.
- ٣- الكشف عن أثر استخدام برنامجي التدخل التصوري وفقاً لنموذج (PETTLEP) على المجموعة التجريبية الأولى في مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الموصل.
- ٤- الكشف عن أثر استخدام برنامج التصور العقلي على المجموعة التجريبية الثانية في مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الموصل.
- ٥- الكشف عن الفروق في الأختبار البعدي في مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة بين المجموعتين التجريبيتين لطلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل .

وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث، وقد تكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، حيث تم اختيارها بالطريقة العمدية من الذين يجيدون السباحة وفق أستمارة خاصة بذلك ، إذ تألفت عينة البحث من (٢٠) طالباً، وكانت نسبتهم (٨%) من مجتمع البحث للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١)، حيث قسموا بطريقة العشوائية الى مجموعتين (تجريبيتين) وواقع (١٠) طلاب لكل مجموعة، كما استخدم الباحث (تحليل المحتوى، و المقابلة الشخصية، والاستبيان، وتحليل المحتوى، والملاحظة العلمية، واستمارة تقويم الأداء المهاري، والأختبارات والمقاييس) بوصفها وسائلاً لجمع البيانات .

إذ استخدم الباحث (مقياس MIQ-RS) المعد من قبل (Gregg , et al. , ٢٠٠٧) ، ومقياس التصور العقلي في المجال الرياضي المعد من قبل (مارتنز) (Martins , ١٩٨٢) ، كما قام الباحث بإعداد برنامج التدخل التصوري وفقاً لنموذج (PETTLEP) ، كما قام الباحث بأعداد برنامج التصور العقلي، وكان كل برنامج مكون من (١٠) جلسات .

كما تم التحقق من التجانس والتكافؤ بين مجاميع البحث في المتغيرات الآتية: (العمر، والطول، والوزن، والمتغيرات البدنية والمهارية والقابلية على التصور الحركي والتصور العقلي في المجال الرياضي) .

تم تطبيق تجربة البحث الرئيسة على المجموعتين التجريبيتين، في مسبح المثلثي من تاريخ ٩/٤ - ١٠/٦ / ٢٠٢١ .

وإستخدام الباحث الوسائل الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية، واختبار (T) للعينات المرتبطة، واختبار (T) للعينات المستقلة، ومعامل الارتباط البسيط "بيرسون") بواسطة الحقيبة الإحصائية (SPSS) و (Excel).

وقد استنتج الباحث ما يأتي :

١- يؤثر برنامج التدخل التصوري وفقاً لنموذج (PETTLEP) إيجابياً في حالة التصور الحركي في تحسين مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٢- فاعلية برنامج التصور العقلي في أحداث تحسين في مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة.

٣- حقق برنامج التدخل التصوري المتبع أثر في تحسين مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة بشكل أسرع و أفضل من مجموعة التصور العقلي على الرغم من وصولها الى مستوى المعنوية في الأداء لفعالية السباحة الحرة ، وذلك من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبالية والبعديية في مستوى الأداء في السباحة الحرة للمجموعتين، فتدخل التصوري حقق تقدم اكبر، وهذا يصب في مصلحة الطالب.

٤- ان برنامج التصور العقلي يؤثر ايجابيا في تحسين مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة .

التوصيات :

١- اعتماد برنامج التدخل التصوري (PETTLEP) ضمن عناصره السبعة، وبرنامج التصور العقلي في فعالية السباحة الحرة لدوره في تحسين مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة .

٢- إعتدال برنامج التدخل التصوري (PETTLEP) والتصور العقلي ضمن أساليب تشخيص نقاط الضعف في أداء المهارات الاساسية في السباحة الحرة، وتحسين مستوى الأداء لفعالية السباحة الحرة في مرحلة ما بعد التدخل .

ح

٣- تزويد مدرسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالمعلومات والبيانات ذات برامج التدخل
التصور والتصور العقلي من أجل تصحيح الأخطاء ومعالجة نقاط الخلل بصورة دقيقة مقارنة مع
المنهاج الدراسي المعتمد .

٤- تنظيم برامج تدريبية وتعليمية للعاملين في مجال التدريب الرياضي والمرشدين النفسيين حول كيفية
استخدام برامج التدخل التصوري، وأساليب القياس والتقييم العقلي والمهارات الأساسية لدى الطلاب.

University of Mosul
Collage of Physical Education
& Sports Sciences



The Effect of Using Imagery Intervention According to PETTLEP Model and Mental Imagery Programs in the Level of Freestyle Swimming Performance.

Mohammad Qaidar Mohammad Salih

PhD. dissertation in

Sport Psychology

Supervised by

Prof. Dr.Nadhim Shakir Al-Wattar

1443 A.H.

2022 A.D.

The Effect of Using Imagery Intervention According to PETTLEP Model and Mental Imagery Programs in the Level of Freestyle Swimming Performance.

By

The researcher

Mohamed Qaidar Mohamed Salih

By

The Supervisor

Prof.Dr.Nadhim Shakir Al-Wattar

Abstract

The research aims:

The present research aims at:

1. Constructing the program of imagery intervention according to the (PETTLEP) model in free-swimming.
2. Constructing The program of mental Imagery concerning the free swimming.
2. Uncovering the impression of using the program of imagery intervention according to the (PETTLEP) model by the first experimental group and its effect in them through developing the first year students' level of skill performance in free swimming in the college of physical education and sports sciences / Mosul University.
3. Revealing the impression of using the program of mental Imagery by the second experimental group and its impact on them through developing the first year students' level of performance in free

swimming in the college of physical education and sports sciences / Mosul University.

4. Figuring out the differences between the pre-test and the post-test concerning the level of performance in free swimming for the competent group.

The research uses the experimental methodology, since it is suitable for the nature of research. As for the subjects of study, they represent the first academic year students in the college of physical education and sports sciences / Mosul University; (20) swimmers have been chosen intentionally according to a special form (i.e. 8% of the whole students in the academic year 2020-2021). They have been randomly divided into two groups, i.e., each group is made up of (10) students. To add, the study adopts various methods of collecting data like content analysis, face-to-face interview, questionnaire, scientific observation, skill performance assessment format, tests, and evaluation criteria.

The study uses the scale of (MIQ-RS) which is prepared by Gregg et al. (2010), in addition to the scale of mental Imagery in the athletics field prepared by Martins (1982). Moreover, the research prepares the program of imagery intervention according to (PETTLEP) model and the program of mental Imagery. Each program is made up of ten sessions.

The main experiment of study has been applied to the two experimental groups at Al-Muthanna Swimming Pool from 4/9/2021 and till 6/10/2021.

The study focuses on the equation and competence between both of the groups' members via the following variables: age, height, weight, and

training period, in addition to other variables of skill, healthy body, and capability of movement and mental Imagery during the sport's performance.

The statistical methods have been used in this study, such as arithmetic mean, standard deviation, percentage, (T) test for connected subjects, (T) test for isolated subjects, correlation coefficient 'person', and variance analysis using the statistical application of (spss) and (excel).

The study concludes the following points:

1. The imagery intervention program (PETTLEP) has a positive impact to improve the members of basic performance in free swimming for the first year students in the college of physical education and sports sciences.
2. Validity of mental Imagery program to achieve improvement of the level of basic performance in free swimming.
3. The imagery intervention program has achieved a remarkable impact on creating improvement in the level of performance in free swimming better an greater than that of the mental imagery program despite the fact that it has got a good level in this respect. This outcome is done via making a comparison between the results of pre-tests and post-tests concerning the level of performance in free swimming for both groups. Therefore, the imagery intervention has better advancement and that is regarded in the goal of the student himself.

4. The imagery intervention program has a positive influence on improving the level of performance in free swimming sport activity.

Recommendations:

1. The study recommends to adopt the program of imagery intervention (PETTLEP model) with its seven components and the program of mental Imagery due to their activity and improving the level of skill performance in free swimming sport.
2. It is possible to adopt the programs of imagery intervention (PETTLEP model) and the mental Imagery within the potential methods of fixing the weak points in the basic skill performance concerning the free swimming to be improved in the stage of post intervention.
3. It is preferred for the academic staff in the college of physical education and sports sciences to be supplied with information and data related to the programs of imagery intervention and mental Imagery in order to correct the common errors and process the weak points precisely, compared to the adopted curriculums.
4. To prepare training and tutorial activities for those workers in the field of physical training in addition to psychological guides. These activities are to tackle the way(s) of using the program of imagery intervention, measures of evaluation, mental assessment, and basic available skills in students.