الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة العربي التبسي-تبسة، الجزائر

Larbi TebessUniversity – Tebessa, Algeria

Université Larbi Tebessi – Tebessa, Algérie

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الفرع: التدريب الرياضي النخبوي

التخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنـــــــــــوان:

دور المرونة الإدراكية في تحسين سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية على مستوى الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة

إعداد الطالب:

- رامي أيمن

إشراف:

- الأستاذ الدكتور: قاسمي فيصل

لجنة المناقشة :

الاسم واللقب	الرتبة	الصنف
قراد عبد المالك	أستاذ محاضر "أ"	رئيسا
قاسمي فيصل	أستاذ تعليم عالي	مشرفا ومقررا
عزلي خليفة	أستاذ محاضر"أ"	ممتحنا

2024/2025



((رَبَّنَآ ءَاتِنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا))

صدق الله العظيم .

الآية رقم -10- سورة الكهف

الشكر وعرفان

بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف المرسلين

استجابة



لقول النبي : «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».

و كما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمـــده.....فمن كتم المعروف منهم فما شكر

فالشكر أولا لله عز وجل على أن هدانا لسلوك طريق البحث والتشبه بأهل العلم، وإن كان بيننا و بينهم مفاوز.

كما نخص بالشكر أستاذنا الفاضل المشرف على هذا العمل *الدكتور قاسمي فيصل*، على قبوله الاشراف على هذا العمل، وقد كان حريصا على التوجيه وتقديم النصائح القيمة، له مني وافر الثناء وخالص الدعاء.

كما أخص بالشكر الدكتور توفيق سماعل على توجيهاته ونصائحه القيمة التي رافقتني طيلة هذا العمل.

كما أشكر فريق العمل في الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة من مدربين ولاعبين وعلى رأسهم الشيخ التومي ياسين، الشيخ جويني فوزي.

كما نشكر السادة الأساتذة، وكل الزملاء، و كل من قدم لنا فائدة أو أعاننا في هذا العمل، أسأل الله أن يجزيهم عنا خيرا، و أن يجعل عملهم في ميزان حسناتهم.

الإهداء

أهدي هذا العمل إلى:

إلى صاحب الوجه الطيب والأفعال الحسنة...

إلى من لم يبخل علي طيلة حياتي.....أبي

إلى من وضع المولى سبحانه وتعالى الجنة تحت قدميها

ووقرها في كتابه العزيز.....أمي.

إلى من أعتمد عليه في كل كبيرة وصغيرة....أخي نافع

إلى أخواتي.....

إلى أبناء اخوتي أوس وآلاء وجنة الريحان

إلى كل من صلاح جويني، يوسف جلاب، فتحي لعزيزي.

إلى زملائي وأصدقائي ورفقاء دربي من داخل الجامعة وخارجها.

إلى أساتذتي الكرام الذين أناروا دروبنا بالعلم والمعرفة.

إليكم أهدي ثمرة هذا العمل.



قائمة المحتويات

الشكروعرفان: .....أ

الإهداء .....ب

قائمة المحتويات: ..... ج

قائمة الاشكال:.....ز

قائمة الجدول: ..... ح

مقدمـــــــة: 1

الفصل الاول: الإطار العام للدراسة

1.اشكالية الدراسة 3

2. الأسئلة الجزئية.....4

3 .فرضيات الدراسة 4

1.3. الفرضية العامة: 4

2.3. الفرضيات الجزئية: 4

4.أهداف الدراسة 4

5.أهمية الدراسة 4

6.صعوبات الدراسة..... 5

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1. المرونة الادراكية 7

1.1.المفهوم..... 7

2.1.الأبعاد..... 7

3.1.المهارات 8

2. اتخاذ القرار وعلاقته بالمرونة الادراكية والتكيف التكتيكي.....11
1.2.مفهوم اتخاذ القرار 11
2.2.مفهوم التكيف التكتيكي.....11
3.2.علاقة المرونة الادراكية واتخاذ القرار 12
4.2.اثرالمرونة الادراكية على التكيف التكتيكي.....12
3. الدراسات السابقة.....14
5.2.الدراسات باللغة العربية 14
6.2.الدراسات باللغة الأجنبية.....14
7.2. مقارنة بين الدراسة الحالية الدراسات السابقة.....14

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

1. المنهج المستخدم.....20
2. الدراسة الإستطلاعية.....20
3.مجتمع الدراسة وعينة الدراسة.....20
1.3.مجتمع البحث 20
2.3. عينة الدراسة.....20
4. مجالات البحث 20
1.4. المجال الزمني: 20
2.4. المجال البشري : 20
3.4. المجال الجغرافي : 20
5.ضبط متغيرات الدراسة.....21
6. أدوات الدراسة.....21
1.6. أسلوب جمع البيانات.....21

2.6. مقياس الإستمارة.....21

3.6. درجة الموافقة ومستوى التقييم.....22

7.الأسس العلمية لأدوات البحث.....22

1.7.الصدق:(Validity) 22

2.7.الثبات:(Reliability) 22

8. الوسائل الإحصائية المستعملة.....23

1.8.الإحصاء الوصفي:(Descriptive Statistics) 23

2.8.اختبار الثبات:.....23

3.8.الإحصاء الاستدلالي:(Inferential Statistics) 23

الفصل الرابع: عرض تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1.عرض وتحليل نتائج الدراسة.....25

1.1.خصائص عينة الدراسة ونتائجها.....25

2.1. تحليل البيانات المتعلقة بمحور كل من المرونة الإدراكية، سرعة إتخاذ القرار، التكيف التكتيكي.....32

2. اختبار فرضيات الدراسة.....39

1.2. اختبار الفرضية الجزئية الأولى 39

2.2.اختبار الفرضية الجزئية الثانية 39

3.2.اختبار الفرضية الجزئية الثالثة 40

4.2. اختبار الفرضية الرئيسية.....41

3.النتائج العامة للدراسة.....41

الخاتمة 43

قائمة المصادر.....43

قائمة الملاحق.....45

الملخص:.....49

Abstract.....49

قائمة الأشكال

الشكل 1: توزيع عينة الدراسة حسب الجنس.....26
الشكل 2: توزيع عينة الدراسة حسب السن.....27
الشكل 3: توزيع أفراد العينة حسب طبيعة الرياضة.....28
الشكل 4: توزيع أفراد العينة حسب نوع الرياضة.....29
الشكل 5: توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة.....30
الشكل 6: توزيع أفراد العينة حسب ساعات التدريب الأسبوعية.....32
الشكل 7: متوسطات محورالمرونة الإدراكية.....34
الشكل 8: متوسطات محور سرعة إتخاذ القرارات.....36
الشكل 9: متوسطات محور التكيف التكتيكي.....38

قائمة الجداول

الجدول 1: 7.2. مقارنة بين الدراسة الحالية الدراسات السابقة 18

الجدول 2: مقياس ليكرت الخماسي.....22

الجدول 3 :التكرارات حسب الجنس.....25

الجدول 4: توزيع أفراد العينة حسب السن.....27

الجدول 5: توزيع أفراد العينة حسب طبيعة الرياضة 28

الجدول 6: توزيع أفراد العينة حسب نوع الرياضة.....29

الجدول 7: توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة.....30

الجدول 8: توزيع أفراد العينة حسب ساعات التدريب الأسبوعية 31

الجدول 9: نتائج تحليل عبارات محور المرونة الإدراكية.....33

الجدول 10 :نتائج تحليل عبارات محور سرعة إتخاذ القرارات.....35

الجدول 11 :نتائج تحليل عبارات محور التكيف التكتيكي.....37

الجدول 12 :نتائج اختبار الفرضية الجزئية الأولى.....39

الجدول 14: نتائج اختبار الفرضية الجزئية الثانية.....40

الجدول 16: نتائج تحليل التباينANOVA 40

الجدول 17: نتائج اختبار الفرضية الرئيسية.....41

مقدمـــــــة

تكتسب الرياضة التنافسية أهمية قصوى في تشكيل شخصية الرياضي، فهي ليست مجرد اختبار للقدرات البدنية، وإنما تمثل الكيفية للتعامل مع الضغوط، اتخاذ القرارات السريعة، والعمل ضمن فريق، مما يساهم في بناء شخصية متكاملة قادرة على النجاح ليس فقط في الملعب، بل في شتى مجالات الحياة.

فالتطورات الحديثة في علوم الحركة بينت أن الأداء الرياضي لا يقاس اليوم بالقوة والمهارة البدنية فحسب؛ بل يعتمد كذلك على القدرات المعرفية الدقيقة، وفي مقدمتها المرونة الإدراكية التي تعد حجر الأساس في فهم المعطيات المتغيرة، وتكييف الخطط التكتيكية، واتخاذ القرار في مختلف المجالات، لا سيما تلك التي تتطلب استجابة سريعة وتكيفًا مستمرًا مع المتغيرات، حيث يواجه اللاعبين باستمرار مواقف ديناميكية تتطلب منهم معالجة كم هائل من المعلومات، تقييم السيناريوهات المختلفة، ومن ثم اتخاذ القرارات الصائبة في غضون ثوان أو أجزاء من الثانية.

ومن هنا تبرز أهمية المرونة الإدراكية كعنصر حاسم يمكن اللاعب من الانتقال بفاعلية بين الأفكار، تعديل الاستراتيجيات، وتغيير الخطط بناء على المعطيات الجديدة. ما ينعكس مباشرةً على نتيجة المباراة. ومع ذلك، تظل البحوث العربية محدودة في فحص هذه العلاقات داخل بيئات التدريب، ولا سيما في الجزائر.

وقد جاءت هذه الدراسة التي تحاول أن تدرس أثر المرونة الإدراكية على سرعة اتخاذ القرار والتكيّف التكتيكي لدى اللاعبين ، سعيا إلى توضيح هذه العلاقة التي تمثل محور موضوع البحث، وذلك من خلال ميدان واقعي هو الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة.

وقسمت الدراسة إلى أربعة (04) فصول كالتالي:

- **الفصل الأول:** الإطار العام للدراسة، وتضمّن الإشكالية، الفرضيات، الأهداف، أهمية الموضوع، المصطلحات، إضافة إلى صعوبات البحث.
- **الفصل الثاني:** الخلفية النظرية والدراسات السابقة، واحتوى على شطرين: الأوّل خاص بالمرونة الإدراكية، اتخاذ القرار، التكيّف التكتيكي وعلاقتهما بالمرونة؛ والثاني مخصّص للدراسات السابقة العربية والأجنبية.
- **الفصل الثالث:** الإجراءات الميدانية للدراسة، وتناول المنهج المستخدم، الدراسة الاستطلاعية، أدوات البحث، وكذلك الوسائل الإحصائية المعتمَدة.
- **الفصل الرابع:** عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، حيث عُرِضت البيانات، نُوقِشت في ضوء الفرضيات والأهداف، وخُلِص في الأخير إلى حزمة من النتائج والتوصيات.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة

لقد منح الله الإنسان نعمة الإدراك، وهي من أعلى مراتب القدرات العقلية التي تتيح له فهم العالم المحيط به والتكيف مع مستجداته، وهذا الإدراك ليس قدرة ثابتة بل يتسم بالمرونة، وهي تلك القدرة على تغيير أنماط التفكير، وتبديل الاستراتيجيات الذهنية حسب المواقف، والانتقال السلس بين المفاهيم دون الوقوع في الجمود المعرفي. وتلعب المرونة الإدراكية دوراً محورياً في ضبط سلوك الفرد، وتوجيه قراراته في ظل التغيرات المفاجئة والضغوط المستمرة، لا سيما في البيئات التي تتطلب تفاعلاً سريعاً وحاسماً، كما هو الحال في المجال الرياضي.

وفي هذا السياق، تُعد الرياضة أحد أكثر الميادين التي تُمتحن فيها القدرات العقلية والمعرفية، إذ يتعرض اللاعبون لمواقف تتطلب قرارات لحظية، وتكيفاً مستمراً مع المعطيات المتغيرة أثناء المنافسة. وتتجلى أهمية المرونة الإدراكية في مدى قدرة اللاعب على تحليل الوضعيات التكتيكية، والانتقال السريع بين الحلول دون تردد، مما يؤثر بشكل مباشر على سرعة اتخاذ القرار وفعاليته في الميدان.

وعليه، فإن البحث في العلاقة بين المرونة الإدراكية من جهة، وسرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي من جهة أخرى لدى اللاعبين، يمثل مدخلاً أساسياً لفهم ديناميكيات الأداء الرياضي العالي، والمساهمة في تطوير المناهج التدريبية والبرامج النفسية المصاحبة.

ومن هنا تبرز إشكالية دراستنا في التساؤل الرئيسي الآتي:

هل تؤثر المرونة الإدراكية على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة؟

2. الأسئلة الفرعية

إلى جانب السؤال الجوهري السابق يمكن طرح التساؤلات الفرعية الآتية:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي أثناء الأداء الرياضي لدى اللاعبين؟

- ما هي مستويات المرونة الإدراكية لدى اللاعبين؟ وهل تختلف سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي باختلاف هذه المستويات ؟

3. فرضيات الدراسة

1.3 الفرضية الرئيسية:

توجد علاقة تأثير ذات دلالة إحصائية بين المرونة الإدراكية بشكل إيجابي على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$).

2.3 الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$).
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي أثناء الأداء الرياضي لدى اللاعبين عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$).
- تختلف سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي باختلاف مستوى المرونة الإدراكية لدى اللاعبين (مرتفع – متوسط – منخفض) عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$).

4.أهداف الدراسة

تندرج هذه الدراسة في إطار البحث في العمليات العقلية المعرفية وأثرها في تحسين الأداء الرياضي، ، حيث نسعى من خلالها إلى تحقيق الأهداف التالية:

- إبراز أهمية المرونة الإدراكية كلاعب أساسي في تطوير القدرات الذهنية للاعبين ، خصوصاً في ظل الضغوط التنافسية التي تتطلب اتخاذ قرارات فورية وتكيف سريع مع المتغيرات.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار أثناء الأداء الرياضي، مع التركيز على لحظات الضغط التي تفرض على اللاعب اختياراً سريعاً وفعّالاً.
- تحليل أثر المرونة الإدراكية في التكيف التكتيكي لدى اللاعبين، وخاصة في سياقات اللعب المعقدة والمتغيرة، بهدف دعم المدربين في تصميم برامج تدريبية معرفية فعّالة.
- اقتراح توصيات عملية يمكن توظيفها في إعداد البرامج التدريبية الذهنية، بما يخدم تطوير الأداء التكتيكي والذهني للاعبي الأكاديمية الرياضية بولاية تبسة.

5.أهمية الدراسة

تتجلى أهمية هذه الدراسة في أنها تسلط الضوء على جانب معرفي ونفسي دقيق لدى الرياضيين، وهو المرونة الإدراكية، باعتبارها إحدى القدرات العقلية العليا التي تؤثر بشكل مباشر في قدرة اللاعب على اتخاذ القرار والتكيف مع الظروف التكتيكية المتغيرة داخل المنافسة.

تنبع أهمية البحث من كونه يستهدف فئة اللاعبين، الذين يحتاجون إلى مستويات عالية من الجاهزية الذهنية، لاسيما في ظل تصاعد وتيرة المنافسات الرياضية وضغط النتائج، مما يجعل الجانب العقلي عاملاً حاسماً في الأداء العام.

كما تأتي أهمية هذا العمل من خلال:

- محاولة سد الفجوة المعرفية في الدراسات الرياضية التي تدمج بين علم النفس المعرفي والمجال التطبيقي للرياضة، خصوصاً في الجزائر.
- إبراز دور العمليات المعرفية، وعلى رأسها المرونة الإدراكية، في تحسين أداء الرياضيين من الناحية التكتيكية، مما يفتح المجال لإعداد برامج تدريبية ذهنية موجهة.
- تعزيز وعي المدربين والمعدين النفسيين بضرورة التركيز على البعد الإدراكي والمعرفي، كعنصر تكميلي لا يقل أهمية عن الإعداد البدني والتقني.
- تقديم نتائج قابلة للتطبيق داخل الأكاديميات الرياضية، وتوظيفها في تطوير أداء اللاعبين من خلال التمارين الذهنية والتكتيكية المستهدفة.

6.صعوبات الدراسة

واجهت هذه الدراسة عدة صعوبات أثناء مراحلها الميدانية والتنفيذية، من بينها ما يلي:

- **تردد بعض اللاعبين في تقديم إجابات دقيقة وصريحة على فقرات الاستبيان**، بسبب تحفظاتهم تجاه المواضيع النفسية والمعرفية، ما تطلب جهوداً إضافية لتوضيح سرية المعلومات وأهمية المساهمة في البحث العلمي.
- **اختلاف مستويات الفهم المعرفي بين اللاعبين**، مما استلزم شرحاً مبسطاً ومتكرراً لبعض المفاهيم الواردة في أدوات البحث، خاصة تلك المتعلقة بمصطلح "المرونة الإدراكية" وأساليب تقييم التكيف التكتيكي.
- **صعوبة تنسيق المواعيد مع اللاعبين والمدربين داخل الأكاديمية الرياضية**، نظراً لالتزاماتهم المكثفة بالحصص التدريبية والبطولات، الأمر الذي أدى إلى تأخير نسبي في عملية جمع البيانات وتحليلها.

.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1. المرونة الإدراكية

1.1. المفهوم

تشير المرونة الإدراكية (Cognitive Flexibility) إلى قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الجديدة وغير المتوقعة من خلال تعديل أنماط تفكيره وسلوكياته. وهي إحدى الوظائف التنفيذية العليا في الدماغ، وتُمكّن الفرد من التبديل السريع بين المهام، وتعديل الخطط والاستراتيجيات عند مواجهة عراقيل أو تغيرات بيئية أو معرفية.

وقد عرفها سبيرو Spiro وزملاؤه بأنها "القدرة على تمثيل المعرفة بطرق متعددة، وتكييف تلك المعرفة لتتناسب مع سياقات مختلفة ومعقدة" (Spiro et al., 1992). بينما أشار Scott إلى أنها "المرونة العقلية التي تسمح للفرد بالتحول بين المفاهيم، والانتقال بين استجابات معرفية متعددة حسب الموقف" (Scott, 1962).

كما ترى دراسات حديثة أن المرونة الإدراكية تمثل حجر الزاوية في الإبداع، واتخاذ القرار، وحل المشكلات المعقدة، وتزداد أهمية هذه المهارة في المواقف التي تتطلب تفاعلاً سريعاً مثل المجال الرياضي.) **هبه محمد سيد(2023 ,**

من خلال التعاريف السابقة يمكن القول أن المرونة الادراكية هي القدرة على التعامل مع المواقف الحياتية الطارئة وغير المتوقعة عن طريق تغيير الاستراتيجيات الاداركية التي يستخدمها الفرد لمعالجة تلك المواقف والتفكير في بدائل متنوعة لحل المشاكل واختيار البديل المناسب.

2.1. الأبعاد

تُقسم المرونة الإدراكية إلى عدة أبعاد أو مكونات، بحسب عدد من الباحثين في علم النفس المعرفي، ومن أبرزها:) **نسرين عبد المؤمن على الرفاعى(2024 ,**

1.1.2. التحول المعرفي (Cognitive Shifting):

ويعني قدرة الفرد على تبديل الانتباه من فكرة إلى أخرى أو من استراتيجية إلى أخرى عند حل المشكلات، دون الوقوع في الجمود المعرفي. ويُعد هذا البُعد الأكثر ارتباطاً بالأداء الرياضي، خاصة في مواقف الضغط.

2.1.2. تعدد وجهات النظر (Multiple Perspectives):

هو قدرة الشخص على رؤية الأمور من زوايا متعددة، وفهم تجارب الآخرين المختلفة، ويُعد أساسًا مهمًا للمرونة الاجتماعية والانفعالية أيضًا.

3.1.2. التسامح مع الغموض (Tolerance for Ambiguity):

يتعلق هذا البُعد بقدرة الفرد على العمل بفعالية في مواقف غير واضحة المعالم أو غير مكتملة المعلومات، وهو عنصر حاسم في اتخاذ قرارات سريعة في الرياضة.

4.1.2. إعادة التنظيم المعرفي (Reconfiguration):

القدرة على إعادة تنظيم المعلومات والمعارف لتناسب السياق الجديد، وإعادة صياغة الأهداف تبعًا للمعطيات.

3.1. المهارات

ترتبط المرونة الإدراكية بمجموعة من المهارات الذهنية التي تُشكل معاً القدرة على التكيف والتفكير المرن، وأبرز هذه المهارات:) **فاطمة جميل عبد الرحمن(2023 ,**

1.1.3. مهارة التبديل بين المهام (TaskSwitching):

وهي قدرة الرياضي أو الفرد على التنقل السريع بين أنماط تفكير مختلفة أثناء التنفيذ أو التفاعل.

2.1.3. الانتباه الانتقائي والموجه (Selective Attention):

حيث يُركز الفرد على المعلومات الهامة ويتجاهل المشتتات، مما يُسرّع اتخاذ القرار.

3.1.3. حل المشكلات بطرق غير تقليدية (Divergent ProblemSolving):

هذه المهارة تُحفز اللاعب أو الفرد على استخدام التفكير الابتكاري لتجاوز العقبات.

4.1.3. التحكم في التحيز المعرفي (Cognitive Bias Inhibition):

بمعنى عدم الوقوع في فخ القوالب النمطية أو القرارات المتسرعة، مما يُعزز من فاعلية الأداء في المواقف الضاغطة.

1.4 العوامل المؤثرة على المرونة الادراكية

توجد مجموعة من العوامل التي تؤثر في المرونة الادراكية وهي كالآتي: **(رضوان، 2021)**

- النضج والنمو حيث أن المرونة الادراكية تظهر نتيجة للتغيرات النمائية الناتجة عن النضج والنمو. حيث تزداد المرونة الإدراكية بشكل عام مع التقدم في العمر والنضج العصبي، خاصة خلال فترة الطفولة والمراهقة. يصبح الأفراد أكثر قدرة على تغيير طريقة تفكيرهم والتبديل بين المهام مع نمو أجزاء الدماغ المسؤولة عن الوظائف التنفيذية.
- ترتبط المرونة الإدراكية ارتباطًا وثيقًا بقدرات معرفية أخرى مثل الذاكرة العاملة، والانتباه، والتثبيط، وحل المشكلات. ضعف أي من هذه القدرات يمكن أن يؤثر سلبًا على المرونة الإدراكية.
- المرونة الادراكية تعتمد بشكل أساسي على قدرة الفرد على الانتباه وتمثيل المعلومات.
- عمليات التفاعل الاجتماعي التي تحدث بين الفرد والمحيطين به.
- يمكن أن يؤثر التوتر والقلق والمشاعر السلبية على القدرة على التفكير بمرونة وتغيير الاستراتيجيات.

- التعرض لتجارب متنوعة ومواقف جديدة تتطلب حلولًا مختلفة يمكن أن يعزز المرونة الإدراكية. التدريب المعرفي المصمم خصيصًا يمكن أن يحسن هذه القدرة.
- يميل الأفراد الذين يتبنون أساليب تفكير مرنة ومنفتحة إلى إظهار مرونة إدراكية أعلى مقارنة بأولئك الذين يتبنون أساليب تفكير متصلبة.

1.5 نماذج المرونة الادراكية

تتمثل أهم نماذج المرونة الإدراكية فيما يلي: **(رضوان، 2021)**

- **نموذج التحول والتثبيط والتحديث : أي التركيز على التفكير المرن** جانب "التحول" في هذا النموذج يمثل القدرة على تغيير طريقة التفكير في مشكلة ما، أو الانتقال بين وجهات نظر مختلفة، وهو جوهر التفكير المرن.
- **نموذج التفكير الجانبي :** يقترح هذا النموذج أسلوبًا إبداعيًا لحل المشكلات لا يعتمد على الخطوات المنطقية المباشرة (التفكير العمودي)، بل يشجع على توليد أفكار جديدة وغير تقليدية من خلال البحث عن بدائل واحتمالات مختلفة. أي التركيز على التفكير الجانبي وهو القدرة على التحرر من الأنماط التقليدية في التفكير واستكشاف طرق جديدة وغير متوقعة لحل المشكلات، مما يعكس مرونة عالية في التفكير.
- **نموذج العادات السبع للأشخاص الأكثر فعالية لستيفن كوفي:** على الرغم من أنه ليس نموذجًا مباشرًا للتفكير المرن، إلا أن بعض العادات التي يطرحها كوفي تعزز المرونة في التفكير والسلوك، مثل :

- **السعي أولاً للفهم، ثم للفهم :** يتطلب هذا الانفتاح على وجهات نظر الآخرين، وتغيير طريقة فهم الموقف بناءً على معلومات جديدة.
- **التفكير بمنطقية "رابح - رابح :"**يتطلب البحث عن حلول إبداعية تلبي احتياجات جميع الأطراف، مما يستلزم مرونة في التفكير لإيجاد هذه الحلول.

- **نموذج حل المشكلات الإبداعي :** يتضمن هذا النموذج مجموعة من الخطوات والأدوات لتوليد حلول جديدة ومبتكرة للمشكلات. يشجع على تأجيل الحكم على الأفكار واستكشاف مجموعة واسعة من الاحتمالات قبل اختيار الحل. ويتطلب هذا النموذج توليد أفكار إبداعية وتبني وجهات نظر غير تقليدية، مرونة في التفكير، والقدرة على الخروج عن الأنماط المعتادة.
- **الأطر المعرفية للعلاج السلوكي الجدلي:** يركز هذا العلاج على مساعدة الأفراد على تحقيق التوازن بين وجهات نظر متناقضة (الجدلية)، وتبني طريقة تفكير أكثر مرونة بدلاً من التفكير الثنائي المتطرف.

2. اتخاذ القرار وعلاقته بالمرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي

1.2. مفهوم اتخاذ القرار

يُعرّف اتخاذ القرار (Decision Making) بأنه العملية العقلية التي يتم من خلالها اختيار بديل من بين عدة بدائل محتملة بهدف تحقيق نتيجة محددة. في السياق الرياضي، يُعد اتخاذ القرار أحد أهم المهارات النفسية التي تميز اللاعب النخبة، خصوصًا في الظروف التنافسية الحاسمة التي تتطلب استجابة سريعة ودقيقة.

وقد أشار عبد النبي (2014) إلى أن "اتخاذ القرار هو قدرة الفرد على تحليل الوضع القائم، والتنبؤ بنتائجه، واختيار التصرف الأنسب لتحقيق الهدف المرجو، سواء كان فرديًا أو جماعيًا". أما في البيئة الرياضية، فهو يرتبط بشكل مباشر بسرعة الإدراك، والتحليل اللحظي للمواقف، والانتباه الانتقائي للمؤشرات الحاسمة داخل المنافسة.

كما أوضحت دراسة مرزوق وآخرون (2021) أن اتخاذ القرار في الرياضة يُبنى على مزيج من الإدراك البصري، والخبرة الحركية، والمعالجة السريعة للمواقف التكتيكية.) النبي , 2014)

من خلال ما سبق يمكن القول أن عملية إتخاذ القرار هي مجموعة خطوات شاملة ومتسلسلة تهدف إلى إيجاد حل لمشكلة معينة أو مواجهة حالة طارئة أو موقف معين من خلال المفاضلة بين مجموعة من البدائل وإختيار البديل الأمثل الذي يحقق الأهداف المرسومة.

وتتمثل أساليب اتخاذ القرار في : **(النبي، 2014)**

- **الأسلوب الحدسي Intuitive style**

يوصف الانتباه للتفاصيل أثناء تدقيق المعلومات أكثر من استخدام الأسلوب المنظم في معالجة المعلومات أكثر من استخدام الأسلوب المنظم في معالجة المعلومات ،كما يصف أيضا بالاعتماد على المشاعر والهواجيس

- **الأسلوب العقلاني Rational style**

يوصف بالبحث الشامل عن المعلومات وضع قائمة بالبدائل والتقييم المنطقي لها

- **الأسلوب التلقائي Spontaneous style**

يوصف بأنه الشعور الفوري والرغبة المباشرة في الدخول في معالجات اتخاذ القرار بأسرع وقت ممكن .

- **الأسلوب الاعتمادي Dependent style**

يوصف بأنه البحث عن النصيحة والارشاد من الاخرين قبل القيام باتخاذه.

- **الأسلوب التجنبي Avoidant style**

يوصف بأنه محاولات تجنب اتخاذ القرار متى مكان ذلك ممكننا .

2.2. مفهوم التكيف التكتيكي

يُعد التكيف التكتيكي (Tactical Adaptation) من المفاهيم المعاصرة في علم التدريب الرياضي، ويشير إلى قدرة اللاعب على تعديل استجاباته وخططه التكتيكية أثناء المنافسة، تبعاً للمتغيرات المفاجئة في سلوك الخصم أو تغيرات بيئية في المباراة.

ويرى عصام سيد أحمد (2003) أن التكيف التكتيكي هو "استجابة ذكية وسريعة للوضعيات الحركية المركبة التي تتطلب قراءة لحظية للمعطيات، وتعديل الاستراتيجية الفردية أو الجماعية بشكل فوري". وهو مهارة ديناميكية ترتبط ارتباطًا وثيقًا بكل من الخبرة المعرفية، والمرونة الإدراكية، والحالة الانفعالية للاعب.

وقد بيّنت دراسة الشافعي وآخرون (2021) أن التكيف التكتيكي يُبنى على الإدراك الميداني السريع، والتواصل الفعّال داخل الفريق، مما يجعله سمة محورية في نجاح لاعب النخبة ضمن خطط اللعب الحديثة.) **اسماعيل(2003 ,**

3.2. علاقة المرونة الإدراكية واتخاذ القرار

تُعد العلاقة بين المرونة الإدراكية واتخاذ القرار علاقة وظيفية ومترابطة، حيث تُساهم المرونة الإدراكية في تحسين نوعية القرارات التي يتخذها الفرد في المواقف المعقدة. ويظهر هذا بوضوح في البيئة الرياضية، حيث يحتاج اللاعب إلى القدرة على تغيير الاستراتيجيات الذهنية بناءً على متغيرات لحظية في سلوك الخصم أو الفريق.

تؤكد دراسة عبد المؤمن علي الرفاعي ونسرين أحمد (2024) أن الأفراد ذوي المرونة الإدراكية المرتفعة يتمتعون بقدرة أكبر على "إعادة تقييم المواقف، وتحديث استراتيجياتهم بسرعة، مما ينعكس إيجاباً على دقة وسرعة اتخاذ القرار"، وخاصة في الألعاب الجماعية التي تتطلب تفاعلاً لحظياً واتخاذ قرارات متعددة في فترة زمنية قصيرة.) **نسرين عبد المؤمن على الرفاعى(2024 ,**

4.2. اثر المرونة الإدراكية على التكيف التكتيكي

تُعد المرونة الإدراكية من العوامل الأساسية في تعزيز قدرة اللاعب على التكيف التكتيكي، إذ تسمح له بإعادة تنظيم خططه واستجاباته الحركية والمعرفية استناداً إلى المعطيات المتغيرة أثناء المباراة.

أشارت دراسة صالح معمار (2022) إلى أن "المرونة الإدراكية تُعد متغيرًا نفسيًا فاعلًا في تيسير التكيف مع المواقف الرياضية عالية الضغط، وهي تُمكّن اللاعب من التحول السلس بين الحلول التكتيكية، وتجاوز الجمود الذهني الذي قد يعيق الأداء". وأضاف الباحث أن اللاعبين ذوي

المرونة الإدراكية العالية يظهرون قدرة أكبر على التنبؤ بتصرفات الخصم، وتعديل مواقعهم وقراراتهم بما يتناسب مع سير المباراة.) **صهيب(2022 ,**

3. الدراسات السابقة

5.2. الدراسات باللغة العربية

فيما يلي عرض لأبرز الدراسات العربية ذات الصلة:

1.2.5. عبد المؤمن علي الرفاعي، نسرين أحمد (2024)

- **عنوان الدراسة:** علاقة بعض أساليب التفكير لإستيرنبرج بالتوافق الدراسي لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الإعدادية.
- هدف الدراسة الوصفية–الارتباطية التي أجراها عبد المؤمن علي الرفاعي ونسرين أحمد (2024) إلى الكشف عن أساليب التفكير وفق نظرية ستيرنبرج لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم والعلاقة بينها وبين التوافق الدراسي، إضافة إلى استقصاء الفروق بين الذكور والإناث؛ وقد طبقت على عينة مكونة من 95 تلميذا (39 في الصف الأول الإعدادي، 27 في الصف الثاني، و29 في الصف الثالث) باستخدام مقياس أساليب التفكير لإستيرنبرج واختبار التوافق الدراسي المعد من قبل الباحثة، حيث جمعت البيانات، ووصفت لفظيا ورقميا بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، ثم أجريت التحليلات الارتباطية؛ وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين بعض أنماط التفكير ومستوى التوافق الدراسي، مع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير بين الجنسي[2].

2.2.5. صالح معمار (2022)

- **عنوان الدراسة:** تحديات ممارسات التعليم عن بعد لذوي صعوبات التعلّم والإجراءات الواجب اعتبارها للحد منها من وجهة نظر المشرفين والمشرفات بمنطقة المدينة المنورة
- هدفت الدراسة الوصفية–المسحية التي أجراها صالح معمار (2022) إلى الكشف عن تحديات ممارسات التعليم عن بعد لذوي صعوبات التعلّم، والإجراءات الواجب اعتبارها للحد منها من وجهة نظر المشرفين والمشرفات بمنطقة المدينة المنورة، والكشف عن الفروق الإحصائية بين أفراد الدراسة وفقا لمتغيرات المؤهل العلمي وسنوات الخبرة والإدارة التعليمية والجنس؛ وقد استخدم المنهج الوصفي المسحي، حيث طبقت استبانة على عينة عشوائية بسيطة من 127 معلما ومعلمة من مجتمع الدراسة المكون من 134، إضافة إلى مقابلات غطت 11 من مشرفي صعوبات التعلم ومديري إدارات التربية الخاصة ومساعديهم باستخدام العينة القصدية؛ وأظهرت نتائج الاستبانة أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور التحديات تراوحت بين 4.00 و4.31 بانحراف معياري بين 0.72 و1.10، وبلغ المتوسط العام 4.19 في مستوى مرتفع، وكان أعلى ثلاثة متوسطات للفقرتين (صعوبة الوصول إلى ممارسات تعليمية مبنية على الأبحاث مناسبة لذوي صعوبات التعلُّم) بمتوسط 4.31، و(تدني مستوى تفاعل ذوي الصعوبات مع الممارسات المختلفة في ظل غياب التفاعل الصفي) بمتوسط 4.29، و(عدم كفاية زمن الحصة الدراسية في المنصة الإلكترونية مع الممارسات المستخدمة) بمتوسط 4.28؛ كما أظهرت التحليلات عدم

وجود فروق دالة إحصائيا في التحديات وفقا لمتغيرات المؤهل العلمي وسنوات الخبرة والإدارة التعليمية والجنس[7].

3.2.5. شحاته كامل عبد الحافظ (2022)

- **عنوان الدراسة:** فاعلية برنامج إلكتروني قائم على إستراتيجية تكرار استرجاع المثيرات " البصرية - المكانية / السمعية " في تنمية سعة الذاكرة العاملة وأثره في تنشيط القشرة المخية قبل الجبهية وتحسين الذكاء المتدفق لدى ضعاف السمع
- هدفت إلى الكشف عن أثر برنامج إلكتروني قائم على إستراتيجية تكرار استرجاع المثيرات البصرية-المكانية والسمعية في تنمية سعة الذاكرة العاملة وتنشيط القشرة المخية قبل الجبهية لتحسين الذكاء المتدفق لدى ضعاف السمع؛ وشملت العينة الأساسية 68 طالباً وطالبة (34 ذكوراً و34 إناثاً) وعينة معملية مكوّنة من 5 طلاب ذكور تتراوح أعمارهم بين 15 و23 عاماً وحددت عتبات سمعهم بين 26 و54 ديسيبل، اختيرت بطريقة العينة العشوائية متعددة المراحل، واستُخدم في الدراسة جهاز قياس السمع الإلكتروني، واختبارات مصفوفات رافن العادية والمتقدمة، واختبار سعة الذاكرة العاملة المعدّ من الباحث، وبرنامج التدريب القائم على الاستراتيجية المذكورة، مع قياس نشاط القشرة قبل الجبهية عبرFMRI ، وعُولجت البيانات إحصائياً باستخدامSPSS26 ؛ وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقاييس سعة الذاكرة العاملة والذكاء المتدفق لصالح القياسين البعدي والتتبعي مقارنة بالقبلي، إلى جانب زيادة ملحوظة في نشاط القشرة قبل الجبهية الظهرية (DPFC) والباطنية (VPFC) في القياس البعدي، مما يدل على فعالية البرنامج التدريبي في تحسين المتغيرات المدروسة[8].

4.2.5. محمد سيد، هبة محمد الأنور وآخرون (2023)

- **عنوان الدراسة:** برنامج قائم على التعلم الذاتي لتنمية مهارات حل المعادلات الكيميائية
- هدفت إلى تنمية مهارات كتابة المعادلة الكيميائية لدى طالبات الصف الثاني الثانوي العلمي الأزهري بمعهد فتيات حسين رشدي ومعرفة أثر استخدام برنامج قائم على التعلم الذاتي مطوَّر وفق نموذج التحليل البنائي (أبلتون)، حيث اختيرت عينة البحث من طالبات الصف الثاني الثانوي الأزهري وتطبيق الموديولات التعليمية المقترحة عليهن باستخدام أداة "بطاقة ملاحظة المهارات" للقياس القبلي والبعدي، وأظهرت نتائج الاختبار الإحصائي (ت) وجود فرق دالّ إحصائيًا لصالح القياس البعدي بلغت قيمة ت 13.46 عند مستوى دلالة 0.01، مع تراوح حجم الأثر بين 0.508 و 0.929، مما يبرهن على فعالية البرنامج في تحسين مهارات كتابة المعادلات الكيميائية لديهن[1].

6.2. الدراسات باللغة الأجنبية

تظهر الدراسات الأجنبية اهتماماً متزايداً بفهم العلاقة بين المرونة الإدراكية واتخاذ القرار والتكيف في البيئات الرياضية، خاصة على مستوى لاعبي النخبة. ومن أبرز هذه الدراسات:

1.2.6. دراسة Husain, A., & Rahman, E. (2022)

عنوان الدراسة: The Role of Cognitive Flexibility in the Realm of Sports

تستعرض هذه الدراسة المراجعية دور المرونة الإدراكية في تعزيز توافق الرياضيين مع المنظمة الرياضية(Person–Organization Fit) ، من خلال تحليل نتائج أكثر من عشرين بحثًا سابقًا في علم النفس الرياضي؛ وأظهرت المراجعة أنّ المرونة الإدراكية تُعدّ قدرة أساسية لتمكين الرياضيين من التكيُّف مع المتغيرات الداخلية والخارجية، والحفاظ على تركيزهم على المؤشرات الأدائية، مما ينعكس إيجابًا على الالتزام المؤسسي والرضا الوظيفي داخل الفريق وتقليل معدلات الدوران، وبالتالي تنصح الدراسة بضرورة إدماج برامج تنمية المرونة الإدراكية ضمن التدريب النفسي للرياضيين لضمان توافق أفضل وأداء مستدام[9].

2.2.6. دراسة Koch, P., &Krenn, B. (2021)

عنوان الدراسة: Executivefunctions in eliteathletes – Comparing open-skill and closed-skill sports and considering the role of athletes' pastinvolvement in both sport categories

أجريت هذه الدراسة الوصفية–المقارنة للكشف عن الفروقات في الوظائف التنفيذية بين الرياضيين النخبويين الممارسين للرياضيات ذات المهارات المفتوحة والمغلقة، وللبحث في أثر مشاركتهم السابقة في هاتين الفئتين حتى سن الثامنة عشرة على هذه الوظائف؛ فقد شملت العينة 75 رياضيًا نخبوياً (45 ذكرًا و30 أنثى، بمتوسط عمر 23.03 ± 4.41 سنة)، صُنّفوا حسب رياضتهم الحالية إلى مجموعتي المهارات المفتوحة والمغلقة، وخضعوا لسلسلة اختبارات نفسية عصبية لقياس الذاكرة العاملة والقدرة على التثبيط والمرونة المعرفية (اختبار التدفق التصميمي، اختبار تتبع المسار، مهمة فلانكر، ومهمة 2-باك)، كما أُجريت مقابلات استعادية لتقييم مدة مشاركتهم في كل فئة رياضية حتى سن الثامنة عشرة، واستخدمت تحليلات MANCOVA والنماذج الخطية المعممة؛ وأظهرت النتائج تفوق الرياضيين ذوي المهارات المفتوحة في مهام الذاكرة العاملة والمرونة المعرفية، كما تبين أن الرياضيين أصحاب المهارات المغلقة الذين لديهم تاريخ مشاركات أكبر في الرياضيات مفتوحة المهارات حتى الثامنة عشرة حققوا أداءً أفضل في تلك المهام، مما يشير إلى أن الانخراط المكثف في الرياضيات ذات المتطلبات المعرفية العالية يساهم في تطوير الوظائف التنفيذية لدى الرياضيين النخبويين[10].

3.2.6. دراسة Knöbel, S., et al. (2024)

عنوان الدراسة: The impact of soccer-specific psychophysiological stress on inhibition and cognitive flexibility in elite youth players

أجرى الباحثون دراسةً تجريبية تهدف إلى استكشاف تأثير الضغط النفسي–الفسيولوجي الخاص برياضة كرة القدم على مهارات التثبيط والمرونة المعرفية لدى لاعبي النخبة الشباب؛ فقد ضمت العينة 92 لاعبًا نخبيا بمتوسط عمر 15.17 ± 1.45 سنة، خضعوا لاختبارات تثبيط (مهمة فلانكر) ومرونة معرفية (مهمة الرقم–الحرف) مع استجابات حركية مخصصة للعبة (تمرير الكرة نحو الأهداف). اتُّبع تصميم قياسات متكررة مع تقسيم عشوائي للمشاركين بعد القياس القبلي إلى حالتين: محايدة (تمارين متوسطة الشدة) وضغط (تمارين بدنية مكثفة مع تعليمات تنافسية وتصوير)، وقيس الضغط النفسي–الفسيولوجي موضوعيًا عبر مستويات الكورتيزول وتقلب ضربات القلب وذاتيًا عبر مقاييس SAM وVAS ست مرات خلال التجربة؛ وأظهرت التحليلات وجود تفاعلات دالة إحصائيًا بين الزمن والحالة لكل مقاييس الضغط، مما يؤكد نجاح استحداث الضغط التجريبي، في حين أظهرت نتائج الأداء المعرفي تأثيرات رئيسية للزمن دون تفاعل مع الحالة، إلا أن الإحصاءات الوصفية أظهرت تحسنًا في الأداء تحت الضغط بانخفاض تأثير فلانكر وتكاليف التحويل وتقليل تباين زمن الاستجابة في مهمة فلانكر، مما يشير إلى أن المحاكاة المكانية للضغط التنافسي قد تعزز بعض الجوانب التنفيذية لدى لاعبي النخبة . (S. Knöbel, The impact of soccer-specific psychophysiological stress on inhibition and cognitive flexibility in elite youth players, 2024)

4.2.6. دراسة Scharfen, H. E., &Memmert, D. (2019)

عنوان الدراسة: Measurement of Cognitive Functions in Experts and Elite Athletes: A Meta-Analytic Review

أجرت هذه المراجعة التحليلية التلوية (k = 19) بعنوان "قياس الوظائف المعرفية في الخبراء والرياضيين النخبويين" دراسة وصفية–تحليلية هدفت إلى تقدير الفروقات في الوظائف المعرفية بين الخبراء وغير الخبراء والرياضيين النخبويين وغير النخبويين، وجمع وتحليل الأبحاث السابقة مع اختبار تأثير العمر ومستوى المهارة وأنواع الاختبارات المعرفية المستخدمة؛ واستخدمت الدراسات المختارة اختبارات نفسية عصبية متنوعة لقياس الذاكرة العاملة، والقدرة على التثبيط، والمرونة المعرفية عبر مهام مثل التدفق التصميمي ومهمة 2-باك، وأظهرت نتائج التحليل التلوّي متوسط حجم أثر صغير إلى متوسط (r = 0.22) لصالح الخبراء والرياضيين النخبويين، كما برز تعريف المهارة كعامل مميّز دالّ إحصائيًا في العلاقة بين الخبرة والوظائف المعرفية، بينما لم تُسجل الفروق عبر الفئات العمرية أو المجالات المعرفية اختلافًا دالًّا؛ وتوصي الدراسة بالتركيز مستقبلاً على تعريف الرياضي النخبوي على أنه المعيار المفضَّل، والتمييز بين الرياضيين المحترفين والهواة، بالإضافة إلى دمج الاختبارات المعرفية كأداة إضافية للكشوف والتطوير الرياضي[12].

2.7 مقارنة بين الدراسة الحالية الدراسات السابقة

العنصر	الدراسات السابقة	الدراسة الحالية
المجال الرياضي	ركزت معظم الدراسات الأجنبية على الألعاب الجماعية (كرة قدم، طائرة)	تركز على لاعبي النخبة في الأكاديمية الرياضية بولاية تبسة
العينة	شملت لاعبين شباب أو طلاب كليات رياضية	تركز على نخبة مدربة وذات تجربة تنافسية ميدانية
المنهج	تجريبي/تحليلي - استخدام اختبارات معرفية موحدة	ميداني - باستخدام استبيانات وملاحظة أداء تكتيكي
المتغيرات المدروسة	المرونة الإدراكية، اتخاذ القرار فقط	تشمل التكيف التكتيكي كمتغير إضافي جديد
الثغرة المعرفية	ندرة الدراسات باللغة العربية في نفس السياق	الدراسة تسد فجوة في البيئة المحلية الجزائرية

الجدول 1: 7.2. مقارنة بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة (من إعداد الطالب بناء على مصادر تم ذكرها سابقا)

الفصل الثالث:الإجراءات المنـهجية للدراسة

يعتبر التخطيط لإجراء الاستبيان أول أسس النجاح، فعملية الاستقصاء تسير وفق مراحل متتابعة تتطلب دقة في الإعداد والتنظيم. وفي هذا الفصل، نستعرض الإجراءات المنهجية المعتمدة، من اختيار المنهج المناسب والدراسة الاستطلاعية، إلى تحديد مجتمع البحث والعينة، وأدوات جمع البيانات وأساليب تحليلها. يهدف ذلك إلى ضمان دقة النتائج ومصداقيتها في ضوء أهداف الدراسة.

1. المنهج المستخدم

تم الاعتماد في هذه الدراسة على أسلوب المقابلة المباشرة والتحليل لتحصيل معلومات أكثر موضوعية، حيث استهدف الإستبيان لاعبي النخبة بالأكادمية الرياضية لولاية تبسة، من أجل قياس أثر المرونة الإدراكية على سرعة إتخاذ القرار والتكيف التكتيتي لدى لاعبي النخبة.

2. الدراسة الإستطلاعية

وتمثلت في الإجراءات التي سبقت الدراسة الأساسية، حيث قام الطالب بالدراسة الاستطلاعية في الأكادمية الرياضية لولاية تبسة.

3. مجتمع الدراسة وعينة الدراسة

1.3. مجتمع البحث

يشتمل مجتمع البحث على اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة، وبما أن هذه المؤسسة رياضية تتعامل مع الأفراد، فإن هذه الدراسة قد اقتصرت على منخرطي الأكادمية الرياضية لولاية تبسة، وتم توزيع الاستبيان لأغراض هذه الدراسة على عينة من لاعبيها.

2.3. عينة الدراسة

تشكلت عينة الدراسة من 109 لاعبا، تكونت من الأفراد وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم توزيع 109 إستمارة استعيدت منها 100 إستمارة صالحة للتحليل. حيث 05 إستمارات غير صالحة و 04 لم تسترد، أي بنسبة 91.74%.

4. مجالات البحث

نقصد بمجالات الدراسة: المجال والزمني والبشري والجغرافي للدراسة.

1.4. المجال الزمني:

دامت الدراسة الأساسية خلال السنة الجامعية 2025/2024.

2.4. المجال البشري :

مجتمع الدراسة يتناول اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة.

3.4. المجال الجغرافي :

نظرا لموضوع الدراسة، وقع اختيارنا بطريقة متعمدة على الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة، وكان هذا الاختيار لعدة أسباب منها أن مقر السكن متواجد بهذه المدينة، وما توفره هذه الخاصية من

إيجابيات من حيث قلة الكلفة المادية من ناحية ومن ناحية أخرى ربح عامل الوقت، وهذا ما سهل لنا إجراء الدراسة الميدانية ، بحيث استطعنا أن نجري دراستنا بأقل صعوبات وعراقيل إدارية.

5. ضبط متغيرات الدراسة

1. **المتغير المستقل :** المرونة الإدراكية
2. **المتغير التابع الأول :** سرعة إتخاذ القرارات
3. **المتغير التابع الثاني :** التكيف التكتيكي

6. أدوات الدراسة

سيتم التطرق إلى أسلوب جمع البيانات من إستبيان ومقابلة وكذلك الاطلاع على الوثائق والسجلات كما يلي:

1.6. أسلوب جمع البيانات

1.6.1. الإستبيان:

تم استخدام الاستبيان كأداة أساسية لجمع بيانات عينة الدراسة، وتم تقسيمه إلى محاور كما يلي:

- محور أول يخص البيانات الشخصية للعينة كالجنس والسن ونوع الرياضة والخبرة.

- محور ثاني يقوم بقياس المرونة الإدراكية من خلال 10 عبارات.

- محور ثالث يقوم بقياس سرعة إتخاذ القرارات من خلال 10 عبارات.

- محور ثالث يقوم بقياس التكيف التكتيكي من خلال 10 عبارات.

2.6.1. المقابلة:

استخدمت المقابلة تدعيما للاستمارة في جمع البيانات والمعلومات اللازمة لموضوع الدراسة.

2.6. مقياس الإستمارة

وقد عرضت جميعها باستخدام مقياس ليكرت الخماسي المتدرج من أوافق إلى غير موافق الذي يتكون من الأوزان التالية:

الجدول 2: مقياس ليكرت الخماسي

الرأي	الوزن
غير موافق بشدة	1
غير موافق	2
محايد	3
موافق	4

موافق بشدة	5

المصدر: (من إعداد الطالب)

3.6. درجة الموافقة ومستوى التقييم

كما قمنا بتقسيم السلم إلى ثلاث مجالات وعلى هذا الأساس تم تحديد القرار كما يلي:

أ- حساب المدى لقيم المقياس الثلاثي، كمايلي: المدى: 5-1 = 4.

ب- تقسيم المدى على عدد خلايا المقياس، كما يلي: 5/4 أي ما يقدر بـــ 0.8.

وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة، إلى أقل قيمة في المقياس،وهي الواحد الصحيح، وذلك لتحديد الحد الأعلى للبعد الأول وهكذا، كمايلي:

- **غير موافق بشدة:**المتوسط ينتمي إلى المجال **[01.00- 1.80[.**
- **غير موافق:**المتوسط ينتمي إلى المجال **[1.8- 2.6[.**
- **محايد:**المتوسط ينتمي إلى المجال **[2.6- 3.4[.**
- **موافق:**المتوسط ينتمي إلى المجال **[3.4- 4.2[.**
- **موافق بشدة:** المتوسط ينتمي إلى المجال **[4.2- 5.00].**

7. الأسس العلمية لأدوات البحث

1.7. الصدق:(Validity)

الصدق الظاهري:عُرض الاستبيان على مشرف أكاديمي وأساتذة متخصصين للتأكد من وضوح البنود وتوافقها مع محاور البحث (المرونة الإدراكية، سرعة اتخاذ القرار، التكيف التكتيكي).

صدق المحتوى:صيغت البنود لتغطي جميع أبعاد المفاهيم الثلاثة، من خلال مراجعة أدبيات سابقة في المجال الرياضي والنفسي.

الصدق البنائي (غير مذكور تحليليًا لكنه يُفترض من خلال البنية المنطقية للمحاور وتماسك النتائج).

2.7. الثبات:(Reliability)

تم التحقق من ثبات المحاور باستخدام معامل ألفا كرونباخ عبر برنامج SPSS ، وبلغت النتائج:

المرونة الإدراكية: 0.805 (مرتفع جدًا)

سرعة اتخاذ القرار: 0.786 (مرتفع جدًا)

التكيف التكتيكي: 0.835 (مرتفع)

مما يدل على اتساق داخلي قوي لكل محور.

صُممت الأداة لتكون سهلة الترميز والتحليل باستخدام Excel و.SPSS

8. الوسائل الإحصائية المستعملة

1.8. الإحصاء الوصفي:(Descriptive Statistics)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل عبارة.

النسب المئوية والتكرارات لخصائص العينة (الجنس، السن، الخبرة، نوع الرياضة...).

اتجاه الإجابات (مرتفع، مرتفع جدًا...).

2.8. اختبار الثبات:

معامل ألفا كرونباخ لكل محور لقياس الاتساق الداخلي.

3.8. الإحصاء الاستدلالي:(Inferential Statistics)

الانحدار البسيط (Simple Linear Regression) لاختبار العلاقات بين:

المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار

المرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي

- **تحليل التباين الأحادي(ANOVA)** لاختبار الفروق بين مجموعات حسب مستويات المرونة الإدراكية.

الفصل الرابع:عرض تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1. عرض وتحليل نتائج الدراسة

في هذا المبحث سوف يتم التكلم عن نتائج متغيرات الدراسة والمتمثلة في كل من المتغيرات الشخصية ومتغيرات المرونة الإدراكية إضافة إلى كل من متغيرات سرعة إتخاذ القرار والتكيف التكتيتي، مع مناقشة هذه النتائج المتوصل.

1.1. خصائص عينة الدراسة ونتائجها

في هذا الجزء سيتم التطرق إلى تحليل المتغيرات الشخصية وذلك من خلال استخدام التكرارات والنسب المئوية لمعرفة أكثر عن كل متغير من متغيرات الشخصية.

أولا: تحليل الخصائص الشخصية

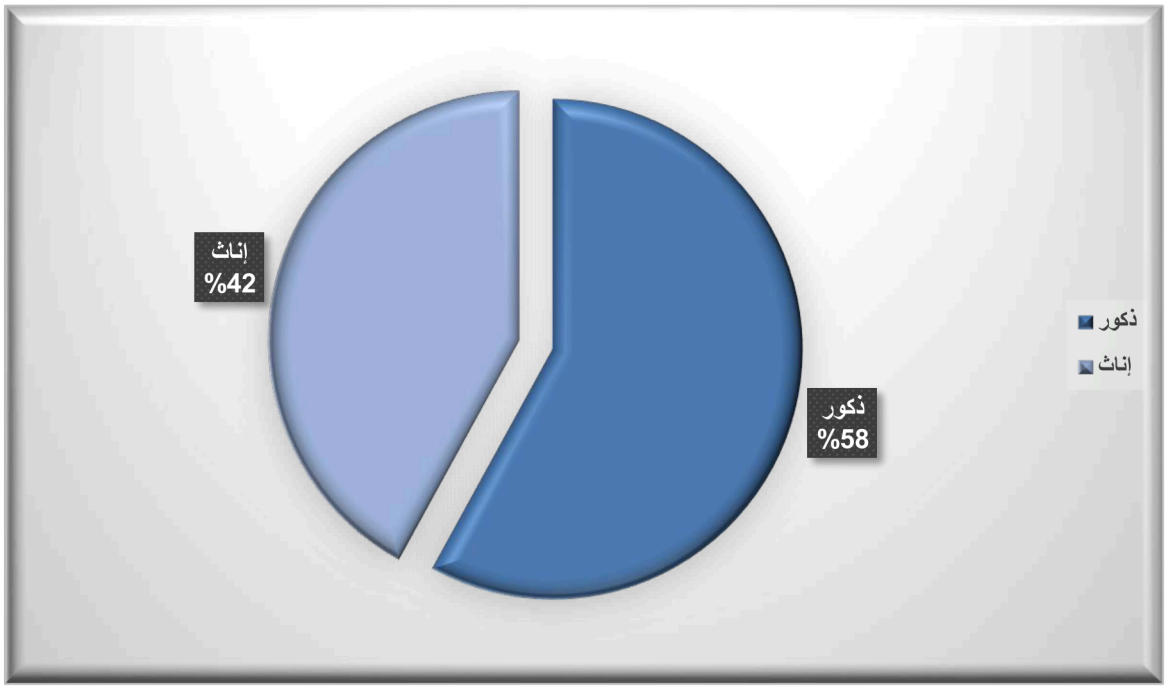
1. توزيع العينة حسب الجنس:

الجدول :3التكرارات حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية%
الذكور	58	% 58
الإناث	42	% 42
المجموع	100	100%

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 1: توزيع عينة الدراسة حسب الجنس



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن أغلبية أفراد العينة من الذكور، فقد بلغ عددهم 58 فرد أي بنسبة 58 % من أفراد العينة.

2. توزيع العينة حسب الفئة العمرية (السن):

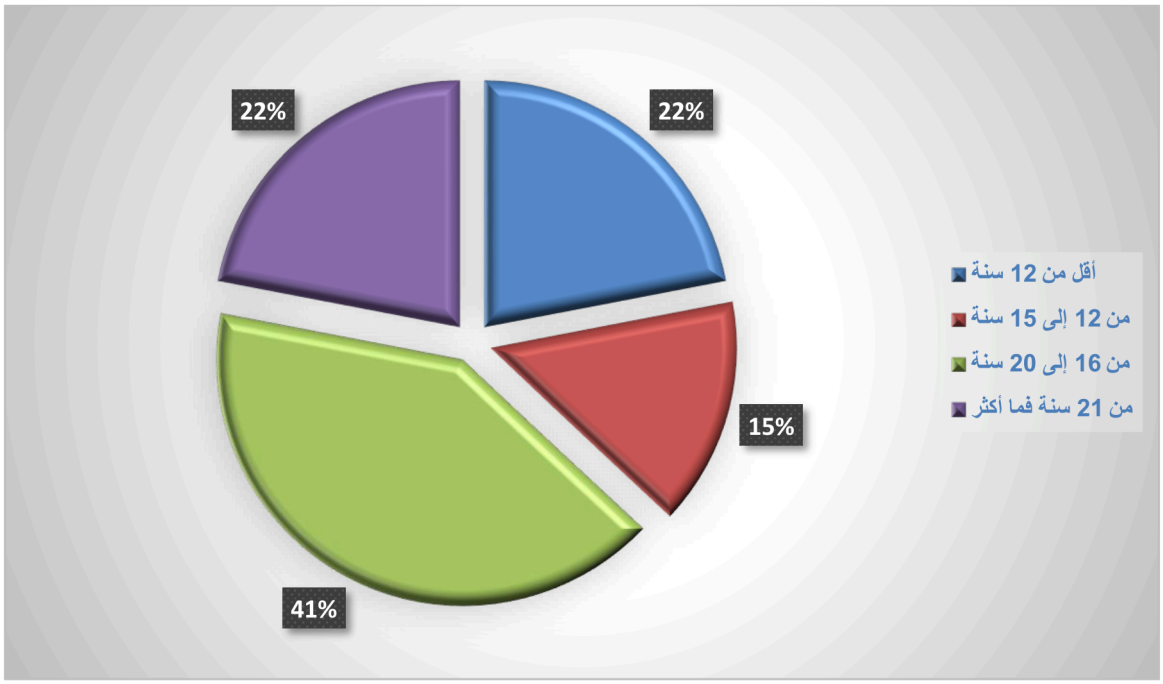
يبين الجدول التالي توزيع أفراد عينة الدراسة حسب فئات أعمارهم:

الجدول 4: توزيع أفراد العينة حسب السن

السن	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 12 سنة	22	% 22
من (12-15) سنة	15	% 15
من (16-20) سنة	41	% 41
21 سنة فما فوق	22	% 22
المجموع	100	%100

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 2: توزيع عينة الدراسة حسب السن



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن معظم أفراد العينة تتراوح أعمارهم ما بين 16- 20 سنة، فقد بلغ عددهم 41 فرد أي بنسبة 41 % من أفراد العينة، ثم تليهم كل من فئة أقل من 12 سنة وأكثر من 21 سنة، فقد بلغ عدد كل منهم 22 فرد أي بنسبة 22 % من أفراد العينة.

3. توزيع العينة حسب مستوى الدخل

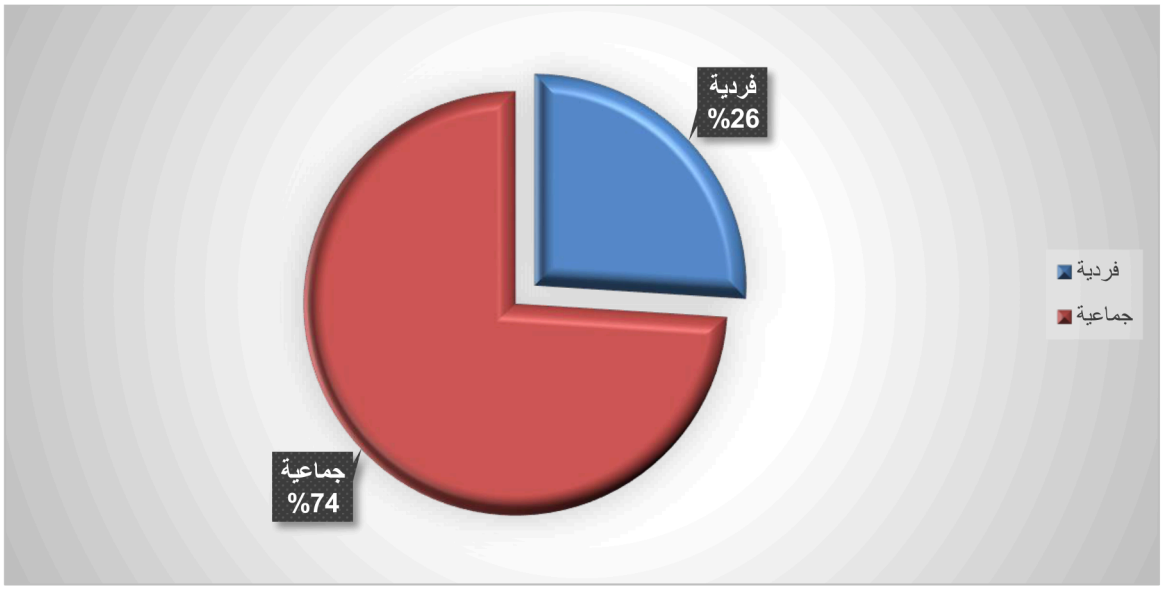
يبين الجدول التالي توزيع أفراد العينة حسب مستوى الدخل:

الجدول 5: توزيع أفراد العينة حسب طبيعة الرياضة

طبيعة الرياضة	التكرار	النسبة المئوية
فردية	26	% 26
جماعية	74	% 74
المجموع	100	%100

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 3: توزيع أفراد العينة حسب طبيعة الرياضة



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن معظم أفراد العينة ممارسي لرياضات جماعية، فقد بلغ عددهم 74 فرد أي بنسبة 74 % من أفراد العينة، أما فئة الرياضات الفردية، فقد بلغ عدد كل منهم 22 فرد أي بنسبة 22 % من أفراد العينة.

4. توزيع أفراد العينة حسب نوع الرياضة

يبين الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب نوع الرياضة:

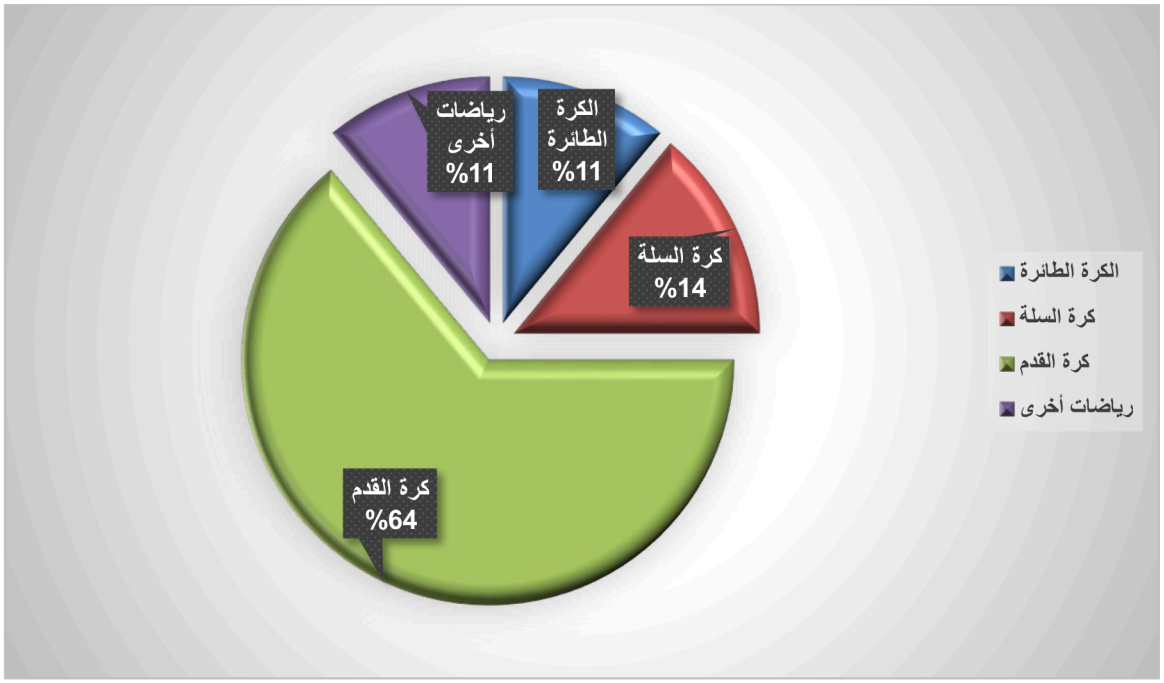
الجدول 6: توزيع أفراد العينة حسب نوع الرياضة

نوع الرياضة	التكرار	النسبة المئوية
الكرة الطائرة	11	% 11

كرة السلة	14	% 14
كرة القدم	64	% 64
رياضات أخرى	11	% 11
المجموع	100	%100

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 4: توزيع أفراد العينة حسب نوع الرياضة



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن معظم أفراد العينة من لاعبي كرة القدم، فقد بلغ عددهم 64 فرد أي بنسبة 64 % من أفراد العينة وهذا يرجع أن كرة القدم هي الرياضة الأكثر شعبية، أما كرة السلة، فقد بلغ عدد كل منهم 14 فرد أي بنسبة 14 % من أفراد العينة، والكرة الطائرة والرياضات الأخرى فكانت 11 بالتساوي ونسبة مئوية قدرت ب 11%.

5. توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة

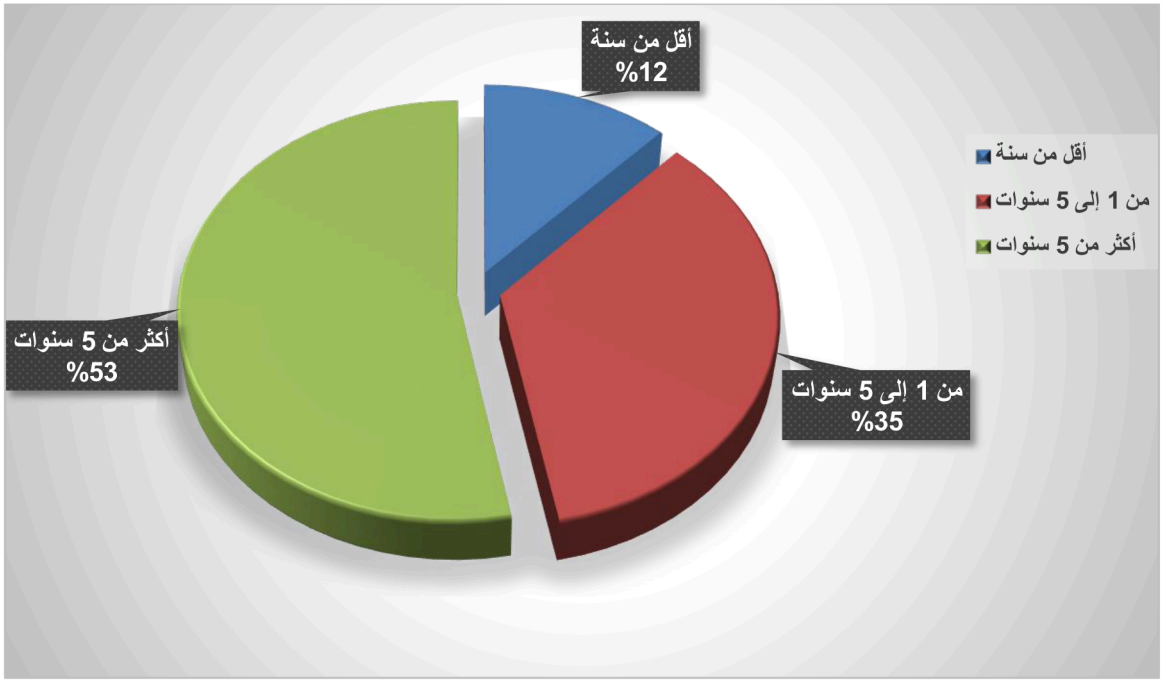
يبين الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة:

الجدول 7: توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة

الخبرة	التكرار	النسبة المئوية
أقل من سنة	12	% 12
من 1 إلى 5 سنوات	35	% 35
أكثر من 5 سنوات	53	% 53
المجموع	100	%100

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 5: توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن معظم أفراد العينة من فئة أكثر من 5 سنوات، فقد بلغ عددهم 53 فرد أي بنسبة 53 % من أفراد العينة وهذا يرجع أن أغلبية العينة المبحوثة من فئة 16 إلى 20 سنة والرياضي بشكل عام له إستمرارية للوصول للمراحل الشبانية.

6. توزيع أفراد العينة حسب ساعات التدريب الأسبوعية

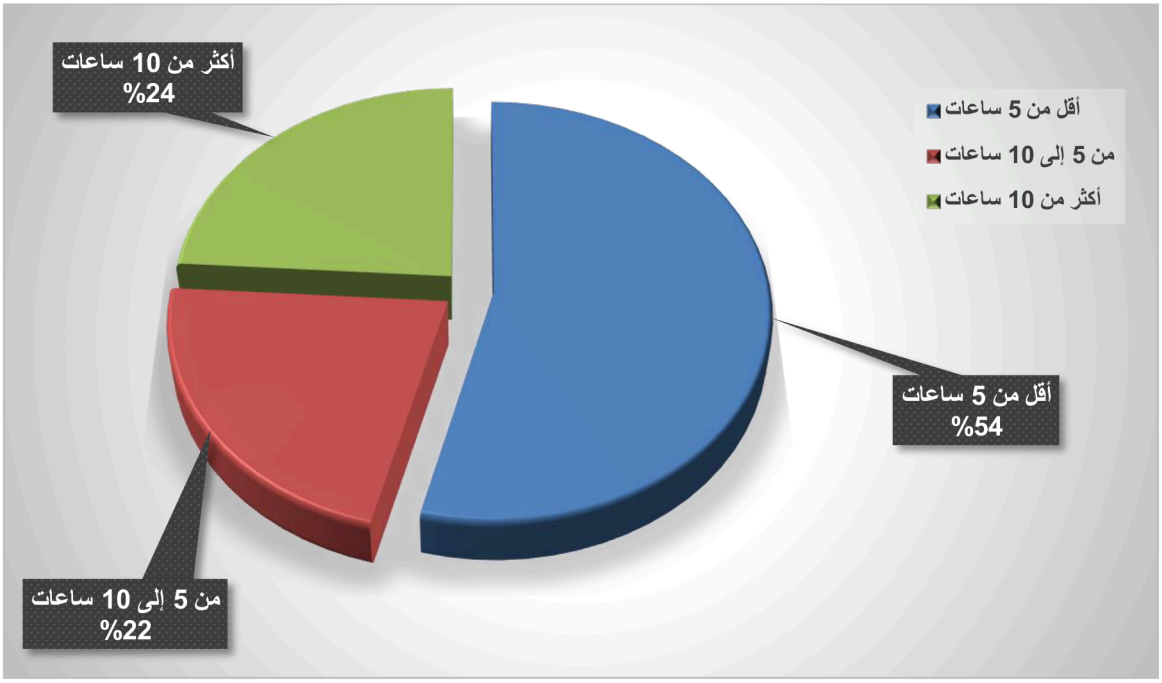
يبين الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب ساعات التدريب الأسبوعية:

الجدول 8: توزيع أفراد العينة حسب ساعات التدريب الأسبوعية

ساعات التدريب	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 ساعات	54	% 54
من 5 إلى 10 ساعات	22	% 22
أكثر من 10 ساعات	24	% 24
المجموع	100	%100

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 6: توزيع أفراد العينة حسب ساعات التدريب الأسبوعية



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

يوضح الجدول والشكل السابقين أن معظم أفراد العينة يتدربون أقل من 5 ساعات، فقد بلغ عددهم 54 فرد أي بنسبة 54 %، أماأكثر من عشر ساعات فكانت في المرتبة الثانية، وقد بلغ عددهم 24 فرد أي بنسبة 24 % من أفراد العينة، ومن 5 إلى 10 ساعات فكانت الأخيرة وبلغ عددهم 22 ونسبة مئوية قدرت ب 22%.

2.1. تحليل البيانات المتعلقة بمحور كل من المرونة الإدراكية، سرعة إتخاذ القرار، التكيف التكتيكي والأسئلة المفتوحة.

سيتم الآن تحليل ومناقشة بيانات فقرات الدراسة من خلال الأسئلة الموجودة في للإستبيان، ثم نقوم بحساب التكرارات والنسب المؤوية ثم المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لكل عبارة، وبعد الإنتهاء من الجدول نقوم بتحليل النتائج.

أولا- تحليل فقرات محور المرونة الإدراكية

الجدول 9: نتائج تحليل عبارات محور المرونة الإدراكية

العبارات	التكرار والنسبة	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الاتجاه

العبارة 01	التكرار	-	2	5	29	64	4.55	0.687	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	5	29	64			
العبارة 02	التكرار	-	4	6	30	60	4.46	0.784	مرتفع جدا
	النسبة %	-	4	6	30	60			
العبارة 03	التكرار	-	4	2	44	50	4.40	0.725	مرتفع جدا
	النسبة %	-	4	2	44	50			
العبارة 04	التكرار	-	5	5	59	31	4.16	0.735	مرتفع
	النسبة %	-	5	5	59	31			
العبارة 05	التكرار	-	2	15	34	49	4.30	0.798	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	15	34	49			
العبارة 06	التكرار	-	7	7	52	34	4.13	0.825	مرتفع
	النسبة %	-	7	7	52	34			
العبارة 07	التكرار	3	6	8	37	46	4.17	1.016	مرتفع
	النسبة %	3	6	8	37	46			
العبارة 08	التكرار	-	4	-	32	64	4.56	0.701	مرتفع جدا
	النسبة %	-	4	-	32	64			
العبارة 09	التكرار	5	-	5	36	57	4.40	0.943	مرتفع جدا
	النسبة %	5	-	5	36	57			
العبارة 10	التكرار	-	4	19	42	35	4.08	0.837	مرتفع
	النسبة %	-	4	19	42	35			
جميع فقرات المرونة الإدراكية							4.32	0.805	مرتفع جدا

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 7: متوسطات محور المرونة الإدراكية



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والشكل السابق يتضح أن كل العبارات كانت بمتوسط مرتفعة من (4.08) إلى (4.56) أي في المستوى الرابع والخامس من المقياس الخماسي وتدل على الموافقة على العبارات الخاصة بمحور المرونة الإدراكية حيث أن أعلى متوسط حسابي كان من نصيب الفقرة الثامنة إذ بلغ الوسط الحسابي لها (4.56) أي بانحراف معياري قدره 0.701، مما يدل على أن أفراد العينة المبحوثة متفقون أنهم يستطيعون التفكير في أكثر من خيار للعب في آن واحد ويؤكدون على المرونة الفكرية. بينما أقل متوسط حسابي كان من نصيب الفرة العاشرة بمتوسط حسابي (4.08) وانحراف معياري 0.837، ورغم أنه أقل متوسط حسابي لكن يدل على موفقة عينة الدراسة على أن التغيير داخل المبارات يعتبر فرصة لتحسين الأداء وليس تهديداً، وبهذه النتائج يؤكد أن الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة تزخر برياضيين ذو مرونة إدراكية.

ثانيا- تحليل فقرات محور سرعة إتخاذ القرارات

الجدول 10: نتائج تحليل عبارات محور سرعة إتخاذ القرارات

العبارات	التكرار والنسبة	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الاتجاه
العبارة 11	التكرار	-	2	4	29	65	4.57	0.741	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	4	29	65			
العبارة 12	التكرار	2	-	10	31	57	4.41	0.830	مرتفع جدا
	النسبة %	2	-	10	31	57			
العبارة 13	التكرار	-	2	2	37	59	4.53	0.643	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	2	37	59			
العبارة 14	التكرار	-	2	11	45	42	4.27	0.737	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	11	45	42			
العبارة 15	التكرار	5	5	19	49	22	3.78	1.011	مرتفع
	النسبة %	5	5	19	49	22			
العبارة 16	التكرار	-	7	13	49	31	4.04	0.852	مرتفع
	النسبة %	-	7	13	49	31			
العبارة 17	التكرار	-	2	16	43	39	4.19	0.775	مرتفع
	النسبة %	-	2	16	43	39			
العبارة 18	التكرار	2	-	2	47	49	4.41	0.726	مرتفع جدا
	النسبة %	2	-	2	47	49			
العبارة 19	التكرار	-	2	9	20	69	4.56	0.725	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	9	20	69			
العبارة 20	التكرار	-	4	13	42	41	4.20	0.817	مرتفع
	النسبة %	-	4	13	42	41			
جميع فقرات سرعة إتخاذ القرارات							4.30	0.786	مرتفع جدا

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 8: متوسطات محور سرعة إتخاذ القرارات



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

من خلال الجدول والشكل أعلاه يمكن ملاحظة ما يلي:

- كل العبارات كانت بمتوساط مرتفعة من (3.78) إلى (4.57) أي في المستوى الرابع والخامس من المقياس الخماسي وتدل على الموافقة على العبارات الخاصة بمحور سرعة إتخاذ القرارات بحيث كانت العبارة رقم (11) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.57) أي بانحراف معياري قدره 0.741، مما يدل على أن أفراد العينة المبحوثة متفقون وبشدة أنهم يتخذون قرارات في أقل من ثانية.

- أما المرتبة الثانية كانت للعبارة رقم(19) بمتوسط حسابي (4.56) وبإنحراف معياري قدره 0.725 مما يؤكد أن العينة المبحوثة تتفق وبشدة على الإعتماد على الحدس في القرارات الخاطفة.

- ومن خلال النتائج يتفق رياضيوا الأكادمية الرياضية لولاية تبسة على كل عبارات محور سرعة إتخاذ القرارات ستة منها كانت الموافقة وبشدة وأربعة كانت بموافق بينما أقل متوسط حسابي كان من نصيب القفرة الخامسة عشر بمتوسط حسابي (3.78) وانحراف معياري 1.011، ورغم أنه أقل متوسط حسابي لكن يدل على موفقة نسبة من عينة الدراسة على إمكانية تغيير القرارات حتى في آخر لحضة لكن إرتفاع الإنحراف المعياري يدل على تفاوت في الإجابات حيث يرجع هذا لسبب أن 19 فرد من العينة أجابوا بالحياد عن هذه العبارة و10 بالمعارضة والبقية بالموافقة، وبهذه النتائج يؤكد أن رياضيي الأكادمية الرياضية لولاية تبسة يتميزون بسرعة في إتخاذ القرارات.

ثالثا- تحليل فقرات محور التكيف التكتيكي

الجدول :11نتائج تحليل عبارات محورالتكيف التكتيكي

العبارات	التكرار والنسبة	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الاتجاه
العبارة 21	التكرار	-	6	16	44	34	4.06	0.863	مرتفع
	النسبة %	-	6	16	44	34			
العبارة 22	التكرار	-	8	8	48	36	4.12	0.868	مرتفع
	النسبة %	-	8	8	48	36			
العبارة 23	التكرار	-	10	20	44	26	3.86	0.921	مرتفع
	النسبة %	-	10	20	44	26			
العبارة 24	التكرار	-	2	17	45	36	4.15	0.770	مرتفع
	النسبة %	-	2	17	45	36			
العبارة 25	التكرار	-	2	13	33	52	4.35	0.783	مرتفع جدا
	النسبة %	-	2	13	33	52			
العبارة 26	التكرار	-	5	-	37	58	4.48	0.745	مرتفع جدا
	النسبة %	-	5	-	37	58			
العبارة 27	التكرار	-	5	5	35	55	4.40	0.804	مرتفع جدا
	النسبة %	-	5	5	35	55			
العبارة 28	التكرار	3	7	2	29	45	4.06	1.081	مرتفع
	النسبة %	3	7	16	29	45			
العبارة 29	التكرار	-	14	13	64	9	3.68	0.827	مرتفع
	النسبة %	-	14	13	64	9			
العبارة 30	التكرار	-	4	-	51	45	4.37	0.691	مرتفع جدا
	النسبة %	-	4	-	51	45			
جميع فقرات التكيف التكتيكي							4.17	0.835	مرتفع

المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

الشكل 9: متوسطات محور التكيف التكتيكي



المصدر: (من إعداد الطالب وفقا لنتائج التحليل الإحصائي spss)

من خلال الجدول والشكل أعلاه يمكن ملاحظة ما يلي:

- كل العبارات كانت بمتوساط مرتفعة من (3.68) إلى (4.48) أي في المستوى الرابع والخامس من المقياس الخماسي وتدل على الموافقة على العبارات الخاصة بمحور التكيف التكتيكي بحيث كانت العبارة رقم (26) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.42) أي بانحراف معياري قدره 0.745، مما يدل على أن أفراد العينة المبحوثة متفقون وبشدة أنهم يقرئون أنماط لعب المنافس ويتكيفون على أساسها.

- أما المرتبة الثانية كانت للعبارة رقم(30) بمتوسط حسابي (4.37) وبإنحراف معياري قدره 0.691 مما يؤكد أن العينة المبحوثة تتفق وبشدة على تقديمهم للمدرب أو القائد مقترحات تكتيكية إستنادا لرؤيتهم في الملعب.

- ومن خلال النتائج يتفق رياضيوا الأكادمية الرياضية لولاية تبسة على كل عبارات محور المرونة التكتيكية أربعة منها كانت الموافقة وبشدة وستة كانت بموافق بينما أقل متوسط حسابي كان من نصيب القفرة التاسعة والعشرين بمتوسط حسابي (3.68) وانحراف معياري 0.827، ورغم أنه أقل متوسط حسابي لكن يدل على موافقة نسبة من عينة الدراسة على أن التغييرات المفاجئة في تشكيلة الفريق لا تؤثر سلبا على أدائهم ، وبهذه النتائج يؤكد أن رياضيي الأكادمية الرياضية لولاية تبسة أنهم يتمتعون بتكيف تكتيكي.

2. اختبار فرضيات الدراسة

سيتم اختبار الفرضيات على النحو الاتي:

1.2. اختبار الفرضية الجزئية الأولى

توجد علاقة تأثير ذات دلالة إحصائية بين مستوى المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة عند مستوى($\alpha \leq 0.05$).

الجدول التالي يوضح معلمات نموذج الانحدار البسيط المستخدمة تحديد العلاقة بين المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار.

الجدول :12نتائج اختبار الفرضية الجزئية الأولى

المتغير المستقل	المتغير التابع	R الارتباط	R^2 معامل التحديد	f المحسوبة	t الجدولية	β معامل الانحدار المعياري
مستوى المرونة الإدراكية	وسرعة اتخاذ القرار	0.746	0.557	11.10	1.98	*0.712

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية: $p \leq 0.05$.

تُشير نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في هذا الجدول إلى وجود ارتباط ثنائي قوي بين المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار يُقدر بـــ 0.746 ، وقد بلغ معامل التحديد R^2: 0.557. وتجدر الإشارة إلى أنَّ معامل الانحدار β موجب ومعنوي إحصائيا ($p \leq 0.05$). وعليه؛ نخلص إلى قبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود علاقة تأثير موجبة ومعنوية بين المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار بالأكاديمية الرياضية تبسة.

2.2. اختبار الفرضية الجزئية الثانية

توجد علاقة تأثير ذات دلالة إحصائية بين المرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي أثناء الأداء الرياضي لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة عند مستوى($\alpha \leq 0.05$).

الجدول التالي يوضح معلمات نموذج الانحدار البسيط المستخدمة تحديد العلاقة بين المرونة الإدراكية الإدراكية والتكيف التكتيكي.

الجدول 13: نتائج اختبار الفرضية الجزئية الثانية

المتغير المستقل	المتغير التابع	R الارتباط	R^2 معامل التحديد	f المحسوبة	t الجدولية	β معامل الانحدار المعياري
المرونة الإدراكية	التكيف التكتيكي	0.535	0.286	6.27	1.98	*0.492

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية: $p \leq 0.05$.

تُشير نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في هذا الجدول إلى وجود ارتباط ثنائي من متوسط إلى قوي بين المرونة الإدراكية الإدراكية والتكيف التكتيكي يُقدر بـــ 0.535 ، وقد بلغ معامل التحديد R^2: 0.286. وتجدر الإشارة إلى أنَّ معامل الانحدار β موجب ومعنوي إحصائيا ($p \leq 0.05$). وعليه؛ نخلص إلى قبول الفرضية التي تنص على وجود علاقة تأثير المرونة الإدراكية الإدراكية والتكيف التكتيكي بالأكادمية الرياضية تبسة.

3.2. اختبار الفرضية الجزئية الثالثة

- تختلف سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي باختلاف مستوى المرونة الإدراكية (مرتفع – متوسط – منخفض) لدى لاعبي الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة.

الجدول 14: نتائج تحليل التباينANOVA

المتغير	f المحسوبة	p-value	الإستنتاج
سرعة اتخاذ القرارات	7.83	0.0007	توجد فروق ذات دلالة إحصائية
التكيف التكتيكي	7.83	0.0007	توجد فروق ذات دلالة إحصائية

تُشير نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول أعلاه إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي راجعة إلى الاختلاف في مستوبات المرونة الإدراكية، وعليه نخلص إلى قبول الفرضية التي تنص على وجود فروق احصائية بين

مستويات سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي تعود للاختلاف في مستويات المرونة الادراكية بالأكاديمية الرياضية تبسة.

4.2. اختبار الفرضية الرئيسية

توجد علاقة تأثير ذات دلالة إحصائية بين المرونة الإدراكية بشكل إيجابي على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة عند مستوى($\alpha \leq 0.05$).

الجدول التالي يوضح معلمات نموذج الانحدار البسيط المستخدمة تحديد العلاقة بين المرونة الإدراكية بشكل إيجابي على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي.

الجدول 15: نتائج اختبار الفرضية الرئيسية

المتغير المستقل	المتغير التابع	R الارتباط	R^2 معامل التحديد	f	t	β معامل الانحدار المعياري
المرونة الإدراكية	سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي	0.641	0.422	81.275	8.69	*0.602

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية: $p < 0.05$.

تُشير نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في هذا الجدول إلى وجود ارتباط ثنائي قوي بين المرونة الإدراكية سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي ، وقد بلغ معامل التحديد R^2: 0.422. وتجدر الإشارة إلى أنَّ معامل الانحدار β موجب ومعنوي إحصائيا ($p < 0.05$). وعليه؛ نخلص إلى قبول الفرضية الرئيسية التي تنص على وجود علاقة تأثير موجبة ذات دلالة إحصائية بين المرونة الإدراكية بشكل إيجابي على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي كرة القدم بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة من وجهة نظر عينة الدراسة.

3. النتائج العامة للدراسة

- تؤثر المرونة الإدراكية بشكل إيجابي على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى اللاعبين بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة.
- توجد علاقة ارتباط قوية بين مستوى المرونة الإدراكية وسرعة اتخاذ القرار، مما يؤكد أن اللاعبين ذوي المرونة العالية يتميزون بسرعة أكبر في اتخاذ القرارات أثناء الأداء الرياضي.
- يوجد تأثير معنوي موجب بين المرونة الإدراكية والتكيف التكتيكي، حيث يتمكن اللاعبون الأكثر مرونة من التفاعل مع خطط اللعب والتغييرات التكتيكية بفعالية أكبر.

- تختلف سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي باختلاف مستوى المرونة الإدراكية، حيث كشفت نتائج تحليل التباين عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات (مرتفعة – متوسطة – منخفضة).
- تشير النتائج إلى أن الفئة ذات المرونة الإدراكية المرتفعة تفوقت في سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي مقارنة بالفئتين الأخريين.
- تدل جميع النتائج على أهمية تنمية المرونة الإدراكية كعامل أساسي في تحسين الأداء الرياضي للاعبين، لا سيما في مواقف الضغط واتخاذ القرار السريع.

الخاتمة

توصّلنا من خلال هذه الدراسة إلى أن المرونة الإدراكية تُعد من القدرات الذهنية الأساسية التي تلعب دوراً محورياً في تطوير الأداء الرياضي، حيث تبين أنها تسهم بشكل فعّال في تحسين سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي أثناء المنافسة. وقد أكدت نتائج التحليل الإحصائي أنّ اللاعبين الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من المرونة الإدراكية كانوا أكثر قدرة على التعامل مع التغيرات المفاجئة، وأسرع في اتخاذ القرارات، وأكثر تكيفاً مع المتغيرات التكتيكية للمباراة.

لقد أبرزت الدراسة أن المرونة الإدراكية لا تُعد مجرد قدرة عقلية مجردة، بل هي مهارة قابلة للتطوير من خلال التدريب المستمر والتعرض لمواقف رياضية متنوعة تحاكي الواقع التنافسي. كما كشفت أن الفروق في سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمستوى هذه المرونة، مما يعزز من ضرورة إدماج محتوى معرفي وتدريبي موجه ضمن البرامج التأهيلية للاعبين .

وبالرغم من الصعوبات التي واجهناها خلال العمل الميداني، سواء تعلق الأمر بتنسيق الحصص أو تجاوب العينة، فإن النتائج المتحصَّل عليها كانت دافعة لتقديم توصيات عملية من شأنها المساهمة في تحسين جودة التكوين الرياضي داخل الأكاديميات، لاسيما عبر الاهتمام بالبعد الإدراكي والمعرفي إلى جانب الإعداد البدني والمهاري.

وفي الأخير، نأمل أن تسهم هذه الدراسة المتواضعة في إثراء الأدبيات المحلية في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وتشكل لبنة أولى نحو بحوث أكثر عمقاً في موضوع العلاقة بين العمليات العقلية المعرفية والأداء الرياضي التنافسي.

الاقتراحات

- تصميم سيناريوهات لعب تتطلب من اللاعبين اتخاذ قرارات سريعة بناء على معلومات متغيرة (مثل التمرير، التسديد، المراوغة). يمكن تحقيق ذلك عبر تقليل الوقت المتاح للاعبين، أو زيادة عدد المدافعين، أو تغيير قواعد اللعبة بشكل مفاجئ.
- تدريب اللاعبين على اللعب في مراكز مختلفة أو تبديل أدوارهم خلال المباراة، مما يتطلب منهم فهما أعمق للمنظومة التكتيكية ومرونة في التفكير.
- تغيير تشكيلة الفريق الخصم الافتراضي، أو إضافة أو إزالة لاعبين أثناء التمرين، أو تغيير الهدف من التمرين في منتصفه. مما يدرب اللاعبين على التكيف الفوري مع الظروف الجديدة.
- تشجيع اللاعبين على تحليل مبارياتهم ومباريات المحترفين، مع التركيز على عملية اتخاذ القرار في المواقف المختلفة. وطرح أسئلة مثل: "لماذا اتخذ هذا اللاعب هذا القرار؟"، "ماذا كان البديل؟"، "كيف يمكننا التكيف مع هذه التكتيكات؟."
- عقد جلسات نظرية لشرح الأنظمة التكتيكية المختلفة، وأدوار اللاعبين فيها، وكيفية التكيف مع التغييرات التي قد تطرأ خلال المباراة.
- تقديم تغذية راجعة منتظمة وواضحة حول أداء اللاعبين في اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي، مع تسليط الضوء على نقاط القوة ومجالات التحسين.
- اعتماد تقنيات بسيطة مثل التنفس العميق أو التأمل الموجه يمكن أن تساعد في تحسين قدرة اللاعبين على التركيز واتخاذ قرارات أفضل تحت الضغط.
- تشجيع اللاعبين على رؤية الأخطاء كفرص للتعلم، بدلاً من التركيز على الشعور بالإحباط. هذا يعزز المرونة النفسية التي ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالمرونة الإدراكية.
- تحليل البيانات المتعلقة بحركة اللاعبين ومشاركتهم في اللعب يمكن أن يوفر رؤى حول أنماط اتخاذ القرار ويساعد في تحديد المجالات التي تحتاج إلى تطوير.
- يجب أن تكون التدريبات جزءا لا يتجزأ من المنهج التدريبي العام للأكاديمية، وليس مجرد أنشطة إضافية.
- تقييم تقدم اللاعبين في المرونة الإدراكية بشكل منتظم لتحديد مدى فعالية الأساليب المستخدمة وتعديلها عند الضرورة.
- يجب أن يكون المدربين قادرين على توجيه اللاعبين، وتشجيعهم على التفكير النقدي، وتوفير بيئة تدريبية محفزة.

قائمة

المراجع

أولا. الآيات القرآنية

سورة الكهف (الآية رقم 10)

ثانيا. المراجع باللغة العربية

1. أحمد عثمان صالح طنطاوي, على أحمد سيد مصطفي, حمدي نجيب أحمد محمود التلاوي, جيهان سيد أحمد حسن سيف الدين محمد شحاته كامل عبد الحافظ. (بلا تاريخ). فاعلية برنامج إلكتروني قائم على استراتيجية تكرار استرجاع المثيرات " البصرية - المكانية / السمعية " في تنمية سعة الذاكرة العاملة وأثره في تنشيط القشرة المخية قبل الجبهية وتحسين الذكاء المتدفق لدى ضعاف السمع. مجلة كلية تربية – جامعة أسيوط .

2. صهيب صالح معمار. (2022). تحديات ممارسات التعليم عن بُعد لذوي صعوبات التعلُّم والإجراءات الواجب اعتبارها للحد منها من وجهة نظر المشرفين والمشرفات بمنطقة المدينة المنورة. *مجلة كلية التربية- جامعة أسيوط* ،

3. عبد الرازق مختار محمود, عبد الوهاب هاشم سيد فاطمة جميل عبد الرحمن. (2023). مدى توفر مهارات الكتابة الإبداعية والذكاء البصري لدى التلاميذ الموهوبين ذوي الإعاقة السمعية بالمرحلة الإعدادية. *مجلة كلية التربية*

4. عبد الله محمد الأنور, سعد خليفة عبد الكريم, سماح أحمد حسين هبه محمد سيد. (2023). برنامج قائم على التعلم الذاتي لتنمية مهارات كتابة المعادلة الكيميائية لدي طالبات الصف الثاني الثانوي الأزهري. *مجلة كلية تربية – جامعة أسيوط*

5. عصام سيد احمد اسماعيل. (2003). بروفيل سمات الشخصية لمدربي القوس والسهم وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار فى المواقف الرياضية. *لمجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية*

6. على أحمد سيد, خضر مخيمر ابو زيد نسرين عبد المؤمن على الرفاعى. (2024). علاقة بعض أساليب التفكير لإستيرنبرج بالتوافق الدراسى لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الإعدادية. *مجلة دراسات في الإرشاد*

7. محسن محمد أحمد عبد النبي. (2014). فاعلية برنامج إثرائي قائم على نظرية الذكاء الناجح في تنمية مهارات الحل الإبداعي للمشكلات واتخاذ القرار لطلاب المرحلة الثانوية الموهوبين. *مجلة بحوث التربية النوعية ، 2012*

8. معمار، صالح صهيب. (2022). تحديات ممارسات التعليم عن بعد لذوي صعوبات التعلّم. *مجلة كلية التربية – جامعة أسيوط* .

ثالثا. المراجع باللغة الأجنبية

1. Borchert, N. Gatzmaga, F. Heilmann, L. Musculus, S. Laborde, F. Lautenbach, S. Knöbel .(2024) .The impact of soccer-specific psychophysiological stress on inhibition and cognitive flexibility in elite youth players .*Psychology of Sport and Exercise*

2. Björn Krenn, Philipp Koch .(2021) .Executive functions in elite athletes – Comparing open-skill and closed-skill sports and considering the role of athletes' past involvement in both sport categories .*Psychology of Sport and Exercise*

3. E & ,.Husain, A Rahman .(2022) .THE ROLE OF COGNITIVE FLEXIBILITY IN THE REALM OF SPORTS .*Journal of Physical Education Research*

4. Hans-Erik & Memmert, Daniel. Scharfen .(2019) .Measurement of Cognitive Functions in Experts and Elite-Athletes: A Meta-Analytic Review .*Applied Cognitive Psychology*

الـــمـلاحـق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
- جامعة العربي التبسي - تبسة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية فرع النشاط البدني
تخصص: النشاط البدني المدرسي

استمارة استبيان

عنوان المذكرة:

دور المرونة الإدراكية في تحسين سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية على مستوى الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة

من إعداد:
- رامي أيمن

تحت إشراف الأستاذ:
- قاسمي فيصل

السنة الجامعية: 2025/2024

يُستعمل هذا الاستبيان لأغراض بحثية أكاديمية فقط، وجميع إجاباتكم ستُعالج بسرّية تامة رجاءً اختر الإجابة التي تعبّر عن رأيك الفعلي، فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة تُقاس البنود على مقياس ليكرت من خمس درجات:

غير موافق بشدّة = 1 | غير موافق = 2 | محايد = 3 | موافق = 4 | موافق بشدّة = 5

أولاً :البيانات التعريفية

- الجنس: ☐ذكر ☐أنثى
- العمر(بالسنوات): ☐أقل من12 ☐من12إلى15 ☐من16إلى20 ☐أكثر من20
- طبيعة الرياضة الممارسة: ☐فردية ☐جماعية
- نوع الرياضة: ☐الكرة الطائرة ☐كرة السلة ☐كرة القدم ☐آخر
- سنواتالخبرةكلاعبنخبة: ☐أقل من سنة ☐من سنة إلى خمسة ☐أكثر من خمسة سنوات
- معدلساعاتالتدريبالأسبوعي: ☐أقل من 5 ☐من 5 إلى 10 ☐أكثر 10

ثانياً :محور المرونة الإدراكية

#	العبارة	1	2	3	4	5
1	أستطيع تغيير خططي بسرعة عندما تتغير ظروف المباراة	☐	☐	☐	☐	☐
2	أنتقل بسلاسة بين أكثر من مهمة ذهنية أثناء اللعب مثل المراقبة والتوجيه.	☐	☐	☐	☐	☐
3	أجد حلولاً بديلة فور ملاحظتي أن الخطة الأصلية لم تعد فعّالة	☐	☐	☐	☐	☐
4	أتعامل مع المعلومات المفاجئة من المدرب أو الزملاء دون ارتباك	☐	☐	☐	☐	☐
5	أعدل تموضعي التكتيكي بسهولة ليتوافق مع أي تغيير في خطة المنافس	☐	☐	☐	☐	☐
6	لا أُصِرّ على أسلوب لعب واحد إذا لاحظت انخفاض فعاليته	☐	☐	☐	☐	☐
7	أستوعب بسرعة التعليمات المعقدة وأطبقها فوراً	☐	☐	☐	☐	☐
8	يمكنني التفكير في أكثر من خيار لعب في اللحظة ذاتها	☐	☐	☐	☐	☐
9	الحفاظ على تركيزي في مواقف الضغط لايمنعني من تعديل قراراتي	☐	☐	☐	☐	☐
10	أرى التغيير داخل المباراة فرصة لتحسين الأداء وليس تهديداً	☐	☐	☐	☐	☐

ثالثاً :محور سرعة اتخاذ القرار

#	العبارة	1	2	3	4	5
11	أتخذ القرار الملائم (تمرير، تسديد، مراوغة) في أقل من ثانية عنداستلام الكرة	☐	☐	☐	☐	☐
12	أستجيب فور اًلإشارات المدرب أوقائد الفريق أثناء اللعب	☐	☐	☐	☐	☐
13	نادراً ما أتردد عندما أكون آخر مدافع أو في موقف هجوم يحاسم	☐	☐	☐	☐	☐
14	قراراتي تحت الضغط الزمني غالباً ما تكون صحيحة	☐	☐	☐	☐	☐
15	أستطيع تغيير قرار سبق أن اتخذته إذا ظهر خيار أفضل في اللحظة الأخيرة	☐	☐	☐	☐	☐
16	ألاحظ سريعاً الفراغات أونقاط الضعف في دفاع الخصم	☐	☐	☐	☐	☐
17	ردة فعلي تجاه الكرات المرتدة أوالتمريرات الخاطئة فورية	☐	☐	☐	☐	☐
18	أحافظ على نفس سرعة القرار طوال زمن المباراة, حتى عند الإرهاق	☐	☐	☐	☐	☐
19	أعتمد على حدسي الرياضي لاتخاذ قرارات خاطفة	☐	☐	☐	☐	☐
20	أراجع قراراتي بين الشوطين وأصححها مباشرة بعد العودة للملعب	☐	☐	☐	☐	☐

رابعاً :محورالتكيف التكتيكي

#	العبارة	1	2	3	4	5
21	أغيّر تموضعي تلقائياً لتطبيق الخطة "أ" أو "ب" دون تعليمات إضافية	☐	☐	☐	☐	☐
22	أستوعب تغيرات خطة المنافس وأتفاعل معها أثناء اللعب	☐	☐	☐	☐	☐
23	أتعاون مع الزملاء لإعادة تنظيم التشكيل الدفاعي أثناء الهجمات المرتدة	☐	☐	☐	☐	☐
24	أبدي مرونة في تنفيذ أدوار تكتيكية مختلفة حسب متطلبات المباراة	☐	☐	☐	☐	☐
25	يمكنني تطبيق توجيهات المدرب التكتيكية حتى لو طُرحت أثناء المباراة	☐	☐	☐	☐	☐
26	أقرأ أنماط لعب الخصم وأضبط أسلوبي تبعاً لها	☐	☐	☐	☐	☐
27	أتقن تنفيذ تمارين تكتيكية جديدة بسرعة في الحصص التدريبية	☐	☐	☐	☐	☐
28	حين تُعدَّل خطة الفريق بين الشوطين، أنفذ التعديل فوراً على الميدان	☐	☐	☐	☐	☐
29	التغييرات المفاجئة في تشكيل الفريق لا تؤثر سلباً على أدائي	☐	☐	☐	☐	☐
30	أقدّم اقتراحات تكتيكية للمدرب أو القائد استناداً إلى ما أراه في الملعب	☐	☐	☐	☐	☐

شكرًا لمشاركتكم القيّمة

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مرونةإدراكية1	100	4.550	.6872	.0687
مرونةإدراكية2	100	4.460	.7839	.0784
مرونةإدراكية3	100	4.400	.7247	.0725
مرونةإدراكية4	100	4.160	.7347	.0735
مرونةإدراكية5	100	4.300	.7977	.0798
مرونةإدراكية6	100	4.130	.8246	.0825
مرونةإدراكية7	100	4.170	1.0156	.1016
مرونةإدراكية8	100	4.560	.7009	.0701
مرونةإدراكية9	100	4.400	.9428	.0943
مرونةإدراكية10	100	4.080	.8370	.0837
سرعةاتخاذالقرار1	100	4.570	.6705	.0671
سرعةاتخاذالقرار2	100	4.410	.8299	.0830
سرعةاتخاذالقرار3	100	4.530	.6428	.0643
سرعةاتخاذالقرار4	100	4.270	.7366	.0737
سرعةاتخاذالقرار5	100	3.780	1.0109	.1011
سرعةاتخاذالقرار6	100	4.040	.8519	.0852
سرعةاتخاذالقرار7	100	4.190	.7745	.0775
سرعةاتخاذالقرار8	100	4.410	.7261	.0726
سرعةاتخاذالقرار9	100	4.560	.7429	.0743
سرعةاتخاذالقرار10	100	4.200	.8165	.0816
التكيفالتكتيكي1	100	4.060	.8625	.0862
التكيفالتكتيكي2	100	4.120	.8678	.0868
التكيفالتكتيكي3	100	3.860	.9214	.0921
التكيفالتكتيكي4	100	4.150	.7703	.0770
التكيفالتكتيكي5	100	4.350	.7833	.0783
التكيفالتكتيكي6	100	4.480	.7451	.0745
التكيفالتكتيكي7	100	4.400	.8040	.0804
التكيفالتكتيكي8	100	4.060	1.0808	.1081
التكيفالتكتيكي9	100	3.68	.827	.083
التكيفالتكتيكي10	100	4.37	.691	.069

One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
مرونةإدراكية1	66.212	99	.000	4.5500	4.414	4.686
مرونةإدراكية2	56.893	99	.000	4.4600	4.304	4.616
مرونةإدراكية3	60.711	99	.000	4.4000	4.256	4.544
مرونةإدراكية4	56.621	99	.000	4.1600	4.014	4.306
مرونةإدراكية5	53.903	99	.000	4.3000	4.142	4.458
مرونةإدراكية6	50.087	99	.000	4.1300	3.966	4.294
مرونةإدراكية7	41.060	99	.000	4.1700	3.968	4.372
مرونةإدراكية8	65.056	99	.000	4.5600	4.421	4.699
مرونةإدراكية9	46.669	99	.000	4.4000	4.213	4.587
مرونةإدراكية10	48.744	99	.000	4.0800	3.914	4.246
سرعةاتخاذالقرار1	68.156	99	.000	4.5700	4.437	4.703
سرعةاتخاذالقرار2	53.137	99	.000	4.4100	4.245	4.575
سرعةاتخاذالقرار3	70.469	99	.000	4.5300	4.402	4.658
سرعةاتخاذالقرار4	57.972	99	.000	4.2700	4.124	4.416
سرعةاتخاذالقرار5	37.394	99	.000	3.7800	3.579	3.981
سرعةاتخاذالقرار6	47.426	99	.000	4.0400	3.871	4.209
سرعةاتخاذالقرار7	54.097	99	.000	4.1900	4.036	4.344
سرعةاتخاذالقرار8	60.738	99	.000	4.4100	4.266	4.554
سرعةاتخاذالقرار9	61.380	99	.000	4.5600	4.413	4.707
سرعةاتخاذالقرار10	51.439	99	.000	4.2000	4.038	4.362
التكيفالتكتيكي1	47.075	99	.000	4.0600	3.889	4.231
التكيفالتكتيكي2	47.475	99	.000	4.1200	3.948	4.292
التكيفالتكتيكي3	41.895	99	.000	3.8600	3.677	4.043
التكيفالتكتيكي4	53.872	99	.000	4.1500	3.997	4.303
التكيفالتكتيكي5	55.531	99	.000	4.3500	4.195	4.505
التكيفالتكتيكي6	60.127	99	.000	4.4800	4.332	4.628
التكيفالتكتيكي7	54.724	99	.000	4.4000	4.240	4.560
التكيفالتكتيكي8	37.566	99	.000	4.0600	3.846	4.274
التكيفالتكتيكي9	44.481	99	.000	3.680	3.52	3.84
التكيفالتكتيكي10	63.215	99	.000	4.370	4.23	4.51

ألفا غرونباخ

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.894	10

RELIABILITY

/VARIABLES=سرعةاتخاذالقرار1 سرعةاتخاذالقرار2 سرعةاتخاذالقرار3 سرعةاتخاذالقرار4 سرعةاتخاذالقرار5 سرعةاتخاذالقرار6 سرعةاتخاذالقرار7 سرعةاتخاذالقرار8 سرعةاتخاذالقرار9 سرعةاتخاذالقرار10

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL

/MODEL=ALPHA.

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.835	10

RELIABILITY

/VARIABLES=التكيفالتكتيكي1 التكيفالتكتيكي2 التكيفالتكتيكي3 التكيفالتكتيكي4 التكيفالتكتيكي5 التكيفالتكتيكي6 التكيفالتكتيكي7 التكيفالتكتيكي8 التكيفالتكتيكي9 التكيفالتكتيكي10 مرونةإدراكية1 مرونةإدراكية2 مرونةإدراكية3 مرونةإدراكية4 مرونةإدراكية5 مرونةإدراكية6 مرونةإدراكية7 مرونةإدراكية8 مرونةإدراكية9 مرونةإدراكية10 سرعةاتخاذالقرار1 سرعةاتخاذالقرار2 سرعةاتخاذالقرار3 سرعةاتخاذالقرار4 سرعةاتخاذالقرار5 سرعةاتخاذالقرار6 سرعةاتخاذالقرار7 سرعةاتخاذالقرار8 سرعةاتخاذالقرار9 سرعةاتخاذالقرار10

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL

/MODEL=ALPHA.

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.942	30

MEANS TABLES=مرونةإدراكية1 مرونةإدراكية2 مرونةإدراكية3 مرونةإدراكية4 مرونةإدراكية5

/CELLS MEAN COUNT STDDEV.

الفرضية الفرعية الثالثة

ANOVA

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	6.902	1	6.902	7.78	0.001
Residual	61.117	99	0.577		
Total	68.019	100			

الفرضية الرئيسية

ANOVA

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	27.127	1	27.127	81.275	0.0
Residual	33.55	99	0.602		
Total	60.677	100			

الملخص

الملخص

هدفت دراستنا إلى التعرف على أثر المرونة الإدراكية على سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي النخبة بالأكاديمية الرياضية لولاية تبسة، وقد أجريت الدراسة الميدانية على عينة مكوّنة من 100 لاعبًا. اعتمدنا المنهج الوصفي التحليلي، وتم جمع البيانات باستخدام استبيان مقسم إلى ثلاث محاور: المرونة الإدراكية، سرعة اتخاذ القرار، والتكيف التكتيكي. بعد تحليل البيانات باستخدام أدوات إحصائية متنوعة، توصلنا إلى النتائج التالية: أن المرونة الإدراكية تؤثر بشكل إيجابي وذو دلالة إحصائية على كل من سرعة اتخاذ القرار والتكيف التكتيكي لدى لاعبي النخبة، كما أن هذه المتغيرات تختلف باختلاف مستويات المرونة الإدراكية. تؤكد هذه النتائج على أهمية تنمية القدرات الإدراكية لدى الرياضيين كجزء من التحضير الذهني لتحسين الأداء في المنافسات.

الكلمات المفتاحية: المرونة الإدراكية، اتخاذ القرار، التكيف التكتيكي، لاعبي النخبة.

Abstract

Our study aimed to explore the impact of cognitive flexibility on decision-making speed and tactical adaptation among elite athletes at the Sports Academy of Tebessa. The fieldwork was conducted on a sample of 100 players. We adopted the descriptive-analytical method, and data were collected using a questionnaire covering three axes: cognitive flexibility, decision-making speed, and tactical adaptation. After statistical analysis, the results revealed a significant positive effect of cognitive flexibility on both decision-making speed and tactical adaptation. Moreover, these variables varied according to the athletes' levels of cognitive flexibility. These findings emphasize the importance of developing athletes' cognitive abilities as part of their mental preparation to enhance performance during competition.**Key Words:**

Cognitive flexibility, decision-making, tactical adaptation, elite athletes.