

جامعة بغداد
كلية التربية الرياضية للبنات

**تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات
البدنية الخاصة
والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي**

(بحث وصفي)
على لاعبي أندية العراق
الناشئين بأعمار (١٤-١٦) سنة

من قبل الباحثة
م.م وردة علي عباس

2006م

1427هـ

ملخص البحث

يهدف البحث الى التعرف على اهم القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي، ومعرفة العلاقة بين القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وتحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته طبيعة المشكلة، اما عينة البحث فقد تضمنت لاعبي التنس الأرضي الناشئين ممن هم بأعمار (14-16) سنة، والبالغ عددهم (70) لاعب، ولقد تم استخدام بعض الاختبارات البدنية والمهارية والتي رشحت من قبل الخبراء والمختصين، وبعد استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة توصلت الباحثة الى استنتاجات عدة أهمها:-

- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي.

- تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي.

ومن اهم التوصيات:

- ضرورة اعتماد المستويات المعيارية التي توصلت اليها الباحثة في تقويم اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية للاعبين التنس الأرضي الناشئين.

- التأكيد على اجراء الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والمهارية بصورة مستمرة للتعرف على مستوى تطور اللاعبين الناشئين.

Abstract

This study aimed to know the most important basic skills and the special physical abilities for young player tennis, and knowing the relationship between the basic skills and the special physical abilities, also to specify criterion levels for some basic skills and special physical abilities for young player tennis. The researcher used the descriptive method to appropriate the nature of the problem. On the other hand, the sample of the study consist the young player tennis whereof their age were (14-16) years, and their numbers were (70) players.

In this study it was used some skills and physical tests which were nominated by specialists and experts, then after the use of appropriate statistics instruments, the researcher reached the following conclusions:

There was a relationship connection that statistic significance between basic skills and physical abilities for young players tennis.

Specifying criterion levels for some basic skills and special physical abilities for young players tennis.

Recommendations:

Necessity, on dependence the criterion levels, which the researcher reached in evaluation some basic skills and physical fitness.

The emphasis on doing special tests on skills and physical abilities continuous to know the development level of the young players.

الباب الأول

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

يتطلب الوصول الى المستويات العالية اعداد متكامل من النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية والجسمية والوظيفية. ومن المعروف ان لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية ومهارية معينة يجب ان تتوافر في الفرد الرياضي ليصل بمستوى أداءه الى درجة تمكنه من تحقيق اعلى مستوى ممكن في نوع النشاط الرياضي انذ يمارسه.

ولعبة التنس الارضي واحدة من هذه الألعاب التي شهدت تقدم وتطور مستمر في دول العالم والفضل يعود الى الجهود العلمية المبذولة في توجيه وبرمجة طرائق التدريب الرياضي لتحقيق الاعداد الشامل للرياضيين والوصول الى المستويات الرياضية العالية معتمدين في ذلك على الاختبار والقياس بصورة دورية كونها اداة لاستمرار التقدم ولكي يتم من خلالها الحصول على معلومات دقيقة يمكن استثمار نتائجها لغرض الحكم والتقويم والتوجيه ووضع المعايير لرصد الجوانب الايجابية وتطويرها وتلافي الجوانب السلبية.

وللعبة التنس في العراق ما للألعاب الاخرى من احتياج شديد لأن يكون الارتقاء بها على اساس علمي سليم يشمل تقويم قدرات اللاعبين الحقيقية ومستوى المدربين وصلاحيه الاساليب والطرائق المستخدمة في التدريب.

ومن هنا تكسب هذه الدراسة اهميتها في تحديد مستويات معيارية بصورة دورية لقدرات اللاعبين البدنية والمهارية من أجل تحقيق الارتقاء بالمستوى التدريبي للمدربين واداء اللاعبين كذلك للنهوض بمستوى لعبة التنس الارضي في العراق.

2-1 مشكلة البحث

يعد تحديد المستويات أحد الطرق العلمية في الاختبارات والقياس التي تساعد المدربين والمختصين في الحكم الموضوعي على مدى تطور وتقدم اللاعبين وتقويم أدائهم، فضلاً عن تقويم مستوى التدريب للمدربين، وصولاً إلى اكتشاف المعوقات ومحاولة التغلب عليها من أجل الوصول إلى أفضل المستويات التي تطمح إليها الدول.

ومن خلال عمل الباحثة لاحظت عدم وجود مستويات معيارية للقدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية للتنس الأرضي لفئة الناشئين وهذا بدوره عائقاً أمام المدربين ويشكل ضعفاً في أعداد المناهج التدريبية الملائمة لكل فئة عمرية وحسب متطلبات اللعبة. وهذه مشكلة قائمة لازال يعاني منها العاملون والمختصون في لعبة التنس الأرضي، لذا ارتأت الباحثة المساهمة في وضع الحلول التي من شأنها تجاوز إحدى المعضلات التي تقف حائلاً أمام تقدم لعبة التنس الأرضي.

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى:-

- 1- التعرف على أهم القدرات البدنية الخاصة لعينة البحث.
- 2- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بالتنس الأرضي.
- 3- تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي التنس الأرضي.

4-1 فروض البحث

1. هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بالتنس الأرضي.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: شمل لاعبي اندية العراق الناشئين بأعمار (14-16) سنة.

2-5-1 المجال الزماني: من 2006/6/1 لغاية 2006/7/1.

3-5-1 المجال المكاني: اجريت الاختبارات اللازمة على ملاعب مركز التنس في بغداد.

6-1 تحديد المصطلحات

المستويات المعيارية: معلومات تدلنا على ما يجب ان يؤديه الفرد.⁽¹⁾

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مؤسسة روز يوسف، 1979، ص26.

الباب الثاني

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 اللياقة البدنية للاعب التنس الارضي

ان لكل نشاط من الانشطة الرياضية يتطلب مواصفات بدنية خاصة تمكن اللاعب من التفاعل السريع مع كافة المؤشرات التي تواجهه وبشكل يحافظ على التوازن المطلوب والتغلب على ما يعترضه من عوائق اضافة الى ان هـ المواصفات تمكنه من اتقان الاداء الحركي.

حيث تعتمد الانشطة الرياضية على عناصر اللياقة البدنية ومستواها عند اللاعب بدرجة كبيرة، إذ تلعب اللياقة البدنية العالية المستوى دوراً مهماً في مقدرة اللاعب بالوصول الى مستوى رفيع في اللعبة⁽²⁾.

وحيث ان لعبة التنس الارضي احد هذه الالعاب التي تتطلب بذل مجهود عالي للوصول للأداء الافضل، حيث يتحتم على اللاعب ان يكون ذا لياقة بدنية عالية لمواجهة متطلبات اللعب والمنافسة وخاصة في المباريات الطويلة⁽³⁾، ومر اجل الوصول الى مستويات عالية لا بد من توافر صفات بدنية دون غيرها تتلاءم مع متطلبات اللعبة وتوفر للاعب امكانية الوصول الى اعلى مستوى واستثم امكاناته من الناحيتين المهارية والخططية بالاتجاه الصحيح. لذا يتحتم على المدرب التركيز على قدرات بدنية بعينها دون غيرها وذلك في مراحل معينة من التدريب، وهذه القدرات يرجع لها الفضل الاساس في كسب المباريات ويظل

(2) امين الخولي: الريشة الطائرة-التاريخ-المهارات والخطط-قواعد اللعب، ط3، القاهرة، د الفكر العربي، 2001. ص165.

(3) معين محمد طه: تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعب الريشة الطائرة، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 2001، ص29.

عليها اللياقة البدنية الخاصة⁽⁴⁾، وعليه فإن امتلاك اللاعب للمهارات لا يكافئ وحده ما لم ترتبط بمستوى جيد من اللياقة البدنية وبشكل يضمن قدرة اللاعب على الاستجابة السريعة لكافة احتمالات المباراة.

لذا يجب الاهتمام باللياقة البدنية لدى لاعب التنس الأرضي بغية الوصول إلى المستوى الجيد في الأداء لأن اللياقة البدنية تعد أحد الركائز الأساسية التي تنشأ عليها عملية التدريب حيث تساعد اللاعب على استثمار قدراته بنحو جيد لها تأثير إيجابي على حالة اللاعب النفسية والمعنوية حيث تؤدي إلى زيادة معنوياته وتطوير عامل الإرادة لديه بشكل يجعله قادر على التحرك داخلياً⁽⁵⁾.

كذلك نجد أن ضعف اللياقة البدنية يؤدي إلى التأثير سلباً على مساهمة اللاعب بالشكل الذي يجعل حركاته مرتبكة ومتردة نتيجة ظهور حالة التعب. مما تقدم يتضح أن اللياقة البدنية تعد العامل الأساسي والعنصر الحاسم والمهم في الوصول إلى المستويات العالية وتحقيق البطولة فضلاً عن المقابلة على التحمل البدني ومشاق التدريب بدنياً ونفسياً حيث تعد "اللياقة البدنية مؤشراً لحالة الفرد البدنية ومدى تطور قدراته البدنية والحركية وهي وسيلة وليس غاية"⁽⁶⁾.

(4) محمد صبحي حساتين وحمدى عبد المنعم: الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق اللعب والتفوييم، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997، ص21.

(5) هلال عبد الرزاق وآخرون: الإعداد الفني والخططي للتنس، الموصل، دار الكتب، 99، ص105.

(6) عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات-تطبيقات، ط9، الإسكندرية، جامعة الإسكندرية، 1999، ص109.

2-2 الدراسات المشابهة

1-2-2 دراسة (أحمد عبد العزيز 2000) (7)

- ايجاد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارية للفرق النسوية لكرة القدم في جمهورية العراق
 قام الباحث بتحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم ويهدف البحث الى:
- 1- التعرف على مستوى بعض العناصر البدنية للفرق النسوية لكرة القدم في العراق.
 - 2- التعرف على مستوى بعض المهارات الاساسية للفرق النسوية لكرة القدم في العراق.
 - 3- وضع مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الاساسية للفرق النسوية لكرة القدم في العراق.
- وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وأجريت الدراسة على عينة قوامها (18) لاعبة يمثلن اندية الفتاة في البصرة والموصل والكوت ثم اختيرهن بالطريقة العمدية وقد اعلنت النتائج عن تحديد مستويات معيارية للصفات البدنية والمهارية المختارة.

(7) احمد عبد العزيز: ايجاد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارية للفرق النسوية لكرة القدم في جمهورية العراق، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية-جامعة البصرة، ع18، 2005، ص55.

الباب الثالث

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وهو الذي يتضد دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة او مواقف او مجموعة الالواضاع⁽⁸⁾ لملائمته مشكلة البحث.

2-3 عينة البحث

ان هدف واجراءات البحث هي التي تحدد طبيعة العينة المختارة⁽⁹⁾، لـ فقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث اشتملت لاعبي اندية العر المشتركين ضمن بطولة التنس للفئات (14-16) سنة للموسم الرياضي 06 وممن هم بأعمار (14-16) سنة حيث بلغ عددهم (78) ناشيء وينتمون الـ (11) نادي رياضي.

وقد استبعدت الباحثة عدد (8) ناشيء لاجراء التجربة الاستطلاء عليهم، وبذلك اصبحت العينة الفعلية (70) ناشيء تم اجراء التجربة الالساس عليهم.

3-3 ادوات البحث والالجهزة المستخدمة

- المصادر والمراجع العربية.
- الالختبارات والقياس المستخدمة في البحث.
- استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد اهم القدرات البدنية الخاصة والمهارات الالساسية بالتنس الأرضي. ملحق (1).

(8) مروان عبد المجيد: أسس البحث العلمي، عمان، مؤسسة الوراق، 2000، ص125.

(9) محمد حسن علاوي واسامة كامل: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي القاهرة، دار الفكر العربي، 1999، ص83.

- استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد اهم الاختبارات للقدرات والمهارات المختارة. ملحق (2).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) نوع CAS10.
- كرة طبة زنة 2كغم عدد (2)، كرة تنس عدد (10)، صافرة، شواخص، حبل طول (20)م.
- شريط قياس بطول (30)م، ملعب تنس، مضرب تنس عدد (10)، شبكة تنس.

4-3 تحديد القدرات البدنية والمهارات الاساسية

تم تحديد القدرات البدنية والمهارات الاساسية وفق استمارة عرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين^(*). وتم تحديد الاهمية النسبية لها وقد تك قبول القدرات والمهارات التي حصلت على نسبة (50%) فأكثر. وكما موضح في الجدول (1).

* الخبراء الذين تم عرض استمارة الاستبيان عليهم:

ت	اللقب	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1.	أ.د.	ظافر هاشم	تعلم/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
2.	أ.د.	سامي الزهاوي	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
3.	أ.د.	ثريا نجم	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
4.	أ.د.	محمد الياسري	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بابل
5.	م.د.	محمد حسن هليل	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
6.	م.د.	حسنا ستار	بايوميكاتك/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
7.	م.م.	سنان هشام	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية للبنات/جامعة بغداد

- استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد اهم الاختبار للقدرات والمهارات المختارة. ملحق (2).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) نوع CAS10.
- كرة طبة زنة 2كغم عدد (2)، كرة تنس عدد (10)، صافرة، شواخذ حبل طول (20)م.
- شريط قياس بطول (30)م، ملعب تنس، مضرب تنس عدد (10)، شب تنس.

4-3 تحديد القدرات البدنية والمهارات الاساسية

تم تحديد القدرات البدنية والمهارات الاساسية وفق استمارة عرضت ع مجموعة من الخبراء والمختصين^(*). وتم تحديد الاهمية النسبية لها وقد تك قب القدرات والمهارات التي حصلت على نسبة (50%) فأكثر. وكما موضح ف الجدول (1).

* الخبراء الذين تم عرض استمارة الاستبيان عليهم:

ت	اللقب	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1.	أ.د.	ظافر هاشم	تعلم/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
2.	أ.د.	سامي الزهاوي	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
3.	أ.د.	ثريا نجم	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
4.	أ.د.	محمد الياسري	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بابل
5.	م.د.	محمد حسن هليل	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
6.	م.د.	حسنا ستار	بايوميكاتك/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
7.	م.م.	سنان هشام	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية للبنات/جامعة بغداد

3-4-1 تحديد اختبارات القدرات البدنية والمهارات الاساسية المختار بعد ان تم تحديد اهم القدرات البدنية والمهارات الاساسية تم نص استمارة استبيان عرضت على الخبراء والمختصين^(*). لتحديد اهم الاختب لهذه القدرات والمهارات وقد تم قبول الاختبارات التي حصلت على نسبة منو (50%) فأكثر وكما موضح بالجدول (2).

جدول (2) يوضح الاختبارات البدنية والمهارية المختارة وحسب رأي (7) خ

ت	القدرة او المهارة	الاختبارات	النسبة المئوية
1.	السرعة	ركض (30م) من بداية متحركة	76.1%
2.	القوة المميزة بالسرعة	من وضع الاستناد الامامي ثني ومد الذراعين (شناو) اقصى عدد لمددة (10) ثا من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملاً لمددة (20) ثا	71.2%
3.	المطاولة	ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل اقصى عدد	73.8%
4.	الرشاقة	جري الزكزاك ثا	71.6%
5.	مهارة الارسال	اختبار هوايت لقياس دقة الارسال (درجة)	81.4%
6.	مهارة الضربة الامامية	اختبار هوايت لقياس الضربة الارضية الامامية (درجة)	79.6%
7.	مهارة الضربة الخلفية	اختبار هوايت لقياس الضربة الارضية الخلفية (درجة)	71.5%

* الخبراء الذين تم عرض استمارة الاستبيان عليهم:

ت	اللقب	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1.	أ.د.	ظافر هلثم	تعليم/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
2.	أ.د.	سامي الزهاوي	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
3.	أ.د.	ثريا نجم	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
4.	أ.د.	محمد الياسري	اختبارات وقياس	كلية التربية الرياضية/جامعة بابل
5.	م.د.	محمد حسن هليل	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
6.	م.د.	حسنا ستار	بايوميكانيك/تنس	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد
7.	م.م.	سنان هشام	تدريب/تنس	كلية التربية الرياضية للبنات/جامعة

5-3 التجربة الاستطلاعية

بغية التعرف على الصعوبات التي يمكن ان تواجه الباحثة اثناء تطبيق الاختبارات و صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة ومن اجل استخراج المعاملات العلمية للاختبارات والمتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية، قامت الباحثة باجراء الدراسة الاستطلاعية في الفد 2006/6/1م الى 2006/6/4م ولجميع الاختبارات المرشحة حيث ان المدة الفاصلة بين تطبيق واعادته لا تزيد عن (7) ايام وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم (8) ناشئين.

1-5-3 المعاملات العلمية للاختبارات المبحوثة

لغرض استخراج معامل صدق الاختبارات قامت الباحثة بترتيب درجات عينة البحث الامس ترتيب تنازليا وتم تقسيمهم الى ارباعيات وتمت المقارنة بين الارباع الاعلى والادنى وقد النتائج عن وجود فروق معنوية بين الارباعين مما يدل على ان الاختبارات صادقة تميزها بين المستوى الاعلى والادنى للعينة، اما بالنسبة لثبات الاختبارات تم استخدام طريقة الاختبار واعادة الاختبار حيث تم استخراج معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين ومن ثم حساب قيمة معنوية الارتباط عن طريق ا. (ت) لمعنوية الارتباط وقد توصلت الباحثة الى ان جميع الاختبارات ذات د معنوية مما يدل على تمتعها بدرجة عالية من الثبات. اما بالنسبة للموضوع فقد استعانت الباحثة بدرجات محكمين لنتائج الاختبارات اثناء اعادة الاختبار حيث تم احتساب معامل الارتباط بين درجات الحكم الاول والثاني، وقد ظهر جميع الاختبارات ذات موضوعية، وكما موضح بالجدول (3).

5-3 التجربة الاستطلاعية

بغية التعرف على الصعوبات التي يمكن ان تواجه الباحثة اثناء تطبيق الاختبارات و صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة ومن اجل استخراج المعاملات العلمية للاختبارات والمتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية، قامت الباحثة باجراء الدراسة الاستطلاعية في الف 2006/6/1م الى 2006/6/4م ولجميع الاختبارات المرشحة حيث ان المدة الفاصلة بين تطبيق واعادته لا تزيد عن (7) ايام وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم (8) ناشئين.

1-5-3 المعاملات العلمية للاختبارات المبحوثة

لغرض استخراج معامل صدق الاختبارات قامت الباحثة بترتيب درجات عينة البحث الامس ترتيب تنازليا وتم تقسيمهم الى ارباعيات وتمت المقارنة بين الارباع الاعلى والادنى وقد النتائج عن وجود فروق معنوية بين الارباعين مما يدل على ان الاختبارات صادقـ تميزيها بين المستوى الاعلى والادنى للعينة، اما بالنسبة لثبات الاختبارات تم استخدام طريقة الاختبار واعادة الاختبار حيث تم استخراج معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين ومن ثم حساب قيمة معنوية الارتباط عن طريق ا. (ت) لمعنوية الارتباط وقد توصلت الباحثة الى ان جميع الاختبارات ذات د معنوية مما يدل على تمتعها بدرجة عالية من الثبات. اما بالنسبة للموضوع فقد استعانت الباحثة بدرجات محكمين لنتائج الاختبارات اثناء اعادة الاختبار حيث تم احتساب معامل الارتباط بين درجات الحكم الاول والثاني، وقد ظو جميع الاختبارات ذات موضوعية، وكما موضح بالجدول (3).

جدول (3)

يوضح المعاملات العلمية للاختبارات المرشحة (الصدق، الثبات، الموضوعية)

ت	الاختبارات المبحوثة	الصدق *	الثبات	قيمة ت المحسوبة **	الموضوعية	قيمة ت المحسوبة **
1	ركض (30)م من بداية متحركة	0.62	0.78	3.02	0.83	4.93
2	من وضع الاستناد الامامي ثني ومد الذراعين(ثناو) أقصى عدد لمسدة 10 ثا	0.81 3	0.83	4.93	0.89	4.75
3	من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملا (20)ثا	0.77	0.91	5.25	0.88	4.49
4	ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل أقصى عدد	0.64	0.88	4.49	0.85	3.93
5	جري الزكزاك	0.53 2	0.85	3.93	0.83	4.93
6	اختبار هوايت لقياس دقة الارسال	0.86	0.86	4.05	0.88	4.49
7	اختبار هوايت للضربة الامامية	0.52	0.88	4.49	0.89	4.75
8	اختبار هوايت للضربة الخلفية	0.76	0.85	3.93	0.88	4.49

* حيث بلغت قيمة ت الجدولية (3.18) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3).

* حيث بلغت قيمة ت الجدولية (2.45) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6).

3-6 التجربة الرئيسية

بعد التأكد من الاختبارات المبحوثة تم التطبيق الميداني على لاعبي عينة البحث الناشئين وممن هم بأعمار (14-16) سنة، والبالغ عددهم (70) ناشئي خلال المدة المحصورة بين 2006/6/10م وحتى 2006/6/20م وبمساعدة فريق العمل المساعد^(*).

3-7 الوسائل الاحصائية

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري.
- اختبار(ت) لمعنوية الارتباط.
- اختبار(ت) للعينات المتساوية غير المرتبطة.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- الدرجة المعيارية والدرجة المعيارية المعدلة.

4- عرض النتائج

تضمن هذا الباب عرض ومناقشة النتائج التي توصلت اليها الباحثة.

4-1 عرض ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين المتغيرات البدنية والمهارية.

* فريق العمل المساعد:

- 1- سنان هشام. مدرس مساعد-كلية التربية الرياضية للبنات-جامعة بغداد.
- 2- نازك صبحي. مدرس مساعد-كلية التربية الرياضية للبنات-جامعة بغداد.
- 3- اسماء حميد. مدرس مساعد-كلية التربية الرياضية للبنات-جامعة بغداد.

جدول (4)

يوضح معاملات الارتباط بين القدرات البدنية والمهارات الأساسية بالتنس الارضي

ت	القدرات	الاختبارات	مهارة الارسال	مهارة الضربة الامامية	مهارة الضربة الخلفية
1.	السرعة	ركض (30)م من بداية متحركة	*0.81	*0.83	*0.83
2.	القوة المميزة بالسرعة	من وضع الاستناد الامامي ثني ومد الذراعين شناو أقصى عدد لمدة 10 ثا	*0.93	*0.94	*0.94
		من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملاً (20)ثا	*0.92	*0.92	*0.92
3.	المطاولة	ثني الذراعين من الانبطاح المائل أقصى عدد	*0.82	*0.82	*0.82
4.	الرشاقة	جري الزكزاك	*0.88	*0.85	*0.85

• دال عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من الجدول (4) وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السرعة والمهارات الأساسية، اذ تشير البيانات الى ان متغير السرعة قد حقق معامل ارتباط (0.81) مع مهارة الارسال و(0.83) مع كل من مهارتي الضربة الامامية والضربة الخلفية عند مستوى دلالة (0.05) وتعزي الباحثة ذلك الى ان طبيعة حركات اللعب في التنس الارضي حيث تتطلب من اللاعب الانطلاق السريع لغرض الدفاع او الهجوم المباغت ومن مواقع مختلفة نتيجة لسقوط الكرة في اماكن مختلفة من الملعب لذا يتطلب هذا سرعة لكي يصل اللاعب الى الكرة وكلما وصل اللاعب الى مكان سقوط الكرة بشكل اسرع كلما امكنه ذلك من السيطرة في رد الكرة والهجوم الفاعل على الخصم وهذا ما يؤكد (هلال عبد الرزاق) بان لاعب التنس في احيان

جدول (4)

يوضح معاملات الارتباط بين القدرات البدنية والمهارات الأساسية بالتنس الارضي

ت	القدرات	الاختبارات	مهارة الارسال	مهارة الضربة الامامية	مهارة الضربة الخلفية
1.	السرعة	ركض (30)م من بداية متحركة	*0.81	*0.83	*0.83
2.	القوة المميزة بالسرعة	من وضع الاستناد الامامي ثني ومد الذراعين شناو أقصى عدد لمدة 10 ثا	*0.93	*0.94	*0.94
		من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملا (20)ثا	*0.92	*0.92	*0.92
3.	المطاوئة	ثني الذراعين من الانبساط المائل اقصى عدد	*0.82	*0.82	*0.82
4.	الرشاقة	جري الزكراك	*0.88	*0.85	*0.85

• دال عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من الجدول (4) وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السرعة والمهارات الأساسية، اذ تشير البيانات الى ان متغير السرعة قد حقق معامل ارتباط (0.81) مع مهارة الارسال و(0.83) مع كل من مهارتي الضربة الامامية والضربة الخلفية عند مستوى دلالة (0.05) وتعزي الباحثة ذلك الى ان طبيعة حركات اللعب في التنس الارضي حيث تتطلب من اللاعب الانطلاق السريع لغرض الدفاع او الهجوم المباغت ومن مواقع مختلفة نتيجة لسقوط الكرة في اماكن مختلفة من الملعب لذا يتطلب هذا سرعة لكي يصل اللاعب الى الكرة وكلما وصل اللاعب الى مكان سقوط الكرة بشكل اسرع كلما امكنه ذلك من السيطرة في رد الكرة والهجوم الفاعل على الخصم وهذا ما يؤكد (هلال عبد الرزاق) بان لاعب التنس في احيان

كثيرة يحتاج الى الانطلاق بسرعة وبتجاه الكرة ومحاولة الوصول اليها بأقصى سرعة ممكنة وبتجاهات مختلفة وحسب متطلبات وظروف المباراة⁽¹⁰⁾.

وقد اظهرت البيانات وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين القوة المميزة للسرعة والمهارات الاساسية، اذ تشير البيانات الى ان متغير القوة المميزة للسرعة للذراعين قد حقق معامل ارتباط (0.93) مع مهارة الارسال و(0.94) مع الضربة الامامية و(0.94) مع الضربة الخلفية، اما بالنسبة الى متغير القوة المميزة للسرعة للرجلين فقد حقق معامل ارتباط (0.92) مع جميع المهارات، وتعزي الباحثة ذلك الى ان المهارات الاساسية تحتاج من اللاعب قدر عال من القوة والسرعة في ضرب الكرة وفي التغلب على المقاومة التي يواجهها اثناء المباراة والمتمثلة في وزن الجسم ووزن المضرب ونوعية ارض الملعب وقوة وسرعة الكرة وهذما اكسده (قاسم حسن حسين) بأن قوة عضلات الجسم وخاصة قوة الذراعين والرجلين تلعب دوراً مهماً في الانشطة الرياضية التي تتطلب التغلب على مقاومات مثل ثقل الجسم، وان الجهاز العصبي العضلي يكون قادراً على التغلب على مقاومة عالية من خلال استخدام الانقباضات العضلية السريعة⁽¹¹⁾.

كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين متغير المطاولة والمهارات الاساسية حيث بلغ معامل الارتباط بين المطاولة وجميع المهارات (0.82) وتعزي الباحثة ذلك الى ان المهارات والحركات التي تتطلبها لعبة التنس والتي يقوم بها اللاعب بشكل متكرر تعتمد على عنصر المطاولة، كذلك ان المباريات احياناً تستمر الى فترة طويلة قد تستمر ساعة او اثنان فان ضعف عنصر المطاولة بصفة خاصة يؤدي الى ظهور حالة التعب مما يؤثر سلباً على اداء اللاعب المهاري او الخططي وتصبح حركاته غير متناسقة اثناء المباراة.

(10) هلال عبد الرزاق وآخرون: مصدر سبق ذكره، ص 103.

(11) قاسم حسن حسين: تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي للالعاب الرياضية، مطبعة جامعة الموصل، 1985، ص 57.

وهذا ما اكده (علي سلوم) بأن تكرر اداء بدني او اداء مهارة حركية لفترات طويلة نسبياً دون مستوى الكفاية او الفاعلية يتطلب قدرة تحمل لدى اللاعب⁽¹²⁾. كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين متغير الرشاقة والمهارات الاساسية حيث بلغ معامل ارتباط الرشاقة ومهارة الارسال (0.88) وبين الرشاقة ومهارة الضربة الامامية والخلفية (0.85) وتعزي الباحثة ذلك الى ان صفة الرشاقة من الصفات المهمة في لعبة التنس، حيث يتوجب على اللاعب اثناء المباراة التوجه بشكل سريع نحو الكرات وتغيير الاتجاه حسب مكان سقوط الكرة كذلك الحركات المفاجأة والتي يتوقعها اللاعب هذا بالاضافة الى سرعة التغطية والعودة الى الوضع الاصلي او وضع الاستعداد. وهذا ما اكده (هلال عبد الرزاق) "تعتمد كفاءة لاعب التنس على التكيف الحركي للحالات والمواقف المختلفة اثناء المباريات على مدى رشاقته وخفته الحركية"⁽¹³⁾. ومن هذا العرض والتحليل تظهر لنا مدى العلاقة المتبادلة والايجابية بين بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الاساسية لدى لاعب التنس الارضي الناشئ حيث يتحتم على اللاعب امتلاك تلك القدرات حتى يتمكن من استثمار قدراته وامكاناته مهارية والخططية وبشكل يؤهله من تحقيق انجاز العمل الرياضي بصورة تامة. و بهذا تكون الباحثة قد حققت الهدف الثاني للبحث.

2-4 تحديد مستويات معيارية لنتائج الاختبارات البدنية والمهارية

بعد اجراء تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية على عينة البحث، تم الحصول على الدرجات الخام لهذه الاختبارات ومن ثم استخراج الدرجات

(12) علي سلوم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، القادسية، مطبعة الطيف، 2004، ص 97.

(13) هلال عبد الرزاق وآخرون: مصدر سابق ذكره، ص 113.

المعيارية والدرجة المعيارية "وسيلة لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام، ويمكن تفسير هذه الدرجات وتقويم نتائجها"⁽¹⁴⁾.

ومن اجل التخلص من عيوب الدرجات المعيارية تم استخراج الدرجة المعيارية المعدلة (الدرجة الثانية) وهي احدى الوسائل القياسية لتقييم الارقام المسجلة من الافراد على ضوء المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حتى يمكن عن طريقها وضع المستويات القياسية التي يتم في ضوئها تقييم جميع الحالات الاخرى"⁽¹⁵⁾.

وتتراوح قيم هذه الدرجة عادة من (20-80) درجة ومتوسطها الحسابي يساوي (50) وانحرافها المعياري يساوي (10).

ومن اجل تحديد مستويات معيارية للاختبارات المبحوثة وتحقيق هدف البحث الثالث استخدمت الباحثة طريقة توزيع كاوس (التوزيع الطبيعي) حيث ان النسب المنوية للحالات الواقعة بين العلامات المعيارية للمنحنى الطبيعي هي (99.73%) تنحصر بين ثلاثة انحرافات معيارية عن يمين ويسار الوسط الحسابي تم تقسيم المدى على ست مستويات اذا لكل مستوى مدى قدره واحد من الدرجات المعيارية التي تقابل عشرين درجة في التقسيم المنوي للدرجات المعيارية (الثانية) المعدلة. الجدول (5) (6) يبين ذلك لكل من الاختبارات البدنية والمهارية.

(14) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلوم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، 1988، ص193.

(15) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: المصدر السابق نفسه، ص194.

يبين الدرجات الخام حدودها ونسبها القابلة للمستويات المعيارية في اختبارات القدرات البدنية
المبحوثة لعينة البحث

مستويات المعيارية حدودها ونسبها		متوسط		حد		حد جدا	
صنف جيد	صنف	متفوق	متوسط	جيد	حد	حد جدا	حد جدا
٢٠-٢٩	٣٠-٣٩	٤٠-٤٩	٥٠-٥٩	٦٠-٦٩	٧٠-٧٩	٧٠-٧٩	٧٠-٧٩
%٢,١٤	%١٣,٥٩	%٢٤,١٣	%٢٤,١٣	%١٣,٥٩	%٢,١٤	%٢,١٤	%٢,١٤

الدرجات الخام حدودها ونسبها		١-٥		٦-١٠		١١-١٥		١٦-٢٠		٢١-٢٥		٢٦-٣٠	
الدرجات	النسب	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
١١,٤٢	٨	١١,٤٢	٨	٣٧,١٤	٢٦	٣٨,٥٧	٢٧	١,٤٢	١				
١٤,١٦	١٢	١٧,١٤	١٢	٣٧,١٤	١٩	٤٤,٢٨	٣١	٨,٥٧	٦	٢,٨٥	٢		
١٦,٦٠	١٠	١٦,٦٠	١٠	١٠,٣٦-٨,١٤	٨,١٣-٥,٩١	٥,٩١-٤,٧٨	٤,٧٨						
١٩,١٤	١١	١٩,١٤	١١	٢٨,٥٧	٢٠	٤١,٤٢	٢٩	٨,٥٧	٦	١,٤٢	١		
٢١,٦٠	١٤	٢١,٦٠	١٤	١٧-١٩	٢٠-٢٢	٢٢-٢٥	٢٢-٢٥						
٢٤,١٤	١٥	٢٤,١٤	١٥	٤٤,٢٨	٣١	٢٧,١٤	١٩	٢,٨٥	٢				
٢٦,٦٠	١٦	٢٦,٦٠	١٦	١١,١٦-٩,٧٩	٩,٧٨-٧,٥٦	٧,٥٦-٦,٤٤	٦,٤٤						
٢٩,١٤	١٧	٢٩,١٤	١٧	٣٨,٥٧	٢٧	٤١,٤٢	٢٩	٤,٢٨	٣				
٣١,٦٠	١٨	٣١,٦٠	١٨	٣٨,٥٧	٢٧	٤١,٤٢	٢٩	٤,٢٨	٣				

يبين الدرجات الخام حدودها ونسبها المئوية للمستويات المعيارية في اختبارات المهارات الأساسية لعينة البحث

المستويات المعيارية حدودها ونسبها										
صنيف جدا	صنيف	طول	متوسط	حد	حد صا					
20-25	30-39	10-15	20-25	20-25	10-15					
%2.1	%13.9	%25.2	%31.3	%25.4	%20.1					
الدرجات الخام حدودها ونسبها										
المرات		1	2	3	4	5	6	7	8	المهارات
%	عدد	11.2	8	28.57	27	2	2	2	2	الزمن
		11.2	8	28.57	27	2	2	2	2	الزمن
%	عدد	2.8	1	27.11	21	2	2	2	2	الزمن
		2.8	1	27.11	21	2	2	2	2	الزمن
%	عدد	5.7	1	27.11	19	2	2	2	2	الزمن
		5.7	1	27.11	19	2	2	2	2	الزمن

* ملاحظة: علماً ان اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها اللاعب الارسال هي (6) واعلى درجة في الضربة الامامية والخلفية هي (5). ان هذه النتائج التي تم الوصل اليها في جدول (5) (6) تمثل المسد المعيارية لعينة البحث في القدرات البدنية والمهارية، وبهذا تكون الباحثـة حققت الهدف الثالث للبحث.

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1. وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الأساسية من خلال ظهور علاقة بين كل من (السرعة، القوة المميزة بالسرعة، المطاوعة، الرشاقة) وبين مهارات الارسال والضربة الارضية الامامية والضربة الارضية الخلفية.
2. تم التوصل الى مستويات معيارية لنتائج اختبارات القدرات البدنية والمهارية المبحوثة لعينة البحث.
3. بلغت المستويات المعيارية لنتائج اختبارات القدرات البدنية والمهارية ضمن المستوى المحصور ما بين (جيد جداً، جيد، متوسط، مقبول، ضعيف، ضعيف جداً).

2-5 التوصيات

1. ضرورة التأكيد على استخدام التمرينات الحديثة التطبيقية والنظرية لتطوير القدرات البدنية والمهارات الأساسية لدى لاعبي التنس الارضي الناشئين.
2. ضرورة اعتماد المستويات المعيارية التي توصلت اليها الباحثة في تقويم اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية للاعبين التنس الارضي الناشئين.
3. التأكيد على اجراء الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والمهارية بصورة مستمرة للتعرف على مستوى تطور اللاعبين الناشئين.

المصادر والمراجع

1. امين الخولي: الريشة الطائرة-التاريخ-المهارات والخطط-قواعد اللعب، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
2. احمد عبد العزيز: إيجاد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارية للفرق النسوية لكرة القدم في جمهورية العراق، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، جامعة البصرة، ع18، 2005.
3. عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات-تطبيقات، ط9، الاسكندرية، جامعة الاسكندرية، 1999.
4. علي سلوم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، القادسية، مطبعة الطيف، 2004.
5. قاسم حسن حسين: تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي للألعاب الرياضية، مطبعة جامعة الموصل، 1985.
6. محمد حسن علاوي واسامة كامل: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
7. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مؤسسة روز يوسف، 1979.
8. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 1988.
9. محمد صبحي حساتين وحمدى عبد المنعم: الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997.
10. مروان عبد المجيد: أسس البحث العلمي، عمان، مؤسسة الوراق، 2000.
11. معين محمد طه: تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 2001.
12. هلال عبد الرزاق وآخرون: الاعداد الفنى والخططي بالتنس، الموصل، دار الكتب، 1999.

ملحق (1)

استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد القدرات البدنية والمهارات الاساسية لناشيء التنس الارضي

الملاحظات	الاهمية النسبية					القدرات البدنية والمهارات الاساسية	ت
	5	4	3	2	1		
						السرعة	.1
						القوة	.2
						القوة الانفجارية	.3
						القوة المميزة بالسرعة	.4
						التوافق	.5
						المطاولة	.6
						المرونة	.7
						الرشاقة	.8
						مهارة الارسال	.9
						مهارة الضربة الامامية	.10
						مهارة الضربة الخلفية	.11
						مهارة الضربة الساقطة	.12
						مهارة الضربة الطائرة	.13
						مهارة الكبس من فوق الرأس	.14

ملحق (2)

استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد اختبارات القدرات البدنية والمهارات الأساسية لناشيء التنس الارضي

ت	القدرات والمهارات	الاختبارات	التأشير	الملاحظات
1.	السرعة	عدو (30)م من بداية متحركة الجري في المكان (15)ثا		
2.	القوة المميزة بالسرعة	ثني ومد الذراعين (شناو) اقصى عدد في (10)ثا ثني ومد الركبتين كاملاً اقصى عدد في (10)ثا		
3.	المطاولة	رفع الجذع من الانبطاح اقصى عدد ثني الذراعين من الانبطاح المائل اقصى عدد		
4.	الرشاقة	جري الزكزاك (ثا) الجري متعدد الجهات (ثا)		
5.	مهارة الارسال	اختبار هوايت لقياس دقة الارسال اختبار كوبان للارسال		
6.	مهارة الضربة الامامية	اختبار هوايت لقياس الضربة الامامية اختبار بروير وميلر للضربات الارضية		
7.	مهارة الضربة الخلفية	اختبار هوايت لقياس الضربة الخلفية اختبار داير لضربات التنس		

