

الإدراك الحس حركي وعلاقته بدقة إرسال التنس الأرضي لدى طالبات المرحلة الجامعية

بحث تقدمت به

أ.د انتصار عويد علي أ.د عايدة علي حسين م.م وفاء فائق حمودي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات - جامعة بغداد

2016

### ملخص البحث

هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين متغيرات الإدراك الحس حركي ودقة الإرسال لدى عينة البحث . واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية , واشتملت عينة البحث على طالبات الصف الثالث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات - جامعة بغداد للسنة الدراسية (2015-2016) , واستخدمت الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة النتائج , واستنتجت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الإدراك الإحساس بالقدم المسيطرة ودقة الإرسال , وأوصو بضرورة الاهتمام بمتغيرات الإدراك الحس حركي وتنميته لارتباطه الوثيق بتعلم مهارة الإرسال للتنس الأرضي.

### **The Motion –sensual awareness and its relation with the accuracy of Tennis sending for the University stage students**

A research submitted by ;

Assist. Dr. Intisar Awayd Ali

Assist. Dr. Ayda Ali Hussein

Instructor: Wafaa Faeq Hamoodi

College of physical education and sport sciences for Girls – Baghdad

University

2016

Abstract

The research 's goal is to know the relationship between Motion –sensual awareness variables and sending 's accuracy at the sample of the research. The researcher has used the descriptive method by style of correlation; the sample of the research includes physical education college and sport sciences / third-stage female students/ Baghdad University for academic year ( 2015-2016) . It has been used statistic means for processing the results. They have concluded that there is correlation between the sensual awareness of leg and accuracy of sending ( dispatching) ; they have recommended to necessarily concern over the motional sensual variables and its development for its links to learning the skillfulness of Tennis sending.

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعدّ الإدراك احد مفاتيح التعلم ووسائله الفعّالة، كون التعلّم الفعّال يتطلب إدراك فعال للمثيرات التي يستقبلها المتعلم، وإعطائها قيمة ومعنى، بحيث يسهل استرجاعها في المستقبل، فكان من المواضيع التي نالت اهتمام الكثير من العلماء بسبب صلتها المباشرة بحياة الناس الذين يتعاملون مع آلاف المثيرات، والتي تتطلب منهم الفهم والتحليل والاستجابة الفورية<sup>(1)</sup>، يعتبر الإدراك الحس حركي من أهم الوظائف التي تساهم في اكتساب وإتقان المهارات الحركية في الكثير من الأنشطة الرياضية حيث أن تعلم مهارة ما يعتمد على مدى استعداد الفرد للتعلم .

تعتبر رياضة التنس من الرياضات الشعبية واسعة الانتشار في العالم التي يمكن ممارستها في جميع المراحل العمرية ، حيث تعمل على تزويد الفرد بالمهارات التي تستمر معه لممارستها في المستقبل حيث أن الإدراك الحس حركي يعتبر من أهم العوامل الرئيسية التي لها تأثير مباشر في التعلم حيث أن استدعاء الأمور الإدراكية والإحساس بها عند تنفيذ المهارة الحركية يلعب دوراً هاماً في تحسين مستوى التعليم خاصة عند تعلم المبتدئين مهارة الإرسال كمحاولة لتسهيل وتبسيط مهارة الإرسال التي تعتبر من المهارات الصعبة بالنسبة للمتعم لأنها تحتاج إلى التركيز والانتباه والسرعة وتقدير المسافة والإحساس بالكرة وتوقع مكان سقوطها فيحتاج المتعلم أن يمتلك الإدراك الحس حركي حتى يستطيع تعلم المهارة وإتقانها .

ان تعلم أي مهارة يعتمد على مدى استعداد الفرد للتعلم ن والذي يحدده مدى امتلاك المتعلم للصفات أو القدرات البدنية والحركية والحسية والعقلية وغيرها من القدرات المؤثرة في الاداء للمهارة المراد تعليمها.<sup>(2)</sup>

ومن هنا تتجلى اهمية البحث في معرفة الادراك الحس حركي وعلاقته بدقة الارسال لدى طالبات المرحلة الجامعية.

(1) عدنان يوسف العتوم ، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2004، ص 113.

(2) قاسم محمد قاسم محمد خويّلة :أثر تطوير مستوى اللياقة البدنية على تحسين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي لدى طالبات كلية علوم الرياضة جامعة اليرموك ، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد الثامن عشر، العدد السادس، 2003، ص45.

## 2-1 مشكلة البحث

تكمن مشكلة هذه الدراسة من خلال ملاحظة الباحثة اثناء تدريس منهج التنس الى عدم تمكن الطالبات من اداء المهارات بصورة صحيحة وخصوصاً ان لعبة التنس تحتاج من المتعلمة الاحساس برمي الكرة والاحساس بالمسافة وتحريك الذراع بصورة صحيحة وتوقع مكان الكرة ورد الكرات السريعة كما لوحظ فشل الطالبات في توجيه الكرة بصورة صحيحة ورمي الكرة بشكل مرتفع وعدم السيطرة على ضرب الكرة اثناء الإرسال والسبب في عدم إتقان المهارات هو الضعف في تقدير المسافة والاحساس برمي الكرة .

ولغرض تعلم مهارة الإرسال بشكل فعال من الضروري الاهتمام بمتغيرات الإدراك الحس حركي وخصوصا الإحساس برمي الكرة ،والذراع الأفقي ، والإحساس بالقدم المسيطرة لذا ارتأت الباحثة إلى معرفة الإدراك الحس حركي وعلاقته بدقة الإرسال.

## 3-1 هدف البحث:

- التعرف على العلاقة بين متغيرات الادراك الحس حركي ودقة الارسال لدى عينة البحث.

## 4-1 فرضية البحث:

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيرات الادراك الحس حركي وبين دقة الارسال لدى عينة البحث.

## الباب الثاني

## 2- منهج البحث واجراءاته الميدانية:

**3-1 منهج البحث:** استخدمت الباحثات المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الذي يهدف إلى تحديد العلاقة بين متغيرين أو أكثر والذي يعد من أكثر المناهج العلمية انتشارا في الأبحاث النفسية والاجتماعية فهو يشخص ويكشف جوانب وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينهم وبين ظواهر أخرى ولكونه يتلائم أيضا مع المشكلة المراد حلها فهو يعد من أكثر الوسائل كفاية في الوصول إلى معرفه موثوق بها بصدد الوصول إلى تقييمات ذات معنى في وصف المشكلة وتحليلها وتفسيرها.(1)

(1) خير الدين عويس: دليل البحث العلمي , القاهرة , دارالفكر العربي, 1999, ص 116.

3-2 عينة البحث : اشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد للعام الدراسي 2015-2016 إذ بلغ عددهن (62) طالبة مثلن مجتمع الأصل 100% ، احتوت المرحلة الثالثة لهذا العام الدراسي على (3) شعب إذ تم اختيار العينة بطريقة القرعة شعبة (ب) كما مبين في الجدول (1)

### جدول (1) يبين توزيع عينة البحث

ت	العينة	العدد	النسبة المئوية
1	عينة التجربة الرئيسة للاختبار	26	41,9%
2	عينة التجربة الاستطلاعية	10	16,1%
3	العينة المستبعدة	26	41,9%
4	المجموع الكلي	62	100%

### 3-2 الادوات ووسائل جمع المعلومات:

( المصادر العربية ولاجنبية - الانترنت - مضارب تنس - كرات تنس - استمارة تسجيل النتائج - شريط قياس - ملعب تنس - مسطرة ياردة - كرسي - حائط - طباشير ملون - قطعة قماش داكنة اللون)

### 2-4 الاختبارات المستخدمة:

### 2-4-1 اختبارات الإدراك الحس حركي

أولاً : الإحساس بالقدم المسيطرة: (1)

الهدف من الاختبار : قياس قدرة القدم المسيطره على الإحساس بالمسافة الجانبية.

الأدوات المستخدمة : شريط قياس \_قطعه قماش لعصب العينين.

إجراءات الاختبار :

-يرسم خطان على الأرض المسافة بينهما (29,4) سم

(1) ابو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسنين: فسولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتفويم ، القاهرة دار الفكر العربي، 1997، ص180.

-يقف المختبر بحيث تكون قدمه المسيطره موازية للخط الأيسر ,أي قدمه اليمنى مثلا قربه وموازية للخط الأيسر ,ويترك للمختبر فرصه تقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه. يقوم المختبر وهو معصوب العينين بنقل قدمه اليمنى جانبا إلى الخط الثاني (الخط الأيمن) والذي يبعد بمسافة (29,4)سم عن الخط الأول(الخط الأيسر) مع محاولة وضع القدم اليمنى على الحافة الخارجية للخط الثاني.

#### طريقة التسجيل:

-تحسب المسافة من القدم حتى الحافة الخارجية للخط الثاني  
-يعطي المختبر ثلاث محاولات بحيث يسجل له مجموع المحاولات الثلاثة والتي تمثل مجموع الأخطاء في المحاولات الثلاث(تجمع المحاولات وتقسم على 3)  
-تدل دقه نقل احدى القدمين جانبا للمسافة المحددة مسبقا على ارتفاع مستوى الإحساس شريطه عدم استخدام حاسة البصر

#### ثانيا : الاحساس برمي الكرة:

الهدف من الاختبار :الإحساس بالفراغ الأفقي في حركات الرمي  
الأدوات المستخدمة :كرة تنس صغيرة -قطعة قماش لعصب العين -شريط قياس  
إجراءات الاختبار :

يرسم خطان المسافة بينهما 50 بوصة ويقوم المختبر برمي الكره بكلتا اليدين من خلف خط الرمي وتكون عيناه معصوبتين بعد إعطائه فرصه لتقدير المسافة بالنظر  
طريقة التسجيل :

-يتم تسجيل المسافة بين مكان سقوط الكره والخط الثاني  
-يعطي المختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموعها ويقسم على ثلاث  
ثالثا : الإحساس بالفراغ الخط الأفقي:

الهدف من الاختبار : قياس الاحساس بالحركة الافقيه للذراعين .  
الادوات المستخدمة: حائط ، مسطرة ياردة ، كرسي ،قلم ملون .  
إجراءات الاختبار:

-توضع المسطره بوضع افقي على الحائط بحيث يكون طرفها السفلي على ارتفاع من الارض

يوازي مستوى النظر للمختبر وهي في وضع الجلوس على المقعد توضع علامه معينه على المسطره

-يجلس المختبر على المقعد موازيا للحائط ويترك فرصه لتقدير نقطه العلامه المرسومه على المسطره ثم تعصب العينين

يطلب من المختبر ان تشير بسبابتها اليمنى إلى العلامه المحدد على المسطره إي محاوله وضع أسبابه على العلامه مباشره على إن يتم ذلك بدون تدريب سابق

-طريقة التسجيل :يتم تسجيل المسافه للمختبر بين مكان ملامسة سبابتها للمسطره والعلامه المرسومه على المسطره الى اقرب ربع بورصه

-تمنح للمختبر ثلاثه محاولات ويسجل لها مجموعها

## 2-4 - 2 اختبار دقة الارسال (1)

الهدف من الاختبار: اختبار دقة الارسال.

### اجراءات الاختبار

- يقف اللاعب خلف خط القاعدة .
- على اللاعب أن يضرب (12) ارسالاً ثلاث أرسلات إلى المنطقة الواسعة في صندوق الإرسال الأول وثلاث أرسلات إلى منطقة الوسط للإرسال الأول أيضاً وثلاث أرسلات إلى المنطقة الوسط للإرسال الثاني وثلاث أرسلات إلى المنطقة الواسعة للإرسال الثاني.
- يكون احتساب النقاط على ضوء سقوط الكرة الأول .

### احتساب نقاط دقة الإرسال

#### الإرسال الأول:

- /نقطتان عندما تسقط الكرة في منطقة الإرسال الصحيحة (منطقة الوسط) .
- اربع نقاط عندما تسقط الكرة في المنطقة التي يهدف إليها الإرسال الأول (في المنطقة الواسعة الجانبية لمنطقة الإرسال) .

#### الإرسال الثاني:

(1) ظافر هاشم و مازن هادي : التنس الإعداد الفني والأداء الخططي , ط1 , النجف الاشرف , دار الضياء

- نقطتان عندما تسقط الكرة في منطقة الإرسال الصحيحة (منطقة الوسط) .
- اربع نقاط عندما تسقط الكرة في المنطقة التي يهدف إليها الإرسال الأول (في المنطقة الواسعة الجانبية لمنطقة الإرسال)

#### 2-4-3 الاسس العلمية للاختبارات

(الاختبارات ماهي الاوسيلة تساعدنا على تقويم الاداء ومقارنة المستويات بالاهداف الموضوعه اذ يجب ان تتمتع بدرجات عالية من الصدق والثبات والموضوعية )<sup>(1)</sup>

**2-4-3-1 صدق الاختبار (صدق المحكمين) :** يعد هذا الإجراء صدقاً للاختبار ، اذ انه يمكن نعد الاختبار صادقاً اذ تم عرضه على عدد من المختصين او الخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار ، وحكموا بانه يقيس ما وضع لقياسه بكفاية<sup>(2)</sup> . وقد اعتمدت الباحثة نسبة (75%) حد ادنى لاتفاق اراء الخبراء المتخصصين حول قبول الاختبار ، وفي ضوء الحصول على اراء الخبراء وايجاد نسبة الاتفاق تحقق صدق الاختبار ، اذ يعد الاختبار صادقاً " عندما يتفق على ذلك الخبراء وبنسبة مقبولة "<sup>(3)</sup>

#### 2-4-3-2 ثبات الاختبار:

يعني ثبات الاختبار درجة التماسك والدقة التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة أن تقيس الظاهرة موضوع القياس<sup>(4)</sup> ، وقد استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبارات (test-Retest) بعد فاصل زمني على عينة التجربة الاستطلاعية نفسها وهن (10) طالبات من المرحلة الثالثة واعيدت مرة ثاني بعد مرور (7) ايام ، واجري بين الاختبارين معامل الارتباط البسيط بيرسون بين درجات الاختبارين واطهرت نتائج معامل الارتباط ان هناك علاقة ارتباط عالية مم يؤكد

#### 2-4-3-3 موضوعية الاختبار:

(1) مروان عبد المجيد : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط 1 ، الاردن ، دار الفكر العربي ، 1999، ص86.

(2) عليان نادر ، هشام الزيود : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط 2 ، عمان ، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع ، 1998، ص 184.

(3) صباح حسين حمزة : القياس والتقويم التربوي ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000، ص 112.

(4) ليلي السيد فرحات : القياس المعرفي الرياضي ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2002، ص 64.

"الموضوعية هي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين"<sup>(1)</sup> وبالرغم من أن الاختبارات المستعملة سهلة وواضحة فضلا عن إن فريق العمل المساعد<sup>(\*)</sup> من ذوي الاختصاص في مجال التربية الرياضية، فقد تحققت الباحثة منها، وذلك بتسجيل نتائج الاختبارات من قبل حكمين (\*\* ) وظهرت نتائج معامل الارتباط بان هناك علاقة ارتباط عالية مما يؤكد موضوعية الاختبار ،كما هو مبين في الجدول (2).

### جدول (2) يبين معامل الصدق والثبات والموضوعية للاختبارات

الموضوعية	الثبات	الصدق	الاختبارات
0.85	0.80	90	الإحساس بالقدم المسيطرة
0.87	0.90	100	الإحساس برمي الكرة
0.83	0.87	100	الإحساس بالفراغ الخطي الأفقي
0.95	0.90	90	إرسال

### 2-5 التجربة الاستطلاعية:

أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2015/11/8 على (10) طالبات تم استبعادهن من التجربة الرئيسية والهدف من التجربة الاستطلاعية هو الوقوف على المعوقات التي قد تصادف الباحثون أثناء إجراء الاختبارات والتجربة الميدانية والتعرف على صلاحية الأدوات المستخدمة في البحث .

### 2-6 إجراءات التجربة الرئيسية:

بعد أن تم إجراء التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية الاختبار وتوفر المواصفات العلمية له ، تم تطبيق الاختبارات على عينة البحث البالغة (26) طالبة في القاعة الداخلية وملعب التنس بتاريخ 2015/12/29-28 .

### 2-7 الوسائل الإحصائية

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية الجاهزة spss

### الباب الثالث

(1) مصطفى حسين الباهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط1، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999، ص64.

(\*\*) المحكمات هن كل من :

ا.م. د عبير داخل حاتم / مدرسة تنس / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد.  
م.م. وجدان هادي سعيد / مدرسة العابد مضرب / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### 1-3 عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات الخاصة بالبحث

#### وتحليلها ومناقشتها

#### جدول رقم (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الإحساس بالقدم المسيطرة	سم	7.55	3.30
الإحساس برمي الكرة	سم	16.45	8.14
الإحساس بالفراغ الخطي الأفقي	سم	4.50	3.29
الإرسال	درجة	17.96	3.47

يتبين من الجدول (3) أن الوسط الحسابي لاختبار الإحساس بالقدم المسيطرة بلغ (7.55) وبانحراف معياري بلغ (3.30) ، أما في اختبار الإحساس برمي الكرة بلغ الوسط الحسابي (16.45) وبانحراف معياري بلغ (8.14) ، واختبار الإحساس بالفراغ الخطي الأفقي بلغ الوسط الحسابي (4.50) وبانحراف معياري بلغ (3.29) ، أما في اختبار الإرسال بلغ الوسط الحسابي (17.96) وبانحراف معياري بلغ (3.47)

ولغرض أيجاد علاقة متغيرات الإدراك الحس حركي مع دقة الإرسال للطالبات ، تم استعمال معامل الارتباط البسيط بيرسون، والجدول (4) يبين ذلك

#### 2-3 عرض وتحليل نتائج علاقة ارتباط متغيرات الإدراك الحس حركي بدقة الإرسال ومناقشتها

جدول (4) يبين قيمة معامل الارتباط لمتغيرات الإدراك الحس حركي بدقة الإرسال

معامل الارتباط البسيط	الإحساس بالقدم المسيطرة	الإحساس برمي الكرة	الإحساس بالفراغ الخطي الأفقي	دلالة الارتباط
الإرسال	0.851	0.751	0.651	معنوي
قيمة معامل الارتباط الجدولية (0.388) عند درجة حرية (24) واحتمال خطأ (0.05)				

يتبين من الجدول (4) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار أدراك الإحساس بالقدم المسيطرة ودقة الإرسال بلغت (0.851) ، وهذا يعني أن العلاقة بين اختبار أدراك الإحساس بالقدم المسيطرة ودقة الإرسال كانت علاقة ارتباط معنوية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.388) عند درجة

حرية 24 واحتمال خطأ (0.05) . وتعزو الباحثة السبب في ذلك أن طبيعة الأداء تتطلب من المتعلمة أن تتمتع بإدراك الإحساس بالقدم المسيطرة المهم والمؤثر في أداء الإرسال وخصوصاً أن طبيعة الاداة تتطلب من المتعلمة عدم لمس خطوط الملعب اثناء الاداء ويجب ان يكون هناك نقل وزن ثقل الجسم وثبات القدم المسيطرة اثناء النقاء الكرة بالمضرب ويحتاج الى ثبات القدم اثناء الإرسال .

ويذكر (عبد الحميد) أن إدراك اللاعب للمسافة الموجود فيها سواء من ناحية علاقته بحدود الملعب أم علاقته بالكرة يلعب دوراً كبيراً في تحديد المهارات المناسبة لظروف وأوضاع النشاط طبقاً للمكان الموجود فيه اللاعب<sup>(1)</sup>.

كما تبين من الجدول (4) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار أدراك الإحساس برمي الكرة ودقة الإرسال بلغت (0.751) ، وهذا يعني أن العلاقة بين اختبار أدراك الإحساس برمي الكرة ودقة الإرسال كانت علاقة ارتباط معنوية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.388) عند درجة حرية 24 واحتمال خطأ (0.05)

وتعزو الباحثة إلى أن رياضة التنس تتطلب الإدراك أحساس بالكرة ولغرض الحصول على دقة الإرسال يجب على المتعلمة أن تتمتع بإحساس عالي بالكرة حتى تستطيع إيصال الكرة بصورة صحيحة وإلى منطقة لا تستطيع الزميلة من إرجاعها بسهولة .

حيث أن قدرات الإدراك الحس حركي تشكل الأساس الذي تقوم عليه عمليات إكتساب وإتقان الأداء البدني والمهاري والتحكم الدقيق للرياضي في حركته<sup>(2)</sup>

أن الكفاءة الفنية للاعبين في العاب الكرات (كرة القدم ، كرة السلة ، كرة اليد ، التنس) تتأسس على دقة التحكم في الكرة ، وهذا الإدراك يساعد اللاعب على توافق حركاته مع الكرة وخصائصها ويرتبط ذلك بدقة أدراك وزن الكرة وشكلها وقوة الضربة وسرعة ارتفاع التميرية التصويبة وكذلك ارتفاعها كما يسمح له من القدرة على السيطرة على الكرة وإيقافها.<sup>(3)</sup>

(1) عبد الحميد احمد : الملاكمة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 ، ص 276.

(2) Barrow, Harold and Mc Gee, Rosemary : Apractical approach to measurement in physical education . 2 nd ed . lea and Febiger , Philadelphia , 1983.

(3) عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط 1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000 ، ص 123.

كما تبين من الجدول (4) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار أدراك الإحساس بالذراع الأفقي ودقة الإرسال بلغت (0.651)، وهذا يعني أن العلاقة بين اختبار أدراك الإحساس بالذراع الأفقي ودقة الإرسال كانت علاقة ارتباط معنوية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.388) عند درجة حرية 24 واحتمال خطأ (0.05).

ترى الباحثة أهمية هذا النوع من الإدراك لان حركة الذراع جدا مهمة وضرورية لأداء دقة الإرسال عندما تكون حركة الذراع صحيحة ونهاية الحركة جيدة فان الكرة تصل إلى مكان الصحيح وعدم خروج الكرة إلى خارج حدود الملعب وبالتالي خسارة النقطة.

عندما يتمكن الرياضي من تقدير الأوضاع أو الأشكال المهارية المطلوبة للقيام بأداء أكثر دقة فإنه دليلا على إدراكه الحس - حركي فالرياضي ذو الإدراك الحس - حركي العالي يستطيع أداء الوضع المطلوب بسهولة ودقة في أي نشاط رياضي ويكون كذلك قادرا على إنجاز الحركة بشكل متناسق<sup>(1)</sup>

#### الباب الرابع

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات

- توصلت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الإدراك الإحساس بالقدم المسيطرة ودقة الإرسال.
- توصلت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين أدراك الإحساس برمي الكرة ودقة الإرسال.
- توصلت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين أدراك الإحساس بالذراع الأفقي ودقة الإرسال.

##### 4-2 التوصيات

- ضرورة الاهتمام بمتغيرات الإدراك الحس حركي أثناء تعلم مهارة الإرسال .
- ضرورة الاهتمام بمتغيرات الإدراك الحس حركي وتنميته لارتباطه الوثيق بتعلم مهارة الإرسال للتنس الأرضي.

(1) سيد خير الله : سلوك الإنسان أسسه النظرية والتجريبية , القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ، 1976 ، ص90.

- أجراء بحوث خاصة بتمرينات الإدراك الحس حركي لما له أهمية بالغة في دقة أداء الإرسال للتنس الأرضي.

### المصادر

- ابو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسنين: فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم , القاهرة دار الفكر العربي، 1997.
- خير الدين عويس: دليل البحث العلمي , القاهرة ، دارالفكر العربي، 1999.
- سيد خير الله : سلوك الإنسان أسسه النظرية والتجريبية , القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1976.
- صباح حسين حمزة : القياس والتقويم التربوي ، ط1, القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000.
- ظافر هاشم و مازن هادي : التنس الإعداد الفني والأداء الخططي , ط1 , النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة ، 2014.
- عبد الحميد احمد : الملاكمة , القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998.
- عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط1 , عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000 .
- عدنان يوسف العتوم ، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق , عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2004.
- عليان نادر ، هشام الزبود : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط2 , عمان ، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع ، 1998.
- قاسم محمد قاسم محمد خويلة :أثر تطوير مستوى اللياقة البدنية على تحسين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي لدى طالبات كلية علوم الرياضة جامعة اليرموك , مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد الثامن عشر، العدد السادس، 2003.
- ليلى السيد فرحات : القياس المعرفي الرياضي ، ط1 , القاهرة ،مركز الكتاب للنشر ، 2002.
- مروان عبد المجيد : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط1 , الاردن ، دار الفكر العربي ، 1999.
- مصطفى حسين الباهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط1, القاهرة ،مركز الكتاب للنشر ، 1999.
- Barrow, Harold and Mc Gee, Rosemary : Apractical approach to measurement in physical education . 2 nd ed . lea and Febiger , Philadelphia , 1983.