

## التدريب الرياضي المنتظم ومضادات الاكسدة

آ.م.د احمد مرتضى اليساري

### كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

يمكن تعريف مضادات الاكسدة على انها مادة ذات آلية تمنع تكوين الشقوق الطليقة وتزيلها بعد تكوينها وتصلح الضرر الناتج عنها . كذلك تعرف مضادات الاكسدة بأنها مجموعة من العناصر الغذائية التي تسهم في المحافظة على الخلايا من التلف او العجز وبالتالي المحافظة على صحة الجسم ووقايته من الامراض والشيخوخة والضعف والتسرطن ،

ان مضادات الاكسدة تعمل على تخلص الخلايا المنتجة للطاقة من بعض النواتج التي تحصل فيها أثناء انتاج الطاقة بعد دخول الاوكسجين الى داخل الخلية والتي تتحد مع هذه النواتج والمتمثلة بالجذور الحرة التي تعمل كعامل معرقل لاحداث الطاقة اللازمة مما تسبب هذه النواتج أحداث تمزق واختلال في أنسجة الخلايا حيث تعمل على تحطيمها .

ان وظيفة مضادات الاكسدة هي الاتحاد مع بعض الانزيمات لأكسدة الجذور الحرة وتقليل فعاليتها حتى يتم تأمين متطلبات الطاقة الاوكسجينية الضرورية ، اذ اوجدت الدراسات انخفاض في هذه المضادات اثناء فترة الراحة بعد ممارسة النشاط الرياضي نتيجة استنزافها بسبب وجود الاوكسجين الحر بصورة كبيرة بسبب زيادة عمليات التمثيل الغذائي ، حيث ان مضادات الاكسدة تتصف بقدرتها وقابليتها على ان تتأكسد ولذلك تساهم في ايقاف سلسلة التفاعلات الناتجة من الجذور الحرة وبالتالي تسهم في الحد من تدهور الخلايا وضعفها ولذلك فأن لمضادات الاكسدة فوائد عديدة منها الحد من انتشار وزيادة استمرار بعض الامراض .

تعد مضادات الاكسدة المركبات القادرة على التخلص من الشقوق الطليقة التي تنطلق عند الاداء البدني العنيف مثل الركض ورفع الاثقال ، وقد وجد ان الاشخاص الممارسين لمثل هذه التدريبات البدنية بصورة عشوائية يكونون عرضة للتلف الناتج عن الاداء البدني بالمقارنة بالرياضيين منتظمي التدريب وفي هذه الحالة فأن التدريبات العنيفة تكون اكثر اتلافاً ، ومن ثم فأن احسن حماية في مثل هذه الحالات تتطلب بناء اليات مضادة للاكسدة تسبق مثل هذه التدريبات البدنية .

ومن هنا تجدر الإشارة الى نقطة هامة وهي أهمية الانتظام في التدريب ، اذ ان الانقطاع عن التدريب ثم العودة اليه مرة اخرى يخل بتسلسل عمليات التكيف ويؤدي الى حدوث الاضرار السلبية لاحمال التدريبية ويخل بمبدأ التدرج في توزيع الاحمال التدريبية واتاحة الفرصة للجسم للتكيف المطلوب .

اذ تلعب مضادات الاكسدة دوراً هاماً في الشفاء العضلي ، اذ انها تحمي الخلايا والانسجة من التلف وتقلل من الاكسدة التي تؤدي لتلف العضلات وتعمل في تقليل ألم العضلات وسرعة شفائها بعد التدريبات العنيفة .

وفي اثناء ممارسة الرياضة المكثفة يتحول الدم بعيداً عن الاجهزة الحيوية ويتركز في الاطراف والعضلات العاملة وذلك لامداد هذه العضلات بالغذاء والاكسجين للاستمرار في اداء الجهد البدني وتصبح الاجهزة الحيوية مثل ( المعدة والكبد والكلية ) في حالة نقص اوكسجين ، وعند انتهاء المجهود البدني فأن الدم يعود اليها وتكون مصحوبة بكم هائل من الجذور الحرة ، أي ان تلك الذرات من الجذور الحرة تعود لجميع الانسجة الحية التي تتعرض لنقص الاوكسجين في حالة تدفق الدم الوارد اليها المحمل بالجذور الحرة .

ان ممارسة الانشطة البدنية تؤدي الى زيادة في عملية التمثيل الغذائي الهوائي وتكوين ذرات الاوكسجين الحرة اكثر من الشخص الاعتيادي والتي تسبب الالتهابات وتلف وتمزق الخلايا والانسجة ، فأن خطرها يكمن عند تفاعلها مع مكونات هامة للخلايا مثل الحامض النووي ( DNA ) او النواة او الجدار الخلوي مما يؤدي الى ضعف في كفاءة هذه الخلايا اثناء عملها ، وبناءً على هذا فأن الانشطة الرياضية يجب ان تستند على أسس علمية وتحت اشراف طبي وفحوصات دورية لمعاينة القصور في هذه المناهج وما تحتاجه من سرعات حرارية عن طريق الغذاء في البناء الوظيفي للفرد من خلال رفع مستوى الوظيفية للممارسين .

وان التدريب الرياضي ليس مجرد تدريب للعضلات او للجهاز العصبي او لأجهزة الجسم الحيوية ، وانما يمتد تأثير ذلك الى تدريب العمليات الكيميائية ، ومن بينهما مضادات الاكسدة لتقوم بدورها في مقاومة التلف الذي قد يتعرض له الجسم وخلاياه نتيجة زيادة الجذور الحرة .

اذ اظهرت الدراسات العديدة كفاءة التمرين المنتظم على زيادة الدفاعات المضادة للاكسدة ، وقد اكدت نتائج تلك الدراسات ان تناول مضادات الاكسدة خلال الغذاء او من خلال المستحضرات قبل التدريب يقلل من التلف العضلي الناتج عن التدريب الرياضي .

ويؤكد ( DAVIS ) ان للسلينيوم دوراً مهماً في الانزيم كلوتاثيون بيروكسيداز في كريات الدم الحمراء الذي يحمي الاغشية الحياتية من التحطم التأكسدي .

- اذ يعد السلينيوم عنصراً أساسياً وضرورياً في المحافظة على فعالية انزيم كلوتاثيون بيروكسيداز ( GSH - PX ) اذ يعمل على تحليل الهيدروكسيد العضوي في الجسم وان نقص السلينيوم يؤدي الى فقدان فعالية الانزيم . ومن الاطعمة الغنية بمضادات الاكسدة هي السبانغ والفرولة والسّمك والكبد والجوز واللوز والفسق والجزر والشاي الاخضر والشكولاتة .

## المنشطات الرقمية بين القبول والرفض

م.د حسين مناتي ساجت

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[Hussein80hussein@yahoo.com](mailto:Hussein80hussein@yahoo.com)

ظهرت في الآونة الأخيرة ما يسمى بالمنشطات الرقمية ( المخدرات الرقمية) أو ما يُطلق عليها اسم "Digital Drugs" أو "iDoser" هي عبارة عن مقاطع نغمات يتم سماعها عبر سماعات بكل من الأذنين، بحيث يتم بث ترددات معينة في الأذن اليمنى على سبيل المثال وترددات أقل إلى الأذن اليسرى. المنشطات الرقمية لها تاريخ قديم حيث نشأت على تقنية قديمة تسمى "النقر بالأذنين"، اكتشفها العالم الألماني الفيزيائي (هينريش دوف) عام 1839، واستخدمت لأول مرة عام 1970 لعلاج بعض الحالات النفسية، لشريحة من المصابين بالاكتئاب الخفيف في حالة المرضى الذين يرفضون العلاج السلوكي (الأدوية)، ولهذا تم العلاج عن طريق تذبذبات كهرومغناطيسية، لفرز مواد منشطة للمزاج. ولأن هذه الأمواج الصوتية غير مألوفة على الدماغ لذا يعمل الدماغ على توحيد الترددات من الأذنين للوصول إلى مستوى واحد بالتالي يصبح كهربائياً غير مستقر وحسب نوع الاختلاف في كهربائية الدماغ يتم الوصول لإحساس معين يحاكي إحساس أحد أنواع المخدرات أو المشاعر التي تود الوصول إليها كالنشوة ، مثلاً لو تعرضت الأذن اليمنى إلى موجة 325 هرتز واليسرى إلى موجة 315 هرتز فإن الدماغ سيعمل على معالجة الموجتين لتشكيل صوت و موجة جديدة لتكون موجة 10 هرتز وهي نفس الموجة التي ينتجها الدماغ أثناء الارتخاء والتأمل . وللاسف الشديد اصبحت المنشطات الرقمية في وقتنا هذا مطروحة عبر عدة مواقع الانترنت وتسوقها على أنها آمنة و شرعية، واحد من أشهر تلك المواقع نفضل عدم ذكر اسمه يوفرها عبر عدة منصات مختلفة بدءاً من تطبيقات للهواتف المحمولة وحتى برامج تعمل على ويندوز وماك وملفات صوتية أخرى، وعلى عكس المخدرات الحقيقية فإن تلك الرقمية توفر لك دليل مكتوب يشرح لك خطوة بخطوة الإجراءات التي يجب أن تقوم بها حتى تحقق الفاعلية المطلوبة حيث أن أكثر من 80% ممن جربوها وفق الدليل حققت الهدف المنشود منها حسب دراسة أجراها الموقع ، وحسب متحدث باسم الموقع فإن الجرعات التي يقدموها تعمل على محاكاة تأثير نفس التجربة في العالم الواقعي ويقصد هنا المخدرات الحقيقية. ويقدم الموقع عينات مجانية يمكن الاستماع إليها وبعدها طلب الجرعة الكاملة وتتراوح الأسعار ما بين 3 دولارات لتصل إلى 30 دولار و أحياناً أكثر ولم يتوقف الموقع عند هذا فحسب، إن لم تعجبك مكتبة المخدرات المعروضة للبيع سلفاً، يمكنهم مساعدتك لقاء 100 دولار بتصميم الجرعة الخاصة بك للوصول إلى شعور معين ونقلت العربية عن رئيس جمعية جاد للإقلاع عن المخدرات في لبنان ( جوزف حواط) أنه واجه العام الماضي أول حالتي إدمان على المخدرات الرقمية في الجمعية. حيث لجأ إليه أهالي مراهقين قاما فجأة بالانعزال في غرفهم لساعات طويلة ويسمعان موسيقى غريبة وبدأ جسديهما بالارتجاج، ويعي الأهل أن ولديهما لا يتعاطيان المخدرات العادية لكن مستشار اللجنة الطبية في الأمم المتحدة طبيب الأعصاب الدكتور (راجي العمدة) يرى أن هذه الذبذبات والأمواج الصوتية تؤدي إلى تأثير سيئ في المتعاطي على مستوى كهرباء المخ كونها لا تشعر المتلقي بالابتهاج فحسب، بل تسبب له ما يعرف بالشروود الذهني وهي من أخطر اللحظات التي يصل إليها الدماغ حيث تؤدي للانفصال عن الواقع وتقليل التركيز بشدة. ويحذر (راجي العمدة) أن التعرض لهذا التغيير في اختلاف موجة الكهرباء في الدماغ وتكراره يؤدي إضافة للحظات الشروود إلى نوبات تشنج عند المرء. وهذا ما يمكن أن نؤكد لكم أيضاً من خلال متابعة مجموعة شباب يتعاطونها وبعد مرور فترة زمنية يبدأون بالهلوسة والارتجاج والتشنج وتسارع التنفس ونبض القلب . وخلصت القول بأن هذه المنشطات او المخدرات التي تستخدم من قبل الكثير من المراهقين هي حالة غير صحية ويجب محاربتها

بخطوات ائفة لانها فعلا اخطر من المخدرات الحقية لانها مباحه وبشكل فعال عبر مواقع التواصل الاجتماعي لذلك نرجو من المعين ملاحظة مثل هكذا مواضيع للحد من مخاطرها في المستقبل .

## أثر استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية بالجمناستك

ا.م.د. ولاء فاضل إبراهيم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

### ملخص البحث باللغة العربية

اشتملت الدراسة على خمسة أبواب ، تضمن الباب الأول مقدمة وأهمية البحث ، وقد تطرق الباحث فيها إلى ما يتميز به هذا العصر من تطوراً وتقدماً سريعاً وبمختلف مجالات الحياة والألعاب الرياضية . كما تجلت مشكلة الدراسة في ان هناك ضعف في تطور واكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية بالشكل الذي يتناسب والتطور السريع الحاصل بلعبة الجمناستك ، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم الطلاب لبعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية .

اما ضمن الباب الثالث فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي . واشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية – كلية التربية الرياضية / جامعة كربلاء ، ومن خلال ما أفرزت نتائج التحليل الاحصائي للبيانات خلص الباحث بعدة استنتاجات منها هناك تأثير ايجابي في تعلم طلاب المرحلة الثانية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لبعض المهارات الاساسية على البساط الحركات الأرضي بالجمناستك ....

### Abstract

The impact of virtualization technology in learning some Basic skills on the Floor Exercise in Gymnastic

By

Walaa Fadel Ibrahim Ph.D. Prof Assist

The study included five sections, the first section included the introduction and importance of research, and the researcher dealt with the features of development and progress quickly and in various areas of life and sports. The study also revealed that there is a weakness in development and acquisition of some basic skills on floor exercise in Gymnastic in a manner appropriate to the rapid development of Gymnastic. The study also aimed to identify the effectiveness of the use of virtual reality technology in students learning some basic skills on the floor exercise.

In the third section, researcher used experimental method in style of equal groups with tribal and post-test. The society of research included students of second stage – Faculty of Physical Education / Karbala University, and

through the results of the statistical analysis of the data the researcher concluded several conclusions, including a positive impact on the students of the second stage – the Faculty of Physical Education and Sports Sciences of some of the basic skills on floor exercise in Gymnastic.

## 1- التعريف بالبحث :

### 1-1 - مقدمة البحث وأهميته :

يشهد العالم اليوم تطوراً سريعاً بمختلف المجالات ومنها المجال الرياضي وبمختلف الألعاب الرياضية ومنها رياضة الجمناستك ، وان هذا التطور لم يكن وليد الصدفة بل نتيجة جهود الباحثين والعلماء الذين يسعون دائماً إلى اكتشاف طرائق وأساليب تعليمية جديدة وفقاً للأسس العلمية ، والتي تعد من العوامل المؤثرة إيجابياً في عملية التعلم ضمن مناهج التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي لا تقتصر أهدافها على الجانب المعرفي فحسب بل تتجاوز ذلك المهارات الأساسية لدى الطلاب وفقاً لقدراتهم .

ان العملية التعليمية أو التدريسية تركز على نقل المعارف والمعلومات في المدرس إلى الطالب وبالطريقة المناسبة التي تجعل هذه العملية أفضل وأسرع ويجهد أقل ، والمدرس الجيد هو الذي يستطيع التنوع باستخدام طرائق وأساليب مختلفة للابتعاد عن الملل الذي قد يصيب الطالب اثناء التدريس والنتائج عن (تكرار) استخدام أسلوب واحد لجميع الطلاب .

وعليه لابد للمدرس من البحث عن الأسلوب الأفضل والذي يتناسب مع طبيعة الطالب وبيئة التدريس الحديثة وبشكل يثير دوافع الطالب ، وبالتالي إلى تحقيق الهدف المنشود من التعلم وإن رياضة الجمناستك من الرياضات التي وصل فيها مستوى الأداء الفني إلى حد الإبداع ، لذا أصبح من الضروري إيجاد وسائل وأساليب تعليمية تتضمن الوصول إلى المستوى المخطط له ، لذا أصبح من الواجب السير مع ركب التطور من خلال استخدام أفضل الوسائل والطرائق التي لها أثر في تحسين مستوى الأداء الفني .

من خلال ما تقدم تتضح أهمية البحث في استخدام أساليب أكثر تطوراً وتأثيراً من خلال استخدام احدى بيئات الواقع الافتراضي وهي الانغماس بالواقع الافتراضي للمساهمة في امكانية الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في تعلم واكتساب بعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال الاستثمار الأمثل للوقت والجهد .

### 1-2 - مشكلة البحث :

تعد بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية ذات طابع فني صعب لدى أغلب الطلاب ، إذ تفرض عليهم واجبات ومهام حركية وبذل مجهود بدني كبير ، وهذا يتطلب إيجاد أفضل الطرائق والوسائل والأساليب الحديثة في التدريس والتي عن طريقها يستطيع المدرس الوصول بالطلاب إلى مستوى ممكن في تطوير الأداء المهاري ، ومن خلال خبرة الباحث في رياضة الجمناستك لاحظ ان بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لا تتطور بالشكل الذي يتناسب مع التطور السريع الحاصل باللعب وقد يكون ذلك هو ان الأساليب التدريسية التي أثبتت فاعليتها في عملية التعليم كثيرة ومتعددة ، إلا ان بعض المدرسين لازالوا يفرضون الأساليب التدريسية الذي لا تستخدم التكنولوجيا في عملية تعلم واكتساب الحركات والمهارات ،

ولكون بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي تعتمد التكنولوجيا الحديثة في عملية التعلم ومن أجل زيادة فاعلية المشاركة الإيجابية في الدرس . لذا ارتأى الباحث معرفة تأثير استخدام هذه التكنولوجيا في تعلم بعض المهارات الأساسية للطلاب على بساط الحركات الارضية بالجمناستك وذلك من أجل تطوير العملية التدريسية والاقتصاد بالجهد والوقت .

### 1- 3 أهداف البحث :

1- التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية .

2- التعرف على أفضلية تأثير استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي وبين الاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم الطلاب لبعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية .

### 1- 4 فروض البحث :

1- هناك تأثير إيجابي لاستخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية .

2- هناك أفضلية في التأثير لاستخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية .

### 1- 5 مجالات البحث :

1- المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء للعام

الدراسي 2016 - 2017 .

2- المجال الزمني : المدة من 2016/11/1 ولغاية 2017/3/26 .

3- المجال المكاني : قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء .

### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### 2- 1 منهج البحث :

ان طبيعة المشكلة المدروسة والأهداف الموضوعية للبحث تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب ، لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) ذات القياس القبلي والبعدي وهو ما يراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثة وتحقيق اهداف دراسته .

#### 2- 2 مجتمع وعينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء للعام الدراسي 2016 - 2017 والبالغ عددهم (111) طالب ، ينتمون الى (اربعة شعب) وهي (A-B-C-D) وتم اختيار عينة البحث الاساسية بالأسلوب العشوائي البسيط وبواقع (50) طالب وهم طلاب شعبة (A-C) وشكلت ما نسبته (45.04%) من المجتمع قُسمت إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع (25) طالب لكل مجموعة .

## 2-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة :

- المصادر والمراجع .
- الاختبارات والمقاييس .
- الملاحظات .
- الاستبيان .
- أبسطة جمناستك عدد (10) .
- صندوق خشبي عدد (1) .
- جهاز حاسوب نوع (DELL) .
- أقراص ليزرية CD عدد (4) .
- كامرات (VR) عدد (25)

## 2-4 إجراءات البحث الميدانية :

### 2-4 إجراءات تحديد مهارات بساط الحركات الأرضي :

بعد ان قام الباحث باعتماد بعض مهارات البساط الحركات الأرضي بالجمناستك والتي يتم تدريسها ضمن المقررات الدراسية لطلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء وهي (العجلة البشرية ، القفزة الأمامية ، القفزة العربية) قام الباحث بتصميم استمارة<sup>(\*)</sup> تقييم أداء تضمنت إعطاء درجة لكل جزء من أجزاء المهارات (التحضيرى ، الرئيسى والختامى) وعرضها على (6) من الخبراء والمختصين برياضة الجمناستك لبيان صلاحيتها ، وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات أظهرت النتائج ان هناك اتفاق تام حول صلاحية الاستمارة وبنسبة (100%) دون إجراء أي تعديل عليها والاستعانة والاعتماد على تقييم محكمين<sup>(\*\*)</sup> لأداء كل طالب عند قيامهم بأداء بعض مهارات بساط الحركات الأرضي التي تم تدريسها ضمن المقرر الدراسي للطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 2-5 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على (10) طلاب بتاريخ 2016/11/13 وكان الغرض منها الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي تواجه الباحث ، فضلاً عن استخراج الأسس العلمية لاستمارة تقييم المهارات المتمثلة بالصدق والثبات .

### 2-5-1 الأسس العلمية للاستمارة :

أولاً : صدق الاستمارة :

تعد درجة الصدق "هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة لمحكات جودة الاختبارات والمقياس"<sup>(1)</sup> ، وقد كسب استمارة تقييم مهارة بساط الحركات الأرضية قيد الدراسة صدق المحتوى عندما تم عرضها على مجموعة من الخبراء لإقرار صلاحيتها في تحديد درجة كل طالب على المهارات المعنية بالدراسة والبحث .

\* ملحق (1)

\*\*المحكمين :

1- أ.د. علي عبد الحسن

2- أ.م.د. حسين مكي

ثانياً : ثبات الاستمارة :

للثبات أهمية خاصة في اختيار واستخدام أي اختبار لغرض معين حيث يشير إلى "قدر الثقة التي يمكننا ان نضعه في نتائج اختبارتنا"<sup>(2)</sup> . وقد قام الباحث باستخراج معامل ثبات المصححين والذي يعد أحد المصادر الرئيسية لتباين الخطأ في الدرجة على الاختبار في المقاييس التي تعتمد على تقييم المصحح وليس على مفتاح التصحيح عندما تم اعتماد تقييم أداء طلاب العينة الاستطلاعية من خلال تقييم ثلاثة محكمين لأداء الطلاب ، بعدها سعى الباحث إلى استخراج معامل ارتباط (سبرمان) بين تقديرات الحكم الأول وتقديرات الحكم الثاني ، وكذلك تقديرات الحكم الأول والثالث ، وتقديرات الحكم الثاني والثالث وكما مبين في الجدول (1)

#### جدول (1)

يبين قيم معامل ارتباط سبرمان (معامل ثبات التصحيح) لاستمارة أداء مهارات البساط الأرضي بالجمناستك

ت	المهارات	قيم ارتباط الحكم الأول والثاني	قيم ارتباط الحكم الأول والثالث	قيم ارتباط الحكم الثاني والثالث
1	العجل البشرية	0.935	0.916	0.909
2	قفزة اليدين الأمامية	0.889	0.874	0.921
3	القفزة العربية	0.915	0.899	0.905

#### 2-6 وضع البرنامج التعليمي :

قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت وضع البرامج التعليمية ومن ثم إعداد ومن ثم إعداد وحدات تعليمية والتي تضمنت النشاط التعليمي شرح المعلومات العامة عن مهارات قفزة اليدين الامامية والعجلة البشرية والقفزة العربية على بساط الحركات الارضية باستخدام نظارات (VR) كما تضمن التأكيد والتذكير بمراحل اداء كل مهارة من خلال المشاهدة عن طريق النظارة واعطاء القواعد القانونية عن المهارة مع مشاهدة المهارات كاملتا عن طريق نظارة (VR) فضلا عن نماذج من التدريبات المقدمة في تعلم مهارات البساط الحركات الأرضي بالجمناستك ، وقد راعى الباحث في اختياره للتمرينات أن تتفق مع أهداف البحث وان تتناسب في محتواها مع خصائص العينة وان يراعى فيها التنوع والتشويق والإثارة ، وان تتناسب مع الإمكانيات المتاحة ومراعاة عوامل الأمن والسلامة كما تم تحديد معايير التدريب وفقاً لكل من (المسافة ، الزمن ، التكرار) والذي يتعلق بالنشاط التطبيقي للمهارات المعنية بالدراسة والبحث .

وبناءً على ذلك تطلب إجراء تنفيذ البرنامج (6) أسابيع بواقع وحدتين تعليمية أسبوعياً لكي يكون عدد الوحدات التعليمية (12) وحدة تعليمية ، وقد تم تقسيم الوحدات إلى (3) أقسام وهي :

1- القسم التحضيري : الغرض منه إعداد وتهيئة الجسم ويحتوي على مجموعة من حركات المشي والركض وقتل الجذع وحركة الذراعان والساقان بصورة حركية .

3- م.د عبير علي

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين . القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ، ص254 .

<sup>2</sup> - محمد أحمد عمر (آخرون) . القياس النفسي والتربوي ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2010 ، ص215 .

- 2- القسم الرئيسي : يتم تطبيق المهارة من خلال الشرح والتطبيق العملي بصورة بطيئة وبحركة مجزئه إلى سريعة وكاملة ومن الحركات البسيطة إلى الحركات المركبة .
- 3- القسم الختامي : وفيها تم تهدئة الجسم مع استخدام بعض الحركات البسيطة التي تبدأ بالمشي ثم حركات الأكتاف والرأس والأطراف العليا والسفلى .

## 2-7 التجربة الاساسية :

بعد استكمال إجراءات تصميم الاستمارة المعنية بتحديد المهارات المبحوثة قام الباحث باعتماد عينة التجربة الأساسية والمتمثلين بطلاب بشعبة (A) وبشعبة (C) والبالغ عددهم (50) طالباً ، وقد قسموا على مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ضمت كل مجموعة (25) طالباً .

## 2-7-1 القياس القبلي :

باشر الباحث بتنفيذ الاختبارات القبليّة على أفراد المجموعتين (الضابطة والتجربة) بتاريخ 3016/11/20 والحصول على البيانات وتدوينها ضمن استمارات خاصة تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

## 2-7-1-1 تجانس تكافؤ المجموعات :

لغرض التأكد من تجانس أفراد عينة البحث وتكافؤ المجموعتين فيما بينهم عند كل المتغيرات ، اعتمد الباحث على بيانات القياس القبلي وقام باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بـ(الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية وكما مبين ضمن الجدول (2) .

### جدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في بعض متغيرات النمو والمتغيرات المبحوثة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T	
			وسط	انحراف	وسط	انحراف	المحسوبة	الجدولية
1	الطول	سم	174.331	4.63	174.694	4.685	0.186	2.02
2	الوزن	كغم	66.11	7.78	66.32	7.23	0.249	2.02
3	العمر	شهر	244.06	3.72	243.09	3.54	0.371	2.02
4	العجلة البشرية	درجة	6.73	2.44	6.4	2.14	0.938	2.02
5	قفزة اليمين الأمامية	درجة	5.68	2.39	5.51	2.59	0.874	2.02
6	القفزة العربية	درجة	5.81	2.33	5.63	2.68	0.981	2.02

\* قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (48) تساوي (2.02) .

ومن خلال الجدول (2) تبين ان أفراد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) كانوا متكافئين في جميع المتغيرات لأن قيمة (T) المحسوبة وعند كل المتغيرات كانت أقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.02) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (48) وهذا يؤكد عشوائية الفروق بين الأوساط الحسابية ولجميع المتغيرات .

## 2-7-2 تطبيق البرنامج التعليمي :

قام الباحث بتنفيذ الوحدات التعليمية باستخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي على أفراد المجموعة التجريبية في حين أبقى أفراد المجموعة الضابطة على الأسلوب التعليمي المعتمد من قبل أستاذ

المادة ، حيث تم تنفيذ أول وحدة تعليمية يوم الاحد المصادف 2016/11/20 وتنفيذ آخر وحدة تعليمية يوم الاربعاء المصادف 2016/12/21 ، وقد تضمنت الوحدات التعليمية التمرينات المناسبة لتعلم مهارات (العجلة البشرية وقفزة اليددين الأمامية والقفزة العربية) على بساط الحركات الأرضي بالجمناستك وبما ينسجم مع إمكانيات الطلاب ، وقد حرص الباحث على ان لا يكون هناك أي اختلاف بين أفراد المجموعتين في جميع أجزاء الوحدة التعليمية فيما عدا الجزء الخاص بالنشاط التعليمي والتطبيقي .

## 2-7-3 القياس البعدي :

بعد استكمال تنفيذ البرنامج التعليمي المتضمن (12) وحدة تعليمية على أفراد المجموعة التجريبية قام الباحث بإجراء القياس البعدي على أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية وبنفس الشروط ومواصفات القياس القبلي في يوم الاحد المصادف 2016/12/25 والحصول على البيانات وتدوينها ضمن استمارات خاصة تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

## 2-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) للعلوم الاجتماعية لمعالجة البيانات في المواضيع التالية

- 1) الوسط الحسابي .
- 2) الانحراف المعياري .
- 3) ارتباط (سبيرمان) .
- 4) اختبار (كا<sup>2</sup>) .
- 5) اختبار (T) للعينات المترابطة .
- 6) اختبار (T) للعينات المستقلة والمتشابهة بالعدد .

## 3- النتائج عرضها وتحليلها ومناقشتها :

### 3-1 عرض فرق القياسات القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث :

لغرض تحقيق هدف الدراسة المتضمن (التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعليم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية) قام الباحث باعتماد السياقات الآتية :

### 3-1-1 عرض نتائج فرق القياسات القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها :

لكي يتمكن الباحث من التعرف على فرق القياسات القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة سعى إلى معالجة بيانات القياسين القبلي والبعدي إحصائياً واستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات وعند كل المتغيرات المبحوثة و(العجلة البشرية ، قفزة اليددين الأمامية والقفزة العربية) بعدها قام باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) ، وكما مبين ضمن الجدول (3) :

#### جدول (3)

يبين الفرق بين القياسات القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة في المتغيرات المبحوثة

ت	الإحصائيات	وحدة	قياس قبلي	قياس بعدي	قيمة T	الدلالة
---	------------	------	-----------	-----------	--------	---------

المتغيرات	القياس	وسط	انحراف	وسط	انحراف	المحسوبة	الجدولية	المعنوية
1 العجلة البشرية	درجة	6.73	2.44	7.614	1.99	3.43	2.04	معنوي
2 قفزة اليددين الأمامية	درجة	5.68	2.39	6.708	2.392	6.47	2.04	معنوي
3 القفزة العربية	درجة	5.81	2.33	6.88	2.411	6.68	2.04	معنوي

من خلال الجدول (3) يتبين ان هناك تبايناً واختلافاً بين قيم الأوساط الحسابية والمتغيرات (العجلة البشرية وقفزة اليددين الأمامية والقفزة العربية) بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة ، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة أظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي لمتغير العجلة البشرية قد بلغت (3.41) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (24) ، فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليددين الأمامية (6.47) وهي أكبر من قيمتها الجدولية ، في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير القفزة العربية (6.68) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (24) ، وهذا يؤكد ان هناك فرقاً معنوياً بين الأوساط الحسابية في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة . ويرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس المادة له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية بالجمناستك ، ويعزو الباحث هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الأسلوب التدريبي المعتمد من قبل مدرس المادة إلى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلاً عن أداء التمرينات المستمرة آخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الأداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما أشار إليه (نجاح مهدي شلش وأكرم محمد ، 2000) إلى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكساب ، كما ان التدريب عامل أساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وانتقائها"<sup>(3)</sup> .

3- 1- 2 عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :

لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية سعى إلى معالجة البيانات إحصائياً واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (العجلة البشرية ، قفزة اليددين والقفزة العربية) بعدها قام باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة إحصائية للوقوف على معنوية الفروق ، وهل ان الفروق والتباينات راجعة إلى اختلاف حقيقي أو إلى المصادفة ، والجدول (4) يبين ذلك :

#### جدول (4)

يبين فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية في المتغيرات المبوثة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	قياس قبلي		قياس بعدي		قيمة T	الدالة المعنوية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		

<sup>3</sup> - نجح مهدي شلش ، أكرم محمد . التعلم الحركي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص 129 .

1	العجلة البشرية	درجة	6.4	2.141	8.64	1.162	7.21	2.04	معنوي
2	قفزة اليمين الأمامية	درجة	5.51	2.590	8.21	1.494	8.214	2.04	معنوي
3	القفزة العربية	درجة	5.63	2.681	8.14	1.541	8.09	2.04	معنوي

من خلال الجدول (4) يتبين ان هناك تبايناً واختلافاً بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية وعند جميع المتغيرات قيد الدراسة والبحث ، وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه التباينات والاختلافات بين الأوساط الحسابية باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة أظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة بمتغير العجلة البشرية قد بلغت (7.211) بينما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليمين الأمامية (8.214) وبلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير القفزة العربية (8.09) ، وان جميع هذه القيم هي أكبر من قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (24) وهذا يؤكد ان هناك تأثيراً معنوياً لاستخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية والمطبق من قبل الباحث لما تحتويه الوحدات التعليمية من تدريبات وتمارين تعمل على تنشيط أكبر عدد من القدرات العقلية والعضلات ، إذ احتوت الوحدات التعليمية المشاهدة لأجزاء المهارات والحركات فضلا عن مشاهدة المهارات بشكل كامل عن طريق نظارة (VR) والمشاهد للنموذج الذي يقوم بعرض المهارات امام الطلبة فضلا عن مجموعة كبيرة من الحركات المختلفة للجذع والذراعين والساقين والرأس بجانب حركات متنوعة سريعة وبطيئة وفقاً لزمان الحركة وتكرارها والمسافة وكل هذا مساعد في تعلم واكتساب مهارات العجلة البشرية وقفزة اليمين الأمامية والقفزة العربية لأفراد المجموعة التجريبية .

وهذا يؤكد ان التمرينات المستخدمة في البرنامج التعليمي قد ساهم في تعلم واكتساب المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لدى الطلاب ، ويعزو الباحث سبب هذا التعلم واكتساب للمهارات المبحوثة إلى استجابات الطلاب لكافة متطلبات التعلم خلال الوحدات التعليمية باستخدام بيئة تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي باعتبارها أهم الوسائل الفعالة والمساعدة في عملية التعلم لمهارات رياضة الجمناستك كما تساعد في إبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الأهداف ، إذ أشار (نزار الطالب وكامل لويس ، 2000) "ان الرياضي الذي يتمرن نحو هدف معين سيكون له حافز في عمله ، وان العمل من دون هدف هو عمل عقيم ومهمل فيجب على المربي الرياضي ان يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة ولكي يعرف الرياضي مدى تقدمه"<sup>(4)</sup> .

وقد أشار (محمد خليفة بركات ، 1984) "ان التنافس مع الزميل في التعلم يكون أكثر تأثيراً باعتباره عنصراً محفزاً ويفرض على المعلم استعمال شخصيته كليا ، وان إشعاره بنتائج عمله ومقارنته بزملائه وإدراكه بمدى تقدمه أو تأخره يعتبر من أقوى دوافع التعلم ، بينما وجد ان إهمال المتعلم وعدم إشعاره بموقفه أو الاهتمام بمدى ما أحرزه من تقدم أو تأخر من شأنه أن يؤدي بالمتعلم إلى الملل والتراخي"<sup>(5)</sup> .

<sup>4</sup> - نزار الطالب وكامل لويس . علم النفس الرياضي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص120 .

<sup>5</sup> - محمد خليفة بركات . علم النفس التعليمي ، ج1 ، الكويت ، دار العلم للطباعة والنشر ، 1984 ، ص174 .

ويرى الباحث ان استخدام تكنولوجيا التعلم باستخدام الواقع الافتراضي هو فرصة مثالية لاستثمار وقت القسم الرئيسي الخاص بتعلم المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية بالجمناستك ، فيجعل الانغماس بالواقع زيادة اهتمام الطالب بإثبات ذاته عن طريق عزلة عن البيئة المحيطة به وجعله ينغمس ويركز انتباهه وقدراته ضمن بيئة الواقع الافتراضي من خلال مقاطع فيديو يشاهدها عن طريق نظارة (VR) مما يساعد في التفوق في التمرين وابتعد بذلك عن حالة اللامبالاة التي يمكن ان تصيب الطالب في أثناء التنفيذ ، وحالة الاستخفاف إذا كان الزميل المتنافس أقل منه مستوى بدرجة كبيرة ، إذ جعل الباحث لكل طالب فرصة حقيقية متناسبة مع قدراته ، إذ يذكر (توفيق أحمد ، محمد محمود 2002) " ان استخدام تكنولوجيا التعلم تساهم زيادة اكتساب القدرات والمهارات للأفراد وينتج عنه أداء أفضل بعكس أولئك الذين يتعلمون ضمن بيئات تعليمية لا تستخدم الوسائل الحديثة في عملية التعلم"<sup>6</sup> .

### 3-2- عرض فرق القياسات البعدية بين مجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها :

لغرض التعرف على أفضلية التأثير في تعلم المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء سعى الباحث إلى دراسة فرق القياسات البعدية بين أفراد مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض واستخراج قيمة (T) المحسوبة والتي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها بقيمتها الجدولية وكما مبين ضمن الجدول (5) :

#### جدول (5)

يبين فرق القياسات البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتدريبية في المتغيرات المبحوثة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	قياس قبلي		قياس بعدي		قيمة (T) المحسوبة	الدالة المعنوية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
1	العجلة البشرية	درجة	7.614	1.99	8.64	1.162	4.032	معنوي
2	قفزة اليمين الأمامية	درجة	6.708	2.392	8.21	1.494	4.214	معنوي
3	القفزة العربية	درجة	6.88	2.411	8.14	1.541	3.949	معنوي

من خلال الجدول (5) يتبين ان هناك تبايناً واختلافاً بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين البعدين وعند جميع المتغيرات (العجلة البشرية ، قفزة اليمين الأمامية ، القفزة العربية) وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة لمتغير العجلة البشرية قد بلغت (4.032) بينما بلغت قيمة (T) لمتغير قفزة اليمين الأمامية (4.214) بينما بلغت قيمة (T) لمتغير القفزة العربية (3.949) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند درجة حريه (48) وتحت مستوى دلالة (0.05) وهذا يؤشر ان هناك فرقاً معنوياً بين القياسين البعدين بين أفراد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لان قيم وسطهم الحسابي وفي جميع المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث اكبر من الاوساط الحسابية لأفراد

<sup>6</sup> - محمود أحمد مرعي ، محمد محمود الحيلة . طرائق التدريس العامة ، ط1 ، الرياض ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة التربوية لدول الخليج العربي ، 2002 ، ص184 .

المجموعة الضابطة وعند جميع المتغيرات المبحوثة ، ويعزو الباحث ذلك إلى ان العمل وفق هذا النمط أدى إلى تفاعل الطلاب تفاعلاً نشطاً خلال المواقف المعتمدة باستخدام تكنولوجيا التعلم الحديث وعلى نماذج التدريبات الموضوعية وفق تعليمات وقواعد وإجراءات محددة وواضحة المعالم حاول من خلالها كل طالب إظهار قدراته ومهاراته للوصول إلى الهدف ، إذ يشير (هيل ويسل Hall Wessel نقلاً عن علي فهمي البيك) "ان أكثر الطرق لتطوير المهارات الرياضية هي ان تؤدي باستخدام وسائل متقدمة وحديثة واستخدام أكثر من حاسة" (7) .

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى استخدام المهارات الحركية ضمن الوحدات التعليمية في صورة فيديو ومع الممارسة كانت بمثابة أساس صقل تثبيت للأداء المهاري ، ففي إطار المشاهدة والاداء تكون النقاط الهامة للمهارات الحركية واضحة تماماً في ذهن الطالب لمحاولة التحكم فيها كما ان هذا النمط يعد أفضل أنماط التطبيقات التعليمية استثارت نشاط الطلاب وزاد من دوافعهم وحماسهم نحو الأداء لأنه جاء حسب رغبتهم وميولهم للتعلم وفق هذا النمط حيث اعتمدت الوحدات التعليمية على ديناميكية اللعب الرياضي لطبيعة الأداء في لعبة الجمناستيك ، كما يرجع الباحث ذلك إلى وضوح النتائج أمام الطلاب أثناء أداء التدريبات المختارة والموضوعية وفقاً لمعايير واضحة ومحددة والذي يكون الخطأ الفردي فيها محسوم ومحدد ، والطالب المسؤول عنه يشعر انه ناتج أدائه بمفرده ولا يستطيع أن ينسبه لغيره وهذا في حد ذاته يحثه على بذل المزيد من الجهد . وهذا يتفق مع ما أشار إليه (حسن شحاتة ربيع ، 1998) "ان شعور المتعلم بالنجاح خلال العمل يؤدي إلى زيادة دافعيته في الموقف التعليمي ومحاولة التفوق على منافسه من خلال تقديم أفضل انجازاته" (8)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4- 1 الاستنتاجات :

في ظل ما أفرزته نتائج الدراسة خلص الباحث بعدة استنتاجات منها :

1- أظهرت النتائج ان هناك تأثير ايجابي لاستخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء لمهارات بساط الحركات الأرضي بالجمناستيك

2- اظهرت النتائج أفضلية في تأثير استخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء لمهارات بساط الحركات الأرضي بالجمناستيك

##### 4- 2 التوصيات :

من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة خلص الباحث إلى عدة توصيات منها :

<sup>7</sup> - علي فهمي البيك ، عماد الدين عباس . المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 2003 ، ص 43 .

<sup>8</sup> - حسن شحاتة ربيع . المناهج الدراسية بين النظرية والتطبيق ، ط 1 ، القاهرة ، مكتبة الدار العربية للكتاب ، 1998 ، ص 149 .

- 1- ضرورة الاهتمام بالبيئة التربوية التي تتيح للطالب أن يتعلم بالطريقة حديثة واستخدام تكنولوجيا التعلم المتقدمة .
- 2- استخدام بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي في التطبيق والممارسة لمهارات بساط الحركات الأرضية أثبت فاعليته في تعلم واكتساب الطلاب .
- 3- ضرورة إجراء دراسات مشابهة لمواد ومراحل أخرى لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وباستخدام وسائل تعلم متقدمة .

## التنبؤ بدقة التهديف بدلالة عمق ومجال الرؤية للاعبي كرة القدم الشباب

أ. م. د. حسين عبد الزهرة

أ. م. د. حسن علي حسين

م. د. نضال عبيد حمزه

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

اشتملت الدراسة على خمسة أبواب تطرق الباحثون ضمن الباب الأول إلى ما يتميز به هذا العصر من تقدم علمي وتكنولوجي في جميع مجالات الحياة وباعتبار مجال التربية الرياضية أحد أبرز مجالات المعرفة الإنسانية التي تتطور ومازالت تتطور على أسس ومبادئ عمادها البحث العلمي وإلى دور وأهمية كل من عمق ومجال الرؤية في إمكانية التوقع لدقة أداء مهارة التهديف بكرة القدم كما تناول ضمن الباب الثالث فقد استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والتنبؤية لتحقيق أهداف البحث واختبار فرضيته كما اشتمل مجتمع البحث على لاعبي اندية كرة القدم الشباب في محافظة بابل للموسم (2015-2016) والبالغ عددهم (192) وتم اختيار عينة البحث بواقع (120) لاعبا توزعوا على (8) اندية ، ومن خلال ما أفرزته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات ودراسة علاقة المتغيرات مع بعضها البعض تم التوصل إلى استنتاجات أهمها التعرف على علاقة كل من عمق ومجال الرؤية بدقة أداء التهديف بكرة القدم ووضع تقديرات كمية لدقة التهديف بدلالة القدرات البصرية المتمثلة بعمق ومجال الرؤية .

**Predict accuracy of scoring in terms of depth and field of vision for young  
football players**

**By**

**Hussein Abdel-Zahra Ph.D. Prof Assist**

**Hassan Ali Hussein Ph.D. Prof Assist**

**Nidal Obaid Hamza Ph.D. Lecturer**

**University of Kerbala / College of Physical Education and Sports Sciences**

**Abstract**

Physical education field is one of the most important areas of human knowledge which is developing and continues to develop on the foundations and principles of scientific research. The vision in the possibility of predicting the accuracy of the performance skill of scoring football as dealt with in the third section has been used descriptive method of survey method and studies linked and predictive to achieve the objectives of research hypothesis. The search community included players of young football clubs province (120) players were distributed to (8) clubs, through results of statistical analysis of data and study relationship variables with each other were reached the most important conclusions to identify a relationship and field of vision accurately performance of scoring football and development of quantitative estimates of the accuracy of scoring in terms of visual abilities of vision field.

## 1 - 1 المقدمة وأهمية البحث :-

يشهد العالم تطوراً علمياً وتكنولوجياً وفي أغلب مجالات الحياة وباعتبار مجال التربية الرياضية أحد أبرز مجالات المعرفة الإنسانية التي تطورت ومازالت تتطور أصبح من الضروري بذل المزيد من الجهد والعمل لكي نواكب ذلك التقدم المستمر ونستفيد من الطاقات والثروات البشرية كل حسب إمكانياته وقدراته واستعداداته ومواهبه ، والرياضيون المتفوقون والموهوبون يعتبرون إحدى أهم الثروات البشرية المهمة التي يجب الاهتمام بها حتى نحقق قدراً من الجودة الشاملة في جميع مؤسساتنا الرياضية في ضوء المستويات المعيارية العالمية واعتماد إعداد وتدريب اللاعبين بدنياً ومهارياً ونفسياً وعقلياً على أسس ومبادئ عمادها البحث العلمي ، وتعد لعبة كرة القدم إحدى أهم الألعاب الرياضية التي حضت ومازالت تحضاً باهتمام كبير ضمن أغلب دول العالم وخاصةً المتقدمة منها ومثل هذا الاهتمام جعل المختصين والمعنيين يسعون دائماً إلى تطويرها من خلال رفع مستويات اللاعبين والمدربين والحكام من جميع النواحي التي تتطلبها وبما ينسجم والدور البارز التي تتميز به هذه الرياضة . بين الألعاب الرياضية إذ لا بد أن يتصف لاعبيها بقدرات عقلية مميزة تؤهلهم لأداء تلك المهارات وخاصةً الصعبة منها .

وتعد مهارات التهديف من المهارات الأساسية لكرة القدم والتي تقتضي استخدام العضلات لتحويل الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق انجاز أو أداء بدني خاصة وتمتاز بأنها مهارة تعتمد بشكل أساسي على الحركة فضلاً عن كونها تتضمن التعامل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وعمليات وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء ، وإيماناً من الباحثون بالدور الفعال والمؤثر للقدرات البصرية المتمثلة بعمق ومجال الرؤية في أداء مهارة التهديف مما دعاهم إلى دراسة نسبة مساهمة بعض القدرات البصرية متمثلتا بعمق ومجال الرؤية في إمكانية التنبؤ بدقة التهديف لكرة القدم وهنا تكمن أهمية البحث والحاجة إليه .

## 1 - 2 مشكلة البحث :-

إن تطور كرة القدم وخاصةً في الدول المتقدمة لم يكن وليد الصدفة بل نتيجة تبني تلك الدول التخطيط العلمي السليم والدراسة الواعية لجميع ميادينها ومتطلباتها وباعتبار إن العمليات العقلية والنفسية هي أرقعة مراتب النشاط الإنساني وأصبح قياس وتقويم هذه القدرات هدفاً رئيسياً وضرورة ملحة لا بد منها باستخدام الاختبارات والمقاييس العلمية المناسبة كونها من الأسس العلمية لمؤشرات عملية التوجيه والانتقاء لمن هم يمتلكون استعدادات وقابليات تمكنهم من ممارسة رياضة معينة دون غيرها والتنبؤ بمستوياتهم في المستقبل لأن التقديرات الذاتية للمدربين لم تعد ملائمة ، ونتيجةً لهذا تأتي هذه المحاولة العلمية في إمكانية التعرف على واقع بعض القدرات البصرية متمثلتا بعمق ومجال الرؤية للاعبين كرة القدم الشباب فضلاً عن التنبؤ بدقة تهديفهم وفقاً لنسب مساهمة قدراتهم البصرية المبحوثة واستنباط معادلات تنبؤيه لدقة التهديف لديهم .

## 1 - 3 أهداف البحث : التعرف على :-

- 1- التعرف على دقة أداء التهديف لكرة القدم وعمق ومجال الرؤية لدى لاعبي كرة القدم الشباب
- 2- التعرف على قوة واتجاه علاقة عمق ومجال الرؤية بدقة أداء مهارة التهديف لكرة القدم
- 3- استنباط معادلات تنبؤيه لدقة أداء مهارة التهديف لكرة القدم بدلالة عمق ومجال الرؤية .

## 1 - 4 فروض البحث :-

- هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين عمق الرؤية ودقة اداء مهارة التهديف بكرة القدم .
- هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين مجال الرؤية ودقة اداء مهارة التهديف بكرة القدم .

## 1 - 5 مجالات البحث :-

1 - 5 - 1 المجال البشري :- لاعبي اندية كرة القدم الشباب في محافظة بابل .

1 - 5 - 2 المجال الزماني :- من 2015/10/1 لغاية 2016/2/1

2 - 5 - 3 المجال المكاني :- ملاعب وساحات الاندية المعنية بالدراسة والبحث .

## 2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

### 2 - 1 منهج البحث :-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والتنبؤية وهذا ما يروونه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثهم كونه أفضل المناهج وأيسرها في تحقيق أهداف دراستهم لأن " المسح يسعى إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير معين أو عدة متغيرات"<sup>(9)</sup> .

### 2 - 2 مجتمع وعينة البحث :-

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي اندية كرة القدم الشباب في محافظة بابل للموسم (2015- 2016) والبالغ عددهم (192) لاعبا ينتمون الى (8) اندية وهي ( الحلة ، السدة ، القاسم ، بابل، الهاشمية ، المدحتية ، الكفل ، الشوملي ) وقد جاء اختيار العينة الاستطلاعية بواقع (20) لاعبا شكلت ما نسبته (10.4%) من عناصر المجتمع وجاء اختيار العينة الأساسية للبحث بالأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة بواقع (120) لاعبا شكلت ما نسبته (62.5%) بعد إبعاد لاعبي التجربة الاستطلاعية وبعض الذين لم يكملوا الاختبارات .

### 2- 3 وسائل البحث :-

لكي يتمكن الباحثون من انجاز عملهم على أكمل وجه لابد من الاستعانة بالأدوات والوسائل التي تساعدهم ويقصد بها "جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستخدمها الباحث في كل مرحلة من مراحل بحثه"<sup>(10)</sup> وهي كما يلي :-

1- المصادر والمراجع العلمية .

2- استبيان استطلاع الخبراء .

3- الاختبارات والمقاييس .

### 3 - 3 - 2 الأجهزة والأدوات المستخدمة :-

1- ساعة توقيت

2- جهاز حاسوب نوع (dell)

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم : طرق مناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع والدار العلمية للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص91 .

<sup>1</sup> - سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط3 ، عمان ، المسيرة للنشر والتوزيع ، 2005 ، ص127

3- حاسبة الكترونية

4- كرات قدم قانونية

5- حبال لتقسيم المرمى

2- 4 إجراءات تحديد متغيرات البحث :-

2- 4- 1 تحديد مهارة التهديف :-

لغرض تحديد مهارة التهديف بكرة القدم قام الباحثون بمسح المصادر والمراجع العلمية بغية تحديد الاختبارات المعنية بقياسها وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتدريب الرياضي والتعلم الحركي بكرة القدم لبيان صلاحيتها ، وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات وتحليل آراء الخبراء والمختصين واستخدام الاهمية النسبية للكشف عن الاختبار الانسب لقياس دقة التهديف للاعب كرة القدم الشباب والتي حصل على نسبة عالية من اتفاق الخبراء والتي تكون قيمة الاهمية النسبية اكبر من (55%) إذ تم قبول اختبار (دقة التصويب على مرمى مقسم من مسافة (20م) والكره متحركة )

2- 4- 2 تحديد القدرات البصرية (عمق ومجال الرؤية) :-

لغرض تحديد الاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية المتمثلة بعمق ومجال الرؤية المؤثرة في دقة أداء التهديف للاعب كرة القدم الشباب سعى الباحثون الى إطلاع على مجموعة من المصادر العلمية التي تناولت دراسة موضوعات عمق ومجال الرؤية وجدوا إن هنالك اختبارين أكثر شيوعاً واستخداماً في مجال التربية الرياضية ويمكن استخدامها لقياس قدرة اللاعبين الشباب بكرة القدم وإدراجها ضمن استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين \* ، لاستطلاع آرائهم حول تحديد صلاحية الاختبارات في قياس القدرات المعنية بالدراسة وعند جمع الاستمارات وتحليل آراء الخبراء حصل على نسبة اتفاق عالية والتي تكون قيمة الاهمية النسبية اكبر من (55%) وهما كما يأتي :

اولاً :- اختبار ادراك عمق الرؤية(12):-

- الهدف من الاختبار: قياس قدرة اللاعب على تقدير المسافات بين جسمين على مسافات مختلفة بينها
- زمن الاختبار: (60) ثانية للمختبر الواحد .

\* الخبراء والمختصين :-

- 1- أ.د. محمد جاسم الياسري ، قياس وتقويم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل .
- 2- أ.م.د. جاسم جابر ، ادارة وتنظيم كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة المثنى .
- 3- أ.م.د. عزيز كريم، علم نفس كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء .
- 4- أ.م.د. رافد عبد الامير ، تدريب كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل.
- 5- أ.م.د. خليل حميد ، تدريب رياضي كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء.
- 6- أ.م.د. وسام صلاح ، تعلم حركي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء.
- 7- أ.م.د. هيثم محمد كاظم ، علم نفس كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل .
- 8- أ.م.د. احمد مرتضى، تدريب كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء .
- 9- أ.م.د. نعيم عبد الحسين ، تعلم كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل .
- 10- أ.م.د. محمد مطر عراك ، قياس وتقويم كرة قدم ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة المثنى .

(12) جيهان محمد فؤاد، ايمان عبدالله زيد : فاعلية التدريب البصري على بعض المتغيرات المهارية والقدرات البصرية في الكرة الطائرة ، بحث منشور في المؤتمر العلمي الثامن، جامعه الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنين، 2005، ص168 .

• الأدوات المستخدمة :

جهاز كريجنسي وهو عبارة عن صندوق خشبي بدون غطاء وبدون جانب امامي يوضع على منضدة ،  
مقاييسه 100 سم طول ، 40 سم عرض ، 15 سم ارتفاع .

- يحتوي على عصابتين لتقدير المسافات كل منهما مربعة 2 سم × 2 سم بارتفاع 10 سم

- ستار سوداء توضع على الجانب الامامي للصندوق لتغيير المحاولات .

• طريقة الأداء :

- يجلس اللاعب على الكرسي في مواجهة الجهاز الموضوع على المنضدة .

- يضبط ارتفاع الكرسي بحيث يكون الجهاز على مستوى نظر اللاعب .

- تغلق الستارة السوداء حتى لا يرى اللاعب العصويين .

- تحرك العصا الثانية للحركة لمسافة (10 سم ثم 20 سم ثم 30 سم) .

- في كل مرة تفتح الستارة ويطلب من اللاعب تحديد المسافة بين العصابتين .

• حساب الدرجات :

- يحسب مقدار الخطأ في كل محاولة وتسجل .

ثانياً :- اختبار إدراك مجال الرؤية<sup>(13)</sup>:-

• الهدف من الاختبار :

تخطيط المجال البصري باستخدام لوحة دائرية نصف قطرها ( 1 م ) ومخطط عليها (8) زوايا

من منتصف الدائرة كل زاوية ( 45 )<sup>0</sup> تمثل (8) اتجاهات

• زمن الاختبار : (20) دقيقة للمختبر الواحد .

• شروط الاختبار :

- على بعد 33 سم من منتصف الدائرة يوجد عمود قائم في أعلاه مكان ( مسند ) خاص

يتكى عليه المختبر بركبته الى نقطة منتصف الدائرة مع تثبيت وضع الرأس من دون أي

حركة .

<sup>(13)</sup> جيهان محمد فؤاد ، ايمان عبد الله زيد . مصدر سبق ذكره ، ص169.

يوجد مقياس متدرج يبدأ من صفر ( من نقطة المنتصف ) ويتحرك الى محيط الدائرة حتى (100 سم) على كل خط من خطوط الاتجاهات الثمانية المحددة بالشكل

• طريقة الأداء :

يجلس المختبر وتغلق احدى عينيه .

يتم تحريك الاشارة من نقطة المنتصف الى طرف الدائرة باستخدام مؤشر وذلك في الاتجاه الذي يشار اليه اللاعب .

يتم الاستمرار من نقطة الصفر في تحريك المؤشر حتى يغيب عن نظر المختبر من دون ان يحرك المختبر رأسه .

يتم تكرار هذه العملية في ثمانية محاور ( المحاور المشار اليها على الرسم ) بزاوية (45) في كل مرة حتى يتم المختبر دورة كاملة (360)

• حساب الدرجات :

- عندما يغيب المؤشر عن نظر اللاعب يتم تسجيل اخر رقم وصل اليه على الدائرة في استمارة

خاصة بهذا اللاعب وذلك في كل محاولة من المحاولات الثماني .

- يتم قياس المجال البصري لكل عين على حده ( أي ثمانية محاور لكل عين) .

3-5 التجربة الاستطلاعية للاختبارات :-

قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2015/11/13 على عينة مكونة من (20) لاعبا تم اختيارهم عشوائياً من عناصر المجتمع المبحوث ، وكان الغرض منها الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجههم فضلاً عن استخراج الأسس العلمية .

2-5-1 الأسس العلمية للاختبارات :-

بما إن الاختبارات المستعملة بالبحث قد تم اختيارها من المراجع والبحوث العلمية والتي تتوفر فيها المعاملات العلمية كونها اختبارات مقننة ومعتمدة في عدة بحوث في مجال التربية الرياضية لكن الباحثون أراد التحقق من موضوعية هذه الاختبارات والوقوف على نتائجها وإنها تقيس مستوى عمق ومجال الرؤية ومهارة التهديد لدى أفراد عينة البحث كي يتمكنوا من اعتمادها وتطبيقها .

أولاً : صدق الاختبارات :-

يعد صدق الاختبارات الخاصية الأكثر أهمية بين خصائص الاختبار الجيد<sup>(14)</sup> ، حيث قام الباحثون بالتحقق من صدق اختبارات عمق ومجال الرؤية ، واختبار (دقة التصويب على مرمى مقسم من مسافة (20م) والكرة متحركة ) من خلال استخراج صدق المحتوى أو المضمون عندما عرض الاختبارات على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين وتبين إن هنالك اتفاق حول صلاحيتها في قياس عمق ومجال الرؤية ومهارة التهديد لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم واعتمادها كأدوات لكشف مستوى المتغيرات المبحوثة

1- محمود أحمد عمر (وآخرون) : القياس النفسي والتربوي ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص187 .

ثانياً : الثبات :-

يعني ثبات الاختبار "مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضع القياس"<sup>(15)</sup> . ولغرض استخراج معامل الثبات لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت "وهو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"<sup>(16)</sup> . ولأجل معرفة مدى ثبات قيم نتائج اختبارات عمق ومجال الرؤية والاختبار المرشح لقياس مهارة التهديد قام الباحثون باستخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول في التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2015/ 11/13 وإعادة تطبيق الاختبارات في 2015/12/ 22 وهذه الطريقة تقوم على أساس تطبيق الاختبار أو القياس على مجموعة واحدة من الأفراد مرتين متتاليتين في يومين مختلفين ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل الاستقرار (ثبات) الاختبار<sup>(17)</sup> . والجدول (1) يبين ذلك .

#### جدول (1)

يبين تاريخ التطبيق الأول وإعادة التطبيق وقيم معامل ارتباط سبيرمان

لاختبارات ومقاييس المتغيرات المبحوثة

الاختبارات	تاريخ التطبيق الأول	تاريخ التطبيق الثاني	معامل (بيرسون)
اختبار عمق الرؤية	2015/11 / 13	2015/12 /22	0.868
اختبار مجال الرؤية	2015/11 / 13	2015/12 /22	0.883
التصويب على المرمى والكرة متحركة	2015/11 / 13	2015/12 /22	0.846

#### 2-6 التجربة الأساسية :-

نظراً لاستكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بإجراء التجربة الأساسية والتي أكدت صلاحية الاختبارات المرشحة لقياس القدرات البصرية ومهارة التهديد بكرة القدم باشر الباحثون بإجرائها على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (120) لاعبا إذ تم إجراء التجربة في ملاعب وساحات اندية محافظة بابل واستغرقت (15) أيام بدأت يوم الجمعة الموافق 2016/1 /8 وانتهت يوم السبت الموافق 2016/ 1/ 23 . بعدها اتجه الباحثون إلى تفريغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية .

#### 3 - 7 الوسائل الإحصائية المستخدمة :-

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات وتم

استخدام الحقيبة في المواضيع الآتية :-

1- الوسط الحسابي .

3- الانحراف المعياري .

4- معامل الالتواء .

<sup>1</sup> - ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط4 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2007 ، ص143 .

<sup>2</sup> - إبراهيم ابن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي ، ط1 ، عمان ، دار صفا للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص190 .

<sup>3</sup> - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط ، القاهرة ، دار الفكر العربي

- 1- الخطأ المعياري .
- 2- معامل ارتباط (بيرسون) .
- 1- الانحدار الخطي على شكل خطوات ومنها تم إيجاد :-
  - الانحدار البسيط .
  - الانحدار المتعدد .
  - نسبة المساهمة .
  - قانون (F) لمعنوية نسبة المساهمة .

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

بغية تحقيق أهداف الدراسة واختبار فرضيتها سعى الباحثون للقيام بعدة إجراءات منها:-

#### 3 - 1 إعداد البيانات الأولية لمتغيرات البحث :-

بعد إن تم تطبيق الاختبارات المعنوية بقياس المتغيرات قيد الدراسة والبحث سعى الباحثون إلى تفريغ استمارات الاختبارات لجمع أفراد العينة واستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري بهذا تم التحقق من هدف الدراسة (الأول) وهو التعرف على مستوى عمق ومجال الرؤية ودقة أداء مهارة التهديف بكرة القدم والجدول (2) يبين ذلك .

#### جدول (2)

يبين حجم العينة وقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري للمتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	العينة	وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري
1	اختبار عمق الرؤية	سم	120	4.32	1.389	0.073
2	اختبار مجال الرؤية	سم	120	35.68	7.342	0.940
3	اختبار التصويب على المرمى والكرة متحركة	درجة	120	6.050	0.394	0.034

#### 3- 2 معاملات ارتباط متغيرات البحث :-

لغرض التعرف على معاملات ارتباط متغيرات البحث سعى الباحثون إلى استخدام الارتباط البسيط (بيرسون) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض .

#### 3 - 2 - 1 ارتباط مهارة التهديف بالمتغيرات المبحوثة :-

بعد إن تمت معالجة البيانات إحصائياً ودراسة ارتباط مهارة التهديف بالمتغيرات قيد الدراسة تبين إن هناك ارتباط معنوي بين مهارة التهديف و متغير عمق الرؤية حيث بلغت (- 0.433) وكذلك وجود ارتباط معنوي مع متغير مجال الرؤية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.598) ، ويعزو الباحثون هذا الارتباط إلى إن القدرات البصرية من العمليات الأساسية في تعلم المهارات الرياضية بشكل عام ومهارات كرة القدم بشكل خاص إذ لا بد أن يكون لدى اللاعب مستوى عالي من القدرات البصرية في حال عرض وشرح

الحركات والمهارات مما يساعده في تعلم وأداء وتثبيت المهارة بشكل آلي ، كما إن لحاسة البصر الدور الكبير في التحكم الحركي والقدرة العالية على تقدير المسافات . إذ تشير (يسريه إبراهيم 2006) نقلاً عن (محمد حسن علاوي ، أبو العلا عبد الفتاح) على إن هناك دراسات أجريت على أهمية حاسة البصر للتحكم في تقدير المسافات ما بين اللاعب وخصمه أو مسافة تمرير الكرة والتهدف وكذلك مكان وضع القدمين وحركة فرد الذراع<sup>(18)</sup> . إن الرؤية البصرية علم نشأ كنتيجة طبيعية ومنطقية لطبيعة الأداء في المنافسات الرياضية وتشمل " الرؤية على عناصر عدة مثل الحدة والتتبع ودقة التمييز والرؤية المحيطية أو الطرفية والقدرة على تحديد الأبعاد والرؤية الملونه ، وفي مختلف الرياضات تظهر إسهامات الرؤية البصرية في تحسين الأداء فاللاعب الظهير في كرة القدم يحتاج لرؤية جيدة لمشاهدة الملعب بالكامل ، ومدافعو كذلك يستخدمون الرؤية للإحاطة بالملعب ومشاهد اللاعبين المنافسين والزلاء ، والضاريون الجيدون في البيسبول في الغالب عادة لديهم مستوى أفضل من الرؤية يمكنهم من تعقب الرميات المتحركة والتقاطها بسرعة عالية"<sup>(19)</sup> والجدول (3) يبين ذلك .

### جدول (3)

يبين مصفوفة ارتباط مهارة التهدف بالمتغيرات المبحوثة

القدرات البصرية	عمق الرؤية	مجال الرؤية
مهارة التهدف	0.433 -	0.598

ويغية التعرف على الدلالة المعنوية لمعاملات ارتباط مهارة التهدف مع تقديرات المتغيرات المبحوثة يسلط الباحثون الضوء على ما جاء في الجدول (4) .

### جدول (4)

يبين علاقة مهارة التهدف مع تقديرات المتغيرات المبحوثة

المتغيرات المبحوثة	قيمة معامل الارتباط	نسب المساهمة	قيمة (F) المحسوبة	دلالة معامل الارتباط
عمق الرؤية	0.433 -	0.187	10.133	معنوي عند مستوى دلالة (0.001)
عمق الرؤية + مجال الرؤية	0.401	0.160	8.880	معنوي عند مستوى دلالة (0.001)

ومن خلال الجدول (4) يتبين ان قيمة معامل الارتباط والنسب المساهمة معنوية ويدل على ذلك قيمة (F) المحسوبة مما يؤثر ارتباط مهارة التهدف مع متغيرات عمق ومجال الرؤية حيث إن طالما إن نسب المساهمة دالة ومعنوية يمكن اختيارها بقانون (F) وبالتالي يمكن اعتمادها ولغرض الحصول على قيمة تنبؤية او متوقعة بدقة التهدف استخدم الباحثون معادلة الانحدار والتي من خلالها يمكن التنبؤ بهذه العلاقة والجدول (5) يبين ذلك .

### جدول (5)

<sup>1</sup> - يسريه إبراهيم : العمليات النفس حركية في الجميز الإيقاعي في المرحلة الابتدائية ، ط 1 ، الإسكندرية ، دار الوفاء الدنيا للطباعة والنشر ، 2006 ، ص119 .

<sup>19</sup> - نصير صفاء ، عبد الوهاب غازي : العمليات العقلية بنائها وإدائها ، القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، 2006 ، ص92

يبين التنبؤ بدقة التهديد بدلالة متغيرات عمق ومجال الرؤية

الدلالة المعنوية	قيمة T المحسوبة	الخطأ المعياري لمعامل الانحدار	طبيعة الارتباط	معامل الارتباط	المعاملات		المتغيرات
					قيمة المعامل	طبيعة المعامل	
			متعدد	0.401	3.2007	- أ -	الثابت
معنوي	2.028	0.104			0.211 -	- ب <sub>1</sub> -	عمق الرؤية
معنوي	2.522	0.044			0.111	- ب <sub>2</sub> -	مجال الرؤية

ومن خلال الجدول (5) والذي يبين التنبؤ بدقة التهديد بدلالة تقديرات عمق ومجال الرؤية للاعب كرة القدم الشباب ضمن اندية محافظة بابل وعلى ضوء ذلك يمكن استنباط معادلة الانحدار الخطي وكما يلي :-  
التقدير الكمي لمهارة التهديد =  $3.2007 - (0.211 \times \text{درجة عمق الرؤية}) + (0.111 \times \text{درجة مجال الرؤية})$  .

ومثال على ذلك تقدير دقة التهديد المتوقعة للاعب (حسن عواد محمد) والتي حصل على تقديرات (3.4سم) في اختبار عمق الرؤية و (46سم) في اختبار مجال الرؤية .  
 $(7.589) = (46 \times 0.111) + (3.4 \times 0.211) - 3.2007$   
في حين أن الوسط الحسابي لدقة التهديد يبلغ (6.250) ويرى الباحثون إن هذا اللاعب يتمتع بقدرات بصرية فوق المتوسط مما يؤثر على التوقع لدقة التهديد اكبر من الوسط بالنسبة لزملائه اللاعبين

4 - الاستنتاجات والتوصيات :-

4 - 1 الاستنتاجات :-

من خلال ما أفرزته نتائج هذه الدراسة توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- اظهرت النتائج وجود علاقة بين عمق ومجال الرؤية ودقة تهديد لاعبي كرة القدم الشباب في ندية محافظة بابل
  - 2- استنباط معادلة تنبؤيه لدقة التهديد بدلالة متغيرات (عمق ومجال الرؤية) لدى لاعبي كرة القدم الشباب في اندية محافظة بابل
- 4 - 2 التوصيات :-

من خلال الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثون فإنهم خلصوا بعدة توصيات وهي :-

- 1- ضرورة قياس وتقييم القدرات البصرية المتمثلة (بعمق ومجال الرؤية) لدى لاعبي كرة القدم وفي عموم اندية العراق .
- 2- ضرورة تنمية القدرات البصرية للاعبين كرة القدم وخاصة من لها نسب مساهمة في التوقع للمهارة المبحوثة .
- 3- ضرورة اعتماد المعادلة التنبؤية لغرض توجيه اللاعبين في كرة القدم .

4- إجراء دراسة مشابهة لبقية الفئات العمرية ولفعاليات أخرى ومحاولة تطبيقها على جميع الألعاب الرياضية في العراق .

### المصادر العربية والأجنبية

- إبراهيم ابن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي ، ط1 ، عمان ، دار صفا للنشر والتوزيع ، 2010 .
- جيهان محمد فؤاد، ايمان عبدالله زيد : فاعلية التدريب البصري على بعض المتغيرات المهارية والقدرات البصرية في الكرة الطائرة ، بحث منشور في المؤتمر العلمي الثامن، جامعه الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنين، 2005
- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط3 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2005 .
- ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب، 2007.
- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 .
- نصير صفاء ، عبد الوهاب غازي : العمليات العقلية بنائها وابداعها ، القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، 2006 ، ص92
- محمود أحمد (وآخرون): القياس النفسي ، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010
- مروان عبد المجيد إبراهيم : طرق مناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع والدار العلمية للنشر والتوزيع ، 2002 .
- يسريه إبراهيم : العمليات النفس حركية في الجمباز الإيقاعي في المرحلة الابتدائية ، ط1 ، الإسكندرية ، دار الوفاء الدنيا للطباعة والنشر ، 2006 .

## قياس الحالة المهنية لمدرسي التربية الرياضية وعلاقتها بسلوكهم التربوي النفسي في محافظة البصرة

أ.م.د. أحمد كاظم فهد

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

#### أهمية البحث:

إن المؤسسة التربوية قد تأثرت خلال هذه الفترة كثيراً و نحسر عملها لعدة اسباب نعتقد بان السبب الاكثر تأثيراً هو تردي الحالة المهنية وانعكاساتها على السلوك التربوي للعاملين في هذه المؤسسة وهذا ما سيتضح من خلال تطبيق المقياسين الخاصين بهذه الدراسة ومعرفة العلاقة بينهما.

#### مشكلة البحث

تركزت المشكلة حول معرفة مدى تأثيرات الحالة المهنية في السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية باعتبار المدرس الغير ملم في مهنته الغير مبالي بعمله والذي لا يكثرث بما حوله يكون ذات سلوكيات غير مقبولة داخل المؤسسة التربوية على العكس من المدرس الملم في منته المهتم بما حوله.

#### أهداف البحث:

1- التعرف على علاقة الحالة المهنية بالسلوك التربوي الرياضي لمدرسي التربية الرياضية في مدارس محافظة البصرة .

#### عينة البحث:

اخذ الباحث (170) مدرساً كعينة بناء و(70) مدرساً عينة تطبيق من مدرسي محافظة البصرة.

#### الاستنتاجات

1- يعد مقياس الحالة المهنية ومقياس السلوك التربوي أداتين مستقلتين يقيس كل منهما السمة المراد قياسها ، لمدرسي التربية الرياضية محافظة البصرة.

2- وجود علاقة ارتباط داله إحصائية بين الحالة المهنية و السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في محافظة البصرة.

#### التوصيات

1- اعتماد المقياسان اللذان أعدهما الباحث في قياس مستويات الحالة المهنية و السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في البصرة.

## **Abstract**

### **Measuring the profession status of the physical education teachers and their relationship with psychological educational behavior in Al- Basrah governorate**

**By**

**Ahmed Kadhum Fahad, PhD, Ass. Prof.**

College of Physical Education and Sports Science  
Al- Basrah university

The educational institution has been affected during this period a lot and declined for several reasons, we believe that the most important reason is the deterioration of the profession situation and its implications on the educational behavior of employees in this institution and this will be clear through the application of the two parameters of this study and the relationship between them.

However, The problem focused on the extent to which the profession situation affects the educational behavior of the physical education teachers as the teacher is not familiar with his profession indifferent to his work and who does not care about what has an unacceptable behavior within the educational institution.

Therefore, the aim of the current research was to identify the relationship between the profession status of the physical education teachers and their psychological educational behavior in Al- Basrah governorate

The researchers used the descriptive approach (survey & correlation) for the methodology. One hundred seventy physical education teachers have been chosen as a construction sample, while (70) have been chosen as a main sample.

The research concluded that:

1. The profession status scale and the psychological educational behavior are two independent scales, each measuring the attribute to be measured, for the physical education teachers in Al-Basrah governorate.
2. There was a statistical relationship between the professional situation and the psychological educational behavior of the physical education teachers in Al-Basrah governorate.

The research recommended that:

1. Adopting the two scales prepared by the researcher in measuring the levels the profession status of the physical education teachers and their psychological educational behavior in Al- Basrah governorate.

## 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

ان مهنة التعليم من اشرف واطهر المهن على الاطلاق وذلك لعظم المسؤولية الملقاة على عاتق المعلم (المدرس) باعتباره مربياً لا معلم للقراءة والكتابة والعلوم المختلفة فحسب مما إضفاء عليه القاب تصفه (بالرسول والاب والمربي) وهي القاب عالية المعنوية لا ينعت بها غيره، والاعظم من ذلك ان النبي الاكرم(ص) قد لقب بمعلم الاجيال لانه اخرجنا من الظلمات الى النور وعلم الانسانية الاخلاق الفاضلة والسلوك القويم، على هذا الاساس يجب ان يكون المدرس قدوة ومثالاً يعتد به في المجتمع.

وباعتبار ان المؤسسة التربوية من اهم الوسائل الفعالة والايجابية في بناء المجتمع تربوياً وعلمياً وسلوكياً من خلال سقل مواهب الطلبة وتنمية قدراتهم العلمية والعقلية والبدنية وغرس حب الوطن و المواطنة الصالحة فيهم عن طريق البناء القيمي والاخلاقي وحفظ النظام والتصدي للانحرافات.

أن أهمية السلوك التربوي لمدرس التربية الرياضية تتجسد في شخصية المدرس ودوره كفرد في الاسرة التربوية الأمر الذي يتطلب الاهتمام به نفسياً واجتماعياً وحكومياً على مختلف المرافق والأصعدة، وحسب اطلاع الباحث فان المؤسسة التربوية قد تأثرت خلال هذه الفترة كثيراً و نحسر عملها لعدة اسباب نعتقد بان السبب الاكثر تأثيراً هو تردي الحالة المهنية وانعكاساتها على السلوك التربوي للعاملين في هذه المؤسسة وهذا ما سيتضح من خلال بناء وتطبيق المقياسين الخاصين بهذه الدراسة ومعرفة العلاقة بينهما.

## 2-1 مشكلة البحث:

ان المرحلة الراهنة للبلد من المراحل الصعبة جداً ولاشك بان المؤسسة التربوية لم تمر بمثل هذه المرحلة العصبية فقد كان المدرس والمعلم العراقي مضرب للمثل العليا على مختلف الصعد الخلقية والتربوية والعلمية والمهنية كما إن دور الدولة كان واضحاً في دعم المعلم والمدرس مادياً ومعنوياً وقانونياً من اجل تقويم العملية التربوية بشكل صحيح مما جعل المدرس يتمتع بشخصية قوية جداً، بعدها تعرض المدرس الى موجات من الظلم والاضطهاد نتيجة السياسات الخاطئة للدولة والحروب والحصار الاقتصادي الظالم ومن ثم مرحلة الاحتلال الامريكي وما اعقبته من تغير شكل النظام السياسي من دكتاتوري الى ديمقراطي وهذه المراحل جميعها كانت قاسية على المدرسين.

ان الوضع الراهن للمجتمع العراقي يشهد حراكاً سلبياً على مختلف الصعد ذات العلاقة بالحالة المهنية للأخوة المدرسين في المؤسسة التربوية وتأثير ذلك على سلوكهم التربوي مما اثار انتباه الباحث لعرض هذه المشكلة البحثية للدراسة من خلال بناء مقياسين الاول للحالة المهنية لمدرسين الرياضة والثاني للسلوك التربوي الذي يسلكونه في تعاملهم وتعاطيهم داخل المؤسسة التربوية(المدرسة) ثم التعرف على مدى تأثيرات الحالة المهنية في السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية من خلال العلاقة الطردية بين المقياسين الأنفي الذكر على اعتبار ان المدرس الغير ملم في مهنته الغير مبالي بعمله والذي لا يكثرث بما حوله يكون ذات سلوكيات غير مقبولة داخل المؤسسة التربوية على العكس من المدرس الملم في منته المهتم بما حوله.

## 3-1 أهداف البحث:

1- بناء مقياس الحالة المهنية لمدرسي التربية الرياضية وتطبيقه على مدرسي التربية الرياضية في مدارس محافظة البصرة.

2- بناء مقياس السلوك التربوي الرياضي وتطبيقه على مدرسي التربية الرياضية في مدارس محافظة البصرة.

3- التعرف على علاقة الحالة المهنية و بالسلوك التربوي الرياضي لمدرسي التربية الرياضية في مدارس محافظة البصرة.

#### 1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: مدرسي التربية الرياضية في مدارس محافظة البصرة.

1-4-2 المجال الزمني: للفترة من 2016\10\20 ولغاية 2017\1\5م.

1-4-3 المجال المكاني: مدارس محافظة البصرة.

#### 2-1 منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية<sup>(1)</sup>، نظرا لملامته وطبيعة الدراسة الحالية، ويشير (فان دالين) إلى إن البحوث الوصفية "تهدف إلى تحديد طبيعة وخصائص بعض الظواهر بغية تحديد أو تصوير الوضع الراهن وتحليله لمحاولة استخلاص النتائج ووضع تنبؤات أو توقعات عن تطور هذه الظواهر".<sup>(2)</sup>

#### 2-2 مجتمع وعينة البحث:

يتألف مجتمع البحث من مدرسي التربية الرياضية لمحافظة البصرة والبالغ عددهم و(260) مدرساً في المدارس الاعدادية والمتوسطة لمحافظة للعام الدراسي (2016-2017) اخذ الباحث(170) مدرساً لبناء المقياس و(70) مدرساً لتطبيق المقياس كما تم اخذ عينة استطلاعية مقدارها(20) مدرساً والجدول(1) يوضح تفاصيل العينة.

#### جدول(1)

يوضح تفاصيل العينة.

مجتمع البحث	عينة البناء	النسبة المئوية	عينة التطبيق	النسبة المئوية	العينة الاستطلاعية	النسبة المئوية
260	170	%65.38	70	%27.69	20	%7.69

#### 2-3 أدوات البحث:

1-المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2-المقياسان قيد الدراسة.

3-حاسبة الكترونية نوع (Pentium 4).

4-3 تحديد مجالات المقياسين:

في ضوء الاطلاع على الأدبيات والدراسات ذات العلاقة بالموضوع، حدد الباحث اربعة مجالات لمقياس الحالة المهنية وهي (مجال تطبيقات القانون التربوي ، مجال المهددات الخارجية ، مجال الدافعية نحو مهنة التدريس ، مجال القناعات الشخصية بمهنة التدريس) واربعة مجالات لمقياس السلوك التربوي النفسي (مجال

(1) إبراهيم احمد سلامة . مناهج البحث في التربية البدنية ، القاهرة ، دار المعارف ، 1980 ، ص46.

(2) محمد حسن علاوي . علم النفس الرياضي، ط9 ، القاهرة، دار المعارف، 1994، ص63.

أدب التعامل مع الآخرين، المجال الإداري المدرسي، مجال المعرفة التربوية والرياضية، مجال النشاطات الرياضية) باتفاق جميع الخبراء ملق (1)

## 2-5 إعداد الصيغة الأولى للمقياس:

لصياغة الفقرات الخاصة بالمقياسين، قام الباحث بالاطلاع على مجموعة كبيرة من المصادر في مجال علم النفس الرياضي والدراسات ذات العلاقة بموضوع الحالة المهنية والسلوك التربوي، وأيضاً مراجعة مجموعة من المقاييس النفسية، من أجل الاستفادة من بعض أفكارها وألفاظها، و كما ما يأتي :-

1- مقياس علي ريسان لآبد<sup>20</sup>

2-مقياس تنكوا تعريب علاوي والعربي شمعون للاستجابة الانفعالية<sup>(21)</sup> ، للاستفادة منها في وضع فقرات المقياسين.

## 2-5-1 عرض الصيغة الأولى للمقياس على المحكمين

قام الباحث بعرض الصيغة الأولى لمقياس الحالة المهنية المكون من (56) فقرة ومقياس السلوك التربوي المكون من (62) فقرة ومقترح لسلم التقدير الخماسي، على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي والاختبارات والقياس و الإدارة والتنظيم والبالغ عددهم (11) خبيراً ومختصاً ملحق (2) ، لبيان مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياسين ومعرفة ان كانت الفقرة تحتاج الى تعديل أو نقل الى مجال آخر.

واتضح من عملية التحكيم ان(6) فقرات تم حذفها وبقيت (50) باعتبارها حازت على تأييد اكثريه الخبراء والمختصين لمقياس الحالة المهنية كما تم حذف (7) فقرات لمقياس السلوك التربوي النفسي و قبول(55) فقرات باعتبارها الحائزة على ما نسبته(75%) فاكثر

## 2-5-2 تحديد صلاحية فقرات المقياس:

أولاً- القوة التمييزية

تشير القوة التمييزية إلى القدرة على التمييز بين الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية وإفراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه<sup>22</sup>، وقد اتبع الباحث أسلوب المجموعتان المتطرفتان للكشف عن القوة التمييزية لفقرات المقياسين وقد رتبت الدرجات الكلية التي حصل عليها المدرسين بعد تصحيح المقياسين تنازلياً، ثم اختيرت نسبة (27%) من الدرجات العليا والدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين وعلى هذا الأساس ضمت كل مجموعة طرفية (41) مدرساً، وبذلك تم حذف الفقرتين (46.9) والابقاء على(48)فقرة لمقياس الحالة المهنية كون درجاتها المقبولة انحصرت بين(2.78-2.84) كما تم حذف ثلاث فقرات هي(54.34.13) من مقياس السلوك التربوي النفسي والابقاء على (52) فقرة ملحق(3)

<sup>20</sup> علي ريسان لآبد: بناء وتقنين مقياس للمشكلات السلوكية في درس التربية الرياضية ، اطروحة ، كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة ، 2005 ، ص 176-177 .

<sup>21</sup> محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط 1 ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998 ، ص 42-39 .

<sup>22</sup> مطانيوس ميخائيل . القياس والتقويم في التربية الحديثة ، دمشق، منشورات جامعة دمشق ، 1996 ، ص98.

انحصرت درجاتها بين (278-2.63) وهي قيم اكبر من الجدولية البالغة (1.99) تحت درجة حرية (80) مستخدماً في ذلك الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين  
ثانياً: معامل الاتساق الداخلي:

يعتبر الاتساق الداخلي معياراً لصدق الاختيار لان درجات الارتباط تدل على إن كل فقرة تسير في المسار الذي يسير فيه الاختيار ككل<sup>2</sup>. وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل مقياس من المقياسين لجميع افراد العينة البالغ عددهم (170) مدرساً حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط لمقياس الحالة المهنية بين (0.84-0.86) كما تراوحت قيمة معامل الارتباط لمقياس السلوك التربوي النفسي (0.81-0.79) وهي تمثل معامل ارتباط عالية وبذلك تم قبول جميع فقرات المقياسين كونها دالة إحصائية.

## 2-6 تصحيح المقياس:

يقصد به وضع درجة لاستجابة المفحوص على كل فقرة من فقرات المقياس ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة باستخدام مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض حيث أن مفتاح التصحيح " هو الأداة التي يكشف بها الفاحص عن الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس"<sup>23</sup> ، والجدول (2) يبين ذلك.

### جدول ( 2 )

يبين أوزان الإجابات على فقرات المقياسين الإيجابية والسلبية

أدباً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	اتجاه الفقرة
لا اتفق تماماً	لا اتفق	محايد	اتفق	اتفق تماماً	
1	2	3	4	5	إيجابي
5	4	3	2	1	سلبى

ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس ، تجمع الدرجات التي يحصل عليها المجيب في أجابته على فقرات مقياس، لذا فإن أعلى درجة يمكن الحصول عليها لمقياس الحالة المهنية (240) وأدنى درجة هي (48) وكانت أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي لمقياس الحالة المهنية (260) وأدنى درجة هي (52) .

## 2-6 صدق المقياسين:

يعد الصدق من المؤشرات والمفاهيم الأساسية المهمة في تقويم أدوات القياس. ويعرف الصدق على انه " الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع من أجله"<sup>24</sup>.

## 2-6-1 صدق التكوين الفرضي:

ويسمى أيضاً صدق البناء، وهو أكثر أنواع الصدق تعقيداً كونه يعتمد على افتراضات نظرية يتحقق منها تجريبياً<sup>25</sup>.

<sup>23</sup> محمد عبد السلام : القياس النفسي والتربوي ، ط 2 ، القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1981 ، ص 119

<sup>24</sup> زكريا محمد و(آخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان، مكتبة دار الثقافة للنشر، 1999، ص133.

3-Cronbach, L.J. op. Cit , P . 105

وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال النسبة المنوية والقوة التمييزية والاتساق الداخلي.

## 7-2 ثبات المقياس Reliability

الثبات يعني الاتساق بالنتائج والمقياس الثابت هو المقياس الذي يعطي نتائج متسقة عند إعادة تطبيقه ومن شروط المقياس الجيد هو اتصافه بثبات عالي لان حساب الثبات يعد امرأ ضرورياً<sup>(26)</sup> ولغرض حساب معامل الثبات للمقياسين استخدم الباحث طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest) وقد طبق مقياس الحالة المهنية المكون من (48) فقرة وكذلك مقياس السلوك التربوي النفسي المكون من (52) فقرة على عينة من المدرسي لم يتم إشراكهم في التطبيق النهائي للمقياسين وعددهم (40) مدرساً في يوم 2016/11/17 ثم أعيد الاختبار يوم 2016/11/17م.

وبعد التطبيق وجد ان مقياس الحالة المهنية يتمتع بعلاقة ارتباط عالية بلغت خلالها قيمة (R) المحتسبة (0.89) وكذلك مقياس السلوك التربوي النفسي يتمتع بعلاقة ارتباط عالية بلغت خلالها قيمة (R) المحتسبة (0.91) تحت مستوى احتمالي (نسبة الخطأ) (0.05) ودرجة حرية (38) وهي اكبر من قيمة (R) الجدولية وباللغة (0.325) وهذا يدل على ان المقياسين يقيسان الظاهرة المراد قياسها كونهما يتمتعان بمعامل ثبات عالية.

## 8-2 التجربة الاستطلاعية:

من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياسين ووضوح فقراتهما بالنسبة لعينة البحث، والتعرف على الوقت المستغرق لإجاباتهم، وكذلك التعرف على ظروف تطبيق المقياسين وما يرافق ذلك من صعوبات او معوقات ، قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة استطلاعية مؤلفة من (20) مدرساً من مدرسي محافظة البصرة، في المدة من (11/24) ولغاية (2016/12/30م) وقد اتضح من هذه التجربة أن تعليمات المقياسين واضحة وان الوقت الذي استغرقه الإجابة تراوحت بين (19-21) دقيقة لمقياس الحالة المهنية بينما كان الوقت المستغرق لمقياس السلوك التربوي (26-28) دقيقة وبذلك أصبح المقياسان بتعليماتهما جاهزين للتطبيق على عينة التطبيق الرئيسية كما في ملحق (2-3).

## 9-2 التجربة الأساسية:

بعد أن قام الباحث بإتمام عملية بناء مقياس الحالة المهنية المكون من (48) فقرة، والموزعة على اربع مجالات كانت حصيلة مجال تطبيقات القانون التربوي = (12) فقرة هي (5.1.9.13.17.21.25.29.33.37.41.45) و فقرات مجال المهددات الخارجية = (12) فقرة وهي (2.6.10.14.18.22.26.30.34.38.42.46) ومجال الدافعية نحو مهنة التدريس = (12) فقرة وهي (3.7.11.15.19.23.27.31.35.39.43.47) ومجال القناعات الشخصية بمهنة التدريس = (12) فقرة وهي (4.8.12.16.20.24.28.32.36.40.44.48)

وكذلك مقياس السلوك التربوي النفسي فكانت فقراته (52) كانت حصيلة مجال ادأب التعامل مع الاخرين = (14) فقرة هي (5.1.9.13.17.21.25.29.33.37.40.43.47.52) و المجال الاداري المدرسي = (12) فقرة هي (2.6.10.14.18.22.26.30.34.39.44.49) ومجال المعرفة التربوية والرياضية = (13) فقرة هي (3.7.11.15.19.23.27.31.35.41.45.48.51) و مجال النشاطات الرياضية = (13) فقرة هي

<sup>26</sup> - صفوة فرج: التحليل العملي في العلوم السلوكي. دار الفكر العربي، القاهرة: 1980، ص246.

(4,8,12,16,20,24,28,32,36,38,42,46,50) قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة التطبيق البالغة (70) مدرساً في المدة من 6/ 12 ولغاية 3/ 1/ 2017م.  
 2-10 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) الإصدار العاشر.

### 3-1 عرض نتائج مقياس الحالة المهنية وتحليلها ومناقشتها:

#### الجدول (3)

يبين مستويات مقياس الحالة المهنية للاعبين والنسبة المئوية

ت	الفئات	المستويات	العدد	النسبة المئوية
1	218-260	ممتاز	14	20%
2	175-217	جيد جداً	34	48,57%
3	132-174	جيد	12	17,14%
4	89-131	متوسط	7	10%
5	52-88	ضعيف	3	4,24%

بعد أن طبق الباحث مقياس الحالة المهنية على مدرسي التربية الرياضية حصل الباحث على عدة مستويات كما يتبين من الجدول (3) إن المستوى ممتاز يتراوح بين (218-260)، ومستوى جيد جداً بين (175-217) ومستوى جيد بين (132-174) ومستوى متوسط بين (89-131) ومستوى مقبول بين (52-88) ، كما يبين النسبة المئوية لمستويات المقياس ، إذ بلغ مستوى ممتاز (14) مدرساً وبنسبة مئوية (20%) ، والذين وقعوا في المستوى جيد جداً كان عددهم (34) وبنسبة مئوية (48,57%) ، أما حصيلة مستوى جيد فكان (12) لاعباً وبنسبة مئوية (17,14%) ، وقد حصل مستوى متوسط على (7) لاعبين وبنسبة مئوية (10%) أما مستوى مقبول كان عددهم (3) وبنسبة مئوية (4,24%) من المجموع.

### 3-2 عرض نتائج مقياس السلوك التربوي وتحليلها ومناقشتها:

#### جدول (4)

يبين مستويات مقياس السلوك التربوي لمدرسي مدارس تربية محافظة البصرة

ت	الفئات	المستويات	العدد	النسبة المئوية
1	202-240	ممتاز	11	15,71%
2	163-201	جيد جداً	32	45,71%
3	104-162	جيد	13	18,57%
4	85-103	متوسط	9	12,58%
5	48-84	ضعيف	5	7,14%

يبين جدول (4) أن مستوى ممتاز في مقياس السلوك التربوي، قد بلغ (240-202) ومستوى جيد جداً بين (201-163) ومستوى جيد (162-104) ، ومستوى متوسط بين (103-85) ومستوى مقبول بين (48-84)، كما يبين النسبة المئوية حسب مستويات وسائل الإعلام المقروءة آذ أن اللاعبين الذين وقعوا في مستوى ممتاز كان عددهم (11) ونسبة مئوية (15,71%) واللاعبين الذين وقعوا في مستوى جيد جداً عددهم (32) ونسبة مئوية (45,71%) ، والذين وقعوا في مستوى جيد بلغ عددهم (13) ونسبة مئوية (18,57%) والذين وقعوا في مستوى متوسط يبلغ عددهم (9) ونسبة مئوية (8,12%) والذين وقعوا في مستوى مقبول (5) ونسبة مئوية (7,14%) من المجموع ، ويتبين من الجدولين (2,1) ان اغلب افراد العينة كانوا في المستويين (ممتاز، جيد جداً) وهما المستويين المتقدمين في المقياسين كون افراد العينة من المدرسين التربويين الذين يؤمنون بطبيعة العمل التربوي وما تسوده من علاقات اجتماعية بين مدرسين التربية الرياضية باعتبارهم الشريحة التي تعتقد بانها تشترك بروابط اخلاقية وقيم و رغبات واهداف تمثل وحدة الهوية التربوية المشتركة فيما بينهم بل هي المعيار الاساس للسلوك التربوي إضافة الى تأثير هذه القيم على شعور الفرد بالأمن والطمأنينة والقدرة المهنية العالية فكلما كان التفاعل القائم بين الفرد والجماعة يحقق منفعة للفرد على مستوى المهنة والسلوك التربوي كانت جماعة العمل مصدراً لاستقرار الفرد ورضاه أما إذا كان الارتباط بالجماعة يخلق جواً من الخوف أو يقف حائلاً امام إشباع حاجاتهم، فإن هذه العلاقة تكون مصدراً لعدم الارتياح وبالتالي ينعكس على أداء المدرسين وسلوكهم التربوي وقد وجدت كاثرين ( Kathrin، 1996 ) في دراستها انه إذا كانت العلاقات داخل المؤسسة مبنية على أساس تحقيق المصالح المشتركة، فان ذلك يكون مصدراً لإشباع حاجة ذاتية أو اجتماعية تساعد على رفع مستوى قناعة الفرد في عملة داخل المنظمة وبالتالي رفع مستوى الإداء لدية من ناحية أخرى تضمن استقراره واستمراره بالعمل<sup>27</sup>.

3-4 مناقشتها نتائج العلاقة بين الحالة المهنية والسلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية.

#### جدول (5)

يبين الاوساط والانحرافات والمتوسط النظري وقيمة (R) الجدولية والمحسوبة لعينة التطبيق الرئيسية

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	معامل الارتباط	قيمة (R) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الحالة المهنية	168	22,37	144	0,89	0,24	68	0,05
السلوك التربوي	187	26,13	156				

يبين من جدول (5) وجود علاقة ارتباط عليا المعنوية والحالة المهنية والسلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في داخل المحافظة اذ بلغت قيمة (R) المحسوبة (0,89) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0,23) وهذا دليل على التميز و الترابط بين اعضاء الهيئة التدريسية من اجل انجاح العملية التعليمية بل اننا وجدنا بعض المدرسين الذين يعملون بدون مقابل (عمل طوعي) دليل على احترام مهنة

<sup>27</sup> عبد الكريم غالي العيداني، الاستقرار المهني وعلاقته بالتوافق الاسري وأنماط الشخصية (رسالة دكتوراه) الجامعة المستنصرية، كلية التربية، بغداد، 2011، ص 32-33.

التدريس فهم أولاً يستطيعون العمل باجر في امكن اخرى ولكن حبهم الى المهنة جعلهم يعملون دون اجر، ان حب المهنة التربوية خلق حالة فريدة من الترابط الوثيق مع السلوك التربوي الذي يميز المدرس عن غيره من الشخصيات اصحاب المهن المحترمة مما جعله يتصف بالتميز مقارنة بأداء الآخرين، ولذلك نجدهم يشعرون بالاستقرار والسعادة في اعمالهم لان أكثر الناس شعوراً بالسعادة في العمل هم أصحاب المهن التي تحتاج إلى مهارات محدودة، بينما يقل هذا الشعور لدى الأفراد العاملون في مهن رتيبة لا تتطلب درجة عالية من المهارة، وضمن هذا الفهم ، فقد أشارت الدراسات التي قام بها ( Robinson ) أن الاستقرار المهني لأعضاء هيئة التدريس عال ومرتفع . وأن الوظيفة الجامعية بما تحققة من هيئة واحترام ومكانة اجتماعية عالية لشاغليها تعد المصدر الأساسي لهذا الاستقرار والأمن بالإضافة إلى ذلك أن بعض المهن مثل التدريس والإرشاد النفسي والبحث العلمي تمنح صاحبها نوعاً من المهارة والشعور بالتحدي الذي يُولد إصراراً على الإنجاز<sup>28</sup>.

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات

- 1-تم التوصل إلى تحديد طبيعة العلاقة بين الحالة المهنية و السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في محافظة البصرة.
- 2- استنتج الباحث بان السادة مدرسين التربية الرياضية في مديرية تربية البصرة يتمتعون بحالة مهنية وسلوك تربوي جيد و ايجابي.
- 3-وجود علاقة ارتباط داله إحصائية وبشكل طردي بين الحالة المهنية و السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في محافظة البصرة.

##### 4-2 التوصيات

- 1-اعتماد المقياسان اللذان أعدهما الباحث في قياس مستويات الحالة المهنية و السلوك التربوي لمدرسي التربية الرياضية في البصرة.
- 2-العمل على وضع مناهج تدريبية خاصة تسهم في تعديل وتقويم السلوك التربوي الذي يؤثر في الحالة المهنية لمدرسي التربية الرياضية في البصرة .
- 3-إجراء دراسات مكملة للدراسة الحالية و لمتغيرات أخرى من اجل وضع الحلول المناسبة للمعضلات التي مدرس التربية الرياضية في البصرة

#### المصادر

- ابراهيم احمد سلامة : مناهج البحث في التربية البدنية ، القاهرة ، دار المعارف ، 1980.
- زكريا محمد وآخرون: مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان، مكتبة دارالثقافة للنشر، 1999.
- عبد الرحمن العيسوي: القياس والتجريب في علم النفس والتربية. دار المعارف الجامعية، 1971.

<sup>28</sup> عبد الكريم غالي العيداني، المصدر السابق 2011، ص29-30.

- عبد الكريم غالي العيداني، الاستقرار المهني وعلاقته بالتوافق الاسري وأنماط الشخصية (رسالة دكتوراه) الجامعة المستنصرية، كلية التربية، بغداد، 2011.
- صفوة فرج: التحليل العملي في العلوم السلوكي. دار الفكر العربي، القاهرة: 1980.
- محمد حسن علاوي . علم النفس الرياضي، ط9 ، القاهرة، دار المعارف، 1994.
- \_\_\_\_\_ : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998
- مطانيوس ميخائيل: القياس والتقويم في التربية الحديثة، دمشق، منشورات جامعة دمشق، 1996.
- علي ريسان لابد: بناء وتقنين مقياس للمشكلات السلوكية في درس التربية الرياضية، اطروحة دكتوراء، كلية التربية الرياضية – جامعة البصرة ، 2015.
- محمد عبد السلام :القياس النفسي والتربوي ، ط 2 ، القاهرة ، مكتبة النهضة ، 1981.

Cronbach, L.J. op. Cit , P . 105

### ملحق (1)

اسماء الخبراء الذين عرضت عليهم مجالات البحث

ت	القب العلمي والاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.م. فاضل عبد الزهرة مزعل	علم النفس	كلية التربية الانسانية- جامعة البصرة
2	أ.م. عبد الكاظم جليل حسان	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة
3	أ.م. قصي فوزي خلف	الادارة الرياضية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
4	أ.م. عياد اسماعيل صالح	علم النفس	كلية التربية الانسانية- جامعة البصرة
5	أ.م. عبد الحلیم جبر نزال	الإدارة والتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة
6	أ.م.د. حازم جاسم	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
7	أ.م.د. رياض نوري عباس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
8	أ.م. د. حيدر عودة زغير	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة

### ملحق (2)

اسماء الخبراء الذين عرضت فقرات المقياسين

ت	القب العلمي والاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.م. فاضل عبد الزهرة مزعل	علم النفس	كلية التربية الانسانية- جامعة البصرة
2	أ.م. عبد الكاظم جليل حسان	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

3	أ.م. قصي فوزي خلف	الإدارة الرياضية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
4	أ.م. عياد اسماعيل صالح	علم النفس	كلية التربية الانسانية- جامعة البصرة
5	أ.م. عبد الحليم جبر نزال	الإدارة والتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة
6	أ.م.د. زينب عبد الرحيم	اختبارات وقياس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
7	أ.م.د. حازم جاسم	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
8	أ.م.د. رياض نوري عباس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
9	أ.م.د. حيدر عودة زغير	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة
10	أ.م.د. رياض صيهود	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ميسان
11	أ.م.د. كاظم حبيب	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة

### ملحق (3)

المقياسين بصيغتهما الاولية

جامعة البصرة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

عزيزي مدرس التربية الرياضية المحترم:

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الإجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الآتية:

- اقرأ كل عبارة وبعد أن تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما انه لا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.
- ضع علامة ( √ ) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل عبارة.
- ضرورة الإجابة بصراحة ودقة عن العبارات.
- عدم ترك أي عبارة من عبارات المقياس بلا إجابة.
- أن إجاباتكم ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط.
- عدم كتابة اسم المدرس.

مثال للإجابة:

مقياس الحالة المهنية	اتفق تماماً	اتفق	محايد	لا اتفق	لا اتفق تماماً
----------------------	-------------	------	-------	---------	----------------

مقياس السلوك التربوي	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
الإجابة		√			

الباحث

ا.م.د احمد كاظم فهد

أولاً- مقياس الحالة المهنية لمدرس التربية الرياضية

ت	الفقرات	اتفق تماماً	اتفق	محايد	لا اتفق	لا اتفق تماماً
1	اشعر بالقلق والخوف من عدم تطبيق القانون التربوي بشكل كامل					
2	اشعر بان مهنة التدريس ليست مهنة شخصية بل هي لجميع ابناء المجتمع					
3	ادافع بقوة عن وجود درس الرياضة في الجدول الاسبوعي					
4	اشعر بالاعتزاز بشخصيتي كمدرس رياضة					
5	اجد تعاون كبير بين المدرسة والتربية من اجل تطبيق القانون					
6	لا اتجرا على الغياب من المدرسة دون اخذ اجازة حرصاً على مهنتي التربوية					
7	اتمتع بالنشاط والحماس في تنفيذ خطة درس الرياضة					
8	اعتقد ان مهنة التدريس تقدم خدمة لجميع ابناء المجتمع					
9	اشعر بالعزلة عن المجتمع التربوي					
10	اجد تسبب كبير في اعداد الطلبة بسبب ضعف الجهاز الرقابي					
11	اشعر بان اصوات الانفجارات المتكررة يؤثر على مسيرتي التربوية					
10	اشعر بحالة مزاجية غير جيدة بعد تنفيذ الدرس بشكل جيد					
11	اتمتع بحرية اكثر عند الابتعاد عن المدرسة					
12	اعتقد ان ضمان استمرار نجاح العملية التربوية بتطبيق القانون					
13	وجود رجال الامن على باب المدرسة يشعري بالضبط والالتزام					
14	اعاقب الطلبة الغير ملتزمين بالزي الرياضي					
15	اتفانى من اجل الاستمرار بمهنتي (كمدرس)					
16	اشعر ان غياب الجهاز الرقابي التربوي يسبب في انخفاض المستوى الدراسي					
17	اشعر بدعم الادارة المدرسية حينما اطبق القانون على الطلبة					
18	انزعج كثيراً عندما يصدر مني تصرف لا ينسجم مع مهنتي التربوية					
19	اشارك الطلبة في بعض الفعاليات الرياضية من اجل انجاح الدرس					
20	شعوري بعدم الاهتمام بمهنتي يدفعني لكثرة التغيب					
21	اشعر ان عدم التزام الطلبة بالزي الرياضي في درس الرياضة ناتج عن ضعف القانون					

					يشعري الناس بان مهنتي التربوية ذات اعتبارات عالية	22
					اقدّم المساندة العلمية والتربوية لحل المشاكل التي تعترضني درس الرياضة	23
					اشعر بالفرح والسرور عند حضورني الى المدرسة	24
					اشعر بعدم المساوات بين مدارس محافظة البصرة	25
					اشعر ان تدخل عوائل الطلبة بشؤون المدرسة يضعف من العملية التربوية	26
					احرص على الحضور الى درس الرياضة قبل الوقت المحدد	27
					ارتبك عندما اتحدث مع ذوي الطلبة حول الالتزام بدرس الرياضة	28
					امتلك الشجاعة الكافية في تطبيق القانون على الطلبة في درس الرياضة	29
					اشعر بان ادائي غير جيد عندما اتعرض للتهديد الخارجي	30
					استمتع بجلب الاجهزة والمستلزمات الرياضية لنجاح الدرس	31
					امتلك القدرة على المطالبة بممارسة تدريس درس الرياضة	32
					لا التزم بالدوام الرسمي بسبب عدم وجود العقوبات الادارية	33
					اشعر باحترام الناس بسبب مهنتي التربوية كمدرس	34
					لدي القدرة على ان احافظ على الهدوء واستمرار الدرس بنجاح	35
					اشجع على رفع درس الرياضة من جدول الدروس الاسبوعي	36
					اشعر بان النظام العشائري اصبح بديل عن القانون	37
					اعتقد ان اغلب المدرسين يمتلكون مهن اخرى خارج الدوم	38
					التزام الطلبة بالتوجيهات يدفعني للعمل اكثر فكثر	39
					اشعر بالسعادة عندما اكلف بتدريس مادة اخرى غير الرياضة	40
					يسرنني تطبيق القانون على جميع المدرسين بالتساوي	41
					اعتقد بان الناس ينظرون الى مدرس الرياضة بنظرة تختلف عن غيرة من المدرسين	42
					لدية طموح للحصول على المراتب الاولى في المسابقات التي يقيمها النشاط الرياضي	43
					غالباً ما افكر بالتقاعد المبكر	44
					اجد في نفسي اطمئنان كامل للمسيرة التربوية ازاء التغييرات القانونية الجيدة	45
					احاول تقديم استقالتي في اقرب فرصة	46
					اندفاعي الزائد يجعلني اختار كلمات غير جيدة في الدرس	47
					لدية القدر على اقناع الاخرين بمهنتي التربوية	48

ثانياً-مقياس السلوك التربوي لمدرس التربية الرياضية

ت	العبارات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
1	احترم ذوي الطلبة واحسن اليهم عند مراجعتهم المدرسة					
2	ترتفع معنوياتي عند ممارستي موقع اداري					

					3	امتلك المعرفة الايجابية في فهم الكتب الموجهة الينا من التربية
					4	اشعر بالراحة النفسية حينما اكون مقبولاً لدى مديرية النشاط الرياضي
					5	لا اقدم التحية الى المدرسين والادارة عند بدء الدوام
					6	اشعر بالقلق اتجاه مصير المدارس الحكومية
					7	اشعر ان اللقاءات والمؤتمرات التربوية تزيد من معرفتي التربوية
					8	لا أشعر بالاطمئنان لممارسة النشاطات الرياضية بسبب غياب القانون
					9	اوقر السيد مدير المدرسة واحسن التعامل معه
					10	لا استطيع السيطرة على مشاعري عند حدوث مشكلة في المدرسة
					11	لا اهتم الى الاشتراك في البطولات الرياضية لانعدام فائدتها
					12	املك الحرية الكافية في التعبير عن افكاري حول النشاطات الخارجية
					13	اشعر ان ادارة المدرس ضدي باستمرار
					14	لا استخدم الاسلوب الدكتاتوري في التعامل مع الطلبة
					15	اعتقد ان العمل الاداري يلغي تخصصي الرياضي
					16	اشتركي في الدورات الرياضية يعزز معرفتي الرياضية
					17	ادلو بأفكاري الرياضية على مواقع الوزارة التربوية
					18	اعتبر التواضع في التعامل سمة الاستاذ المتحضر
					19	اشعر ان العمل الاداري يستهلك طاقة مدرسين الرياضة
					20	لديه القدرة على مواجهة الصعاب بسبب معرفتي التربوية و الرياضية
					21	اشعر بالاعتزاز في نفسي بسبب دعم المدرسة لي
					22	ابتعد عن ضرب الطلبة انكاراً مني لذلك
					23	تتسم قراراتي بالثبات عند المواقف المتشابهة
					24	لديه المعرفة على وضع الاهداف التربوية وفقاً الى الامكانيات المتاحة
					25	احاول متابعة النشاطات الرياضية على مستوى الوزارة
					26	اتسامح كثيراً حينما يخطئ الاخرين بحقي
					27	دراستي لقراراتي الرياضية بشكل جيد تجعلني اكثر ثقة
					28	تواصلني مع مديرية النشاطات الرياضية يزودني بكثير من المعلومات
					29	لا اشعر بالخوف لعدم وجود لجان مراقبة على النشاطات الرياضية
					30	احاول استفزاز الادارة وعدم احترامها عند استدعائي باستمرار
					31	تجاهلي للأخرين يجعلني اكثر احتراماً من قبل ادارة المدرسة
					32	الاعلام التربوي احد اسباب ظهور السلوك التربوي الخاطئ للمدرسين
					33	وجود المستلزمات الرياضية يشجعني على الاشتراك بالبطولات الرياضية
					34	أسئال كثيراً عن حضور المدرسين دون ان يعني ذلك
					35	اتسم بالغرور والتعالي على زملائي المدرسين

					36	اخشى العمل الاداري في المدرسة بسبب نفشي الطابع العشائري
					37	اشعر ان مستوى اهتمام التربية بالجانب الرياضي لا يلبي طموحي التربوي
					38	لا احصل على كتب شكر من المدرسة عند الحصول على البطولات الرياضية
					39	احاول افشى السلام على جميع افراد المؤسسة
					40	اشعر بعدم قدرة المؤسسة التربوية على اقامة البطولات الرياضية اللانقة
					41	احرص على الحضور مبكراً الى المدرسة كوني اداري
					42	لا احاول رفع صوتي على الزائرين
					43	احاول زيادة معلوماتي الرياضية من خلال القراءة
					44	لا اميل الى الاشتراكي بالسفرات المدرسية الرياضية
					45	اسرع بتقديم الخدمة والمساعدة الى المدرسين والطلبة المحتاجين
					46	اعمل على الاساءة الى الاسرة المدرسية لعدم قناعتني بالعمل الاداري
					47	لم احصل على أي معلومات تربوية ورياضية من القنوات العراقية التربوية
					48	اشعر بان عدم ثقة المدرسين بالمؤسسة التربوية ابعدهم عن النشاطات الرياضية
					49	ارتبك عند التعامل مع النساء
					50	اتحكم في انفعالاتي عندما تظهر لي اخطاء لقلّة المعرفة التربوية
					51	ارفض العمل الاداري داخل المدرسة باستمرار
					52	لا اتعرض الى عقوبات بسبب عدم اشتراكي في البطولات الرياضية
					53	تظهر عصبيتي في التدريس عند عدم قدرتي على الاجابة على الاسئلة بسبب ضعف المعرفة الرياضية
					54	اتجنب العمل الاداري لعدم ملائمته الظروف الحالية
					55	اعكس المظهر الجيد للمدرسة في تعاملي واستقبالي للسادة المشرفين

#### ملحق (4)

##### مقياس الحالة المهنية لمدرس التربية الرياضية بصيغته النهائية

ت	الفقرات	اتفق تماماً	اتفق	محايد	لا اتفق	لا اتفق تماماً
1	اشعر بالقلق والخوف من عدم تطبيق القانون التربوي بشكل كامل					
2	اشعر بان مهنة التدريس ليست مهنة شخصية بل هي لجميع ابناء المجتمع					
3	ادافع بقوة عن وجود درس الرياضة في الجدول الاسبوعي					
4	اشعر بالاعتزاز بشخصيتي كمدرس رياضة					
5	اجد تعاون كبير بين المدرسة والتربية من اجل تطبيق القانون					
6	لا اتجرأ على الغياب من المدرسة دون اخذ اجازة حرصاً على مهنتي التربوية					
7	اتمتع بالنشاط والحماس في تنفيذ خطة درس الرياضة					

8	اعتقد ان مهنة التدريس تقدم خدمة لجميع ابناء المجتمع
9	اجد تسبب كبير في اعداد الطلبة بسبب ضعف الجهاز الرقابي
10	اشعر بان اصوات الانفجارات المتكررة يؤثر على مسيرتي التربوية
11	اشعر بحالة مزاجية غير جيدة بعد تنفيذ الدرس بشكل جيد
12	اتمتع بحرية اكثر عند الابتعاد عن المدرسة
13	اعتقد ان ظمأن استمرار نجاح العملية التربوية بتطبيق القانون
14	وجود رجال الامن على باب المدرسة يشعري بالضبط والالتزام
15	اعاقب الطلبة الغير ملتزمين بالزي الرياضي
16	اتفانى من اجل الاستمرار بمهنتي (كمدرس)
17	اشعر بدعم الادارة المدرسية حينما اطبق القانون على الطلبة
18	انزعج كثيراً عندما يصدر مني تصرف لا ينسجم مع مهنتي التربوية
19	اشارك الطلبة في بعض الفعاليات الرياضية من اجل انجاح الدرس
20	شعوري بعدم الاهتمام بمهنتي يدفعني لكثرة التغيب
21	اشعر ان عدم التزام الطلبة بالزي الرياضي في درس الرياضة ناتج عن ضعف القانون
22	يشعروني الناس بان مهنتي التربوية ذات اعتبارات عالية
23	اقدم المساندة العلمية والتربوية لحل المشاكل التي تعترى درس الرياضة
24	اشعر بالفرح والسرور عند حضوري الى المدرسة
25	اشعر بعدم المساوات بين مدارس محافظة البصرة
26	اشعر ان تدخل عوائل الطلبة بشؤون المدرسة يضعف من العملية التربوية
27	احرص على الحضور الى درس الرياضة قبل الوقت المحدد
28	ارتبك عندما اتحدث مع ذوي الطلبة حول الالتزام بدرس الرياضة
29	امتلك الشجاعة الكافية في تطبيق القانون على الطلبة في درس الرياضة
30	اشعر بان ادائي غير جيد عندما اتعرض للتهديد الخارجي
31	استمتع بجلب الاجهزة والمستلزمات الرياضية لنجاح الدرس
32	امتلك القدرة على المطالبة بممارسة تدريس درس الرياضة
33	لا التزم بالاداء الرسمي بسبب عدم وجود العقوبات الادارية
34	اشعر باحترام الناس بسبب مهنتي التربوية كمدرس
35	لدي القدرة على ان احافظ على الهدوء واستمرار الدرس بنجاح
36	اشجع على رفع درس الرياضة من جدول الدروس الاسبوعي
37	اشعر بان النظام العشائري اصبح بديل عن القانون
38	اعتقد ان اغلب المدرسين يمتلكون مهن اخرى خارج الدوم
39	التزام الطلبة بالتوجيهات يدفعني للعمل اكثر فكثر
40	اشعر بالسعادة عندما اكلف بتدريس مادة اخرى غير الرياضة

					يسرني تطبيق القانون على جميع المدرسين بالتساوي	41
					اعتقد بان الناس ينظرون الى مدرس الرياضة بنظرة تختلف عن غيرة من المدرسين	42
					لدية طموح للحصول على المراتب الاولى في المسابقات التي يقيمها النشاط الرياضي	43
					غالباً ما افكر بالتقاعد المبكر	44
					اجد في نفسي اطمئنان كامل للمسيرة التربوية ازاء التغييرات القانونية الجيدة	45
					اشعر ان غياب الجهاز الرقابي التربوي يسبب في انخفاض المستوى الدراسي	46
					اندفاعي الزائد يجعلني اختار كلمات غير جيدة في الدرس	47
					لدية القدر على اقتناع الاخرين بمهنتي التربوية	48

### ملحق (3)

#### مقياس السلوك التربوي لمدرس التربية الرياضية بصيغته النهائية

ت	العبارات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
1	احترم ذوي الطلبة واحسن اليهم عند مراجعتهم المدرسة					
2	ترتفع معنوياتي عند ممارستي موقع اداري					
3	متلك المعرفة الايجابية في فهم الكتب الموجهة الينا من التربية					
4	اشعر بالراحة النفسية حينما اكون مقبولاً لدى مديرية النشاط الرياضي					
5	لا اقدم التحية الى المدرسين والادارة عند بدء الدوام					
6	اشعر بالقلق اتجاه مصير المدارس الحكومية					
7	اشعر ان اللقاءات والمؤتمرات التربوية تزيد من معرفتي التربوية					
8	لا أشعر بالاطمئنان لممارسة النشاطات الرياضية بسبب غياب القانون					
9	اوقر السيد مدير المدرسة واحسن التعامل معه					
10	لا استطيع السيطرة على مشاعري عند حدوث مشكلة في المدرسة					
11	لا اهتم الى الاشتراك في البطولات الرياضية لانعدام فائدتها					
12	املك الحرية الكافية في التعبير عن افكاري حول النشاطات الخارجية					
13	لا استخدم الاسلوب الدكتاتوري في التعامل مع الطلبة					
14	اعتقد ان العمل الاداري يلغي تخصصي الرياضي					
15	اشتركي في الدورات الرياضية يعزز معرفتي الرياضية					
16	ادلو بأفكاري الرياضية على مواقع الوزارة التربوية					
17	اعتبر التواضع في التعامل سمة الاستاذ المتحضر					
18	اشعر ان العمل الاداري يستهلك طاقة مدرسين الرياضة					
19	لديه القدرة على مواجهة الصعاب بسبب معرفتي التربوية و الرياضية					

					اشعر بالاعتزاز في نفسي بسبب دعم المدرسة لي	20
					ابتعد عن ضرب الطلبة انكاراً مني لذلك	21
					تتسم قراراتي بالثبات عند المواقف المتشابهة	22
					لدية المعرفة على وضع الاهداف التربوية وفقاً الى الامكانيات المتاحة	23
					احاول متابعة النشاطات الرياضية على مستوى الوزارة	24
					اتسامح كثيراً حينما يخطئ الاخرين بحقي	25
					دراستي لقراراتي الرياضية بشكل جيد تجعلني اكثر ثقة	26
					تواصلني مع مديرية النشاطات الرياضية يزودني بكثير من المعلومات	27
					لا اشعر بالخوف لعدم وجود لجان مراقبة على النشاطات الرياضية	28
					احاول استفزاز الادارة وعدم احترامها عند استدعائي باستمرار	29
					تجاهلي للأخرين يجعلني اكثر احتراماً من قبل ادارة المدرسة	30
					الاعلام التربوي احد اسباب ظهور السلوك التربوي الخاطئ للمدرسين	31
					وجود المستلزمات الرياضية يشجعني على الاشتراك بالبطولات الرياضية	32
					اتسم بالغرور والتعالي على زملائي المدرسين	33
					اخشى العمل الاداري في المدرسة بسبب نفسي الطابع العشائري	34
					اشعر ان مستوى اهتمام التربية بالجانب الرياضي لا يلبي طموحي التربوي	35
					لا احصل على كتب شكر من المدرسة عند الحصول على البطولات الرياضية	36
					احاول افشى السلام على جميع افراد المؤسسة	37
					اشعر بعدم قدرة المؤسسة التربوية على اقامة البطولات الرياضية اللائقة	38
					احرص على الحضور مبكراً الى المدرسة كوني اداري	39
					لا احاول رفع صوتي على الزائرين	40
					احاول زيادة معلوماتي الرياضية من خلال القراءة	41
					لا اميل الى الاشتراك بالسفرات المدرسية الرياضية	42
					اسرع بتقديم الخدمة والمساعدة الى المدرسين والطلبة المحتاجين	43
					اعمل على الاساءة الى الاسرة المدرسية لعدم قناعتني بالعمل الاداري	44
					لم احصل على أي معلومات تربوية ورياضية من القنوات العراقية التربوية	45
					اشعر بان عدم ثقة المدرسين بالمؤسسة التربوية ابعدهم عن النشاطات الرياضية	46
					ارتبك عند التعامل مع النساء	47
					اتحكم في انفعالاتي عندما تظهر لي اخطاء لقلّة المعرفة التربوية	48
					ارفض العمل الاداري داخل المدرسة باستمرار	49
					لا اتعرض الى عقوبات بسبب عدم اشتراكي في البطولات الرياضية	50
					تظهر عصبيتي في التدريس عند عدم قدرتي على الاجابة على الاسئلة بسبب ضعف المعرفة الرياضية	51

					اعكس المظهر الجيد للمدرسة في تعاملتي واستقبالي للسادة المشرفين	52
--	--	--	--	--	--	----

## أ نموذج تنبؤي بالكفاية التدريسية للطلبة المطبقين بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد

أ.م.د. محمد مطر عراك

جامعة المثنى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

جاءت الأهداف الرئيسة للبحث كآآتي :

1. معرفة العلاقة بين الكفاية التدريسية واسلوب التعلم الثلاثي البعد.
  2. معرفة نسبة مساهمة اسلوب التعلم الثلاثي البعد في الكفاية التدريسية.
  3. بناء أنموذج تنبؤي للكفاية التدريسية بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد.
- ولتحقيق تلك الأهداف أستعمل الباحث المنهج الوصفي - دراسة العلاقات الارتباطية - فيما تمثلت أدوات البحث بطلاب المرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى، البالغ عددهم (55) طالبا، سحب منهم عينة مقدارها (10) طلاب لبناء الانموذج، استعمل الباحث مقياس اسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) كأداة رئيسة في البحث . . . وبعد سلسلة الإجراءات الميدانية المتمثلة بالتأكد من صلاحية المقياس، من خلال التأكد من شروط الخصائص السيكومترية (الصدق، الثبات) . . . . . باشر الباحث بأجراء التجربة الرئيسة - تطبيق المقياس - وباستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة ، وبالاستعانة بالحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات واطهار النتائج بما يخدم البحث ويحقق الأهداف، توصل الباحث إلى إن الكفاية التدريسية ترتبط بعلاقة حقيقة دالة مع اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) وبهذا تم بناء انموذج تنبؤي يمكن من خلالها التنبؤ بالكفاية التدريسية بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي).

الكلمات المفتاحية : الكفاية، التنبؤ، اسلوب التعلم الثلاثي البعد، السطحي، العميق، الاستراتيجي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

## **Abstract**

**A predictive model of teaching efficiency for ( students- teachers) indication of three - dimensional learning style**

**By**

**Mohamed Matter Arak, PhD, Ass. Prof.**

**College of Physical Education and Sports Science**

**Al- Muthana university**

**The aims of the current research was to:**

- 1. Identify the relationship between teaching efficiency and the three-dimensional learning style.**
- 2. Identify the contribution of the three-dimensional learning style in teaching efficiency.**
- 3. Constructing a predictive model of teaching efficiency for ( students-teachers) indication of three - dimensional learning style.**

**Therefore, the researchers used the descriptive approach (survey & correlation) for the methodology. One hundred seventy physical education teachers have been chosen as a construction sample, while (70) have been chosen as a main sample. Fifty-five fourth stage (students-teachers) in the Faculty of Physical Education and Sports Science at the University of Al- Muthana, have been chosen as a main sample, while a sample of 10 students were withdrawn from them to build the model. However, the researcher used a three-dimensional learning style (surface, deep, strategic) as a main scale. After a series of procedures to verify the validity of the scale, by ascertaining the conditions of the psychometric characteristics (validity and reliability).**

**The research concluded that:**

- 1. There was a statistical relationship between the teaching efficiency and the three-dimensional learning style (strategic), Thus, a predictive model was constructed in which the teaching efficiency can be predicted in terms of the three-dimensional learning style.**

## 1- التعريف بالبحث :

### 1-2 مقدمة البحث وأهميته :

يعد تأهيل مدرس التربية الرياضية احد الاركان التي ترتكز عليها العملية التعليمية في اطارها العام، فتطور هذه العملية لا يمكن ان يتحقق من خلال المنهج ومستوى الطالب حسب، بل يتطلب الاهتمام بتأهيل المدرس، مع تطور في مستوى تأهيله قبل الخدمة وخلالها.

وتؤدي الجامعة دوراً كبيراً في اعداد الطالب بوصفها الجهة المسؤولة عن التعليم فهي تعد المواقف التعليمية للطلبة حتى يستطيعوا الاستفادة من خبرات التعلم والأنشطة المتاحة في داخل الصف الدراسي وخارجه مما يجعلهم يحققون أهداف الجامعة التعليمية ويستطيعون الوصول إلى مستوى التمكن الذي يمكن أن يصلوا إليه، إذا وضع في الاعتبار أن المعلومات العلمية ليست الغاية ولكنها وسيلة لتحقيق أهداف أشمل كفهم متعمق للمعلومات العلمية وتنمية أساليب التعلم والتفكير وتعميقها.

إن مفتاح التعلم الفعال هو فهم أسلوب تعلم الطلبة وتصميم مناهج وطرائق تدريس تناسب أساليب تعلمهم فأسلوب التعلم له تأثير لاحق على نوعية التعلم... وأسلوب التعلم ثلاثي البعد يعد كبنية مفتاحية لوصف الفروق الفردية في سياق التعلم، فالطلبة المختلفون يتعلمون بطرائق مختلفة، أو أن لديهم طرائقاً متنوعة في استقبال ومعالجة المعلومات والتي تكون مريحة لهم بشكل خاص والمرتبطة بنتائج مختلفة على نحو ملحوظ. فاستعمال البعد الأفضل من أسلوب التعلم ثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) هو أحد أهم العوامل التي تؤثر في سرعة ونجاح المتعلم وقدرته على التفوق الدراسي والانجاز فيه.

إن الطلبة يمتلكون إما مستوى عميقاً من المعالجة، إذ ينتهون إلى فهم الأفكار والربط بينهما، أو مستوى سطحيّاً من المعالجة يتضمن تركيزهم على حقائق محددة من خلال الحفظ الآلي أو مستوى استراتيجياً من المعالجة ينتهي إلى الحصول على درجات ممكنة والقدرة على إدارة وتنظيم الوقت.

وإيماناً من الباحث بضرورة أن تتوافر لدى الطالب المطبق الكفايته التدريسية التي تؤهله للقيام بالدور الملقى على عاتقه، بحيث يكون متسلحاً بمستوى عال من المعرفة العلمية بمضامين المناهج التربوية والعلمية. . . عليه فأن التعرف على نسب المساهمة في الكفاية التدريسية، وكذا التكهن بها من خلال أسلوب التعلم الثلاثي البعد، يعد مطلباً ضرورياً، ومن هنا تبرز الأهمية العلمية لهذه الدراسة .

أما الأهمية التطبيقية لها ، فتبرز من خلال محاولة إفادة القائمين على العملية التعليمية ، فنتائجها وتوصياتها قد تساعد في زيادة الكفاية التدريسية ، كما أنها ستفتح آفاقاً جديدة لبحوث علمية أخرى مشابهة ، تتناول متغيرات أخرى ، ولفئات مختلفة من الطلبة .

### 1-2 مشكلة البحث :

هذه الدراسة محاولة للإجابة على الأسئلة الآتية :

1. هل هناك علاقة تربط الكفاية التدريسية بأسلوب التعلم الثلاثي البعد لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى .؟
2. إذا كانت الكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى ترتبط بعلاقة مع أسلوب التعلم الثلاثي البعد، فما هي قوة تلك العلاقة .؟

3. ما هو مقدار مساهمة أسلوب التعلم الثلاثي البعد لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى بكفايتهم التدريسية؟.
4. أي من أساليب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) يمتلك القدرة على التنبؤ بالكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى أكثر من غيره من الأساليب الأخرى؟.
5. هل بالإمكان استنباط معادلات يمكن من خلالها التنبؤ بالكفاية التدريسية لطلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى بدلالة أسلوب التعلم الثلاثي البعد؟.
6. هل بالإمكان وضع نموذج تنبؤي بالكفاية التدريسية لطلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى من خلال المعادلات المستنبطة بدلالة أسلوب التعلم الثلاثي البعد؟.

### 3-1 أهداف البحث :

يهدف البحث الى :

1. التعرف على واقع الكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
2. التعرف على واقع أسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) لدى طلبة المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
3. التعرف على العلاقات بين الكفاية التدريسية وأسلوب التعلم الثلاثي البعد لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
4. معرفة نسبة مساهمة أسلوب التعلم الثلاثي البعد في الكفاية التدريسية لدى طلبة المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
5. وضع معادلات تنبؤيه، للتنبؤ بالكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى بدلالة أسلوب التعلم الثلاثي البعد لديهم.
6. بناء أنموذج تنبؤي للكفاية التدريسية لطلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى بدلالة أسلوب التعلم الثلاثي البعد لديهم.

### 4-1 فروض البحث:

1. إن الكفاية التدريسية ترتبط بعلاقة دالة (حقيقية) مع أسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
2. أن أسلوب التعلم الثلاثي البعد، بأبعاده (السطحي، العميق، الاستراتيجي) تتباين بنسب مساهمتها في الكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.
3. المعادلات المستنبطة يمكن من خلالها التنبؤ بالكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى بدلالة أسلوب التعلم الثلاثي البعد.

4. الانموذج المقترح مؤشر او علامة لتقييم الكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى.

#### 5-1 مجالات البحث :

اولا- المجال البشري :

طلاب المرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى ، للعام الدراسي (2016 - 2017).

ثانيا- المجال الزمني :

للفترة من (1 / 1 / 2017) ولغاية (1 / 4 / 2017).

ثالثا- المجال المكاني :

المدارس التي يطبق فيها الطلبة.

#### 6-1 المصطلحات المستعملة في البحث:

اولا- الانموذج:

هو: (التحديد السليم لمقومات مستوى الفرد وفق اسس علمية مدروسة وواضحة المعالم)<sup>(29)</sup>.

ثانيا- الكفاية:

هي: (القدرة على ممارسة عمل او مجموعة من الاعمال، وتتطلب توفر العناصر الآتية)<sup>(30)</sup>:

1. المؤهل والمؤهلات الدراسية التي يحصل عليها الفرد في تخصص واحد او اكثر.
2. الخبرة العلمية والعملية الناتجة من ممارسة فنية تطبيقية، تكفي للحصول على هذه الخبرة.

#### 2-2 الدراسات السابقة :

أسم الباحث	عنوان البحث	السنة	هدف البحث	منهج البحث	مجتمع البحث			الاستنتاجات
					حجمه	صنفة	طريقة اختيارها	
عماد داود سلومي <sup>31</sup>	النمط الجسمي كدالة للتنبؤ ببعض الخصائص النفسية لناشئ كرة	2010	جاء الهدف الرئيس للبحث كالاتي : * استنباط معادلة تنبؤية للخصائص النفسية للاعبين كرة القدم في أندية	الوصفي	107	لاعبين كرة القدم في أندية مراكز أفضوية محافظة بابل .	الحصر الشامل	جاءت الاستنتاجات الرئيسة للبحث كالاتي : * استنباط معادلة تنبؤية يمكن من خلالها التمكن بالخصائص النفسية

<sup>29</sup>- واثق موسى التكريتي؛ الانموذج ودوره في البناء النفسي للفرد والمجتمع: (المجلة العراقية للعلوم التربوية والنفسية وعلم الاجتماع، المجلد الاول، العدد الاول، 2001) ص119

<sup>30</sup>- محمد مصطفى زيدان؛ الكفايات الانتاجية للمدارس، ط1: (بغداد، دار الشروق للتوزيع والطباعة، 1981) ص18  
<sup>1</sup>- عماد داود سلومي؛ النمط الجسمي كدالة للتنبؤ ببعض الخصائص النفسية لناشئ كرة القدم بأعمار (16 ، 17) سنة في أفضوية محافظة بابل : (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الثالث، العدد الأول، 2010)

للنشئ الرياضي ، بدلالة الأنماط الجسمية . * أن الخصائص النفسية للنشئ الرياضي ، ترتبط بعلاقة دالة مع أنماطهم الجسمية .					محافظة بابل (مراكز الأفضية) ، ممن هم بأعمار (16 ، 17) سنة ، على وفق أنماطهم الجسمية .		القدم بأعمار (16 ، 17) سنة في أفضية محافظة بابل	
جاءت الاستنتاجات الرئيسة للبحث كالاتي : * وضع صيغة ملائمة لأصل مقياس (فرايوج) لسمات الشخصية لعينة البحث * استنباط معادلة تنبؤية يمكن من خلالها التكهن بالقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية .	الطبيقة العشوائية	لاعبي كرة القدم المنتمين إلى أكاديمية الفراتين الكروية في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف) بأعمار (10-12) ، سنة	174	الوصفي	جاء الهدف الرئيس للبحث كالاتي : * استنباط معادلة تنبؤية لتوجيه وانتقاء المتميزين وفق بعض السمات الشخصية للاعبي كرة القدم المنتمين إلى أكاديمية الفراتين الكروية في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف)	2007	القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبي كرة القدم بأعمار (10 - 12) سنة	حسن علي حسين 32

## 2-2-1 أهم الاستنتاجات والمؤشرات التي افاد منها البحث الحالي:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة التي عرضت في البحث الحالي يمكن الإشارة الى بعض

الاستنتاجات والمؤشرات التي افادة في اجراء البحث الحالي ، وهي:

1. صياغة أهداف البحث بما يتناسب مع المشكلة والمنهج المستعمل.
2. من الملاحظ ان الدراسات السابقة ووفقا لأهداف الموضوع لها اتخذت اتجاها واحدا هو استنباط معادلات تنبؤية للمتغيرات التابعة بدلالة المتغيرات المستقلة. لذا هدف البحث الحالي الى بناء أنموذج تنبؤي للكفاية التدريسية بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد.

<sup>2</sup> حسن علي حسين ؛ القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبي كرة القدم بأعمار (10-12) سنة : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2007)

3. تحديد العينة وطريقة اختيارها وحجمها.
4. ان جميع هذه الدراسات وصفية، لذا جاء البحث الحلي بحثا وصفيا بأسلوب (الدراسات الارتباطية).
5. اختيار انسب المعالجات الاحصائية لطبيعة اجراءات البحث.
6. الاطلاع على الاساليب في تحليل وتفسير نتائج الدراسة الحالية.

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

#### 3-1 منهج البحث :

أستعمل المنهج الوصفي - الدراسات الارتباطية - لملائمته طبيعة هذه الدراسة . . حيث الكشف عن العلاقة بين متغيري البحث ، ومدى الارتباط بينهما ، لتحديد امكانية التنبؤ بأحدهما (الكفاية التدريسية) بدلالة الآخر (اسلوب التعلم الثلاثي البعد).

#### 3-2 أدوات البحث :

استعان الباحث بالأدوات البحثية الآتية :

#### 3-2-1 مجتمع البحث وعيناته :

تمثل مجتمع البحث الحالي بطلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى والبالغ عددهم (55) طالب، سحب من ذلك المجتمع عينة عدد افرادها (6) طلاب يمثلون عينة التجربة الاستطلاعية، كما اختبر منه عينة مقدارها (20) طالب يمثلون عينة تقنين مقياس التعلم الثلاثي البعد، فضلا عن عينة بناء الانموذج وعددهم (10) طلاب وقد سحبت العينات بالطريقة العشوائية. والجدول (1) يبين عدد الطلاب والشعب التي ينتمون اليها.

#### جدول (1)

عدد الطلبة حسب الشعب التي ينتمون اليها وعدد العينات بحسب الغاية منها

عينات البحث			العدد الكلي	العدد	الشعبة	الصفة
بناء الانموذج	التقنين	التجربة الاستطلاعية				
10	20	6	55	18	ب	طلاب
				15	ج	
				22	د	

#### 3-2-2 وسائل جمع البيانات :

أستعمل الباحث مقياس اسلوب التعلم الثلاثي البعد كوسيلة اساسية لجمع البيانات، قام ببناء هذا المقياس الباحث (أحمد محمد حسين شُبْر، 2014)<sup>(33)</sup> يتألف المقياس من (30) فقرة كل فقرة تمثل موقف من مواقف التعلم.

تمت صياغة الفقرات على شكل مواقف تعليمية مشابهة للمواقف الموجودة في قائمة أساليب التعلم لـ (انتوستل) وكل موقف يحتوي على ثلاث أساليب للتعلم للتعامل مع هذه المواقف، يتكون المقياس من ثلاث ابعاد هي : ( بعد التعلم السطحي، وبعد التعلم العميق، وبعد التعلم الاستراتيجي) وتم التعامل مع هذه الابعاد الثلاثة كل على حده ، وبذلك يحصل الطالب عند استجابته على المقياس على ثلاث درجات كل درجة تشير إلى أسلوب من الأساليب الثلاثة، علماً أن أعلى درجة لكل بعد (مقياس) هي ( 30 ) وأقل درجة هي ( صفر ) بمتوسط فرضي (15) درجة.

### 3-3 إجراءات البحث الميدانية :

#### 3-3-1 إجراءات تقنين المقياس:

#### 3-3-1-1 وضع تعليمات المقياس :

أن لوضع تعليمات الاختبار أهمية لا يستهان بها في إنجاح عملية إجراء الاختبار، فقد أثبتت الدراسات أهمية الدور الذي تلعبه هذه التعليمات في تفسير نتائج الاختبارات أو التأثير فيها، والذي يصعب معه إجراء عملية المقارنة بين نتائج الاختبار الواحد في المواقف المختلفة. وتكتب التعليمات في صفحة مستقلة من صفحات الاختبار، وإذا دعت الحاجة فعلى القائم بالاختبار أن يقرأها دون تعديل أو تغير فيها ولجميع المختبرين .

#### 3-3-1-2 تنفيذ شروط إجراء الاختبار :

لكي يحصل الباحث على استجابة صادقة، كان عليه أن يخطط لتطبيق الاختبار، بحيث تتهيأ للمختبرين ظروفاً مناسبة للاستجابة وفي نفس الوقت، تضبط العوامل التي يمكن أن تتدخل في سلامة الإجراء، ومن أهم هذه العوامل هي<sup>(34)</sup> :

➤ ظروف إجراء الاختبار أو المقياس

➤ تقنين الموقف الاختباري

➤ وضوح التعليمات

وقد حاول الباحث ضبط العوامل المذكورة أعلاه لضمان سلامة الإجراء قدر الإمكان والحرص على جعل التعليمات واضحة المعنى لتبسيط عملية أداء الاختبار وتحقيق الهدف المرجو منه.

33- أحمد محمد حسين شُبْر؛ أسلوب التعلم ثلاثي البعد وعلاقته بالتفكيرين العقلاني واللاعقلاني لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي؛ (اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية للعلوم الإنسانية، 2014)

34- صباح حسين العجيلي (وآخرون) ؛ ميدئ القياس والتقويم التربوي : (بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ ، 2001) ، ص66

### 3-1-3-3 التجربة الاستطلاعية:

في كل اختبار يسعى الباحث إلى التأكد من ملائمة الاختبار للعينة وذلك عن طريق إجراء تجربة استطلاعية، والتي هي عبارة عن تجربة أولية يقوم بها الباحث لغرض الوقوف على السلبيات والإيجابيات التي قد تصاحبه عند إجراء التجربة الأساسية، أو قد لا تكون فقرات الاختبار وتفصيله الأخرى واضحة للمختبرين مثلما هي واضحة للباحث . . . وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية الآتي:

1. التعرف على الصعوبات التي تواجه الباحث عند تطبيق الاختبار.
2. التعرف على حجم الصعوبة التي يواجهها المختبر في فهم تعليمات الاختبار من ناحية الصياغة والمضمون، وفي الإجابة عن الفقرات من ناحية سهولتها أو صعوبتها لغرض إعادة الصياغة .
3. الوقت الذي يستغرقه كل من إعطاء التعليمات وإجراء الاختبار ويتم حساب الأخير عن طريق استخراج متوسط الزمن الناتج من قسمة مجموع الزمنيين المستغرقين من قبل المختبرين الأول والأخير على ( 2 ) .  
لقد جاءت نتائج التجربة مشجعة على نحو كبير بسبب حماس الطلاب في انجاز ما طلب منهم.

### 3-1-3-4 حساب الأسس العلمية للاختبار:

يعد توافر الأسس العلمية في الاختبار قاعدة أساسية تسهم في تحديد مدى صلاحية الاختبار للتطبيق، فهي من المؤشرات العلمية المهمة في الاختبار التي ينبغي الوصول من خلالها إلى الاختبار الجيد، وعليه فعملية تقنين الاختبارات تتطلب شروطا معينة تؤدي دورا رئيسا في تأكيد سلامة ذلك التقنين وعلميته ، ويعد صدق أداة الاختبار وثباتها من أهم تلك الشروط وفيما يأتي توضيح لها:  
أولا- صدق نتائج المقياس:

وهو من المؤشرات والمفاهيم الأساسية المهمة في تقويم أدوات القياس ويعرف الصدق على انه "الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع من أجله"<sup>(35)</sup> وللصدق أنواع عديدة أعتمد الباحث منها طريقة (لوش)<sup>(36)</sup> لحساب صدق المحكمين، من خلال عرض المقياس على مجموعة من المختصين في طرائق التدريس والتقويم والقياس، وعددهم (9) - الملحق (1) - لغرض معرفة آرائهم حول مدى صلاحيته في قياس (التعلم الثلاثي البعد) لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، فقد حصل المقياس بأساليبه الثلاثة على اتفاق الخبراء وبنسب (100%) حيث بلغت جميع درجات الصدق (1,000) وهي اكبر من (0,62)<sup>(1)</sup> مما يدل على صدق نتائج المقياس. ينظر جدول (2) .

#### جدول (2)

#### نتائج صدق المقياس

ت	الاسلوب	التكرارات	قيمة الصدق
1	السطحي	9	1,000

<sup>35</sup>- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000) ، ص255.

<sup>36</sup>- مصطفى محمود حسن حافظ ؛ تنمية بعض الأداءات الخطئية الدفاعية وتأثيرها على الأداء الدفاعي لناشئ كرة السلة : (اطروحة دكتوراه ، جامعة الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2013) ، ص56

2	العميق	9	1,000
3	الاستراتيجي	9	1,000

ثانياً - الثبات :

اعتمد الباحث بيانات أفراد عينة التقنين البالغة (20) طالبا، للتأكد من ثبات المقياس، وقد استعمل لذلك معامل (الفا) حيث جاءت قيمة هذا المعامل لكل اسلوب (السطحي، العميق، الاستراتيجي) بمقدار (0,77، 0,79، 0,81) على التوالي، وحيث ان معامل الثبات هو في الحقيقة معامل ارتباط المقياس مع نفسه<sup>(37)</sup> فان معاملات الثبات تعد مرتفعة، لان مربعات تلك القيم والتي تساوي على التوالي (0,59، 0,62، 0,66) تقع ضمن حدود المؤشر (0,50 - 0,75) فمعامل الارتباط يعد مرتفعا والعلاقة قوية اذا كانت قيمته ضمن هذا المؤشر<sup>(38)</sup>.

### 3-5 التجربة الرئيسية :

بعد استخراج نتائج التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية المقياس للتطبيق، باشر الباحث بتطبيق المقياس، على ما تبقى من مجتمع البحث (التجربة الرئيسية).

### 3-6 الوسائل الإحصائية :

استعان الباحث بالحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات وإظهار النتائج ، وفيما يأتي عرض للوسائل الإحصائية المستعملة:

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- اختبار (كلمنجراف - سميرنوف)
- 4- معامل الفا (كرونباخ)
- 5- الانحدار الخطي البسيط

### 4- النتائج ، عرضها ، تحليلها :

4-1 التوصيف الإحصائي لتوزيعات متغيرات البحث (اسلوب التعلم الثلاثي، الكفاية التدريسية) لعينة بناء الانموذج:

#### جدول (3)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري وقيمة اختبار (كولموجورف سميرنوف) لعينة بناء الانموذج في المتغيرات المبحوثة

اختبار (k-s)		ع س-	ع	س-	المتغيرات	
مستوى المعنوية	المحسوبة					
0,729	0,689	0,995	3,333	9,000	السطحي	التعلم
0,879	0,589	0,581	1,838	11,400	العميق	الثلاثي
0,930	0,542	0,702	2,221	10,600	الاستراتيجي	البعد
1,000	0,357	5,821	18,409	65,000	الكفاية التدريسية	

<sup>37</sup> - احسان عليوي ناصر الدليمي ؛ اثر اختلاف تدرجات بدائل الاجابية في الخصائص السيكومترية لمقاييس الشخصية وتبعاً للمراحل الدراسية : (اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية - ابن رشد - 1997) ، ص 81

<sup>38</sup> - محمد جاسم الياسري ؛ مبادئ الاحصاء التربوي ، ط 1 : (النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010) ، ص 213

الجدول (3) يبين أن هناك تباين في الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير اسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق، الاستراتيجي) حيث جاءت الاوساط الحسابية على التوالي (9,000، 11,400، 10,600) ، وانحرافات معيارية مقدارها على التوالي (3,333، 1,838، 2,221) أما الوسط الحسابي لمتغير (الكفاية التدريسية)<sup>(\*)</sup> فقد جاء بمقدار (65,000) وانحراف معياري مقداره (1,841). ان ما جاء اعلاه يشير الى حقيقة الاختلاف بين استجابات عينة بناء الانموذج عند المتغيرات المبحوثة.. فما تحقق من وسط حسابي وانحراف معياري عند كل اسلوب نجده مختلف التحقق عند الاسلوبين الاخرين.

إن نتائج ذات الجدول تؤشر حسن انتشار درجات عينة بناء الانموذج عند كل من متغيرات البحث، حيث دلت قيم مستوى المعنوية المرافقة للقيم المحسوبة لاختبار (k-s) والتي جاءت جميعها أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0,05) على ان جميع المتغيرات قد حققت المنحنى الاعتنالي. ولم يقف الأمر عند هذا الحد، فقيم الخطأ المعياري الصغيرة (الصفريّة) تؤكد حسن اختيارها وصحتها في تمثيل المجتمع المدروس طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة المثنى (الطلبة المطبقين).

4-2 بناء انموذج التنبؤ بالكفاية التدريسية بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد :

4-2-1 أيجاد علاقة الارتباط بين الكفاية التدريسية واسلوب التعلم الثلاثي البعد لدى أفراد عينة بناء الانموذج:

ان الابقاء بهذا الموضوع يستلزم تقويم الحالة العملية والتطبيقية لأفراد مجتمع البحث (الطلاب المطبقين) وهم يؤدون الترجمة الفعلية والحقيقية لما اكتسبوه من معلومات معرفية خلال ادارتهم لدرس التربية الرياضية في المدارس المعنية بعملية (التطبيق المنهجي)... وللكشف عن الكفاية التدريسية لجميع الطلاب المشمولين بالبحث، كان ولا بد من تصوير ادائهم خلال ادارتهم للدرس المنهجي... وهذه العملية صعبة المنال لا يمكن تحقيقها ببساطة اذ تستلزم إمكانيات باهظة الثمن وتستنزف وقتاً طويلاً.

ولتجاوز هذه المعضلة اقتضرت عملية التصوير على عينة مقدارها (10) طلاب اخذت بشكل عشوائي من مجتمع البحث، وقد تم عرض ادائهم على مجموعة من الخبراء في طرائق التدريس<sup>(\*)</sup> اذ اعطيت لهم الدرجات المناسبة للتعبير عن كفايتهم التدريسية<sup>(\*\*)</sup>.

ولتحقيق عملية استخراج العلاقة ما بين درجات الكفاية التدريسية للطلاب المطبقين (مشروع المدرس) ودرجاتهم عند كل اسلوب من اساليب التعلم الثلاثي البعد، تم استعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون) اذ جاءت النتائج كما في الجدول (4).

\* درجات استمارة التقويم  
\* الخبراء الذين قوموا اداء الطلاب المطبقين للتعبير عن كفايتهم التدريسية:  
أ.د. محمود داود الربيعي كلية المستقبل  
أ.م.د. فاضل عبد فيضي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل  
أ.م.د. خليل حميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

\*\* لغرض تأشير درجات الكفاية التدريسية، اعتمد الباحث استمارة تقويم الطلاب المطبقين المعتمدة في كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة المثنى (ينظر ملحق - 2)

جدول (4)

قيم معامل الارتباط بين الكفاية التدريسية واساليب التعلم الثلاثي البعد لدى أفراد عينة الانموذج

الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط		طبيعة الارتباط	المتغيرات	
	مستوى المعنوية	المحسوبة		السطحي	العميق
غير معنوي	0,496	0,245	بسيط	السطحي	الكفاية التدريسية
غير معنوي	0,857	0,066	بسيط	العميق	
معنوي	0,049	0,634	بسيط	الاستراتيجي	

عند استعراض نتائج الجدول أعلاه، نجد أن قيم معامل الارتباط بين متغيرات البحث (الكفاية التدريسية) واساليب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق) قد بلغت على التوالي (0,254، 0,066) وإن قيمتا مستوى المعنوية المرافقة لهما جاءتتا على التوالي (0,248، 0,428) وهما أكبر من قيمة مستوى المعنوية الدلالة (0,05). أما بالنسبة لاسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) فجاءت قيمة معامل ارتباطه بالكفاية التدريسية بمقدار (0,634) وإن قيمة مستوى المعنوية المرافقة لها والتي جاءت بمقدار (0,025) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة (0,05).

إن ما جاء آنفا يؤكد معنوية الارتباط وحقيقته بين الكفاية التدريسية واسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) وعدم حقيقته بين الكفاية التدريسية واسلوبي التعلم الثلاثي (السطحي، العميق) لعينة بناء الانموذج.

وبهذا قد تحقق الهدف الثالث للبحث، وتحقق معه الفرض الاول فيما يخص علاقة ارتباط اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) بالكفاية التدريسية، فيما لم يتحقق نفس الفرض (الاول) فيما يخص علاقة ارتباط اسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي، العميق) بالكفاية التدريسية.

عموماً إن نموذج الانحدار الخطي البسيط يجب إن يحقق فرضية وجود علاقة خطية بين المتغير المستقل (اسلوب التعلم الثلاثي البعد) والمتغير التابع (الكفاية التدريسية) وهذا الشرط لم يتحقق بالنسبة لاسلوبي (السطحي، العميق) وعليه سيتم استبعادهما من الأنموذج، فيما سيتم الإبقاء على متغير (الاستراتيجي) لتحقيق ذلك الشرط.

وحيث انه لا يمكن الاعتماد على معاملات الارتباط والركون اليها عند بناء الانموذج التنبؤي، عليه سيلجأ الباحث الى استخراج مؤشرات أنموذج معادلة الانحدار الخطي.

4-2-2 استخراج مؤشرات أنموذج معادلة الانحدار الخطي:

جدول (5)

مؤشرات جودة أنموذج معادلة الانحدار الخطي

الدلالة الإحصائية	قيمة (f)		نسبة المساهمة (معامل التفسير)	المتغيرات	
	مستوى المعنوية	المحسوبة		التابع	المستقل

اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي)	الكفاية التدريسية	0,402	5,370	0,048	معنوي
--	-------------------	-------	-------	-------	-------

يظهر من خلال الجدول (5) أن قيمة معامل التفسير (نسبة المساهمة) قد بلغت (0,402) وهذا يعني أن اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) يفسر نسبة مقدارها (40,2 %). وهذا يعني أن التنبؤ بـ (الكفاية التدريسية) لا يعتمد فقط على اسلوب التعلم الثلاثي (الاستراتيجي) بل على عوامل أخرى قد تكون اجتماعية أو اقتصادية أو حياتية أو بيئية . . . الخ. وبهذا قد تحقق الهدف الرابع للبحث ، وتحقق معه الفرض الثاني. كما يشير ذات الجدول إلى إن قيمة مستوى المعنوية المرافقة لقيمة (f) المحسوبة البالغة (5,370) جاءت بمقدار (0,048) وهي أصغر من قيمة مستوى المعنوية (0,05) مما يدل على معنوية أنموذج الانحدار الخطي البسيط، وبالتالي فإن الأنموذج يمثل العلاقة بين المتغيرين قيد البحث (الكفاية التدريسية واسلوب التعلم الثلاثي البعد - الاستراتيجي -) أفضل تمثيل .

3-2-4 استخراج قيم معاملات معادلة الانحدار:

#### جدول (6)

القيم الخاصة بمعاملات معادلة الانحدار ومعنوية معاملات الأنموذج

الدلالة الإحصائية	قيمة (t)		المعاملات	
	مستوى المعنوية	المحسوبة	قيمة المعامل	طبيعة المعامل
معنوي	0.049	2,325	33,500	المقدار الثابت (أ)
معنوي	0.049	2,317	3,500	المقدار الثابت (ب)

الجدول (6) يشير إلى معنوية معامل التقاطع (أ) وكذا معامل الانحدار (ب) حيث أن قيمتي مستوى المعنوية المرافقتين لقيمتي (t) المحسوبتين، جاءتا أصغر من مستوى الدلالة (0,05) مما يدل على معنوية المعاملين (أ ، ب) لأنموذج الانحدار الخطي البسيط. وبذلك أمكن وضع المعادلة التنبؤية (الانموذج) لـ (الكفاية التدريسية) بدلالة (اسلوب التعلم الثلاثي البعد - الاستراتيجي -) باستعمال معادلة الانحدار الخطي البسيط، كما يأتي:

$\text{قيمة الكفاية التدريسية (ص)} = \text{المقدار الثابت (أ)} + \text{المقدار الثابت (ب)} \times \text{قيمة اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) (س)}$ $\text{ص} = 33,500 + 3,500 \times \text{س}$
---

عليه فإن الطلاب (المطابقين) الذي تقدير اسلوب الاستراتيجي لديه (9) مثلاً، يكون تقدير الكفاية التدريسية لديهم هي:

$$9 \times 3,500 + 33,500 = \text{الكفاية التدريسية}$$

$$65 =$$

وبهذا يكون الهدفين الرئيسيين للبحث (الخامس والسادس) قد تحققا من خلال وضع معادلة وبناء انموذج تنبؤي للكفاية التدريسية لدى طلاب المرحلة الرابعة (الطالب المطبق) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المنشى، وتحقق معهما الفرضين (الثالث والرابع).

#### جدول (7)

قيم التنبؤ للكفاية التدريسية

ت	الاستراتيجي	قيمة الكفاية من خلال استمارة التقويم	قيمة الكفاية باستعمال المعادلة
1	10	70	68,5
2	7	60	58
3	12	90	75,5
4	6	80	54,5
5	10	50	68,5
6	6	40	54,5
7	14	90	82,5
8	8	60	61,5
9	14	70	82,5
10	5	40	51
11	9	-	65

3-4 جودة الأنموذج التنبؤي:

1-3-4 التوصيف الاحصائي لنتائج الكفاية التدريسية لعينة بناء الانموذج

#### جدول (8)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري والفرق بين درجة الكفاية التدريسية في الانموذج ودرجة الاستمارة لعينة الانموذج

المتغير	س-	ع	ع س-	ف
الكفاية التدريسية	65,700	11,643	3,682	0,700

يظهر من الجدول (8) ان قيمة الخطأ المعياري لعينة بناء الانموذج - معادلة التنبؤ - في متغير (الكفاية التدريسية)<sup>(\*)</sup> جاءت صغيرة مما يوشر العينة تمثل المجتمع الذي سحبت منه افضل تمثيل. كما يظهر

\* قيمة الكفاية التدريسية حسب معادلة التنبؤ

ذات الجدول ان قيمة الفرق بين متوسط الانموذج ومتوسط استمارة التقويم والتي جاءت بمقدار (0,700) وهي قيمة صغيرة في مقارها.

#### 4-3-2 جودة الانموذج في التنبؤ بالكفاية التدريسية:

للحكم على مدى معنوية الفروق بين متوسط عينة بناء الانموذج - دالة التنبؤ - وبين متوسطها في استمارة التقويم، بمعنى مدى جودة الانموذج للتنبؤ بالكفاية التدريسية، كان لزاما على الباحث الاستدلال حول الوسط الحسابي لعينة الانموذج في متغير الكفاية التدريسية من خلال حساب اختبار (t) لعينة واحدة - الفرق بين متوسط الانموذج ومتوسط استمارة التقويم - حيث يبدو من الجدول (9) ان قيمة اختبار مستوى المعنوية المرافقة لقيمة اختبار (t) جاءت بمقدار (0,548) وهذه القيمة اكبر من قيمة مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطين، وهذا يؤشر الى جودة الانموذج في التنبؤ بالكفاية التدريسية.

#### جدول(9)

قيمة اختبار (t) وقيمة مستوى الدلالة ومستوى المعنوية والدلالة الاحصائية

المتغير	قيمة (t) المحسوبة	مستوى المعنوية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الكفاية التدريسية	0,625	0,548	0,05	غير معنوي

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 1-5 الاستنتاجات :

من خلال النتائج وعلى ضوء الأهداف والمنهج المستعمل وفي حدود عينة البحث ومن واقع البيانات التي تجمعت لدى الباحث وفي إطار المعالجات الإحصائية ، أمكن التوصل للاستنتاجات الآتية :

1. اثبتت النتائج كفاءة الانموذج للتنبؤ بالكفاية التدريسية لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
2. استنباط معادلة تنبؤية يمكن من خلالها التكهّن بالكفاية التدريسية لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي).
3. أن الكفاية التدريسية لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المثنى، ترتبط بعلاقة دالة مع اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) فيما لم يرتبط بعلاقة حقيقية مع الاسلوبين (السطحي والعميق).
4. أن الزيادة في قيمة متغير (الاسلوب الاستراتيجي) يصاحبه زيادة في قيمة متغير (الكفاية التدريسية) لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
5. اسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) تفسر نسبة كبيرة نسبيا من الكفاية التدريسية لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
6. لا يمكن التكهّن بـ (الكفاية التدريسية) بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد (السطحي والعميق).

7. لأسلوب التعلم الثلاثي البعد (الاستراتيجي) الاولوية في تقدير الكفاية التدريسية لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
  8. هناك تباين واختلاف في درجات لطلاب الرحلة الرابعة (الطلاب المطبقين) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، في اسلوب التعلم الثلاثي البعد، حيث حصل الاسلوب (العميق) على اعلى وسط حسابي يليه الاسلوب (الاستراتيجي) ويأتي اخيرا الاسلوب (السطحي).
- 2-5 التوصيات :

على ضوء نتائج البحث، يوصي الباحث بالآتي:

1. تطبيق مقياس (التعلم الثلاثي البعد) على طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق للتعرف على الاسلوب الأكثر استعمالاً لديهم (السطحي، العميق، الاستراتيجي) والتعامل معهم في ضوء ذلك.
2. التقييم الدوري والمستمر للكفاية التدريسية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، لإعدادهم كمشروع للمدرس.
3. وضع البرامج والخطط التطبيقية المؤثرة على الكفاية التدريسية لطلبة كليات التربية الرياضية وعلوم الرياضة.
4. استعمال كل الأساليب والوسائل المتاحة، التي تضمن تعديل وتحسين الكفاية التدريسية واسلوب التعلم لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
5. الاعتماد على المعادلات التنبؤية (الانموذج) التي أسفرت عنها هذه الدراسة، والدراسات الأخرى، عند اختيار المتقدمين للقبول في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
6. دراسة العلاقة بين الكفاية التدريسية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ومتغيرات أخرى (نفسية، معرفية، . . . الخ) ، واستنباط معادلات تنبؤية، للتكهن بها من خلال تلك المتغيرات.
7. يقترح الباحث إجراء دراسات مشابهة على عينات من طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق، للتعرف على الكفاية التدريسية، واستنباط المعادلات التنبؤية للتكهن بها بدلالة اسلوب التعلم الثلاثي البعد وبدلالة متغيرات أخرى.

#### المصادر:

- ✓ احسان عليوي ناصر الدليمي ؛ اثر اختلاف تدرجات بدائل الاجابة في الخصائص السيكومترية لمقاييس الشخصية وتبعاً للمراحل الدراسية : (اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية - ابن رشد - 1997)
- ✓ أحمد محمد حسين شُبْر؛ أسلوب التعلم ثلاثي البعد وعلاقته بالتفكيرين العقلاني واللاعقلاني لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي؛ (اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية للعلوم الإنسانية، 2014)
- ✓ حسن علي حسين ؛ القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم بأعمار (10-12) سنة : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2007)
- ✓ صباح حسين العجيلي (وآخرون) ؛ مبدئ القياس والتقويم التربوي : (بغداد ، مكتب احمد الدباغ

للطباعة والاستنساخ ، 2001)

- ✓ عماد داود سلومي ؛ النمط الجسمي كدالة للتنبؤ ببعض الخصائص النفسية لناشئ كرة القدم بأعمار (16 ، 17) سنة في أفضية محافظة بابل : (مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، العدد الأول ، 2010)
- ✓ محمد جاسم الياسري ؛ مبادئ الاحصاء التربوي ، ط1 : (النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010)
- ✓ محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000)
- ✓ محمد مصطفى زيدان؛ الكفايات الانتاجية للمدارس، ط1 : (بغداد، دار الشروق للتوزيع والطباعة، 1981)
- ✓ مصطفى محمود حسن حافظ ؛ تنمية بعض الأداءات الخططية الدفاعية وتأثيرها على الأداء الدفاعي لناشئ كرة السلة : (اطروحة دكتوراه ، جامعة الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2013)
- ✓ واثق موسى التكريتي؛ الانموذج ودوره في البناء النفسي للفرد والمجتمع: (المجلة العراقية للعلوم التربوية والنفسية وعلم الاجتماع، المجلد الاول، العدد الاول، 2001)

#### ملحق (1)

الخبراء الذين أشرو صلاحية مقياس التعلم الثلاثي البعد

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	مكان العمل	الاختصاص
1	استاذ	محمود داود الربيعي	كلية المستقبل	طرائق تدريس
2	استاذ	محمد جاسم الياسري	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بابل	تقويم وقياس
3	استاذ	زهرة شهاب احمد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد	تقويم وقياس
4	استاذ	مي علي عزيز	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة القادسية	تقويم وقياس
5	استاذ مساعد	محمد ياسر العوادي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوفة	طرائق تدريس
6	استاذ مساعد	فاضل عبد فيضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة المثنى	طرائق تدريس
7	استاذ مساعد	سناء عبد الامير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة واسط	تقويم وقياس
8	استاذ مساعد	حسن علي حسين	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء	تقويم وقياس
9	استاذ مساعد	خليل حميد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء	طرائق تدريس

	جامعة كربلاء			
--	--------------	--	--	--

ملحق (2)

استمارة تقويم الطالب المطبق (مشروع المدرس)



استمارة تقويم الطالب المطبق

( خاصة بالمشرف )

الصف والشعبة:  
المدرسة :

اسم الطالب :  
تاريخ الزيارة :

الدرجة ( ٥ )	شخصية الطالب المطبق	تاليف
	تنسيق محتوى الدرس وترايطه	١
	وضوح اهداف الدرس	٢
	استعماله للوسائل التعليمية وحسن استخدامها	٣
	دور التقويم بتحقيق اهداف الدرس	٤
	اعداد ادوات واجهزة والملاعب وحسن استخدامه	٥
الدرجة ( ٥ )	شخصية الطالب المطبق	تاليف
	التزامه في ما ورد في خطة الدرس ( التحضير )	٦
	طريقة الابعازات ومدى الاستفادة منها	٧
	طريقة عرض المادة	٨
	ضبط الصف	٩
	مراعاة سلامة الطلبة	١٠
	التفاعل وتحفيز الطلبة	١١
	اكتشاف الاخطاء وتصحيحها	١٢
	التركيز في تعليم مهارات الدرس	١٣
	الاستفادة من الوقت المخصص للدرس	١٤
	مراعاة الفروق الفردية للدرس	١٥
الدرجة ( ٥ )	شخصية الطالب المطبق	تاليف
	المظهر العام	١٦
	حسن التصرف والابتكار	١٧
	علاقاته وتعاونه مع الآخرين	١٨
	مدى تقبله للتوجيهات وتنفيذها	١٩
	الالتزام وتحمل المسؤولية والمواظبة	٢٠
	المجموع	

اسم المشرفه::

التوقيع ::

اسم مدير المدرسة :

الحتم والتوقيع :

مقياس اسلوب التعلم الثلاثي البعد، الذي عرض على مجتمع البحث

عزيزي الطالب ... عزيزتي الطالبة

تحية طيبة وبعد ...

يضع الباحث بين أيديكم مجموعة من المواقف (الفقرات) التي تعكس بعض الآراء والأساليب التي يهدف من خلال إجابتكم عنها الوقوف على مواقفكم الحقيقية بشأنها، لما لذلك من أهمية كبيرة للبحث العلمي خاصة ولتطوير المجتمع عامة ، كونكم تمثلون شريحة اجتماعية مهمة ومستوى متقدم من الوعي والمعرفة.

ونظراً لما نعهده فيكم من موضوعية وصراحة في التعبير عن آرائكم لذا يأمل الباحث تعاونكم معه في الإجابة على جميع الفقرات بما يعكس آرائكم الحقيقية تجاهها. علماً أن إجابتكم لن يطلع عليها سوى الباحث ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

ملاحظات:

1. ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة.

2. لا تترك أي فقرة بدون إجابة.

ضع إشارة ( ✓ ) أمام أحد البدائل ( أ - ب - ج ) لكل موقف من مواقف المقياس ولا يجوز اختيار أكثر من بديل.

ت	الفقرات	رمز الاختيار
1	عندما أقرأ كتاباً أو مقرراً دراسياً فإنني أحاول :	
	أ. أن استخلص وأحدد بدقة ما المقصود بما هو مكتوب	( أ )
	ب. دراسة ما يمكن دراسته وحفظه	( ب )
	ج. التنبؤ بأسئلة الامتحان اعتماداً على نماذج أسئلة سابقة	( ج )
2	إذا طلب مني الإجابة عن سؤال في الامتحان فأول شيء أقوم به هو	
	أ. أفهم السؤال واهتم بما هو مطلوب وأبدأ الإجابة	( أ )
	ب. حساب الوقت اللازم للإجابة	( ب )
	ج. أبدأ بالإجابة فوراً	( ج )
3	إذا طلب مني كتابة تقرير حول المادة التي أدرسها وصلتها بالواقع فأول ما أقوم به .	
	أ. أتصور الشكل النهائي للتقرير واختبار أسلوب الكتابة (قصصي-سردي- علمي )	( أ )
	ب. أفكر في النقاط التي يجب الكتابة حولها وأقوم بتحليلها	( ب )
	ج. اكتب التقرير دون التخطيط لشيء	( ج )
4	عندما أدرس موضوعاً جديداً أحاول أن :	
	أ. أفكر بعقلي كيف تترابط جميع الأفكار مع بعضها البعض	( أ )
	ب. أخذ فكرة عامة عن الدرس فقط	( ب )
	ج. أركز على حفظ المعلومات من أجل التقويم	( ج )
5	إذا أردت حفظ موضوع في مادة مؤلفة من (30) سطراً فإنني:	

( أ )	أ. أقوم بتنظيم الوقت والجهد لحفظ المادة	
( ب )	ب. أحفظ الموضوع بتكراره وفهمه دون الاهتمام بالوقت اللازم	
( ج )	ج. لا أهتم بالوقت اللازم لتنفيذ أي مهمة	
6	عندما تصادفني أفكاراً جديدة أثناء المذاكرة فإنني :	
( أ )	أ. ليس في ذهني طريقة محددة لدراسة هذه الأفكار	
( ب )	ب. أقوم بدراسة هذه الأفكار بصورة منظمة	
( ج )	ج. أربط الأفكار الجديدة بأفكار الموضوعات أو المقررات الأخرى التي درستها	
7	لإنجاز واجباتي المدرسية بشكل حسن فإنني أقوم بـ:	
( أ )	أ. التفكير في عدة طرق للقراءة لاختيار الأفضل منها	
( ب )	دائماً أضع طريقة واحدة لأقرأ بها	
( ج )	ب. استخدم الطريقة التي تثير لدي الدافعية والتفاعل النشط	
8	عندما يكون لدي واجب فإنني أقوم بما يأتي:	
( أ )	أ. تنفيذ الواجب مباشرة	
( ب )	ب. التفكير بكل ما احتاجه لتنفيذ الواجب	
( ج )	ج. استخدم التنظيم في تنفيذ الواجب	
9	إذا بدأت العمل في مهمة ما (قراءة- تلخيص- حل مسألة) فإنني :	
( أ )	أ. استخدم الأسلوب الأسهل في إنجاز المهمة	
( ب )	ب. أبحث عن الأدلة والبراهين فيما أقوم به	
( ج )	ج. أحاول الوصول إلى خلاصة من خلال الوعي بمتطلبات المهمة	
10	لو طلب مني كتابة موضوع إنشائي حول موضوع معين فإنني أقوم بـ :	
( أ )	أ. وضع مقدمة للموضوع وخاتمة وأقوم بربط بعضها ببعض الآخر	
( ب )	ب. أحدد الأشخاص والمصادر الذين يمكن أن يساعدوني على إنجاز المهمة	
( ج )	ج. أقوم بكتابة الموضوع فوراً	
11	من الأمور التي أخطط لها أثناء القراءة للامتحان	
( أ )	أ. دراسة ما يمكنني دراسته فقط	
( ب )	ب. الفهم والتركيز على مادة الامتحان	
( ج )	ج. أقدر الوقت المتوفر ثم أوزع مادة الامتحان عليه	
12	إن أردت تنفيذ أي عمل يدور في ذهني فينبغي أن :	
( أ )	أ. تكون لدي القدرة على القيام بالعمل بالشكل المطلوب من خلال تنظيم الأفكار	
( ب )	ب. أنجز العمل وأكمله دون الاهتمام بمعرفة طريقة التفكير	
( ج )	ج. أتوقع المشكلات والصعوبات التي تواجهني أثناء القيام بالمهمة	
13	عندما يعرض المدرس موضوعاً جديداً فإنني:	
( أ )	أ. أهتم بالأفكار الجديدة مع البحث عن الأدلة والبراهين التي تؤكدتها	
( ب )	ب. أضع الملاحظات حول النقاط الغامضة لكي أراجعها	

ت	الفقرات	رمز الاختيار
	ج. لا أعطي أهمية لكتابة الملاحظات	( ج )
14	حينما أقوم بحل مسألة معينة أو سؤال فأني :	
	أ. استخدم القوانين والأدلة التي توصلني للحل	( أ )
	ب. اعتمد استراتيجية معينة للحل	( ب )
	ج. أسأل نفسي بشكل متكرر عن مستوى أدنى للحل	( ج )
15	إذا لاحظت أنني تراجع بالذاكرة وأردت الحفاظ على تقدمي فيها فأني :	
	أ. أغير أسلوب وطريقي في المذاكرة	( أ )
	ب. استعين بشخص ليساعدني على المذاكرة	( ب )
	ج. تحديد هدفي وأبدأ المذاكرة بطريقة منظمة	( ج )
16	حينما يطرح أمامي مفهوماً جديداً كمفهوم (الحرية) فأني :	
	أ. أتعامل مع المفاهيم الجديدة كأني لا أعرف شيء عنها	( أ )
	ب. أضع تصورات للمفهوم الجديد واربطها بالواقع	( ب )
	ج. أعتد على دراسة المفهوم دراسة منظمة	( ج )
17	عندما أريد أن أبدأ بالدراسة فأني أقوم :	
	أ. بدراسة ما استطيت دراسته	( أ )
	ب. اعمل بجد واجتهاد أثناء المذاكرة وأحاول أن أركز ذهني واسترجع ما أقرؤه	( ب )
	ج. التأكد من توافر الشروط الملائمة للدراسة	( ج )
18	أثناء إجابتي على سؤال ما في الامتحان فأني دائماً:	
	أ. أتوقف وأراجع ما توصلت إليه لأتأكد من مساري الصحيح	( أ )
	ب. أكتب الإجابة كاملة ولا أراجعها أبداً	( ب )
	ج. اتبع إستراتيجية محدودة تجعلني أتأكد من إجابتي	( ج )
19	للوصول للإجابة الكاملة عن كل سؤال خلال الامتحان فأني :	
	أ. أنظم أفكاري للإجابة على الأسئلة كافة	( أ )
	ب. أقرأ بين ما هو مطلوب وما حققته في إجابتي	( ب )
	ج. أحاول الانتهاء من الإجابة بأسرع وقت	( ج )
20	لأتمكن من كتابة مقال واضح عن (الديمقراطية) مثلاً ينبغي أن :	
	أ. أراجع مجموعة من المقالات واضع خطة وأكتب المقال	( أ )
	ب. أسأل نفسي عن كافة البدائل التي تساعد على تحقيق الهدف	( ب )
	ج. أبحث عن مقال بهذا الخصوص لأكتب مثله	( ج )
21	حينما أريد حل مشكلة تواجهني مثل (اختيار نمط الدراسة) فأني :	
	أ. أرى حلها صعباً	( أ )
	ب. ابحث عن خطوط واضحة لحلها	( ب )
	ج. أدرس المشكلة دراسة منظمة	( ج )

22	عند قيامي بأي عمل فإني :
( أ )	أ. أقلد الآخرين في إنجازهم لمثل هذا العمل
( ب )	ب. استخدم قدراتي على فهم ماذا أفعل وكيف
( ج )	ج. أحدد الخطوات التي يجب إتباعها للقيام بالعمل على أحسن وجه
23	حينما يقوم المدرس بشرح نقطة محددة في الدرس مثل (شرح قانون الجاذبية)أو(ظاهرة نسيم البر والبحر) فإنه:
( أ )	أ. أفكاري تثار لمعرفة المقصود من هذا الموضوع
( ب )	ب. لا يمكنني تقدير مدى فهمي للموضوع
( ج )	ج. استخدم الأفكار السابقة التي لها علاقة بهذا الموضوع
24	أثناء قيامي بنشاط ما أثناء حصة دراسية (حل أسئلة - رسم خريطة) فإني أعمل دائماً على :
( أ )	أ. مقارنة ما حصلت عليه من معلومات مع الهدف من النشاط
( ب )	ب. القيام بالنشاط لأنني ملزم به
( ج )	ج. إجراء أكثر من نشاط وفي وقت معين
25	حينما أشعر بأني أخطأت في الإجابة عن السؤال الذي طرحه المدرس فإني أقوم بما يأتي:
( أ )	أ. لا أستطيع في الغالب أن أرى الإجابة في صورتها النهائية
( ب )	ب. تكرر وترديد المعلومات التي تساعدني على الإجابة الصحيحة
( ج )	ج. أحاول تذكر الحقائق والتفاصيل ذات العلاقة بالسؤال.
26	عند الحصول على معلومات جديدة فإني :
( أ )	أ. اعتمد على زميلي في كتابة ملخص الدرس
( ب )	ب. أخص ما تعلمته بعد الانتهاء من الدرس
( ج )	ج. أبذل جهداً من أجل تذكر المعلومات وأسجلها
27	إذا طلب مني تأدية امتحان في مادة دراسية بعد مدة قصيرة فإني أقوم :
( أ )	أ. أراجع المادة الدراسية بصورة عامة
( ب )	ب. بوضع خطة للمذاكرة بشكل جيد
( ج )	ج. بالتنبؤ بأسئلة الاختبار وأركز عليها
28	خلال مذاكرتي لأي مادة ادرسها فإني دائماً أقوم بـ :
( أ )	أ. ربط الأفكار الموجودة في المادة الدراسية
( ب )	ب. حفظ المادة بشكل عادي
( ج )	ج. أقارن ما أدرسه بمواقف الحياة الواقعية
29	إذا قرأت كتاباً جديداً فإني :
( أ )	أ. اكتفي بمعرفة الأفكار العامة الموجودة في الكتاب
( ب )	ب. اهتم بالأفكار الجديدة وتفصيلها
( ج )	ج. أقوم بدراسة الكتاب بصورة منظمة

	أفضل أن تركز أسئلة الاختبارات أو الامتحانات المدرسية على الأسئلة التي :	30
( أ )	أ. تحتاج إلى بذل الجهد في الاستذكار	
( ب )	ب. تحتاج إلى الانتباه والفهم الدقيق	
( ج )	ج. التي تكون تعليماتها واضحة	

## برنامج ارشادي لتعزيز اتجاهات الطلبة نحو اختصاصهم في التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلاقته بمستوى الانجاز الدراسي (النظري والعملي)

م.د حيدر مهدي سلمان

جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

ان من اهم اهداف هذا البحث والمعنون بـ(برنامج ارشادي لتعزيز اتجاهات الطلبة نحو اختصاصهم في التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلاقته بمستوى الانجاز الدراسي (النظري والعملي))، هو التعرف على اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية نحو اختصاصهم الدراسي، واعداد برنامج ارشادي لتعزيز اتجاهاتهم نحو اختصاصهم، ومعرفة العلاقة ودلائلها بين اتجاهات الطلبة وإنجازهم الدراسي، لحل مشكلة البحث المتمثلة بضعف الاتجاه نحو الاختصاص اذ ان وهناك عدد كبير من الطلبة يذهبون الى دراسة اختصاص معين او التقديم لكليات التربية البدنية (اذا كانوا يتمتعون بمستوى جيد من اللياقة البدنية) تحت تأثير المعدل في الدراسة الاعدادية او قرب الجامعة لمحل سكنهم او لأي ظرف اخر ولحل المشكلة افترض الباحث ان للبرنامج الارشادي المعد اثر ايجابي في تعزيز الاتجاه النفسي لدى العينة نحو اختصاصهم الدراسي، وافترض وجود علاقته ذات دلالة احصائية بين اتجاههم النفسي وإنجازهم الدراسي، وتكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية المرحلة الثانية للعام الدراسي 2015 - 2016 ، والبالغ عددهم (189) طالبا، وعينة البحث (100) طالبا (50) طالب للعينة التجريبية وهم الطلبة الذين يقل لديهم مستوى الاتجاه النفسي نحو اختصاصهم بحسب نتائج المقياس الموزع على جميع افراد المجتمع، و(50) طالب للعينة الضابطة ممن لديهم اتجاه نفسي اعلى معنويا من الوسط المعياري لمقياس الاتجاه نحو اختصاصهم، وقد تم تطبيق مقياس الاتجاه النفسي نحو الاختصاص قبيل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج مباشرة .

ولغرض تحقيق أهداف البحث فقد قام الباحث بتقنين مقياس الاتجاه النفسي الذي قام ببنائه (ابراهيم اسماعيل حسين الحمداني،2005) ليتلاءم مع العينة الحالية من خلال استخراج معاملات الصدق والثبات للمقياس، ثم قام الباحث بإعداد البرنامج الإرشادي والذي يتكون من (12) جلسة إرشادية متبنا النظرية السلوكية في الإرشاد وبيواقع جلستين في كل أسبوع، هذا وقد تم التحقق من صدق البرنامج الإرشادي بعرضه على عدد من الخبراء المختصين، ومن خل كل ما تقدم توصل الى النتائج واهمها ان للبرنامج الارشادي المعد دور كبير في تعزيز اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم الدراسي، وان هناك علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة معنوية بين اتجاهات العينة نحو اختصاصهم وإنجازهم الدراسي.

## **Abstract**

### **An instructional program to enhance students' attitudes towards their specialization in physical education and sports sciences and its relation to the level of academic achievement (theoretical and practical)**

**By**

**Hayder Mahdi Salman, PhD**

College of Physical Education and Sports Science  
Al- Qadisiya university

The aim of the current research was to identify the attitudes of the faculty of physical education and sport sciences students' at the university of Qadisiya towards their academic specialization. In addition, preparing an instructional program to enhance their attitudes towards their specialization, and to identify the relationship between students' attitudes and achievement.

One hundred eighty nine students at the faculty of physical education and sport sciences- second grade (2015-2016) at the university of Qadisiya have been chosen as a population, while (100) have been chosen as a main sample divided into two groups (50) each. The researcher devised the psychological attitude scale to match the current research by extracting the validity and reliability. The researcher then prepared the indicative program which consists of (12) units every week.

The research concluded that, the instructional program has a significant role to enhance students' attitudes towards their specialization in physical education and sports sciences. Additionally, there was a positive correlation between the sample's attitudes towards their specialization and their academic achievements achievement (theoretical and practical).

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1- المقدمة وأهمية البحث :

إن عملية التحول التي يعيشها المجتمع الانساني في الفترة الراهنة أسفرت عن تغيرات اجتماعية واقتصادية وثقافية ملحوظة وفي كافة مجالات الحياة وان لهذه التغيرات مردودها المباشر على المراحل العمرية المختلفة ومنها مرحلة الشباب المتمثلة بطلبة الجامعات، اذ يشكل الطلبة جزءاً مهماً من القاعدة الأساسية التي يرتكز عليها بناء المجتمع وتطوره، فالشباب طاقة المجتمع، ويبرز اهتمام الدول بهذه المرحلة العمرية بما أحرزته الدول المتقدمة من تطور تكنولوجي وثورة المعلومات التي أصبحت سمة بارزة لهذا العصر وهذا نتيجة لما توفره المؤسسات الأكاديمية والجامعات ذات الاختصاصات المختلفة من مستلزمات التقدم الحضاري، ولمواكبة هذا التطور علينا العناية بالشباب واستثمار طاقاتهم في منافذ إيجابية بدلاً من إهدارها في سبل شتى غير ذات فائدة، ومن اهم وسائل التوجيه الارشاد النفسي والذي يسعى لمساعدة الفرد في الاستعداد للمستقبل وان يأخذ مكانه في المجتمع الذي يعيش فيه، فهو عملية توجيه الفرد ذاته ببصيرة وكفاية لتحقيق اهدافه في مختلف مجالات الحياة من خلال تطبيق مبادئ ونظريات الإرشاد في تعديل السلوك للمسترشد بهدف تحقيق اقصى اشباع وفق امكاناتهم دون الخروج عن معايير المجتمع. (الرشدي، 2000، 25)

لقد بدأ استخدام الإرشاد التربوي والنفسي يتزايد في حياتنا المعاصرة وفي مجال التعليم على وجه الخصوص لزيادة الانجاز الدراسي والذي يعد ثمرة العملية التربوية الهادفة لرفع مستوى الفرد والمجتمع، ويعد الاهتمام بالمتعلم على وفق الظروف الخاصة به والضرورية لتخصسه من القضايا المحورية التي تتمركز حولها جهود المعنيين بشؤون التعلم والتعليم، وان حصول عملية التعلم بالشكل المطلوب لا تتم من دون حصول التوجه الصحيح لدى المتعلم، فعملية التعلم ذات ابعاد متعددة تهدف إلى استنهاض همة المتعلم ليبدأ كل ما بوسعه في التطور وتحقيق زيادة في الانجاز ويكلا الجانبين العملي والنظري، ولا تأتي هذه الزيادة في الانجاز الى من خلال التوجه الصحيح نحو الهدف وبدافع قوي للإنجاز.

ومن هنا برزت أهمية البحث في الحاجة الى دراسة اتجاهات الطلبة نحو اختصاصهم والتعرف عليه وتعزيزه وتوجيهه بالاتجاه الصحيح عن طريق اعداد منهج علمي للإرشاد النفسي يسعى لمساعدة الطالب في رفع المستوى الدراسي لكلا الجانبين النظري والعملي والذي سيشكل مستقبلهم المهني وكذلك رفع مستواهم الدراسي من خلال محاولتهم الجادة في تحقيق افضل انجاز في الجانب العملي والنظر والذي هو جوهر العملية التربوية واساس الحياة المستقبلية.

### 1-2- مشكلة البحث:

ان هذا الاتساع في مضمون الاتجاه النفسي جعله من المفاهيم المهمة التي يجب دراستها ومراعاتها عند الرغبة في تطوير معظم المهارات العقلية والبدنية والانجاز في مفهومه العام، ويعد الانجاز الدراسي الهدف الرئيسي للعملية التربوية والاساس المتين للمستقبل، وهناك عدد كبير من الطلبة يذهبون الى دراسة اختصاص معين او التقديم لكليات التربية البدنية (اذا كانوا يتمتعون بمستوى جيد من اللياقة البدنية) تحت تأثير المعدل في الدراسة الاعدادية او قرب الجامعة لمحل سكنهم او لأي ظرف اخر، دون ان يكون لهم اتجاه نفسي جيد نحو هذا الاختصاص، وهنا تبرز مشكلة البحث في وجود نسبة من الطلبة يضعف لديهم

الاهتمام بالمحاضرة والغياب المتكرر وعدم الاهتمام بالحصول على درجات عالية وكذلك عدم المشاركة في الفعاليات الجمعة مع باقي الطلبة، وهذا ما نسبته الباحث الى ضعف الاتجاه النفسي لدى هؤلاء الطلبة نحو اختصاصهم، والتساؤل عن مدى ارتباط الاتجاه بمستوى الانجاز الدراسي، اذ ان بمقدار الإنجاز الدراسي للطلاب يقاس مدى نجاح الجامعة في تحقيق اهدافها، ويرتبط رفع مستوى الانجاز الدراسي بمدى استعداد الطالب للسعي في سبيل الاقتراب من النجاح والأداء الجيد وتحقيق الاهداف المرسومة له وعلى وفق معيار الجودة والدقة والاعتزاز بما أنجزه في دراسته. (مجيد، 1990، 28)

### 1-3- أهداف البحث: يهدف البحث الى ما يأتي:-

1. التعرف على اتجاه طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم الدراسي.
2. اعداد برنامج ارشادي لتعزيز اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم.
3. معرفة العلاقة بين اتجاهات الطلبة نحو اختصاصهم، وإنجازهم الدراسي (العملي والنظري).
4. معرفة اثر البرنامج الإرشادي المعد باستخدام أسلوبين (المناقشة والإجماع بالرأي) في تعزيز اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة القادسية نحو اختصاصهم.

### 1-4-فروض البحث: يفترض الباحث ما يلي:-

1. للبرنامج الارشادي المعد اثر ايجابي في تعزيز الاتجاه النفسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم الدراسي.
2. هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية نحو اختصاصهم وإنجازهم الدراسي.

### 1-5- مجالات البحث:

1-5-1- المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية المرحلة الثانية للعام الدراسي 2015 - 2016 .

1-5-2- المجال المكاني: قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية

1-5-3- المجال الزمني: الفترة من 2015/11/1 ولغاية 2016/5/1

### 1-6- تحديد المصطلحات:-

1- الاتجاه: عرفه دايتون ويلم (1968) على أنه نزعة عاطفية مكتسبة للاستجابة بطريقة إيجابية، أو سلبية لمؤثر ما، أو فكرة معينة (Dutton & Blum, 1968: 259).

وفي ضوء التعريف السابق، وضع الباحث تعريف نظري للاتجاه وهو:-

مشاعر وافكار وسلوكيات الفرد للاستجابة الى المثيرات والمواقف التي تواجهه بطرق واساليب مختلفة سلباً او ايجاباً وفقاً لخبرات النجاح والفشل السابقة .

ويعرف الاتجاه إجرائياً في هذا البحث بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته عن مقياس الاتجاه نحو الاختصاص الدراسي الذي تم إعداده لقياس اتجاهات الطلبة نحو اختصاصاتهم الدراسية.

2- الإنجاز الدراسي: عرف أتكينسون وفيذر (1966) الإنجاز الدراسي بأنه استعداد الفرد للسعي في سبيل الاقتراب من النجاح وتحقيق هدف معين وفق معيار للجودة والامتياز وإحساس الفرد بالفخر والاعتزاز عند إتمام ذلك (Atkinson & Feather, 1966: 13).

وفي ضوء ما تقدم، وضع الباحث التعريف النظري التالي للإنجاز الدراسي:-

وهو المستوى النظري والعملي الذي يسعى من خلاله الفرد للوصول الى مكانة عالية وتحقيق اهدافه حسب قدراته والانشطة التي يمارسها وفقا للمعايير والمستويات المعمول بها.

أما التعريف الإجرائي للإنجاز الدراسي في هذا البحث فهو: - مقدار الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال تقييم اساتذة الكلية المكلفين بتدريس المناهج المخصصة .

## 2- الدراسات النظرية :-

2-1- نظرية السلوكية للإرشاد : ان الاتجاه النفسي هو استعداد نفسي او تهيؤ عقلي عصبي متعلم للاستجابة الموجبة او السالبة نحو اشخاص او اشياء او موضوعات او مواقف. (الشاوي، 2016، ص153)، ويرى جورج ريكي Ricky, G أن الإرشاد النفسي هو تلك العملية البناءة التي تستهدف تقديم المساعدة الموجهة للفرد لكي يفهم ذاته ويعد خبراته وينمي امكانياته ويحدد مشكلاته الشخصية والتربوية في ضوء معرفته ورغبته ليحقق اهدافه وتحقيق الصحة النفسية والتوافق على كل المستويات وهذه العملية تتم خلال جلسات إرشادية تشتمل على تفاعل المرشد مع المسترشد. (عفيفي،18،1991)

تسمى هذه النظرية أيضا بنظرية المثير والاستجابة، وتبنى الباحث نظرية الإرشاد السلوكي لأنه يعد بمثابة التطبيق العملي لقوانين التعلم والنظرية السلوكية في ميدان الإرشاد النفسي، وقد أوضح باترسون الإرشاد السلوكي في أربعة بنود على النحو الآتي :

- 1- السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم فهو قابل للتغيير.
- 2- التغييرات المحددة في البيئة المحيطة بالفرد، تكون عاملا مساعدا في تبديل سلوك محدد.
- 3- أسس التعلم الاجتماعي وتأثيرها على المسترشد من خلال التغييرات التي تطرأ على سلوكه خارج نطاق الجلسات الإرشادية.

4- صياغة أساليب إرشادية عديدة لمساعدة المسترشد على حل مشكلاته. (أبو عيطة،155،1997)

ومهمة السلوكيين الرئيسية من وجهة نظرهم هي مساعدة الأفراد على تعلم أساليب سلوكية جديدة أكثر تكيفا، وان المرشد ليس إلا خبيرا في مسائل التعلم، وهذا الاعتقاد ناتج عن الثقة الشديدة في قوانين التعلم التي أثبتت جدارتها من خلال البحث العلمي. (دافيدوف،710،1988)

وتستند هذه النظرية إلى مجموعة من المفاهيم والمسلّمات الأساسية أهمها: (عفيفي،22،1991)

- 1- معظم سلوك الإنسان متعلم.
- 2- الدافعية هي الطاقة المحركة لسلوك الفرد، ولا تعمل بدون دافع.
- 3- التعزيز (التدعيم) هي الإثابة التي من شأنها زيادة تتابع وتكرار حدوث السلوك وتثبيته.
- 4- الانطفاء هو كف السلوك من خلال عدم الممارسة وغالبا ما يكون مع السلوك الذي له اثر محبط.
- 5- العادة : تكرار ممارسة التعلم، ويمثل الرابطة الوثيقة ما بين المثير والاستجابة .
- 6- التعميم : سحب الخبرات من خلال مواقف معينة إلى مواقف تالية مشابهة .
- 7- التعلم، محو التعلم، إعادة التعلم : تغيير السلوك نتيجة الخبرة والممارسة .

فالمرشد السلوكي يركز على تعديل السلوك الحالي وعلاقته بالبيئة، وعليه أن يحدد وبدقة السلوك المطلوب تغييره، وعلى المرشد السلوكي أن يزود المسترشد ببعض المعلومات الشخصية المتعلقة بالعناصر البيئية المحيطة بسلوكه، وصولا إلى إحداث تغيير في إدراكه لذاته فيجعل المسترشد أكثر كفاءة على حل مشكلاته، فيخلق لديه الدافعية لمزيد من التغيير الإيجابي لسلوكه . (الرشيدي،2000، 493)

### 3- إجراءات البحث الميدانية :-

3-1- منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث.

3-2- مجتمع البحث : يتكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية المرحلة الثانية للعام الدراسي 2015 - 2016، والبالغ عددهم (189) طالبا، وبعد تحديد مقياس الاتجاه النفسي وتقنيته ليتلاءم ومجتمع البحث الحالي قام الباحث بتوزيعه على جميع أفراد مجتمع البحث، وبعد جمع الاستمارات واستخراج النتائج تم اختيار (100) طالب ليمثلو عينة البحث، وتم قسمتهم الى (50) طالب للعينة التجريبية وهم الطلبة الذين يقل لديهم مستوى الاتجاه النفسي نحو اختصاصهم بحسب نتائج المقياس وكما في الجدول(1)، و(50) طالب للعينة الضابطة ممن لديهم اتجاه نفسي اعلى معنويا من الوسط المعياري لمقياس الاتجاه نحو اختصاصهم في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الجدول (1) يبين نتائج اختبار (ت)

بين الوسط المعياري والوسط الحسابي لنتائج الاتجاه نحو الاختصاص والمتغيرات المتعلقة به

معنوية النتائج	القيمة ت		س المعياري للمقياس	ع	س	المجموعات
	المحسوبة	مستوى الدلالة				
معنوي	4.21-	0.00	165	6.36	162.32	التجريبية
معنوي	31.26	0.00		12.04	202.66	الضابطة

عند اختبار معنوية الفرق بين الاوساط الحسابية المحتسبة والوسط المعياري للمقياس البالغة قيمته(165)، والنتائج من قسمة مجموع البدائل على 2 مضروب في عدد فقرات المقياس)، وجد أن هناك فرقا ذا دلالة معنوية للعينتين ولكنه لصالح الوسط المعياري للمقياس في المجموعة التجريبية مما يعني ان العينة التجريبية يضعف لديهم الاتجاه نحو تخصصهم وهذا ما دفع الباحث لاختيارهم ليمثلو العينة التجريبية.

3-3- أدوات البحث:

3-3-1- مقياس الاتجاه النفسي : بعد الاطلاع على الجانب النظري والدراسات السابقة في الاتجاه النفسي تبني الباحث المقياس الذي اعده (ابراهيم اسماعيل حسين الحمداني، 2005) لأنه وضع لعينة من نفس المستوى العمري والدراسي، وهو مقياس مكون من (55) فقرة موزعة على (3) مجالات هي (المجال المعرفي، والمجال الوجداني / الانفعالي، والمجال السلوكي/ النزوعي )، وكانت (25) فقرة من فقرات المقياس ذات اتجاه موجب و (25) فقرة من فقراته ذات اتجاه سالب وتوجد أمام كل فقرة من فقرات المقياس خمسة بدائل هي (موافق جداً، موافق، لا رأي لي، غير موافق، غير موافق جداً)، وان مدى درجات المقياس يتراوح ما بين (50-250) درجة.

3-3-2- تقنين مقياس الاتجاه النفسي: لجعل المقياس يتلاءم وعينة البحث الحالية قام الباحث بإجراء معاملات الصدق والثبات وكما يلي :-

3-3-2-1- الصدق: بعد الاطلاع على الجانب النظري والدراسات السابقة في الاتجاه النفسي تبني الباحث المقياس الذي اعده (ابراهيم اسماعيل حسين الحمداني، 2005) لأنه وضع لعينة من نفس المستوى العمري والدراسي، اذ قام الباحث بعرضه على مجموعة من المختصين والخبراء(ملحق 1) لإبداء آراءهم حول ملائمته والتأكد من صدقه، وقد اجمعوا على أنه مناسب لعينة البحث.

3-2-3-2- التجربة الاستطلاعية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتطبيق مقياس الاتجاه النفسي المختار على مجتمع البحث الحالي وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية التأكد من مدى ملائمة المقياس لعينة البحث الحالية وذلك باستخراج الاسس العلمية للمقياس.

3-2-3-3- الثبات: للتأكد من ثبات المقياس اعتمد الباحث على نتائج التجربة الاستطلاعية اذ تم تقسيم المقياس الى الفقرات الزوجية والفردية وبما ان المقياس مكون من (55) فقرة وهذا عدد فردي تم اضافة فقرة للفقرات الزوجية (ودرجتها عبارة عن الوسط الحسابي للفقرات الزوجية) ليتساوى العدد بعدها تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نصفي المقياس وكانت قيمتها المحسوبة (0.72) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.13) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (188)، ولأجل الحصول على ثبات كامل الاختبار تم تطبيق معادلة سبيرمان براون ظهر بأن مقدار سبيرمان براون (علام، 2000، 156) قد بلغ (0.83) وهي قيمة عالية تدل على ثبات المقاييس.

2 × ثبات نصف الاختبار

= الثبات كامل الاختبار

1 + ثبات نصف الاختبار

3-3-3- البرنامج الإرشادي: من أجل إعداد برنامج إرشادي متكامل بهدف تعزيز اتجاه طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو تخصصهم، قام الباحث بالاطلاع على مجموعة من المصادر المتعلقة بموضوع البحث وخاصة كتب الإرشاد النفسي فضلا عن مجموعة من الدراسات التي تناولت إعداد برنامج إرشادي في الاتجاه النفسي واتباع الخطوات التالية:-

3-3-3-1- خطوات اعداد البرنامج الارشادي:-

أ- تحديد الاهداف: يتم من خلال صياغة الهدف الاساسي من البرنامج المصمم وجعله اساسا لغرض بناء البرنامج الارشادي. (الخياني واخران، 2016، 110)، والهدف العام للبرنامج هو رفع المستوى الانجاز الدراسي في جانبيه النظري والعملية في تخصص التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال أسلوب المناقشة وإجماع الرأي، أما الهدف الخاص فهو تعزيز اتجاه الطلبة نحو تخصصهم.

1- تحديد النشاطات والبرامج: لتحقيق الأهداف وتحديد كيفية تقديم النشاطات من أجل تحقيق الأهداف والتي هي :- (الرشدي، 2000، 472).

أ - المحاضرة: تقدم المحاضرة من قبل المرشد وهو الباحث كونه حاصل على شهادة في الإرشاد التربوي والنفسي، وتكون بداية الجلسة بأسلوب مبسط وعلمي مشوق وتتخللها المناقشة وتليها محاولة استثمار التفاعل اللفظي الذي تثيره المحاضرة في التأثير على الآراء.

ب- التغذية الراجعة: إخبار المسترشدين بالخطوات الناجحة خلال المناقشات وكذلك الخطوات الفاشلة.

ج - التعزيز: هو كل سلوك يضمن استمرار الاستجابة المطلوبة، منها التشجيع اللفظي أو تعابير الوجه، أو من خلال استحسان التصرف من قبل المسترشد وأمام المجموعة (مدح ، اهتمام، ابتسام ...).

د - الواجب البيتي: تشجيع أفراد المجموعة على التجارب والخبرات السابقة لأشخاص آخرين ومتابعة المنافسات والسباقات المسجلة والمباشرة والتقارير المسموعة والمقروءة وحول تخصصهم وتسجيل النقاط

الإيجابية والممتعة والخطرة باعتقادهم لمناقشتها في الجلسة الإرشادية القادمة وبحسب الواجب المكلفين به في كل جلسة.

2- التقويم: يتم تقويم البرنامج الإرشادي من خلال ملاحظة التغيير لدى الطلبة، وذلك بتوجيه الأسئلة المباشرة وغير المباشرة للمسترشدين، والاستفسار من التدريسيين إذا لاحظوا شيء من التغيير على أفراد العينة التجريبية، كما يتم تقويم البرنامج أيضا عن طريق المقارنة بين درجات المسترشدين على مقياس الاتجاه النفسي قبل بدء التجربة وبعد الانتهاء منها .

3-3-2-3- صدق البرنامج الإرشادي: بعد إعداد البرنامج الإرشادي (ملحق 2) اعتمادا على النظرية السلوكية للإرشاد، تم عرضه على مجموعة من المختصين والخبراء (ملحق 1) لإبداء آراءهم حوله وملائمته لتحقيق أهدافه، وقد اجمع الخبراء المختصون على أن البرنامج مناسب لما وضع من أجله من حيث مضمون الجلسات وعددها ومدة كل جلسة ومدى مناسبة النشاطات داخل كل جلسة إرشادية.

#### 3-4- إجراءات التطبيق وضبط المتغيرات :

3-4-1- الاختبار القبلي: تم إجراء القياس القبلي للاتجاه النفسي نحو اختصاص التربية البدنية وعلوم الرياضة في يوم الثلاثاء 2016/3/1، وطبق الباحث المقياس على العينة بنفسه، إذ تم تحديد عدد من الطلبة لديهم اتجاه نفسي ضعيف نحو اختصاصهم الدراسي، بعدها تم تحديد مستواهم الدراسي في الفعاليات الرياضية ضمن منهج المرحلة الثانية وفي كلا الجانبين العملي والنظري، وللتوصل لهذه الدرجات تم الاعتماد على معدل الدرجات التي اعطاها اساتذة الكلية في المقررات الدراسية المعتمدة.

3-4-2- تطبيق البرنامج: بعد أن أصبح البرنامج الإرشادي بصيغته النهائية مؤلفا من اثنا عشرة جلسة تعتمد على اسلوبي المناقشة والاجماع في الرأي، قام الباحث بتطبيقه في الفصل الدراسي الثاني وبدا البرنامج في يوم الاثنين 2016/3/14، إذ تم اللقاء بأفراد المجموعة التجريبية وتحديد موعد الجلسات الإرشادية بالتنسيق معهم بحيث لا تؤثر على سير المحاضرات لديهم وكان يواقع جلستين في كل أسبوع واستغرقت كل جلسة (45) دقيقة وانتهى تطبيق الجلسات الإرشادية في يوم الخميس 2016/4/21 وترك أفراد المجموعة الضابطة على حالهم بعد تحديد أفرادها بدقة لأجل المقارنة معها في الاختبارات البعدية، والملحق (2) يبين ملخصا للجلسات الإرشادية وطرق تطبيقها.

3-4-3- الاختبار البعدي: بعد الانتهاء من كامل البرنامج الإرشادي قام الباحث بتوزيع استمارات مقياس الاتجاه النفسي والحصول على نتائجها، اما الحصول على الانجاز الدراسي فتم بنفس الطريقة التي حصل عليها في القبلي من خلال معدل التقييم الذي وضعه التدريسيين في المناهج الدراسية.

#### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

#### 4-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج العينة في اتجاههم نحو اختصاصهم الدراسي:

بعد ان قام الباحث بتقنين مقياس الاتجاه النفسي المعد من قبل (ابراهيم اسماعيل حسين الحمداني، 2005) ليتلاءم وعينة البحث الحالية من خلال اجراء معاملات الصدق والثبات، واستكمالاً لتحقيق الاهداف قام الباحث باستخراج الوسط الحسابي لنتائج مقياس الاتجاه نحو الاختصاص الدراسي للمجموعتين التجريبية والضابطة لمقارنتها بالوسط المعياري للمقياس، وكما في الجدول (2) .

الجدول (2) يبين الوسط المعياري والوسط الحسابي للاتجاه النفسي ونتائج اختبار (ت) بينهما

معنوية النتائج	قيمة ت		س المعياري للمقياس	الاتجاه النفسي بعدي		المجموعات
	مستوى الدلالة	المحسوبة		ع	س	
معنوي	0.00	56.95	165	7.08	205.33	التجريبية
معنوي	0.00	27.27		13.71	202.41	الضابطة

نجد من الجدول اعلاه ان قيمة الوسط الحسابي (205.33) للتجريبية و(202.41) للضابطة وياتحرف معياري (7.08) للتجريبية و(13.71) للضابطة، وعند اختبار معنوية الفرق مع الوسط المعياري للمقياس البالغة قيمته (165)، وجد أن قيمة ت المحسوبة تساوي (56.95) للتجريبية و(27.27) للضابطة وبمستوى دلالة (0.00) لكلاهما، أي أن هناك فرقاً ذا دلالة معنوية بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط المعياري للمقياس وذلك لصالح المتوسط الحسابي للعينة.

ويعزو الباحث هذه النتائج الى نجاح المنهج الارشادي ومساهمة في جعل أفراد العينة ينقلون المواقف التي تمت مناقشتها داخل الجلسة الإرشادية إلى المواقف العامة، ودور الواجب البيتي المتبع خلال الجلسات الارشادية في جعل الطالب يتخيل موقف معين ويحاول معرفة السلوك الصحيح لمواجهة، وبهذا يبرمج طريقة تعامله مع مواقف الحياة نفسها، وكان الطلبة يتذكرون ما يتم مناقشته خلال الجلسة الإرشادية ويحاولون توظيف ذلك في حياتهم الواقعية، مما ساعد في التوصل إلى نتائج إيجابية عززت مستوى الاتجاه نحو الاختصاص لدى العينة التجريبية ووصولها الى المستوى الطبيعي لدى باقي الطلبة واصبحوا يشعرون بالرضا عن اختصاصهم الدراسي، الامر الذي جعلهم يستجيبون بشكل ايجابي نحوها، حيث يشير (كارلسون، 1990) الى انه اذا كان لدى الفرد اتجاه موجب نحو موضوع معين، فانه سيقف موقفا مساندا الى ذلك الموضوع ( Carlson ، 1990 :482).

4-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط للعينة في اتجاههم نحو اختصاصهم وانجازهم الدراسي:

الجدول (3) يبين معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الاختصاص والانجاز الدراسي

معنوية النتائج	العينة الضابطة		العينة التجريبية		المتغيرات
	مستوى الدلالة	الارتباط	مستوى الدلالة	الارتباط	
معنوي	0.00	0.72	0.00	0.70	الاتجاه نحو الاختصاص الدراسي
معنوي					الانجاز الدراسي

من الجدول اعلاه نجد ان قيمة معامل الارتباط (بيرسون)، قد بلغت (0.70). وبمستوى دلالة (0.00) للعينة التجريبية اما لدى الضابطة فكانت (0.72) وبمستوى دلالة (0.00)، أي أن هناك علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة معنوية بين الاتجاه والإنجاز الدراسي.

ويعزو الباحث هذا الارتباط الى ان الشخص يستطيع بذل المزيد من الجهد في عمل معين اذا كان يحب هذا العمل، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه بعض الدراسات و منها دراسة زيدان (1989) التي أكدت على

أنه إذا كان الاتجاه نحو المنهج الدراسي إيجابياً كان الإنجاز الدراسي فيه عالياً والعكس صحيح (زيدان، 1989، 1-23)، ودراسة الحسيني (2002) التي أسفرت نتائجها عن ظهور علاقة قوية بين اتجاهات طلبية، ودافع الإنجاز الدراسي (الحسيني، 2002، 176).

4-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج معنوية الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية في الاتجاه نحو التخصص والانجاز الدراسي للعينتين التجريبيّة والضابطة:

جدول رقم (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

وقيمتي (ت) المحتسبة والجدولية للاختبارين القبلي والبعدى للعينتين التجريبيّة والضابطة

المجموعات	المتغيرات	القبلي		البعدى		القيمة ت	
		س	ع	س	ع	المحسوبة	مستوى الدلالة
التجريبية	الاتجاه نحو التخصص	162.32	6.36	205.33	7.08	39.43	0.00
	الانجاز الدراسي	49.26	0.81	63.81	5.27	27.81	0.00
الضابطة	الاتجاه نحو التخصص	202.66	12.04	202.41	13.71	0.22	0.82
	الانجاز الدراسي	62.80	6.85	62.39	7.03	0.73	0.46

ومن الجدول رقم (4) نجد ان قيمة ت للعينة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدى للاتجاه (39.43) ولانجاز (27.81) وبمستوى دلالة (0.00) لكلاهما، فيما بلغت قيمتها المحتسبة في العينة الضابطة للاتجاه (0.22) وبمستوى دلالة (0.82) ولانجاز (0.73) ومستوى دلالة (0.46)، وهذا يعني ان الفروق معنوية في العينة التجريبية وعشوائية في المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للمنهج الإرشادي، وتشير هذه النتائج تطور معنوي العينة التجريبية.

ويعزو الباحث ذلك إلى أهمية البرنامج الإرشادي المستخدم من قبل الباحث وتطبيقه بالشكل الأمثل على عينة البحث واعطائهم المعلومات والأفكار التي توضح الصورة امامهم بكل ما يتعلق باختصاصهم مما أدى الى نمو الاتجاه لديهم نحوه "ونتيجة للمعلومات والأفكار الجديدة التي قدمها المرشد من خلال البرنامج الإرشادي والتي ساعدت المسترشد في إعادة تنظيم إدراكه وتفكيره عن طريق التخلص من أسباب المشكلة ليصل إلى درجة الاستبصار لذاته وإدراكه لقدراته وإمكاناته وقبوله لذاته كما هي" (سعد، 1984، 176).

4-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج معنوية الفروق بين الاختبارات البعدية للعينتين في الاتجاه نحو التخصص والانجاز الدراسي:

جدول رقم (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

وقيمتي (ت) المحتسبة والجدولية للاختبارات القبليّة والبعدى بين العينتين الضابطة والتجريبية

المجموعات	المتغيرات	التجريبية		الضابطة		القيمة ت	
		س	ع	س	ع	المحسوبة	مستوى الدلالة
قبلي	الاتجاه نحو التخصص	162.32	6.36	202.66	12.04	19.62	0.00
	الانجاز الدراسي	49.26	0.81	62.80	6.85	29.61	0.00
بعدى	الاتجاه نحو التخصص	205.33	7.08	202.4	13.71	1.61	0.10

				1			
عشوائي	0.06	1.89	7.03	62.39	5.27	63.81	الانجاز الدراسي

من الجدول اعلاه نجد ان قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارات القبلية معنوية وهذا نتيجة لاختيار الباحث الطلبة الذين يقل معنوياً لديهم التوجه النفسي عن الوسط المعياري ليكونوا في العينة التجريبية اما من كان لديهم توجه اعلى معنوياً من الوسط المعياري للمقياس ليكونوا في العينة الضابطة لذلك كان الفارق معنوي بين المجموعتين، اما قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين البعدين للعينتين التجريبية والضابطة في الاتجاه النفسي فقد بلغت (1.61) وبمستوى دلالة (0.10)، وفي الانجاز فقد بلغت (1.89) وبمستوى دلالة (0.06) وبذلك تكون الفروق عشوائية لانهما بمستوى دلالة اكبر من (0.05)، وهذا يشير الى ان افراد المجموعة التجريبية قد تحسن موقفهم عما جاءت به النتائج القبلية التي كانت تشير الى نتائج معنوية لصالح الضابطة، وانهم قد تخلصوا من ضعف الاتجاه لديهم وعادوا للاندماج مع اقرانهم في التوجه النحو تخصصهم وبذلك قد ارتفع مستواهم الدراسي نتيجة للارتباط بين الاتجاه والنجاز الذي اثبتناه سابقا .

ويعزو الباحث ذلك إلى ان محتوى البرنامج الإرشادي جاء متلائماً مع مستوى الطلاب العلمي ومناسباً لأعمارهم مما ادي إلى زيادة في رغبتهم للاستفادة من البرنامج الإرشادي وهذا ما لاحظته الباحث على أفراد العينة، وكان لهذه الرغبة الاثر الكبير في نجاح البرنامج وتحقيق أهدافه وبذلك ارتفع مستوى أفراد العينة التجريبية ليتساواوا بأقرانهم من خلال التغير الذي حدث لبعض قناعاتهم وافكارهم وذلك باكتشاف مواطن القوة والضعف لتخصصهم، اذ تشير المصادر الى هذا المفهوم في "إمكانية الفرد على تغير أفكاره واتجاهاته الخاطئة إذ أصبحت واضحة لديه وإن عدم تنظيم الإدراك والتفكير بطريقة منطقية يؤدي إلى سيطرة الأفكار السلبية على الفرد واضطرابه" (ابو عطية، 1988، 88-89).

## 5- التوصيات والمقترحات

### 5-1- الاستنتاجات:

- 1- للبرنامج الارشادي المعد دور كبير في تعزيز اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم الدراسي.
- 2- ان لتعزيز الاتجاه النفسي بواسطة البرنامج الارشادي المعد تأثير جيد في رفع مستوى الانجاز الدراسي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 3- أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نحو اختصاصهم الدراسي، وانجازهم الدراسي.

### 5-2- التوصيات :

- 1- استخدام البرنامج الارشادي المعد في اجراء دراسات وبحوث أخرى لخدمة العملية التعليمية في مختلف المجالات والمراحل الدراسية الاخرى.
- 2- من الممكن الاستفادة من هذا المقياس للتعرف على اتجاهات الطلبة الجدد في القبول ويعد كمؤشر على امكانية تطور الطالب في هذا المجال الدراسي.
- 3- الاهتمام بتنمية اتجاهات الطلبة نحو اختصاصاتهم الدراسية والتي عن طريقها يمكن زيادة مستوى انجازهم الدراسي.

## المصادر

- أبو عطية، سهام درويش: مبادئ الإرشاد النفسي، دار القلم، الكويت، ط1، 1988.
- أبو عيطة ، سهام درويش: مبادئ الإرشاد النفسي، دار الفكر للطباعة، عمان، 1997 .
- جلال سعد: علم النفس الاجتماعي، ط2، الإسكندرية – دار المعارف 1984.
- الحسيني، حسين نعمة عبد: العلاقة بين دافعية الانجاز والاتجاه نحو مادة الرياضيات لدى طلبة الصف الرابع الاعدادي في محافظة النجف، مجلة القادسية للعلوم التربوية، المجلد (2)، العدد (2)، 2002.
- دافيدوف، لندال: المدخل إلى علم النفس، ترجمة، سيد الطواب وآخرون: القاهرة، دار ماكجروهيل، 1988
- الرشيدى، بشير صالح وراشد علي السهل: مقدمة في الإرشاد النفسي، مكتبة الفلاح، الكويت، 2000.
- زيدان، الشناوي وعبدالمعظم الشناوي: العلاقة بين دافعية الانجاز والاتجاه نحو مادة الرياضيات، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد (29)، السنة التاسعة، 1989.
- الشاوي، حيدر ناجي حبش: علم النفس الرياضي لطلبة واقسام التربية الرياضية، مكتب الضمان، العراق، 2016.
- عامر سعيد الخيكاني واخران: الدليل في الإرشاد النفسي تطبيقات في الرياضة، دار الضياء للطباعة والتصميم، العراق، 2016.
- عفيفي، اميمة محمد عبد الفتاح: برنامج مقترح في الإرشاد النفسي لأطفال الرياض المنزليين اجتماعيا، رسالة ماجستير، كلية البنات، جامعة عين شمس، 1991.
- علام، صلاح الدين محمود: القياس والتقويم النفسي والتربوي اساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000 .
- مجيد، علي حمد الله: مستوى دافع الانجاز الدراسي لطلبة كليات التربية بالجامعات العراقية، رسالة ماجستير، جامعة صلاح الدين، كلية التربية، 1990.
- Atkinson, J. W; & Feather, N. T. (1966). A Theory of Achievement Motivation. New York : John Wiley.
- Carlson, N. (1990). Psychology. 3rd. ed., The United State of America : A division of Simon & Schuster, Inc.
- Dutton, W. H; & Blum. M. P. (1968). The Measurement of Attitudes Towards Arithmetic With a Likert – Type Test. Elementary School Journal, Vol. 68.

## الملاحق

### ملحق (1) أسماء السادة الخبراء والمختصين

ت	اللقب	اسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
1	أ. د	حيدر ناجي حبش	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية
2	أ. م. د	علي حسين هاشم	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية

3	أ.م.د	ضرام موسى عباس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
4	أ.م.د	اسعد علي سفيح	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
5	أ.م.د	حيدر كريم سعيد	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
6	م.د	رياض صيهود	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
7	م.د	علاء كاظم عرموط	اختبارات وقياس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
8	م.د	محمد حاتم	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية

## ملحق (2)

### مضمون الجلسات الارشادية الموزع على الخبراء

#### جامعة القادسية

#### كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الأستاذ الفاضل ..... المحترم ..

يسعى الباحث للقيام ببحثه الموسوم (برنامج ارشادي لتعزيز اتجاهات الطلبة نحو اختصاصهم في التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلاقته بمستوى الانجاز الدراسي (النظري والعملية))، وسوف يقدم البرنامج الإرشادي بأسلوب المناقشة وإجماع الرأي ويقصد بها الباحث انه بعد حصول عملية المناقشة في المجموعة التجريبية تتوصل الاطراف المشتركة بالنقاش إلى قرار جماعي يوجهه الباحث بشأن المسألة المطروحة، واستنادا على الأدبيات المتوفرة وجد ان الاتجاه النفسي غالبا ما يتشكل من ثلاث مكونات هي (المكون العاطفي والمكون المعرفي والمكون السلوكي)،(الشاوي،2016، 156) ووزع جلسات البرنامج على هذه المكونات، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال لذا يود الباحث التعرف على رأيكم بالبرنامج الإرشادي من حيث، مناسبة البرنامج الإرشادي لموضوع البحث، وعدد الجلسات الإرشادية، وأي تعديلات اخرى ترونها مناسبة.

ولكم جزيل الشكر والتقدير

الباحث م.د حيدر مهدي

#### ♥ الجلسة الأولى .. التعارف

- ❖ هدف الجلسة: تكوين علاقة يسودها التفاهم والود وإزالة الحواجز النفسية بين اعضاء المجموعة والمرشد من خلال التعارف المتبادل بينهم، والتعرف على اسم الطالب، عمره، هواياته .
- ❖ اسلوب ادارة الجلسة: بعد اعطاء فكرة عامة عن الارشاد الجمعي والبرامج الارشادية، يقوم المرشد بمعرفة توقعات افراد العينة عن الجلسات الارشادية ومن ثم تصحيح التوقعات الخاطئة، ثم يوضح المرشد

للمجموعة ان هذه الجلسات تهدف إلى مساعدتهم على تطوير سلوكياتهم وتعديل اتجاهاتهم نحو الفعاليات الرياضية المختلفة وهي ذات هدف علمي بحث وهو تطوير انجازهم الدراسي، ثم يفسح المجال ل طرح الاسئلة امام المجموعة، ليجيب عليها وتحديد مكان وزمان الجلسات المقبلة ثم التأكيد على عدم افشاء سرية النقاش داخل الجلسات الارشادية وأخذ الجلسات على محمل الجد، فهي في النهاية تهدف إلى فائدتهم.

#### ♥ الجلسة الثانية .. المكون العاطفي

- ❖ هدف الجلسة: تعريف افراد المجموعة بمعنى الاتجاه النفسي وانواعه.
- ❖ اسلوب ادارة الجلسة: يبدأ المرشد بالترحيب بأفراد المجموعة ويشكرهم على الحضور ثم يعلمهم بان موضوع الجلسة هو عن الاتجاه النفسي نحو الاختصاص .
- يعرف المرشد الاتجاه النفسي تعريفا مبسطا حيث يبدأ بالقول ان الاتجاه النفسي هو مشاعر وافكار وسلوكيات الفرد للاستجابة الى المثبرات والمواقف التي تواجهه بطرق واساليب مختلفة سلباً او ايجاباً وفقاً لخبرات النجاح والفشل السابقة، ثم يبين المرشد انواع الاتجاه النفسي اذ يكون بنوعين السلبي والايجابي، السلبي وما يرافقه من مظاهر الابتعاد والخمول وقد تصل الى حالة من كره الشيء، والايجابي وما يرافقه من فرح وتعابير ايجابية في الوجه وحركات جسدية اخرى .
- يطلب المرشد من كل افراد المجموعة كلا على حدى ذكر شيء لديه اتجاه ايجابي نحوه ثم يناقش المرشد الموقف مع افراد المجموعة ويرى انطباعات وآراء افرادها حول الاتجاه نحو هذا الشيء.
- يطلب المرشد من المجموعة تحضير الواجب البيتي بان يذكر كل واحد منهم اتجاه له ايجابي نحو فعل او عمل معين واخر سلبي مع ذكر الفوائد من هذين الاتجاهين ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الثالثة .. المكون العاطفي

- ❖ هدف الجلسة: اعطاء فكرة مبسطة لأفراد المجموعة عن بعض آليات تعزيز الاتجاه النفسي.
- ❖ اسلوب ادارة الجلسة: يرحب المرشد بالمجموعة ثم يبدأ بمناقشة الواجب البيتي المعطى في الجلسة السابقة وكيف يكون التجاه الجيد في كلا النوعين السلبي والايجابي.
- يذكر المرشد لأفراد المجموعة توضيح بسيط عن قدرة الانسان على التكيف وتغيير اتجاهه النفسي من خلال العبارة (عظمة الانسان تتجلى في قدرته على التكيف)، ثم ينتقل بالحديث إلى آليات تعزيز او تثبيط الاتجاه النفسي من خلال الاليات التالية (التبرير- بان يذكر الباحث النتائج الايجابية لكون الاتجاه النفسي سلبي او ايجابي مثلا الفوز في المباراة او تجنب الاصابات الخ....، العناد-هنا يذكر الباحث النتائج السلبية لكون الاتجاه سلبي كان ام ايجابي مثلا خسارة المباراة او التعرض للإصابات، السلوك الانسحابي - وما ينتج عنه من تاثير مرغوبة او غير مرغوبة تسهم في تغيير الاتجاه النفسي، واخيرا احلام اليقظة- اذ يمكن تغيير الاتجاه من خلال تصور ما ينتج عن ممارسة شيء معين والسباحة في الخيال الى نتائج الامور) ممثلا عن كل آلية بما يناسبها من الامثلة والتوضيح .
- يطلب المرشد من المجموعة ذكر مواقف وامثلة عن كل آلية بحيث استطاع من خلالها الطالب تغيير او تعزيز اتجاهه النفسي نحو فعل او قول معين، ثم يناقش معهم سلبيات وايجابيات هذا التغيير او التعزيز،

موضحا اثناء النقاش ما يترتب على الاستسلام لهذه الآليات بصورة مطلقة من آثار سلبية على شخصية الفرد عامة وسوء توافقه مع نفسه والمجتمع بصورة خاصة .

-يطلب المرشد من المجموعة تحضير الواجب البيتي المتمثل في ذكر مواقف معبرة عن آلية تعزيز الاتجاه النفسي والسلوك الذي من المفترض ان يكون متبعا فيها استنادا على ما تمت مناقشته داخل الجلسة ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الرابعة .. المكون العاطفي

❖ هدف الجلسة: تنمية الثقة بالنفس، ونبذ الغرور والتمسك بالرأي كصفة سلبية في شخصية الفرد .

❖ اسلوب ادارة الجلسة: يرحب المرشد بالمجموعة ثم يبدأ بمناقشة الواجب البيتي معهم.

-بعد مناقشة الواجب البيتي يبدأ المرشد بالقول: كلنا يعلم ان الكمال لله وحده واننا لا يمكن ان نكون متميزين في كل شيء ويجب على الفرد ان يعرف ويدرك قدراته واهتماماته واتجاهاته ويكتشف الكفاءات التي لديهم قبل ان يقدم على تحقيق أو رسم أي هدف يبغي تحقيقه، وما قلناه آنفا يعبر عن مصطلح سمعناه كثيرا وهو الثقة بالنفس التي هي شعور الفرد واحساسه بكفاءته وقناعته بما لديه وعدم شعوره بالنقص أو الضعف وهي تقترب بالمعنى من مفهوم الشجاعة، أو القدرة على مواجهة المواقف الطارئة دون خوف والشخص الذي لديه ثقة بنفسه يثق بالآخرين .

-يطلب المرشد من افراد المجموعة بعض الامثلة عن مواقف يكونوا فيها واثقين أو غير واثقين من انفسهم ومتى يكونوا اكثر قابلية على تغيير قناعاتهم بتجاه قول او فعل معين ومتى يكونوا غير قادرين على تغيير قناعاتهم ثم يناقشون ذلك فيما بينهم، مع الاخذ بنظر الاعتبار ان ثقة الانسان بنفسه ترتبط ارتباطا وثيقا بما لديه من قابليات وامكانيات مع توضيح الفرق اثناء النقاش بين الثقة بالنفس والغرور والآثار السلبية المترتبة عليه في شخصية الفرد .

-يطلب المرشد من المجموعة التحضير للواجب البيتي بذكر مواقف تعبر عن الثقة بالنفس وتقييمها، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الخامسة .. المكون العاطفي

❖ هدف الجلسة: تمكين افراد المجموعة من الاعتراف بالخطأ عند الوقوع فيه وتقبل النقد.

❖ اسلوب ادارة الجلسة: بعد الترحيب بالمجموعة يبدأ المرشد بمناقشة الواجب البيتي المكلفين به.

-يقدم المرشد الموضوع بقوله ان الاعتراف بالخطأ فضيلة، وليس هناك بشر معصوم من الخطأ فكل بني آدم خطاء وخير الخطائين التوابون، وقد يتعرض الفرد احيانا إلى نقد لسلكه من قبل الآخرين، وهنا تختلف ردود الافعال بين الافراد، فمنهم من ينزعج ومنهم من يتقبل النقد ويسماحة ويحاول تعديل اتجاهه ومن ثم سلوكه المبني على اساس الاتجاه النفسي المعدل، بالشكل الذي يرضي من حوله ويصقل من شخصيته.

-يوجه المرشد السؤال التالي: كم مرة وجه اليك نقد من الآخرين؟ وعلى ماذا كان وكيف كان رد فعلك؟ ثم يقوم بمناقشة كل اجابة على حدى مع افراد المجموعة لإثارة كل ما يراه مناسباً في الموقف النقاشي، وخلال المناقشة يوضح المرشد الفرق بين النقد البناء والنقد الهدام، ثم يطلب من افراد المجموعة ان يذكر امثلة عن طرق التعامل مع النقد ثم مناقشتها معهم .

-يوصي المرشد افراد المجموعة بتحضير الواجب البيتي بتدوين مواقف تعبر عن انتقاد لكل واحد منهم من قبل الآخرين (اصدقاء، مدرسين، اسرة) ورد الفعل الذي سلوكه لمناقشة ذلك في الجلسة القادمة، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة السادسة .. المكون المعرفي

- ❖ هدف الجلسة: مساعدة افراد المجموعة على التخطيط لمستقبلهم بناءً امكانياتهم وقدراتهم المتوفرة.
  - ❖ اسلوب ادارة الجلسة: يرحب المرشد بالمجموعة ثم يبدأ بمناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة.
- يبدأ المرشد بتقديم موضوع الجلسة بالقول: ذكرنا في الجلسة الرابعة ان على الفرد ان لا يلوم الاختصاص الدراسي عندما يتعرض للفشل في حياته وعليه ان يلوم نفسه لأنه هو الوحيد الذي يعرف نفسه وحدود قابلياته وعليه ان يرسم لنفسه اهدافا في ضوء هذه الامكانيات ليستطيع الوصول إلى ما يريد ويرضي طموحه فالشخص الذي يضع لنفسه اهدافا تفوق ما يمتلك من قدرات وقابليات يضع نفسه امام عقبات لا يمكنه تجاوزها وهذا بالتالي يؤدي إلى الفشل والاحباط والشخص الذي يضع امامه اهداف دون مستواه فسوف يشعر بالخيبة واستصغار النفس وعدم احترامها ثم يذكر المرشد بعض الامثلة لتبسيط الفكرة المطروحة ثم يطلب من كل فرد من افراد المجموعة الاشتراك في النقاش حول ما سبق طرحه، ويطلب من كل فرد ان يبين ما يطمح اليه في المستقبل ويناقش اهدافهم في ضوء قدراتهم وما يمتلكون من امكانيات ومدى اجتهادهم في تنميتها وصقلها.

-يوصي المرشد افراد المجموعة بتحضير الواجب البيتي بتسجيل ما يرغب ان يكون في المستقبل وما يترتب عليه ان يفعل لتحقيق هذا الهدف مع توضيح السبب الذي جعله يختار هذا الهدف وما يؤهله لذلك، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة السابعة .. المكون المعرفي

- ❖ هدف الجلسة: تعزيز الاتجاه الايجابي نحو الدراسة ونحو المواد الدراسية .
  - ❖ اسلوب ادارة الجلسة: يرحب المرشد بالمجموعة ثم يبدأ بمناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة.
- بعد مناقشة الواجب يبدأ المرشد بالقول: ان الاهتمام بالمستوى الدراسي في تخصص التربية البدنية وعلوم الرياضية هو اهم خطوة من خطوات تحقيق الاهداف التي نبتغيها ونهدف الوصول اليها، فيجب ان نسعى ونجتهد ونبذل الجهد لتحقيق التفوق الدراسي الذي بدوره سوف يحقق لنا مستوى الطموح الذي نحلم به وهناك عوامل تسهل لنا التعامل مع هذه المواد تتمثل في تنظيم وقت الدراسة والمشاكل الاخرى، التركيز والانتباه على كلام التدريسين اثناء الشرح، وبذل قصارى جهدنا اثناء الجزء العملي، والاستفسار عن أي شيء مبهم وصعب الفهم اضافة إلى التحضير اليومي، فالمواد الدراسية ليست اعلى من مستوى الطالب فهي موضوعة بما يناسب القدرات العقلية والبدنية للمرحلة الدراسية والعمرية المعدة لها والطالب الذي يعرف كيف يتعامل معها تراه يحب تخصصه الدراسي ويتفاعل معه.
- يسأل المرشد كل فرد عن وجهة نظره لاختصاصه الدراسي ويتناقش معهم في ذلك .
- يناقش المرشد افراد المجموعة حول اوقات دراستهم وتحضيرهم اليومي وتنظيمهم لذلك .
- يطلب منهم المرشد تحضير الواجب البيتي وهو الاجابة على السؤال ما هو رأيك بكل مادة من المواد الدراسية مع بيان السبب وكيفية تعاملك مع هذه المادة، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الثامنة .. المكون المعرفي

- ❖ هدف الجلسة: تعزيز روح التعاون من خلال المشاركة في الأنشطة اللاصفية ومساعدة الآخرين.
- ❖ أسلوب ادارة الجلسة: هذه الجلسة تأخذ الطابع العملي نوعا ما فبعد يرحب المرشد بالمجموعة ويبدأ بمناقشة الواجب البيتي بناء على ما تمت مناقشته في الجلسة السابقة .
- يبدأ المرشد بطرح الموضوع بالآية الكريمة بسم الله الرحمن الرحيم (وخلقناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا) فالإنسان كائن اجتماعي بطبيعته وهو يسعى دائما للعيش في مجاميع وليس انفرادا، فالاشتراك مع الآخرين في جميع الأنشطة والتعاون معهم فرصة للفرد كي لا يشعر بالعزلة أو الوحدة، فالتعاون بجانب اعطائه للفرد فرصة الاندماج مع جماعة والاقتراب منهم فانه يجعل الانسان يشعر بأهمية ما يفعل ويحس بقيمته ورضاه عن نفسه والمهم في مسألة التعاون والمشاركة هو تقسيمهم مجاميع بناءً على نوع النشاط الذي يرغب فيه الفرد لمعرفة هل في مقدوره تأدية هذا النشاط ام لا، ومن ثم تحديد افضل وقت للاشتراك في نشاط معين وحثهم على بذل الجهد خلاله، وتنفيذ كل ما يتم التخطيط لتنفيذه سواء كان مساعدة لبعض الزملاء أو تقديم نشاط فردي، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة التاسعة .. المكون السلوكي

- ❖ هدف الجلسة: محاولة رفع قابليات الافراد على تقبل الارشادات التقويمية الايجابية واخذها بنظر الاعتبار ومحاولة التعامل مع السلبية منها بحكمة ومناقشة الآخرين بقناعاتهم.
- ❖ أسلوب ادارة الجلسة: بعد القاء التحية تبدأ مناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة بناء على ما جاء فيها، ثم ينتقل المرشد لموضوع جلسة اليوم وكما يلي:-
- يوضح المرشد للمجموعة انه من الخطأ ان ينزعج احد افراد المجموعة من الارشادات التقويمية ظنا منه بعدم حاجته إليها، أو ان له القابلية على فهم ما يدور حوله اكثر من أي شخص آخر وانه في واد والمحيطين به في واد آخ.
- يقوم المرشد بطرح حالة غيرت من تصرفاته شخصيا بناء على نصيحة شخص اخر ويطلب من المجموعة ذكر موقف مشابه تلقى خلاله نصائح أو ارشادات وكيف تعامل معها ومدى استفادته منها، ثم يدور النقاش حول هذه المواقف بين افراد المجموعة لتوضيح الجوانب الايجابية واكتشاف السلبية منها من خلال النقاش.
- يذكر المرشد دور الاسرة في توجيه ابنائهم واهمية اخذ توجيهات الوالدين في نظر الاعتبار في كل الاحوال فنحن نبقي بحاجة لتوجيه الوالدين الاستفادة من خبرات الاهل، فالذي يناقش الاهل بهدوء يستطيع ان يتعلم الاسلوب الصحيح في التعامل مع الآخرين وان كثير من الاساليب التي تعلمها في الطفولة لا تصلح للاستخدام في الوقت الحالي.
- الواجب لهذه الجلسة مناقشة ما تم طرحه في احد الجلسات مع شخص اخر وتفهم ما يطرحه من اراء وتوجيهات، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة العاشرة .. المكون السلوكي

- ❖ هدف الجلسة: تعزيز التوافق مع الآخرين واحترامهم ومراعات مشاعرهم والحفاظ على ممتلكاتهم.

❖ اسلوب ادارة الجلسة: بعد القاء التحية تبدأ مناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة بناء على ما جاء فيها، ثم ينتقل المرشد لموضوع جلسة اليوم وكما يلي:-

يذكر ان خصوصية الانسان في الميل إلى بعض الامور يختلف من شخص الى اخر، ويجب ان نحترم خصوصية الاخرين في اتجاهاتهم وميولهم ومن الخطأ الاعتقاد ان جميع الناس يشبهوننا فيما نحب ونكره، فالناس مختلفين في جميع الخصائص التكوينية والنفسية والبدنية وجميع الصفات الاخرى ومن المستحيل ان نجد اثنان متفقان اتفاق تام في كل شيء او حتى في شيء واحد وبناء على هذا وجب علينا ان نحترم مشاعر ورغبات الآخرين إذا اردنا منهم المثل ومن المفيد ان نضع باعتبارنا ان نحب للآخرين ما نحب لأنفسنا تطبيقاً لقول الرسول محمد ( صلى الله عليه وسلم ) لا يؤمن احدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه.

يكلف المرشد افراد المجموعة بتحضير الواجب البيتي الذي يتلخص في ذكر موقف معين في مباراة او أي لعبة اخرى مع زميل في الفريق او في المجموعة لم يحترم ذلك الشخص فيه ارادتك أو اتجاهك ومشاعرك وصف رد فعلك تجاه ذلك الموقف، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الحادية عشر .. المكون السلوكي

❖ هدف الجلسة: التوافق بين العادات والتقاليد ومتطلبات وخصوصية الاختصاص.

❖ اسلوب ادارة الجلسة: بعد القاء التحية تبدأ مناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة بناء على ما جاء فيها، ثم ينتقل المرشد لموضوع جلسة اليوم وكما يلي:-

نبدأ موضوع هذه الجلسة بربط بسيط مع الجلسة السابقة مع التركيز على اجتماعية الانسان وسعيه المستمر لعدم العيش بصورة مفردة ونتيجة اهذه الاجتماعية تكونت بعض القوانين الاجتماعية تعود عليها الناس وهي التقاليد، فكل مجتمع تقاليد قد تختلف كلياً عن تقاليد مجتمع آخر ونذكر مجموعة من الامثلة بهذا الموضوع ويصل التباين في هذه التقاليد الى المجتمع الواحد، وتكونت هذه التقاليد من خلال التراكمات الزمنية وهناك البعض منها اصبح لا يتماشى مع روح العصر، وعلى الفرد ان يعيش مندمجاً مع من حوله وعليه ايضا ان يحترم هذه التقاليد حتى لو وقفت عائقاً امام الطريق المختصر للوصول الى ما يصبو اليه، فكثير من متطلبات التربية البدنية قد يراها البعض انها مخالفة للآداب العامة وخصوصاً لدى الاناث لذلك يجب التوفيق بينها هنا بدقة.

يطلب المرشد من افراد المجموعة بعض الامثلة عن اثر التقاليد الاجتماعية في تعزيز او التقليل من ممارسة بعض الرياضات ثم تتناقش المجموعة حول ذلك، ثم يطلب المرشد من افراد المجموعة ذكر بعض التقاليد البالية وسبب لزوم تركها.

-الواجب البيتي لهذه الجلسة يتمثل بذكر عادة أو تقليد اجتماعي واحد لكل منهم، يكون في رأيه تغييره، ثم يودع المرشد افراد المجموعة بعد التأكيد على موعد الجلسة القادمة.

#### ♥ الجلسة الثانية عشر .. الختامية

❖ هدف الجلسة: مراجعة وجيزة للجلسات السابقة .

❖ اسلوب ادارة الجلسة: بعد القاء التحية تبدأ مناقشة الواجب البيتي للجلسة السابقة بناء على ما جاء فيها، ثم ينتقل المرشد لموضوع جلسة اليوم وكما يلي:-

- يوضح المرشد للمجموعة بان هذه الجلسة هي الاخيرة ويقوم باستعراض مختصر لمحتوى الجلسات الماضية ومحاولة ذكر نقاط الاستفادة منها ثم نبدأ بالكلام عن الاتجاه النفسي واثره في اعطاء الدافع المعنوي لمحاولة التطور المستمر في كل الاتجاهات ومنها الانجاز الدراسي .

- بالاتفاق مع افراد المجموعة نحدد موعد التطبيق البعدي لمقياس الاتجاه النفسي ويذكرهم بان الهدف من الجلسات الارشادية كان تعزيز الاتجاه النفسي لديهم نحو تخصصهم في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ويختتم المرشد بشكر افراد المجموعة على لحضورهم ومشاركتهم في المناقشات خلال الجلسات الارشادية ثم يودعهم .

### ملحق (3)

الصيغة النهائية لمقياس الاتجاه نحو الاختصاص الدراسي

عزيزي الطالب .. ان المقياس الذي بين يديك يعبر عن اتجاهك الشخصي نحو اختصاصك الدراسي، ارجو منك أن تبدي رأيك الخاص في كل فقرة من فقرات المقياس بعد قراءة كل فقرة بعناية تامة وذلك بوضع علامة (√) في المربع المناسب مع ما تشعر به اتجاه تلك الفقرة وبحسب درجة شعورك بها، علماً أن الاجابات المعطاة سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط وستبقى في سرية تامة ولا داعي لذكر الاسم، وإليك مثالاً توضيحياً:

موافق جداً	موافق	لا رأي لي	غير موافق	غير موافق جداً	أشعر بالطمأنينة والراحة النفسية في اختصاصي الدراسي
				√	

إذا وضعت علامة (√) أسفل عبارة (موافق جداً) فمعنى ذلك أن رأيك يتفق تماماً مع الفقرة.

#### الباحث

ت	الفقرات	موافق جداً	موافق	لا رأي لي	غير موافق	غير موافق جداً
1	أشعر بالطمأنينة والراحة النفسية في اختصاصي الدراسي.					
2	لا أستطيع التفكير بوضوح عند القراءة في مجال اختصاصي الدراسي.					
3	يوفر لي اختصاصي الدراسي الكثير من فرص العمل.					
4	أعتقد أن اختصاصي الدراسي لا يلائم الطلبة من كلا الجنسين.					
5	أفكر وأنجز جيداً في اختصاصي الدراسي.					
6	أشعر بالقلق في اختصاصي الدراسي.					
7	تكسبني الدراسة في هذا الاختصاص قدرة علمية جيدة.					
8	يؤهلني اختصاصي الدراسي لوظائف أقل قبولاً في المجتمع .					
9	أشعر بأن اختصاصي الدراسي تنقصه الاثارة والتشويق.					
10	أعتقد أن اختصاصي الدراسي يناسب ذوي الدرجات الواظنة.					
11	يمكنني الحصول على مهنة محترمة من دراستي في هذا الاختصاص.					
12	يثير اختصاصي الدراسي الملل لدى الطلبة.					

				أشعر بالرضا عن اختصاصي الدراسي.	13
				أرى اختصاصي ليس مشوقاً كالإختصاصات الدراسية الأخرى.	14
				يسهل علي تعلم مفاهيم اختصاصي الدراسي.	15
				يتصف طلبية هذا الاختصاص الدراسي بقلّة الشعور بالمسؤولية .	16
				لاختصاصي دوراً فاعلاً في معظم التطورات التي حصلت في العالم.	17
				ينظر المجتمع لهذا الاختصاص نظرة استخفاف .	18
				يعلمني اختصاصي الدراسي إثارة الأسئلة والآراء والأفكار.	19
				ينمي اختصاصي الدراسي قوة الملاحظة والدقة في العمل.	20
				لا أحب توسيع المطالعة خارج نطاق اختصاصي الدراسي.	21
				يتيح لي اختصاصي الدراسي الاختلاط بالجنس الآخر أكثر من الاختصاصات الأخرى.	22
				يقلل هذا الاختصاص من شخصيتي أمام الآخرين.	23
				يشجع اختصاصي الدراسي روح المثابرة في العمل.	24
				أحب ممارسة أي نشاط في الجامعة عدا ما يتعلق باختصاصي.	25
				أستطيع تحقيق طموحي في الدراسة في هذا الاختصاص.	26
				أجد أنني أمتلك من الاستعدادات والمواهب التي تتلاءم مع متطلبات اختصاصي الدراسي.	27
				تعودني الدراسة في هذا الاختصاص على عدم تنظيم الوقت وتقدير قيمته.	28
				يعتبر اختصاصي الدراسي ضروري وهام لجميع الناس .	29
				لا يوفر لي اختصاصي فرصاً عديدة للتعبير عن الرغبات	30
				ان اختصاصي الدراسي من الاختصاصات المحببة الى نفسي	31
				يتصف الطلبة في اختصاصي الدراسي بالانتران الانفعالي	32
				أشعر أن هذا الاختصاص لا ينمي روح الابتكار لدى الطلبة	33
				أرى أن هذا الاختصاص يجعل الدارسين فيه أقل تفاعلاً مع المجتمع الذي يعيشون فيه	34
				لا ينمي اختصاصي الدراسي القدرة على التفكير العلمي السليم	35
				أشعر بأن اختصاصي الدراسي يؤدي الى ضعف الثقة بالنفس	36
				قوة الملاحظة والدقة في العمل تنمي من خلال اختصاصي	37
				يمكنني الوصول الى مستوى طموح أعلى لو أتاحت لي فرصة الدراسة في اختصاص دراسي آخر	38
				أفضل أن أكون في أي اختصاص دراسي آخر	39
				يلائم اختصاصي الدراسي الطلبة المتفوقين	40
				أحترم الأشخاص الذين أنهوا الدراسة في هذا الاختصاص	41

					أرى أن العمل بمهنة في مجال اختصاصي الدراسي يبعث في النفس السعادة والارتياح	42
					مجالات العمل في اختصاصي الدراسي كثيرة	43
					للخريجين من الاختصاصات الأخرى مساهمة أكبر في تقدم المجتمع	44
					يحتل اختصاصي الدراسي قيمة كبيرة عندي	45
					أشعر بتفاعل ايجابي مع اختصاصي الدراسي	46
					أرى أن اختصاصي معقد لأنني لا أدرك مفاهيمه	47
					يستحق اختصاصي الاهتمام والرعاية من مؤسسات الدولة	48
					يحق لي اختصاصي الدراسي مكانة اجتماعية مرموقة	49
					الوظائف التي يؤهلني لها اختصاصي الدراسي أقل قبولاً من الاختصاصات الأخرى	50
					أتمنى أن تزداد أعداد الطلبة في هذا الاختصاص	51
					يشعر الطالب الذي يلتحق في هذا الاختصاص بخيبة أمل	52
					أكون مسروراً عند الاستماع الى المحاضرة من قبل المدرس	53
					لا ينمي اختصاصي الدراسي حب العمل وتقديره	54
					الإثارة والتشويق غير متوفرة في اختصاصي الدراسي	55

## دراسة تحليلية لمعوقات تنفيذ درس الملائمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م عقيل عبد الجبار عبد الرسول

جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

تمركزت مشكلة البحث في معوقات تنفيذ درس الملائمة في اغلب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة اذ ان ومن خلال عمل الباحث في مجال تدريس مادة الملاكمة لاحظ أنه من أجل تحقيق الاهداف التربوية للتدريس يتطلب الامر وجود منظومة متكاملة يتم فيها تيسير العمل بصورة أفضل للوصول بدرس الملاكمة الى مصاف الدول المتقدمة في هذه الرياضة، وهذا لا يحدث الا من خلال التخطيط العلمي والمدروس لواقع الرياضات العامة والملائمة بصورة خاصة و اهداف البحث الى التعرف على المعوقات التي تواجه درس الملاكمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة. اما تساؤلات البحث فكانت محاولة الباحث في هذه الدراسة الاجابة عن التساؤل ماهي المعوقات التي تواجه درس الملاكمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة. أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة. تحدد مجتمع البحث من بطلاب كلية التربية الرياضية المرحلة الثانية للعام الدراسي 2015 - 2016 لمحافظة ( بابل - كربلاء - الكوفة) والبالغ عددهم (320) طالب. قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث بلغت (135) من مجتمع البحث وبنسبة مئوية مقدارها (42.187%). ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث هو عدم تركيز اهتمام وحدة الانشطة في الجامعة والاتحاد العام للملائمة بالممارسات لرياضة الملاكمة في الجامعات. وعدم وجود تجهيزات كافية في قاعات درس الملاكمة في الكليات .

**Analytical study of obstacles implementation of boxing lesson in some of  
physical education and sports sciences colleges**

**By**

**Akel Abdul Jabar Abdul Rasul. Lecturer Assistant**

**University of Babylon / College of Physical Education and Sports Sciences**

**Abstract**

Research problem focused on obstacles implementation of boxing lesson in most faculties of physical education and sports sciences, that through the work of the researcher in the field of teaching staff noted that in order to achieve the educational goals of teaching it requires an integrated system in which to facilitate the work better to access boxing course to the ranks. Developed countries in this sport, can only happen through scientific and thoughtful planning of reality of general sports boxing in particular the goal of research to identify obstacles boxing lesson in some faculties of physical education and sports sciences. As for the research questions, the researcher tried in this study to answer the question of what are the obstacles of boxing lesson in some faculties of physical education and sports sciences. The researcher used descriptive method in survey method in order to suit the nature of the study. The research society of students of Faculty of Physical Education determined second phase of academic year 2015–2016 for (320) students of Babil (Karbala and Kufa) (135) of the research community and a percentage of (42.187%) The most important conclusions reached by the researcher is not to focus the attention of activities at the University and the General Federation of Boxing practices of boxing in universities. And lack of adequate equipment in boxing classrooms of colleges.

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1- المقدمة وأهمية البحث:

شهد القرن الحادي والعشرون تقدماً عالياً في جميع مجالات الحياة العامة والتربية الرياضية خاصة فارتفع مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة بفضل الدراسات والبحوث العلمية للوصول إلى المستويات العليا، كما أصبحت الرياضة أحد المظاهر الحديثة التي تعكس مظاهر تقدم الدول وحجم رقيها واهتمامها ببناء الإنسان الجديد، الدولية العالمية والأولمبية وحتى المحلية منها تعتبر محافل يتجلى فيها مستوى الأداء البدني والمهاري ولخططي لتحقيق الأداء المتميز وتحطيم الأرقام.

وتعد رياضة الملاكمة واحدة الرياضات التي تتميز عن غيرها من بعض مظاهر النشاط الرياضي في أنها ميدان للتخلص من الطاقة الزائدة والعواطف والانفعالات والرغبات المكبوتة لدى الأفراد وهي تكسب من يمارسها العادات الصحية والسلوكية السوية، وتتميز بروح المخاطرة والشجاعة وتحمل المسؤولية وإبراز قوة الشخصية والقدرة على مواجهة المواقف والمشكلات.

أن رياضة الملاكمة شأنها شأن جميع الرياضات الأخرى تواجه العديد من المعوقات التي تؤثر عليها تأثيراً بالغاً عملية التدريس، وبالتالي تؤثر على المستوى الرياضي للطلاب، وتعد هذه المعوقات العائق الرئيس للتطور والارتقاء بالمستوى التعليمي لذا يجب محاولة السيطرة على تلك المعوقات ليأخذ التدريس دوره الأساسي ويصبح بالفعل عملية تربية وتخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساساً إلى إعداد الطالب أعداداً تامة لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

ويعد علم الإدارة أصبح ضرورة من ضرورات أنشطة الحياة المختلفة للإنسان خاصة وأن العصر الذي نعيشه يتسم بالإيقاع السريع، فمجالات التربية الرياضية بدون إدارة ناجحة تقل فعاليتها وتبتعد عن أهدافها المرجوة.<sup>39</sup> ويذكر طلحة حسام الدين أن الإدارة الرياضية تلعب دوراً هاماً ورئيسياً في جميع مجالات التربية الرياضية سواء على مستوى الهيئات الرياضية أو المؤسسات التربوية أو حتى مستوى الفرق الرياضية في احتلال النشاط الرياضي مكانة لائقة في المجتمع<sup>40</sup>. ومن هنا تتجلى أهمية البحث في دراسة المعوقات التي تعيق درس الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 1-2- مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحث في مجال تدريس مادة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظ أنه من أجل تحقيق الأهداف التربوية للتدريس يتطلب الأمر وجود منظومة متكاملة يتم فيها تيسير العمل بصورة أفضل للوصول بدرس الملاكمة إلى مصاف الدول المتقدمة في هذه الرياضة، وهذا لا يحدث إلا من خلال التخطيط العلمي والمدرّس لواقع الرياضات العامة والملاكمة بصورة خاصة.

وعلى الرغم من توافر الإمكانيات الخاصة بالملاكمة، إلا أن الملاحظة المبدئية هي أن هنالك قصور في تطبيق درس الملاكمة بشكل فعال برغم من أنها تتيح الفرصة للطلبة والرياضيين بالفوائد البدنية من حيث أنها رياضة فردية تحتاج من ممارسيها أعداداً رفيعة المستوى وتدريب مستمر بالإضافة إلى الحاجة الضرورية للمحافظة على الصحة.

<sup>39</sup> عبد الحميد شرف 1999م: الإدارة في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثانية، القاهرة، مركز النشر، ص65.  
<sup>40</sup> طلحة حسام الدين وآخرون 1997م: مقدمة في الإدارة، القاهرة، مركز الكتاب والنشر، ص113.

وتأكيداً لهذه الملاحظة قام الباحث ببعض الزيارات الميدانية لقاعات كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الخاصة بدرس الملاكمة في محافظات الفرات الاوسط حيث وجد الكثير من المعوقات التي تحول دون تطبيق هذا الدرس بشكل فعال وأيماناً من الباحث بالبحث العلمي كوسيلة علمية لحل الكثير من المشكلات لذا قام دراسة تحليلية لمعوقات تنفيذ درس الملاكمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لغرض رفع واقع العملية التدريسية والتربوية في درس الملاكمة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في عموم كليات العراق.

### 1-3- أهداف البحث: يهدف البحث الى:

1- التعرف على المعوقات التي تواجه درس الملاكمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-4 تساؤلات البحث: يحاول الباحث في هذه الدراسة الاجابة عن التساؤل الاتي

1- ماهي المعوقات التي تواجه درس الملاكمة في بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 1-5- مجالات البحث:

1-5-1- المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثالثة للعام الدراسي 2015-

2016 في كليات محافظات الفرات الاوسط ( بابل - كربلاء - الكوفة).

1-5-2- المجال الزمني: للفترة بين 2016/4/1 ولغاية 2016 / 5 / 1 .

1-5-3- المجال المكاني: قاعات وملاعب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في كليات محافظات الفرات

الاوسط ( بابل - كربلاء - الكوفة).

### 2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:

#### 2-1 الدراسات النظرية:

#### 2-1-1- نبذة عن رياضة الملاكمة:

إن دراسة التاريخ تلقي لنا الضوء على الماضي الذي يوضح ضروريات العمل في حاضرتنا ومستقبلنا، حيث يمكن الاستفادة من تجارب الآخرين في الماضي وتقييمها على أسس علمية وعملية نستطيع من خلالها أن نصل إلي أحدث الطرق والوسائل التي تجعلنا نقف على أفضل مستوي وصلوا إليه وبالتالي نتعرف على المهارات والقوانين الخاصة بالألعاب والرياضات المختلفة والتي يمكن تعديلها وتطويرها طبقاً لمتطلبات وخصائص هذه الألعاب وكذلك خصائص وقدرات الأفراد الممارسين لها بما يواكب التقدم في العصر الحديث.<sup>41</sup> كانت انجلترا أول من أهتم بالملاكمة في العصر الحديث ووضعت لها القوانين والتشريعات، وكانت خطوة تاريخية فتحت المجال لانتشار الرياضة باعتبار أن القوانين وجدت لحماية أرواح اللاعبين مع توفير الإيجابية والفعالية في الملاكمة.<sup>42</sup>

ترجع نشوء رياضة الملاكمة في قطرنا العراقي الى عام 1924م أي بعد الحرب العالمية الأولى فقد مارسها الإنجليز في معسكراتهم في العراق ومن خلالهم نقلها عنهم الشباب في العراق وبعد مشاهدتها أخذوا يتدربون عليها بشكل بدائي ولكن بعد عودة الطيار حفطي عزيز إلي العراق بعد أن أكمل دراسته في انجلترا، حيث قام بنشر رياضة الملاكمة بشكلها العلمي بعد أن مارسها وتدرّب عليها في انجلترا، أشرف حفطي عزيز

<sup>41</sup> - زكي محمد حسن (1997): المدرب الرياضي اسس العمل في مهنة التدريب، ط1، منشأه المعارف، الاسكندرية.ص77  
<sup>42</sup> - إسماعيل حامد عثمان وآخرون ( 2001 ) : التعليم وتدريب الملاكمة ، ط3 ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.ص38.

علي تدريب طلبة المدارس الإعدادية والمتوسطة والصناعة والقوة الجوية وذلك للمدة من 1933-1937م، وإن أول المدارس التي مارست فيها الملاكمة هي الثانوية المركزية، المتوسطة الغربية، المتوسطة الشرقية، الكرخ، الصناعة، دار المعلمين وقد أجرت أولى بطولاتها نزالات الملاكمة للمدارس، عام 1933 وقد فازت بها المتوسطة الغربية، كما أجريت أول بطولة رسمية للمدارس عام 1934 واستمرت سنوياً، ولقد كانت تجري النزالات على حلبة نظامية وفق القوانين المحلية وكانت تدار هذه النزالات بحكم واحد وقاضيين وموقت.<sup>43</sup>

## 2-1-2- أهمية رياضة الملاكمة من الناحية التربوية:

ذكر سامي محب حافظ (2010م) حينما نتحدث عن الملاكمة وقيمتها التربوية لابد أن نضع نصب أعيننا الفروق الشائعة بين الملاكمة للهواة والمحترفين ولذلك أختلط على الناس ما تسببه الحوادث والإصابات الخطيرة التي تظهر في مباريات الاحتراف بينما يمارسها الملاكم في الهواية تحت حماية القانون حيث يضعه في أمان من الإصابات والحوادث لذا فإننا عندما نتكلم عن الأضرار التي تحققها رياضة الملاكمة نقصد الجانب المضيء منها وهو الملاكمة للهواة. وأكد قائلاً إذا كانت الملاكمة تعني النزال بين ملاكمين كل منهما يستخدم قبضتيه في تسديد اللكمات المتنوعة إلى المنطقة المصرح فيها قانوناً باللكم، حيث يكون كلا الملاكمين متكافئين في الوزن والدرجة، وفيها يستطيع الملاكم الهجوم علي المنافس ثم يقوم بالهجوم المضاد، هذا يجعلها رياضة مشوقة تحتاج جميع مهاراتها الى الرشاقة والدقة، كما أنها تنمي في الملاكم التصميم والعزيمة والثقة بالنفس والرغبة في الفوز والإقدام والشجاعة وبذلك تكسب الملاكمة ممارسيها قيماً شتى تتضح فيما يأتي:<sup>44</sup>

1. التنمية البدنية واكتساب العادات الصحية السليمة.
2. اكتساب القيم الاجتماعية.
3. تطوير وتحسين الحالة الانفعالية.
4. الاعتماد علي النفس.
5. تنمية الناحية العقلية.

## 2-1-3- معوقات ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة:

يعتمد أنتشار الرياضة على أمور عدة أهمها توفير الامكانيات المادية والبشرية المناسبة وكذلك التدييمات المقدمة من الدولة ومن الاتحاد المسئول ومن الكليات بتوفير المنشأة الرياضية والاجهزة والادوات اللازمة لممارسة اللعبة واللاعبين والاداريين ووسائل الاعلام حيث أن الاخلال في أي ناحية من هذه النواحي يمكن أ تنعكس على اللعبة في صورة تدهور لمستواها أو قصور في انتشارها وممارستها. كما يشير المختصون الى أن الاساس في توفير تلك المتطلبات السابقة يكون على عائق القائمين بإدارة النواحي الفنية والادارية للرياضة حيث أنهم المعنيين في أساس وضع أي استراتيجية إدارية وفنية لأي رياضة من الرياضات ومن تلك الرياضات رياضة الملاكمة.<sup>45</sup>

## 2-2 الدراسات المشابهة:

<sup>43</sup> - محمد جاسم عرب واخرون (2011): الملاكمة الحديثة الاسس الفنية والخطيطة ، ط1 ، دار الضياء للطباعة ، النجف الاشراف.ص39

<sup>44</sup> سامي محب حافظ (2010): المدخل الى الملاكمة الحديثة، ط3 ، مكتبة شجرة الدر، المنصورة، ص149

<sup>45</sup> - ابو العلا أحمد عبد الفتاح ، رقية أحمد فتحي (1994م): فسولوجيا الرياضة، كلية التربية الرياضية بنين الهرم، ص77

لقد أعتد الباحث على مجموعة من الدراسات المشابهة التي استطاع أن يحصل عليها في معوقات وانتشار رياضة الملاكمة في بعض الكليات والانشطة الرياضية سواء فردية او جماعية ومنها:

اسم الباحث	عنوان البحث	المنهج	العينة	النتائج
منى عادل عبد الرسول 2007 <sup>46</sup>	معوقات ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة النسائية في جمهورية مصر العربية	الوصفي	298 فرد 135 لاعبة ملاكمة 10حكام مصريين 42 مدرب ملاكمة 45 أعضاء مجلي إدارة الاتحاد ومناطقه 66 أعضاء مجلس إدارة الأندية ومراكز الشباب ومشرفي إداري الملاكمة	لقد حازت المعوقات الإدارية المرتبة الأول والمعوقات الاجتماعية المرتبة الثانية والمعوقات الاقتصادية المرتبة الثالثة والمعوقات الفنية المرتبة الرابعة
محمد شريف محمد اسماعيل 2008 <sup>47</sup>	معوقات أنتشار رياضة الملاكمة بمحافظة الوجه القبلي	الوصفي	239 بواقع 15مختصين في رياضة الملاكمة 160 اعضاء مجلس إدارات الأندية 64 مديري ومشرفي بالأندية	وجود معوقات تعيق انتشار رياضة الملاكمة تمثلت في 1- معوقات إدارية 2-معوقات اجتماعية 3- معوقات اقتصادية 4- معوقات فنية .

## 2-2-1 التعليق على الدراسات المشابهة:

لقد أعتد الباحث على مجموعة من الدراسات السابقة التي استطاع أن يحصل عليها في معوقات وانتشار رياضة الملاكمة في بعض الكليات والانشطة الرياضية سواء فردية او جماعية وأتضح أن:

1- الهدف: استهدفت الدراسات المشابهة بالتعرف على معوقات ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة في بعض الانشطة الرياضية مما أفاد الباحث في تحديد هدف دراستها.

2- المنهج: اتفقت الدراسات المرتبطة على استخدام المنهج الوصفي باستخدام الاسلوب المسحي باعتبار أنسب المناهج العلمية في مثل هذه الدراسات التي طبقت في المجال الرياضي.

3- العينة: تمثلت في معظم الدراسات على (لاعبين - ولاعبات - واداريين - ومدربين - وأعضاء مجالس إدارة).

4- أهم النتائج: اتفقت أغلب الدراسات السابقة أن المعوقات الادارية والاجتماعية والفنية والاقتصادية من أهم المعوقات التي تواجه أغلب الرياضات وبالأخص الملاكمة.

## 2-2-2 مدى أوجه استفادة الباحث من الدراسات المشابهة:

<sup>46</sup> - محمد شريف محمد اسماعيل(2008): معوقات انتشار رياضة الملاكمة بمحافظة الوجه القبلي، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.

<sup>47</sup> - 67. منى عادل عبد الرسول (2007): معوقات ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة النسائية في جمهورية مصر العربية.

- تشكيل الاطار العام لموضوع البحث الحالي صياغة أهدافه.
- اختيار المنهج المناسب لطبيعة البحث.
- كيفية اختيار ادوات البحث من مقابلة شخصية أو زيارات ميدانية ومراجع واستبيان.
- التعرف على نتائج هذه الدراسات للاستفادة منها في مناقشة نتائج البحث الحالي.

### 3-1- منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة.

### 3-2- مجتمع البحث:

تحدد مجتمع البحث من بطلاب كلية التربية الرياضية المرحلة الثانية للعام الدراسي 2015 - 2016 لمحافظة ( بابل - كربلاء - الكوفة ) والبالغ عددهم (320) طالب.

### 3-3- عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث بلغت (135) من مجتمع البحث وبنسبة مئوية مقدارها (42.187%). كما في الجدول الاتي

### جدول (1)

توصيف عينة البحث

م	المحافظة	عدد الطلاب	العينة الرئيسية	العينة الاستطلاعية
1	بابل	120	60	10
2	كربلاء	107	40	10
3	الكوفة	93	35	10
	المجموع	320	135	30

### 3-4- ادوات البحث:

#### 3-4-1 الملاحظة.

#### 3-4-2 استمارة الاستبيان:

قام الباحث بتصميم استمارة استبيان معوقات تنفيذ درس الملاكمة بالاستعانة بالمراجع العلمية والدراسات السابقة وتحليلها لوضع محاور استمارة الاستبيان والفقرات تحت كل محور.

#### 3-5- خطوات أعداد استمارة الاستبيان:

##### 3-5-1- تحديد محاور الاستمارة.

قام الباحث بإعداد محاور الاستبيان وعددها (8) محاور وتم عرضها على مجموعة من الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص وذلك بغرض استطلاع آراءهم في المحاور

الموضوعة حيث اتفق الخبراء على ثلاث محاور هي ( الاجتماعية والاقتصادية والفنية ) وكما مبين في الجدول (2).

### جدول (2)

نسبة موافقة الخبراء على المحاور استمارة معوقات تنفيذ درس الملائمة

م	المحور	الموافقون		غير الموافون	
		تكرارات	%	تكرارات	%
1	المعوقات الادارية	4	36,36	7	64,63
2	المعوقات الاجتماعية	9	81,81	2	18,18
3	معوقات اقتصادية	10	90,91	1	9,09
4	معوقات فنية	11	100	صفر	صفر
5	معوقات نفسية	4	36,36	7	64,63
6	معوقات صحية	5	45,45	6	54,55
7	معوقات تربوية	5	45,45	6	54,55
8	معوقات تكنولوجية	5	45,45	6	54,55

3-5-2 وضع الفقرات المناسبة لكل محور وعرضها على الخبراء:

قام الباحث بإعداد فقرات لاستمارة الاستبيان بالصيغة الأولية ملحق (1) إذ بلغ عدد هذه الفقرات (33) عبارة موزعة على ثلاث محاور كما مبين في الجدول (3).

### جدول (3)

عدد الفقرات بكل محور بالصيغة الأولية لاستمارة الاستبيان:

م	أسم المحور	عدد الفقرات
1	المعوقات الاجتماعية	14
2	معوقات اقتصادية	11
3	معوقات فنية	8
	المجموع	33

بعد الانتهاء من أعداد استمارة الاستبيان بصورتها الأولية تم عرضها على السادة الخبراء والبالغ عددهم (11) خبيراً لإبداء الرأي في : ملائمة الفقرات. مدى مناسبة ميزان التقدير المقترح وقد ارتضى الباحث نسبة موافقة (70%) لقبول العبارة، وقد أسفر العرض على الخبراء عن تعديل الميزان المقترح من ( يعوق \_ يعوق إلى حد ما \_ لا يعوق ) الى ( أوافق \_ الى حد ما \_ لا أوافق ). ومن خلال تفريغ النتائج توضح ان جميع الفقرات صالحة تبعا لآراء الخبراء.

3-6 الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة عشوائية من الطلاب والبالغ عددهم (30) صالبا من خارج العينة الأساسية، في يوم الثلاثاء الموافق 2016/ 4/5 وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية التعرف على التالي: مدى فهم عينة البحث في الفقرات التي يتضمنها الاستبيان.

والتعرف على زمن تطبيق الاستبيان .والتعرف على الصعوبات المحتمل ظهورها أثناء التطبيق وإيجاد المعاملات العلمية للاستبيان (الصدق، الثبات).

### 3-6-1 المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان:

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان كما يلي:

#### 1- الصدق:

##### اولا : الصدق الظاهري

قام الباحث بحساب صدق الاستمارة ( الصدق الظاهري) وذلك من خلال عرض فقرات الاستمارة على مجموعة من الخبراء وتدوين الملاحظات التي تمت الإشارة إليها.

ثانيا : صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لمحاور استمارة الاستبيان كما هو موضح في الجدول (4).

جدول (4) الاتساق الداخلي (معامل الارتباط) بين مجموع كل محور والمجموع الكلي

لاستمارة الاستبيان:

م	المحاور	ر
1	معوقات اجتماعية	0,838
2	معوقات اقتصادية	0,641
3	معوقات فنية	0,744

قيمة ر = 0,361 عند مستوى (0.05)

يوضح الجدول (4) معامل ارتباط مجموع المحاور مع مجموع الاستبيان ويتضح من الجدول ن قيمة معامل الارتباط تراوحت بين (0.641 - 0.838) وهي جميعا أكبر من القيمة الجدولية مما يشير إلى دلالة معاملات لارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي للاستمارة مما يدل على صدق تمثيل المحور للاستمارة.

جدول (5) الاتساق الداخلي (معامل الارتباط) بين فقرات ومجموع كل محور

لاستمارة الاستبيان:

م	المحور الاول	المحور الثاني	المحور الثالث
1	0,621	0,778	0,454
2	0,565	0,613	0,667
3	0,566	0,684	0,492
4	0,889	0,887	0,556

0,639	0,713	0,399	5
0,647	0,541	0,878	6
0,666	0,716	0,421	7
0,713	0,887	0,814	8
-	0,513	0,862	9
-	0,622	0,391	10
-	0,686	0,556	11
-	-	0,587	12
-	-	0,463	13
-	-	0,695	14

$r = 0.361$  عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول رقم (5) دلالة معامل الارتباط بين الفقرات ومجموع كل محور مما يدل على صدق تمثيل الفقرات للمحاور.  
2- ثبات الاستبيان:

أستخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق لحساب ثبات الاستبيان، حيث تم تطبيق الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية (30) طالب ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بعد مرور (12) يوم من التطبيق الأول حيث تم التطبيق الأول في 2016/4/5، والتطبيق الثاني في يوم 2016/4/17 كما هو مبين في جدول (6).

#### جدول (6)

معامل ثبات استمارة الاستبيان ومحاورها لعينة الدراسة الاستطلاعية قيد البحث:

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		عدد الفقرات	المحاور	م
	ع	م	ع	م			
0,723	2,23	51,68	2,98	52,87	14	معوقات اجتماعية	1
0,872	2,43	31,41	3,65	30,91	11	معوقات اقتصادية	2
0,656	3,87	44,98	2,76	45,33	8	معوقات فنية	3

$r = 0.361$  عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول رقم (6) إن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاستبيان الخاص بالمدرسين قد تراوح ما بين (0.656 - 0.872) للاستبيان ككل مما يدل على ثبات استمارة الاستبيان.  
3-7 الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق استمارة الاستبيان على العينة الأساسية وعددها (298) طالبا في الفترة من 2016/4/20 الى 2016/4/30 وبعد الانتهاء من تطبيق الاستبيان تم جمعها وتفريغ البيانات لأجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لهذه البيانات.

### 3-8 المعالجات الإحصائية المستخدمة:

أستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية Spss لمعالجة البيانات احصائيا.

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

#### 4-1 عرض النتائج :

اولا : عرض نتائج المحور الاول ( المعوقات الاجتماعية )

#### جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتكرارات والنسب المئوية لفقرات المحور الأول المعوقات الاجتماعية

المجموع التقديري	لا أوافق		إلي حد ما		أوافق		ع	م	رقم الفقرة بالمحور
	%	ك	%	ك	%	ك			
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	1
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	2
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	3
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	4
232	14.074	19	%0	-	%85.93	116	0.698	1.718	5
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	6
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	7
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	8
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	9
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	10
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	11
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	12
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	13
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	14

ثانيا : عرض نتائج المحور الثاني ( المعوقات الاقتصادية )

#### جدول (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتكرارات والنسب المئوية لفقرات المحور الثاني المعوقات الاقتصادية

المجموع	لا أوافق	إلي حد ما	أوافق	ع	م	رقم
---------	----------	-----------	-------	---	---	-----

التقديري	%	ك	%	ك	%	ك			الفقرة بالمحور
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	1
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	2
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	3
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	4
276	%0	-	%2.22	3	%97.78	132	0.147	1.977	5
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	6
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	7
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	8
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	9
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	10
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	11

ثالثا : عرض نتائج المحور الثالث ( المعوقات الفنية )

جدول (9)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتكرارات والنسب المئوية لفقرات المحور الثالث المعوقات الفنية

المجموع التقديري	لا أوافق		إلى حد ما		أوافق		ع	م	رقم الفقرة بالمحور
	%	ك	%	ك	%	ك			
170	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	1
217	%18.52	25	%2.22	3	%79.26	107	0.783	1.607	2
151	%40.74	55	%6.67	9	%52.59	71	0.962	1.118	3
161	%36.29	49	%11.11	15	%52.59	71	0.932	1.162	4
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	5
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	6
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	7
270	%0	-	%0	-	%100	135	0.00	2.00	8

4-2 مناقشة النتائج وتحليلها:

يتضح من الجدول(7) أن أهم المعوقات الاجتماعية بلغ المتوسط الحسابي (1,977) والانحراف المعياري (0,50) والنسبة المئوية (98,72) متمثلة في الآتي:

1. عدم كفاية الوعي بالنواحي التربوية لرياضة الملاكمة قد يكون سببا لعدم ممارستها في الكليات.
  2. مخاوف كثير من الأسر على ابنائهم من الإصابات عند ممارسة رياضة الملاكمة.
  3. عدم اهتمام وسائل الاعلام (سمعية - بصرية) برياضة الملاكمة في الكليات.
  4. لا تقوم الاندية ومراكز الشباب بعقد اجتماعات بأولياء الامور لتعريفهم بأهداف وأهمية رياضة الملاكمة.
  5. عدم تفهم الأسر بالدور التربوي الذي تلعبه رياضة الملاكمة في تربية ابنائهم يؤثر على عدم ممارستها.
  6. الألعاب الجماعية لها جاذبية اكثر من حيث الشهرة والمال مما يؤثر على ممارسة الملاكمة في الكليات.
  7. قلة توفر الرعاية الصحية والاجتماعية للقائمين على رياضة الملاكمة من قبل الاتحادات الفرعية والاتحاد المركزي.
  8. كثرة الواجبات المدرسية وطول اليوم الدراسي يؤثر على ممارسة رياضة الملاكمة في الاندية ومراكز الشباب.
  9. عدم اجراء فحوص طبية وبدنية تساهم في عدم ممارسة الشباب رياضة الملاكمة.
  10. لا يوجد ترابط بين المؤسسات التربوية (الاسرة - المدرسة - النادي - الكلية) التي يتعامل معها الفتیان لكي يمارسوا رياضة الملاكمة.
  11. عدم الاهتمام بالحوافز المعنوية يؤثر على عدم ممارسة رياضة الملاكمة.
  12. تفضل كثير من الأسر ان يمارس ابنائهم رياضات ليست فيها عنف وتعتقد ان رياضة الملاكمة منها.
  13. المعتقدات الراسخة في أذهان بعض اولياء الامور بان الشباب لا يجب ان يمارسون الرياضة ويتركون دروسهم وواجباتهم.
  14. تخوف الاعبين من الاستمرار في اللعبة خشية ابتعاد الاصدقاء منهم او يتحاشوهم.
- وهذا يتفق مع كل من محمد صادق علي ابراهيم (2007)<sup>48</sup> و ابراهيم احمد عبد الوهاب (2006)<sup>49</sup> ومصباح عبد الله مصطفى (2005)<sup>50</sup> بان المعوقات الاجتماعية كان لها اثر بالغ في الممارسة الرياضية وايضا البرامج التدريبية وكذلك الوصول الى المستويات العليا وتعتبر إحدى مشكلات الطلبة المتفوقين رياضيا.
- كما يتضح من الجدول رقم (8) أن أهم المعوقات الاقتصادية لدى عينة البحث بلغ اجمالي المتوسط الحسابي (1,976) والانحراف المعياري (0,600) والنسبة المئوية (98,84) وتمثلة في الآتي:
1. عدم كفاية الحوافز والمكافآت لتشجيع اللاعبين للممارسة رياضة الملاكمة.
  2. قلة التمويل الاهلي لدعم رياضة الملاكمة في مراكز السباب والاندية.

<sup>48</sup>- محمد صادق علي ابراهيم (2007): معوقات تنفيذ برنامج الرياضات الفردية للموهوبين رياضيا بالمدارس العسكرية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

<sup>49</sup>- ابراهيم احمد عبد الوهاب (2006): المشكلات الادارية والفنية التي تواجه رياضة الجمباز بصعيد مصر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.

<sup>50</sup>- مصباح عبد الله مصطفى (2005): معوقات ممارسة النشاط الرياضي لدى طلاب جامعة الزقازيق فرع بنها، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنها، جامعة الزقازيق.

3. عدم اقبال الطلاب على الدرس لقلّة الاجهزة والأدوات في الكلية.
4. عدم توفر المنشآت الرياضية المجهزة والمجهزة لممارسة رياضة الملاكمة.
5. أحجام بعض الكفاءات من المدربين والحكام والاداريين لضعف المقابل المادي.
6. عدم وجود ميزانية مخصصة في الكلية والأندية ومراكز الشباب تكفي احتياجات ممارسة رياضة الملاكمة.
7. ارتفاع اسعار الاجهزة والأدوات لممارسة رياضة الملاكمة أثرت على ضعف ممارستها في الكلية
8. عدم الاهتمام بالموارد في الكليات والأندية ومراكز الشباب لتوفير الامكانات المادية لممارسة رياضة الملاكمة.

9. الاعباء المالية وصعوبة الانتقال الى اماكن التعليم والتدريب لممارسة رياضة الملاكمة.
10. الاعباء المالية الكبيرة التي تواجه الاعبين للمشاركة في مسابقات الاتحاد العام ومن (تدريب - وممارسة - وانتقال).

11. المستوى الاقتصادي يدفع الاعبين الممارسين للرياضة بالاتجاه الى نوع آخر له شهره وكسب مادي . وهذا يتفق مع كل من أحمد علي الحجاج (1999)<sup>51</sup> محمد فكري عب المطلب (1996)<sup>52</sup> بان عدم توافر الامكانات المادية والميزانيات الخاصة يؤثر تأثيرا سلبيا على ممارسة النشاط الرياضي سواء على مستوى درس الملاكمة او مستوى ممارستها او عدد الطلاب والاعبين للاشتراك في البطولات الكبرى وأيضا عدم صرف حوافز للاعبين والاجهزة الفنية له أثر كبير في عدم تحقيق نتائج في درس رياضة الملاكمة والاستمرار فيها.

كما يتضح من الجدول رقم (9) أن أهم المعوقات الفنية لدى عينة البحث بلغ اجمالي التوسط الحسابي (1,629) والانحراف المعياري (0,535) والنسبة المئوية (81,50) وتمثلة في الاتي:

- 1- قلة دورات الصقل للمدرسين والمدربين والحكام والاداريين التي تقيمها الكليات.
- 2- قيام المدرب الواحد بتدريب اكثر من هيئة لرياضية للملاكمة.
- 3- انخفاض مستوى المدربين والحكام لرياضة الملاكمة ادى الى عدم انتشارها.
- 4- لا توجد ضوابط لمن يحق لهم القيام بعملية التدريس و التدريب لرياضة الملاكمة ادى لعدم انتشارها.
- 5- عدم كفاية المسابقات التي تنظمها الكلية والجامعة واتحاد الملاكمة.
- 6- قلة عدد الحكام والمدربين المختصين بتدريب وتحكيم رياضة الملاكمة.
- 7- اختيار الممارسين لرياضة الملاكمة لا يتم وفق اسس علمية.
- 8- عدم استخدام الاساليب العلمية الحديثة في تعليم وتدريب الملاكمين في الكليات.

وهذا يتفق مع كل من صلاح عبد القادر عتريس (2001)<sup>53</sup> ودراسة احمد علي الحجاج (1999)<sup>54</sup> حيث اشار الى أن عدم وجود خطية تدريسية وتدريبية سنوية يلتزم بها المدرسين والمدربين من المعوقات التي تعوق تنفيذ درس الملاكمة والوصول الى المستويات العليا وكذلك عدم وجود برنامج للمسابقات يلعب

<sup>51</sup>- احمد علي الحجاج (1999): المعوقات الدراسية لدى لاعبي المنتخبات القومية من طلاب الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

<sup>52</sup>- محمد فكري عب المطلب (1996): معوقات اشتراك المنتخب المصري العسكري للخماسي في بطولات العالم العسكري، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

<sup>53</sup>- صلاح عبد القادر عتريس (2001): معوقات للوصول للمستويات العليا لدى لاعبي الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق

<sup>54</sup>- احمد علي الحجاج (1999): المعوقات الدراسية لدى لاعبي المنتخبات القومية من طلاب الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

عنها مسبقا في الموسم الدراسي وبداية الموسم الرياضي وكذلك قلة الدورات التدريبية تقيمها الكليات والاتحادات المعنية من المعوقات الرئيسية التي تحول دون الاستمرار بتنفيذ درس الملاكمة والانشطة الرياضية وتحقيق نتائج عالية بالمستويات.

## الاستنتاجات والتوصيات :

### 1-5 الاستنتاجات:

- 1- عدم اهتمام الكثير من الاندية ومراكز الشباب بأدراج رياضة الملاكمة في خطة النشاط.
- 2- عدم تركيز اهتمام وحدة الأنشطة في الجامعة والاتحاد العام للملاكمة بالممارسات لرياضة الملاكمة في الجامعات.
- 3- عدم اهتمام وسائل الاعلام (السمعية - والبصرية) برياضة الملاكمة في الجامعات.
- 4- عدم وجود تجهيزات كافية في قاعات درس الملاكمة في الكليات.

### 2-5 التوصيات:

- 1- ضرورة ادراج رياضة الملاكمة ضمن خطة النشاط الرياضي في الجامعة كباقي الالعاب الاخرى.
- 2- ضرورة الاهتمام بدرس الملاكمة اهتمام اكبر من قبل وحدة النشاط الرياضي في الجامعة الاتحاد العام للملاكمة.
- 3- ضرورة اهتمام وسائل الاعلام (السمعية - والبصرية) برياضة الملاكمة والترويج لها.
- 4- ضرورة انشاء عدد كافي من القاعات التعليمية التي تسمح بتنفيذ درس الملاكمة للطلاب في الكليات.

### المصادر:

- 1- إبراهيم احمد عبد الوهاب (2006): المشكلات الادارية والفنية التي تواجه رياضة الجمباز بصعيد مصر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.
- 2- ابو العلا أحمد عبد الفتاح ، رقية أحمد فتحى (1994م):فسولوجيا الرياضة، كلية التربية الرياضية بنين الهرم.
- 3- احمد على الحجاج (1999): المعوقات الدراسية لدى لاعبي المنتخب القومية من طلاب الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- 4- احمد على الحجاج (1999): المعوقات الدراسية لدى لاعبي المنتخب القومية من طلاب الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- 5- إسماعيل حامد عثمان وآخرون ( 2001 ) : التعليم وتدريب الملاكمة ، ط3 ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- 6- زكي محمد حسن (1997): المدرب الرياضي اسس العمل في مهنة التدريب، ط1، منشأه المعارف، الاسكندرية.
- 7- صلاح عبد القادر عتريس (2001): معوقات للوصول للمستويات العليا لدى لاعبي الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق
- 8- طلحة حسام الدين وآخرون 1997م: مقدمة في الادارة، القاهرة، مركز الكتاب والنشر.

- 9- عبد الحميد شرف 1999م: الإدارة في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثانية، القاهرة، مركز النشر.
- 10- محمد شريف محمد اسماعيل (2008): معوقات انتشار رياضة الملاكمة بمحافظة الوجه القبلي، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.
- 11- محمد صادق علي ابراهيم (2007): معوقات تنفيذ برنامج الرياضات الفردية للموهوبين رياضيا بالمدارس العسكرية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- 12- محمد فكري عب المطلب (1996): معوقات اشتراك المنتخب المصري العسكري للخماسي في بطولات العالم العسكري، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- 13- مصباح عبد الله مصطفى (2005): معوقات ممارسة النشاط الرياضي لدى طلاب جامعة الزقازيق فرع بنها، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنها، جامعة الزقازيق.
- 14- منى عادل عبد الرسول (2007): معوقات ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة النسائية في جمهورية مصر العربية.

### ملحق (1)

#### استمارة معوقات تنفيذ درس الملاكمة

#### المحور الاول

#### (المعوقات الاجتماعية التي تحول دون ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة)

م	العبارات	نعم	لا
1	عدم كفاية الوعي بالنواحي التربوية لرياضة الملاكمة قد يكون سببا لعدم ممارستها في الكليات		
2	مخاوف كثير من الاسر على ابنائهم من الاصابات عند ممارسة رياضة الملاكمة		
3	عدم اهتمام وسائل الاعلام (سمعية - بصرية) برياضة الملاكمة في الكليات		
4	لا تقوم الاندية ومراكز الشباب بعقد اجتماعات بأولياء الامور لتعريفهم بأهداف وأهمية رياضة الملاكمة		
5	عدم تفهم الأسر بالدور التربوي الذي تلعبه رياضة الملاكمة في تربية ابنائهم يؤثر على عدم ممارستهم		
6	الالعاب الجماعية لها جاذبية أكثر من حيث الشهرة والمال مما يؤثر على ممارسة الملاكمة في الكليات		
7	قلة توفر الرعاية الصحية والاجتماعية للقائمين على رياضة الملاكمة من قبل الاتحادات الفرعية والاتحاد المركزي		
8	كثرة الواجبات المدرسية وطول اليوم الدراسي يؤثر على ممارسة رياضة الملاكمة في الاندية ومراكز الشباب		
9	عدم اجراء فحوص طبية وبدنية تساهم في عدم ممارسة الشباب رياضة الملاكمة		

10	لا يوجد ترابط بين المؤسسات التربوية (الاسرة - المدرسة - النادي - الكلية) التي يتعامل معها الفتيان لكي يمارسوا رياضة الملاكمة
11	عدم الاهتمام بالحوافز المعنوية يؤثر على عدم ممارسة رياضة الملاكمة
12	تفضل كثير من الاسر ان يمارس ابنائهم رياضات ليست فيها عنف وتعتقد ان رياضة الملاكمة منها
13	المعتقدات الراسخة في أذهان بعض اولياء الامور بان الشباب لا يجب ان يمارسون الرياضة ويتركون دروسهم وواجباتهم
14	تخوف الاعبين من الاستمرار في اللعبة خشية ابتعاد الاصدقاء منهم او يتحاشوهم

### المحور الثاني

#### (المعوقات الاقتصادية التي تحول دون ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة)

م	العبارات	نعم	لا
1	عدم كفاية الحوافز والمكافآت لتشجيع اللاعبين للممارسة رياضة الملاكمة		
2	قلة التمويل الاهلي لدعم رياضة الملاكمة في مراكز السباب والاندية		
3	عدم اقبال الطلاب على الدرس وممارستها لقلّة الاجهزة والأدوات في الكلية ومراكز الشباب		
4	عدم توفر المنشآت الرياضية المجهزة والمجهزة لممارسة رياضة الملاكمة		
5	أحجام بعض الكفاءات من المدربين والحكام والاداريين لضعف المقابل المادي		
6	عدم وجود ميزانية مخصصة في الكلية والأندية ومراكز الشباب تكفي احتياجات ممارسة رياضة الملاكمة		
7	ارتفاع اسعار الاجهزة والأدوات لممارسة رياضة الملاكمة أثرت على ضعف ممارستها في الكلية		
8	عدم الاهتمام بالموارد في الكليات والأندية ومراكز الشباب لتوفير الامكانات المادية لممارسة رياضة الملاكمة		
9	الاعباء المالية وصعوبة الانتقال الى اماكن التعليم والتدريب لممارسة رياضة الملاكمة		
10	الاعباء المالية الكبيرة التي تواجه الاعبين للمشاركة في مسابقات الاتحاد العام ومن (تدريب - وممارسة - وانتقال)		
11	المستوى الاقتصادي يدفع الاعبين الممارسين للرياضة بالاتجاه الى نوع آخر له شهره وكسب مادي		

المحور الثالث

(المعوقات الفنية التي تحول دون ممارسة وانتشار رياضة الملاكمة)

م	العبارات	نعم	لا
1	قلة دورات الصقل للمدرسين والمدربين والحكام والاداريين التي تقيمها الكليات		
2	قيام المدرب الواحد بتدريب اكثر من هيئة لرياضية للملاكمة		
3	انخفاض مستوى المدربين والحكام لرياضة الملاكمة ادى الى عدم انتشارها		
4	لا توجد ضوابط لمن يحق لهم القيام بعملية التدريس و التدريب لرياضة الملاكمة ادى لعدم انتشارها		
5	عدم كفاية المسابقات التي تنظمها الكلية والجامعة واتحاد الملاكمة		
6	قلة عدد الحكام والمدربين المختصين بتدريب وتحكيم رياضة الملاكمة		
7	اختيار الممارسين لرياضة الملاكمة لا يتم وفق اسس علمية		
8	عدم استخدام الاساليب العلمية الحديثة في تعليم وتدريب الملاكمين في الكليات		

دراسة مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة وفقاً للجنس والمؤهل العلمي للكوادر التعليمية في  
المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء

م.م منى أحسان

م.م ايه محمد عظيم

م.م آيات عباس علوان

محمد باقر

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

اشتملت الدراسة على خمسة أبواب تطرق الباحثون ضمن الباب الأول إلى ما يتميز به هذا العصر من تقدم علمي وتكنولوجي في جميع مجالات الحياة وباعتبار مجال التربية الرياضية أحد أبرز مجالات المعرفة الإنسانية التي تتطور ومازالت تتطور على أسس ومبادئ عمادها البحث العلمي وإلى دور الرياضة في مجتمعنا. وهدفت الدراسة الى :-

- 1- التعرف على مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة لدى أفراد عينة البحث .
  - 2- التعرف على الفرق في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة وفقاً للجنس والتخصص .
- وتضمنت فرضيات البحث :-
- هناك فروق معنوية بين المدرسين والمدرسات في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة .
  - هناك فروق معنوية في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة بين الكوادر التعليمية وفقاً للمؤهل العلمي.

أما ضمن الباب الثالث فقد استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المقارنة لتحقيق أهداف البحث ، كما اشتمل مجتمع البحث على المدرسين والمدرسات في مركز محافظة كربلاء وتم اختيار عينة البحث بواقع ( 300 ) مفردة توزعوا على المدارس بواقع (150) مدرس و(150) مدرسة . ومن خلال ما أفرزته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات ودراسة المتغيرات تم التوصل إلى استنتاجات أهمها هناك فروق معنوية في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة بين الكوادر التعليمية وفقاً للمؤهل العلمي وهناك فروق معنوية بين الذكور والإناث في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة .

## **Abstract**

### **Studying the level of cultural awareness about sports according to gender and the scientific qualification of the educational staffs in the middle and secondary schools in the center of Karbala governorate**

**By**

**Msc. Lecturer. / Ayaat Abbas**

**Ayah Mohammad**

**Mona Ehsan**

College of Physical Education and Sports Science  
Kerbala university

The study covered five chapters. The first one dealt with the scientific and technological progress in all fields of life. The field of physical education is one of the most important areas of human knowledge which is developing and continues to develop on the foundations and principles of scientific research and the role of sport in our society. Therefore, the aim of the current research was to identify

1. The level of cultural awareness about sport in the members of the research sample.
2. Identify the difference in the level of cultural awareness about sport according to gender and specialization.

The researchers used the descriptive approach (survey) for the methodology. Three hundred physical education teachers have been chosen as a construction sample, (150) males and (150) females.

The research concluded that:

1. There were a significant differences in the level of cultural awareness about sports among the educational staff according to the scientific qualifications.
2. There were a significant differences between males and females in the level of cultural awareness about sports.

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

الثقافة والوعي الرياضي مفهومان مرتبطان بتطور الإنسان وبطبيعته الاجتماعية ونشاطه العلمي والإبداعي منذ القدم ، الوعي يظهر ويتطور كجانب من ممارسة الإنسان الاجتماعي وترابطه وتفاعله القائم بينه وبين الموضوع الذي يجري التفاعل معه ، وهو وثيق الصلة باللغة التي يستطيع من خلالها أن ينقل ثمار نشاطه الى لأجيال القادمة ، ومعرفته بطبيعة الأشياء المحيطة به ، وباعتبار الرياضة شكلاً من أشكال الثقافة الاجتماعية للإنسان حيث يتميز الوعي الثقافي الرياضي للفرد في معرفته لقدراته وسلوكه العام والخاص وما يكسبه ويمتلكه من دراية ومعرفة في الجوانب الاجتماعية والنفسية والصحية والبدنية ، كونه ليس بمعزلٍ عن التغيرات المستمرة على نمط وأسلوب حياة الجماعة المحيطة به ، كما أن طابع أفكار الأفراد وتطورهم وتقدمهم مرتبط بمستوى ثقافتهم الاجتماعية والرياضية لان البحث عن المعارف الجديدة إلى جانب المعارف اليومية الفردية هو سبيل صحيح لتطور الإنسان والمحيط الذي يعيش فيه ، حيث كلما كانت المعارف أكثر قرباً لحياة الناس وواقعهم ، فإنها تساعد على اكتشاف معارف جديدة وطرق استخدامها للوصول إلى معارف أخرى .

إن كلمة (الوعي) و(الثقافة) كلمتان مترادفتان ومتشابهتان إلى حد كبير ويعتبر الوعي والثقافة من العوامل المهمة في تقدم وتطور الشعوب وفي جميع المجالات والميادين ، ونحن بصدد الكلام عن الشعور بهذا الوعي نتساءل من المسؤول عن الوعي الرياضي هل هو البيت ام المدرسة او هي ثقافة المجتمع التي تنمو مع نمو المجتمع ، كل تلك أسئلة بحاجة للنظر والتحليل ، والقصد في نهاية الأمر معرفة هل الكوادر التعليمية في مؤسساتنا التربوية تمتلك الوعي الرياضي والثقافة الرياضية التي تؤهلنا لنكون في مصاف الدول المتقدمة رياضياً كون المدارس من بين البيئات العامة التي تؤثر في الأنماط السلوكية التي تنشأ عن التطبع الاجتماعي للفرد وان الاهتمام بتلك البيئة واجبا أساسيا وضرورة ملحة باعتبار أنها المؤسسة التي ينشأ بين جدرانها الشباب الذين يعدون من أهم الثروات البشرية للمجتمع ، ومن هذا المنطلق كان واجب كليات التربية الرياضية الاهتمام بالثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع باعتبارها ركيزة يجب توفرها لدى أفراد المجتمع بجميع قطاعاته وبالأخص التعليمية ونتيجة لما تم التطرق إليه الباحثون تكمن أهمية البحث والحاجة إليه .

### 1-2 مشكلة البحث :

أن لكل مجتمع ثقافته الخاصة التي تميزه عن بقية المجتمعات وتحكمها ضوابط متعددة مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية ووسائل الإعلام ، لذا كان هناك واجب يتمثل في استمرار إشراف المجتمع من خلال مؤسساته المختلفة والمهتمة بشؤون التربية الرياضية على الأفراد في القطاعات لهذا المجتمع ، والمدرسين يعتبرون أساس الثروات البشرية في أي مجتمع ناهض ، وأيماناً بدور التربية الرياضية في أحداث تطور طاقات وقدرات الأفراد وبأسلوب علمي متكامل جسميا وعقليا ونفسيا واجتماعيا وخلقيا ويكون عائدها زيادة العطاء والإنتاج بما يعود بالخير على أفراد المجتمع ، وهو ما حث الباحثون إلى دراسة هذه الظاهرة والوقوف على واقعها الحقيقي وتحديد مستواها ، وهي محاولة علمية متواضعة أسهاما منهم خدمتا لأبناء مجتمعهم .

### 1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة لدى الكوادر التعليمية في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء .

2- التعرف على الفرق في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة وفقا للجنس والمؤهل العلمي لدى الكوادر التعليمية في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء .

#### 1-4 فرضا البحث :

- هناك فروق معنوية بين المدرسين الذكور والاناث في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة .
- هناك فروق معنوية في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة بين الكوادر التعليمية وفقا للمؤهل العلمي .

#### 1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : المدرسين والمدرسات في مركز محافظة كربلاء الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2015-2016) .

2-5-1 المجال أزماني : من 25 / 10 / 2015 ولغاية 25 / 4 / 2016.

3-5-1 المجال المكاني : المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء .

#### 2 - الإطار النظري والدراسات السابقة:

##### 2-1 مفهوم الثقافة :

تختلف الثقافة بالمفهوم الذي استخدم لوصف شخص له دراية بالموسيقى ، والأدب ، والفلسفة ، والسياسة ويجيد لغة عالمية إضافة إلى لغته ، بل وربما يتضمن أيضاً توجهات ثقافية أخرى مشتركة مع الحياة المتحضرة من المعرفة ، ومن زاوية أخرى نرى أن الثقافة الإنسانية بمفهومها التقني تتضمن سمات للسلوك اللازم للحياة اليومية مثل اللباقة الاجتماعية ، وطباع وعادات الأكل ، وفنون المجتمع المهدبة ، كما يمكن اعتبار الثقافة مجموع كمي من المعرفة البشرية وسلوكها المكتسب ضمن الإطار الاجتماعي للفرد الواحد ، وهذا يؤدي إلى التذكير بأنه يوجد كم من المعرفة لا تشترك فيه كل المجتمعات الإنسانية في أي وقت ولا يشترك فيه كل الأفراد في أي مجتمع ، أي أن هذا الكم المعرفي يكون مقصوراً على أفراد معينين في أوساط اجتماعية معينة وبالتالي فهم في أغلب الأحيان يشكلون كماً ضئيلاً في مجموعهم إلا أنهم جزء من الثقافة الإنسانية .

كما تعني المعرفة العامة والشاملة والمتكاملة<sup>(55)</sup> ، ويراه ( عبد المنعم اليسار ) " بأنها صوره لحيات الفرد تتداخل فيها مكونات اللغة التي يستخدمها مع ما يقوم به من أفعال والقيم التي يتبناها وتعتبر ضرورة هامة للمواطن والمعلم والمتعلم وهي مسؤولية الجميع حتى يصبح المناخ العام الذي يعيشه الفرد مناخاً مشجعاً ودافعاً على الثقافة والإنسان المثقف هو الذي يعرف ويفهم شيئاً عن كل شي"<sup>(56)</sup> .

<sup>55</sup> - محمد غريب (وآخرون) : المدخل إلى علم الاجتماع ، الإسكندرية ، دار المعارف الجامعية ، 1996 ، ص 264  
<sup>56</sup> - عفاف عبد المنعم ، خيرية سكري : الثقافة الرياضية للطفل ، المؤتمر العلمي الدولي الرابع لرياضة المرأة والطفل رؤية مستقبلية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، 2005 ، ص 343

ان تنوع الثقافات هو الذي يحدّد تنوع المجتمعات فإليه تعود الاختلافات الكثيرة والكبيرة في الأحوال والأوضاع وطرق التفكير وأنماط السلوك ، كما أن التنوع الثقافي هو الذي يحدّد المستويات الحضارية للمجتمعات وهو السبب في هذا التفاوت الشاسع في درجات التخلف أو التقدم، ومع كل هذا التعقيد الشديد لمفهوم الثقافة فإن أكثر القراء يتوهمون بأن (الثقافة) مفهوم شديد الوضوح جزياً على ما اعتادوا عليه في الحس العام، وهو حسٌ مبنيٌّ في الغالب على ثقافة المشافهة وليس مبنياً على المعرفة العلمية فييقون واثقين من صحة فهمهم ويظنون واهمين بأن المفهوم لا يحتاج إلى بحث ولا تعريف، ومن هنا تأتي المشكلة لأن الذي يستشكل يجتهد في البحث حتى يعرف الحقيقة فلا يطمئن حتى يزول الإشكال. أما الذي يعتقد أنه يعرف دلالات المفهوم وهو لا يعرفها فإنه يتوهم جهله علماً فيصّر عليه ويدافع عنه ويبقى مغتبطاً به مما يحول بينه وبين محاولة إدراك مفهوم الثقافة

### 3 - منهجية البحث وجراسته الميدانية :

#### 1.3 منهج البحث المستخدم:

انتهج الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المتبادلة (المقارنة) وهو ما يروونه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثهم وتحقيق أهداف دراستهم .

#### 2.3 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على المدرسين والمدرسات ضمن المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء والبالغ عددهم (1812) عنصراً للعام الدراسي 2015-2016 موزعين على (99) مدرسة ، وجاء اختيار عينة البحث بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة وبواقع (300) مفردة وشكلت ما نسبته (16.5%) من المجتمع الكلي منهم (150) من الذكور (150) من الإناث..

#### 3-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات :

#### 3-3-1 وسائل البحث :

##### 1.المصادر والمراجع العلمية

##### 2. مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة

##### 3. الاستبيان

#### 3-3-2 أدوات البحث :

○ حاسبة الكترونية نوع dell عدد/1.

○ ساعة توقيت نوع Casio عدد/1.

#### 3-4 إجراءات تحديد الوعي الثقافي حول الرياضة :

لغرض قياس وتحديد الوعي الثقافي حول الرياضة لدى المدرسين والمدرسات في مركز محافظة كربلاء تطلب ذلك من الباحثون القيام بمسح المصادر والمراجع العلمية واعتماد مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة المبني ضمن احدى الدراسات المحلية والمتضمن ( اربعة ) ابعاد وهي ( البعد النفسي ، البعد الصحي ، والبعد والاجتماعي ، والبعد المعرفي ) و ( 34 ) فقره وجميعها فقرات ايجابية توزعت بواقع (9) فقرات للبعد النفسي و(9) فقرات للبعد الصحي (8) فقرة للبعد الاجتماعي و(8) فقرات للبعد المعرفي

وقد قام الباحثون بعرض مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة وإدراجها ضمن استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين<sup>(58)</sup> لغرض التقويم والحكم على مدى صلاحية كل فقرة في قياس ما وضعت من أجل قياسه فضلاً عن إبداء الرأي حول صلاحية بدائل الإجابة المعتمدة .

### 3 - 5 التجربة الاستطلاعية :

لغرض تحديد الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس وكشف الصعوبات التي قد تواجه الباحثون عند تطبيق المقياس على أفراد عينة البحث وبالتالي تلافيتها استطلع المقياس بتاريخ / 11 / 1 / 2016 على عينة مكونة من (20) مفردة من الذكور والإناث تم اختيارهم عشوائياً من عناصر المجتمع المبحوث ، وقد تبين أن الفقرات كانت واضحة وان الوقت المستغرق للإجابة كان ما بين (7 - 13) دقيقة وبذلك أصبح المقياس جاهز للتطبيق على أفراد التجربة الأساسية .

### 3 - 5 - 1 الأسس العلمية للمقياس :

تعد الخصائص السيكومترية المتمثلة بالصدق والثبات من أهم شروط جودة وصلاحية المقاييس المستخدمة في عملية القياس والتقويم .

أولاً : صدق المقياس :

يشير صدق الاختبار إلى "الصحة أو الصلاحية إلى أن الاختبار يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لقياسها دون أن يقيس وظيفة أخرى إلى جانبها"<sup>(58)</sup> . وقد تحقق الباحثون من صدق مقياس الوعي الثقافي من خلال مؤشر صدق المحتوى عندما عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين لإقرار صلاحية فقراته في قياس الوعي الثقافي حول الرياضة لدى الكوادر التعليمية في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء .

ثانياً : ثبات المقياس :

يشير الثبات إلى "أن الاختبار موثوق به ويعتمد عليه أو ان درجة الفرد لا تتغير جوهرياً بتكرار إجراء الاختبار أو اتساق نتائج الاختبار مع نفسها"<sup>(59)</sup> . وللتحقق من ثبات مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة استخدم الباحثون طريقة الفاكرونباخ ، وتهدف هذه الطريقة للوصول إلى قيمة تقديرية لمعامل ثبات

\* أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياس عليهم :

- 1- أ.د. علي عبد الحسين - كلية التربية الرياضية ، جامعة كربلاء .
- 2- أ.د. رابعه حسن - مناهج - كلية التربية الرياضية ، جامعة كربلاء .
- 3- أ.د. عبد الستار حمزه - قياس وتقويم - كلية التربية للعلوم الإنسانية ، جامعة كربلاء .
- 4- أ.د. حيدر اليعقوبي - علم نفس - كلية العلوم الصرفة ، جامعة كربلاء .
- 5- أ.م.د. حسين عبد الزهره - علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء .
- 6- أ.م.د. حسن علي حسين قياس وتقويم - كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء .
- 7- أ.م.د. عزيز كريم وناس - علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء .
- 8- أ.م.د. وسام صلاح - تعلم حركي - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء .

58 - صلاح الدين محمود علام : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس : ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2007 ، ص89 .

59 - سبيع محمد أبو لبة : مبادئ القياس النفسي والتقويم التربوي ، ط1 ، عمان ، دار الفكر العربي ، ناشرون وموزعون ، 2008 ،

الاختبارات التي تكون درجات مفرداتها متعددة أي تتطلب إجابة لاستبانة أكثر من بديلتين ، ولإيجاد الثبات بطريقة الفاكرونباخ لمقياس الوعي الثقافي اعتمد الباحثون على بيانات أفراد التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (20) مفردة من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) وقد بلغ (0.899) وهو معامل ثبات عالي وموثوق به .

### 3 - 6 التجربة الأساسية :

بأشر الباحثون بتنفيذ التجربة الأساسية للبحث وتطبيق مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة على الكوادر التعليمية ضمن المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء خلال المدة من / 15 / 2016 إلى / 15 / 3 / 2016 .

### 3 - 7 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في المواضيع التالية :

- الوسط الحسابي
- الوسط الفرضي
- الانحراف المعياري
- اختبار (T) لعينة واحدة
- اختبار (T) لعينتين مستقلتين ومتساوية بالعدد
- اختبار (T) لعينتين مستقلتين وغير متساوية بالعدد

### 4- نتائج البحث عرضها وتحليلها ومناقشتها :

#### 4 - 1 واقع مستوى الوعي الثقافي لدى أفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها :

تحقيقاً لهدف الدراسة الاول المتضمن ( التعرف على مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة لدى الكوادر التعليمية في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء ) وبعد استكمال تطبيق المقياس على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (300) مفردة والمتضمن (34) فقرة سعى الباحثون إلى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات (150) مفردة من المدرسين و(150) مفردة من المدرسات على المقياس وعند تقسيمهم من حيث المؤهل العلمي تبين أن هناك (234) من حملة شهادة البكالوريوس و(66) من حملة شهادة الماجستير ، وبعد الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية والوسط الفرضي للمقياس البالغ (70) من خلال استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والتعرف على واقع مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة لدى الكوادر التعليمية في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء للعام الدراسي (2015- 2016) . أوضحت النتائج المتعلقة بتحليل البيانات أن الوسط الحسابي المتوقع لدرجات أفراد عينة البحث من الذكور قد بلغ (78.42) درجة وبانحراف معياري قدره (9.96) درجة ، وان الوسط الحسابي المتوقع لدرجات عينة البحث من الإناث قد بلغ (63.86) وبانحراف معياري قدره (12.52) وان الوسط الحسابي المتوقع لدرجات حملت شهادة البكالوريوس قد بلغ (67.88) وبانحراف معياري قدرة (10.73) وان الوسط الحسابي المتوقع لدرجات حملت شهادة الماجستير قد بلغ (72.04) وبانحراف معياري قدرة (12.94) ، وعند إجراء المقارنة بين الأوساط الحسابية والمتحققة والوسط الفرضي للمقياس تبين أن هناك فروقاً إحصائية والجدول (1) يبين ذلك .

### جدول (1)

يبين دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية المتحققة والوسط الفرضي لمقياس الوعي الثقافي حول الرياضة

الدلالة الإحصائية	قيم (ت)		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الحجم	العينة
	أجدوليه	المحسوبة						
معنوي	1.96	7.02	149	70	9.96	78.42	150	ذكور
معنوي		5.27	149		12.52	63.86	150	إناث
عشوائي	1.98	1.63	234		10.73	67.88	234	بكالوريوس
عشوائي	2.04	1.48	65		12.94	72.04	66	ماجستير

من خلال ملاحظة الجدول (1) يتبين أن الفرق لصالح الوسط الحسابي المتحقق لعينة (المدرسين الذكور) وهذا يدل على أن مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة هو مستوى فوق الوسط . ويرى الباحثون أن آراء وميول واعتقادات أفراد عينة الدراسة تلعب دوراً هاماً في مواقفهم واستجاباتهم وهذا يبني على مشاعر الحب والكرهية التي تنتاب الأفراد من المدرسين نحو الرياضة .

وتبين أيضاً أن الفرق لصالح الوسط الفرضي لمقياس الوعي الثقافي لدى عينة ( المدرسات الإناث) في المدارس المتوسطة والثانوية مركز محافظة كربلاء وهذا يؤشر أن أغلبية المدرسات يتمتعن بمستوى منخفض من الوعي الثقافي حول الرياضة لان استجابتهن على هذا المتغير أشرت درجات منخفضة ، وتبين ان هناك فرقا لصالح الوسط الفرضي لمقياس الوعي الثقافي لدى الكوادر التعليمية ضمن المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء من حملت شهادة البكالوريوس ، وهذا يؤكد ان اغلب المدرسين والمدرسات من حملت شهادة البكالوريوس يتمتعون بمستوى منخفض من الوعي حول الرياضة ، وتبين ايضا ان الفرق لصالح الوسط الحسابي المتحقق لعينة الكوادر التعليمية من حملت شهادة الماجستير ، حيث يرى الباحثون أن أهمية الوعي الثقافي حول الرياضة هي مكسب اجتماعي وحضاري وثقافي وهي نتيجة أسباب شخصية ونفسية واجتماعية ويعد هذا الانخفاض لعدم التوافق الشخصي والاجتماعي للكوادر التعليمية من المدرسات وحملت شهادة البكالوريوس وطبيعة المجتمع والمسؤوليات الحياتية المطلوبة منهم .

### 4-2 دراسة الفرق في الوعي الثقافي لدى افراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها :

لغرض التعرف على حقيقة الفرق في مستوى الوعي الثقافي لدى الكوادر التعليمية في مركز محافظة كربلاء وفقا للجنس والمؤهل العلمي سعى الباحثون إلى استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة كوسيلة إحصائية بهدف معرفة ما إذا كانت هذه الفروق ( إن وجدت ) راجعة إلى اختلاف حقيقي بين المدرسين الذكور والإناث وحملت شهادة البكالوريوس والماجستير أو إلى المصادفة حيث يقوم هذا الإجراء على أساس الحصول على قيمة (T) المحسوبة والتي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها مع قيمة (T) أجدوليه ، والجدول (2) يبين ذلك .

### جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية لدرجات افراد عينة البحث على مقياس الوعي الثقافي وفقا للجنس والمؤهل العلمي

الدلالة	قيمة T	درجة	الانحراف	الوسط	حجم العينة
---------	--------	------	----------	-------	------------

العينة	الحسابي	المعياري	الحرية	المحسوبة	الجدولية	معنوي
الذكور	150	78.42	9.96	14.49	1.96	معنوي
الإناث	150	63.86	12.52			
بكالوريوس	234	67.86	10.73	1.72	عشوائي	عشوائي
ماجستير	66	72.04	12.94			

ومن خلال الجدول (2) يتبين أن النتائج المتعلقة بتحليل البيانات الخاصة بمقياس الوعي الثقافي حول الرياضة لدرجات الكوادر التعليمية للمدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء فقد بلغ الوسط الحسابي لعينة الذكور (78.42) درجة وبانحراف معياري قدره (9.96) وبلغ الوسط الحسابي لعينة الإناث (63.86) درجة وبانحراف معياري قدره (12.52) وعند إجراء المقارنات بين الوسطين تبين أن هناك فرقا دالا إحصائيا لان قيمة (T) المحسوبة البالغة (14.49) هي اكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (298) ويعزى الباحثون هذه الفروق إلى قيمة درجة الوسط الحسابي للمدرسين الذكور كونها اكبر من قيمة درجة الوسط الحسابي للمدرسات مما يؤكد أن المدرسين الذكور هم يتميزون بمستوى أفضل من المستوى الثقافي حول الرياضة ، حيث يحاول الافراد تحقيق ذاتهم ولاسيما الذكور فضلا عن المناخ والبيئة الاجتماعية وما يرافقها من متطلبات الحياة والمجتمع العراقي والذي يفرض على الإناث تقاليد وبيئة اجتماعية معينة . ويرى الباحثون أن هناك مجموعة من الظروف الاجتماعية والبيئية تؤدي بالرجل إلى أن يعد نفسه (كفنا ومنجزاً) ومتعدد المواهب وعندما يولد لديه هذا المفهوم صاحبه شعور عالي في تقدير الذات .فضلا عن أساليب التنشئة الاجتماعية التي تستخدمها معظم الأسر العراقية تشجع على خلق رجل يتميز بمستوى من الوعي الثقافي حول الرياضة لان المدرسة والنادي وفريق الحي والمنتخب هي تنظيمات اجتماعية وان صغر حجمها إلا أن العمل داخلها باتجاه أهداف مشتركة ينمي حالة الانتماء والولاء . وعند تحليل بيانات المدرسين وفقا للمؤهل العلمي في المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء فقد بلغ الوسط الحسابي لدرجات المدرسين من حملت شهادة البكالوريوس (67.88) درجة وبانحراف معياري قدره (10.73) درجة ، وبلغ الوسط الحسابي لدرجات المدرسين من حملت شهادة الماجستير (72.04) درجة وبانحراف معياري قدره (12.94) درجة ، وعند الاستدلال عن معنوية الفرق تبين أن هناك فرقا عشوائيا بين الوسطين لان قيمة (T) المحسوبة والبالغة (1.72) اقل من قيمتها الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (298) وتحت مستوى دلالة (0.05) وهذا يؤكد أن هناك تباينا واختلافا بين الوسطين الحسابين عشوائيا وراجعا إلى المصادفة . ويرى الباحثون أن احد الأسباب الكامنة وراء ذلك هو القيمة الثقافية التي باتت تمثلها الرياضة للأفراد من المدرسين من حملت الشهادات العليا وإسهامها في تكون الهوية الثقافية للمجتمعات ولما كانت المعارف والخبرات هي مرتكزات البناء الثقافي فان الكم الكبير الذي تحويه التربية الرياضية منها بسبب تعدد مجالاتها وتنوعها بين صحي وتربوي واجتماعي ونفسي وبدني وتروحي يجعل الثقافة الرياضية رافدا من روافد الثقافة العامة للفرد والمجتمع .

5 - الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة توصل الباحثون الى عدة نتائج :

1. تتمتع الكوادر التعليمية في مركز محافظة كربلاء الذكور بمستوى مرتفع من الوعي الثقافي حول الرياضة .
2. وجود فروق حقيقية في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة بين مدرسي ومدرسات المدارس المتوسطة والثانوية في مركز محافظة كربلاء .
3. وجود فروق عشوائية في مستوى الوعي الثقافي حول الرياضة بين الكوادر التعليمية من حملت شهادة البكالوريوس والماجستير في مركز محافظة كربلاء .

## 2-5 التوصيات :

من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة خلص الباحثون الى عدة توصيات :

1. إجراء دراسات مشابهة تعتمد جوانب رياضية ونفسية واجتماعية أخرى للكوادر التعليمية .
2. إجراء دراسات تتضمن متغيرات الدراسة الحالية وعلى مؤسسات أخرى وتشمل عينات أوسع .
- 3.

### ملحق (1)

#### مقياس الوعي الثقافي حول الرياضة تعليمات المقياس

عزيزي : المدرس / المدرسة :-

في أدناه بعض التعليمات ، يرجو الباحثون منكم قراءتها بعناية من أجل الإجابة الدقيقة على

الفقرات . وهي :-

- 1- عدم ذكر الاسم .
- 2- عدم ترك أي فقرة بلا إجابة .
- 3- ضرورة الإجابة بصراحة وبدقة .
- 4- ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للإجابة .
- 5- وضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك وأمام كل فقرة كما في المثال .
- 6-

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	قليلاً
1	ممارسة الرياضة تساعد الطلبة بعدم الإصابة بالأمراض		√	

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	قليلاً
1/1	ممارسة الرياضة تزيد الثقة بالنفس لدى طلبة الجامعات			
2/2	ممارسة الرياضة تكسب طلبة الجامعة الصحة والنشاط الدائم			
3/3	ممارسة الرياضة بين الطلاب والطالبات معا تعمل على النمو الاجتماعي السليم			
4/4	ممارسة الرياضة في وقت الفراغ تكسب الطلبة المعلومات المفيدة			

			ممارسة الرياضة تساعد الطلبة على الشعور بالرضا عن الذات	1/5
			ممارسة الرياضة تساعد الطلبة بعدم الإصابة بالإمراض	2/6
			ممارسة الرياضة بانتظام تكسب الطلبة الشهامة والمرورة	3/7
			قراءة الصحف الرياضية يؤدي إلى ارتفاع مستوى معارف وثقافة الطلبة	4/8
			للرياضة أهمية في علاج بعض الحالات العصبية التي يتعرض لها الطلبة	1/9
			تساهم الرياضة في العلاج الطبيعي بعد التئام الكسور	2/0
			تساهم الرياضة في تحقيق الأهداف الشخصية لدى الطلبة	3/11
			تسهم وسائل الاعلام في نشر الوعي الرياضي لدى الطلبة من الجنسين	4/12
			ممارسة الرياضة تساعد على تحمل المسؤولية لدى الطلبة	1/13
			تساعد الرياضة على اكتساب القوام السليم للجسم	2/14
			الالتزام بممارسة الالعاب الجماعية ينمي روح التعاون مع الجماعة	3/15
			يكتسب الفرد معلومات ومعارف صحية ورياضية من خلال ممارسة الرياضة	4/16
			ممارسة الرياضة تعمل على تنمية الارادة والاصرار لبذل الجهد لأداء الواجبات	1/17
			استخدام الحركات البدنية والرياضية تساعد في علاج الامراض العضوية والعظمية	2/18
			ممارسة الرياضة يساعد على تكوين الشخصية القيادية	3/19
			البرامج التلفزيونية الرياضية تكسب الفرد المعلومات والمعارف الصحيحة من خلال المشاهدة	4/20
			ممارسة الرياضة تساعد على الشعور بالرضا عن الذات	1/21
			للرياضة اهمية في علاج النفس والامراض المختلفة	2/22
			ممارسة الرياضة تتيح الفرصة لاكتساب قيم اجتماعية سليمة	3/23
			قراءة الصحف الرياضية يؤدي الى ارتفاع مستوى الثقافة الرياضية لدى الطلبة	4/24
			الحالات الانفعالية التي تصاحب الرياضي من فرح وحزن تساعده على التحكم في انفعالاته بدرجة كبيرة	1/25
			تحتل الرياضة ركنا اساسيا في العلاج الطبيعي وبعض التشوهات	2/26
			ممارسة الرياضة تؤدي الى تقبل مواقف عدم النجاح عند الطلبة	3/27
			الاهتمام بقراءة الصحف الرياضية بانتظام تجعل القارئ يتجنب بعض المعتقدات الخاطئة	4/28
			تكسب الرياضة لممارسيها التكيف النفسي يعطي القدرة على التعامل مع الاخرين	1/29
			لممارسة الرياضة فوائد بدنية وصحية نتيجة لتحريك عضلات الجسم	2/30
			الالتزام بممارسة الرياضة ينمي التعاون مع الغير لدى الطلبة	3/31
			اهتمام الدولة بالرياضة يزيد الوعي المعرفي بصورة فعلية وجدية	4/32
			ممارسة الرياضة تكسب الطلبة الاحساس بقيمة ذاته ومعرفته باهتماماته واحتياجاته	1/33
			ممارسة الرياضة تساعد على النوم المبكر لأخذ قسط وافر من الراحة	2/34

## تأثير تدريبات تحمل القوة على بعض القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم

م.د. واثق محمد البعاج

جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

يرتبط التغيير الحاصل بقدرات اللاعبين أثناء أداء الحركات والمهارات الرياضية بالمبادئ التدريبية لمعظم الصفات البدنية ومن المعروف إن أداء اللاعبين بكرة القدم يتعلق بمبدأ قدرات اللاعب . وعليه جاءت الأهداف الرئيسية للبحث كالآتي  
إعداد منهج تدريبي بأسلوبي تدريبات تحمل القوة على بعض القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم .

التعرف على تأثير تدريبات تحمل القوة على بعض القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة

القدم

ولتحقيق تلك الأهداف أستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوبه المجموعتين المتكافئتين ، فيما تمثلت أدوات البحث بلاعبي كرة القدم المنتمين إلى نادي الديوانية الرياضي / العراق ، البالغ عددهم (14) لاعباً ، فضلاً عن وسائل جمع البيانات . . . وبعد سلسلة الإجراءات المتمثلة في التأكد من صلاحية الاختبارات ، باشر الباحث بإجراءات البحث الميدانية من حيث تطبيق الاختبارات القبلي وتنفيذ تدريبات تحمل القوة على المجموعة التجريبية وإجراء الاختبارات البعدية ، وباستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة النتائج بما يخدم البحث ويحقق الأهداف ، استنتج الباحث تدريبات تحمل القوة خلال فترة الأعداد الخاص للاعبي كرة القدم كانت ذات تأثير فعال في تحسن قدرات اللاعبين اللاهوائية . هناك تطور في القدرات الهوائية للمجموعة التجريبية نتيجة استخدام تدريبات تحمل القوة . نظام الطاقة السائد في كرة القدم يعتمد على النظام الفوسفاجيني واللاكتيكي بدرجة أكثر ويليهما النظام الهوائي بدرجة أقل .

**The impact of strength training exercises on some anaerobic and aerobic abilities of football players**

**By**

**Wathiq Mohammed Al-Baaj Ph.D. Lecturer**

**University of Qadisiyah / College of Physical Education and Sports Sciences**

**Abstract**

**Performance of football players is related to the principle of player's abilities. Training curriculum with exercises that hold strength on some of anaerobic and aerobic abilities of football players.**

**Identify the impact of strength training exercises on some anaerobic and aerobic abilities of football players**

**To achieve these goals, the researcher used experimental method, two equal groups. The research sample was 14 football players belonging to the Diwaniyah Sports Club / Iraq, as well as the means of data collection. . . After the series of procedures to ensure the validity of the tests, the researcher began the field research procedures in terms of the implementation of tribal tests and implementation of force training exercises on the experimental group and conduct remote tests, and using the appropriate statistical means to address the results to serve the research and achieve the objectives, Special numbers for football players have been instrumental in improving the abilities of anaerobic players. There is an evolution in the aerobic capabilities of the experimental group due to the use of abilities of players in the performance.**

## 1- التعريف بالبحث.

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته.

التقدم العلمي أخذ خطأ واسعة في مختلف المجالات ومنها المجال الرياضي الذي يعتبر من المجالات المهمة التي من خلال ذلك التقدم بدأت بتطوير مستوى الرياضيين لمراتب لم تكن موجودة في السابق ، ويرتبط تطوير المستوى لدى الرياضيين على مجموعة من العلوم التي أستفادت من التقدم العلمي ومنها علم التدريب الرياضي الذي يعتبر من العلوم المهمة والمبنية وفق اسس علمية دقيقة مرتبطة بتطوير الكفاءة الوظيفية ومستوى اتقان المهارة والابداع والتفنن في العمل المهاري والبدني أذ إن تطوير الرياضيين وصولاً للمستويات العليا يعتمد ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بتنفيذ تدريبات تعمل على تطوير مستوى تحمل القوة والقدرات اللاهوائية والهوائية وبالتالي تزيد من تحسين مستوى الاداء ومنها لعبة كرة القدم التي تعتبر من الالعاب التي تتطلب قدراً عالياً من تحمل القوة نتيجة ارتباط الاداء بالقوة وكذلك التحمل خلال فترات المباريات حتى يكون اللاعب في مستوى مناسب ومثالي خلال فترات المباريات المختلفة ، ويكون التعرف على مدى صلاحية الرياضي في لعبة كرة القدم المناسبة أثناء ممارسة النشاط المنظم لعدة سنوات ، فضلاً عن الاختبارات البدنية والتي تسمح بالتنبؤ بمستوى البدني والمهاري للاعب ، إذ أن الأسلوب العلمي في اختيار الرياضي للعبة المناسبة يعتمد على القياسات الفسيولوجية والقدرات البدنية المتمثلة بالتحمل الهوائي واللاهوائي والقوة العضلية والسرعة وتعد قدره تحمل القوة بالإضافة الى القدرات اللاهوائية والهوائية الاخرى من القدرات البدنية الضرورية لجميع أنواع الأنشطة الرياضية التي تحتاج الى مستوى معين من القوة العضلية لفترات طويلة مع مواءمة تكرار الأداء ، وتمارينها مثلاً ضد مقاومة العوامل البيئية الخارجية كالجري على الرمال ، أو محاولة صعود بعض التلال أو تمارين صعود السلم ومن أهم الطرق الرئيسية لتنمية تحمل القوة تتلخص في زيادة عدد مرات تكرار التمارين أو المجموعات مع تميز الحمل بالشدة المتوسطة بالإضافة الى محاولة العمل على تقصير فترات الراحة تدريجياً.

وتكمن أهمية البحث في أن تكون هناك تدريبات بأسلوبين تحمل القوة في تطوير مستوى القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم .

### 1-2 مشكلة البحث.

من خلال ملاحظة الباحث وسؤال الخبراء والمختصين والمدربين في مجال كرة القدم من قبل الباحث أشاروا الى وجود ضعف في مستوى تحمل القوة وبالتالي يرجع سلباً على القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم لذا ارتأى الباحث الى دراسة هذه المشكلة إذ سيكون الهدف هو تنمية القدرات اللاهوائية والهوائية من خلال استخدام تدريبات تحمل القوة من أجل الوصول الى الحلول المناسبة من أجل تحسين وتطوير مستوى لاعبي كرة القدم ويمكننا نلخص مشكلة البحث بالتساؤل التالي (( هل تدريبات تحمل القوة ستعمل على تطوير القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم .

### 1-3 أهداف البحث.

يهدف البحث الى:-

✚ إعداد منهج تدريبي بأسلوبين تدريبات تحمل القوة على بعض القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم .

التعرف على تأثير تدريبات تحمل القوة على بعض القدرات اللاهوائية والهوائية لدى لاعبي كرة القدم

#### 1-4 فروض البحث.

يفترض الباحثين مايلي:-

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية ولصالح الأختبار البعدي .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبار أبعدي ولصالح المجموعة التجريبية الأولى .

#### 1-5 مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري:- لاعبي كرة القدم لنادي الديوانية للعام 2016 - 2017.

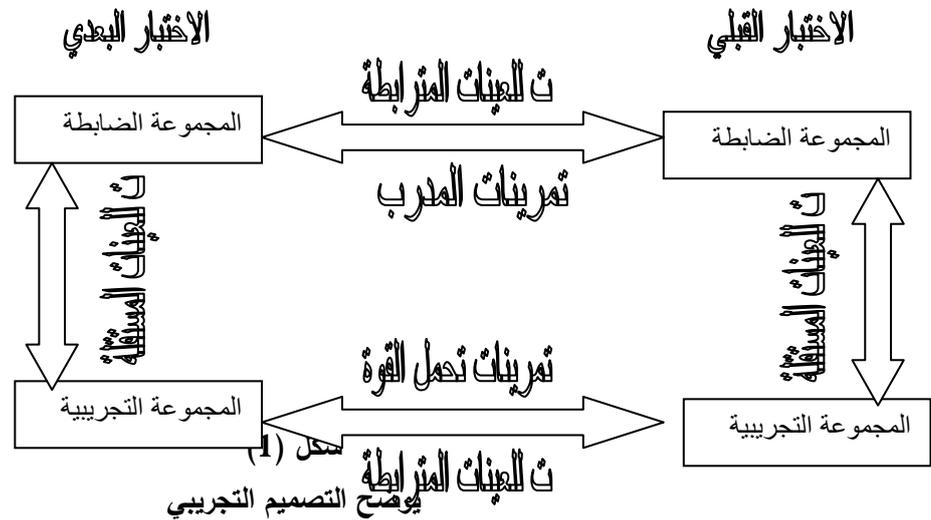
1-5-2 المجال المكاني:- ملعب نادي الديوانية الرياضي.

1-5-3 المجال الزمني:- للفترة من 2016/9/1 ولغاية 2017/ 2 /28.

#### 2- منهجية البحث وأجراءاته الميدانية.

#### 2-1 منهج البحث.

أستخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة البحث.



#### 2-2 مجتمع وعينة البحث.

قام الباحث باختيار مجتمع البحث من لاعبي نادي الديوانية بكرة القدم والبالغ عددهم (24 لاعباً) للموسم 2016-2017 وتم اختيار (14 لاعباً) وهم يشكلون نسبة (58.33%) من مجتمع البحث ، وتم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (7 لاعبين) لكل مجموعة وتم تقسيمهم الى مجموعتين

بالطريقة العشوائية البسيطة التجريبية تستخدم تدريبات تحمل القوة والضابطة تستخدم تدريبات المدرب وتم إجراء التجانس والأعتدالية لعينة البحث وكما في الجدول (1) .

### الجدول (1)

يبين تجانس وأعتدالية عينة البحث

ت	المجموعات	المتغيرات	وحدة القياس	س	± ع	الوسيط	معامل الالتواء	معامل الاختلاف
1	التجريبية	الطول	سنتيمتر	170.83	4.167	171	0.101	2.439
2		الوزن	كيلو غرام	69.500	1.870	69	0.000	2.690
3		العمر	سنة	22.166	1.471	22.500	-0.418	6.636
4		العمر التدريبي	سنة	7.666	1.632	7.500	0.383	21.288
5	الضابطة	الطول	سنتيمتر	170.16	1.940	169.50	0.638	1.140
6		الوزن	كيلو غرام	69	1.788	69.500	-0.943	2.591
7		العمر	سنة	22.471	0.752	22	-0.313	3.346
8		العمر التدريبي	سنة	7.333	1.751	7.500	0.248	23.878

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة و أدوات البحث العلمي:-

3-3-1 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة:-

- استمارات تفرغ بيانات اللاعبين .
- ساعات توقيت عدد (4) .
- جهاز الكتروني(الرساميتير) لقياس الطول و الوزن.
- كاميرا تصوير عدد (1) .
- حاسوب نوع DELL عدد (1) .
- كرات قدم عدد (15).
- ملعب كرة قدم قانوني مع كافة التجهيزات للمباريات الرسمية .
- أشرطة لاصقة عدد (2) .

- صافرات عدد ( 2 ) .
- شريط قياس عدد(2) .
- أعمدة خشب عدد (2).
- حبل مطاط (2م).

### 3-3-2 أدوات البحث العلمي :-

"وهي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت: ولهذا استعان الباحث بالأدوات التي تضمن تحقيق الهدف البحث ومنها :-

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- شبكة الانترنت .
- المقاييس .
- المقابلات الشخصية .
- كادر العمل المساعد \*

### 3-4 إجراءات البحث الميدانية :-

#### 3-4-1 التجربة الاستطلاعية :-

أن التجربة الاستطلاعية " هي طريقة عملية لكشف المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء القيام بالتجربة الرئيسية وعد مسبق لمتطلبات التجربة من حيث الوقت، الكلفة، الكوادر المساعدة، صلاحية الأجهزة و الأدوات وغيرها، وهي دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينه صغيره قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وبناءاً على ذلك أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الجمعة الموافق 16 / 9 / 2016 الساعة التاسعة في ملعب الديوانية على عينة من (8) لاعبين من نفس مجتمع البحث .

#### 3-4-2 الأسس العلمية للاختبارات :-

##### 3-4-2-1 الصدق :-

أن من أهم الأمور التي يجب أن يتميز بها الاختبار هو الصدق، والصدق يعني أن يكون الاختبار قادراً على قياس السمة أو الظاهرة أو الصفة التي وضع لأجلها ، لذلك قام الباحث بإيجاد معامل الصدق الذاتي وهو يمثل جذر معامل الثبات وكما في الجدول(2) .

3-4-2-2 الثبات :- قام الباحث باستعمال طريقة إعادة الاختبار لإيجاد معامل الثبات إن بهذه الطريقة يمكن إعادة البحث على العينة نفسها مرتين أو أكثر تحت ظروف متشابهة قدر الإمكان . ومن أجل إيجاد معامل الثبات تم إعادة الأختبار على عينة التجربة الاستطلاعية بعد مرور أسبوع وذلك يوم السبت الموافق (2016/9/24) إذ استعمل قانون معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لاستخراج معامل الثبات، وكما في الجدول (2).

3-4-2-3 الموضوعية :- يقصد بموضوعية الاختبار المقياس عدم تأثر الأحكام الذاتية من قبل المختبر أو أن توافر الموضوعية دون تحيز والتدخل الذاتي من قبل المختبر فكلما زادت درجة الذاتية على الأحكام كلما

(\* كادر العمل المساعد . مدربي نادي الديوانية

- حيدر حسين شمران / مدرب نادي الديوانية .
- ماجد عبد الحميد / مساعد مدرب نادي الديوانية .
- حاتم شلال مسير / مدرب حراس المرمى في نادي الديوانية .

قلت نتيجة الموضوعية ، ولذلك تم أيجاد الموضوعية من خلال أخذ درجات اثنين من المحكمين وتم أيجاد معامل الارتباط البسيط بينهما كما في الجدول (2) .

### الجدول (2)

يبين المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث

معامل الموضوعية	معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	الاختبارات	القدرات
0.98	0.95	0.93	القرصاء	تحمل القوة
0.99	0.97	0.96	الوثب العمودي سارجنت	اللاهوائية اللاكتيكية
0.94	0.93	0.91	الخطوة اللاهوائية	اللاهوائية اللاكتيكية
0.91	0.92	0.90	الخطوة لهارفرد	الأوكسجينية

### 3-5 التجربة الرئيسية للبحث :-

#### 3-5-1 الأجراء القبلي :

تم إجراء الاختبارات والقياسات القبلية في يوم الثلاثاء 27 / 9 / 2016 الساعة التاسعة صباحاً تم أجراءها للاعبين (14) للمجموعتين التجريبية والضابطة لكل من اختبار تحمل القوة واختبارات القدرات اللاهوائية والهوائية لكل لاعب، حيث حرص الباحث على توفير الظروف نفسها من المكان والزمان والأدوات المستخدمة وفريق العمل المساعد والأسلوب التطبيقي للاختبارات .

#### 3-5-2 المنهج التدريبي :

تم تطبيق المنهج التدريبي بتاريخ السبت 2016/10/1م ولغاية السبت 2016/11/26م ، على مجموعة البحث التجريبية ولمدة (8 أسابيع)، (16 وحدة تدريبية) وبيواقع (2وحدات تدريبية في الأسبوع) واشتملت الوحدات التدريبية على تدريب تحمل القوة كانت الشدة المستخدمة في التدريب تتراوح ما بين (60-90%) وكانت التكرارات للمجاميع من (4-6) وبعد الانتهاء من المنهج التدريبي قام الباحث بالتجربة الرئيسية للبحث باختبار العينة بتاريخ 30 الأحد 27 / 11 / 2016م باختبار العينة باختبار تحمل القوة والقدرات اللاهوائية والهوائية ومعرفة تأثير المنهج التدريبي .

#### 3-5-3 الأجراء البعدي :-

أجرى الباحث الاختبارات البعدية بتاريخ الأحد الموافق 27/11/2016م بالإجراءات السابقة نفسها في الأجراء القبلي من خلال اختبار تحمل القوة واختبار القدرات اللاهوائية والهوائية .

#### 3-6 الوسائل الإحصائية :-

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS وأستخرج منها الآتي :-

- 1- الوسط الحسابي ( س )
- 2- الانحراف المعياري ( ع ) .

- 3- المنوال .
- 4- معامل الألتواء.
- 5- معامل الاختلاف .
- 6- معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ) .
- 7- قانون t للعينات المترابطة .
- 8- قانون t للعينات المستقلة .

#### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :-

#### 4-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية :-

#### الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	بعد التدريب		قبل التدريب		وحدات القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
0.000	6.874	0.675	8.8571	0.690	5.857	عدد مرات	تحمل القوة
0.000	8.059	4.380	80.237	5.651	55.761	كغم/ ثا	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.000	6.991	105.3 1	744.51	18.43	474.08	واط	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.000	10.382	8.021	100.61	1.581	65.906	ض.ثا	القدرة الهوائية الأوكسجينية

\* معنوي عند درجة حرية (6) .

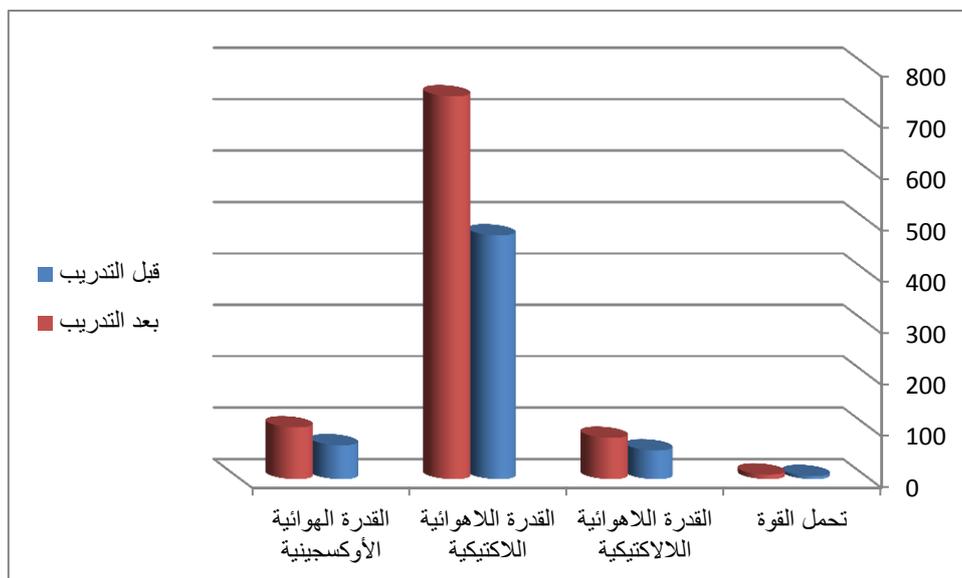
من خلال الجدول (3) تبين أن هناك فروق معنوية في تحمل القوة القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية والقدرة الأوكسجينية)، بين الاختبارين قبل التدريب وبعده للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

فبالنسبة لتحمل القوة يعزو الباحث السبب في ذلك إلى أن بعض القدرات البدنية له تأثير في تحسين مستوى الأداء، إذ أن الفرق واضح جداً بين الوسط الحسابي القبلي و البعدي ، وتؤكد بعض الدراسات أنه في حالة زيادة تفوق القوة العضلية لمجموعة العضلات القائمة بالأداء على مقاومة المطلوب التغلب عليها بدرجة كبيرة كما هو الحال عند الأداء ضد مقاومات ضئيلة نسبياً فإن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من القوة

العضلية يمكنهم إظهار مستويات من التحمل العضلي كالأفراد الذين يتميزون بدرجة عالية من القوة العضلية (60).

أما بالنسبة للفروق المعنوية لمتغيرات القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية )، فيمكن أيعاز السبب الى استخدام تدريبات تحمل القوة خلال فترة الأعداد الخاص وبالتالي التأثير على القدرات اللاهوائية إذ "أن التدريبات اللاهوائية تعمل على زيادة قدرة العضلة على استخدام الكلايوجين لانتاج الطاقة في عدم كفاية الاوكسجين". (61)

أما الفروق المعنوية للقدرة (الهوائية الأوكسجينية) فيعزو الباحث السبب الى استخدام تدريبات تحمل القوة المنافسات على تمارين تتميز بالصفة الهوائية بالأضافة الى التمارين اللاهوائية التي تم استخدامها ، إذ تعمل على تطوير السعة الهوائية هذا ما أكده وأشار اليه (ابو العلا عبد الفتاح 1997) (62) (ومفتي ابراهيم حماد 1998) (63) إذ إنهم يؤكدون أن السعة الهوائية تتحسن في هذا النوع من التدريب اللاهوائي ونظراً لكون المنهج المطبق يحتوي على تمرينات لاهوائية مما أدى هذا إلى تطوير القدرة الهوائية الاوكسجينية. وكما موضح في الشكل (1).



الشكل (1)

يوضح الاوساط الحسابية لمتغيرات الدراسية قبل التدريب وبعده للمجموعة التجريبية

#### 4-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة :-

1- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان: اختبار الأداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1982، ص163.

2- محمد حسن علاوي، أبو العلا عبد الفتاح؛ فسيولوجيا التدريب الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، 2000، ص25.

3- ابو العلا أحمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998 ، ص168.

4- مفتي ابراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998، ص122.

(4) الجدول

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	بعد التدريب		قبل التدريب		وحدات القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
0.321	1.082	0.755	6.714	1.345	6.142	عدد مرات	تحمل القوة
0.007	3.961	5.244	65.882	7.904	57.699	كغم/ ثا	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.001	5.543	29.43	576.60	18.28	480.65	واط	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.003	4.967	5.274	78.921	2.455	66.477	ض.ثا	القدرة الهوائية الأوكسجينية

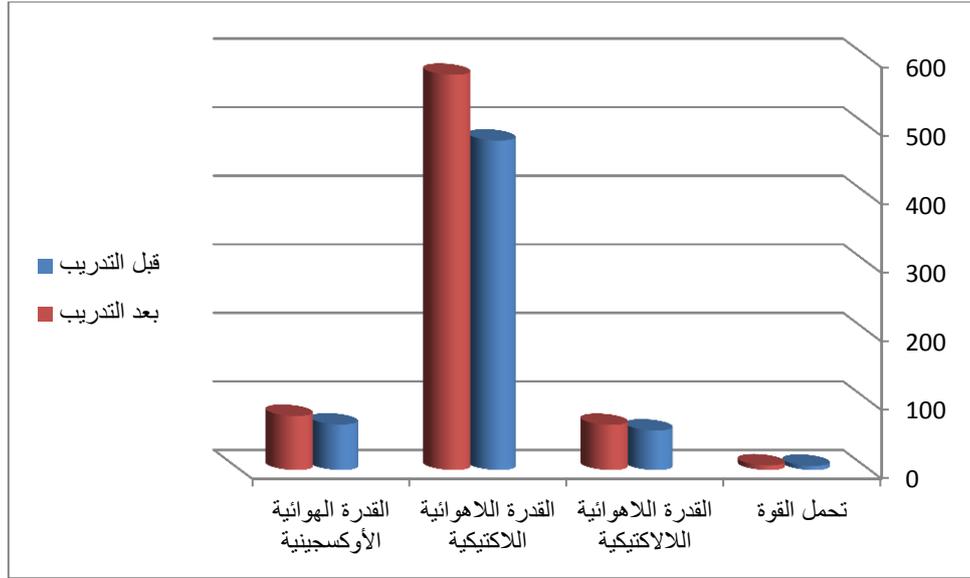
\* معنوي عند درجة حرية (6) .

من خلال الجدول (4) تبين أن هناك فروق معنوية في القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية ، والقدرة الأوكسجينية)، بين الاختبارين قبل التدريب وبعده للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي بينما لم تظهر فروق في متغير تحمل القوة .

لمتغير تحمل القوة ظهرت فروق غير معنوية ويعزو الباحث السبب في ذلك عدم تركيز المنهج المعد من قبل المدرب بشكل كبير على تدريبات تحمل القوة على العكس من المجموعة التجريبية ، إذ تؤكد إحدى النظريات في علم التدريب الرياضي أهمية تحمل القوة وحاجة العضلات إلى تقوية وتدريب مستمر نظراً لتأثيرها الفعال في رفع كفاءة الفرد في القدرات الأخرى ولاسيما السرعة والقوة والتحمل<sup>(64)</sup>.

أما بالنسبة للفروق المعنوية لمتغيرات القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية ، الهوائية الأوكسجينية ) للمجموعة الضابطة ، فيمكن أيعاز السبب الى استخدام تدريبات من قبل المدرب كان لها التأثير على تلك القدرات ما هي إلا استجابة الجسم إلى الجهد البدني الخارجي حيث " ان أي جهد فيزيائي يؤدي من قبل الفرد يؤدي إلى زيادة منسجمة مع ذلك الجهد ونوع الطاقة المصروفة فيه فضلا عن مستوى اللياقة البدنية للفرد "<sup>(65)</sup>. وكما موضح في الشكل (2) .

1- كروسر وآخران : الإنجاز الرياضي ، ترجمة عبد علي نصيف ، بغداد ، مطبعة التحرير ، 1990 ، ص 25 .  
2- غ جوليان : علم القلب . ترجمة ، عبد الإله احمد الجوادي . بغداد . المكتبة الوطنية . 1988 ص 35 .



الشكل (2)

يوضح الاوساط الحسابية لمتغيرات الدراسة قبل التدريب وبعده للمجموعة الضابطة

#### 3-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات الدراسة بين المجموعتين :-

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبار البعدي

لمتغيرات الدراسة بين المجموعتين بعد التدريب

مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدات القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
0.000	5.539	0.755	6.714	0.675	8.8571	عدد مرات	تحمل القوة
0.000	5.558	5.244	65.882	4.380	80.237	كغم/ ثا	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.002	4.063	29.43	576.60	105.31	744.51	واط	القدرة اللاهوائية اللاكتيكية
0.000	5.979	5.274	78.921	8.021	100.61	ض.ثا	القدرة الهوائية الأوكسجينية

\* معنوي عند درجة حرية (12)

من خلال الجدول (6) تبين أن هناك فروق معنوية في تحمل القوة والقدرات القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية والقدرة الأوكسجينية)، بعد التدريب بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح التجريبية .

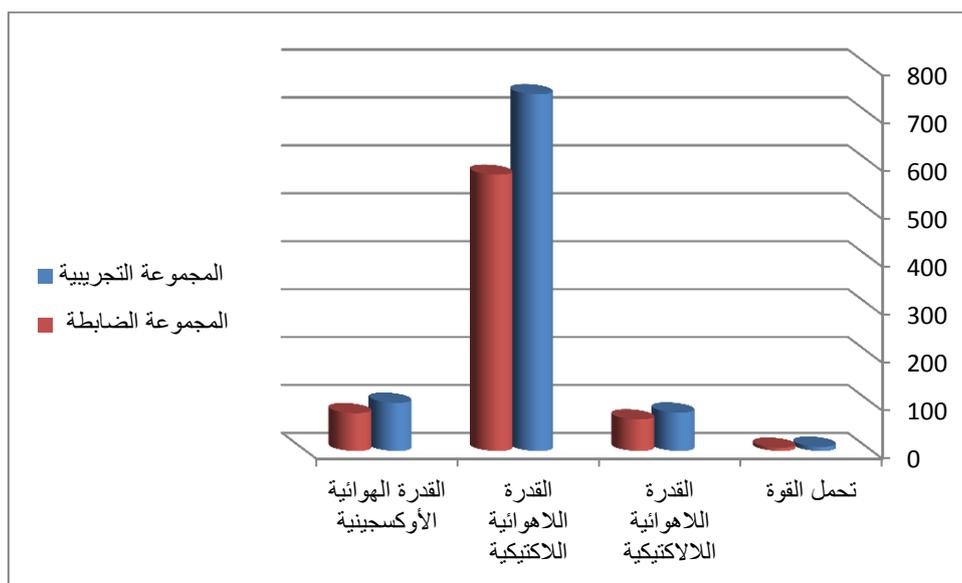
نجد أنه يوجد فرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث السبب في ذلك إلى أن أهم العوامل التي ساعدت على الارتقاء بمستوى النشاط الرياضي والارتقاء بمستوى الإنجاز هو من جراء تطور في مستوى تحمل القوة وتطور اللياقة البدنية والمواظبة على التدريب وبذل الجهد ومحاولة تشكيل أسلوب حياته بطريقة معينة تتناسب مع المجهود البدني المبذول في التدريب لإحراز الفوز في المنافسات أو التحسين من مستواه.

أما بالنسبة للفروق المعنوية بين المجموعتين لمتغيرات القدرات (اللاهوائية اللاكتيكية ، اللاهوائية اللاكتيكية ، الهوائية الأوكسجينية ) فيمكن أيعاز السبب الى استخدام تدريبات لاهوائية خلال فترة الأعداد الخاص للمجموعة التجريبية وبالتالي تؤثر على القدرات اللاهوائية ومنها القدرة اللاكتيكية (ATP-CP) التي تمثل الدور الأكبر بالإضافة الى النظام اللاكتيكي في لعبة كرة القدم إذ ان مهارات ومتطلبات هذه اللعبة تكون ذات طبيعة قسوية انفجارية قصيرة الزمن في الغالب لذا عمد الباحث إلى استخدام تدريبات تعمل على تطوير القدرات اللاهوائية لأن اتباع الأسس العلمية في التدريب تعمل على تنمية نظم انتاج الطاقة وان عدم اتباع هذه الأسس العلمية في التدريب لايساعد على تحقيق نسبة تطور والارتقاء بتلك القدرات.(66)

أما القدرات اللاهوائية ومنها القدرة اللاكتيكية(LACTAT) فإن استخدام تدريبات ذي شدة عالية على أن تتكرر هذه التدريبات مرات عديدة متتالية إذ تكون شدة التمرين متناسبة مع اوقات الراحة لكي يتحقق تطور لهذه القدرات اللاهوائية ومن خلال التكيف الوظيفي الحاصل ينتج زيادة في نشاط الانزيمات المسؤولة عن انتاج الطاقة لاهوائياً وكون هذا النظام يحدد بزمن لايتجاوز الدقيقتين وبناءً على ذلك فإن زمن اداء الجهد يجب أن لا يزيد عن (1-2) دقيقة، إذ إن زيادة مدة الاداء عن هذه المدة لا تطور هذه القدرة لذلك يجب مراعاة اختبار تمرينات مناسبة من إذ الشدة وعدد مرات التكرار ومدد الراحة.

أذ إن حامض اللاكتيك أحد الأسباب المهمة في زيادة كفاءة اعضاء واجهزة الجسم إذ إن زيادة اللاكتات بالدم يصاحبها زيادة في نشاط بعض الوظائف الحيوية.(67)

أما بالنسبة للقدرة الهوائية الأوكسجينية فإن التدريبات المستخدمة وطبيعية العمل والجهد الذي يؤديه اللاعب خلال فترات الأعداد الخاص أدت الى ظهور هذه الفروق للمجموعة التجريبية وخاصة ضمن نظام الطاقة الخاص بالفعالية إذ يؤكد (امر الله أحمد البساطي 1998)<sup>68</sup> "إن المدخل العلمي لتحديد اتجاه حمل التدريب يتوقف على معرفة نظام الامداد بالطاقة الاساسي" لذلك يعد التدريب وفق انظمة الطاقة من أفضل طرائق التدريب الحديث التي تساعد على الارتقاء بمستوى اللاعبين في كرة القدم .وكما موضح في الشكل (3).



1- محمد كاظم خلف: تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والوظيفية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001 ، ص 112.

1- بهاء الدين سلامة؛ بيولوجية الرياضة والاداء الحركي، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1992، ص67.

2- أمر الله أحمد البساطي؛ قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته، الاسكندرية: دار المعارف 1998، ص75.

### الشكل (3)

يوضح الاوساط الحسابية لمتغيرات الدراسة بين المجموعتين التجريبية و الضابطة بعد التدريب

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات

##### 5-1- الاستنتاجات

1. تدريبات تحمل القوة خلال فترة الأعداد الخاص للاعب كرة القدم كانت ذات تأثير فعال في تحسن قدرات اللاعبين اللاهوائية .
2. هناك تطور في القدرات الهوائية للمجموعة التجريبية نتيجة استخدام تدريبات تحمل القوة .
3. نظام الطاقة الساند في كرة القدم يعتمد على النظام الفوسفاجيني واللاكتيكي بدرجة أكثر ويليها النظام الهوائي بدرجة أقل .

##### 5-2- التوصيات

1. ضرورة استخدام تحمل القوة خلال فترة الأعداد الخاص التي تنسجم مع نظام الطاقة الساند في كرة القدم .
2. ضرورة أتباع الأسس والطرق العلمية عند وضع مناهج التدريب وعرضها على الخبراء .
3. ضرورة الاهتمام بالكشف الطبي على اللاعبين بصورة دورية من اجل التعرف على الحالة الصحية لدى اللاعبين .

#### المصادر

- 1- ابو العلا أحمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998.
- 2- أبو العلا عبد الفتاح ، محمد حسن علاوي : فسيولوجيا التدريب الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، 2000.
- 3- امر الله احمد البساطي : قواعد واسس التدريب الرياضي ، مصر ، الاسكندرية ، مطبعة المعارف ، 1998.
- 4- بهاء الدين سلامة؛ بيولوجية الرياضة والاداء الحركي، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1992.
- 5- غ جوليان : علم القلب . ترجمة ، عبد الإله احمد الجوادي . بغداد . المكتبة الوطنية . 1988 .
- 6- مفتي ابراهيم حمادة: التدريب الرياضي الحديث، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998.
- 7- محمد كاظم خلف: تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والوظيفية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001 .
- 8- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان: اختبار الأداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط1، 1982.
- 9- كروسر وآخران : الإنجاز الرياضي ، ترجمة عبد علي نصيف ، بغداد ، مطبعة التحرير، 1990.

#### ملحق (1)

الزمن الكلي للتمرين	الراحة		الحجم	الشدة	التمرينات	هدف التمرين	الوحدة التدريبية	الأسابيع	
	بين تمرين وآخر	بين التكرارات							
27 دقيقة	2دقيقة	90 ثانية	10 تكرار	80%	ركض بالفقز لمدة دقيقة	تحمل القوة	الأولى	الأسبوع الأول	
51دقيقة	2دقيقة	60 ثانية	20 تكرار	60- 80%	حجل بكلتا القدمين لمدة 30 ثانية				
51دقيقة	2دقيقة	60 ثانية	20تكرار	60- 80%	صعود مدرج لمدة 30 ثانية				
5دقيقة	2دقيقة	30 ثانية	3 تكرار	80%	عدو بالثقل لمدة 30 ثانية، نصف كغم لكل رجل	تحمل القوة	الثانية		
5دقيقة	2دقيقة	30 ثانية	3 تكرار	80%	صعود مدرج لمدة 30 ثانية				
5 دقيقة	2دقيقة	30 ثانية	3 تكرار	80%	القفز على مصطبة بالتبادل لمدة 30 ثانية				
7دقيقة	2دقيقة	60 ثانية	3 تكرار	90%	حجلات على القدم لمدة 60 ثانية				
51 دقيقة	2 دقيقة	60 ثانية	20 تكرار	60%	الركض على الرمال لمدة 30 ثانية	تحمل القوة	الأولى		الأسبوع الثاني
19دقيقة		1دقيقة	10 تكرار	80%	صعود تلال لمدة 60 ثانية				
16دقيقة		2 دقيقة	5 تكرار	80%	500 متر عدو بالثقل (صدرية)	تحمل القوة	الثانية		
21دقيقة	3 دقيقة	2 دقيقة	3 تكرار	75%	1000 متر	تحمل القوة	الأولى		
14 دقيقة		2 دقيقة	2 تكرار	75%	1200 متر				
6دقيقة	1 دقيقة	30 ثانية	8 دفعات 3× تكرارات	80%	بنج بريس بوزن 35 كغم	تحمل القوة	الثانية	الأسبوع الثالث	
7 دقيقة	1دقيقة	60 ثانية	8 دفعات 3× تكرارات	75%	نصف دبني بوزن 75كغم				
6 دقيقة	1دقيقة	30 ثانية	8 دفعات 3× تكرارات	80%	ترايسبس سيقان خلفي أمامي بوزن 25كغم				
6دقيقة	1دقيقة	60 ثانية	3 تكرارات 143	90%	وضع الجلوس الطويل، رفع الرجلين عالياً				

					بدرجة 45 درجة لمدة 60 ثانية			الأسبوع الرابع
29 دقيقة	2 دقيقة	3 دقيقة	3 تكرارات × 3 مجموعات	%90	600 متر	تحمل القوة	الأولى	
7 دقيقة	3 دقيقة	1 دقيقة	3 تكرارات	%90	150 متر	تحمل القوة	الثانية	
11 دقيقة	3 دقيقة	2 دقيقة	3 تكرارات	%90	200 متر			
5 دقيقة		3 دقيقة	2 تكرارات	%90	400 متر			

اثر تباين الاداء في بعض متغيرات العضلة القلبية خلال الجهد البدني وفقا لمؤشر النبض

ومتغيرات الاستهلاك القصوي للأوكسجين للملاكمين الشباب

أ.م.د علي عطشان خلف المشرفاوي

جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[aliatshan2017@gmail.com](mailto:aliatshan2017@gmail.com)

### ملخص البحث باللغة العربية

ان المدربين يعتمدون بشكل اساسي عند بناء مناهجهم التدريبية على مدى استجابات العضلة القلبية لأداء أي جهد او حمل بدني مطلوب اداءه وقد تعدى الامر ذلك الى تقنين شدة الاحمال التدريبية وفقاً لمعدل ارتفاع ضربات القلب خلال الجهد البدني وهذا جاء من الاهمية الكبيرة لهذا المؤشر الفسيولوجي البدني كدالة عن مقدار التحميل البدني لأجهزة جسم الرياضي لجميع الفعاليات ومن بين تلك الفعاليات الملاكمة التي يبذل فيها الملاكمون جهداً بدنياً كبيراً يتطلب منه اداء مختلفة اللكمات الهجومية والدفاعية المضادة مع التحرك داخل الحلبة فان ذلك سيؤدي الى جملة من التغيرات الفسيولوجية سواء كانت كيميائية او وظيفية ويتبع هذا التغيير مقدار الجهد البدني المنفذ وعليه فان مراقبة اقصى مؤشرات للعضلة القلبية يعد امراً بالغ الاهمية للمدربين والملاكمين كون ذلك سيعطي العديد من المعلومات اذ حدد الباحث مجتمع البحث وهم ملاكمو أندية محافظة الديوانية ممن لديهم مشاركات في بطولات اندية العراق ومنتخبات المحافظات لما لهم من دور كبير في تحقيق النتائج للبحث والبالغ عددهم (8) ملاكمين بوزن (75) كغم اذ تضمنت الدراسة اجراء اختبارات من خلال جهاز (الفيزوفلو): لقياس متغيرات العضلة القلبية لتسجيل متغيرات القلب للملاكمين اثناء الجهد البدني واستخدام جهاز (K5) لقياس متغيرات (Vo2max) خلال الجهد البدني واختبار الملاكمين بالدراجة الثابتة (اختبار الديدن) وتم ذلك من خلال اختبار الملاكمة مع الزميل أي اللعب الحقيقي لقياس متغيرات القلب

الكلمات المفتاحية : الاداء المشابه للمنافسة ، حجم الضربة ، معدل النبض القصوي ، الناتج القلبي .

**Effect of performance variation in some cardiac muscle variables during physical exertion according to the pulse and the variables of maximum consumption of oxygen for young boxers**

**By**

**Ali Atshan Khlef Almeshrafawy Ph.D. Prof Assist**

**University of Qadisiyah – College of Physical Education and Sports Sciences**

**Aliatshan2017@gmail.com**

**Abstract**

Training courses on the responses of the heart muscle to perform any effort or physical load is required to perform it has exceeded the regulation of the intensity of training loads according to the rate of high heartbeat during the physical effort and this came from the great importance of this physical physiological indicator as a function of The amount of physical loading of the body organs of athlete for all events and among those boxing activities in which boxers make a great physical effort requires him to perform different offensive and defensive punches while moving within the ring, this will lead to a series of changes This is followed by the amount of physical exertion performed. Therefore, monitoring the maximum indicators of the heart muscle is very important for trainers and boxers because this will give much information as the researcher identified the research community. They boxers of Diwaniyah clubs who have participated in the Iraqi clubs and teams competitions. (8) boxers with a weight of (75) kg. The study included tests through the device (Vizoflo): to measure the variables of the heart muscle to record the heart variables of the boxers during the physical effort and use device (K5) to measure (Vo<sub>2</sub>max) during the physical effort and test boxers fixed.

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعد علم فسيولوجيا التدريب الرياضي من العلوم الأساسية في مجال التدريب الرياضي وقد حققت الدراسات والبحوث في هذا المجال تطورات كبيرة للحصول على الانجازات العالية من خلال رفع المستوى البدني والوظيفي للملاكمين وتعد الاستجابات الانية والمترابطة عند اداء أي جهد بدني هو المؤشر الحقيقي للعمل البدني المؤدى خاصة اذا ماكانت تلك الاستجابات تتعلق بالعضلة القلبية والتي تعد الجهاز الرئيسي للاوكسجين في جسم الانسان وقت الراحة او خلال الجهد البدني وبعده ولذلك فان المدربين او العاملين في المجال الرياضي يعتمدون بشكل اساسي عند بناء مناهجهم التدريبية على مدى استجابات العضلة القلبية لاداء أي جهد او حمل بدني مطلوب اداؤه وقد تعدى الامر ذلك الى تقنين شدة الاحمال التدريبية وفقاً لمعدل ارتفاع ضربات القلب خلال الجهد البدني وهذا جاء من الاهمية الكبيرة لهذا المؤشر الفسيولوجي البدني كدالة عن مقدار التحميل البدني لأجهزة جسم الرياضي ولهذا يحدد المدربون في اغلب الفعاليات سواء كانت فردية او جماعية مدى العلاقة بين مكونات الحمل التدريبي وفقاً لدلائل او مؤشرات عضلة القلب ومن بين الفعاليات هي لعبة الملاكمة التي يبذل فيها الملاكمون جهداً بدنياً كبيراً يتطلب منه اداء مختلفة للكلمات الهجومية والدفاعية المضادة مع التحرك داخل الحلبة فان ذلك سيؤدي الى جملة من التغيرات الفسيولوجية سواء كانت كيميائية او وظيفية ويتبع هذا التغيير مقدار الجهد البدني المنفذ وعليه فان مراقبة اقصى مؤشرات للعضلة القلبية يعد امراً بالغ الاهمية للمدربين والملاكمين كون ذلك سيعطي العديد من المعلومات من اهمها طبيعة العمل البدني المنفذ وكذلك الكفاءة البدنية والفسيولوجية للملاكم اذا ما تم مراقبة التغيرات التي تطرأ على مؤشرات عضلة القلب وهي (Ef ، Ci ، C.O ، S.V ، H.R) عند الاداء الحقيقي للمنافسة وعند اداء جهد بدني اخر، الامر الذي سيعطي معلومات كافية للعاملين عن مدى فاعلية التدريبات ومدى قربها من الاداء الحقيقي للمنافسة وكذلك سيعطي الفرصة الكافية لتوفير بيئة تدريبية اشبه او اصعب من المنافسة الحقيقية وبالتالي يمكن احداث استجابات متعددة تنتهي بتكيف فسيولوجي لعضلة القلب واجهزة الجسم الاخرى لتحمل اعباء المنافسة والتدريب للملاكمين ومن خلال ذلك تكمن اهمية البحث بوضع بيانات للمدربين والعاملين بالمجال التدريبي بالملاكمة وكيفية تطوير مقدار التغير الذي يحدث في مقدار العضلة القلبية باختلاف الجهد البدني للملاكمين خلال الجولات .

### 1-2 مشكلة البحث :

يعد استخدام النظريات العلمية للتدريب الرياضي في وضع المناهج التدريبية إحدى الحلقات الرئيسية والفاعلة للتأثير بالمستوى ، هذا وغالباً ما يعتمد المدربون على معدل ضربات القلب في الدقيقة الواحدة خلال الوحدات التدريبية لتحديد الراحة بين التمارين البدنية للملاكمين خلال المناهج التدريبية التي تعد للحصول على المراتب العليا بالانجاز ولذلك فان مؤشرات العضلة القلبية وفقاً للنبيض القسوي للملاكمين كون احداث تغيرات فيه تتبعه جملة من التغيرات في المؤشرات الاخرى لذا بات دراسته، امراً مهماً وبالغ الاهمية ومن خلال ماتقدم تتجلى مشكلة البحث في معرفة مؤشرات العضلة القلبية (Ef ، Ci ، C.O ، S.V ، H.R) خلال الجهد البدني للملاكمين في المنافسة الحقيقية اثناء الجولات للملاكمين اذ بات الامر مهم على الباحثين لتحديد التباين في المتغيرات لعضلة القلب للملاكمين خلال الجهد البدني للجولة خلال اللعب الحقيقي للملاكمين الشباب .

### 1-3 اهداف البحث : يهدف البحث الى :

1. التعرف على قيم مؤشرات العضلة القلبية (Ef ،Ci ،C.O ،S.V ،H.R) باختلاف الاداء البدني للجولة الاولى للملاكمين الشباب وفقا للعمل القصوي .
2. التعرف على قيم مؤشرات الاستهلاك القصوي للاوكسجين للملاكمين الشباب .
2. افضلية أي من الاداء المتباين في استجابات العضلة القلبية للجولة للملاكمين الشباب .

#### 4-1 فروض البحث : يفترض الباحث مايلي :

1. هناك فروق معنوية بين قيم مؤشرات العضلة القلبية (Ef ،Ci ،C.O ،S.V ،H.R) باختلاف الاداء البدني للجولة للملاكمين الشباب .
2. هناك فروق معنوية لمؤشرات الاستهلاك القصوي للاوكسجين للجولة للملاكمين الشباب .
3. جميع قيم مؤشرات العضلة القلبية (Ef ،Ci ،C.O ،S.V ،H.R) متباينة باختلاف الاداء البدني للجولة للملاكمين الشباب وفقاً للعمل القصوي .

#### 5-1 مجالات البحث :

- المجال البشري : الملاكمين الشباب لمنتخب محافظة الديوانية بوزن (75) كغم .
- المجال المكاني : مختبر الفلسجة وقاعة الملاكمة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية .
- المجال الزمني: المدة من 2016/3/28 ولغاية 2016/5/15 .
2. منهج البحث واجراءاته الميدانية :

#### 1-2 منهج البحث

حدد الباحث المنهج الوصفي كونه المنهج الملائم لطبيعة حل المشكلة .

#### 2-2 مجتمع وعينة البحث :

حدد الباحث مجتمع البحث وهم ملاكمو أندية محافظة الديوانية ممن لديهم مشاركات في بطولات اندية العراق ومنتخبات المحافظات لما لهم من دور كبير في تحقيق النتائج للبحث والبالغ عددهم (8) ملاكمين متقدمين بوزن (75) كغم ، وقد تم التأكد من اعتدال العينة في بعض المؤشرات المرتبطة بالدراسة وكما مبين في جدول (1)

#### جدول (1)

يبين مواصفات العينة (متغيرات القلب)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	النبض (HR)	ض / د	168	1.51	-1.022
2	حجم الضربة (SV)	مل / د	75	2.26	0.60
3	الناتج القلبي (CO)	لتر / د	13.6	0.34	-0.39
4	الدالة القلبية (CI)	سم / 2 د	6.52	0.14	-0.57
5	الدم المقذوف (EF)	%	54	1.85	-0.55

## 2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

استعان الباحث بالوسائل والأدوات والأجهزة الآتية :

المقابلات الشخصية - المصادر العربية والأجنبية - ساعات توقيت عدد (2) - استمارات لتفريغ النتائج - أقراص CD - حلبة قانونية - قفازات ملاكمة عدد (10) قفازات - جهاز (K5) لقياس المتغيرات الخاصة بالاكسجين وثاني اوكسيد الكربون خلال الجهد - (جهاز الفيزوفلو لقياس متغيرات العضلة القلبية خلال الجهد) .

## 2-4 إجراءات البحث الميدانية :

### 2-4-1 التجربة الاستطلاعية .

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية بيوم الاحد المصادف 10 / 4 / 2016 الساعة العاشرة صباحاً في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية على عينة من مجتمع البحث البالغ عددهم (2) ملاكم وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية :

1.التأكد من إمكانية إجراء عملية قياس متغيرات العضلة القلبية ومتغيرات الـ (VO2MAX) .

2.التأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة : اذ تبين من خلال ذلك ان الأجهزة صالحة للقياس .

3.التعرف على كفاءة وعدد فريق العمل المساعد : اذ تبين ان عدد فريق العمل المساعد لأجراء البحث هو (4) مساعدين (\*) .

## 2-5 وصف الأجهزة والوسائل المستخدمة لقياس متغيرات البحث :

### 2-5-1 وصف جهاز (الفيزوفلو): لقياس متغيرات العضلة القلبية

يعمل جهاز (physioflow) على تسجيل متغيرات القلب للملاكمين اثناء الجهد البدني اذ يعمل هذا الجهاز وفق ارسال المعلومات بطريقة تقنية اي من خلال إرسال واستقبال الإشارة (Bluetooth) للحاسبة المرتبط الـ(Bluetooth) وقبل تشغيل الجهاز لابد من تثبيت الالكترودات في الاماكن التشريحية الصحيحة والمحددة من قبل الشركة المصنعة وكما مبينه تفاصيلها في الشكل (1) وعند احكام الربط يبدأ تشغيل الجهاز وتعتبر الخطوه الاولى والاكثر اهمية هو التأكد من الإشارة جيدة وما يؤكد ذلك هو وجود اللون الاخضر اما اذا كان اللون احمر فهذا يعني ان الإشارة سيئة وبعد هذه الخطوة يتم تسجيل البيانات المطلوبه عن الملاكم والتي تشمل عدة متغيرات تخص الملاكم (الاسم - العمر - الطول (سم) - الوزن بالكغم - الجنس - تاريخ الاختبار - رقم سري للملاكم) وبعد ادخال تلك البيانات فقد يتم معايرة الجهاز وذلك من خلال الشروع في قياس ضغط الدم (الانقباضي - الانبساطي) وذلك باستخدام جهاز ضغط الدم يدوي او اوتوماتيكي ، ومن اجل الحصول على قيم ضغط الدم (لانها تستخدم على انها اشارة لحساب ناتج القلب) وبامكان الشخص القائم على الاختبار بمعايرة الجهاز عندما تكون فترة العمل طويلة اي تجديد القيم الخاصة بضغط الدم بغية الحصول على نتائج اكثر دقة لان اختلاف الضغط سيغير من النتائج المستحصلة من الجهاز وبعد الانتهاء من اجراء

\* فريق العمل هم :

1. أ.م.د فلاح حسن عبد الله
  2. السيد ستار باجي
  3. الانسة مروه علي عزيز
  4. م.د سمير راجي عبيس
- مسؤول الوحدة البحثية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية  
عضو في الوحدة البحثية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية  
عضو في الوحدة البحثية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية  
تدريب رياضي / ملاكمة تدريسي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية

الفحص فبالامكان خزن جميع البيانات على صيغة (اكسل) الذي تتضمن جميع قيم المتغيرات المراد دراستها وكذلك الفترة الزمنية مقربة لأجزاء الثانية .

## 2-5-2 وصف جهاز (K5): لقياس متغيرات Vo2max خلال الجهد البدني :

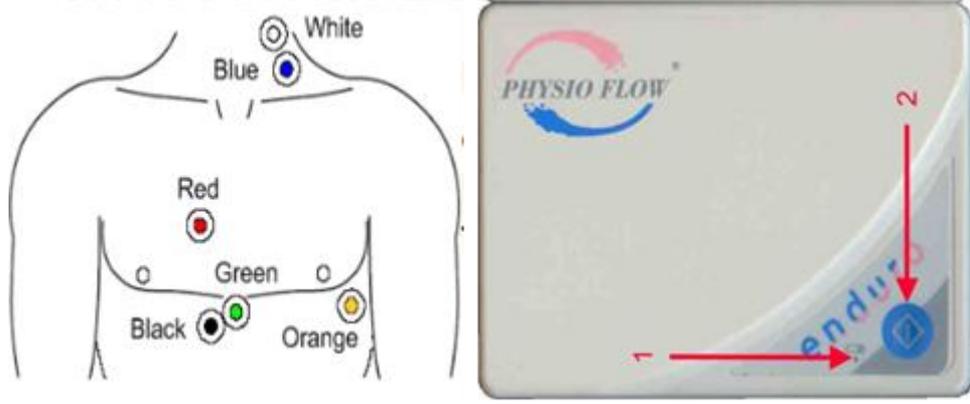
يعد جهاز (K5) واحدة من اهم احدث الاجهزة المستخدمة في العالم والتي تعتمد على تقنية البلوتوث البعيد المدى الذي يغطي مسافة (900) متر بخط مستقيم ، وتكون الخلية او (flow) مجهز بخلية لقياس (O2) و (CO2) ومن هذين الغازيين يتم قياس متغيرات متعددة منها استهلاك الاوكسجين القسوي وثنائي اوكسيد الكربون وكذلك المعامل النفسي الذي يحدد طبيعة نوع الغذاء المستخدم في عمليات الاكسدة لنوع النشاط الممارس ، ومن مميزات هذا الجهاز ان يحمل أي يكون العمل فيه ميدانياً او داخل المختبر حسب الهدف المراد قياسه وكما موضح في الشكل ادناه :



شكل (1)

يبين جهاز (k5) لقياس متغيرات Vo2max ودراسة الجهد البدني للذراعين خلال الجهد البدني للملاكمين التجربة الرئيسية لقياس (متغيرات العضلة القلبية) و متغيرات الايض ( O2 ، CO2 ) خلال الجهد البدني :

تم إجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 2016/4/14 المصادف الخميس من خلال اجراء نزالات بين الملاكمين وعلى قاعة الملاكمة في الكلية وتمت التجربة من خلال تثبيت الالكترودات على صدر الملاكم الخاصة بجهاز الفيزوقلو والذي من خلاله يعطي النتائج وايرلس على شاشة الكمبيوتر من خلال الالكترودات المثبتة على صدر الملاكم وجهاز صغير يثبت على اسفل جذع الملاكم بالاضافة الى الماسك الخاص بجهاز الـ (K5) ويتم قبل اجراء النزال الاحماء الكافي للملاكمين ويتم النزال الحقيقي للملاكمين وقياس المتغيرات للعضلة القلبية باستخدام جهاز (الفيزوقلو) وجهاز (K5) بعد كل جولة من الجولات الثلاثة أي بزمن (ثلاث دقائق لكل جولة) اذ كان موقع الجهازين في مكان الاختبار بغية الحصول على نتائج البحث بشكل دقيق وكما هو موضح في الشكل (1) اذ تم دراسة المتغيرات بعد وصول النبض للملاكم الى (100 ن/د) ولمدة (ثلاث دقائق) باقصى جهد ويتم الحصول على القيم لمتغيرات القلب و متغيرات الايض خلال الجهد المبذول في النزال لكل جولة وبراحة (1 دقيقة) ، وكما مبين في شكل (2) :



شكل (2)

يبين جهاز (physioflow) ومكان وضع الالكترودات على صدر الملاكم



شكل (3)

يوضح الشاشة الرئيسية لجهاز الفيزوقلو والمتغيرات المستخرجة لعضلة القلب للملاكم .

## 7-2 اختبار تحمل الملاكمين للذراعين بالدراجة الثابتة (69)

ويؤدي هذا الاختبار على دراجة الجهد البدني للذراعين ( monark ) (مجهاد اليدين) ويتضمن الاختبار ما يلي:

1. المقاومة : ويقصد بها القوة التي سيقوم الملاكم باستخدامها على الدراجة . وتساوي 2.5% من وزن جسم الملاكم بالكيلو غرام فمثلاً إذا كان وزن الملاكم 60 كغم سيكون مقدار المقاومة هو 1.5 كغم . ان القوة في دراجة المونارك مقدره بالشمعة اي بال (وات) لذلك يجب معادلة الكيلو غرام بالوات . ان كل 1 كغم = 50 شمعة (وات) عندما تكون سرعة التدوير 50 دورة /دقيقة فيذلك تكون القوة المقدره للملاكم الذي وزنه 60 كغم = 75 شمعة .

(69) علي ستار جبير : أثر تدريب لاهوائي خاص لتحمل الاداء و تركيز حامض اللاكتيك وانزيم استيل كولين استريز لفرقي

الجمناستك الفني لدى لاعبي نادي الديوانية بأعمار (13-16 سنة)، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة ، 2015 ، ص 51-52 .

2. المراحل وطريقة العمل : يكون الاختبار على 6 مراحل حيث يقوم الملاكم بتدوير عجلة الدراجة بواسطة ذراعيه ويشده مقتنة حسب وزن الجسم للملاكم بأقصى سرعة ممكنة ولفترة 30 ثانية ، بعدها يأخذ الملاكم فترة راحة لحين وصول النبض الى 100-110 ن/د ومن ثم تبدأ 30 ثانية اخرى وهكذا يتكرر ذلك ست مرات . ويتم استخدام جهاز (K5) وجهاز (الفيزوفلو) لمعرفة المتغيرات المراد دراستها .
3. التسجيل : يتم حساب الشغل المنجز في هذا الاختبار من خلال اخذ اقصى سرعة يستطيع الملاكم ان يصل اليها في كل مرحلة ويتم ذلك من خلال نصب كاميرا امام الشاشة الرقمية للدراجة في كل مرحلة من مراحل الاختبار. وتحتسب الدرجة عن طريق المعادلة التالية :
- الشغل = اقصى سرعة  $\times 2,4 \times$  المقاومة .
- حيث ان 2,4 هي المسافة لكل دورة ، المقاومة هي بمقدار 2.5% من وزن جسم المختبر ، وكما مبين في الشكل (4) .



شكل (4) يبين دراجة الجهد البدني للذراعين

## 2-8 اختبار الملاكمة مع زميل

- غرض الاختبار : قياس مستوى الأداء الملاكم في اللعب الحقيقي .
- الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت يدوية - كفوف ملاكمة عدد (4) - حلبة ملاكمة قانوني استمارة تحكم - صافرة لبدء الجولة وأنتهاؤها - شريط لون (أحمر - أزرق) ، جهاز الفيزوفلو ، البلوتوث ، جهاز الـ (K5) وصف الأداء : يقف الملاكمون كل في الزاوية المخصصة له وعند سماع اشارة البدء من قبل حكم الوسط تبدأ المنافسة بأداء اللكمات والدفاع عنها من قبل الملاكم المفحوص (حامل لجهاز الفيزوفلو) والملاكم الثاني يكون ادائه سلبي ويستمر اللعب لجولة واحدة ولمدة (3) دقيقة وكما مبين في الشكل (4) .
- الشروط : يسمح باستخدام اللكمات وانواع الدفاعات الخاصة بها للملاكم المفحوص (حامل للجهاز الفيزوفلو).
- التسجيل : يسجل للملاكم نقطة عن كل اصابة صحيحة ودفاع صحيح اثناء النزال (\* ) ، وكذلك تسجل للملاكم المفحوص جميع المتغيرات المدروسة من خلال البلوتوث لتتم المقارنة .

(\*) انظر ملحق (2)



شكل (5) يبين جهاز الـ (K5) للملاكم اثناء اللعب الحقيقي

2-9 الوسائل الأحصائية :-

أستعان الباحث بالوسائل الأحصائية الأتية باستخدام برنامج الـ SPSS<sup>(70)</sup> :  
الوسط الحسابي - الأنحراف المعياري - (T) للعينات المستقلة - النسبة المئوية - معامل الألتواء<sup>(71)</sup>.

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1-1 عرض النتائج :

3-1-1-1 يبين وصف العينة بالمتغيرات المدروسة

جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمؤشرات العضلة القلبية خلال مراحل الجولة الاولى للملاكمين وفقاً لمؤشر النبض القصوي :

التسلسل	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	النبض (HR)	ض / د	168	1.51	-1.022
2	حجم الضربة (SV)	مليلتر	75	2.26	0.60
3	الناتج القلبي (CO)	لتر / د	13.6	0.34	-0.39
4	الدالة القلبية (CI)	لتر / د / م2	6.52	0.14	-0.57
5	الدم المقذوف (EF)	%	54	1.85	-0.55

جدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمؤشرات (vo2max) خلال مراحل الجولة الاولى للملاكمين وفقاً لمؤشر النبض القصوي :

<sup>(70)</sup> أعداد لجنة التأليف والترجمة : الأحصاء باستخدام SPSS ، ط1 ، شعاع للنشر والعلوم ، حلب ، 2007 ص 456-461.  
<sup>(71)</sup> محمد عبد العال النعيمي وحسين مردان عمر : الأحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية مع تطبيقات SPSS ، ط1 ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2006 ص 311-316.

الالتواء	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات	ت
1.99	0.39	53.9	1 (min)	عدد مرات التنفس (Rf)	1
-0.08	0.08	2.69	L/min	VT التهوية الرئوية	2
-0.25	1.72	145.12	L/min	التهوية الرئوية (VE)	3
0.28	5.62	3386.17	mL(min)	استهلاك الاوكسجين (VO2)	4
0.83	2.94	3432.41	((mL/min	استهلاك ثاني اوكسيد الكربون (VCO2))	5
0.30	0.01	%1.01	ملليتر / د	معامل التنفس (RQ)	6
-1.12	0.25	%42.60	mL(min)	VE/VO2	7
-0.73	0.27	%42.55	mL(min)	VE/Vco2	8
-0.38	0.31	45.54	mL/min/Kg	VO2max	9
1.48	0.09	%13.18	درجة	المكافئ الايضي / METS	10
-1.76	2.26	168	ض / د	معدل ضربات القلب HR	11
-0.48	0.11	20.28	mL beat	النبض الاوكسجيني VO2/ HR	12
2.66	0.33	% 18.19	%	الايوكسجين في الزفير feO2	13
-1.42	0.06	% 2.87	%	ثاني اوكسيد في الزفير feco2	14
-0.38	0.47	% 20.93	%	الايوكسجين في الشهيق fiO2	15
-0.04	0.02	% 0.04	%	ثاني اوكسيد في الشهيق fico2	16

جدول (4)

(مقارنة لمتغيرات القلب بين الجهاز والاداء المشابه للمنافسة)

الدالة	T المحسوبة	الانحراف معياري	الوسط حسابي	المتغيرات	ت
0.002	3.75	1.41	168	النبض (HR) بالدراجة	1
		2.95	164	النبض (HR) باللعب الحقيقي	
0.002	3.63	2.12	75	حجم الضربة (SV) بالدراجة	2
		1.71	71.77	حجم الضربة (SV) باللعب الحقيقي	
0.02	2.58	0.32	13.62	النتاج القلبي بالدراجة (CO)	3
		0.28	13.25	النتاج القلبي (CO) باللعب الحقيقي	
0.001	3.95	0.13	6.52	الدالة القلبية (CI) بالدراجة	4
		0.19	6.21	الدالة القلبية (CI) باللعب الحقيقي	

0.004	3.41	1.73	54	الدم المقذوف بالدراجة (EF)	5
		1.50	51.44	الدم المقذوف باللعب الحقيقي (EF)	

جدول (5)

(مقارنة vo2max بين الجهاز والاداء المشابه للمنافسة)

الدالة	T المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	المتغيرات	ت
0.004	3.37	0.39	53.9	عدد مرات التنفس	1
		1.41	52.38	عدد مرات التنفس باللعب	
0.0005	5.73	0.08	2.69	التهوائية الرئوية العادية	2
		0.18	2.34	التهوائية الرئوية العادية باللعب	
0.003	3.55	1.72	145.12	التهوية الرئوية (VE) L/min	3
		5.51	138.87	التهوية الرئوية (VE) L/min باللعب	
0.02	2.41	5.62	3386.17	استهلاك الاوكسجين (VO2) mL(min)	4
		19.63	3370.99	استهلاك الاوكسجين (VO2) mL(min) باللعب	
0.002	3.66	2.94	3423.41	استهلاك ثاني اوكسيد الكربون ((VCO2) mL(min))	5
		6.74	3424.21	استهلاك ثاني اوكسيد الكربون (VCO2) mL(min) باللعب	
0.001	3.84	0.01	1.01	معامل التنفس (RQ)	6
		0.008	1.001	معامل التنفس (RQ) باللعب	
0.001	4.01	0.25	42.60	VE/VO2	7
		1.05	41.28	VE/VO2 باللعب	
0.0000	6.15	0.66	42.99	VE/Vco2	8
		1.19	40.5	VE/Vco2 باللعب	
0.001	3.97	0.31	45.54	VO2/KG - mL/min/Kg	9
		1.26	43.98	VO2/KG - mL/min/Kg باللعب	

0.000	5.05	12.48	13.18	المكافئ الايضي / METS	10
		0.45	0.09	المكافئ الايضي / METS باللعب	
0.007	3.15	2.26	168	النبض HR bPm	11
		2.66	164.62	النبض HR bPm باللعب	
0.02	2.53	0.11	20.28	النبض الاوكسجيني VO2 HRmL beat	12
		0.87	19.6	النبض الاوكسجيني VO2 HRmL beat باللعب	
0.002	3.61	0.33	18.19	الايوكسجين في الزفير feO2	13
		0.52	17.50	الايوكسجين في الزفير feO2 باللعب	
0.002	3.68	0.06	2.87	ثاني اوكسيد في الزفير	14
		0.18	2.65	ثاني اوكسيد في الزفير (باللعب)	
0.000	5.23	0.47	20.93	الايوكسجين في الشهيق	15
		1.42	18.58	الايوكسجين في الشهيق باللعب	
0.596	0.54	0.041	0.047	ثاني اوكسيد في الشهيق fico2	16
		0.026	0.025	ثاني اوكسيد في الشهيق fico2 باللعب	

### 2-3 مناقشة النتائج :

يتبين من خلال الجداول الخاصة بالفروق بين الادائين على مجهاد اليدين والاداء المشابه للمنافسة ميدانياً اذ ان الفروق تؤثر لمصلحة الاداء البدني على مجهاد اليدين ، ويعود سبب تلك الفروق الى طبيعة الاداء الذي تم تنفيذه من حيث مستوى صعوبة الاداء الذي يظهر ان مستوى تأثيره على اجهزة الجسم اكبر عند العمل على مجهاد اليدين الذي تم تقنيه وفقاً لمقدار مقاومة تمثل (5%) من وزن جسم الملاكم وبسرعة تدوير قصى وعلى مدار (6) مراحل وهذا يؤثر ان سرعة الاداء كانت اعلى مما هو عليه في الاداء الميداني من حيث الاستمرار في المحافظة على تلك السرعة ضد مقاومة ثابتة الامر الذي ساهم في ارتفاع قيم مؤشرات العضلة القلبية ، اذ يعد القلب هو المصدر الاساسي لتوفير وتوصيل الكمية الكافية من (O2) والتخلص من فضلات انتاج الطاقة سواء كان من خلال الجهد البدني القصير او طويل المدى بغض النظر عن نسب العضلات المشتركة في الاداء ، ويفهم من ذلك ان استجابة العضلة القلبية يكون منسجماً مع مقدار مايتطلبه الاداء البدني من (O2) لالتزام العمل العضلي ، وهذا يعني ان ارتفاع معدل ضربات القلب هو احد الاستجابات التي تنتج من زيادة الطلب على الاوكسجين ويرافق ذلك تغيير في كمية الدم المدفوعة خلال الضربة الواحدة او الدقيقة ولهذا فأن معدل ضربات القلب خلال الدقيقة الواحدة بات احد اهم الوسائل او الاساليب التدريبية لتحديد شدة الاداء وتحديد نوع العبء البدني المنفذ من قبل الملاكمين خلال الوحدات التدريبية والنزلات الرسمية أثناء ممارسة الرياضة ، زيادة النشاط الجهاز السميثاوي انخفاض تاتير العصب المبهم يؤدي إلى زيادة معدل ضربات القلب، حجم الضربة، وانقباض عضلة القلب لتلبية الطلب على الطاقة

من العضلات العاملة و التسارع القلب نتيجة عن تثبيط الباراسمبتاوي في شدة التمرين المنخفضة وزيادة تنشيط السمبتاوي ، فان كلاهما كانت في فترات راحة متساوية لأسباب التي تم ذكرها" (72) وايضا " يزداد نتاج القلب أثناء الجهد البدني بشكل مطرد تبعاً لشدة الجهد البدني، وتعزى الزيادة في نتاج القلب في بداية الجهد البدني وحتى الجهد المعتدل الشدة إلى زيادة كل من معدل ضربات القلب وحجم الضربة، لكن مع ارتفاع شدة الجهد البدني واقتربها من الشدة القصوى، فإن الزيادة الحاصلة في حجم نتاج القلب تكون بفعل زيادة معدل ضربات القلب فقط، لأن حجم الضربة يستقر ، ويعزى انخفاض دور حجم الضربة مع زيادة شدة الجهد البدني إلى أن الوقت اللازم لانبساط البطين يصبح قصيراً جداً، مما لا يسمح بامتلاء القلب بالدم العائد إليه عبر الأوردة" (73)، اما بالنسبة لمؤشرات الحد الأقصى لاستهلاك الاوكسجين فانها تعتمد على الطاقة المنتجة خلال الجهد البدني فكلما كانت الطاقة المنتجة اكبر زاد ذلك من الاستهلاك الاوكسجيني والمقصود بالاكبر أي المستمر لأطول فترة ممكنة على وتيرة واحدة من العمل العضلي ، أذ ان هذا المؤشر الفسيولوجي التدريبي يعد من اهم الطرق لمعرفة كفاءة الاجهزة الداخلية للجسم بالاطافة الى معرفة مقدار الصعوبة المؤدى بها الجهد البدني ، والسبب في ذلك يعود الى ان عملية الاستهلاك الاوكسجيني يعتمد على عملية توفير (O<sub>2</sub>) من الرئتين الى الدم ثم توصيله الى العضلات من خلال العضلة القلبية لأستهلاكه ولهذا فأن هذا المؤشر يعطي فكرة واضحة عن مقدار الاستجابة لثلاثة اجهزة اساسية مشتركة في الاداء من خلال قيم (Vo<sub>2</sub>max) النسبي الذي يأخذ وزن الملاكمين بنظر الاعتبار اذ تم تأكيد ذلك على انه "يعتبر امتصاص الأوكسجين الأقصى (VO<sub>2</sub>max) المقياس الرئيسي لتقييم تكيف القلبية التنفسية. ويمكن التعبير عنها بالأرقام المطلقة (لتر / د ) أو نسبة إلى وزن الجسم (مليتر/كغم/د)" (74) كما ان " الحد الأقصى لاستهلاك الاوكسجين يعبر عن قدرة الجسم الهوائية وتقوم بهذه المسؤولية ثلاثة اجهزة هي الجهاز التنفسي والدوري والعضلي ، اذ يوفر الجهاز التنفسي الاوكسجين ويقوم الجهاز الدوري بنقله الى العضلات العاملة لتستهلكه خلال العمل العضلي" (75)، وعليه فأن الكثير من المؤسسات البحثية والعاملين في مجال علم وظائف الاعضاء والجهد البدني باتت تتنبأ بأنجازات الملاكمين من خلال مؤشر الـ (Vo<sub>2</sub>max) الذي كان اعلى عند العمل على مجهاد اليمين ، وهذا يعني ان مقدار صرف الطاقة خلال هذا الجهد البدني كان اكبر مما هو عليه عند العمل الميداني المشابه للاداء وهذا ناتج من طبيعة الجهد المنفذ اذ ان الطاقة المنتجة لكمية كبيرة لابد من توفير كمية (O<sub>2</sub>) كافية تسد احتياجات الانتاج اذ " ان الاختبار الذي يتم فيه استخدام كتلة عضلية كبيرة اثناء الجهد البدني يعطي مقدراً من الـ (Vo<sub>2</sub>max) اعلى مقارنة بالاختبار الذي تستخدم فيه كتلة عضلية صغيرة كما ان استخدام اداة قياس للجهد البدني تحاكي الى حد كبير ما يستعمله الرياضي اثناء التدريب او المسابقة فانه يعطي مقدراً اعلى من استهلاك الاقصى للاوكسجين مقارنة باداة اخرى تعود عليها

1. (72) (Jenifer M.A. & Maia M. (1998). Game intensity in basketball. An interactionist view linking time-motion analysis, lactate concentration and heart rate. *Coach. Sport. Sci. J.*, 3 (2), 26-30.

(73) هزاع بن محمد الهزاع (2009) ، فسيولوجيا الجهد البدني (الاسس النظرية والاجراءات المعملية لقياسات الفسيولوجية ) ، ج 1 ، جامعة الملك سعود ، النشر العلمي والمطابع .

(74) (Powers S.K., Howley E.T. *Exercise Physiology: theory and application to fitness and performance.* Ed. Mc Grall Hill, Boston 2000

(75) أبو العلا أحمد ، أحمد نصير الدين(1993) ، فسيولوجيا اللياقة البدنية ، القاهرة، دار الفكر العربي .

الرياضي" (76) وهناك من يؤكد على "ان النبض الاوكسجيني من الناحية الاجرائية يساوي قسمة (Vo2max) على معدل ضربات القلب في الدقيقة أي انه يعني كمية (O2) في كل ضربة من ضربات القلب والذي يبلغ في الراحة حوالي من (4-5) مل O2 / ض لكنه يزداد مع زيادة شدة الجهد البدني ليصل الى (10-15) مل O2 / ض" (77)، اما بالنسبة للطاقة المنتجة فان (معامل التنفسي) يشير الى ان نوع العنصر الغذائي المنتج اذ يتضح ان الكربوهيدرات هي العنصر الغذائي المسؤول عن انتاج الطاقة في كلا الجهدين والسبب يعود الى طبيعة نظام الطاقة المسؤول عن فترة الاداء كون الملائمة هي فعالية لاكتيكية تتم عملية الاكسدة السكر لاهوائياً لأنتاج الطاقة وبالتالي الاعتماد على الكربوهيدرات سوف توفر للجسم اقتصاداً في صرف الـ (O2) مع سرعة في انتاج الطاقة بكميات تلائم الطاقة المطلوب توفيرها ولذلك فان كلا المجهودين كان ضمن نظام طاقة واحدة والمصدر الرئيسي للأكسدة هي الكربوهيدرات وكما يذكر على انه (في الواقع فان معدل انتاج (CO2) يكون بداية الجهد البدني اقل من معدل (Vo2max) الامر الذي يجعل المعامل التنفسي (RQ) اقل من (واحد) لكن مع الاقتراب من العتبة اللاهوائية وزيادة شدة الجهد البدني فان انتاج (CO2) على (Vo2max) وبذلك فان (RQ) المعامل التنفسي يكون اكبر من (واحد) ولهذا فان (RQ) هو مؤشر عن مقدار العلاقة بين انتاج (CO2) واستهلاك (O2) وهذا يتبع شدة الجهد البدني) (78) .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :-

##### 4-1 الاستنتاجات :- في ضوء النتائج توصل الباحث الى عدة استنتاجات وكما يلي :

1. زيادة الشغل المنجز على دراجة الجهد البدني خلال المراحل الستة عند المقارنة مع الاداء المشابه للمنافسة ميدانياً.
2. ان سرعة الاداء على المجهود كانت اعلى مما هو عليه في الاداء الميداني من حيث الاستمرار في المحافظة على تلك السرعة ضد مقاومة ثابتة .
3. هناك تباين في المتغيرات الوظيفية الخاصة بمتغيرات (O2 - CO2) ولصالح الجهد بالدراجة المعلمي (مجهود اليمين) .

##### 4-2 التوصيات :- في ضوء ما تم التوصل اليه من نتائج يوصي الباحث الاتي :

1. اجراء الفحوصات البيوكيميائية للكشف عن مدى الامكانيات الفسيولوجية للملاكمين بالإضافة الى الاختبارات البدنية .
2. اعتماد الاجهزة المستخدمة في البحث لتقييم الملاكمين والحكم على اشراك الملاكمين بالنزلات الرسمية .
3. اجراء دراسات وبحوث مشابهة على فئات عمرية اخرى بالملائمة وفي الفعاليات الاخرى .

stromme sgngjer f, Meen H. assessment of maximal aerobic power in specifically trained (76) athletes . JAppl physiol 1977 ; 42 : 833-837 .  
wasserman K, at principles of exercise Testing and interpretation .philadelphia : Lippincott (77)  
Williams , wilkins 1999.

(78) هزاع بن محمد الهزاع (2009) ، فسيولوجيا الجهد البدني (الاسس النظرية والاجراءات المعملية للقياسات الفسيولوجية) ، ج1 ، جامعة الملك سعود ، النشر العلمي والمطابع ، ص 325 .

## المصادر

1. أبو العلا أحمد ، أحمد نصير الدين (1993) ، فسيولوجيا اللياقة البدنية ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
  2. أعداد لجنة التأليف والترجمة : الأحصاء باستخدام SPSS ، ط1 ، شعاع للنشر والعلوم ، حلب ، 2007 .
  3. علي ستار جبير : أثر تدريب لاهوائي خاص لتحمل الاداء و تركيز حامض اللاكتيك وانزيم استيل كولين استريز لفرقي الجمناستك الفني لدى لاعبي نادي الديوانية بأعمار (13-16 سنة)، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2015 .
  4. محمد عبد العال النعيمي وحسين مردان عمر : الأحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية مع تطبيقات SPSS ، ط1 ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2006 .
  5. هزاع بن محمد الهزاع (2009) ، فسيولوجيا الجهد البدنية (الاسس النظرية والاجراءات المعملية للقياسات الفسيولوجية) ، ج1 ، جامعة الملك سعود ، النشر العلمي والمطابع .
1. Jenifer M.A. & Maia M. (1998). Game intensity in basketball. An interactionist view linking time–motion analysis, lactate concentration and heart rate. Coach. Sport. Sci. J., 3 (2), 26–30.
  2. Powers S.K., Howley E.T. Exercise Physiology: theory and application to fitness and performance. 4 Ed. Mc Grall Hill, Boston 2000

## تمريعات كارديو في تطوير بعض القدرات الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية ومهارة الإبعاد الأمامية والضربة الساحقة في الريشة الطائرة

م.د زينب قحطان

ا.م.د عبير داخل السلمي

جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث (استهدف البحث اعداد تمرينات كارديو للاعبات الريشة الطائرة فئة الشباب ،ومعرفة تأثير التمرينات على بعض المؤشرات الفسيولوجية ومهارة الإبعاد الامامية والضربة الساحقة لدى لاعبات الريشة الطائرة فئة الشباب.

- مجتمع البحث (لاعبات الريشة الطائرة فئة الشباب لنادي الاثوري).
- عينة البحث وطريقة اختيارها (تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية (5) لاعبات بالريشة الطائرة من النادي الارمني).
- المنهج العلمي (المنهج التجريبي ذو الاختبار القبلي والبعدي).
- أدوات القياس: اختبارات فسلجية (جهاز Comfort Body Balance F5) واختبارات القدرة الخاصة للذراعين والرجلين بالاضافة الى الاختبارات المهارية) ، وبعد تطبيق الاختبارات القبلية تم تطبيق تمرينات كارديو وقد تم تطبيق التمرينات المعد من قبل الباحثتان لمدة شهرين.
- المعالجات الإحصائية (تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والالتواء واختبار "ت" لعينة واحدة).
- نتائج البحث (ان تمرينات الكارديو كان له تاثيرا ايجابيا على بعض المؤشرات الفسيولوجية وكان له دور في تطوير مهارة الإبعاد الامامية والضربة الساحقة لدى لاعبات الريشة الطائرة).

**Cardio exercises in development of abilities and physiological indicator  
forehand removal skill and crushing blow in badminton**

**By**

**Abeer Al-Salami Ph.D. Prof Assist**

**Zainab Qahtan Ph.D. Lecturer**

**University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences**

**Abstract**

**Aim of research is to prepare cardio exercises for badminton players in the youth class, and to know the effect of exercise on some physiological indicators forehand removal skill and crushing blow of young badminton players.**

**Research community, badminton players of the youth club of Athaur – The sample of research and method of its selection (the research sample was chosen in deliberate manner (5) players from the Armenian club.**

**–The scientific method (experimental method).**

**–Measurement tools: Physical Body Balance F5 and strength tests for both arms and legs as well as technical tests. After the application of tribal tests, cardio exercises were applied and the exercises were prepared by two researchers for two months.**

**–Statistical treatments (the arithmetic mean, standard deviation, spacing and T test were used for one sample.**

**–The results of the research (cardio exercises had a positive impact on some of the physiological indicators and had a role in the development forehand removal skill and crushing blow skill badminton players.**

## 1-التعريف بالبحث

### 1-1المقدمة وأهمية البحث

يعد التدريب الرياضي المبني على أسس علمية صحيحة من العوامل التي تعمل على زيادة وتحسين المؤشرات الوظيفية والقدرات البدنية والمهارية وبالتالي تحسين الانجاز الرياضي، وأن التمارين ماهي الا انقباضات عضلية ضد مقاومات معينة قد تطول أو تقصر في زمن أداؤها وهذا يعتمد على الهدف من التدريب والصفة المراد تطويرها .

وللرياضة بصورة عامة فوائد عديدة ومختلفة حسب نوع الفعالية ومتطلباتها .والريشة الطائرة واحدة من الفعاليات التي تكسب الفرد فوائد وسمات شخصية ومميزة فمن الناحية الجسمانية فإنها تقوي عضلات الذراعين والرسغ بشكل خاص وتفيد الجسم بالشكل العام وتعيد له لياقته البدنية والشعور بالراحة، أما من الناحية الذهنية فهي من الفعاليات التي تنمي الذكاء والبدئية للاعبة وسرعة رد الفعل والاستجابة في آن واحد.

هذا من جهة الأداء المهاري اما اذا ارتبطت فعالية الريشة الطائرة بالتدريب الرياضي فسيكون فيها العمل دقيق لانه مبني على شدد وتكرارات معينة ويرتبط بنوع من التمرينات المبنية على اسس علمية صحيحة ومن هذة التمرينات التي ارتبطت بفعالية الريشة الطائرة هي تمرينات كارديو التي عن طريق ممارستها يمكن معرفة مقدار مستوى الدهون في الجسم والمستوى الذي يملكه الشخص من اللياقة البدنية، ففي حال كان مستوى الدهون لا بأس به في الجسم يمكن ممارسة تمارين كارديو بسيطة نوعاً ما؛ كالمشي لمدة عشرين دقيقة يومياً، أما إذا كانت الدهون فوق معدلها الطبيعي في الجسم وتحتاج لإنقاصها، فيمكن أن تكون مدة ممارسة التمارين لمدة ساعة تقريباً وبشكل يومي، وأن اختيار التمارين المناسبة والتنوع بينها ومعرفة مدى تأثير هذا النوع من التمرينات على القدرات الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية للاعبة ومدى إسهامها في تحقيق النتائج والوصول الى الانجاز وبأفضل الطرق.

لذا تكمن اهمية البحث في التعرف على تأثير تمرينات كارديو في تطوير بعض القدرات الخاصة للذراعين والرجلين والمؤشرات الفسيولوجية ومهارة الابعاد الامامية والضربة الساحقة في الريشة الطائرة

### 1-2 مشكلة البحث

أن تنوع التمرينات من حيث الشدد والتكرارات وفترات الراحة يعمل على اختلاف تأثيراتها وحاجة الرياضيين لها خلال فترة الاعداد البدني بما يتناسب مع امكانياتهم وقدراتهم وفق متطلبات الفعالية وما تحتاجه من جهد مبذول سواء كان في القدرات الخاصة او المتغيرات الفسيولوجية. ومن خلال خبرت الباحثان في هذا المجال وجدت ان هناك قلة الاهتمام وعدم استعمال هكذا نوع من التمرينات التي تحتاج الى بذل مجهود عالي ومستمر ومتنوع يوازي متطلبات هذه الفعالية وقدراتها الخاصة والذي يؤثر بالتالي على المؤشرات الفسيولوجية.

ومن هنا جاءت مشكلة البحث في استعمال تمرينات كارديو ويمكن اعتبارها من أفضل أنواع التمارين الرياضية، وذلك لتعدد فوائدها التي يمكن للنساء بشكل عام الاستفادة منها، لذا يجب اعتبار هذه التمارين جزءاً من الروتين اليومي وممارستها بشكل منتظم للوصول للنتائج المرجوة في تطوير بعض القدرات الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية ومهارة الابعاد الامامية والضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

### 1-3 أهداف البحث

- 1- إعداد تمارين كارديو للاعبات الريشة الطائرة فئة الشباب.
- 2- التعرف على تأثير تمارين كارديو في تطوير بعض القدرات الخاصة .
- 3- التعرف على تأثير تمارين كارديو في تطوير بعض المؤشرات الفسيولوجية ومهارة الأبعاد الأمامية والضرية الساحقة في الريشة الطائرة.

#### 4-1 فروض البحث

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة عند استعمال تمارين كارديو في تطوير بعض القدرات الخاصة
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح البعدي عند استعمال تمارين كارديو في تطوير بعض المؤشرات الفسيولوجية ومهارة الأبعاد الأمامية والضرية الساحقة في الريشة الطائرة.

#### 5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبات النادي الارمني بالريشة الطائرة فئة الشباب.
- 1-5-1 المجال الزمني: الفترة الممتدة من 2017/1/3 ولغاية 2017/3/16
- 1-5-2 المجال المكاني : القاعة الداخلية لنادي الارمني .
- 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:-
- 1-2 منهج البحث:-
- استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي.
- 2-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من لاعبات الريشة الطائرة لنادي الارمني فئة الشباب والبالغ عددهن (5) لاعبة ، فضلا عن اخذ (2) لاعبة لإجراء التجربة الاستطلاعية ،حيث بلغ عدد افراد عينة البحث (7) لاعب وهم بذلك يمثلون نسبة (71%) من مجتمع البحث الاصلّي بعد استبعاد اللاعبات المشاركات في التجربة استطلاعية. ثم أجرت الباحثتان التجانس لغرض تأكد من تجانس أفراد عينة البحث تم استخدام اختبار معامل الالتواء بين متغيرات الطول والوزن والعمر الزمني والتدريبي وقد تبين أن قيم معامل الارتباط محصورة (1±) ،وهذا يعني أن العينة متجانسة كما هو مبين في الجدول رقم (1).

## الجدول (1)

يبين تجانس أفراد عينة البحث من خلال اختبار معامل الالتواء في بعض المتغيرات

### 2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في جمع المعلومات :

#### 2-3-1 وسائل جمع البيانات :

استخدمت الباحثة الوسائل التالية في جمع البيانات :

- المصادر العربية و الاجنبية .

-شبكة المعلومات الدولية ( الانترنت ) .

#### 2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث :

- ملعب ريشة
- كرات ريشة طائرة
- ساعة توقيت
- مضارب ريشة طائرة
- كرة طبية زنة (3) كغم ، حزام لغرض التثبيت ،كرسي ، شريط قياس ، طباشير.
- Comfort Body Balance F5 المنشا الماني الصنع.

#### 2-4 إجراءات البحث الميدانية :

#### 2-4-1 الاختبارات المستخدمة :

#### 2-4-1-1 : Comfort Body Balance F5 (2):

الغرض من الاختبار :قياس نسبة الدهون والعضلات والسوائل والوزن وعدد السعرات الحرارية في الجسم .

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الوزن	كغم	59,81	4,39	0,28-
الطول	سم	166,0	3,46	0,16-
العمر التدريبي	سنة	6,8	0,71	0,19+
العمر الزمني	سنة	16,8	0,91	0,41+

الأدوات والأجهزة : ميزان الكتروني ،شاشة عرض الكترونية .

صورة (1) تبين شكل الجهاز

طريقة الأداء : يصعد المختبر حافي القدمين على الجهاز بعد إدخال معلومات إلى الجهاز الكتروني الطول

الذي تم أخذه مسبقا لكل لاعب والعمر والجنس ثم الضغط على زر (ok) ،ويبدأ بالقراءة للاعب .

التسجيل : يقوم المسجل بتسجيل الأرقام التي تظهر على شاشة العرض عن كل قياس يبدأ بإعطاء الوزن ثم

الدهون في الجسم ثم السوائل ثم العضلات وأخر شي كمية السعرات الحرارية ،سعة ذاكرة الجهاز ( 8

للاعبين .

2-5 التجربة الاستطلاعية : من اجل التغلب على المعوقات التي قد تواجه الباحثان عند تنفيذ التجربة ، تم إجراء تجربة استطلاعية على (2) لاعبة بتاريخ 1/8 /2017 ، من خلالها تم تطبيق الاختبارات على عينة البحث ، وكان الغرض من هذه التجربة التعرف على الصعوبات التي تواجه الباحثان ، فضلا عن تحديد الزمن الذي يستغرقه كل اختبار .

### 2-5-1 الاختبارات البدنية :

أولا: اختبارات القوة الانفجارية :

الاختبار الأول: اختبار القوة الانفجارية : ( للذراعين )<sup>(80)</sup>:

اسم الاختبار: من وضع الجلوس على الكرسي دفع الكرة الطبية (3) كغم باليدين إلى الأمام.

غرض الاختبار: قياس القوة الانفجارية للذراعين وحزام الكتفين.

الأدوات اللازمة: كرة طبية زنة (3 كغم )، وكرسي ، وشريط قياس ، وحزام تثبيت اللاعب على الكرسي.

وصف الاختبار : يجلس المختبر على الكرسي ، ويثبت بواسطة حزام لكي يمنع الجذع والظهر من

الاشتراك في الأداء فمن وضع الجلوس يقوم اللاعب برمي الكرة إلى ابعد مسافة ممكنة.

الإجراءات : يقوم اللاعب بأداء ثلاث محاولات لرمي الكرة تحتسب أفضل المحاولات الثلاث، ويكون

القياس بالمتر وأجزائه.

الاختبار الثاني: القوة الانفجارية ( للرجلين )<sup>(2)</sup> :

اسم الاختبار : الففز العريض من الثبات .

عرض الاختبار : قياس القوة الانفجارية للرجلين .

الأدوات اللازمة : مكان مناسب للوثب بعرض (1,5)سم ، وبطول (3,5) سم ويراعي أن يكون المكان

مستوي وخال من الطباشير ، شريط قياس ، وقطع ملونة من الطباشير .

وصف الاختبار : يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدان قليلا ومتوازيان بحيث

يلامس مشط القدمين خط البداية من الخارج ويبدأ المختبر بمرجحة الذراعين إلى الخلف مع

ثني الركبتين والميل إلى الأمام قليلا ثم يقوم بالوثب إلى الأمام إلى أقصى مسافة ممكنة عن

طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين إلى الأمام .

حساب الدرجات :

يكون القياس من خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض ناحية الخط

تحتسب للمختبر درجات أحسن محاولة من المحاولات الثلاثة.

ثانيا: اختبارات القوة المميزة بالسرعة:

الاختبار الأول : القوة المميزة بالسرعة ( للذراعين )<sup>(82)</sup>:

اسم الاختبار : اختبار ثني ومد الذراعين من الاستناد الأمامي أقصى عدد لمددة (10) ثانية.

غرض الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين

الأدوات اللازمة : ساعة توقيت .

1-محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: اختبارات الأداء الحركي، ط1: القاهرة، دار الفكر العربي، 1986، ص106-107

2-لغلي السيد فرحات ،القياس والاختبار في التربية الرياضية، جامعة حلوان ،الطبعة الرابعة، 2007 ،، ص233-234 .

1- قاسم المنذلاوي وآخرون: الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، بغداد، دار الحكمة، 1989، ص87.

وصف الاختبارات : يأخذ المختبر وضع الإسناد الأمامي بالذراعين على الأرض وعند سماع إشارة البدء يقوم المخبر بثني ومد الذراعين مع تثبيت أمشاط القدمين على الأرض

التقويم : عدد مرات الثني والمد مؤشر للقدرة العضلية .

الاختبار الثاني: القوة المميزة بالسرعة ( للرجلين )<sup>(83)</sup>:

اسم الاختبار : من وضع ثني الركبتين كاملا الوثب لأعلى لمدة (10) ثانية .

غرض الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين .

الأدوات اللازمة : ساعة توقيت .

وصف الاختبارات : يأخذ المختبر وضع الاستعداد وعند سماعه إشارة البدء يقوم المختبر بالوثب إلى

الأعلى بثني الركبتين بشكل كامل .

التقويم : عدد مرات الثني والمد خلال 10 ثانية.

**2-6 التجربة الرئيسية :-**

**2-6-1 الاختبارات القبلية :-**

تم إجراء الاختبارات القبلية بتاريخ 2017/1/15 للمتغيرات الفسلجية (جهاز Comfort Body)

Balance F5 واختبارات القدرة الخاصة للذراعين والرجلين بالإضافة الى الاختبارات المهارية) لعينة البحث

والبالغ عددهم (5) لاعبة من النادي الارمني بالريشة الطائرة وفي القاعة الداخلية وذلك تمام الساعة

السادسة مساء ، وسعت الباحثان إلى تثبيت جميع الظروف الزمان والمكان والأجهزة والأدوات وطريقة

التنفيذ، وذلك محاولة لتهيئة الأوضاع نفسها عند إجراء الاختبارات البعدية ، على عينة البحث.

**2-6-2 تمرينات كارديو :**

قامت الباحثتان بتطبيق تمرينات كارديو ( \* ) مساء في النادي الارمني للاعبات الريشة الطائرة ، ويعمر

تدريبي 4-6 سنوات وقد بدء المنهج الخاص بالكارديو 2017/1/17 واستمر تطبيق التمرينات لمدة ثمانية

أسابيع ويواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد ،خلال مرحلة الأعداد الخاص ، في القسم الرئيسي ،

مجموع الوحدات التدريبية (24) وحدة تدريبية ، وقد بلغ زمن الوحدة التدريبية الواحدة 90 دقيقة .

**2-6-3 الاختبارات البعدية:** تم اجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث بتاريخ 2017/3/16 وذلك في

تمام الساعة العاشرة صباحا ليوم الخميس، حيث تم مراعاة تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات من

حيث الأدوات والاجهزة والزمان والمكان وكذلك طريقة التنفيذ .

**2-7 الوسائل الإحصائية**

- المتوسط الحسابي - واختبار "ت" لعينة واحدة

- والانحراف المعياري - الانتواء

-

**3 عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:**

<sup>83</sup> - ليلي السيد فرحات :مصدر سبق ذكره ، ص346.

(\*) ملحق (1).

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

جدول رقم (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف	ف ه	ت المحسوبة
		ع	س-	ع	س-			
دهون	غم	22.68	0.98	0.83	18.80	0.26	7.80	6.72
عضلات	غم	55.80	0.83	1.34	53.40	2.74	6.70	3.39
سوائل	لتر	54.00	1.87	1.34	69.40	2.165	7.25	-14.95
وزن	غم	56.40	1.34	1.341	53.40	000	8	3.53
سعر	سعة	2202.60	190.69	0.670	1998.20	43.56	4.00	2.39

يتبين من جدول (2) ان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (الدهون) للمجموعة كان (22.68) وبلغ في القياس البعدي (18.80) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (0.26) اما قيمة متوسط الفروق (7.80) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (6.72) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (العضلات) للمجموعة كان (55.80) وبلغ في القياس البعدي (53.40) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (2.74) اما قيمة متوسط الفروق (6.70) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (3.39) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (السوائل) للمجموعة كان (54.00) وبلغ في القياس البعدي (69.40) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (2.165) اما قيمة متوسط الفروق (7.25) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-14.95) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (الوزن) للمجموعة كان (56.40) وبلغ في القياس البعدي (53.40) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (000) اما قيمة متوسط الفروق (8) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (3.53) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود عدم فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (السرعات) للمجموعة كان (2202.60) وبلغ في القياس البعدي ( 1998.20) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي ( 43.56) اما قيمة متوسط الفروق ( 4.00) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (2.39) وبلغت القيمة الاحتمالية ( 3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

### جدول (3)

بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة t المحسوبة لمتغيرات القوة الخاصة ومهارة الابعاد الامامية والضربة الساحقة

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف	ف ه	ت المحسوبة
		ع	س-	ع	س-			
قوة انفجارية رجلين	م	0.012	3.70	0.008	3.70	0.14	7.066	-188.14
قوة انفجارية ذراعين	م	0.27	4.77	0.06	4.77	13.59	4.48	-3.50
قوة مميزة بالسرعة رجلين	عدد مرات	0.74	17.80	0.83	17.80	0.18	7.88	-9.80
قوة مميزة بالسرعة ذراعين	عدد مرات	0.83	16.80	0.836	16.80	0.00	8.00	-1.89
ضربة الأبعاد الامامية	درجة	0.61	6.800	0.83	6.800	0.79	7.33	-6.03
الضربة الساحقة	درجة	0.72	7.80	0.836	7.80	0.021	7.83	-7.36

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (قوة انفجارية رجلين) للمجموعة كان (2.46) وبلغ في القياس البعدي ( 3.70) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي ( 0.14) اما قيمة متوسط الفروق (7.066) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-188.14) وبلغت القيمة الاحتمالية ( 3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (قوة انفجارية ذراعين) للمجموعة كان (4.33) وبلغ في القياس البعدي ( 4.77) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي ( 13.59) اما قيمة متوسط الفروق (4.48) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-3.50) وبلغت القيمة الاحتمالية ( 3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (قوة مميزة بالسرعة رجلين) للمجموعة كان (12.90) وبلغ في القياس البعدي (17.80) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي ( 0.18) اما قيمة متوسط الفروق (7.88) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (9.80) وبلغت القيمة الاحتمالية ( 3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (قوة مميزة بالسرعة ذراعين) للمجموعة كان (5.80) وبلغ في القياس البعدي (16.80) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (000) اما قيمة متوسط الفروق (8.00) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-1.89) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (ضربة الابعاد الامامية) للمجموعة كان (4.00) وبلغ في القياس البعدي (6.800) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (0.79) اما قيمة متوسط الفروق (7.33) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-6.03) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

وان قيمة الوسط الحسابي القبلي لمتغير (الضربة الساحقة) للمجموعة كان (4.16) وبلغ في القياس البعدي (7.80) ، وبلغ قيمة ف بين الاختبارين القبلي والبعدي (0.021) اما قيمة متوسط الفروق (7.83) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (-7.36) وبلغت القيمة الاحتمالية (3.49) وهي اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي.

### 3-2 مناقشة النتائج :

يتبين من الجدول (2) و (3) ان التمرينات ادت الى تخفيف الوزن، حيث عملت على التخلص من الدهون الزائدة في الجسم، كما عملت على إبراز العضلات خلال فترة بسيطة من الزمن قد لا تتجاوز الشهر، وبالتالي زيادة النشاط البدني والتخلص من الكسل وادت الى تطوير القدرات الخاصة التي كان لها التأثير الإيجابي بشكل خاص بالاضافة الى المؤشرات الفسيولوجية، كما ان خصوصية تمارينات الكارديو انها متنوعة ساعدت عدم الشعور بالملل والضجر، وحاجة لاعبات الريشة الطائرة تحتاج لحركة مستمرة، فضلا عن إمكانية حرق الوحدات الحرارية بشكل أكبر وهذه ما الت عالية نتائج جهاز (جهاز Comfort Body Balance F5).

من فوائد تمارينات (كارديو) التخفيف من الوزن الزائد، وفي العادة يحصل هذا بعد الانتهاء من التمرين، فإن معدل الأيض في جسم الإنسان يزداد بسبب هذه التمارين وبهذا يزداد حرق السعرات الحرارية حتى أثناء الراحة، وزيادة اللياقة، إلا أنه وعلى المدى الطويل أو حتى بعد مدة قصيرة من البدء لاحظنا تحسناً كبيراً في مستوى اللياقة، زيادة في قوة العضلات .

وهذا ما اشار اليه (موفق اسعد) "من اجل الوصول الى مستوى متقدم ومتطور وتحقيق الانجازات يفترض بالمدرّب الاهتمام بما يمتلكه اللاعب من مواصفات وقدرات يوجهها بشكل صحيح باستعمال الوسائل والاساليب والطرائق التدريبية والتمارين الملائمة لذلك" (84).

### 4- الاستنتاجات والتوصيات

#### 4-1 الاستنتاجات: بعد عرض النتائج ومناقشتها خرجت الباحثتان بالاستنتاجات الآتية:

1. إن تمارينات كارديو كان له تأثيرا ايجابيا على بعض المؤشرات الفسيولوجية ( الوزن ، العضلات ، السوائل ، السعرات الحرارية ، الدهون ) لدى لاعبات الريشة الطائرة .
2. إن تمارينات كارديو كان له تأثيرا ايجابيا على القدرات الخاصة ( القوة الانفجارية للذراعين والرجلين ، والقوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين) لدى لاعبات الريشة الطائرة .

<sup>84</sup> -موفق اسعد محمود؛ أساسيات التدريب الرياضي، ط1: (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011) ص51.

3. إن تمارينات كارديو كان له تأثيرا ايجابيا على تطور الجانب المهاري ( ضربة الإبعاد الأمامية ، والضربة الساحقة ) لدى لاعبات الريشة الطائرة .
- 4-2التوصيات: بناء على ماورد في البحث من نتائج توصي الباحثان بما يأتي:
- 1- من الممكن ان يستفاد المدربين من التمارينات المعدة لتطوير صفات بدنية أخرى وتطبيقه على عينة أخرى
- 2- ويمكن اعداد دراسات مشابهة مستخدمة التمارينات المعدة على فعاليات رياضية اخرى.

#### المصادر

- 1- قاسم المندلاوي وآخرون:الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ،بغداد ،دار الحكمة،1989.
- 2- ليلي السيد فرحات : ليلي السيد فرحات ،القياس والاختبار في التربية الرياضية ،جامعة حلوان ،الطبعة الرابعة ،2007 .
- 3- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان:اختبارات الأداء الحركي،ط1:القاهرة،دار الفكر العربي،1986.
- 4 - SOEHNLEK,Boody Comfort F5 ,2009
- 5- موفق اسعد محمود :اساسيات التدريب الرياضي.ط1: (بغداد،دار الكتب والوثائق ،2011).

#### ملحق (1)

نماذج من تمارين كارديو المنفذة في التجربة الرئيسية

- 1- الوقوف فتحا القفز مع فتح القدمين واليدين وإغلاقهما مع كل قفزة (14 مرة).
- 2- القفز بفتح القدمين واليدين مع مس الكاحل بالتناوب (10 مرات).
- 3- الاستلقاء على الظهر مع رفع الرأس قليلا ورفع القدمين بالتناوب(10 مرة ) .
- 4- القفز مع تقريب الذراعين بحيث تلتصق بالجسم وتقريب القدمين الى بعضهما ورفع اصابع القدمين للأعلى أثناء القفز(12 مرة).
- 5- من وضع القرفصاء التقدم للإمام بدفع الساقين والنزول مرة أخرى(12 مرة).
- 6- وضع الاستناد الأمامي بتباعد الذراعين والاستناد على الركبتين ويتم سحب رجل اليمين للإمام ودفعها للخلف وفي نفس الوقت تكون الذراع المعاكسة خلف الرأس وبالعكس(14 مرة).
- 7- الاستلقاء على كرة مطاطية كبيرة والذراعين خلف الرأس واستناد الرجلين على الأرض ودحرجة الكرة بالجسم(12مرة).
- 8- الاستلقاء على الظهر وسحب الرجلين قليلا ومسك اوزان بالذراعين فتح وضم الذراعين جانبا(10مرة).
- 9- نفس التمرين السابق لكن مع مد الذراعين أعلى أسفل(10مرة).
- 10-الاستلقاء على الظهر برفع الجذع قليلا ورفع الرجلين عاليا بالفتح ومس الذراعين لأمشاط القدمين بالتناوب (12مرة).

- 11- الوقوف بإبعاد الرجلين عن بعضهما البعض بمقدار بسيط ومد الذراعين للخلف كاملاً والتصفيق ثم إلى الإمام والتصفيق وهكذا (14 مرة).
- 12- الوقوف فتحة على الأمشاط والذراعين للجانب حاملة ثقل وزن نصف كيلو والمشي لجانب اليسار ثم لجانب اليمين بالتناوب (12 مرة).
- 13- الجلوس على كرة مطاطية ورفع الذراعين الحاملة للأوزان للأعلى مع فتح الذراعين للجانب ثم إنزالهما للأسفل مع الثقل (10 مرة).
- 14- الوقوف فتحة امام مسطبة خشبية والصعود والنزول عليها سريعاً وبالتناوب (14 مرة).
- 15- نفس التمرين السابق مع حمل اثنان باليد مع زيادة السرعة اثناء الصعود والنزول (14 مرة).
- 16- صعود السلم مسرعة والنزول مرة اخرى وهكذا (12 مرة).
- 17- النط بالحبل حتى نفاذ الجهد.
- 18- نفس التمرين لكن بتثبيت اوزان على الساقين.
- 19- صعود السلم على رجل اليمين والهبوط على رجل اليسار حتى نفاذ الجهد.
- 20- نفس التمرين السابق بحمل كرة طبية وزن كيلو باليدين.
- 21- صعود السلم بالرجلين معاً والهبوط كذلك وأن تكون الحركة سريعة حتى نفاذ الجهد.
- 22- الوقوف فتحة لف قدم اليمين خلف قدم اليسار بالتعاقب على رؤس الاصابع مع انثناء في مفصل الركبة (10 مرات).

## دراسة مقارنة لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة لفئتي الشباب والمتقدمين

م.م. سعد جاسم حمود السعيد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بابل

### ملخص البحث باللغة العربية

ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة لمعرفة تركيز الانتباه للاعبين الريشة الطائرة وكرة الطاولة فئتي الشباب والمتقدمين والمقارنة بينهما للوصول إلى نتائج ووضع التوصيات من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين وصولاً لتحقيق الانجازات الرياضية. حيث برزت مشكلة البحث في عدم معرفة تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة والمقارنة بينهما، إذ إن التعرف على هذه الظاهرة النفسية يساعدنا في تطوير احد العوامل الهامة والمساعدة في نجاح العملية التدريبية العالية. اما اهداف البحث فهي:

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة - فئة الشباب.
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة- فئة المتقدمين.

وافترض الباحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة-فئة الشباب.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

اما مجالات البحث فكانت:

المجال البشري: لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة فئة الشباب والمتقدمين.

المجال المكاني: ملعب الريشة الطائرة وقاعة كرة الطاولة في منتدى شباب المحاول/ بابل.

المجال الزمني: الفترة من 2012/11/12 ولغاية 2013/4/15.

اما منهج البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لملائمته وطبيعة البحث. وكان مجتمع البحث وعينته تكونت عينة البحث من لاعبي منتخب محافظة ديالى بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة وبيواقع (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (13) لاعباً ، و(8) لاعباً لفئة المتقدمين في لعبة الريشة الطائرة من اصل (10) لاعبين ، إما في لعبة كرة الطاولة فقد بلغ عدد اللاعبين (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (15) لاعباً و (8) لاعباً لفئة المتقدمين من اصل (11) لاعب ، وبهذا فقد أصبحت عينة البحث مكونة من (32) لاعباً من اصل (49) لاعباً وبهذا اصبت نسبة العينة هي (65,3 % ) في حين كانت التجربة الاستطلاعية متكونة من (15)مختبر توزعوا على التوالي (4,4) لكل من المتقدمين والشباب في لعبه الريشة الطائرة وعلى التوالي ايضا(3,4) للمتقدمين والشباب بلعبه كرة الطاولة ،أي بنسبة (30,61) من المجتمع الاصلي للبحث. أما اهم الاستنتاجات:

1. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبى كره الطاولة فئة الشباب في

متغير تركيز الانتباه

2. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة وكره الطاولة فئة المتقدمين ، ولصالح لاعبي كره الطاولة في مقدار تركيز الانتباه ، مما يعني وجود ضعف في التدريب على تركيز الانتباه لدى لاعبي كره الطاولة مقارنة بلعبي الريشة الطائرة المتقدمين. وأهم التوصيات . ضرورة الاهتمام بشكل اكبر في تركيز الانتباه عند لاعبي كره الطاولة أسوة بلعبي الريشة الطائرة .
3. ضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة في تركيز الانتباه للاعبي كره الطاولة أسوة بلعبي الريشة الطائرة .
4. ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه

## **Abstract**

### **A comparative study to attention concentration between badminton and table tennis for young and advanced players**

**By**

**Saad Jassim Hamoud Al Saidi, M.Sc.**

College of Physical Education and Sports Science

Babylon university

The aim of the current research was to:

1. The Comparison in attention concentration between badminton and table tennis for young players.
2. The Comparison in attention concentration between badminton and table tennis for advanced players.

The researcher hypothesizes that:

1. There were no statistics differences in attention concentration between badminton and table tennis for young players.
2. There were no statistics differences in attention concentration between badminton and table tennis for advanced players.

The researchers used the descriptive approach (survey & correlation) for the methodology. Eight young badminton players out of (13), and (8) advanced players out of (10), in addition, (8) young table tennis players out of (15), and (8) advanced players out of (11) have been chosen as a sample, while (70) have been chosen as a main sample.

The research concluded that:

1. There were no significant differences between badminton table tennis youth players in attention concentration.
2. There were a significant differences between the badminton and table tennis advanced players for the table tennis players in the attention concentration, which means there is a weakness in training to attention concentration on the table tennis players compared to the players of badminton.

The research recommended that:

1. The need to pay more interest to attention concentration of the players of the table tennis players as a badminton players.
2. The need to conduct special development exercises and training units in attention concentration of the players of the table tennis players as a badminton players

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته

تسهم الكثير من العمليات العقلية لدى الإنسان في عملية التعليم ، والتعلم الحركي جزء مهم منها ، ومن العمليات العقلية العليا التي تساهم في عملية التعلم الحركي الانتباه والتركيز والإدراك والتفكير والتصور ورد الفعل الحركي.

ويعد الانتباه احد العمليات العقلية العليا والذي يلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي إذ يعد من المتطلبات الأساسية للأداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي. ويؤكد المدربون أهمية الانتباه في المساهمة في الوصول إلى الأداء الأمثل، ويعد التركيز احد مظاهر الانتباه المهمة والذي له دور فاعل في التهيؤ والاستعداد قبل الأداء، لذلك يتم توجيه اللاعب إلى تركيز الانتباه واليقظة، إذ يمثل فقدان الانتباه احد العوامل الرئيسية في الأداء الضعيف والذي يؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة، إذ إن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل، يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي والتحكم في مهاراته الحركية.

إذ يشير (محمد حسن علاوي) بان تركيز الانتباه " هو حالة موجودة وجوهية يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للإنجاز الرياضي الجيد. فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادراً على التوافق البدني والانفعالي والعقلي وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الأمور في متناول اليد لغرض الإنجاز الرياضي"<sup>(1)</sup>. كما تشير (أميرة حنا ، 1994) " إلى أن اللاعبين يتميزون بظاهرة معينة من الانتباه تنمو بالتدريب تبعاً لشدته وحجمه وطبيعة النشاط الممارس وتطبيق إلى إن الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر تتمثل في ( الحدة، التركيز، التوزيع، التحويل، الثبات) وان الوصول إلى المستويات الرياضية العالية يتوقف إلى حد كبير على النمو وارتقاء تلك المظاهر وان كل نشاط يحتاج لهذه المظاهر لكن بدرجات متفاوتة"<sup>(2)</sup>. وتعد لعبة الريشه الطائرة وكرة الطاولة من الألعاب الفردية التي تبرز فيها أهمية تركيز الانتباه نظراً لطبيعة هذه الألعاب والتي تتميز بالعديد من المواقف المفاجئة والسريعة خلال مواقف اللعب سواء في الهجوم أو الدفاع فهي أنشطة رياضية تتميز بالديناميكية والتفاعل المستمر نتيجة إيقاع اللعب وتعدد مهاراتها، فمن الملاحظ أن جميع الألعاب الفردية والفرقية عندما يؤدي اللاعب مهاراتهم الحركية بحالة من التركيز فأنهم يحصلون على نتائج ايجابية في أدائهم.

وبناءً على ما سبق ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة لمعرفة تركيز الانتباه للاعبين الريشه الطائرة وكرة الطاولة فنتي الشباب والمتقدمين والمقارنة بينهما للوصول إلى نتائج ووضع التوصيات من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين وصولاً لتحقيق الانجازات الرياضية العالية.

### 2-1 مشكلة البحث

أن إحدى اكبر المشكلات في الرياضة سواء كانت تنافسية أو ودية هي مشكلة نقص التركيز إذ أن ذهن الشارد قد يخلق قصوراً ذهنياً ويسبب أخطاء ذهنية خلال أداء الفعالية الرياضية، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الأداء، إذ أن الكثير من الرياضيين يرجعون بسبب انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة إلى فقدان التركيز، كذلك يعزوا المدربون ضعف مستوى أداء لاعبيهم إلى نفس السبب أعلاه.

(1) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط2، مصر، دار المعارف، 1975، ص39.  
(2) أميرة حنة مرقس : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب لكرة اليد رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1994 ص 15.

كما أن لكل فعالية رياضية مميزات مهارية وبدنية وانفعالية وذهنية خاصة بها تميزها عن غيرها من الألعاب الرياضية الأخرى، وتنعكس هذه المميزات على المواصفات التي يجب توافرها عند الممارسين لهذه الألعاب.

وهنا برزت مشكلة البحث في عدم معرفة تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة والمقارنة بينهما، إذ إن التعرف على هذه الظاهرة النفسية يساعدنا في تطوير احد العوامل الهامة والمساعدة في نجاح العملية التدريبية.

### 1-3 أهداف البحث

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة الشباب.
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

### 1-4 فرضا البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة-فئة الشباب.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

### 1-5 مجالات البحث

- المجال البشري: لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشه الطائرة وكرة الطاولة فئة الشباب والمتقدمين.  
المجال المكاني: ملعبالريشه الطائرة وقاعة كرة الطاولة في مركز شباب المحاويل/ بابل.  
المجال الزماني: الفترة من 2012/11/12 ولغاية 2013/4/15.

### 1-6 تحديد المصطلحات:

تركيز الانتباه: هو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن<sup>(1)</sup>

### 2. الدراسات النظرية والمشابهة

#### 2-1 الدراسات النظرية

#### 2-1-1 ماهية الانتباه:

يعد الانتباه احد الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية الأخرى كالتذكر أو التخيل أو التصور أو التفكير أو التعلم، إذ أن الإنسان عندما يتعامل مع المحيط يجب أن يعرف هذا المحيط حتى يستطيع حماية نفسه من الإخطار، والشرط الأول هو إن ينتبه إلى ما يهمله من هذه البيئة وان يدركها بحواسه كي يستطيع أن يؤثر فيها وان يسيطر عليها بعقله وعضلاته، إذا فالانتباه هو الخطوة الأولى لتكيف الفرد مع المحيط.

لقد تناول علماء النفس موضوع الانتباه بالعديد من التعاريف فقد عرفه (حلمي المليجي،2000) بأنه توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه<sup>(85)</sup>. كما عرف الانتباه بأنه

(1) محمد العربي شمعون:التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1996،ص44.  
(85)حلمي المليجي:علم النفس المعاصر . ط8،بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر،2000،ص197.

(استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء)<sup>(86)</sup>. في حين عرفه (فاخر عاقل، 1981) بأنه (العملية النفسية التي تقوم باختيار عدد من المثبرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثبرات الأخرى)<sup>(87)</sup>.

أن هذه التعاريف التي ورد ذكرها تنطبق على الانتباه ومن وجهة نظر علم النفس العام، لكنها لا تنطبق عليه ومن وجهة نظر علم النفس الرياضي، فبرغم من الانتباه ظاهرة عامة في البيئة المحيطة بالفرد إلا أنه يختلف إلى حد كبير في المجال الرياضي، فيقول عنه (يحيى النقيب) بان مصطلح الانتباه يستخدم في وصف العملية التي يقوم الرياضي من خلالها بادراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة لديه عندما يركز انتباهه على شيء معين، وهذا يعني انه أصبح مدركاً لهذا الشيء دون أدراك الأشياء الأخرى<sup>(88)</sup>. ويعرفه (وجيه محبوب، 1988) بأنه (قدرة الفرد على أداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث بالتفاعل مع الأجهزة والأدوات والمهارات كلها عنصر انتباهي مهم في الحركات الصعبة)<sup>(89)</sup>. كما يعرف الانتباه بأنه تكيف حركي عقلي معاً لشيء من الأشياء، فهو تكيف حركي لان الانتباه تصاحبه ردود أفعال تعمل على كف جميع الحركات التي لا تلائم الموقف، وهو تكيف عقلي فيه اختيار وكف في أن واحد<sup>(90)</sup>. ومن خلال الاطلاع على التعاريف التي ورد ذكرها يمكن تعريف الانتباه بأنه العملية التي يتم من خلالها التركيز على اختيار منبهات حسية دون غيرها عن طريق استعداد الفرد إدراكياً، لأنه لكي يتعلم الفرد شيئاً يجب أن ينتبه ثم يدرك وبالتالي فالانتباه يساعدنا في معرفة الأشياء وسرعة فهمها.

## 2-1-2 أنواع الانتباه:

أولاً: يقسم من حيث الدافع إليه إلى ما يأتي<sup>(91)</sup>:-

### (أ) الانتباه الإرادي (الطوعي)

وهو التوجيه المقصود للإحساس نحو موضوع بذاته ، وفيه يتجه الفرد إلى هدف يختاره مثل توجيه الفرد انتباهه إلى عمل ما أو فكرة معينة.

### (ب) الانتباه اللاإرادي (القسري):

هو اتجاه الإحساس نحو موضوع معين دون تدخل الشخص في ذلك ، وفيه يتخذ الفرد موقفاً سلبياً من الانتباه إذ تصل إليه المؤثرات من البيئة مسترعية انتباهه دون أرادة الشخص مثل الانتباه إلى الأصوات العالية كأطلاقة مسدس مثلاً.

### (ج) الانتباه التلقائي (العادي):

وهو الانتباه إلى شيء ما بدافع فطري غريزي، وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهداً، بل يمضي سهلاً طبيعياً، وفي الوقت نفسه لا تختفي الإرادة منه كلياً، ولا يبذل لقاء ذلك جهداً ولا صراعاً مع رغباته.

### (د) الانتباه الاستباقي:

<sup>(86)</sup> نجاح مهدي شلش واكم محمد صبحي: التعلم الحركي. جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص181.

<sup>(87)</sup> فاخر عاقل: علم النفس ط7، بيروت: دار العلم للملايين، 1981، ص621.

<sup>(88)</sup> يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي ط3، معهد أعداد القادة الرياضي، 1990، ص213.

<sup>(89)</sup> ووجيه محبوب. علم الحركة، التعلم الحركي. جامعة بغداد: بيت الحكمة ، 1989، ص181.

<sup>(90)</sup> محمد مختار متولي ومحمد إسماعيل ابراهيم: مبادئ علم النفس ط10، السعودية: وزارة المعارف، 1985، ص198.

<sup>(91)</sup> خالد عبد المجيد عبد الحميد: تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال بالكرة الطائرة -رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 1989، ص26.

وهو توجيه وتجميع الإحساسات حول موضوع معين لم يظهر في مجال الانتباه مثل تركيز انتباه الفرد وتأهبه لمثير لم يظهر بعد، أي توقع الفرد حدوث شيء مثل انتظار أطلاقة المطلق في سباقات السباحة والعدو وكذلك صافرة الحم في الكرة الطائرة قبل الإرسال.

#### هـ) الانتباه المشتق:

وهو تغير نوع الانتباه حسب المؤثر المنتبه إليه أو المؤثر الذي أجبرنا على الانتباه إليه قسرياً، مثلاً تحول الانتباه اللاإرادي أحياناً إلى انتباه أرادي أو انتباه استباقي. ثانياً: ويقسم الانتباه من حيث طبيعة الموضوع إلى ما يأتي<sup>(92)</sup>:-

#### أ) الانتباه الداخلي:

وهو الانتباه وتركيز الذهن إلى الأحاسيس الداخلية وحول الشعور والتفكير، مثلاً التأمل في كيفية أداء الإرسال بالكرة الطائرة أو كيفية أداء التصويب على الهدف في لعبة كرة اليد أو كرة السلة.

#### ب) الانتباه الخارجي:

وهو الانتباه وتركيز الذهن إلى المواضيع أو المؤثرات الخارجية أي البيئة المحيطة بالفرد مثلاً، ارض الملعب، المنافس، الجمهور، درجة الحرارة، الضوء، الأداة. ثالثاً: ويقسم الانتباه من حيث السمة إلى ما يأتي<sup>(93)</sup>:-

أ) الانتباه الواسع: ويتناسب مع اغلب الألعاب الجماعية إذ أن المطلوب أن يكون

اللاعب يقظاً وواعياً لتحركات المنافسين وفي نفس الوقت متابعاً لتحركات زملائه.

ب) الانتباه الضيق: ويعني أن يكون الرياضي يقظاً أو واعياً بشيء واحد أو منطقة صغيرة

نسبياً كما في ألعاب الرماية أو عند أداء لاعب كرة السلة الرمية الحرة أو التصويب.

## 2-1-3 مظاهر الانتباه<sup>(94)</sup>:

### أ) حجم الانتباه Amount:

يقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن.

فعلى سبيل المثال قد يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في كرة القدم في موقف معين يتضمن كل من الكرة وبعض اللاعبين المنافسين وبعض اللاعبين الزملاء والحكم مثلاً، في حين يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في موقف آخر يتضمن اللاعب المنافس فقط كما هو الحال بالنسبة لركلة الجزاء في كرة القدم.

### ب) شدة الانتباه Inxensity:

يقصد بشدة الانتباه درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه.

### ج) انتقاء الانتباه Selection:

<sup>(92)</sup> هاشم احمد سليمان: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة الماجستير ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998، ص23.

<sup>(93)</sup> أسامة كامل راتب. علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات. ط2، القاهرة : دار الفكر العربي، 1997، ص36.

<sup>(94)</sup> عبد الستار جبار الصمد. فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000، ص66.

يقصد بانتقاء الانتباه القدرة على اختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإغفال المثيرات الأخرى غير الهامة.

#### د. ثبات الانتباه **Stability**:

يقصد بثبات الانتباه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً.

#### هـ) توزيع الانتباه **Distribution**:

يقصد بتوزيع الانتباه قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة وقت واحد.

#### و. تحويل الانتباه **Shifting**:

يقصد بتحويل الانتباه هو قدرة اللاعب على سرعة وتوجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير آخر.

#### ز. تشتت الانتباه **Distraction**:

تشتت الانتباه هو عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً (أي ثبات الانتباه) وانتقال الانتباه بين مثيرات متعددة في نفس الوقت.

#### ح) تركيز الانتباه **Concentration**:

يستخدم مصطلح التركيز والانتباه بصورة مترادفة في المجال الرياضي ، ولكن عند معرفة معنى الانتباه يكون الأمر سهلاً للتفريق بين المصطلحين، إذ إن هنالك فرقاً بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز والأخير نوع من تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه وشدته<sup>(95)</sup>. ويمكن تعريف التركيز بأنه

((القدرة على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط))<sup>(96)</sup>

أن تركيز الانتباه هو (اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إحدى محتويات الذاكرة الحركية، أو إلى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبه)<sup>(97)</sup>.

كما يعرف تركيز الانتباه بأنه الاستعداد الإدراكي العام الذي يقوم بتوجيه شعور الرياضي نحو موقف معين ككل أو جزء، فإذا كان الموقف معروف للرياضي يكون الانتباه، أما إذا كان الموقف جديد كلياً فيزداد الانتباه ويتم التركيز على هذا الموقف الجديد<sup>(98)</sup>.

### 2-1-4 تركيز الانتباه في المجال الرياضي :

تلعب معظم مظاهر الانتباه في المجال الرياضي دوراً فعالاً في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية، ويعد تركيز الانتباه من بين المظاهر الهامة في الانتباه والذي ثبت تأثيره على مستوى الأداء في النشاط الرياضي.

أن تطور الحركات المختلفة مقترن بقابلية الفرد على تركيز الانتباه، فهو يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لإجراء المهارة الحركية، ويعد أساساً مهماً لنجاح المهارات الحركية وبخاصة في أنواع الأنشطة التي تعتمد بصورة كبيرة على حالات البداية.

<sup>(95)</sup> أسامة كامل راتب المصدر السابق، ص 361.

<sup>(96)</sup> يعرب خيون. التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مكتب الصخرة للطباعة، 2002، ص 48.

<sup>(97)</sup> سعد رزوقي. موسوعة علم النفس. ط 1، بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر، 1998، ص 74.

<sup>(98)</sup> معيوف ذنونحتوش. علم النفس الرياضي. جامعة الموصل: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 1987، ص 62.

وهذا ما أكده (خالد عبد المجيد، 1989) إذ يشير إلى أن (ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الرياضية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية)<sup>(99)</sup>.

وتعد عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم بواسطة القوة المناسبة للمؤثرات المرتبطة بنوع واحد من النشاط على أجزاء معينة من لحاء المخ وفي الوقت نفسه يتم عدم التأثير في باقي أجزاء اللحاء حتى لا تقوم هذه الأجزاء بالتشويش على الجزء الخاص بالتركيز مما يؤدي إلى تشتت الانتباه<sup>(100)</sup>.

أن لتركيز الانتباه دوراً مهماً في عملية التدريب الرياضي، إذ يمكن استخدامه في عملية التعلم الحركي خلال مراحل البناء الرياضي، كما يمكن استخدامه في عملية الإعداد النفسي للمنافسة، إذ يشير (هاشم سليمان، 1988) (إلى تأكيد علماء النفس الرياضي على أهمية تركيز الانتباه بوصفه قمة الاستعداد التعبوي في التدريب والمنافسات ونظراً لذلك يجب مراعاة تعويد الرياضي على تركيز انتباهه في غضون عملية التدريب حتى يكون العمل على تنمية وتطوير القدرة على تحمل تركيز الانتباه في غضون المنافسات)<sup>(101)</sup>.

وتختلف القدرة على تركيز بين اللاعبين، فالبعض لديه القدرة الكبيرة على التركيز على الآخرين والبعض الآخر يكون أكثر عرضه للإضراب وذلك لضعف القدرة على انتقاء الانتباه، وتجدر الإشارة إلى أن التوتر النفسي من الممكن أن يمنع تركيز الانتباه الكامل قبل وإثناء المباراة وخاصة

في بداية الدقائق الأولى للمباراة إذ يشير (كامل الويس، 1984) بأنه يجب أن لا تخفى عن المدربين بان التركيز يتأثر سلبياً في حالة حمى البداية، إذ نلاحظ إن هنالك نقصاً في قدرة اللاعب على التركيز فضلاً عن الشرود الذهني والتهيج العام المصحوب بقلة الاستعداد للأداء<sup>(102)</sup>.

ويذكر (عبد الستار الضمد، 2000) أن (خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن إن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية)<sup>(103)</sup>.

## 2-2 الدراسات المشابهة :

### 2-2-1 دراسة (بسمة نعيم وهناء عبد الكريم 2005)<sup>(104)</sup>

عنوانها (دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة).

أهداف البحث:

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، فئة الشباب .
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، فئة المتقدمين .

عينة البحث:

<sup>(99)</sup>خالد عبد المجيد عبد الحميد. المصدر السابق، ص34.

<sup>(100)</sup>خالد عبد المجيد عبد الحميد. نفس المصدر السابق، ص39.

<sup>(101)</sup>هاشم احمد سليمان. المصدر السابق، ص29.

<sup>(102)</sup>كامل طه الويس. علم النفس الرياضي في التربية الرياضية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص 120.

<sup>(103)</sup>عبد الستار جبار الصمد. المصدر السابق، ص68.

<sup>(104)</sup>بسمة نعيم ، هناء عبد الكريم ، دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 ، ص 15.

اشتمل مجتمع البحث على طلابي منتخب محافظة بابل بلعبة كرة اليد والكرة الطائرة فئة الشباب والمتقدمين وعددهم 54 لاعب. الاختبارات والقياسات المستخدمة:

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

#### 3-1 المنهج المستخدم:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لملائمته وطبيعة البحث.

#### 3-2 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة وواقع (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (13) لاعباً ، و(8) لاعباً لفئة المتقدمين في لعبة الريشة الطائرة من اصل (10) لاعبين ، إما في لعبة كرة الطاولة فقد بلغ عدد اللاعبين (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (15) لاعباً و (8) لاعباً لفئة المتقدمين من اصل (11) لاعب ، وبهذا فقد أصبحت عينة البحث مكونة من (32) لاعباً من اصل (49) لاعباً وبهذا أصبحت نسبة العينة هي (65,3 %) في حين كانت تجربتها الاستطلاعية متكونه من (15) مختبر توزعوا على التوالي (4,4) لكل من المتقدمين والشباب في لعبه الريشه الطائره وعلى التوالي ايضا (3,4) للمتقدمين والشباب بلعبه كرة الطاولة، أي بمانسبتها (30,61) من المجتمع الاصلي للبحث. والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1) يبين مجتمع وعينه البحث

ت	اللعبة	مجتمع البحث	عينه البحث للتجربة الرئيسية	عينه البحث للتجربة الاستطلاعية
1	الريشة الطائرة	10	8	4
		13	8	4
2	كرة الطاولة	11	8	3
		15	8	4
	المجموع	49	32	15
	النسبة المئوية		%65,3	%30,61

### 3-3 الادوات والأجهزة والوسائل المستخدمة بالبحث:

1. اقلام رصاص عدد (32) صنع في بالهند
2. اقلام جاف (4) نوع Lexi صنع في الصين
3. اوراق (1) بند نوع AA صنع في الصين
4. مسجل (1) نوع SIMO صنع في الصين
5. مصباح كهربائي شحن (1) MINOR صنع في الصين
6. ساعه توقيت (1) صنع في الصين

7. كرسي عدد(2) بلاستيك صنع في الاردن

8. منضدة (1) بلاستيك صنع بالاردن

9. حاسبه (1) نوع KASIO صنع في الصين

10. لابتوب (1) نوع LENOVO CORE i5

### 3-4 صلاحية اختبار بردون-انفيوموف:

قام الباحث بعرض استبيان صلاحية اختبار بردون - انفيوموف على (13) خبيراً ومختصاً لغرض بيان صلاحية هذه الاختبار الذي يقيس تركيز الانتباه (ينظر ملحق 1)، إذ ظهر إن هذا الاختبار يتمتع بصلاحية القياس و النتائج في الجدول (2) تبين ذلك ، إذ بعد استخدام قانون (كا<sup>2</sup>) ظهرت قيم كل (كا<sup>2</sup>) المحسوبة من اختبار بردون- انفيوموف اكبر من القيمة الجدولية إذ حصل اختبار بردون - انفيوموف على (9,3) من قيمة(كا<sup>2</sup>) المحسوبة من خلال موافقه(12) من الخبراء والمختصين البالغ عددهم (13) وبالتالي فان قيمتها اكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) الجدولية المقدره بـ(3,84)، عند درجة حرية مقدارها(1) ومستوى دلالة (0,05). وهذا يعني ان الاختبار مرشح للعمل به عندما خاصه اذا علمنا يحصل على تكرار مقداره(11)من اتفاق الآراء للخبراء وهو ما يقابل نسبة مئوية مقداره(84,61) اويزيد عنها.

### جدول(2)

يوضح صلاحية مقياس (بردون-انفيوموف)

صلاحية الفقرات		قيمة(كا <sup>2</sup> ) الجدولية	قيمة(كا <sup>2</sup> ) المحسوبة	النسبة المئوية للقبول	درجة القبول	الاختبار	القدرات العقلية
تصلح	لا تصلح						
√		3,84	9,3	92,30	12	بردون-انفيوموف	تركيز الانتباه

### 3-5 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تم اختيارها عشوائياً من المتقدمين والشباب في لعبتي الريشهالطائرة وكره الطاولة كما هو مبين في جدول (1)، وذلك بتاريخ 1/4 /2013 حيث استغرق تنفيذ الاختبار يوم واحد ، وتم إعادة نفس الاختبار على نفس العينة في تاريخ 18/1/2013 اي لا تتجاوز مدة الاختبار وإعادته عن (14) يوم، علماً ان الهدف من تنفيذ التجربة الاستطلاعية هذه :-

1. التأكد من مدى إمكانية تنفيذ الاختبار من قبل أفراد العينة .
2. معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبار ومدى ملاءمته لعينه البحث .
3. وضوح الاستمارات الخاصة بالاختبار .
4. كفاءة فريق العمل المساعد .
5. تحديد الفترة الزمنية المناسبة لإجراء الاختبار .
6. التأكد من الأسس العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) للاختبار .

### 3-6 الأسس العلمية للاختبار:

### 3-6-1 صدق الاختبار:

يعد صدق الاختبار من الأسس العلمية المهمة للاختبار الجيد، و الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يكون صادقاً فيما يقيسه ويؤدي وظيفته حيث ذكر كل من (عبد المجيد والياسري) " ان الاختبار يجب ان يكون صادقاً في قياس ما وضع من اجله"<sup>(105)</sup> وبما إن الباحث قد وضع الاختبار في استبيان وعرضه على الخبراء والمختصين لذلك فإنها استخدم الصدق الظاهري لملائمته طبيعة العمل حيث إن الصدق الظاهري يعني " إمكانية تحقيق الاختبار للهدف الذي وضع من اجله وبنفس الظروف"<sup>(106)</sup> (ينظر ملحق 1).

### 3-6-2 ثبات الاختبار:

لغرض التأكد من ثبات الاختبار قام الباحث باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار إذ إن الاختبار الثابت " هو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة"<sup>(107)</sup> وبما أن احد أغراض التجربة الاستطلاعية هو التأكد من المعاملات العلمية للاختبار قام بإجراء الاختبارات وإعادةتها . إذ إجراء الاختبارات على العينة (عينة التجربة الاستطلاعية) بتاريخ 4 / 1 / 2013 وإعادة التجربة في 2013/1/18 أي فارق اربعة عشر يوم بين مرحلتي التجربة الاستطلاعية ولكون الثبات هو احد الأسس العلمية التي يبني عليها الاختبارات وكذلك لمعرفة مدى ثبات قيم الاختبار عند إجراء الاختبار وإعادةته ضمن الفترة الزمنية المحددة ، استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) لإيجاد علاقات الارتباط بين نتائج القياس الاول ودرجات القياس الثاني ولتأكيد معنوية الارتباط عمد الباحث الى استخراج قيمة (ت) لمعاملات الارتباط وتبين إنها موثوق بثباتها كون القيم المحسوبة لـ(ت) اكبر من القيمة الجدولية وبالبالغة (2,16) عند درجة حرية (13) و مستوى دلالة (0,05) والجدول (3) يبين ذلك .

### 3-6-3 موضوعية البحث:

من اجل إيجاد قيم معامل الموضوعية للاختبار لابد من الاستعانة بحكمين لتسجيل نتائج الاختبار إذ يشير (عبد المجيد والياسري) إلى أن الاختبار الموضوعي لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار<sup>(108)</sup>. ولغرض التعرف على موضوعية الاختبارات قام الباحث بأخذ نتائج الإجراء الثاني للتجربة الاستطلاعية(إعادة الاختبار) التي تمت بتاريخ 18 / 1 / 2013 والذي قام خلالها الباحث بتكليف حكمين\* لتقدير درجات الاختبار . وبعد ذلك قام بمعاملة الدرجات التي أشار إليها المحكمون إحصائياً من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون إضافة على ذلك قام الباحث باستخدام قانون (ت ر) لمعنوية الارتباط حيث جاءت جميع الارتباطات بمعنوية عالية، إذ ظهرت نتائج قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية وبالبالغة (2,16) عند درجة حرية (13) وبمستوى دلالة (0,05) والجدول (3) يبين ذلك .

ت	الاختبار	معامل الثبات	(ت)المحسوبة	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	(ت)المحسوبة	الدلالة الإحصائية
---	----------	--------------	-------------	-------------------	-----------------	-------------	-------------------

<sup>(105)</sup> مروان عبد المجيد و محمد جاسم الياسري ؛ مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط 1 (عمان ، مؤسسة الوراق 2002)، ص 35 .

<sup>(106)</sup> علي سلوم جواد الحكيم؛ علي سلوم جواد الحكيم؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، ط 1 (القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004)، ص 24 .

<sup>(107)</sup> نادر فهمي الزبود ، هشام عامر عليان ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط 1 (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2005) ص 145

<sup>(108)</sup> مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري ؛ المصدر السابق ، 2002، ص 80 .

\* قام بتقويم الاختبارات : (م.م احمد مجيد، م.م علي هاشم)

21	تركيز الانتباه	0,79	4,64	معنوي	0,91	10,93	معنوي
----	----------------	------	------	-------	------	-------	-------

### 3-7 توصيف اختبار بردون - انفيوموف لقياس تركيز الانتباه:

تطلبت الدراسة مقياس تركيز الانتباه الذي يعرف باسم (بوردين-انفيومون) ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمتقدم لقياس مظاهر خمسة من مظاهر الانتباه وهي (الحدة-التركيز-التوزيع-التحويل-الثبات). حيث تمت استجابته المختبرين على استمارة خاصة (ينظر ملحق (2)

#### مكونات المقياس

أن المقياس الموضح في الملحق (2) عبارة عن ورقة تحتوي على (31) سطر من الأرقام الانكليزية الموزعة على شكل مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-5) أرقام ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات مجموع أرقامها (40) رقماً أي أن الاختبار يحتوي على (1240) رقماً. وقد وضع أرقام هذا الاختبار تحت ترتيب وتسلسل مقتن كما روعي في وضعها إن تكون غير منظمة في توزيعها وغير متساوية لتفادي احتمالات الحفظ.

#### طريقة تطبيق المقياس

يتم شرح الاختبار للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظتهم لورقة المقياس وكما يأتي:-  
انظر إلى الورقة التي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام والتراكيب الموجودة بصورة جيدة وحاول أن تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الرصاص ، وعلى المختبر إن يراعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لان مدة الاختبار (دقيقة واحدة) فقط بحيث بشطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر من اليسار إلى اليمين.

يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ (المختبر) ورقة الاختبار الموضوعه إمامه بصورة مقلوبة تعطى بعدها كلمة (أبدأ) فيقوم المختبر بشطب الأرقام المطلوبة وعند انتهاء وقت الاختبار وهو (دقيقة واحد) تعطى كلمة (قف) ثم يقوم المختبر بوضع خط تحت آخر مجموعة وصل ليها.

ويؤدي المختبر هذا الاختبار مرتين. الأول منها يكون في مكان هادي، إما في الثاني فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقتن، وانه في الوقت الذي تعطى فيه كلمة (ابدأ) يقوم الباحث بتشغيل جهاز كهربائي مشنت للانتباه فيه مصباح ضوئي يعطي ومضة كل (5) ثوان علماً إن الجهاز موضوع على منضدة بحيث يكون المصباح في مجال رؤية المختبر وعلى مسافة (1 م) من مكان العمل وكذلك يوجد في الجهاز مشنت صوتي يعطي (60) دقة في الدقيقة الواحدة.

#### طريقة تطبيق المقياس واحتساب النتائج

من اجل التوصل إلى درجة تركيز الانتباه قام الباحث بالإجراءات الآتية:

1. استخراج الحجم العام للجزء المنظور من الاختبار أي (كمية الأرقام التي تم رؤيتها) من البداية وحتى كلمة قف ويرمز لها بالرمز (ع).
2. استخراج عدد الأرقام الـ(97) المفروض شطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (ط) والتي يتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار.

3. العدد العام للأخطاء (عدد الأرقام الساقطة من الشطب + عدد الأرقام التي شطبت خطأ) ويرمز لها بالرمز (خ).

4. معدل صحة العمل بالمعادلة ويرمز لها بالرمز (ق) حيث. ق=ط-خ×% بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويرمز لها بالمعادلة الآتية:

$$ها_1 = ق \times ع$$

بعد احتساب الحدة بالاختبارين بحيث نحصل على:-

1. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في الحالة الهادئة وبدون مشتت (مثير) ويرمز لها بالرمز (ها<sub>1</sub>).

2. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه مع المثير الصوتي ويرمز لها بالرمز (ها<sub>2</sub>).

3. أن تركيز الانتباه يرمز له بالرمز (ت) وهو يستخرج من المعادلة:-

(ت=ها<sub>2</sub>-ها<sub>1</sub>) وكلما انخفضت القيمة المستخرجة دل هذا على ارتفاع التركيز عند المختبر.

### 3-8 التجربة الرئيسية:

بعد التأكد من الأسس العلمية للاختبارات (الصدق والثبات والموضوعية) ومعرفة صلاحية الاختبار من خلال معرفة مستوى صعوبة الاختبارات والقدرة التمييزية لم يتبقى للباحث إلا القيام بالتجربة الرئيسية، حيث أجريت التجربة الرئيسية في 2013/2/1 وبصورة ناجحة مستفيدا من ما أفرزته التجربة الاستطلاعية من نتائج.

### 3-9 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيقية في المواضيع الآتية :-

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3-معامل ارتباط بيرسون

4- اختبار (ت ر)

5-اختبار (ت) للعينات المستقلة المتساوية

### 4-عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض الفروقات لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب

#### جدول ( 1 )

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمته المحسوبة والدلالة الإحصائية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب .

المجموعات	المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
-----------	---------	-------	---------------	-------------------	-----------------	-----------------	-------------	---------------	-------------

غير معنوي	0.05	14	2.14	0.04	21.08	150.75	8	قوة التركيز	شباب الريشهالطائره
					20.13	150.25	8		شباب كره الطاولة

بعد إجراء المعالجات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه يتبين إن قيمة  $t$  المحسوبة البالغة (0.04) هي أقل من قيمة  $t$  الجدولية البالغة (2.14) مما يشير إلى عدم ظهور فروق حقيقية ذات دلالة معنوية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشهالطائره ولاعبي كره الطاولة فئة الشباب . مما يدل على انه لم يتم الاهتمام بقدر كافي بتطوير تركيز الانتباه لدى لاعبين الشباب في كلا اللعبتين ، حيث يقول ( أسامة راتب ) " الرياضي الذي يمتلك التركيز العالي العميق هو الذي يستطيع أن يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص"<sup>(109)</sup>.

4-2 عرض الفروقات لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطاولة وكره الطاولة فئة المتقدمين .

#### جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفئة  $t$  المحسوبة والدلالة الإحصائية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطاولة ولاعبي كره الطاولة فئة المتقدمين .

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة الجدولي t	قيمة المحتسب t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المتغير	المجموعات
معنوي	0.05	14	2.14	2.24	8.33	132.62 5	8	تركيز الانتباه	متقدمين الريشهالطائره
					9.37	120.13	8		متقدمين كره الطاولة

بعد إجراء المعالجات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه تبين إن  $t$  المحسوبة البالغة (2.14) مما يشير إلى ظهور فروق حقيقية ذات دلالة معنوية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي كره الطاولة ولاعبي التنس فئة المتقدمين ولصالح لاعبي كره الطاولة . وفي هذا الخصوص يشير (عبد الستار جبار ، 2000) <sup>(110)</sup> بأنه عندما يكون مثير في بؤرة الانتباه فهذا يعني بان أنتباه الفرد مركز عليه خلال لحظة معينة ، وان الموضوعات الأخرى المرتبطة به تكون في هامش الانتباه ان تركيز الانتباه مهم ويلعب دور بارز في جميع الفعاليات وخاصة التي فيها عنصر الجسم هو الدقه في اللعبة التي تمارس وكذلك الرياضيات التي فيها تدخل الاجهزة والادوات كذلك الحالة النفسية تلعب دوراً بارزاً في تركيز الانتباه ، حيث يقوم (عبد الستار جبار) ان التوتر النفسي والحالة النفسية والحالة الانفعالية السلبية الملازمة للظرف في البدايه وانشاء المباراة من الممكن ان تمنع تركيز الانتباه بصورة كاملة وخاصة عند دخول هدف مبكر او حصول نقطه ، مما يؤدي إلى

<sup>(109)</sup>أسامة كامل راتب . المصدر السابق ، 1997 ، ص342 .

<sup>(110)</sup>عبد الستار جبار الصمد. فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000، ص87 .

انخفاض حاد في شدة الانتباه كما ان اللاعب لكي يصل الى الاداء المثالي يجب ان تتكامل لدي جميع الصفات والقدرات ، وبهذا الخصوص ان ( نجاح او فشل اللاعب في اظهار افضل ما عنده من قدرات ومهارات في المنافسة الرياضية تكمن في عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات البدنية والحركية وما بين المهارات النفسية كالقدرة على الاسترخاء والتصور العقلي وغيرها)<sup>(111)</sup>

## 5- الاستنتاجات والتوصيات

### 5-1 الاستنتاجات :

1. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب في متغير تركيز الانتباه.
2. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشهالطائره وكرة الطاولة فئة المتقدمين، ولصالح لاعبي كرة الطاولة في مقدار تركيز الانتباه، مما يعني وجود ضعف في التدريب على تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة الطاولة مقارنة بلاعبي الريشه الطائرة المتقدمين.

### 5-2 التوصيات :

1. ضرورة الاهتمام بشكل اكبر في تركيز الانتباه عند لاعبي كرة الطاولة أسوة بلاعبي الريشهالطائره.
2. ضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة في تركيز الانتباه للاعبي كرة الطاولة أسوة بلاعبي الريشهالطائره .
3. ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه

## المصادر

- احمد خاطر فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، القاهرة ، دار المعارف، 1978.
- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات. ط2، القاهرة : دار الفكر العربي، 1997.
- أميرة حنة مرقس : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب لكرة اليد رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1994
- بسمة نعيم ، هناء عبد الكريم: دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2005
- حلمي المليجي: علم النفس المعاصر . ط8، بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر، 2000.
- خالد عبد المجيد عبد الحميد. تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال بالكرة الطائرة - رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 1989.
- سعد رزوقي: موسوعة علم النفس. ط1، بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر، 1977.

<sup>(111)</sup> عبد الستار جبار الصمد. المصدر السابق، ص88.

- عبد الستار جبار الصمد: فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000.
- عبد الحميد احمد: التنس الارضي. ط3، القاهرة: دار الفكر العربي، 1978.
- فاخر عاقل: علم النفس. ط7، بيروت: دار العلم للملايين، 1981.
- كامل طه الويس: علم النفس الرياضي في التربية الرياضية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص 120.
- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط2، مصر، دار المعارف، 1975.
- محمد مختار متولي ومحمد إسماعيل ابراهيم: مبادئ علم النفس. ط10، السعودية : وزارة المعارف 1985.
- محمد العربي شمعون: التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1996 .
- معيوف ذنونحنوش: علم النفس الرياضي. جامعة الموصل: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي 1987،
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي. التعلم الحركي. جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر 2000،
- هاشم احمد سليمان: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة الماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 1988.
- وجيه محجوب: التعلم الحركي. جامعة بغداد: بيت الحكمة ، 1989 .
- يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي. ط3، معهد أعداد القادة الرياضي، 1990.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مكتب الصخرة للطباعة ، 2002.

### ملحق (1)

اسماء السادة الخبراء والمختصين وأماكن عملهم

ت	الاسم	اللقب العلمي	التخصص	مكان العمل
1.	د. نزار الطالب	استاذ	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
2.	د. محمد جاسم الياسري	استاذ	الاختبار والقياس	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
3.	د. ياسين علوان	استاذ	علم النفس التربوي	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
4.	د. علي يوسف	أستاذ	الكرة الطائرة	جامعة بغداد - مديرية

الانشطة الطلابية				
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس التربوي	أستاذ	د. حسين ربيع	5.
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس التربوي	أستاذ	د. فاهم حسين الطريحي	6.
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس وتربية التفكير والابداع	أستاذ	د. كاظم عبد نور	7.
كلية التربية الرياضي – جامعة بابل	علم النفس الرياضي	أستاذ	د. عامر سعيد الخيكاني	8.
كلية التربية الرياضية – جامعة بابل	الكرة الطائرة	أستاذ	د. ناهدة عبد زيد	9.
كلية التربية الاساسية – جامعة بابل	علم النفس	أستاذ	د. عبد السلام جودت	10.
جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية	الكرة الطائرة	أستاذ مساعد	د. طارق حسن رزوقي	11.
كلية التربية الرياضية – جامعة الكوفة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	د. نزار النفاخ	12.
كلية التربية الرياضية – جامعة بابل	الاختبار والقياس	أستاذ مساعد	د. حيدر عبد الرضا	13.

أثر برنامج حركي هوائي في انقاص الوزن وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة للسيدات

بأعمار

(35 - 45) سنة

أ.م.د حسن علي حسين

م. د نضال عبيد حمزه

السيد ضياء محمد

السيدة عذراء سالم خفيف

السيد حسام نعيم محمد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

### ملخص البحث باللغة العربية

اشتملت الدراسة على خمسة أبواب تطرق الباحثون ضمن الباب الأول إلى المستوى الصحي لا أفراد المجتمع وما تتعرض له المرأى في عصرنا هذا الى العديد من المواقف الضاغطة التي تكون داخلها بعض الانفعالات المكبوتة بسبب المسؤوليات التي تقع على كاهلها ، وتجلت مشكلة البحث حول قلت الحركة والاعتماد على الآلة في قضاء معظم الاعمال اليومية مما ادى الى زيادة البدانة وترهل العضلات كما هدفت الدراسة :

- وضع برنامج حركي هوائي باستخدام الحركات الايقاعية الرقص الاكروبياتيكي  
- التعرف على تأثير البرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة للسيدات بأعمار (35 - 45) سنة .

أما ضمن الباب الثالث فقد استخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات القياس القبلي والبعدي كما اشتمل مجتمع البحث على سيدات مركز الامل للرشاقة في مدينة كربلاء ممن يعانون البدانة وتم اختيار عينة البحث بواقع (30) سيدة ، ومن خلال ما أفرزته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات تم التوصل إلى استنتاجات أهمها يساعد تطبيق البرنامج الحركي الهوائي في انقاص الوزن وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى السيدات بأعمار (35 - 45) .

**Effect of aerobic exercise on weight loss and reduction of response to  
pressure positions of women with age  
years (35–45)**

**By**

**Hassan Ali Hussein Ph.D. Prof Assist**

**Nidal Obaid Hamza Ph.D. Lecturer**

**Mr. Zia Mohammed**

**Mrs. Athra Salem Khafef**

**Mr. Hossam Naeem Mohamed**

**College of Physical Education and Sports Sciences / Kerbala University**

**Abstract**

The study included five sections dealt with the researchers within the first section to the health level, not the people of society and what is exposed to the sight in our time to many of the stressful situations that have some emotions pent up because of the responsibilities that fall on them, and the problem of research about the movement and reliance on the machine in the elimination of most of the daily work, which led to increased obesity and muscle wasting as the study aimed at:

–Development of aerodynamic program using rhythmic movements of acrobatic dance

–Recognition of the effect of aerobic program in reducing body weight and reducing the response to pressure positions of women aged (35 – 45) years.

In the third section, the experimental method was used to design a single group with tribal and remote measurement. The research society also included the women of the Amal Center for Fitness in the city of Karbala suffering from obesity. The sample was selected by 30 women. The most important conclusions are the application of the aerobic program to lose weight and reduce the response to pressure positions in women aged (35–45)

## 1-1 مقدمة البحث

يعد المستوى الصحي لأفراد المجتمع احد المقاييس والدلالات التي تعتمد في قياس تقدم الشعوب وازدهارها ورفيها حيث أصبح القوام الجيد والمستقيم حاجه وضرورة ملحه لابد منها ، وتتعرض المرأة في عصرنا هذا إلى العديد من ضغوط الحياة التي تكون داخلها بعض الانفعالات المكبوتة تظهر في صورة التوتر النفسي ومن أهم أسباب ظهور هذا التوتر المسؤوليات اليومية التي تقع على كاهلها والتي تتسم بالروتين . كما إن قلة الحركة والاعتماد على الإله في قضاء معظم الأعمال اليومية أدى إلى زيادة البدانة وخاصة في المرحلة العمرية (35 - 45) سنة لأنها عرضه لتراكم الدهون في الجسم وترهل العضلات وخاصة في منطقة الأرداف والبطن كنتيجة طبيعية للحمل والولادة مما يؤثر سلبيا على الحالة النفسية للمرأة ويصيبها ببعض التوتر ، وعلى الرغم من عدم ضخامة المسؤوليات والمواقف السابق لها إلا إن تراكمها وامتدادها لفترة زمنية طويلة وعدم العمل لإزالة آثارها تجعل المرأة تعيش حتى مشاكلها اليومية وكأنها أثقال كبيره على عاتقها مما يؤدي إلى المزيد من التوتر ، وباعتبار النشاط البدني واحدا من أهم النشاطات الذي يقلل أعباء الجهاز العصبي الملقاة عليه من آثار التوتر والقلق .

وباعتبار التمرينات الهوائية من اهم النشاطات البدنية والصحية في العالم وهي من أفضل وسائل العلاج لمواجهة زيادة الوزن كونها تعمل على حرق السعرات الحرارية وبالتالي تقليل الوزن ،وان ارتباط التمرينات الهوائية بالخطوات الراقصة والموسيقى تساعد في معالجة الكآبة وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة للسيدات بعد التخلص من الوزن الزائد ، ومما سبق تبرز أهمية البحث والحاجة إليه في اكتساب الصحة والرشاقة والجمال وإنقاص الوزن وتخفيف الاضطرابات النفسية وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة .

## 1-2 مشكلة البحث :

كون البدانة من الأمراض الخطرة والشائعة في المجتمع والتي بدأت نسبتها بالتزايد يوما بعد يوم ، هو ما بلور فكرة البحث الحالي من خلال تطبيق البرنامج الحركي الهوائي الذي يربط بين خطوات ايقاعية راقصه متنوعه مع موسيقى مناسبة لها وتؤدي في أي مكان وأي وقت وبصوره سريع و بطيئة كما تؤدي بصوره فرديه أو ثنائيه أو جماعية تهدف إلى إكساب الصحة والرشاقة والجمال وإنقاص الوزن وتخفيف الاستجابة للمواقف الضاغطة وتقليل الانفعالات والكآبة للسيدات بأعمار (35 - 45) سنة .

## 1-3 أهداف البحث :

- 1- وضع برنامج حركي الهوائي باستخدام حركات ايقاعية ، والرقص الاكروبايكي
- 2- التعرف على تأثير البرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة للسيدات بأعمار (35 - 45) سنة .

## 1-4 فروض البحث :

- 1- هناك تأثير معنوي للبرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم لدى أفراد عينة البحث .
- 2- هناك تأثير معنوي للبرنامج الحركي الهوائي في استجابة المواقف الضاغطة لدى أفراد عينة البحث .

## 1-5 مجالات البحث :

### 1-5-1 المجال البشري :-

سيدات مركز الامل للرشاقة في مدينة كربلاء بأعمار (35 - 45) سنة من الذين يعانون البدانة .

1-5-2 المجال الزمني :- 2016/9/1 ولغاية 2016/12/1

1-5-3 المجال المكاني:- قاعة مركز الامل للرشاقة في مدينة كربلاء

1-6-المصطلحات المستخدمة :

- البرنامج الحركي الهوائي :- وهو النشاط الحركي الذي يشمل سلسلة من المجموعات الحركية وخليط من الخطوات راقصه وحركات ايقاعية أخرى مثل المشي والجري والقفز وحركات التمدد والتكور وتمارين مرونة تعمل على تقوية عضلات الجسم كافه والرقص الأكرياتيكي .

2 - منهجية البحث وإجراءات الميدانية :

1-2 منهج البحث :

اتتهج الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لتحقيق أهداف البحث واختبار الفرضيات الموضوعية والوصول إلى حل المشكلة .

2-2 مجتمع وعينة البحث :

شمل مجتمع البحث على سيدات مركز الامل للرشاقة في مدينة كربلاء بأعمار(35-45) في حين جاء اختيار العينة بالأسلوب المعاينة العشوائي بواقع (30) سيدة .

2-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة :

2-3-1 الوسائل البحثية :

- المصادر والمراجع
- شبكة الانترنت
- الاختبارات والمقاييس

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

- ميزان
- أقلام
- شريط قياس نسيجي
- مسجل mp3

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 إجراءات تحديد الوزن :

قام الباحثون بقياس أوزان أفراد عينة البحث من خلال استخدام ميزان (seca) وتثبيت البيانات في استمارات خاصة لغرض إجراء المعالجات الإحصائية

2-4-2 إجراءات تحديد استجابة المواقف الضاغطة :

اعتمد الباحثون مقياس الاستجابة للمواقف الضاغطة المبني من قبل (دانيال جومان) سنة (1994) والذي يتضمن (14) فقرة وأدرجه ضمن استمارة استبيان (112) وعرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين (113) لبيان صلاحيتها في قياس الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى أفراد عينة البحث من سيدات مركز الامل في مدينة كربلاء وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات تم تعديل وصياغة الفقرات وبما تتلاءم والبيئة العراقية وفقا لآراء الخبراء .

## 2-5 التجربة الاستطلاعية

بتاريخ 4 1 9 2016 اجري الباحثون تجربة استطلاعية على (8) سيدة من سيدات مركز الامل لغرض الوقوف على أهم الصعوبات والمعوقات التي قد تواجههما خلال القيام بالتجارب اللاحقة واستخراج الأسس العلمية لمقياس الضغوط الحياتية وتوفير الأجهزة والأدوات اللازمة لمتطلبات البحث .

## 2-5-1 الاسس العلمية :

أولاً : صدق الاختبار :

قام الباحثون باستخراج صدق المحتوى للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين وبيان صلاحيته في قياس ما وضع من أجله أي تحديد استجابة المواقف الضاغطة لدى السيدات بأعمار (35-45) سنة من سيدات مركز الامل في مدينة كربلاء

ثانياً : ثبات الاختبار :

قام الباحثون باستخراج معامل ثبات الاستقرار من خلال تطبيق المقياس على (8) سيدات من سيدات مركز الامل ومن خارج أفراد عينة البحث بعدها ، قام الباحثون بإعادة تطبيق المقياس على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف خلال فترة لأتسمح بالتذكر ومن ثم استخراج معامل ارتباط سبيرمان بين المرحلة الأولى من تطبيق مقياس الاستجابة للمواقف الضاغطة بتاريخ 4/9/2016 وإعادة تطبيقه للمرة الثانية بتاريخ ( 25/9 / 2016 ) إذ بلغت قيمة معامل ارتباط سبيرمان (0.952) وأن هذه القيمة تؤكد تمتع المقياس بدرجة ثبات عالية .

## 2-6 البرنامج الحركي الهوائي :

قام الباحثون بدراسة مسحية للمراجع والمصادر والدراسات السابقة التي تناولت كيفية وضع برنامج الحركي وكذلك مشاهدة أشطرة فيديو وبعض الرقصات من شبكة الانترنت التي تحتوي على برامج مخصصة لذلك وقد راعى الباحثون عند وضع البرنامج ما يلي:

- مناسبة البرنامج المقترح بمكوناته وعناصره للمرحلة العمرية من حيث الظروف الصحية لعينة البحث
- أن تكون شدة التمرينات متباينة تناسب الظروف لعينة البحث.

112 - محمد شحاته ربيع : قياس الشخصية ، عمان ، دار المسيرة ، 2009، ص605

\* اسما الخبراء والمختصين :

- أ.م. د عزيز كريم وناس ، علم النفس ، الرياضي ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء  
- أ.م. د حسين عبد الزهرة ، علم النفس الرياضي ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء  
- أ.م. د حسن علي حسين ، قياس وتقويم ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء  
- أ.م. د علي حسين جاسم ، علم نفس رياضي ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء  
- م. د محمد عبد الرضا ، علم النفس الرياضي ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء

• استخدام الكثافة المتوسطة حيث أثبتت الدراسات أن البرامج الحركية يمكنها التأثير على وزن الجسم بعد (30) دقيقة من الأداء الحركي فبدئ الباحثون (30) دقيقة في الوحدة التدريبية .  
ولتفادي الملل وتطبيق الرقصات بصورتها الصحيحة استخدم الباحثون أشرطة موسيقية ذات إيقاعات متنوعة لإخفاء جو المرح والتشويق والبهجة على عينة البحث وبناء على ذلك تم تنفيذ البرنامج في (8) أسابيع بواقع (خمسة) وحدات أسبوعياً وتبدأ الوحدة الأولى بزمن قدره (30) دقيقة ثم يزداد تدريجياً حتى الوصول إلى (60) دقيقة بذلك تكون عدد الوحدات (40) وحدة وقد تم تقسيم الوحدة التدريبية إلى (3) أقسام هي:-  
أولاً : الجزء التمهيدي (الإحماء) :

الغرض منه أعداد وتهيئة الجسم عامة وتحتوي على مجموعة حركات المشي والجري والحجل وقتل الجذع في صور حركية تؤدي مع الموسيقى المناسبة لها والزمن المخصص له (5) دقيقة  
ثانياً : الجزء الرئيسي (تطبيق البرنامج) :

تم تطبيق برنامج التمرينات والحركات الراقصة في هذا الجزء ، ومن البطيء إلى السريع ومن البسيط إلى المركب وذلك في ضوء نتائج بعض الدراسات التي أثبتت أن التدريبات تكون أكثر فاعلية عندما تصبح أكثر صعوبة بصورة متدرجة وتراوحت أزمنته خلال الوحدات التدريبية من (20-50) دقيقة .  
ثالثاً: الجزء الختامي

وهي فترة تهدئة للجسم يتم فيها استخدام بعض الحركات البسيطة التي تبدأ بالمشي ثم حركات الأكتاف والرأس للوصول إلى التهدئة الكاملة والزمن المخصص له (5) دقيقة  
2-7 التجربة الرئيسية :-

بعد استكمال إجراءات تحديد المتغيرات المتمثلة بالاستجابة للمواقف الضاغطة والذي تم قياسه باستخدام مقياس (الاستجابة للمواقف الضاغطة) المتضمن (14) فقرة ملحق (1) ومتغير الطول والوزن وأعداد البرنامج الترويحي قام الباحثون بتنفيذ التجربة الرئيسية للبحث وبالشكل الآتي :  
2-7-1 القياس القبلي :

أجرى الباحثون اختبارات القياس القبلي على أفراد عينة البحث بتاريخ 2016\10\2 والحصول البيانات وتدوينها في استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها إحصائياً .  
2-7-1-1 تجانس عينة البحث :

بغية التأكد من تجانس أفراد عينة البحث عند كل المتغيرات المبحوث لابد من استخدام وسيلة إحصائية مضمونة ، وقد سعى الباحثون إلى استخراج قيم معامل الالتواء والخطأ المعياري لتحقيق هذا الغرض والجدول (1) يبين ذلك .

### جدول (1)

يبين قيم تقديرات الإحصاء الوصفي والخطأ المعياري ومعامل الالتواء والاختلاف للمتغيرات المبحوثة لدى أفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	معامل الالتواء	معامل الاختلاف

1	العمر	سنة	42.26	43	2.79	0.476	0.272	7.244
2	الطول	سم	164.74	165	4.43	0.932	0.614	1.512
3	الوزن	كغم	85.49	84	4.71	0.799	0.592	2.583
4	المواقف الضاغطة	درجة	25.34	24	2.44	0.214	0.365	1.624

من خلال الجدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات (العمر ، الطول ، الوزن ، والمواقف الضاغطة) حيث أظهرت النتائج أن قيم معامل الالتواء لتلك المتغيرات كانت ( صفرية ) وهو ما يؤشر اعتدالية توزيعها وأنها قريبة من التوزيع الطبيعي ، ويبين أيضا أن أفراد وعينة البحث تتمتع بأفضل تجانس في متغير الطول لان قيمة معامل الاختلاف بلغت (1.512) وهي تعد أقل قيمة معامل الاختلاف وهذا ما يؤكد أفضلية تجانس العينة في ذلك المتغير .

كما يبين أيضا أن قيمة الوسط الحسابي لمتغير المواقف الضاغطة وقد بلغت (25.34) وهي أكبر من قيمة الوسط الفرضي لمقياس ضغوط الحياة والبالغة (2.44) مما يؤكد تميز أفراد وعينة البحث بمستوى عالي من المواقف الضاغطة .

## 2-7-2 تطبيق البرنامج :

قام الباحثون بتطبيق البرنامج الحركي الهوائي للإقلال من وزن الجسم وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى سيدات مركز الامل في مدينة كربلاء والمتضمن مجموعة من رقصات متنوعة تشمل حركات ايقاعية والرقص الاكروبايكي وحركات أخرى مثل المشي والجري والتمدد والتكور وتمارين المرونة إذ استخدم الباحثون الكثافة المتوسطة إذ تم تنفيذ البرنامج خلال (8) أسابيع بواقع (خمسة) وحدات أسبوعيا وبشدة متوسطة تدرج من (30) دقيقة وصولا إلى (60) دقيقة خلال المدة من 3 \ 10 \ 5 - 12 \ 2016.

## 2-7-3 القياس البعدي :

بعد استكمال تطبيق البرنامج وبتاريخ 5 \ 12 \ 2016 أجرى الباحثون القياس البعدي واستخراج البيانات وتدوينها في استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها إحصائيا

## 2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية spss لاستخراج المواضيع الآتية :

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- معامل الالتواء .
- 4- ارتباط سبيرمان .
- 5- اختبار (T) للعينات المتناظرة .

6- الخطأ المعياري .

7- معامل الاختلاف .

8- الوسيط .

### 3 - نتائج البحث عرض وتحليلها ومناقشتها :

تحقيقاً لأهداف البحث واختبار فرضياته سعى الباحثون إلى اعتماد السياقات الآتية

#### 3-1 عرض نتائج القياسات القبليّة والبعدية في متغير وزن الجسم :

لكي يتمكن الباحثون من معرفة تأثير البرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم لدى أفراد عينة البحث من السيدات مركز الامل بأعمار (35 - 45) سنة لايد من تسليط الضوء على ما جاء في جدول (2) والذي يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير وزن الجسم في القياسات القبليّة والبعدية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية .

#### جدول (2)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير وزن الجسم وقيمتي T المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية

الإحصائيات المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ( t )		الدلالة الإحصائي
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الجدولية	المحسوبة	
وزن الجسم	85.49	4.71	78.21	3.98	2.04	5.43	معنوية

من خلال الجدول أعلاه يبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير وزن الجسم لدى أفراد عينة البحث في القياسين القبلي والبعدي إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس القبلي (85.49) و (4.71) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس والبعدي وعلى التوالي (78.21) و(3.98) ولمعرفة دلالة معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين واستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (5.43) وهي أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة (29) وهذا يؤكد هناك فرق معنوي بين الوسطين الحسابيين وأن هناك تأثير للبرنامج الحركي الهوائي الذي طبق على أفراد عينة البحث لما يتضمنه من تدريبات وتمارين ذات الشدة المختلفة تعمل على تنشيط أكبر عدد من العضلات المختلفة مع تقليل نسبة الدهون مما يعمل على إنقاص الوزن إذ أحتوى البرنامج على مجموعة كبيرة من الحركات المختلفة للرأس والذراعين والجذع والرجلين وبجانب حركات متنوعة سريعة وبطيئة وكل هذا يساعد على إنقاص وزن الجسم وهذا يتفق مع العديد من الدراسات التي أشارت ، أن مع بداية ممارسة التمرينات الهوائية يبدأ وزن الجسم في النقصان مع الاستمرار وخاصة من السيدات<sup>(114)</sup>. كما أن ممارسة الأنشطة الرياضية كالمشي والرقص من نصف ساعة إلى ساعة يوم بعد يوم

114. نعمات أحمد عبد الرحمن: الأنشطة الرياضية الهوائية ، مطبعة ، القاهرة ، منشأة المعارف ، 2000 ، ص 65

لمدة (12) أسبوع تساعد على إنقاص الوزن<sup>(115)</sup> وبذلك تم تحقيق الهدف الثاني للبحث وهو التعرف على تأثير البرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم والإقلال من ضغوط الحياة لدى سيدات مركز الامل بأعمار (35-45) سنة واختبار فرضية البحث (وهي هناك تأثير للبرنامج الحركي الهوائي في إنقاص وزن الجسم لدى أفراد عينة البحث .

### 3-2 عرض نتائج القياسات لمتغير المواقف الضاغطة وتحليلها ومناقشتها :

لغرض معرفة تأثير البرنامج الحركي الهوائي في خفض الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى سيدات مركز الامل بأعمار (35-45) سنة لابد من تسليط الضوء على ما جاء به جدول (3) والذي يبين قيمة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير المواقف الضاغطة في القياسات القبليّة والبعدية كما سعى الباحثون إلى استخدام اختبار (T) للعينات المتناظرة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا واستخراج قيمتها المحسوبة التي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها مع قيمتها الجدولية .

#### جدول (3)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير المواقف الضاغطة وقيمتي T المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية

قيمة (t)		القياس البعدي		القياس القبلي		الإحصائيات المتغيرات
الجدولية	المحسوبة	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	
2.04	7.63	2.22	19.58	2.44	25.34	المواقف الضاغطة

من خلال الجدول (3) يبين أن هناك تباين واختلاف في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ما بين القياسات القبليّة والبعدية لمتغير الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى سيدات مركز الامل إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري ضمن القياس القبلي وعلى التوالي (25.34) ، (2.44) ، في حين بلغت درجة قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري ضمن القياس البعدي وعلى التوالي (19.58) ، (2.22) ، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق سعى الباحثون إلى استخدام اختبار (T) للعينات المتناظرة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض واستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (7.63) ومقارنتها بقيمتها الجدولية البالغة (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة (29) مما يؤكد أن هناك فرق معنوي بين الوسطين الحسابيين وأن هناك تأثير معنوي للبرنامج الحركي الهوائي في خفض الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى السيدات بأعمار (35-45) سنة ويرجع الباحثون هذا إلى البرنامج الحركي الهوائي الذي طبق على عينة البحث فيما يحتويه من تمارين مختلفة متنوعة تؤدي إلى إيقاعات مختلفة تخلق جو من الإثارة والتشويق والمتعة وتساهم في العمل المستمر دون ملل تساعد على تفريغ انفعالات السيدات بصورة ايجابية عن طريق ممارسة التمارين وتخفيف ضغوط الحياة لديهم ، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه المصادر إلى أن الرياضة شديدة النفع للذين يعانون من المواقف الضاغطة فالمجهود البدني هو المنتفخ الوحيد للتوتر العضلي العصبي وأن

115 - عبير عبد الله محمد : فاعلية التصور العقلي والتمارين الهوائية على تحسين مستوى اللياقة البدنية وشكل الجسم وإنقاص الوزن للسيدات المشاركات بالأندية الصحية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، 2006 ، ص 86

التجارب العلمية أثبتت أن ضغوط الحياة يكون في أدنى معدل له بعد التمرين البدني مباشرة كما أثبتت الدراسات أن دقائق من التمرينات الرياضية تساهم بدرجة كبيرة في تخفيفه<sup>(116)</sup> ويتفق أيضا مع ما أشار إليه أبو العلا عبد الفتاح أن تقليل الوزن عن النشاط الرياضي يؤدي إلى شعور الفرد بالفرح والمرح نتيجة ممارسة الرياضة التي تتماشى مع رغبة الإنسان مما يؤثر إيجابيا على الحالة النفسية<sup>(117)</sup> ، ويرى الباحثون استشعار كل سيدة أن الوقت الذي أستغرق في ممارسة الرياضة هو وقت مخصص لها للتعبير عن ما بداخلها من انفعالات وشحنات وإيقاف مؤقت لتفكيرها الدائم في المسؤوليات الحياتية التي تقع على كاهلها والتي هي من مسببات المواقف الضاغطة ، وهو ما أحاطها بمجال من السعادة انعكست على جميع جوانب حياتها مما ساعد على انخفاض الاستجابة للمواقف الضاغطة لديها .

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1 الاستنتاجات :

من خلال ما أفرزته نتائج تحليل البيانات خلص الباحثون بعده استنتاجات منها :-

1. يساعد تطبيق البرنامج الحركي الهوائي إلى إنقاص وزن الجسم للسيدات بأعمار (35- 45) .
2. يساعد تطبيق البرنامج الحركي الهوائي على خفض الاستجابة للمواقف الضاغطة لدى السيدات بأعمار (35- 45) .

##### 4-2 التوصيات :-

من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة خلص الباحثون بعده توصيات منها :

1. ضرورة الاهتمام باستخدام البرنامج الحركي الهوائي لدى السيدات بأعمار (35-45) سنة لما له من تأثير إيجابي وفعال في الأقلال من وزن الجسم وخفض الاستجابة للمواقف الضاغطة .
2. ضرورة أعداد البرامج الحركية المختلفة لمراحل عمرية أخرى تصلح للذكور والإناث .
3. ضرورة تنمية الوعي الرياضي والثقافة الرياضية في الهيئات المختلفة (الحكومية ، والخاصة) في المجتمع العراقي .

#### المصادر

- نعمات أحمد عبد الرحمن: الأنشطة الرياضية الهوائية ، مطبعة ، القاهرة ، منشأة المعارف ، 2000

<sup>116</sup> -هدى حسن محمود، ماهر حسن محمود: الترويح وأهميته في التوافق النفسي والاجتماعي لمجتمع الاعاقة الداخلية ، ط1، الإسكندرية ، دار الوفاء والدنيا للطباعة والنشر، 2008، ص25

<sup>117</sup> - أبو العلا عبد الفتاح : بيولوجية الرياضة ، القاهرة ، دار الفكر ، 1994، ص23

- عبير عبد الله حمد : فاعلية التصور العقلي والتمرينات الهوائية على تحسين مستوى اللياقة البدنية وشكل الجسم وإنقاص الوزن للسيدات المشاركات بالأندية الصحية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، 2006 .
- هدى حسن محمود، ماهر حسن محمود: الترويح وأهميته في التوافق النفسي والاجتماعي للمجتمع ، ط1 ، الإسكندرية ، دار الوفاء والدنيا للطباعة والنشر، 2008 .
- محمد شحاتة ربيع : قياس الشخصية ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2009

#### ملحق (1)

عزيزتي الست الفاضلة أدناه مجموعة من الفقرات نرجو قراءتها بعناية وتأشير ما ينطبق عليك أمام كل فقرة مع ملاحظة الآتي :

- ضرورة الإجابة بصراحة وبدقة .
- ضرورة عدم الاستعانة بزميله عند التأشير .
- ضرورة عدم ترك أي فقرة دون إجابة .

ت	الفقرات	نعم	كلا
1	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اشعر بالضيق وعدم السعادة ولا اريد ان ارى الناس من حولي		
2	عندما اتعرض لموقف ضاغط فانه من الصعب علي تركيز تفكيري وعدم الاستقرار كما لو كنت اريد شيئا لا اعرفه		
3	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اقلق بشدة حيال امور بسيط وتافه		
4	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اعاني من النرفزة والتهيج العصبي واميل الى الارتعاش والتعرق		
5	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اعاني من الم في بطني وينتابني شعور بالذنب والندم حول امور صغيرة للغاية		
6	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اتخيل مناظر مرعبة ومزعجة		
7	عندما اتعرض لموقف ضاغط تسيطر على عقلي افكار مثيرة للقلق لا استطيع منعها		
8	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اصاب بتقلصات في جميع عضلات جسمي وان كفاءتي منخفضة		
9	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اتحرك بعصبية قياما وقيودا		
10	عندما اكون في موقف ضاغط تتوارد الى ذهني افكار تصيبني باليأس من الحياة وانني من الذين تنقصهم الثقة		
11	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني اشعر بعدم القدرة على الحركة ولا استطيع العمل		

		12	عندما اكون في موقف ضاغط فإنني أفقد الكثير لعدم قدرتي على سرعة اتخاذ القرار المناسب
		13	عندما اكون في موقف ضاغط اصيب بالتوتر واستهلك المزيد من الطاقة والوقت في انجاز الاعمال
		14	عندما اكون في موقف ضاغط تتوتر اعصابي لدرجة ان بعض الاصوات تكون غير محتملة والمزعجة

## بناء وتقنين مقياس الذكاء الجسمي - الحركي لدى لاعبي كرة السلة المتقدمين في العراق

م.د. محمد عبد الرضا سلطان

### كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

#### ملخص البحث باللغة العربية

تبلورت مشكلة البحث في ضعف تشخيص ومعرفة المدربين بأهمية وأثر الذكاء الجسمي - الحركي لدى لاعبي كرة السلة المتقدمين بالشكل الموضوعي ، مما يستدعي وجود مقياس مقنن محلي لبيان هذه السمة المهمة في المجال الرياضي في العراق. وقد هدف البحث الى:

1- بناء مقياس الذكاء الجسمي - الحركي لدى لاعبي الدرجتين الأولى والممتازة بكرة السلة في العراق للموسم الرياضي ( 2016 - 2017 ).

2- تقنين مقياس الذكاء الجسمي - الحركي على لاعبي الدرجتين الأولى والممتازة بكرة السلة في العراق للموسم الرياضي ( 2016 - 2017 ).

3- وضع مستويات معيارية لمقياس الذكاء الجسمي - الحركي المعني بلاعبي الدرجتين الأولى والممتازة بكرة السلة في العراق للموسم الرياضي ( 2016 - 2017 ). وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة الدراسة. واشتملت عينات البحث على عينة بناء المقياس المكونة من (140) لاعبا من اندية الدرجتين الأولى والممتازة للموسم ( 2016 - 2017 ) ، وعينة التقنين المكونة من (250) لاعبا من اندية الدرجتين الأولى والممتازة للموسم ( 2016 - 2017 ) وقد تم اختيارهم عشوائيا. ولتحقيق هدف البحث الاول تم تعريف الذكاء الجسمي - الحركي وتحديد سبعة مجالات اساسية له ثم عرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين وقد تم قبولها جميعا. ومن خلال مراجعة الدراسات السابقة والمقاييس ذات العلاقة، فضلا عن الاستبيان المفتوح تم صياغة (100) فقرة عرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين للتحقق من صلاحيتها، وفي ضوء ملاحظاتهم استبعدت (20) فقرة لعدم نيلها موافقة اكثرية الخبراء والمختصين باستخدام مربع كاي، وبذلك استبقيت (80) فقرة صالحة. وقد طبق المقياس على عينة من اللاعبين قوامها (20) لاعبا للتأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته وبذلك اصبح المقياس جاهزا للتطبيق. ولتحليل فقرات المقياس استخدم الباحث اسلوب المجموعتين المتطرفتين، والاتساق الداخلي وفي ضوء النتائج تم قبول (65) فقرة. كما تم التحقق من صدق المقياس من خلال مؤشرين هما: صدق المحتوى عن طريق عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين، وصدق التكوين الفرضي من خلال مؤشرات المجموعتين المتطرفتين، والاتساق الداخلي، اما الثبات فقد تم التحقق منه من خلال استخدام طريقة التجزئة النصفية، وطريقة معامل الفاكرونباخ . وتحقيقا لهدف البحث الثاني تم تقنين المقياس من خلال تطبيقه على عينة التقنين، فقد حسبت القوة التمييزية للفقرات باستخدام المجموعتين المتطرفتين، والاتساق الداخلي، وقد اتضح ان جميع الفقرات تمتلك قوة تمييزية. وهذان الاجراءان يعدان من مؤشرات صدق البناء فضلا عن كونهما مؤشرين للتمييز. كما تم التحقق من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة التجزئة النصفية، وطريقة معامل الفاكرونباخ. ثم وجد الخطأ المعياري للمقياس، فضلا عن وضع معايير المقياس من خلال استخدام الدرجة التائية المعدلة. واخيرا وتحققا لهدف البحث الثالث تم وضع ستة مستويات معيارية للمقياس. ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث:

- 1- تم التوصل الى مقياس الذكاء الجسمي - الحركي في المجال الرياضي لدى لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة في العراق بأسلوب تحليلي وموضوعي.
- 2- قن مقياس الذكاء الجسمي - الحركي على لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة في العراق من خلال اشتقاق معايير الدرجة الثانية المعدلة لدرجات اللاعبين على المقياس.
- كما اوصى الباحث بتوصيات عدة استنادا الى نتائج البحث تتعلق باستخدام المقياس الحالي من قبل المدربين والباحثين، فضلا عن اجراء دراسات مشابهة اخرى .

## **Abstract**

### **Building and rationing the (physical-motor) intelligence scale for advanced basketball players in Iraq**

**By**

**Mohammed Abdul Redha Sultan, PhD**

College of Physical Education and Sports Science

Kerbala university

The current research aimed to:

1. Building the (physical-motor) intelligence scale for the first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017).
2. Rationing the (physical-motor) intelligence scale for the first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017).
3. Setting the standard levels of the (physical-motor) intelligence scale for the first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 - 2017).

The researchers used the descriptive approach (survey) for the methodology. One hundred forty first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017) have been chosen as a main sample, while (250) first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017) have been chosen as a rationing sample.

The research concluded that:

1. Building the (physical-motor) intelligence scale for the first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017) in an analytical and objective manner .
2. Rationing the (physical-motor) intelligence scale for the first and super class basketball players in Iraq for the season (2016 – 2017) by deriving the modified T-score of the players' scores on the scale.

The research recommended that:

3. Adopting and using the current scale by instructors and researchers, as well as conducting other similar studies.

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-2 مقدمة البحث وأهميته :

مما لا شك فيه أننا نعيش الآن عصر متغير بكل المقاييس عن العصور الماضية والذي يسمى بعصر المعلومات وهذا يعني أن القوة الحقيقية الآن لمن يمتلك المعلومات ويستطيع أن يستخدمها الاستخدام الأمثل وتطبيقها عمليا بما يتناسب واحتياجات هذا العصر . الذي يتميز بالسرعة في كل شيء ومن هنا نلاحظ ذلك في سرعة التغير والتطور في كل المجالات ، وخاصة المجال الرياضي ، أي أن التطور في هذا المجال الآن أصبح سريع ومتلاحق وكثيف وهذا ليس وليد الصدفة وإنما نتيجة لاستعمال الوسائل الحديثة المعتمدة على التطور والتقدم العلمي الناشئ عن البحث العلمي الدقيق في حل المشكلات التي قد تواجه الرياضي وتحول بينه وبين تحقيق الإنجاز الرياضي العالي الذي يرغب الوصول له . و يعد العامل النفسي احد العوامل المهمة لتحقيق النتائج الجيدة في جميع الالعاب وتحقيق الانجازات و نتيجة الاستفادة من البحوث والدراسات العلمية في إيجاد وابتكار أساليب وطرائق علمية لغرض تطوير ومعالجة والمشاكل في المجال الرياضي بطرائق البحث العلمي والاستفادة من النظريات الحديثة في علوم التربية الرياضية وما يرتبط بها من علوم أخرى لتطوير كل ما يتصل بعملية التعلم والتدريب للمهارات وفي جميع الألعاب الرياضية. وأن لكل لعبة من الالعاب الرياضية اداءً حركياً خاصاً يميزها عن باقي الالعاب. من هذه الالعاب لعبة كرة السلة ويعد الذكاء الجسمي الحركي من المفاهيم الإدراكية الحركية للوصول الى الهدف المرجو منه بأقل قدرة ممكنة. حيث ان الذكاء الجسمي الحركي هو خبرة وكفاءة الفرد في استخدام جسمه ككل للتعبير عن أفكاره وحركاته ، ويتضمن القدرة على استخدام بعض او كل اجزاء جسمه لإنتاج أشياء أو تحويلها، ويضم هذا الذكاء مهارات جسدية حركية كالتوازن والقوة والمرونة والسرعة وكذلك الإحساس بحركة الجسم ووضعه وقدراته البدنية والمهارية والخطئية والنفسية وهذه القدرات يتطلب توافرها بقدر متكافئ نتيجة للترابط الوثيق فيما بينها ويلعب الذكاء الجسمي الحركي دوراً مهماً في لعبة كرة السلة نظراً لطبيعة اللعبة وسرعتها وتعدد خططها ومهاراتها الاساسية كونها من المهارات المهمة بل ان كل المهارات لا تكون مفيدة الا اذا تم تحقق الهدف المرجو من المهارة ومن هنا يجب على اللاعبين الاحتفاظ بمستوى عالي من العمليات العقلية الحركية لدى لاعبي الالعاب الفرقية بصورة عامة وكرة السلة بصورة خاصة لما يتضمنه مواقف اللعب لدى يحتاج اللعب الى الانتباه والاحساس والتصور وسرعة البديهية اللذان يستمران معه بنفس السرعة والقوة. من هنا جاءت أهمية البحث وهي بناء وتقنين مقياس الذكاء الجسمي الحركي للاعبي كرة السلة المتقدمين .

### 1-2 مشكلة البحث :

من خلال تجربة الباحث وخبرته وممارسته لكونه مدرس ومدرب للعبة لاحظ أن أغلب المدربين العراقيين يركزون على الجانب البدني والمهاري والخططي متناسين ما لجانب الذكاء الجسمي الحركي من أهمية كبيرة في هذا الاختيار ، إذ يمكن الاستفادة كثيراً من اللاعب الذي يمتلك الصفات البدنية والمهارية العالية ويستطيع ان يتصرف بذكاء في حل المشكلات التي تواجهه سواء منها الحركية وغيرها وان يوظف هذه الصفات في الأديم أثناء المسابقات . فهناك حاجة ماسة لاختبار الذكاء الجسمي الحركي مما يسهل عمل المدربين في عملية اختيار اللاعبين . لذا فأن مشكلة البحث تتجلى في قلة الاهتمام بالجوانب النفسية وخصوصاً سمة الذكاء الجسمي الحركي لدى اللاعبين ، وعدم وجود أداة لقياس هذه السمة ، لأن الموجود يقيس الذكاء العام وليس الذكاء الجسمي الحركي الذي يستخدم في المجال الرياضي . وهي مشكلة تستحق البحث . لذا ارتأى الباحث

دراسة هذا الموضوع للوصول إلى وضع الحلول والمعالجات التي يمكن ان يستفيد منها العاملين في الميدان الرياضي .

### 1-3 هدفاً للبحث:

- 1- بناء مقياس الذكاء الجسمي الحركي للاعبين كرة السلة المتقدمين بالعراق .
- 2- تقنين مقياس الذكاء الجسمي الحركي للاعبين كرة السلة المتقدمين بالعراق .
- 3 - وضع الدرجات والمستويات المعيارية لمقياس الذكاء الجسمي الحركي للاعبين كرة السلة المتقدمين بالعراق .

### 1-4-4 مجالات البحث :

1-4-4-1 المجال البشري : لاعبي أندية دوري الدرجة الاولى و الممتاز بكرة السلة للموسم التدريبي (2016- 2017)

1-4-4-2 المجال المكاني : ملاعب - وقاعات - ومواقع تدريب أندية الدرجة الاولى و الممتاز بكرة السلة

1-4-4-3 المجال الزمني : 2016/11/25 لغاية 2017/ 5 / 25

1-5 المصطلحات المستخدمة في البحث:

الذكاء الجسمي - الحركي :- إمكانية الفرد في استخدامه حواسه الطبيعية لتحريك جسمه بشكل فاعل في الظروف الصعبة<sup>(1)</sup>.

الذكاء الجسمي - الحركي :- قدرة اللاعب على استخدام كامل الجسم او جزء منه للتعبير عن افكاره ومشاعره بكفاءة عالية للوصول الى حل مشكلة ما او صنع شيئاً ما ، أي قدرة اللاعب على اداء المهارات الرياضية او الواجبات الرياضية .

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

### 1-2 الدراسات النظرية:

#### 1-1-2 الذكاء الجسمي الحركي: - Bodily – Kinesthetic Intelligence

تتفق خوله احمد<sup>(118)</sup>، وذوقان عبيدات<sup>(119)</sup>، بان الذكاء الجسمي - الحركي هو القدرة على استخدام الجسم أو أجزاء منه في حل مشكلة أو أداء الحركة أو مهارة رياضية أو أداء عملية إنتاجية والقيام ببعض الأعمال ، والتعبير عن الأفكار والأحاسيس بواسطة الحركات ، إن المتعلمين الذين يتمتعون بهذا الذكاء يتفوقون في الألعاب البدنية ، وفي التنسيق المرئي - الحركي ، ولديهم القدرة على ممارسة الرياضة البدنية أو ممارسة فنون الرقص والتمثيل ، يتمتع أصحاب هذا الذكاء بقدرات جسمية - حركية فائقة ، ويعتمد على تفاعل تكوينات أو قدرات جسمية - حركية وعوامل بيئية ، ويتطور هذا الذكاء ابتداء من الطفولة ويمكن إن يظهر في مراحل متقدمة عن ذلك إذ يتأثر بما يحتاج في بيئة من فرص تدريب وممارسة وتعلم ، سواء على الأداء

(1) هوارد جارندر : علاقة الذكاءات بأداء التمارين ، منشورات على شبكة الانترنت ، 2005 ، ص 1-3 .  
118 خولة احمد حسن، بناء وتقنين مقياس للذكاء الجسمي - الحركي على طلبة كليات وأقسام كلية التربية الرياضية في العراق. أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات ، 2006 .  
119 ذوقان عبيدات، أساليب الكشف عن الذكاءات - بروفييل الذكاء ، منشور على شبكة الانترنت 2005 - ص30

الرياضي أو الأداء الحركي إن صاحب هذا الذكاء يفضل التعلم من خلال الممارسة العملية والتجريب والتحرك والتعبير الجسدي وإمكانية استخدام حواسه المختلفة ، ومن هنا يشير (غاردر ) إلى إن القدرة على التحكم بنشاط الجسم وحركاته بشكل بديع ، وهو مهارة لاشك يملكها اللاعب بمختلف ألعابها ، ولكل لاعب نصيب من هذه المهارة، واللاعب السليم يملك القدرة على التحكم بجسمه وبرشاقته وتوازنه وتناسقه ، وإن التمرين المتواصل قد يزيد من هذه القدرة ولكن منها ما يظهر عند بعض اللاعبين ، حتى قبل أن يبدأ بالتمرين ، كلاعب كرة السلة المتفوقين مثلاً، تماماً كما تظهر براعة بعض الأفراد في الحساب قبل أن يتعلموا الحساب، ويتجسد هذا الذكاء في الانجازات الكبيرة التي حصل عليها الأبطال الرياضيون وذوي المواهب الرياضية. يظهر هذا النوع من الذكاء في القدرة على ضبط حركة الجسم وعلى حل المشكلات والإنتاج باستعمال جزء من الجسم أو الجسم كاملاً ، وفي التعبير الجسدي عن السلوك وعلى هذا الأساس فإن هذا النوع من السلوك يتمظهر بالحركة.

## 2-2 الدراسات المشابهة

### 1-2-2 - دراسة خولة احمد حسن ( 2006 ) :-

" بناء وتقنين مقياس للذكاء الجسدي - الحركي على طلبة كليات واقسام التربية الرياضية في العراق هدفت الدراسة إلى :

- 1- بناء مقياس للذكاء الجسدي - الحركي .
- 2- تقنين مقياس الذكاء الجسدي - الحركي .

بعد ان حددت الباحثة تعريفا للذكاء الجسدي - الحركي في المجال الرياضي اجرياً . قامت بعد ذلك بتحديد (9) مجالات تنسجم وطبيعة الذكاء الجسدي - الحركي من خلال الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة وكذلك أخذ آراء الخبراء والمختصين وهذه المجالات هي : ( 1- التناسق . 2- التوازن . 3- التآزر الحركي (التوافق) 4 - القوة. 5- السرعة والدقة. 6- المرونة. 7- الانتباه والأدراك. 8- الحساسية العالية للمشكلات. 9- الذكاء الجيد وسرعة الأداء . ) بعد ذلك اعدت الباحثة الفقرات التي تقيس كل مجال من مجالات المقياس من خلال مراجعة الادبيات والمقاييس والدراسات السابقة وصياغة عدد من الفقرات من الباحثة نفسها من خلال استبانة استطلاعية على مجموعة من طلبة كليات واقسام التربية الرياضية في العراق . ومن خلال ذلك كله امكن صياغة ( 228 ) فقرة . بعد ذلك عرضت الفقرات على مجموعة من الخبراء لتحديد صلاحيتها وقد تمت الموافقة على ( 115 ) فقرة ، ولم تحصل الموافقة على ( 113 ) فقرة . تكونت عينة البحث من طلبة كليات واقسام التربية الرياضية في جامعات العراق وبلغ عدد افراد عينة البناء ( 400 ) طالبا . وعينة التقنين ( 200 ) طالبا . ثم استخرجت الباحثة القدرة التمييزية للفقرات من خلال ( أسلوب المجموعتين المتطرفتين ، والاتساق الداخلي ) . كذلك ايجاد الصدق بعدة طرائق : ( صدق المحتوى ، وصدق البناء ) . أما ثبات المقياس فقد تم إيجاده بطرائق : ( التجزئة النصفية ، ومعامل الفا كرونباخ ) . بعد ذلك قامت الباحثة بتقنين المقياس من خلال استخراج الاسس العلمية له . كذلك اشتقاق المعايير من أيجاد الرتب المئينية . وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها خرجت الباحث باستنتاجات أهمها ، بناء وتقنين مقياس الذكاء الحركي - الجسدي للطلاب بكرة السلة .

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث : تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المعيارية ،<sup>(1)</sup> نظرا لملائمته وطبيعة الدراسة الحالية.

3-2 مجتمع وعينات البحث: اشتمل البحث على عينتين هما :

3-2-1 عينة بناء المقياس : اشتملت عينة البناء على (140) لاعبا من لاعبي اندية الدرجتين الأولى والممتازة لكرة السلة بنسبة (20.23%) من العدد الكلي للاعبي الدرجتين (مجتمع الأصل) البالغ (576) لاعبا<sup>(\*)</sup> ، بواقع (70) لاعبا من أندية الدرجة الأولى بنسبة (20.58%) من عدد اللاعبين البالغ (288) لاعبا ، و(70) لاعبا من أندية الدرجة الممتازة بنسبة (20.58%) من عدد اللاعبين البالغ (288) لاعبا. موزعين على (16) ناديا رياضيا من اصل (32) ناديا يمثلون عدد الأندية المشاركة في دوري الدرجتين للموسم (2016-2017) والتي شكلت ما نسبته (19.69%) من العدد الكلي للأندية المشاركة. بواقع (6) اندية من الدرجة الاولى البالغ عددها (16) ناديا، و(6) اندية من الدرجة الممتازة البالغ عددها (16) ناديا. وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وكما مبين في الجدول(1)

عدد لاعبي عينة البناء ونسبها المئوية والاندية والدرجة التي يلعبون فيها

ت	اسم النادي	الدرجة	عدد اللاعبين	%
1.	القوة الجوية	الاولى	10	7.14
2.	الجماهير	الاولى	12	8.57
3.	البحري	الاولى	12	8.57
4.	الديوانية	الاولى	13	9.28
5.	العمارة	الاولى	11	7.85
6.	الرافدين	الاولى	12	8.57
7.	الحلة	الممتازة	12	8.57
8.	التضامن	الممتازة	12	8.57
9.	نفت الجنوب	الممتازة	10	7.14
10.	الكرخ	الممتازة	13	9.29
11.	الخطوط	الممتازة	12	8.57
12.	الكهرباء	الممتازة	11	7.85
	المجموع		140	99.97

3-2-2 عينة تقنين المقياس : أما عينة التقنين فقد اشتملت على (250) لاعبا من لاعبي أندية الدرجتين الأولى والممتازة لكرة السلة ، بنسبة (70.98%) من مجتمع البحث البالغ (576) لاعبا، بواقع (125) لاعبا من أندية الدرجة الأولى بنسبة (70.43%) من عدد اللاعبين البالغ (288) لاعبا، و(125) لاعبا من أندية الدرجة الممتازة بنسبة (70.78%) من عدد اللاعبين البالغ (288) لاعبا، موزعين على

(1) ابراهيم احمد سلامة . مناهج البحث في التربية البدنية ، القاهرة ، دار المعارف ، 1980 ، ص46.

(\*) تم الحصول على اعداد اللاعبين من الاتحاد العراقي المركزي لكرة السلة.

(16) ناديا رياضيا من اصل(32) ناديا يمثلون عدد الأندية المشاركة في دوري الدرجتين للموسم (2016-2017) والتي شكلت ما نسبته (74.19%) من العدد الكلي للأندية المشاركة، بواقع (10) ناديا من الدرجة الأولى البالغ عددها (16) ناديا، و(10) ناديا من الدرجة الممتازة البالغ عددها (16) ناديا. وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2) يبين عدد لاعبي عينة التقنين ونسبها المئوية والاندية والدرجة التي يلعبون فيها

ت	اسم النادي	الدرجة	عدد اللاعبين	%	ت	اسم النادي	الدرجة	عدد اللاعبين	%
1	الحي	الاولى	10	4	11	الصناعة	الممتازة	12	4.8
2	بابل	الاولى	12	4.8	12	الشرطة	الممتازة	13	5.2
3	السماوة	الاولى	12	4.8	13	غاز الجنوب	الممتازة	12	4.8
4	الاتحاد	الاولى	11	4.4	14	النفط	الممتازة	12	4.8
5	الاعظمية	الاولى	13	5.2	15	الناصرية	الممتازة	13	5.2
6	الفرات	الاولى	14	5.6	16	الحدود	الممتازة	12	4.8
7	دجلة	الاولى	14	5.6	17	البحري	الممتازة	13	5.2
8	ديالى	الاولى	13	5.2	18	الجيش	الممتازة	12	4.8
9	كركوك	الاولى	12	4.8	19	صليخ	الممتازة	13	5.2
10	امام المتقين	الاولى	14	5.6	20	الميناء	الممتازة	13	5.2

### 3-3- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

من اجل حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه استعمل الباحث الأدوات والاجهزة الآتية :

#### 3-3-1- أدوات البحث :

1-الاستبانة : تعد الاستبانة أو الاستقصاء أداة ملائمة للحصول على معلومات وبيانات وحقائق مرتبطة بواقع معين، وتقدم الاستبانة بشكل عدد من الاسئلة يطلب الاجابة عنها من قبل عدد من الافراد المعنيين بموضوع الاستبانة وسيعد الباحث استبيان لتحديد الذكاء الجسمي الحركي ، وكذلك الفقرات والتجارب الاستطلاعية والتجربة الرئيسة والتقنين وصولا لأعداد المقياس بصورته النهائية .

2-المصادر والمراجع العلمية .

3-المقابلات الشخصية (\*).

#### 3-3-2- الاجهزة المستخدمة في البحث :

1- استمارات جمع البيانات وتفرغها .

2- حاسبة الكترونية ( 4 -Pantium ) .

- (\*) + أ.د. محمد جاسم احمد الياسري :جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
 + أ.د. عبد الجبار سعيد : جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
 + أ.د. علي حسين هاشم : جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
 + أ.د. عامر سعيد : جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
 + أ.د.م. كاظم جبر الجبوري : جامعة القادسية / كلية التربية / قسم العلوم النفسية .  
 + أ.د.م. حسين ربيع حمادي : جامعة بابل / كلية التربية / علم النفس التربوي .

3- حاسبة يدوية .

4- ساعات الكترونية عدد ( 4 ) .

5- اقلام حبر واقلام رصاص .

6- فريق العمل المساعد(ملحق 1)

3-4-1 إجراءات بناء المقياس: تحقيقا للهدف الأول وهو بناء مقياس الذكاء الجسمي - الحركي للاعبين كرة السلة المتقدمين اتبع الباحث الخطوات الآتية:

3-4-1-1 تحديد مجالات المقياس: في ضوء التعريف النظري للذكاء الجسمي - الحركي والاطلاع على الأدبيات والدراسات ذات العلاقة حدد الباحث سبعة مجالات للمقياس بصورته الأولية والمجالات هي ( 1- المواجهة الايجابية 2- التوازن والتوافق الحركي3- الرضا النفسي - 4- المرونة 5- الدقة والتركيز والأدراك. 6- تقدير الذات وحل المشكلات. 7- سرعة الأداء الحركي. ) ولغرض التأكد من صلاحية هذه المجالات أعدت استمارة استبيان تتضمن التعريف النظري للذكاء الجسمي - الحركي الذي اعده الباحث فضلا عن المجالات السبعة التي اعتمدها ، وقد عرض الاستبيان (الملحق 2) على مجموعة من الخبراء والمختصين (الملحق 3) في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي لبيان رأيهم في مدى صلاحية هذه المجالات. وفي ضوء آراء الخبراء والمختصين اتضح ان جميع المجالات السبعة حازت على تأييد أكثرية الخبراء والمختصين في صلاحيتها. وقد استخدم مربع كاي لتحديد النسبة المئوية التي اتفق عليها وبالباغلة (87.5%) مع بيان معنوية الفروق بين الأكثرية والأقلية من الخبراء والمختصين ، إذ كانت الفروق بينهما دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) كما مبين في الجدول (3) .

الجدول (3) يبين آراء الخبراء وامختصين في مجالات الذكاء الجسمي - الحركي وقيم مربع كاي المحسوبة والنسب المئوية للموافقين وغير الموافقين .

ت	المجالات	الموافقون	%	غير الموافقين	%	قيمة كاي المحسوبة	دالاتها الاحصائية
1	المواجهة الايجابية	8	100	صفر	صفر	8	دالة
2	التوازن والتوافق الحركي	8	100	صفر	صفر	8	دالة
3	الرضا النفسي	8	100	صفر	صفر	8	دالة
4	المرونة	8	100	صفر	صفر	8	دالة
5	الدقة والتركيز والأدراك	8	100	صفر	صفر	8	دالة
6	تقدير الذات وحل المشكلات	7	87.5	1	12.5	4.5	دالة
7	سرعة الأداء الحركي	7	87.5	1	12.5	4.5	دالة

- قيمة كاي الجدولية = 3.84

- درجة الحرية = 1

- مستوى الدلالة = 0.05

3-4-1-2 أعداد الصيغة الأولية للمقياس: تطلب أعداد الصيغة الأولية للمقياس عدة إجراءات بدأت بعملية أعداد فقرات المقياس وتحديد أسلوب وأسس صياغة الفقرات والشروع بصياغة الفقرات ثم دراسة صدقها وأخيرا أعداد تعليمات المقياس . وفيما يلي وصف لتلك الإجراءات:

اولا: أعداد فقرات المقياس: لغرض إعداد فقرات المقياس الملائمة لقياس مفهوم الذكاء الجسمي الحركي على وفق ما يعكسه التعريف النظري للذكاء الجسمي - الحركي ، قام الباحث بمراجعة شاملة للمقاييس السابقة ذات العلاقة ، فضلا عن الاستبيان الاستطلاعي وكالاتي:

أ- المقاييس ذات العلاقة: تم الاطلاع على جميع المقاييس المتوفرة ذات العلاقة وهي:

- مقياس الذكاء المتعدد لـ هارمس

- الذكاء المتعدد لـ أندرسون

- مقياس الذكاء المتعددة للدكتور حبيب شاكر للاعبين الالعاب الفرقيّة

- مقياس الذكاء الجسمي - الحركي للدكتورة خولة أحمد حسن لطلاب كليات التربية الرياضية

ب - الاستبيان الاستطلاعي: بعد الاطلاع على المقاييس السابقة ذات العلاقة وفي ضوء التعريف النظري للذكاء الجسمي - الحركي ومجالاته ، ولأجل الحصول على مفردات ميدانية يمكن الاستفادة منها في بناء فقرات المقياس . فقد تم إعداد استبانة تحتوي على أمثلة للمجالات السبعة المقترحة، وزعت على (20) لاعبا من لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة وكما مبين في الجدول (4)، وقد تم اختيار اللاعبين عشوائيا وطلب منهم إعطاء عبارات مماثلة تنطبق عليهم وفق الأمثلة الموضوعية لها وللمجالات المعتمدة. وتم تطبيق الاستبيان من قبل الباحث شخصيا للإجابة عن اي استفسار يطرحه المفحوص من اجل الحصول على افضل الاستجابات وصدقها . وقد طبقت الدراسة في المدة من 28 / 11 ولغاية 7 / 12 / 2016. وبذلك حصل الباحث على عدد كبير من الفقرات التي ساعدت في وضع الصيغة الاولى للمقياس .

#### الجدول (4)

يبين اسماء الاندية وعدد اللاعبين المشاركين في الدراسة الاستطلاعية

ت	اسم النادي	الدرجة	عدد اللاعبين
1	الجماهير	الاولى	5
2	امام المتقين	الاولى	5
3	الحلة	الممتازة	5
4	التضامن	الممتازة	5
	المجموع		20

ثانيا: تحديد اسلوب واسس صياغة فقرات المقياس : تم الاعتماد على اسلوب ليكرت المطور في صياغة فقرات المقياس . وهو اشبه باسلوب الاختيار من متعدد (Multiple Choice) الذي يعد من الأساليب الشائعة في القياس والبحوث التربوية والنفسية ، اذ يقدم للمستجيب موقف ويطلب منه تحديد اجابته باختيار بديل من بين عدة بدائل لها اوزان مختلفة<sup>(1)</sup> ولعل ما يبرز استخدام اسلوب ليكرت المطور هو تميزه بالاتي :

(1) احمد عوده . القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط 2، عمان ، دار الامل للنشر والتوزيع، 1998 ، ص 407.

- قياس قدرة المستجيب في التمييز بين الاحكام الصحيحة والخاطئة تميزا يقوم على الروية والمقارنة.(2)
- تمتعه بصدق وثبات عاليين.
- يقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة .(3)
- سهل الاستعمال .
- تميزه بالمرونة لكثرة البدائل لكل فقرة .(4)
- و قد روعي في بناء فقرات المقياس الأسس الاتية :
- ان يكون للفقرة معنى واحد ومحدد.
- الابتعاد عن استخدام اسلوب نفي النفي.
- بلغة بسيطة وواضحة .
- على لسان المستجيب ( بلغة المخاطب ) .
- في صيغة المعلوم .
- ممثلة لمكونات المقياس
- عدم استخدام العبارات التي يحتمل ان يجيب عنها الجميع او لا يجيب لكي لا تنعدم فرصة المقارنة امام الباحث

ثالثا: صياغة فقرات المقياس: من خلال تحليل استجابات افراد العينة الاستطلاعية على الاستبانة، وفي ضوء التعريف النظري للذكاء الجسمي -الحركي و مجالاته، والاطلاع على المقاييس والادبيات ذات العلاقة بالبحث تمت صياغة (100) فقرة تمثل كل منها موقفا من المواقف التي يحتمل ان يواجهها اللاعبون في التدريب او المنافسات. ويتضمن كل موقف اربعة بدائل للإجابة متدرجة من اعلى مستوى للذكاء الجسمي - الحركي الى اوطى مستوى. واعطيت لها الدرجات من (4-1). توزعت هذه الفقرات على مجالات الذكاء الجسمي - الحركي المقترحة على شكل عبارات ايجابية واخرى سلبية وحسب ما مبين في الجدول (5). وقد اعتمد الباحث اسلوب المواقف اللفظية في بناء فقرات المقياس لكونه يقترب من مواقف الحياة الرياضية التي مرت بخبرة اللاعب ، مما يجعل المجيب في تفاعل مع المواقف في اثناء الاجابة ، ولأبعاده عن الملل والرتابة فضلا عن انها تقلل من التخمين والاجابة العشوائية.(1)

#### الجدول (5)

يبين مجالات الذكاء الجسمي - الحركي المقترحة وعدد الفقرات التابعة لها الايجابية والسلبية

ت	مجالات الذكاء الجسمي - الحركي	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	العدد الكلي
1.	المواجهة الايجابية	7	7	14
2.	التوازن والتوافق الحركي	7	5	12
3.	الرضا النفسي	7	6	13

(2) عزيز سماره و(اخرون) : مبادئ القياس والتقييم في التربية، عمان، دار الفكر، 1989، ص79.

(3) خير الدين عويس . دليل البحث العلمي، القاهرة ، دار الفكر العلمي العربي، 1999، ص67.

(4) صلاح الدين محمود . القياس والتقييم التربوي والنفسي ، ط10، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000، ص539.

(1) صابر عبدالله الزبياري . الخصائص السيكومترية لأسلوب المواقف اللفظية والعبارات التقديرية في مقاييس الشخصية، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية - ابن رشد، جامعة بغداد ، 1997، ص4.

15	5	10	4. المرونة
14	6	8	5. الدقة والتركيز والأدراك
14	6	8	6. تقدير الذات وحل المشكلات
18	5	13	7. سرعة الأداء الحركي
100	40	60	المجموع الكلي

رابعاً : تحديد صلاحية فقرات المقياس: بهدف التأكد من صلاحية الفقرات في قياس ما أعدت لقياسه ومدى ملائمة بدائل الإجابة لها، عرض المقياس بصورته الأولية (الملحق 4) المكون من (100) فقرة على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي وكرة السلة البالغ عددهم (11) خبيراً ومختصاً وطلب منهم بيان مدى صلاحية كل فقرة من فقراته في قياس مجالات الذكاء الجسمي - الحركي ، وكذلك ان كانت تحتاج الى تعديل او نقل الى مجال اخر. وفي ضوء اراء الخبراء والمختصين تم تعديل بعض الفقرات واختصارها ، ودمج فقرات اخرى لتشابهها. كما تم نقل بعض الفقرات الى مجالات اخرى اكثر ملائمة، كذلك حذفت بعض الفقرات لعدم صلاحيتها. واتضح من عملية التحكيم هذه ان ( 80 ) فقرة حازت على تأييد اكثرية الخبراء والمختصين على صلاحيتها في قياس الذكاء الجسمي - الحركي. موزعة على المجالات السبعة للمقياس فقد اصبحت ( 12 ) فقرة لمجال المواجهة الايجابية ، و( 11 ) فقرة لمجال التوازن والتوافق الحركي ، و( 12 ) فقرة لمجال الرضا النفسي، و( 11 ) فقرة لمجال المرونة ، و( 10 ) فقرة لمجال الدقة والتركيز والأدراك ، و( 13 ) فقرة لمجال تقدير الذات وحل المشكلات ، و( 11 ) فقرة لمجال سرعة الأداء الحركي ، فضلا عن ثلاث فقرات لموضوعية الاستجابة للمفحوصين. وقد استخدم مربع كاي لتحديد حقيقة الفروق بين الاكثرية والاقلية من الخبراء. اذ كانت الفروق بينهما دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) كما موضح في الجدول (6). اما الفقرات التي لم تحصل على تأييد اكثرية الخبراء والمختصين والبالغ عددها (20) فقرة فقد تم استبعادها من المقياس لأنها لم تحقق نسبة الاتفاق المقبولة والتي مقدارها (81.81%). ولأجل التأكد من صلاحية التعديلات التي اجراها الباحث بعد الاخذ بأراء الخبراء والمختصين وملاحظاتهم تم عرض المقياس المعدل مرة اخرى على بعض الخبراء والمختصين (\*) لإقرار صلاحية التعديلات، وقد حصل على نسبة اتفاق 100% .

#### الجدول (6)

يبين اراء الخبراء في فقرات المقياس وقيم مربع كاي للموافقين وغير الموافقين

الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون	%	غير الموافقون	%	قيمة كاي المحسوبة	دالاتها الاحصائية
1,2,10,12,17,18,21,23,24,26	38	11	100	صفر	صفر	11	دالة

(\*) السادة الخبراء:

- د.احمد عبدالحسين استاذ علم النفس الشخصية كلية التربية- جامعة كربلاء

- د.حيدر اليعقوبي استاذ علم النفس التربوي كلية التربية- جامعة كربلاء

- د.عامر سعيد استاذ علم النفس الرياضي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل

							29، 30،33،42،43،47،49،52 ،58،61،62،63،64،65،66،68،69 ،86،89،94،96،97،100 79،81،87،92،98،
دالة	7.36	9.09	1	90.90	10	23	،5،6،13،15،27،34،44،54،56،70 14،22،38،39،41،46،57 59،67،69،75،88،95
دالة	4.45	18.18	2	81.81	9	19	3،4،7،8،9،19،20،31،35،36،40 ،48،50،51،53،60،73،78،80
غير دالة	0.09	45.45	5	54.54	6	19	16،25،28،37،45،55،72،74،76،77،8 ،83،84،85،90،91،99،2،93

- قيمة كاي الجدولية = 3.84

- درجة الحرية = 1

- مستوى الدلالة = 0.05

خامسا : صلاحية الفقرات من الناحية اللغوية: بعد ان تم الانتهاء من صياغة فقرات المقياس قام الباحث بعرض جميع الفقرات على تخصص في اللغة العربية (\*) من اجل ان تكون سليمة وخالية من الاخطاء اللغوية. وقد تم الاخذ بالملاحظات والتعديلات التي ابداهها، وبهذا يكون المقياس خاليا من الاخطاء اللغوية .

سادسا: اعداد تعليمات المقياس: تم اعداد التعليمات الخاصة بالمقياس التي توضح للاعب كيفية الاجابة عن فقراته وقد روعي في اعداد هذه التعليمات ان تكون واضحة وسهلة الفهم ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات نمودجا خاصا عن كيفية الاجابة عن فقرات المقياس واشير في التعليمات الى انه ليس هناك اجابة صحيحة واجابة خاطئة بل المهم هو اختيار الاستجابة التي تنطبق على اللاعب اكثر من غيرها . كما طلب من اللاعبين ضرورة الاجابة عن جميع فقرات المقياس بكل صراحة ودقة وان اجابتهم ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط، والتأكيد على عدم كتابة اسمائهم. وقد وضعت تعليمات الاجابة على المقياس دون الاشارة الى اسم المقياس صراحة، اذ يشير كرونباخ الى " ان التسمية الصريحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب الى تزييف الاجابة او الامتناع عن الاجابة الدقيقة." (1) 3-1-3-4 التجربة الاستطلاعية: من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياس ووضوح فقراته للاعبين، والتعرف على الوقت المستغرق لإجاباتهم ، وكذلك التعرف على ظروف تطبيق المقياس وما يرافق ذلك من صعوبات او معوقات ، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (10) لاعبا من لاعبي اندية الجماهير و الحلة بواقع (5) لاعبين من كل نادي اختيروا عشوائيا في المدة من 2/14 ولغاية 2017/2/17. وقد اتضح من

(\*) أ.م.د. جاسم عبدالواحد . كلية التربية - جامعة كربلاء .

(1) Cronbach , L.J. Essential of Psychological testing, NewYork , Harper and Pow, 1970. P.40.

هذه التجربة ان تعليمات المقياس وفقراته واضحة وان الوقت الذي استغرقتة الاجابة عن فقرات المقياس تراوح بين (18-30) دقيقة، بمتوسط مقداره (24) دقيقة . وبذلك اصبح المقياس بتعليماته وفقراته الـ (80) جاهزا للتطبيق على عينة البناء.

**3-4-1-4 تطبيق المقياس على افراد عينة البناء:** تمت التجربة الاساسية من خلال تطبيق المقياس على عينة البناء بهدف اجراء عملية تحليل احصائي لفقراته وذلك لاختيار الفقرات الصالحة واستبعاد الفقرات غير الصالحة استنادا الى قوتها التمييزية . وكذلك لاستخراج مؤشرات الصدق والثبات للمقياس. فقد طبق المقياس على عينة البناء البالغ عددها (140) لاعبا والمتمثلة بلاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة لكرة السلة (والشار إليها سابقا) من قبل الباحث شخصيا في المدة من 2/20 ولغاية 2017/3/30

**3-4-1-4-1 موضوعية الاستجابة:** ان الهدف الرئيس من حساب درجة موضوعية الاستجابة (الجدية في الاجابة) في مقياس الذكاء الجسمي - الحركي هو التعرف على اللاعبين الذين يعطون صورة غير واقعية عن انفسهم من خلال عدم الدقة في الاستجابة على فقرات المقياس، ولأجل استخراج درجة الدقة تمت صياغة (3) فقرات بأسلوب مختلف مع بقاء الفكرة نفسها. ثم عرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين<sup>(\*)</sup> للتأكد من ملائمة الصياغة مع الفقرات الاصلية، والجدول (7) يبين ارقام الفقرات المكررة والاصلية في المقياس.الجدول (7)

ت	ت/ الفقرة الاصلية في المقياس	ت/ الفقرة المكررة في المقياس
1.	51	81
2.	65	82
3.	80	83

وقد تم استخراج درجة الدقة باستخدام اسلوب حساب الفروق المطلقة بين اجابة المفحوص على الفقرة المكررة والاصلية، ثم يحسب المجموع الجبري لجميع الفروق (حسب عدد الفقرات المكررة) ويتم اعطاء درجة كلية لكل استمارة، بعدها تحدد الدرجة المحكية التي يعتمد عليها في اهمال الاستمارات غير الدقيقة. والدرجة المحكية هي حاصل جمع الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الدقة. فقد تم حساب درجات الدقة لـ (130) استمارة بعد استبعاد (10) استمارات لعدم اكتمال الاجابة فيها. وقد تراوح مدى درجات الدقة بين (صفر - 8) درجات بمتوسط حسابي قدره (2.19) درجة وانحراف معياري مساو لـ (1.82) درجة، في حين بلغت الدرجة المحكية (4.01) درجة الناتجة من حاصل جمع الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الدقة. وقد تم استبعاد (15) استمارة نتيجة لبلوغ درجات الدقة فيها اكثر من الدرجة المحكية وبذلك تم الابقاء على (115) استمارة صالحة للتحليل الاحصائي.

(\*) السادة الخبراء هم :

1- د. حيدر ناجي حبش      استاذ      علم النفس الرياضي      كلية التربية للبنات- جامعة الكوفة  
2- د. علي حسين هاشم      استاذ مساعد      علم النفس الرياضي      كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية

3-4-1-4-2 تصحيح المقياس: صحت اجابات اللاعبين على مقياس الذكاء الجسمي - الحركي باستخدام مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض. فقد حسبت الدرجة الكلية على اساس مجموع اوزان الاجابات على فقرات المقياس البالغة (80) فقرة اهملت الفقرات المكررة التي تقبس الدقة وعددها (3 فقرات) . وقد حددت الاوزان من (1-4) درجات لكل فقرة وحسب البدائل التي يختارها اللاعب كما تم اعطاء الدرجات الايجابية والسلبية حسب الجدول (8). فقرات المقياس الايجابية والسلبية

درجات الفقرات السلبية	درجات الفقرات الايجابية	بدائل الاجابة
1	4	تنطبق علي بدرجة كبيرة
2	3	تنطبق علي بدرجة متوسطة
3	2	تنطبق علي بدرجة قليلة
4	1	لا تنطبق علي

3-4-1-4-3 تحليل الفقرات: يهدف التحليل الاحصائي الى حساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي لفقرات المقياس. اذ تشير القوة التمييزية الى القدرة على التفريق او التمييز بين الافراد الذين يحصلون على درجات عالية والافراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه. في حين يشير الاتساق الداخلي الى مدى تجانس الفقرات في قياسها للصفة، أي ان تحليل الفقرات يعني الابقاء على الفقرات الجيدة في الاختبار.<sup>(1)</sup> وقد اتبع الباحث اسلوبين في تحليل فقرات المقياس هما:

اولا: المجموعتان المتطرفتان: للكشف عن القوة التمييزية لفقرات مقياس الذكاء الجسمي - الحركي تم استخدام اسلوب المجموعتين المتطرفتين، اذ يعد هذا الاسلوب من الاساليب المناسبة لتمييز الفقرات. فقد رتبنا الدرجات الكلية التي حصل عليها اللاعبون بعد تصحيح المقياس تنازليا، ثم اختيرت نسبة (27%) العليا والدنيا من الدرجات لتمثلا للمجموعتين المتطرفتين واستبعاد نسبة (46%) الوسطى، اذ اكدت ابحاث كيللي (1939) وميهرنز وليهمان (1973) على ان اعتماد نسبة (27%) تعطي اكبر حجم وتمايز.<sup>(1)</sup> وعلى هذا الاساس ضمت كل مجموعة طرفية (38) لاعبا ولغرض حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس البالغة (80) فقرات استخدم الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وعدت القيمة التائية الدالة احصائيا مؤشرا لتمييز الفقرات . والجدول (9) يبين نتائج الاختبار التائي لجميع الفقرات.

#### الجدول (9)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ودلالاتها في حساب القوة التمييزية.

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (t) المحسوبة	قوة الفقرة التمييزية
	ع	س	ع	س		
1	0.56	2.75	0.64	2.64	0.61	غير مميزة
2	1	2.45	0.81	2.8	1.21	غير مميزة

(1) مطانيوس ميخائيل . القياس والتقويم في التربية الحديثة ، دمشق، منشورات جامعة دمشق، 1996، ص 98.

(1) صفوت فرج . القياس النفسي ، ط1 ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1980، ص 149.

مميزة	2.71	0.66	2.73	0.38	2.90	3
مميزة	3.74	1.98	2.83	0.52	3.95	4
مميزة	4.58	1.02	3.64	0.39	3.80	5
مميزة	4.43	1.89	3.06	0.39	3.82	6
غير مميزة	1.01	0.91	1.82	1.23	2.09	7
غير مميزة	1.83	0.99	2.36	1.14	2.85	8
مميزة	4.66	1.17	2.57	0.72	3.08	9
غير مميزة	0.30	1.14	2.32	1.27	2.42	10
غير مميزة	0.48	1.17	2.39	1.34	2.24	11
مميزة	4.51	1.05	2.54	0.56	3.68	12
مميزة	2.37	1.93	3.20	0.69	3.44	13
مميزة	5.60	0.91	2.87	0.29	3.81	14
مميزة	4.69	1.06	2.65	0.52	3.62	15
مميزة	4.19	0.870	2.63	0.82	3.51	16
مميزة	3.83	0.99	2.28	0.54	3.54	17
غير مميزة	1.68	1.011	2.66	0.91	3.20	18
مميزة	4.34	0.88	3.12	0.38	3.71	19
مميزة	2.00	0.96	1.96	1.28	2.38	20
مميزة	3.96	0.92	1.89	1.11	2.99	21
مميزة	4.78	1.21	2.09	0.99	3.43	22
مميزة	5.71	1.21	2.08	0.87	3.32	23
مميزة	4.30	1.08	2.40	0.90	3.25	24
مميزة	7.39	1.03	2.48	0.24	3.84	25
مميزة	4.50	0.001	2.56	0.79	3.66	26
مميزة	3.31	0.91	2.33	0.79	3.22	27
مميزة	6.18	0.99	2.44	0.46	3.62	28
مميزة	5.15	0.99	3.04	0.17	3.77	29
مميزة	2.74	0.99	3.31	0.41	3.58	30
مميزة	3.57	1.001	3.14	0.38	3.81	31
مميزة	3.17	1.08	3.03	0.74	3.59	32
مميزة	2.08	0.95	2.07	1.27	2.51	33
مميزة	5.43	1.22	2.44	0.54	3.77	34
مميزة	5.47	1.12	2.42	0.66	3.56	35
مميزة	4.16	1.08	2.24	0.70	3.48	36

مميزة	3.93	1.05	2.70	0.81	3.73	37
مميزة	2.73	0.96	2.44	1.01	3.06	38
مميزة	3.31	1.07	2.81	0.84	3.9	39
مميزة	3.69	0.88	3.02	0.62	3.63	40
مميزة	4.83	1.11	3.05	صفر	4.1	41
مميزة	4.73	0.91	2.67	0.46	3.72	42
مميزة	5.41	1.06	3.2	صفر	4.2	43
مميزة	2.05	1.07	3.30	1.31	2.7	44
مميزة	3.26	0.90	3.48	صفر	4	45
غير مميزة	1.29	1.01	2.97	1.24	2.61	46
غير مميزة	0.12	0.83	2.85	1.16	2.88	47
مميزة	2.55	0.86	2.94	0.87	3.48	48
مميزة	6.54	1.02	2.79	0.17	3.97	49
مميزة	5.29	1.07	2.82	0.41	3.88	50
مميزة	6.29	1.02	2.79	0.24	3.94	51
مميزة	5.51	0.86	3	0.38	3.91	52
غير مميزة	1.08	0.87	3.18	0.93	3.42	53
مميزة	5.23	0.93	3.05	0.24	3.84	54
مميزة	5.47	1.10	2.81	0.17	3.96	55
مميزة	2.29	1.04	2.88	0.83	3.68	56
مميزة	5.89	1.12	2.69	0.17	3.96	57
مميزة	5.92	1.11	2.72	0.17	3.87	58
غير مميزة	1.50	1.10	2.70	1.19	3.18	59
مميزة	3.28	1.11	2.36	1.06	3.24	60
مميزة	3.19	1.03	2.16	1.10	2.87	61
مميزة	7.81	0.97	2.19	0.61	3.66	62
مميزة	6.81	1.09	2.12	0.77	3.70	63
مميزة	3.61	1.06	2.76	0.69	3.55	64
مميزة	5.39	1.14	2.73	0.41	3.88	65
غير مميزة	0.70	0.54	3.67	0.50	3.76	66
مميزة	4.45	0.75	3.24	0.33	3.88	67
مميزة	2.19	0.69	3.03	0.71	3.48	68
مميزة	4.39	0.91	2.82	0.54	3.64	69
مميزة	4.36	1.04	2.97	0.39	3.82	70

مميزة	5.75	1.10	2.09	0.73	3.402	71
مميزة	6.78	1.2	2.24	0.57	3.28	72
مميزة	6.67	1.06	2.18	0.66	3.67	73
مميزة	6.87	1.03	2.45	0.41	3.79	74
مميزة	2.99	10.19	2.33	1.20	3.21	75
مميزة	7.17	1.16	2.36	0.34	3.88	76
مميزة	8.68	1	3.98	0.57	3.73	77
غير مميزة	0.84	0.90	2.85	1.12	2.64	78
مميزة	2.59	0.93	3.24	0.72	3.73	79
مميزة	7.19	0.79	2.45	0.30	3.71	80

قيمة (t) الجدولية = 2.00

درجة الحرية = 74

مستوى الدلالة = 0.05

من ملاحظة الجدول (9) يتبين لنا ان القيم التائية المحسوبة تراوحت بين (0.30-8.60) وعند مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (64) ومستوى دلالة (0.05) وبالبالغة (2) تم رفض (13) فقرة لعدم دلالتها الاحصائية. والفقرات هي (1، 2، 7، 8، 10، 11، 18، 46، 47، 53، 59، 66، 78). والابقاء على (67) فقرة لان لها دلالة تمييز.

ثانيا: معامل الاتساق الداخلي:

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: يستخدم معامل الاتساق الداخلي لتحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية المقاسة وقد استخدم الباحث هذه الطريقة لتمييزها بالاتي:<sup>(1)</sup>

- تقدم لنا مقياسا متجانسا في فقراته بحيث تقيس كل فقره البعد السلوكي نفسه الذي يقيس المقياس ككل.
- القوة التمييزية للفقرة تكون مشابهة لقوة المقياس التمييزية .
- القدرة على ابراز الترابط بين فقرات المقياس.

وقد تم استخراج قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس لجميع افراد العينة البالغ عددهم (140) لاعبا بواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss). والجدول (10) يبين نتائج معاملات الارتباط . الجدول (10)

يبين معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي).

معامل	رقم	معامل	ت	معامل	ت
الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة
0.159*	26	0.404	44	0.314	3
0.365	27	0.258	45	0.477	4

<sup>(1)</sup> اميرة حنا مرقس . بناء وتقنين مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001 ، ص 58.

0.249	48	0.496	28	0.545	5
0.465	49	0.497	29	0.437	6
0.563	50	0.362	30	0.494	9
0.514	51	0.473	31	0.359	12
0.468	52	0.450	32	0.266	13
0.5015	54	*0.153	33	0.549	14
0.563	55	0.534	34	0.588	15
0.211	56	0.551	35	0.475	16
0.590	57	0.381	36	0.379	17
0.556	58	0.390	37	0.419	19
0.294	60	0.336	38	0.188	20
0.309	61	0.335	39	0.373	21
0.476	62	0.340	40	0.448	22
0.548	63	0.564	41	0.469	23
0.309	64	0.519	42	0.367	24
0.557	65	0.650	43	0.654	25
0.388	67				

القيمة الجدولية = 0.195

درجة الحرية = 138

مستوى الدلالة = 0.05

\* الفقرة ليس لها دلالة ارتباط

من خلال ملاحظة الجدول (10) يتبين لنا ان معاملات الارتباط تراوحت بين (0.169-0.656) وعند مقارنتها مع القيمة العشوائية العظمى لمعامل الارتباط تم رفض فقرتين جديدتين لعدم دلالتهم الاحصائية وهما الفقرتان (33. 44) والابقاء على (65) فقرة لدلالتهم الاحصائية (ملحق 5)، توزعت على مجالات المقياس السبعة وكما مبين في الجدول (11) الجدول (11).

يبين توزيع فقرات المقياس على مجالاته.

ت	المجالات	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	العدد الكلي للفقرات
1.	المواجهة الايجابية	5	1	6
2.	التوازن والتوافق الحركي	7	3	10
3.	الرضا النفسي	8	2	10
4.	المرونة	9	-	9
5.	الدقة والتركيز والأدراك	8	4	12
6.	تقدير الذات وحل المشكلات	6	3	9
7.	سرعة الأداء الحركي	7	2	9

65	15	50	المجموع
----	----	----	---------

علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال: تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال، وقد تم التأكد من دلالة معنوية الارتباط باستخدام اختبار (ت ر)، إذ ظهر بأن جميع الفقرات دالة إحصائياً لأن القيمة المحسوبة لها أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.98) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (138)، والجدول (12) يبين ذلك.

#### الجدول (12)

يبين معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال لمقياس الذكاء الجسمي- الحركي

اسم المجال	رقم الفقرة بالمقياس	معامل الارتباط	قيمة (ت ر) المحسوبة	الدالة
المواجهة الايجابية	3	0.860	16.547	دالة
	4	0.750	11.179	دالة
	5	0.740	10.583	دالة
	9	0.878	17.308	دالة
	13	0.799	12.715	دالة
	14	0.493	11.230	دالة
التوازن والتوافق احركي	12	0.493	5.477	دالة
	15	0.792	10.360	دالة
	17	0.897	18.078	دالة
	18	0.683	9.009	دالة
	24	0.878	16.546	دالة
	30	0.768	11.179	دالة
	31	0.750	10.583	دالة
	37	0.888	17.308	دالة
	60	0.779	12.718	دالة
	63	0.573	11.230	دالة
الرضا النفسي	19	0.679	12.715	دالة
	20	0.733	10.339	دالة
	21	0.889	18.088	دالة
	25	0.693	9.009	دالة
	32	0.860	16.483	دالة
	35	0.720	10.271	دالة
	6	0.744	10.340	دالة

دالة	18.065	0.875	51	
دالة	9.009	0.663	54	
دالة	16.473	0.867	55	
دالة	18.351	0.890	27	المرونة
دالة	11.269	0.761	29	
دالة	13.530	0.809	32	
دالة	8.977	0.630	36	
دالة	5.138	0.470	39	
دالة	6.455	0.413	41	
دالة	19.078	0.878	49	
دالة	9.009	0.683	59	
دالة	17.473	0.867	48	
دالة	18.078	0.887	57	
دالة	9.009	0.693	58	
دالة	13.843	0.645	22	
دالة	8.137	0.635	29	
دالة	12.199	0.800	28	
دالة	12.812	0.799	42	
دالة	11.245	0.493	45	
دالة	10.340	0.732	53	
دالة	18.078	0.887	58	
دالة	9.009	0.683	64	
دالة	8.277	0.661	61	تقدير الذات وحل المشكلات
دالة	18.351	0.890	34	
دالة	11.269	0.761	40	
دالة	8.277	0.651	43	
دالة	13.527	0.809	56	
دالة	7.977	0.647	38	
دالة	5.148	0.470	65	
دالة	18.341	0.880	7	سرعة الأداء الحركي
دالة	8.267	0.641	65	
دالة	13.527	0.807	50	
دالة	7.967	0.627	61	

دالة	5.128	0.460	64
دالة	4.450	0.410	56
دالة	8.311	0.643	48
دالة	10.647	0.724	16

قيمة (ت) الجدولية = 1.98 درجة حرية = (138) ومستوى دلالة = (0.05)  
علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس: تم حساب معامل الارتباط ( بيرسون ) بين الدرجة الكلية للمقياس ودرجة المجال، وقد تم التأكد من دلالة معنوية الارتباط باستخدام اختبار (ت ر)، وقد ظهر بأن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً لأن القيم التائية المحسوبة لها أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.98) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (138)، والجدول (13) يبين ذلك. الجدول (13)  
يبين معامل الارتباط بين درجات المجالات والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الجسمي - الحركي وقيمة (ت ر)

الدالة الإحصائية	قيمة (ت ر) المحسوبة	معامل الارتباط	مجالات الذكاء الجسمي - الحركي
دالة	16.724	0.818	المواجهة الإيجابية
دالة	18.075	0.875	التوازن والتوافق الحركي
دالة	18.395	0.889	الرضا النفسي
دالة	17.309	0.898	المرونة
دالة	14.499	0.809	الدقة والتركيز والأدراك
دالة	16.485	0.807	تقدير الذات وحل المشكلات
دالة	17.350	0.818	سرعة الأداء الحركي

قيمة (ت) الجدولية = 1.98 عند درجة حرية = (138) ومستوى دلالة = (0.05)  
3-4-1-5 الخصائص السيكومترية للمقياس: يتطلب بناء المقياس توفر شروط أساسية ومهمة لضمان سلامة وعلمية بناء المقياس. ومن أهم تلك الشروط امتيازه بالصدق والثبات. وهذا ما تؤكد (دافيدوف)، إذ تشير إلى " أنه يجب أن يقيم مصممو الاختبارات الدليل على ثبات وصدق ادواتهم". (1)  
3-4-1-5-1 صدق المقياس: يعد الصدق من المؤشرات والمفاهيم الأساسية المهمة في تقويم ادوات القياس. ويعرف الصدق على أنه " الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع من أجله". (2) وقد اعتمد الباحث نوعان من الصدق للتأكد من صدق مقياسه وهما:

3-4-1-5-1-1 صدق المحتوى: يهدف هذا النوع من الصدق إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة أو الصفة المطلوب قياسها، وعمّا إذا كان الاختبار أو المقياس يقيس جانباً محدوداً من هذه الظاهرة أم يقيسها كلها. أي مدى مطابقتها محتواه لما يريد قياسه. ويستخدم في تحديده آراء الخبراء

(1) ليندال. دافيدوف. المصدر السابق، ص 538.

(2) زكريا محمد و(آخرون): مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان، مكتبة دار الثقافة للنشر، 1999، ص 133.

المختصين في المجال الذي يحاول الاختبار قياسه. (1) وقد تحقق هذا الصدق عندما عرض مقياس الذكاء الجسمي - الحركي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي وكرة السلة لإقرار صلاحية مجالاته الأساسية وكذلك صلاحية فقراته ومدى تمثيل هذه الفقرات للمجالات التي تقيسها. وبذلك تم حذف الفقرات غير الصادقة والابقاء على الفقرات الصادقة التي حصلت على تأييد اغلب الخبراء والمختصين، فضلا عن تعديل ودمج ونقل بعض الفقرات.

3-4-1-5-1-2 صدق التكوين الفرضي: ويسمى ايضا صدق البناء، وهو اكثر انواع الصدق تعقيدا كونه يعتمد على افتراضات نظرية يتحقق منها تجريبيا. (2) ويعرف بانه " المدى الذي يمكن به تفسير الاداء على الاختبار في ضوء بعض التكوينات الفرضية المعينة". (3) ولتحقيق صدق التكوين الفرضي استخدم الباحث الطرق الاتية:

اولا: المجموعتان المتطرفتان: ان قدرة الفقرات على التمييز بين اللاعبين الذين يمتلكون السمة والذين لا يمتلكونها تعد من المؤشرات الدالة على صدق البناء . وفي المقياس الحالي تم التحقق من ذلك عندما حسبت القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وباستخدام الاختبار التائي (t-test).

ثانيا: الاتساق الداخلي: يتحقق الاتساق الداخلي عندما تكون السمة او الصفة المقاسة تشتمل على اختبارات فرعية متعددة ، وحاصل جمع هذه الاختبارات الفرعية تعطي صورة عن درجة الاختبار ككل. وكلما كان معامل ارتباط درجات الاختبار الفرعية بالدرجة الكلية للاختبار عاليا دل ذلك على التناسق الداخلي للاختبار وبالتالي على صدق التكوين الفرضي. (1) وقد استخدم الباحث هذا المؤشر عندما استخرج معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

3-4-1-5-2 ثبات المقياس: الاختبار الثابت هو الذي له درجة عالية من الدقة والاتقان والاتساق والموضوعية فيما وضع لقياسه. (4) وان درجة الاختبار لا تتأثر بتغير العوامل او الظروف الخارجية، وهذا يعني دلالة الاختبار على الاداء الفعلي او الحقيقي للفرد مهما تغيرت الظروف. (5) وللتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحث الطرائق الاتية:

اولا: طريقة التجزئة النصفية: تعد طريقة التجزئة النصفية من اكثر الطرائق المستخدمة في البحوث التربوية والنفسية لإيجاد معامل الثبات كونها تتطلب تطبيق الاختبار مرة واحدة فقط، وامتيانها بالاقتصادية في الجهد والوقت. تعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب تعيين ثباته الى جزئين متكافئين بعد تطبيقه على مجموعة واحدة، وهناك عدة طرق لتجزئة الاختبار. فقد يستخدم النصف الاول من الاختبار مقابل النصف الثاني، او قد تستخدم الاسئلة ذات الارقام الفردية في مقابل الاسئلة ذات الارقام الزوجية. (1) وقد اعتمد الباحث بيانات افراد العينة الاساسية البالغة (140) لاعبا، اذ قسمت فقرات المقياس الـ(65) البالغ وسطها

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000 ، ص258.

(2) Cronbach, L.J. op. Cit , P . 105.

(3) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : 2000 ، المصدر السابق ، ص268.

(4) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : 2000 ، المصدر السابق ، ص271.

(5) محمد صبحي حسانين . المصدر السابق، ص193.

(6) سعد عبد الرحمن . القياس النفسي، ط1، الكويت ، مكتبة الفلاح، 1983، ص198.

(7) سعد عبد الرحمن . المصدر السابق، ص203.

الحسابي (311.2) درجة وانحرافها المعياري (9.11) درجة الى نصفين فقرات فردية وفقرات زوجية، وقد تم التحقق من تجانس درجات النصفين من خلال استخراج القيمة الفائية لهما، فقد بلغت قيمتها المحسوبة (1,10) درجة وعند مقارنتها بقيمة (ف) الجدولية عند درجتي حرية (138،138) ومستوى دلالة (0.05) البالغة (1.8) تبين عدم دلالتها الاحصائية وبذلك نكون قد تحققنا من تجانس درجات نصفي المقياس. ثم استخرج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين باستخدام طريقة بيرسون وبواسطة الحقيبة الاحصائية (spss). اذ بلغ معامل الارتباط (0.84). وحيث ان معامل الارتباط المستخرج يعني الثبات لنصف الاختبار فقط ، ولأجل الحصول على ثبات كامل الاختبار تم تطبيق معادلة سبيرمان - براون وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار (0.91) وهو مؤشر عال لثبات الاختبار.

ثانيا: طريقة الاتساق الداخلي (الفارونباخ) : تعد من اكثر مقاييس الثبات شيوعا واكثرها ملائمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج . اذ تعتمد فكرة هذه الطريقة على مدى ارتباط الفقرات مع بعضها البعض داخل المقياس وكذلك ارتباط كل فقرة مع المقياس ككل . فقد طبقت المعادلة على افراد العينة الاساسية البالغة (115) لاعبا باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) وظهر ان قيمة معامل الثبات تساوي (0.83) وهو مؤشر عال للثبات

**3-4-1-6 الخطأ المعياري للمقياس:** يعد الخطأ المعياري للمقياس مؤشر من مؤشرات دقة المقياس ، ويستخدم في تفسير نتائج القياس ، لأنه يبين مدى اقتراب درجة الفرد في المقياس من الدرجة الحقيقية (2) ، كما يعد من المؤشرات الاحصائية الهامة التي تستخدم لوصف ثبات الاختبار واقرار مدى كفاية او صلاحية هذا الثبات، اذ ان العلاقة بين الثبات والخطأ المعياري علاقة عكسية، فكلما زاد معامل ثبات الاختبار كلما نقص الخطأ المعياري والعكس صحيح. لهذا فان معاملات الثبات العالية لها اخطاء صغيرة في درجات الاختبار، كما تتميز معاملات الثبات المنخفضة بالأخطاء الكبيرة. (1) ويتطبيق المعادلة بلغت درجة الخطأ المعياري (3.44) باستخدام معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية. في حين بلغت درجة الخطأ المعياري (4.21) باستخدام معامل الثبات بطريقة الفارونباخ. وتعد هذه القيم منخفضة ومقبولة. وبناء على ذلك فان الدرجة الحقيقية للاعب على مقياس الذكاء الجسمي - الحركي هي الدرجة التي يحصل عليها + درجة الخطأ المعياري. وبانتهاء الاجراءات السابقة التي اتبعت لبناء المقياس يكون الباحث قد حقق هدف بحثه الاول وهو بناء مقياس الذكاء الجسمي - الحركي لدى لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة في العراق.

#### 4- إجراءات تقنين المقياس:

##### 4-1 التقنين:

أصبحت الحاجة كبيرة وملحة الى اختبارات مقننة في الوقت الحاضر وخاصة في المجال الرياضي لأنها تعود على كل من المربي الرياضي والمدرّب بالفائدة العظيمة، فالاستدلال على مستوى اللاعبين لا يمكن ان يتم دون اختبار، فالمنهاج الناجح للاختبار المؤدي الى اهدافه يجب ان يبنى ويخطط بالصورة التي تحقق غرضا موضوعيا معينا. كما يجب ان يتم بالوضوح الكافي بالنسبة لجميع الأطراف المعنية به، أي المنظمين للاختبار

(2) حازم علوان . بناء مقياس لمفهوم الذات وتقنيته لدى لاعبي كرة اليد، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد،

2001، ص 71-72.

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : 2000 ، المصدر السابق ، ص 295،293.

علاوة على اللاعبين الذين سيجري عليهم الاختبار.<sup>(1)</sup> فعملية تقنين الاختبار تعد المرحلة الأخيرة من مراحل بناء الاختبار والتي يقصد بها " وضع شروط موحدة لتطبيق الاختبار على جميع الأفراد، كما يتضمن طريقة موحدة في تفويم هذه الاستجابة."<sup>(2)</sup> ان إجراء عملية التقنين تساعد على تحقيق الاتصال بين الباحثين بحيث يستطيع الباحث أن يقارن بين نتائجه ونتائج زملائه الذين يتناولون المشكلات نفسها بالدراسة. لذلك يفضل الباحثون استخدام الاختبارات المقننة بل ويبدلون بهذا كغيره في سبيل تقنين اختباراتهم من أجل تحقيق ذلك الاتصال فيما بينهم.<sup>(3)</sup> وعلى هذا الأساس، وتحقيقاً لهدف البحث الثاني جاءت اجراءات التقنين في هذا الباب على النحو الآتي:

#### 4-1-1 تطبيق المقياس:

طبق مقياس الذكاء الجسمي - الحركي على عينة التقنين المشار إليها سابقاً وبالغاة (250) لاعبا يمثلون لاعبي أندية الدرجتين الأولى والممتازة لكرة السلة في العراق من قبل الباحث والفريق المساعد<sup>(\*)</sup> وعن طريق الاتصال المباشر مع اللاعبين، للمدة من 2017/3/13 ولغاية 2017/4/10 . وقد أكد الباحث على ضرورة قراءة تعليمات وفقرات المقياس بدقة والإجابة عن جميع الفقرات بصدق وأمانة. وقد تراوح زمن الإجابة على فقرات المقياس بين (8-15) دقيقة، بمعدل (11.5) دقيقة.

4-1-2 موضوعية الاستجابة: اتبع الباحث الأسلوب نفسه الذي استخدمه في حساب درجة الدقة بعد تطبيق التجربة الأساسية في عملية بناء المقياس ، وذلك من خلال حساب المجموع الجبري للفروق المطلقة بين اجابة اللاعب على الفقرات الأصلية وهي (6،24،11) واجابته على الفقرات المكررة البالغة ثلاث فقرات وهي (31،30،29) حيث تراوحت درجات الدقة لأفراد العينة بين (صفر-8) درجات بمتوسط حسابي مقداره (2.73) درجة وانحراف معياري مساو لـ (2.41) درجة. وبذلك تكون الدرجة المحكية الناتجة من جمع الوسط الحسابي والانحراف المعياري (5.14) درجة. وعلى أساس هذا المحك استبعدت (20) استمارة اجابة لتجاوز درجة الدقة فيها عن مستوى درجة المحك وبذلك استبقيت (230) استمارة اجابة اعتمد عليها في اشتقاق المعايير.

4-1-3 تصحيح المقياس: بغية الحصول على الدرجة الكلية لكل لاعب من لاعبي عينة التقنين. فقد اتبع الباحث الاجراءات نفسها في تصحيح المقياس المتبعة في تجارب المقياس السابقة بموجب مفتاح التصحيح الذي اعد لذلك. اذ حسبت الدرجة الكلية لـ (230) استمارة اجابة على اساس مجموع اوزان الاجابات على فقرات المقياس البالغة (65) فقرة (اهملت الفقرات المكررة التي تقيس دقة الإجابة وعددها 3 فقرات). وقد تراوحت الدرجات الكلية للاعبين عينة التقنين بين (65-114) درجة بمتوسط حسابي مقداره (169.45) درجة وانحراف معياري (5.32) درجة. وهي اعلى من المتوسط النظري البالغ (162.5) درجة

(1) احمد خاطر وعلي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، ط4، القاهرة ، دار الكتاب الحديث، 1996، ص30.

(2) Anastasi ، A . Psychological testing. 4<sup>th</sup>. Ed.newyork: Macumillan, 1976. P. 148.

(3) علي مهدي كاظم . المصدر السابق ، ص125 .

(\*) تكون الفريق المساعد من السادة المدرجة اسمائهم في ادناه:

1- السيد حيدر علي / طالب ماجستير / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة كربلاء  
2- السيد محمد رضا / حكم درجة اولى بكرة السلة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة كربلاء

(\*) مما يشير الى امتلاك لاعبي الدرجتين مستوى عال نسبيا من الذكاء الجسمي - الحركي والجدول (14)

يبين ذلك

الجدول (14)

يبين فئات الدرجات وتكراراتها لعينة التقنيين

التكرارات	فئات الدرجات
10	65 - 69
13	70 - 74
10	75 - 79
20	80 - 84
46	85 - 89
43	90 - 94
43	95 - 99
32	100 - 104
13	105 - 109
صفر	110 - 114
230	المجموع للدرجة الكلية
169.45	الوسط الحسابي
5.32	الانحراف المعياري
0.53	الخطأ المعياري

بما ان المفاهيم النفسية تتوزع اعتداليا بين الأفراد، فان امكانية تعميم النتائج تكون محدودة اذا كان توزيع الدرجات غير اعتدالي.<sup>(1)</sup> لذا فقد تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والمنوال ومعامل الالتواء ومعامل التفلطح لمعرفة مدى قرب أو بعد الدرجات من التوزيع الطبيعي . والجدول (15) يبين الوسائل الاحصائية والدرجات لعينة التقنيين

(\*) معادلة الوسط النظري تساوي اعلى درجة يمكن الحصول عليها زائد اقل درجة تقسيم (2) ( أعلى درجة تساوي عدد الفقرات مضروبة في اعلى درجة ضمن البدائل ) ، ( اقل درجة تساوي عدد الفقرات مضروبة في اقل درجة ضمن البدائل ) وبهذا يكون الوسط النظري (162.5) .

(1) علي مهدي كاظم . المصدر السابق ، ص137.

الدرجة	الوسيلة الاحصائية
169.45	الوسط الحسابي
5.32	الانحراف المعياري
0.53	الخطأ المعياري
89	الوسيط
93 . 86	المنوال
0.063-	معامل الالتواء
0.760-	معامل التفلطح

يتبين من الدلائل الاحصائية لدرجات عينة التقنيين ان الدرجات تتوزع قريبا من التوزيع الطبيعي مما يعطي لنا امكانية تعميم النتائج على مجتمع البحث . فقد كانت قيم الوسط الحسابي والوسيط والمنوال متقاربة ، فضلا عن ان معاملات الالتواء والتفلطح قليلة " اذ ان معاملات الالتواء كلما كانت قليلة أو قريبة من الصفر فان شكل التوزيع التكراري للدرجات سيكون قريبا من التوزيع الطبيعي".<sup>(1)</sup> كذلك فان معظم مصممي الاختبارات و المقياس (معيارية المرجع) ينشدون تطبيق نموذج التوزيع الطبيعي لأسباب عديدة من بينها ان كثيرا من الوسائل الاحصائية المستخدمة تفترض بأن الدرجات تتوزع توزيعا طبيعيا أو قريبا منها.<sup>(2)</sup>

**4-1-4 تحليل فقرات المقياس:** للتأكد من صلاحية فقرات المقياس وقدرتها على التمييز اتبع الباحث اسلوبين أولا: المجموعتان المتطرفتان: بعد تصحيح اجابات اللاعبين على مقياس الذكاء الجسمي - الحركي، وتحديد الدرجة الكلية لكل لاعب ولغرض اجراء التحليل تم ترتيب الدرجات تنازليا ثم اختيرت نسبة (27%) العليا والدنيا من الدرجات لتمثيل المجموعتين المتطرفتين وعلى هذا الأساس ضمت كل مجموعة طرفية (115) لاعبا تراوح مدى الدرجات للمجموعة العليا بين (96 - 114) درجة، في حين تراوح مدى الدرجات للمجموعة الدنيا بين (65 - 81) درجة. ولغرض حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس البالغة (65) فقرة استخدم الاختبار التائي (t - test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss). وعدت القيمة التائية الدالة احصائيا مؤشرا لتمييز الفقرات. والجدول (16) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ودلالاتها في حساب القوة التمييزية

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (t) المحسوبة	قوة الفقرة التمييزية
	س	ع	س	ع		
1	4	صفر	1.52	0.502	55.12	مميزة
2	4	صفر	1.57	0.497	54.41	مميزة
3	4	صفر	1.42	0.495	58	مميزة
4	4	صفر	1.43	0.497	57.67	مميزة
5	4	صفر	1.66	0.475	54.8	مميزة

<sup>(1)</sup> جورج فيركوس . التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس ، (ترجمة هناء العكيلي) ، بغداد ، دار الحكمة ، 1991 ، ص98-

(2) Anastasi , A. Psychological testing, 5<sup>th</sup> Ed, New York: Macmillan , 1982 . p . 198.

مميزة	38.66	0.629	1.81	صفر	4	6
مميزة	47.69	0.531	1.73	صفر	4	7
مميزة	33.13	0.680	1.98	صفر	4	8
مميزة	32.31	0.703	1.96	صفر	4	9
مميزة	33.19	0.703	1.90	صفر	4	10
مميزة	32.66	0.715	1.90	صفر	4	11
مميزة	36.15	0.663	1.85	صفر	4	12
مميزة	32.15	0.726	1.90	صفر	4	13
مميزة	53.32	0.483	1.69	صفر	4	14
مميزة	54.85	0.501	1.53	صفر	4	15
مميزة	54.98	0.501	1.52	صفر	4	16
مميزة	56.53	0.500	1.46	صفر	4	17
ممييزة	50.20	0.510	1.70	صفر	4	18
مميزة	54.47	0.498	1.56	صفر	4	19
مميزة	54.43	0.494	1.59	صفر	4	20
مميزة	54.35	0.489	1.61	صفر	4	21
مميزة	27.9	0.740	2.05	صفر	4	22
مميزة	33.81	0.706	1.85	صفر	4	23
مميزة	33.61	0.663	2.00	صفر	4	24
مميزة	38.3	0.645	1.78	صفر	4	25
مميزة	35.16	0.695	1.81	صفر	4	26
مميزة	38.43	0.600	1.93	صفر	4	27
مميزة	55.96	0.456	1.71	صفر	4	28

مميزة	55.12	0.502	1.52	صفر	4	29
مميزة	54.41	0.497	1.57	صفر	4	30
مميزة	58	0.495	1.42	صفر	4	31
مميزة	57.67	0.497	1.43	صفر	4	32
مميزة	54.8	0.475	1.66	صفر	4	33
مميزة	38.66	0.629	1.81	صفر	4	34
مميزة	47.69	0.531	1.73	صفر	4	35
مميزة	33.13	0.680	1.98	صفر	4	36
مميزة	32.31	0.703	1.96	صفر	4	37
مميزة	33.19	0.703	1.90	صفر	4	38

مميزة	32.66	0.715	1.90	صفر	4	39
مميزة	36.15	0.663	1.85	صفر	4	40
مميزة	32.15	0.726	1.90	صفر	4	41
مميزة	53.32	0.483	1.69	صفر	4	42
مميزة	54.85	0.501	1.53	صفر	4	43
مميزة	54.98	0.501	1.52	صفر	4	44
مميزة	56.53	0.500	1.46	صفر	4	45
ممييزة	50.20	0.510	1.70	صفر	4	46
مميزة	54.47	0.498	1.56	صفر	4	47
مميزة	54.43	0.494	1.59	صفر	4	48
مميزة	54.35	0.489	1.61	صفر	4	49
مميزة	27.9	0.740	2.05	صفر	4	50
مميزة	33.81	0.706	1.85	صفر	4	51
مميزة	33.61	0.663	2.00	صفر	4	52
مميزة	38.3	0.645	1.78	صفر	4	53
مميزة	35.16	0.695	1.81	صفر	4	54
مميزة	38.43	0.600	1.93	صفر	4	55
مميزة	55.96	0.456	1.71	صفر	4	56

مميزة	55.12	0.502	1.52	صفر	4	57
مميزة	54.41	0.497	1.57	صفر	4	58
مميزة	58	0.495	1.42	صفر	4	59
مميزة	57.67	0.497	1.43	صفر	4	60
مميزة	54.8	0.475	1.66	صفر	4	61
مميزة	38.66	0.629	1.81	صفر	4	62
مميزة	47.69	0.531	1.73	صفر	4	63
مميزة	33.13	0.680	1.98	صفر	4	64
مميزة	32.31	0.703	1.96	صفر	4	65

قيم ( t ) الجدولية = 1.97

درجة الحرية = 133

مستوى الدلالة = 0.05

من خلال ملاحظة الجدول (14) يتبين لنا ان القيم التائية المحسوبة تراوحت بين (27.9-58) وعند مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (133) ومستوى دلالة (0.05) وبالبالغة (1.97) تبين ان جميع فقرات المقياس مميزة.

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الاتساق الداخلي من خلال ايجاد ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون وبواسطة الحقيبة الاحصائية (spss) فقد تراوحت معاملات الارتباط المحسوبة بين (0.165-0.503) وعند مقارنتها مع القيمة العشوائية العظمى لمعامل الارتباط وبالغلة (0.098) درجة تبين ان جميع الفقرات دالة احصائيا وكما مبين في الجدول (17).

الجدول (17)

يبين معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

معامل الارتباط	ت الفقرة	معامل الارتباط	ت الفقرة	معامل الارتباط	ت الفقرة
0.406	21	0.291	11	0.334	1
0.386	22	0.345	12	0.333	2
0.371	23	0.259	13	0.337	3
0.457	24	0.354	14	0.358	4
0.423	25	0.320	15	0.322	5
0.356	26	0.252	16	0.259	6
0.503	27	0.165	17	0.378	7
0.471	28	0.332	18	0.392	8
0.320	29	0.297	19	0.453	9
0.345	30	0.276	20	0.391	10

0.406	41	0.291	11	0.334	31
0.386	42	0.345	12	0.333	32
0.371	43	0.259	13	0.337	33
0.457	44	0.354	14	0.358	34
0.423	45	0.320	15	0.322	35
0.356	46	0.252	16	0.259	36
0.503	47	0.165	17	0.378	37
0.471	48	0.332	18	0.392	38
0.320	49	0.297	19	0.453	39
0.345	50	0.276	20	0.391	40

0.406	61	0.291	11	0.334	51
0.386	62	0.345	12	0.333	52

0.371	63	0.259	13	0.337	53
0.457	64	0.354	14	0.358	54
0.423	65	0.320	15	0.322	55
		0.252	16	0.259	56
		0.165	17	0.378	57
		0.332	18	0.392	58
		0.297	19	0.453	59
		0.276	20	0.391	60

القيمة الجدولية = 0.098

درجة الحرية = 228

مستوى الدلالة = 0.05

4-1-5 الخصائص السيكومترية للمقياس: ان من اهم الخصائص التي يجب ان تتوفر في المقياس هو الصدق والثبات وقد اثبت الباحث خصائص مقياسه كالآتي:

4-1-5-1 صدق المقياس: يعد الصدق من اهم شروط الاختبار الجيد، ويشير الى جودة الاختبار كأداة لقياس ما وضع اصلا لقياسه. وقد تحقق الباحث من صدق المقياس في مرحلة التقنين من خلال استخدامه لاسلوبى المجموعتين المتطرفتين، ومعامل الاتساق الداخلي وهما من مؤشرات صدق البناء . فقد تم التحقق من مؤشر المجموعتين المتطرفتين من خلال حساب القوة التمييزية لل فقرات باستخدام الاختبار التائي ، وقد تبين من خلاله ان جميع الفقرات مميزة وكما مبين في الجدول السابق. في حين تم التحقق من مؤشر الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات اللاعبين عن كل فقرة ودرجاتهم الكلية في المقياس ، وبناء على ذلك عد المقياس صادقا لأن جميع فقراته دالة احصائيا وكما مبين في الجدول السابق.

4-1-5-2 ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقتي التجزئة النصفية، والاتساق الداخلي (الفكرونباخ) وكالآتي:

أولاً: طريقة التجزئة النصفية: اعتمد الباحث لاستخراج الثبات وفق هذه الطريقة على بيانات تجربة التقنين الأساسية لـ (230) لاعبا، اذ قسمت فقرات المقياس الى نصفين فقرات فردية وفقرات زوجية، ولأجل التأكد من تجانس درجات النصفين تم استخراج القيمة الفائية لهما اذ بلغت قيمة (ف) المحسوبة (1.08) درجة وعند مقارنتها بقيمتها الجدولية عند درجتى حرية (229،229) ومستوى دلالة (0.05) البالغة (1.13) تبين انها غير دالة احصائيا، وبذلك تحقق التجانس. ثم استخراج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين باستخدام طريقة بيرسون، فقد بلغ معامل الارتباط (0.697) وحيث ان معامل الارتباط المستخرج يعنى الثبات لنصف الاختبار فقط (كما أشرنا سابقا) ، ولأجل الحصول على ثبات كامل الاختبار تم تطبيق معادلة سبيرمان - براون ، وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار (0.82) وهو مؤشر ثبات عال.

ثانياً: طريقة الاتساق الداخلي (الفكرونباخ) : تم استخراج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة الفكرونباخ على افراد عينة التقنين الأساسية البالغة (230) لاعبا باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) اذ تبين ان قيمة معامل الثبات تساوي (0.85) وهو مؤشر ثبات عال.

4-1-6 الخطأ المعياري: الخطأ المعياري هو انحراف معياري متوقع لنتيجة أي شخص يجري اختباره وقد تم استخراج الخطأ وتطبيق المعادلة السابقة بلغت درجة الخطأ المعياري (4.82) باستخدام معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية ، في حين بلغت درجة الخطأ المعياري (5.45) باستخدام معامل الثبات بطريقة الفاكرونباخ. وتعد هذه القيم منخفضة ومقبولة .

4-1-7 المعالجات الإحصائية للمتغيرات المرتبطة بعينة اشتقاق المعايير: تستخدم المعايير عادة لتفسير درجة فرد او مجموعة افراد ينبغي ان يحملوا خصائص عينة التقنين ذاتها. لذلك نجد ان بعض المقاييس لها معايير متعددة ، فقد تكون لها معايير على المستوى القومي، او على المستوى المحلي، او قد تشتق معايير لفئات يصنف اليها المجتمع الواحد ليتم انساب المفحوص الى الاصل الاحصائي الذي ينتمي اليه وبذلك يكون الحكم على ادائه اقرب الى العدالة. (1) لذلك استخدم بعض الباحثين الاحصاء لمعرفة ما اذا كانت الفئات الفرعية في عينة اشتقاق المعايير تنتمي كلها الى مجتمع احصائي واحد ام تختلف احصائيا. (2) والباحث استخدم النهج نفسه في هذا الباب ، اذ ان عينة التقنين تتضمن فئتين اساسيتين هما لاعبي الدرجة الأولى ولاعبي الدرجة الممتازة لكرة السلة، لذا فقد استخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في الذكاء الجسمي - الحركي بين لاعبي الدرجتين لأجل التأكد من انهما ينتميان الى مجتمع احصائي واحد ام لا وكما مبين في الجدول (18).

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لنتائج لاعبي الدرجتين

(عينة التقنين)

قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	الدرجة الممتازة			الدرجة الاولى		
		ن	ع	س	ن	ع	س
1.97	1.250	125	11.37	87.10	125	11.36	88.43

درجة الحرية = 228

مستوى الدلالة = 0.05

من خلال ملاحظة الجدول (16) يتبين لنا انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي الدرجتين الاولى والممتازة في الذكاء الجسمي - الحركي، اذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (1.250) وهي اقل من قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (248) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (1.97) وهذا يدل على ان لاعبي عينة التقنين هم من مجتمع احصائي واحد وبذلك تشتق لهم معايير موحدة.

4-1-8 المعايير: تعد المعايير اساسا لتفسير درجة الفرد على مقياس او اختبار ما في ضوء الاداء الفعلي للأفراد الاخرين الذي ينتمي اليهم هذا الفرد لتعطي مقاييس قابلة للمقارنة بين الافراد او بين

(1) فؤاد ابو حطب وآمال مختار : المصدر السابق ، ص192.

(2) علي مهدي كاظم . بناء مقياس مقنن لسمات شخصية طلبة المرحلة الاعدادية في العراق، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية - ابن رشد ، جامعة بغداد ، 1994 ، ص149-150.

الاختبارات. (1) فالدرجة الخام التي يحصل عليها اللاعب في المقياس او الاختبار ليس لها معنى بحد ذاتها ولأيمكن تفسيرها الا بمقارنتها بمعيار معين ، وبذلك تعتمد المعايير كجداول تستخدم لتفسير درجات الاختبار لتسهل على المدرب استخدامها لتدله عما اذا كانت درجات اللاعبين في المستوى المتوسط او فوق المتوسط او اقل من المتوسط بالنسبة لعينة التقنين التي استخدمت في بناء المعايير... وبذلك توفر لنا اساسا للمقارنة، لذا تعد المعايير احدي الاهداف الاساسية التي تهدف اليها عملية تقنين الاختبارات. (2) فالمعايير اذن هي قيم تمثل اداء مجتمع خاص في اختبار معين. وتستخدم كلمة (المعايير) كثيرا في مجال القياس التربوي الرياضي ، وهي تستخدم في بعض الاحيان كمرادف لكلمة (معدل او متوسط) وفي احيان اخرى تستخدم للإشارة الى متوسطات درجات مجموعة خاصة من الناس يطلق عليها مجموعة التقنين او المجموعة المرجعية. (3) وهناك عدة شروط يجب مراعاتها عند استخدام المعايير وهي: (4)

1- أن تكون المعايير حديثة.

2- أن تكون عينة التقنين ممثلة للمجتمع الأصلي.

3- أن تكون المعايير مناسبة للاستخدام (الصلاحية).

4- أن تكون الشروط الخاصة بتطبيق الاختبار واضحة.

4-1-8-1 اشتقاق معايير المقياس: تعد عمليات اشتقاق المعايير من الخطوات التجريبية التي تمر بها عملية تقنين المقياس بصورته النهائية وذلك من خلال تطبيقه على عينة ممثلة للمجتمع. وتشير ادبيات القياس التربوي والنفسي الى وجود عدة انواع من المعايير ، فنجد الدرجات المعيارية والتائية والمئينيات والرتبة المئينية والجيمية والتساعية ---- الخ. وعلى الرغم من تعددها الا انها طرائق مختلفة للتعبير عن شيء واحد. (1) وتعد الدرجات المعيارية (التائية) صورة افضل لتحويل الدرجات الخام لأنها تعبر عن بعد الدرجة الخام التي يحصل عليها اللاعب عن المتوسط مقسوما على الانحراف المعياري . وبذلك فهي تحتفظ بالعلاقات العددية الدقيقة للدرجات الخام الاصلية . ولهذه المميزات يتزايد استخدام هذا النوع من المعايير في الاختبارات والمقاييس. (2) ولما كانت درجات افراد عينة اشتقاق المعايير في مقياس الذكاء الجسمي - الحركي تتوزع توزيعا قريبا من التوزيع الطبيعي، لذا ارتأى الباحث تحديد معايير مقياسه بطريقة الدرجة التائية المعدلة (ثورندايك) بأسلوب التتابع علما ان الوسط الحسابي لأفراد العينة يساوي (88.66) درجة ، والانحراف المعياري يساوي (9.32) درجة . والجدول (19)

يبين الدرجات التائية المعدلة للدرجات الخام لأفراد عينة اشتقاق المعايير

الدرجة التائية المعدلة	الدرجة الخام
8	121.87

(1) فؤاد ابو حطب وآمال مختار : المصدر السابق ، ص 180-181.

(2) مروان عبد المجيد ابراهيم . الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999 ، ص 40.

(3) عامر سعيد . المصدر السابق ، ص 84.

(4) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : 2000 ، المصدر السابق ، ص 300-301.

(1) روبرت ثورندايك واليزابيث هيجن : القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، (ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس) ، عمان ، مركز الكتب الاردني ، 1989 ، ص 138.

(2) Anastasi , A.(1982) op. Cit , p.78.

110.5	7
99.13	6
87.76	5
76.39	4
65.2	3
53.65	2

4-1-8-2 وضع مستويات معيارية للمقياس : يشير المستوى المعياري الى المستوى الذي يجب ان يصله الافراد المختبرين لكي تعد اجاباتهم مقبولة .<sup>(1)</sup> أي انها معلومات تدلنا على ما يجب ان يؤديه الافراد في الاختبار ، وهي بذلك تختلف عن المعايير ذلك ان المعايير معلومات تدلنا على كيفية الاداء الفعلي للأفراد .<sup>(2)</sup> لذا وتحقيقا لهدف البحث قام الباحث بوضع مستويات معيارية للذكاء الجسمي - الحركي في المقياس الحالي مستخدما منحنى التوزيع الطبيعي على اساس النسب المئوية. فقد تم ذلك من خلال اضافة درجة الانحراف المعياري البالغة (9.32) درجة الى الوسط الحسابي لدرجات عينة التفتين البالغ (88.66) درجة ولكل مستوى باتجاه المستويات العليا ، وطرح درجة الانحراف المعياري من الوسط الحسابي لدرجات العينة باتجاه المستويات الواطنة وذلك وفقا لقانون ثورنडाيك. وبذلك تم وضع ستة مستويات معيارية للمقياس وكما مبين في الجدول (20) يبين المستويات والدرجات المعيارية وحدودها بالدرجات الخام ودلالاتها في المقياس

المستوى	الدرجة المعيارية	حدودها بالدرجات الخام	دلالاتها في المقياس
الاول	8-7	121.87-110.51	جيد جدا
الثاني	7-6	110.5-99.14	جيد
الثالث	6-5	99.13-87.77	متوسط
الرابع	5-4	87.76-76.39	مقبول
الخامس	4-3	76.38-65.03	ضعيف
السادس	3-2	65.02-صفر	ضعيف جدا

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 5-1 الاستنتاجات : توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية:

- 1- تم التوصل الى مقياس الذكاء الجسمي - الحركي لدى لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة في العراق بأسلوب تحليلي وموضوعي.
- 2- قطن مقياس الذكاء الجسمي - الحركي على لاعبي اندية الدرجتين الاولى والممتازة بكرة السلة في العراق من خلال اشتقاق معايير الدرجة الثانية المعدلة لدرجات اللاعبين على المقياس.

(1) صلاح الدين محمود علام . المصدر السابق ، ص 261 .

(2) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : 2000 ، المصدر السابق ، ص 301 .

- 3- لا توجد فروق معنوية في الذكاء الجسمي - الحركي بين لاعبي اندية الدرجتين الأولى والممتازة بكرة السلة في العراق.
- 4- ان مستوى الذكاء الجسمي - الحركي مرتفع نسبيا عند لاعبي الدرجتين الأولى والممتازة مقارنة بالوسط النظري للمقياس
- 2-5 التوصيات: استنادا الى نتائج البحث يوصي الباحث بالاتي :
- 1- استخدام المقياس الحالي من قبل المدربين للكشف الدوري عن مستوى الذكاء الجسمي - الحركي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة السلة في التدريب والمنافسة.
- 2- الافادة من المقياس كأداة بحث موضوعية من قبل الباحثين واستخدامه في بحوثهم ودراساتهم.
- 3- ضرورة اطلاع المدربين على اهمية ودور مفهوم الذكاء الجسمي - الحركي في المجال الرياضي، وتأثيره على مستوى انجاز واداء اللاعبين في التدريب والمنافسة لأجل العمل على تطويره لدى لاعبيهم .
- 4- استخدام معايير مقياس الذكاء الجسمي - الحركي لغرض انتقاء لاعبي كرة السلة المتقدمين.
- 5- اجراء دراسات مشابهة لبناء وتقنين مقياس الذكاء الجسمي - الحركي للفئات الأخرى (الناشئين والشباب) ، وكذلك للاعبين كرة السلة.
- 6- اجراء دراسة مشابهة لبناء وتقنين مقياس الذكاء الجسمي - الحركي في الألعاب الأخرى (الفردية والفرقية).

#### المصادر

- ابراهيم احمد سلامة . مناهج البحث في التربية البدنية ، القاهرة ، دار المعارف ، 1980.
- اميرة حنا مرقس . بناء وتقنين مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001.
- احمد عوده . القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط 2، عمان ، دار الامل للنشر والتوزيع، 1998.
- احمد خاطر وعلي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، ط4، القاهرة ، دار الكتاب الحديث، 1996.
- عزيز سمارة و(آخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان، دار الفكر، 1989.
- خير الدين عويس . دليل البحث العلمي، القاهرة ، دار الفكر العلمي العربي، 1999
- صلاح الدين محمود . القياس والتقويم التربوي والنفسي ، ط10، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000
- حازم علوان . بناء مقياس لمفهوم الذات وتقنيته لدى لاعبي كرة اليد، اطروحة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001.
- زكريا محمد و(آخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان، مكتبة دار الثقافة للنشر، 1999.
- محمد حسن علاوي . علم النفس الرياضي، ط9 ، القاهرة، دار المعارف، 1994
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- هوارد جارنر : علاقة الذكاءات بأداء التمارين ، منشورات على شبكة الأنترنت ، 2005
- مطانيوس ميخائيل . القياس والتقويم في التربية الحديثة ، دمشق، منشورات جامعة دمشق، 1996.
- صابر عبدالله الزبياري . الخصائص السيكو مترية لأسلوب المواقف اللفظية والعبارات التقديرية في مقاييس الشخصية، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية - ابن رشد، جامعة بغداد ، 1997.

صفوت فرج . القياس النفسي ، ط 1 ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1980.  
 روجيه بيرون، الاستخدام الذكي لاختبارات الذكاء ، ، ترجمة فؤاد البهي السيد ،مجلة العلم والمجتمع ، ع 8 ،  
 1972

سليمان الخضري ،سيكولوجية الفروق الفردية في الذكاء، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2008  
 جابر عبد الحميد جابر ،الذكاء ومقاييسه ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1972 .  
 مقدم عبد الحفيظ ،الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، الجزائر ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1993 .  
 خولة احمد حسن، بناء وتقنين مقياس للذكاء الجسمي – الحركي على طلبة كليات وأقسام كلية التربية  
 الرياضية في العراق. أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات ، 2006 .

ذوقان عبيدات، أساليب الكشف عن الذكاءات – بروفييل الذكاء ، منشور على شبكة الانترنت 2005  
 روبرت ثورندايك واليزابيث هيجن : القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، (ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد  
 الرحمن عدس) ، عمان، مركز الكتب الاردني ، 1989، ص138 .  
 علي مهدي كاظم . بناء مقياس مقنن لسماات شخصية طلبة المرحلة الاعدادية في العراق، اطروحة دكتوراه  
 غير منشورة ، كلية التربية – ابن رشد ، جامعة بغداد ، 1994 .  
 سعد عبد الرحمن . القياس النفسي، ط1، الكويت ، مكتبة الفلاح، 1983  
 مروان عبد المجيد ابراهيم . الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 1 ،  
 عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999  
 جورج فيركوس . التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس ، (ترجمة هناء العكيلي) ، بغداد ، دار الحكمة ،  
 1991، ص98-99 .  
 المصادر الاجنبية:

Anderson , V : using multiple intelligence to improve retention in foreign .

Language vocabulary study . ERIC – Document Reproduction service . 1998

Anastasi , A. Psychological testing , 5<sup>th</sup> Ed, New York: Macmillan , 1982

<http://www.queedom.com> Harems

، A . Psychological testing. 4<sup>th</sup>. Ed.newyork: Macumillan, 1976.

Anastasi

ملحق ( 1 )

فريق العمل المساعد

الاسم	مكان العمل
ا.د علي سموم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة المستنصرية
أ.م.د علي مطير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ميسان
ا.م.د علي مهدي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوفة

ا.م.د حبيب شاكر	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة المثنى
م.د عماد عودة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
م.د احمد عطشان	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ذي قار
م.د مازن نهير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة واسط
م.د كمال عيال	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ميسان
السيد حيدر علي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء
السيد محمد رضا م . العاب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء

## ملحق (2)

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استمارة استبيان مجالات مقياس الذكاء الجسمي - الحركي

الأستاذ الفاضل الدكتور .....المحترم :

تحية طيبة: يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ( بناء وتقنين مقياس الذكاء الجسمي - الحركي للاعبين المتقدمين في العراق بكرة السلة ) ولما نجده في رأي جنابكم الكريم الأثر البالغ والمهم في تحقيق المساعدة الفعالة له فقد حرص على أن يستشيركم إيماناً " منه بقدرتكم ومكانتكم العلمية في أن تحددوا له مجالات مقياس الذكاء الجسمي - الحركي المرفق طياً ، وذلك بوضع علامة صح ( ✓ ) أمام الصالح منها مع تأشير أهم الملاحظات المعنية بالتعديل والتغيير .

مع تقديرنا العالي لحضرتكم ، والله ولي التوفيق .

الاسم الثلاثي :

اللقب العلمي :

الباحث

تاريخ الحصول عليه :

محمد عبد الرضا سلطان

الاختصاص :

مكان العمل :

التاريخ :

الذكاء الجسمي - الحركي :- إمكانية الفرد في استخدامه حواسه الطبيعية لتحريك جسمه بشكل فاعل في الظروف الصعبة

الذكاء الجسمي - الحركي :- قدرة اللاعب على استخدام كامل الجسم او جزء منه للتعبير عن افكاره ومشاعره بكفاءة عالية للوصول الى حل مشكلة ما او صنع شيئا ما ، أي قدرة اللاعب على اداء المهارات الرياضية او الواجبات الرياضية .

### ملحق (2)

ت	المجالات	صالحة	غير صالحة	تحتاج تعديل
1	المواجهة الايجابية			
2	التوازن والتوافق الحركي			
3	الرضا النفسي			
4	المرونة			
5	الدقة والتركيز والأدراك			
6	تقدير الذات وحل المشكلات			
7	سرعة الأداء الحركي			

### ملحق ( 3 ) أسماء الخبراء

أ -الذين اجري معهم الباحث مقابلات شخصية.

ب-تحديد صلاحية مجالات مقياس الذكاء - الجسمي الحركي.

ج-تحديد صلاحية فقرات مقياس الذكاء - الجسمي الحركي.

ت	أسماء الخبراء	أ	ب	ج	الدرجة العلمية	التخصص	مكان عملهم
1	د. محمد جاسم الياسري	*	*	*	أستاذ	اختبارات قياس وتقويم	جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. ياسين علوان التميمي	*	*	*	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	د. عامر سعيد الخيكاني	*	*	*	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	د. أحمد عبد الحسين	*	*	*	أستاذ	علم النفس الشخصية والصحة النفسية	جامعة كربلاء / كلية التربية / قسم العلوم النفسية.
5	د. جمال صبري	*			أستاذ	تدريب -كرة سلة	جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	عايد حسين عبد الأمير	*			أستاذ	تدريب /سلة	جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	د.حيدر حسن اليعقوبي	*	*	*	أستاذ	علم النفس	جامعة كربلاء/كلية التربية/قسم

العلوم النفسية	التربوي	مساعد					
جامعة الكوفة / كلية التربية للبنات / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	*	*	*	د . حيدر ناجي حبش	8
جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	*	*	*	د. حيدر عبد الرضا	9
جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	*	*	*	د. علي حسين هاشم	10
جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس	أستاذ مساعد			*	د. حيدر سلمان	11
جامعة بابل / كلية التربية / علم النفس التربوي	علم النفس التربوي	أستاذ مساعد	*	*	*	د. حسين ربيع حمادي	12
جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب /سلة	أستاذ مساعد			*	د. قاسم محمد عباس	13
جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب /سلة	أستاذ مساعد				نصر حسين عبد الأمير	14
جامعة القادسية / كلية التربية / قسم العلوم النفسية	علم النفس التربوي	أستاذ	*	*	*	د. عبد العزيز حيدر	15
جامعة القادسية / كلية التربية / قسم العلوم النفسية	علم النفس التربوي	أستاذ	*	*	*	د . كاظم جبر الجبوري	16
جامعة كربلاء /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	*	*	*	د. أياد ناصر	17
جامعة كربلاء /كلية التربية الرياضية	اختبارات قياس وتقويم	أستاذ مساعد	*	*	*	د.حسن علي حسين	18
جامعة كربلاء /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	اختبارات قياس وتقويم	أستاذ مساعد	*	*	*	د. عزيز كريم	19
جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	اختبارات - سلة	مدرس			*	عدي عبد الحسين	20

#### ملحق ( 4 )

#### مقياس الذكاء الجسمي - الحركي الصيغة الاولى

ت	اسم الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي
1	ابدي تعاطفا واهتماما باللاعبين الآخرين				

2	نادرا ما أشعر بحسد وغيره اتجاه اللاعبين المتميزين
3	اتحمل المسؤولية كاملة في اللعب
4	استطيع ان اصحح أخطائي أثناء المباراة
5	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي أمام المنافس
6	استمتع بالحركات الرياضية الطائرة
7	ابتكر حركات رياضية جديدة في التدريب والمنافسة
8	امتاز بحركات بهلوانية أثناء التدريب والمباراة
9	أحب قضاء أعمالي بنفسي
10	أغامر في أدائي بعض الحركات أثناء المنافسة
11	أمارس الهوايات التي تغلب عليها الحركة وأتمكن من تغيير اتجاهاتي بسرعة ودقة
12	أستطيع التكيف بسرعة وبدقة مع المستجدات الرياضية
13	امتلك حدس عالي خلال اداء مهارة التصويب من القفز
14	أستطيع الاحتفاظ في ذهني بتكنيك مفصل عن الأداء
15	امتلك سرعة بديهية عالية لمواجهة المواقف من حولي
16	أستطيع كشف نوايا المقابل بمجرد رؤية حركة بسيطة من قبلة
17	لدي القدرة على إيجاد كافة الحلول للمشاكل التي تواجهني
18	أستطيع تغيير تفكيري بسرعة وحسب الظروف التي تواجهني
19	خلال الأداء أشعر بان جسمي مشدود وغير مرن كفاية
20	أستطيع أداء مهارة التصويب من القفز بمرونة عالية
21	أستطيع ثني ومد جسمي بسهولة
22	تزداد مرونتي بعد الإحماء الجيد.
23	أستطيع مد عضلاتي لأي حركة رياضية معين
24	أستطيع تحريك جسمي بمختلف الاتجاهات اثناء ادائي مهارة التصويب من القفز بدون الخوف من السقوط
25	أجد صعوبة في اتخاذ القرار المناسب بالحركة
26	أتحرك من حركة لأخرى في وقت واحد وبدرجة عالية من الانتباه
27	كلما ازدادت خبرتي يسهل علي إدراك أي حركة جده معقدة
28	حضور الآخرين لا يشتت انتباهي بل يساعدي نحو الأداء

				الجيد	
				أستطيع الاحتفاظ بانتباهي لمدة طويلة	29
				أستطيع تعلم مهارة جديدة وبدرجة انتباه مناسبة	30
				تشجيع زملائي يساعدني في أداء مهارة التصويب من القفز لكونها توازن عالي	31
				إننا من النوع الذي يؤدي مهارات التوازن الحركي بحرية	32
				أستطيع إتقان مهارة التصويب من القفز لكونها تتطلب توازن جسمي	33
				أجد صعوبة في أداء بعض المهارات التي تتطلب توازن الحركي المركب	34
				أستطيع المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لمهارة التصويب من القفز	35
				امتلك قدرات جيدة تؤهلني لأداء مهارة التصويب من القفز لكونها تتطلب التوازن الحركي	36
				أمتلك المهارة اللازمة لتغيير وضع جسمي عند السقوط لغرض امتصاص الصدمة وتجنبها	37
				أمتلك لقدرات جيدة تؤهلني لأداء المهارات التي تتطلب الانسياوية العالية	38
				أستطيع أن أؤدي المهارات المختلفة بتوافق جيد	39
				أدائي للمهارات الحركية يتحسن بزيادة الممارسة العملية لها	40
				عند أدائي للمهارات الحركية المتعددة فأنتني لا أجد صعوبة في أدائها	40
				أؤدي المهارات الحركية بانسيابية عالية	41
				أدائي للمهارات يكون أفضل عندما لا أكون أمام الآخرين	42
				أستطيع المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات الحركية	43
				تشجيع زملائي يدفعني الى أداء المهارات التي تتطلب التوازن العالي	44
				أنا من النوع الذي يؤدي مهارات التآزر الحركي بطلاقة	45
				أستطيع إتقان المهارات الحركية التي تتطلب توافق جسمي	46
				يصعب علي أداء بعض المهارات التي تتطلب الربط بين الحواس والحركة	47
				أستطيع التحرك بتوافق على ايقاعات موسيقية	48
				أستطيع استخدام أجزاء جسمي في وقت واحد عندما يتطلب	49

				الأمر الى ذلك	
				أركز كثيرا على تمارين الربط والتوافق بين الحواس والحركة	50
				يصعب علي إظهار قوة عضلاتي بصورة دائمة	51
				تزداد قوتي باستمرار عكس الكثير من زملائي	52
				أعتقد بأن عضلات جسمي تساعدني في أداء بعض الحركات	53
				أشعر أنني لن استطيع الأداء بأفضل ما عندي من قوة كلما ازدادت متطلبات الأداء	54
				استطيع الأداء جيدا في اختبارات لقياس القوة العضلية	55
				الرجاء للخشونة في أغلب الأحيان إذا كان زميلي متفوق علي في عنصر القوة	56
				استطيع أداء بعض المهارات الجديدة بشكل أسرع وأدق من زملائي	57
				بطئ حركتي يفقدني الكثير من مهارتي ودقتي أثناء أداء حركة جديدة	58
				يمكنني استعادة سرعتي ودقتي خلال أدائي للمهارات الجديدة بسهولة	59
				استطيع أن أعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد أدائي لمجهود بدني جديد وعنيف	60
				أتمكن من تغيير اتجاهاتي الحركية بسرعة ودقة	61
				خلال التعلم اشعر بأن جسمي مشدود وغير مرن كفاية	62
				استطيع تحريك جسمي بمختلف الاتجاهات وبكفاءة	63
				استطيع أداء بعض المهارات الحركية بمرونة عالية	64
				استطيع ثني ومد جسمي بمرونة	65
				تزداد مرونتي بعد الاحماء العالي	66
				أجد صعوبة في اتخاذ القرار الحاسم بالحركة عندما أواجه خيارات متعددة	67
				أتحرك من حركة لأخرى في وقت واحد وبدرجة عالية من الانتباه	68
				كلما ازدادت خبرتي يسهل علي أدراك أي حركة جديدة معقدة	69
				حضور الآخرين لا يشتت انتباهي بل يدفعني نحو الأداء الجيد	70
				الأحداث والموضوعات الرياضية تثير انتباهي	71
				استطيع الاحتفاظ بانتباهي لفترات طويلة	72
				اشعر بأنني متميز في أداء بعض المهارات التي تتطلب	73

				الانتباه والادراك	
				استطيع تعلم مهارة جديدة وبدرجة انتباه مناسبة	74
				استطيع تجميع أفكارى والانتباه على حدث واحد بسهولة	75
				أميل الى اتخاذ الأمور بجدية	76
				أصبح في حالة توتر وارتباك عندما أفكر أن زملائي أفضل مني	77
				أشعر بالاستقرار النفسي عندما أحقق المطلوب مني	78
				أشعر أنني أكاد أن أبكي وبشدة عند فشلي بالأداء	79
				استطيع التفاعل مع زملائي الجدد بسهولة	80
				استطيع إعطاء رد فعل سريع لموقف رياضي معين	81
				استطيع التكيف سريعاً مع المستجدات الرياضية	82
				استطيع احتمال المواقف المحبطة أو المحزنة وضبط أعصابي	83
				أشعر بالفطرة أنني أمتلك لقدراً جيداً من الذكاء الميداني أثناء أداء المهارات الصعبة المعقدة	84
				أمتلك لحاسة أو حدس عالي خلال الأداء	85
				استطيع الاحتفاظ في ذهني بتكنيك مفصل عن الأداء	86
				أمتلك سرعة بديهية عالية لمواجهة المواقف من حولي	87
				استطيع كشف نوايا المقابل بمجرد رؤية حركة بسيطة من قبلة	88
				لي القدرة على إيجاد كافة الحلول للمشاكل التي تواجهني	89
				استطيع تغيير تفكيري بسرعة وحسب الظروف	90
				اشغل الأماكن الأكثر خطورة بالملعب عند استحواذ زملائي على الكرة	91
				أركز انتباهي على تحركات الخصم المكلف بمراقبته أينما وجد	92
				استطيع تصور تشكيل الأشكال الهندسية بسرعة كبيرة	93
				اهتم بتناسق ألوان التجهيزات الرياضية التي ألبسها	94
				أحدد أهدافي وأفكر فيها بانتظام	95
				عندما أشعر بالإحباط أو الأذى ، اترجع	96
				اسجل افكاري الرياضية في دفتر خاص بي	97
				استمتع بوجودي ضمن مجموعة كبيرة من اللاعبين المتميزين	98
				يمكنني تحفيز اللاعبين ليقدموا أفضل ما لديهم	99

				استمتع بالعمل مع اللاعبين الآخرين كجزء من فريق	100
--	--	--	--	--	-----

الملحق (5)

مقياس الذكاء الجسدي - الحركي بصورته النهائية

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الاتية:

- اقرأ كل عبارة وبعد ان تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما انه لا توجد هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة.
- ضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك امام كل عبارة.
- ضرورة الاجابة بصراحة ودقة عن العبارات.
- عدم ترك أي عبارة من عبارات المقياس بلا اجابة.
- ان اجابتم ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط.
- عدم كتابة الاسم.

مثال للإجابة:

لا تنطبق علي	تنطبق علي بدرجة قليلة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة كبيرة
		√	

استمتع بالحركات الرياضية الطائرة

اسم النادي:

ت	العبارات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي
1.	أشعر أن لدي القدرة على الانتباه والتركيز حتى عندما تكون الظروف ليست في صالحني .				
2.	احلم بالمركز والمكانة العالية في المجتمع الرياضي.				

				3. اتحمل المسؤولية كاملة في المنافسة الرياضية
				4. افضل ممارسة رياضي والتنافس فيها على أي عمل اخر.
				5. لدي الرغبة في التفوق والانجاز بكرة السلة
				6. انا اصمم على الفوز على الرغم من صعوبة الفريق المنافس.
				7. اتطلع باستمرار لتطوير مستوى ادائي
				8. اشعر بانني قادر على تحقيق أداء مهاري جيد بكرة السلة
				9. أستطيع وضع أهداف محددة لأدائي المهاري أثناء المنافسة.
				10. افقد القدرة على التركيز كلما زاد عدد الجمهور
				11. اسعى دائما الى ان اكون في مستوى اللاعبين المتميزين.
				12. تستهويني تصور الحركات الخطئية للاعبين أثناء اللعب بكرة السلة
				13. اعتقد ان النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على الكفاح والتضحية.
				14. اجمع أفكارني بنقطة واحدة لخدمة الأداء المهاري المراد تحقيقه
				15. ارى ان كرة السلة شيء مثير يستدعي الاستمرار في مزاولتها على الرغم من الصعوبات.
				16. أستطيع أن اتخذ قراراً حاسماً بسرعة في المواقف المفاجئة.
				17. أسيطر على جميع أجزاء جسمي وحركاتي مهما كان الموقف مرحجاً أو مفاجئاً
				18. أفضل التدريب الذهني قبل بدأ أدائي للمهارات المركبة بكرة السلة
				19. ارغب ان اضحي من اجل تحقيق هدفي الرياضي.
				20. أكون مبتسماً ومتفائلاً في جميع الأحوال والظروف .
				21. انضمامي الى فريق النادي هدف مهم في حياتي.
				22. يهمني مواصلة اللعب مع فريقي.
				23. أجد صعوبة في تركيز الانتباه عند أداء مهارة المناولة بكرة السلة

				24. أستطيع تذكر جميع المعلومات والمواقف التي حدثت في المباراة السابقة.
				25. أشعر بالرضا عن نفسي .
				26. لدي حلول غير مألوفة للمشكلات التي تواجهني.
				27. انا متفائل جدا من مستقبلي الرياضي.
				28. أتقبل ذاتي كما هي .
				29. أجد صعوبة في أداء بعض المهارات التي تتطلب توازن الحركي المركب
				30. أستطيع التحرك بتوافق على ايقاعات موسيقية
				31. ابتكر حركات رياضية جديدة في التدريب والمنافسة
				32. أشعر بالاستقرار الايجابي عندما أحقق المطلوب مني
				33. أستطيع استخدام قوة جسمي في وقت واحد عندما يتطلب الأمر ذلك
				34. أمارس الهوايات التي تغلب عليها الحركة وأتمكن من تغيير اتجاهاتي الحركية بسرعة ودقة
				35. أستطيع المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لمهارة التصويب من القفز
				36. امتلك قدرات جيدة تؤهلني لأداء مهارة التصويب من القفز لكونها تتطلب التوازن والتوافق الحركي
				37. تزداد مرونتي بعد الاحماء العالي
				38. كلما ازدادت خبرتي يسهل علي إدراك أي حركة جده معقدة
				39. اهتم بتناسق ألوان التجهيزات الرياضية التي ألبسها
				40. أجد صعوبة في اتخاذ القرار المناسب بالحركة
				41. أتحرك من حركة لأخرى في وقت واحد وبدرجة عالية من الانتباه والتركيز
				42. أستطيع ان اصحح أخطائي أثناء المباراة
				43. لدي القدرة على ضبط انفعالاتي الايجابية أمام المنافس
				44. أستطيع تغيير تفكيري بسرعة وحسب الظروف التي تواجهني
				45. أستطيع كشف نوايا المقابل بمجرد رؤية حركة بسيطة من قبلة
				46. أستطيع تصور تشكيل الأشكال الهندسية بسرعة كبيرة
				47. امتلك سرعة بديهية عالية لمواجهة المواقف من حولي

				48. اشغل الاماكن الأكثر خطورة بالملعب عند استحواذ زملائي على الكرة
				49. أحب قضاء أعمالي بنفسي
				50. أغامر في أدائي بعض الحركات أثناء المنافسة
				51. يمكنني استعادة سرعتي ودقتي خلال أدائي مهارة التصويب من القفز المتكررة بسهولة
				52.
				53. أستطيع أداء بعض المهارات الحركية بمرونة عالية
				54. أستطيع ثني ومد جسمي بمرونة
				55. أشعر بتوتر إذا كان زميلي متفوق على في عنصر القوة
				56. أستطيع الاحتفاظ بانتباهي لفترات طويلة
				57. اشعر بأنني متميز في أداء بعض المهارات التي تتطلب الانتباه والادراك وسرعة الاداء
				58. أستطيع مد عضلاتي لأي حركة رياضية معين
				59. أستطيع تحريك جسمي بمختلف الاتجاهات اثناء ادائي مهارة التصويب من القفز بدون الخوف من السقوط
				60. أجد صعوبة في اتخاذ القرار المناسب بالحركة
				61. أحدد أهدافي وأفكر فيها بانتظام
				62. عندما أشعر بالإحباط أو الأذى ، اراجع
				63. ابدى تعاطفا واهتماما باللاعبين الآخرين
				64. نادرا ما اشعر بحسد وغيره اتجاه اللاعبين المتميزين
				65. اتحمل المسؤولية كاملة في اللعب

## تأثير تمارين مقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة

م.د. سامر عبد الهادي احمد الشمري

[samer\\_sport1971@yahoo.com](mailto:samer_sport1971@yahoo.com)

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

### ملخص البحث باللغة العربية

ان التوازن الحركي هو احد الصفات الحركية التي يحتاجها الملاكم للحفاظ على ثبات الجسم بوجود تأثيرات قوى خارجية على مركز ثقل الجسم بالحركة او بالاحتكاك مع المنافس وان تطوير هذه القدرة سيساهم في تطوير الاداء المهاري للمتعلمين وبالتالي زيادة اتقان المهارة وهذا يتطابق مع مشكلة البحث لهذا تم استخدام تمارين مقترحة لتطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة . وكانت اهداف البحث كالآتي :

- 1- اعداد تمارين خاصة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة .
- 2- التعرف على تأثير التمارين المقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة .

اما فروض البحث فكانت :

- هناك تأثير ايجابي للتمارين المقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة .

وتناول الباحث في الباب الثالث المنهج التجريبي الذي استخدمه في البحث وكذلك مجتمع البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء حيث تم اختيار شعبتين من اصل اربع شعب بشكل عشوائي ليمثلوا المجموعة التجريبية و الضابطة ، وتم اجراء التجربة الاستطلاعية بعدها تم اجراء الاختبارات القبليّة التي سبقتها وحدتين تعريفيتين ثم تم تطبيق المنهج الذي تضمن ثمانية وحدات تعليمية يتخللها تمارين خاصة للتوازن الحركي وتعلم اداء اللكمة المستقيمة بعدها اجريت الاختبارات البعيدة .

وتم عرض النتائج ومناقشتها في الباب الرابع ، اما اهم الاستنتاجات فهي :

- ان استعمال التمارين المقترحة ساهم بشكل ايجابي في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة .

ومن اهم التوصيات كانت :

- ضرورة ادخال تمارين واختبارات القدرات الحركية بشكل اكبر ضمن المنهج المتبع

**Effect of proposed exercises in the development of motor balance and accuracy of  
jab punch performance for students in boxing**

**By**

**Samer Abdel Hadi Ahmed Al Shammari. Ph.D. Lecturer**

**Samer\_sport1971@yahoo.com**

**College of Physical Education and Sports Sciences / Kerbala University**

**Abstract**

The kinetic balance is one of the motor qualities needed by the boxer to maintain the body's stability by the influence of external forces on the center of the weight of the body movement or friction with the competitor and that the development of this ability will contribute to the development of the skilled performance of learners and thus increase the proficiency of skill and this corresponds to the problem of research has been used exercises Suggested for the development of motor balance and accuracy of jab punch performance. The research objectives

1. Preparing special exercises in developing motor balance and accuracy of jab punching performance for the students in boxing.
2. To identify the effect proposed exercises in developing the motor balance and accuracy of the jab punch performance for students in boxing.

The research hypotheses were:

There is a positive effect of the exercises proposed in development of motor balance and accurate performance of the punch straight for students in boxing.

The researcher studied the experimental method used in the research as well as the research community and students of the second stage in the College where two divisions of four people were randomly selected to represent experimental group and control, then applied the curriculum, which included eight units of education, including special exercises for the balance of motor and learning performance of punch straight after the tests were carried out dimension.

The results were presented and discussed in Chapter Four. The main conclusions are:

The use of the proposed exercises contributed positively to the development of the motor balance and the accuracy of performance straight punch.

The most important recommendations were:

The need to introduce exercises and tests of motor abilities more in the curricul

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة واهمية البحث

ان التطور العلمي والانفتاح المعرفي الذي يشهده العالم اضحى السمة المميزة لهذا العصر في شتى المجالات ولاسيما في مجال البحوث العلمية التي اصبحت الاساس في التقدم المعرفي وفي جميع مجالات الحياة والتي اسهمت في تدعيم استخدام نظريات ونماذج وفلسفات واستراتيجيات وطرائق واساليب تدريس اضافة الى تقنيات ووسائل تدريس ، كل ذلك من اجل تحسين وتطوير العملية التعليمية التعلمية فالتدريس يبحث في الاغراض والاهداف والمحتوى والوسائل والانشطة والاستراتيجيات والطرائق الخاصة بالتربية والتعليم وذلك لتحقيق الهدف الاسمي وهو السعي للوصول الى الشخصية المتكاملة نموا بدنيا واجتماعيا ونفسيا للمتعلمين الذين يشكلون مستقبل المجتمعات .

وتعد الملائكة من الرياضات التي هي وليدة الطبيعة حيث عرفها الانسان البدائي نتيجة تعامله مع الطبيعة القاسية متمثلة في كيفية حصوله على الغذاء والقتال من اجل البقاء والكفاح ضد الطبيعة .وعند تعلم مهاراتها يجب ان يكون التعلم وفق قواعد علمية محددة حتى يحقق المتعلم الهدف الرئيسي الذي جاء من اجله وكونها تتسم بطابع الصعوبة لان الجهد المبذول يكون مقسم بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي الذي يعتمد على امكانيات اللاعب البدنية والحركية واحد هذه الامكانيات هو التوازن الحركي الذي يعتمد على العلاقة بين مركز الثقل وقاعدة الاستناد من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي والمحيطي على التحكم في كمية الاستثارات الموجهة الى مختلف المجاميع العضلية للوصول الى حالة التوازن ، والتوازن الحركي احد الصفات الحركية التي يحتاجها الملاكم للحفاظ على ثبات الجسم بوجود تأثيرات قوى خارجية على مركز ثقل الجسم بالحركة او بالاحتكاك مع المنافس وان تطوير هذه القدرة سيساهم في تطوير الاداء المهاري للمتعلمين كما ان اغلب المهارات الاساسية بالملائكة تمتاز بنوع من الصعوبة ولاسيما للكلمة المستقيمة الامر الذي يستدعي استعمال تمارين مقترحة خاصة لتطوير دقة اداء هذه الكلمة

ومن هنا تبرز اهمية البحث في اعداد تمارين مقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء الكلمة المستقيمة للطلاب بالملائكة .

### 1-2 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحث كونه تدريسي لمادة الملائكة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء وجد ان هناك ضعف في التوازن الحركي الذي يحتاجه الطالب عند ممارسة الملائكة وكذلك في دقة اداء اللكمات المستقيمة لان اللعبة تتطلب حركة مستمرة للجسم وان اللكمة المستقيمة من المهارات التي تحتاج الى وقت كافي للتدريب عليها من خلال تنظيم التمارين المعدة لها وحيث ان ارتباطها بالتوازن الحركي مقرون بدقتها كونها تحتاج الى توازنات حركية ما بين الاطراف السفلى والعلوية وان اي خلل في هذه التوازنات ممكن ان تؤثر سلبا على تعلم المهارة ودقتها لذا يتحتم على الطالب ان يمتلك توازنا جيدا حتى يستطيع اداء المهارة بشكل دقيق لهذا قام الباحث باعداد تمارين مقترحة لتطوير التوازن الحركي وتطوير دقة اداء اللكمة المستقيمة من اجل الوصول الى الاداء الامثل وتحقيق المستويات العالية .

### 1-3 اهداف البحث

1- اعداد تمارين مقترحة خاصة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملائكة

2- التعرف على تأثير التمرينات المقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة .

#### 1.4 فروض البحث

1- هناك تأثير ايجابي للتمرينات المقترحة في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة

#### 1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي 2016 - 2017 .

1-5-2 المجال الزمني : من 2016/11/15 لغاية 2017/2/5 .

1-5-3 المجال المكاني : قاعة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء .

### 2 - الدراسات النظرية والمشابهة

#### 1-2 الدراسات النظرية

##### 1-1-2 التوازن الحركي

وهو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند اداء مختلف المهارات والايضاح الحركية الثابتة (1). ومعنى التوازن الحركي ايضا هو قدرة الفرد وسلامته للسيطرة على اجزاء الجسم المختلفة وهذا يتم عن طريق قوة الجهاز العصبي للسيطرة على العضلات الذي يتطلب درجة عالية من القدرة التوافقية (2) . كما ان التوازن الحركي هو " قدرة توافقية خاصة تظهر في امكانيات اداء الواجبات الحركية باقصى سرعة ودافعية عند الارتكاز على مساحة قصيرة جدا " (3).

وتكمن اهمية التوازن الحركي في انه مكون او صفة هامة في اداء المهارات او الحركات الاساسية كالوقوف او المشي وكذلك الفعاليات او المهارات الرياضية خاصة التي تتطلب الوقوف او الحركة فوق حيز ضيق كما يتضمن التوازن المحافظة على علاقة ثابتة بين الجسم وقوة الجاذبية الارضية ويتم التوازن الحركي بواسطة الجهاز العصبي اذ تستقبل القنوات النص دائرية في الاذن المستقبلات الحسية في العضلات معلومات تجعل الفرد دائما على علم بخصوص وضعه ، فضلا عن ذلك فان المخيخ الموجود في الدماغ يقوم بعملية التنسيق والتنظيم لتنفيذ الحركات وادامة التوازن الحركي اثناء الحركة (4) .

#### 2-1-2 العوامل التي تحدد التوازن الحركي (5)

1- مركز ثقل الجسم .

2- خط الجاذبية الارضية .

3- قاعدة الارتكاز .

#### 2-1-3 التوازن الحركي : وهو على نوعين (6) :

(1) <http://forum.iraqacad.org/view.topic.php>

(2) وجيه محجوب : علم الحركة ، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1989 ، ص 94 .

(3) السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي وفسولوجيا التحمل ، بغداد ، مطبعة الشباب الحر ، 1992 ، ص 270 .

(4) <http://www.ecole-nemamcha.com/moutada>.

(5) ناهدة عبد زيد : اساسيات في التعلم الحركي ، النجف ، دار الضياء للطباعة ، 2008 ، ص 80 .

(6) عادل عبد البصير : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1992 ، ص 115 .

اولا : التوازن الحركي الديناميكي بالارتكاز: وهو المحافظة على توازن الجسم خلال تغيير حركي من نقطة الى اخرى وباستمرار وجود الاحتكاك مع السطح المؤدي عليه ( ارض ، متوازي ، عقلة ، عارضة توازن ... الخ ) ويمثل هذه الحالة في ابسط صورها اثناء المشي والذي يعتبر عملية فقدان واستعادة توازن ويتأثر بالاتي :

- سطح الاحتكاك

- القوى الداخلية

- المقاومة الخارجية

ثانيا : التوازن الحركي الديناميكي بالفراغ : وهو المحافظة على توازن الجسم خلال الحركة في الفراغ وهنا لا يتصل الجسم باي سطح ارتكاز ويقع مباشرة تحت تأثير الجاذبية الارضية

## 2-1-4 المناطق التي يقع عليها مسؤولية الاحتفاظ بتوازن الجسم (1)

1- القدمان : فحدوث اي اصابات فيها او اصابتها بالبرد او ارتداء احذية غير مناسبة يضعف من توازن الفرد .

2- حاسة النظر : اثبتت البحوث ان من السهل ان يحتفظ الفرد بتوازنه اذا ركز على اشياء ثابتة اكثر من تركيزه على اشياء متحركة

3- النهايات العصبية الحسية والاورار الموجودة في العضلات .

4- الاذن الداخلية : وهي التي تقع حاسة التوازن فيها داخل القنوات الشبه دائرية وتنبه هذه الاعضاء الحسية بواسطة حركة الراس كما انها ضرورية في استمرار توازن الجسم في جميع حركاته .

## 2-1-5 المهارات الاساسية بالملاكمة

### 2-1-5-1 وقفة الاستعداد

هي الوضع الاساسي الذي يؤدي منه المتعلم مهاراته الهجومية والدفاعية بكل سهولة ، كما انه يتيح الحماية والتغطية لأكبر منطقة من الراس والجسم بعيدا عن اللكمات المباشرة للمنافس ، وتكون المسافة بين القدمين باتساع الحوض كما يجب ان تكون القدم الخلفية مرفوعة الكعب وان يحمي الملاكم فكه بكلتا قبضتيه ويحمي جذعه وخاصة منطقة الاضلاع العائمة بمرفقيه(2)

### 2-1-5-2 حركات القدمين

تعد حركات القدمين من الاسس الهامة في الملاكمة ، وهي مهارة مرتبطة بخطط الملاكم للفوز في المباريات ، فالملاكم الذي يستطيع التحرك بسرعة وسهولة يتمكن من مراوغة منافسه وخداعه ، ويتم التحرك على الحلبة زحفا على امشاط القدمين لكي يحتفظ الملاكم بتوازنه ، ويمكن للملاكم ان يتحرك الى الامام او الى الخلف او الى اليسار او الى اليمين او باتجاه دوراني (1)، ويجب ان تكون حركات القدمين من دون أي تصلب في مفاصل عضلات الرجلين مع مراعاة عدم حدوث تقاطع في أي لحظة من اللحظات نتيجة لخطأ احدى الرجلين عند التحرك ، وعلى المتعلم ان يحتفظ بالوضع الاساسي لوقفة الاستعداد طول مدة التحرك وذلك بتوزيع ثقل الجسم على الرجلين والمحافظة على المسافة التي بينهما طول الوقت لاكتساب الاتزان وسهولة الحركة.

(1) محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : اختيارات الاداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989 ، ص 384 .

(2) محسن رمضان علي : الملاكمة للمبتدئين ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 ، ص 20 .

(3) وديع ياسين ( وآخرون ) : المبادئ التعليمية في الملاكمة ، الموصل ، مديرية مطبعة الجامعة ، 1983 ، ص 170 .

## 3-5-1-2 اللكمات (2)

تعد الوسيلة التي يظهر بها اللاعب مهاراته ومدى اعداده بدنيا عن طريق استعمال قبضته لتحقيق وتطبيق الاساليب الخطئية بغرض التفوق في مباراة الملاكمة وتستعمل اللكمات لتحقيق غاية وتنفيذ طرائق واساليب الهجوم والدفاع والتمويه وفتح الثغرات وايقاف هجوم ولذا يجب الاهتمام بدقة وسرعة الاداء والاحتفاظ بتوازن الجسم باستمرار واتخاذ احتياطات الامان اللازمة لتلافي لكمات المنافس واستغلال الذراع الاخرى في تغطية الهدف المكشوف ويذكر ( موسى جواد ، 2005 ) ان اللكمات " هي المهارات التي تميز اداء المتعلم وتستعمل بهدف تحقيق التفوق على المنافسين من خلال تنفيذ الطرائق والاساليب الخطئية المختلفة فالمتعلم يستخدم اللكمات ( المستقيمة ، الجانبية ، القلع ) على هيئة لكمات هجومية ولكمات مضادة ولكمات تحضيرية " (3) وانواعها هي :

1- اللكمات المستقيمة : اليسار واليمين ، للوجه ، للجسم .

2- اللكمات الصاعدة ( القلع ) : اليسار واليمين ، للوجه ، للجسم .

3- اللكمات الجانبية ( الخفاف ) : اليسار واليمين ، للوجه ، للجسم .

وستناول اللكمات المستقيمة اليسار واليمين كونها محور عمل البحث

### 2-1-3-5-1 اللكمة المستقيمة اليسار

هي اللكمة التي توجه بواسطة القبضة والذراع وفي خط مستقيم حيث تكون الذراع على كامل امتدادها من بداية القبضة وحتى مفصل الكتف او هي نظام حركي مركب في تركيبه واحدة واهم هذه التركيبات هو تقدم حركة القبضة مع استقامة الذراع وتعد من اكثر اللكمات استخداما في النزالات وذلك لقربها من الخصم وكونها لكمة سهلة الاداء وبواسطتها يمكن ايقاف هجوم الخصم وتستخدم ايضا في تسديد اللكمات من المسافات البعيدة . (1)

مميزات اللكمة المستقيمة اليسار (2)

1- اول لكمة تعلم وسهلة التعلم .

2- كثيرة الاستعمال ومهمة في اللعب .

3- تستعمل للكمة تمهيدية للكمات اخرى .

4- تستعمل لجمع اكبر عدد من النقاط .

5- تستعمل لتشتيت انتباه المنافس وفتح ثغرات في دفاعه .

### 2-1-3-5-2 اللكمة المستقيمة اليمين

تتميز هذه اللكمة بالقوة والتركيز وتؤدي بعد لكمة تمهيدية او كلكمات مضادة وفي بعض الاحيان تكون لكمة هجومية ضد المنافس الاعسر وتكون سريعة ومؤثرة لوجود حركة لف للجذع مع دفع القدم الخلفية (3)

مميزات اللكمة المستقيمة اليمين (4)

(2) عباس حسين عبيد : تأثير تدريبات البليومتر ك والاتقال في بعض الصفات البدنية الخاصة والاداء المهاري للكمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2000 ، ص 27 .

(3) موسى جواد كاظم : تأثير برمجة المهارات وتعميمها في الية الاداء المهاري والخططي للناشئين بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2005 . ص 38 .

(1) محمد جسام عرب ( وآخرون ) : الملاكمة الحديثة - الاسس الفنية والخطئية ، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة ، 2011 ، ص 55 .

(2) محمود عبد الله ( وآخرون ) : تعليم وتدريب الملاكمة ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1990 ، ص 130 .

(3) محمد جسام عرب ( وآخرون ) : مصدر سبق ذكره ، ص 73 .

- 1- تقلل من خطورة هجوم المنافس .
- 2- تعتبر وسيلة فعالة للهجوم والدفاع .
- 3- تعتبر من اكثر اللكمات استخداما في الهجوم المضاد .

## 2-2 الدراسات السابقة

### 1-2-2 دراسة كمال جلال ناصر 2005<sup>(1)</sup> :

( مقارنة لبعض اساليب التغذية الراجعة المستعملة في تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة ) اجريت هذه الدراسة على عينة البحث البالغة 45 طالبا من المرحلة الثانية المنتظمين في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد وقسموا الى ثلاثة مجاميع متساوية كل مجموعة 15 طالب واستعملت المجموعة الاولى اسلوب التغذية الراجعة بطريقة ( سمعي - بصري ) والمجموعة الثانية ( حسي - سمعي ) والمجموعة الثالثة ( بصري - حسي ) وتم تحكيم اختبار الملاكمة مع الزميل من ثلاثة محكمين مختصين بالملاكمة . وشمل المنهج 8 وحدات تعليمية زمن كل وحدة تعليمية 90 دقيقة وقد اعتمد الباحث المنهج التجريبي باجراء اختبارات قبلية وبعديّة واستخدمت المعالجات الاحصائية المناسبة ، واستخرجت نتائج تحليل التباين لمعرفة الفروق بين الاختبارات وتوصلت الى ان هناك فروقا بين المجموعات الثلاثة ولصالح الاختبارات البعدية

### 2-2-2 مناقشة الدراسات السابقة

بعد عرض الدراسات السابقة والمتعلقة بمتغيرات البحث فانه بالامكان مناقشة تلك الدراسات على وفق ماياتي :  
اولا : اوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والسابقة

- اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسة السابقة في بعض متغيرات الدراسة حيث اشتملت الدراسة السابقة على متغيرات ( اساليب التغذية الراجعة ، تعلم اداء ) بينما تضمنت الدراسة الحالية على ( التوازن الحركي ، دقة الاداء ) .

ثانيا : اوجه التشابه بين الدراسة الحالية والدراسة السابقة .

- تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في مهارة اللكمة المستقيمة .
- تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في بعض اجراءات البحث الميدانية .

### 3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

#### 1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وتحقيق اهداف الدراسة . اذ ان اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث يعد من الامور الاساس التي ينبغي على الباحث مراعاتها .

#### 2-3 مجتمع وعينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2016 -2017 والبالغ عددهم 109 طالب وقد تم اعتماد الطريقة العشوائية في اختيار شعبة (ب) مجموعة تجريبية والبالغ عددهم 22 طالب من اصل 29 بسبب الغياب وكذلك تم اختيار شعبة (د) كمجموعة ضابطة والبالغ عددهم 21 طالب من اصل 26 طالب ولغرض التأكد من تجانس افراد

(4) محمد جسام عرب ( وآخرون ) : المصدر السابق نفسه ، ص73 .

(1) كمال جلال ناصر : مقارنة لبعض اساليب التغذية الراجعة المستعملة في تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة ، بحث منشور ، مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، م14 ، ع1 ، 2005 ، ص152-166 .

العينة وصحة التوزيع الطبيعي بين أفرادها استخدم الباحث معامل الاختلاف في متغيرات ( الطول ، الوزن ، العمر ) للمجموعتين وكما مبين في الجدول (1) حيث تبين حسن توزيع العينة وتجانسها (1).

#### الجدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الاختلاف للمجموعتين في متغيرات الطول ، الوزن ، العمر .

ت	المتغيرات	الايوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف
1	الطول ( سم )	162,84	4,95	3,02
2	الوزن ( كغم )	58,45	8,39	14,29
3	العمر ( سنة )	20,25	1,17	5,83

وبغية التأكد من تكافؤ العينة في المتغيرات كافة تم تطبيق اختبار (t) على المجموعتين وعند مقارنة (t) المحسوبة مع نظيرتها الجدولية عند درجة حرية (41) ومستوى دلالة (0,05) والبالغة (1,684) وجد ان قيمة (t) المحسوبة جميعها اصغر من قيمة (t) الجدولية وهي مؤشر عدم وجود فروق بين المجموعتين في هذه المتغيرات وذلك يعني ان العينة متكافئة وكما مبين في الجدول (2) .

#### الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والدلالة الاحصائية للمجموعتين

الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث كافة

ت	المتغيرات	مج التجريبية		مج الضابطة		قيمة ( t ) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
		ع	س-	ع	س-		
1	الطول (سم2)	5,21	162,68	4,70	165,00	1,53	غير معنوي
2	الوزن (كغم)	9,93	60,31	6,84	56,60	1,43	
3	العمر(سنة)	1,05	20,40	1,30	20,10	0,87	
4	التوازن الحركي (دقيقة)	0,60	1,77	0,53	1,62	0,87	
5	اختبار اللكم على الكيس المرقم (درجة)	يسار	2,18	0,66	1,95	1,07	
		يمين	2,03	0,78	1,90	0,59	

قيمة (t) الجدولية تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 41 = 1,684.

3 - 3 الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث

3 - 3 - 1 وسائل جمع البيانات

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .

(1) وديع ياسين ، حسن محمد : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، 1999 ، ص 160 .

- استمارة تقييم .
- الاختبار والقياس .
- استمارة تسجيل .

### 3 - 3 - 2 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث

- قفازات ملاكمة عدد / 10 .
- كيس لكم عدد / 2 .
- وسادة مدرب عدد / 4
- صافرة عدد / 1
- ميزان طبي / 1
- شريط قياس
- ساعة توقيت / 1

### 3 - 4 اجراءات البحث الميدانية

#### 3-4-1 المهارات المستعملة بالبحث

تم اختيار مهارة اللكمة المستقيمة كونها تدرس ضمن المنهج الدراسي خلال فترة اجراء البحث وتتناسب مع مشكلة البحث .

#### 3-4-2 الاختبارات المستخدمة بالبحث

#### 3-4-2-1 اختبار التوازن الحركي<sup>(1)</sup>

- الغرض من الاختبار : قياس التوازن المتحرك

- مواصفات الاداء : يقف الطالب على مصطبة قريبة من عارضة التوازن وعنده سماعه اشارة البدء يركض على عارضة التوازن ذهابا وايابا 4 مرات مع اداء لكلمات مستقيمة متتالية .

- الشروط : لا تحتسب المحاولة اذا سقط الطالب في الذهاب والاياب ، يجب الاستمرار باداء اللكمات المستقيمة وعدم التوقف .

- الادوات المستعملة : عارضة التوازن ، ابسطة جمناستك .

- التسجيل : تسجل لكل طالب محاولتان يسجل افضل زمن لهما .

#### 3-4-2-2 اختبار اللكم على الكيس المرقم<sup>(2)</sup>

- الغرض من الاختبار: قياس دقة اداء اللكمات المستقيمة

- الادوات : كيس لكم مرقم ، قفازات ملاكمة

- مواصفات الاداء : يقف المتعلم المختبر في المكان المخصص له امام كيس اللكم المرقم وعند سماع صوت التسجيل بالعد بدون ترتيب من 1 - 6 يقوم الطالب باصابة الارقام المرسومة على الكيس ولعشرة مرات عن طريق اللكمة المستقيمة اليسار والتي يسمعها من صوت المسجل ثم يؤدي الاختبار بالمستقيمة اليمين .

(1) محمد صبحي حسنين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 ، ص 254 .  
(2) سامر عبد الهادي احمد : تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة المختلطة في تعلم اللكمة المستقيمة للمبتدئين بالملكمة ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل / كلية التربية الرياضية ، 2010 ، ص 66 .

- الشروط : يسمح لكل طالب اداء تجربة اولية قبل الاختبار ، صوت المسجل يكون ثابت من ناحية التوالي مع تغيير تتابع الارقام بين متعلم واخر .
- التسجيل : تحسب النقاط على عدد الاصابات الصحيحة .

### 3-4-3 التجربة الاستطلاعية

من اجل اتباع الخطوات الخاصة بالبحث والوقوف على دقة العمل وعن صلاحيته اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على طلاب من افراد عينة البحث ( شعبة A ) في يوم الاحد الموافق 4 / 12 / 2016 في قاعة الملاكمة الملاكمة التابعة الى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء وكان الهدف منها :

- التأكد من مدى صلاحية الاختبارات
- معرفة الوقت المخصص لتنفيذ الاختبارات
- معرفة عدد التكرارات واداء الطلاب والزمن الذي يستغرقه اداء التمرين
- مدى ملائمة التمرينات لمستوى افراد العينة .

### 3-4-4 الاختبارات القبليّة

اجرى الباحث الاختبارات القبليّة المتمثلة باختبار التوازن الحركي واختبار اللكم على الكيس المرقم للمجموعتين التجريبيّة والضابطة يوم الثلاثاء 13 / 12 / 2016 وبعد تنفيذ وحدتين تعليميتين اوليتين يومي الاحد والاثنين 11 / 12 / 2016 .

### 3-4-5 التجربة الاساسية

قام الباحث بوضع مفردات المنهج التعليمي المقترح<sup>(\*)</sup> والذي يشمل ( تمرينات خاصة لتطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة ) حيث قام الباحث بالاتي :

- تطبيق المنهج التعليمي وفق تمرينات خاصة على المجموعة التجريبية .
- استغرق المنهج (8) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية اسبوعيا بحيث بلغ مجموع الوحدات (8) وحدات .
- تم تنفيذ وتطبيق المنهج التعليمي وفق تمرينات خاصة ضمن الوحدة التعليمية ويزمن مقداره 90 دقيقة .
- تم البدء بتنفيذ مفردات المنهج يوم الاربعاء المصادف 14 / 12 / 2016 .
- انتهت اخر وحدة تعليمية من مفردات المنهج يوم الاربعاء المصادف 1 / 2 / 2017 .

### 3-4-6 الاختبارات البعدية

تم اجراء الاختبارات البعدية لاختبارات التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للمجموعتين التجريبية والضابطة يوم الخميس الموافق 2 / 2 / 2017 وذلك بعد اكمال المدة المقررة للتجربة الرئيسية والبالغة (8) اسابيع وبالظروف نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبليّة .

### 3-5 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS لاستخراج القيم التالية :

- 1- معامل اتفاق ( كندال )
- 2- الوسط الحسابي
- 3- الانحراف المعياري

(\*) ينظر ملحق ( 1 )

4- معامل ارتباط ( سبيرمان )

5- معامل ارتباط بيرسون )

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيم (t) المحسوبة والدلالة لنتائج اختبارات القبليّة والبعدية للتوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	المتغيرات	المجموعة	س ف	ع ف	قيم t المحس	قيم t الجدو	الدلالة	
1	التوازن الحركي (ثا)	التجريبية	0,90	1,09	3,86	1,72	معنوي	
		الضابطة	0,41	0,90	2,15		معنوي	
2	دقة اداء اللكمة المستقيمة (درجة)	التجريبية	يسار	4,36	0,71		28,50	معنوي
			يمين	3,11	0,95		3,27	معنوي
		الضابطة	يسار	2,54	1,18		9,81	معنوي
			يمين	1,96	0,68		2,88	معنوي

مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (20)

اظهرت النتائج في الجدول (3) ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية في اختبار التوازن الحركي بلغ ( 0,90 ) و ( 1,09 ) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبدي بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 3,89 ) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البدي .

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة الضابطة في اختبار التوازن الحركي بلغ ( 0,41 ) و ( 0,90 ) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبدي بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 2,15 ) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البدي .

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية في اختبار دقة اداء اللكمة المستقيمة اليسار بلغ ( 4,36 ) و ( 0,71 ) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبدي بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 28,50 ) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البدي

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية في اختبار دقة اداء اللكمة المستقيمة اليمين بلغ ( 3,11 ) و ( 0,95 ) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبدي بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 3,27 ) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة

(1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار دقة اداء الكلمة المستقيمة اليسار بلغ ( 2,54 ) و ( 1,18 ) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 9,81 ) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار دقة اداء الكلمة المستقيمة اليمين بلغ (1,96) و (0,68) وبعد استخدام اختبار (t) للتعرف على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي بلغت قيمة (t) المحسوبة (2,88) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,72) عند درجة حرية (20) وتحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي

2-4 عرض وتحليل نتائج اختبارات التوازن الحركي ودقة اداء الكلمة المستقيمة البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة

#### جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة والدلالة لنتائج الاختبارات البعيدة للتوازن الحركي ودقة اداء الكلمة المستقيمة للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) الجدولية	الدلالة	
		ع	س-	ع	س-			
1	التوازن الحركي	0,88	0,16	1,20	0,37	3,68	معنوي	
2	دقة اداء الكلمة المستقيمة	يسار	5,63	0,72	4,04	5,71	1,68	معنوي
		يمين	5,14	0,61	3,86	6,74		معنوي

درجة الحرية (41) ومستوى الدلالة (0,05)

اظهرت النتائج في الجدول ( 4 ) ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار التوازن الحركي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغ (0,88) و (0,16) وللمجموعة الضابطة بلغ (1,20) و (0,37) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (3,68) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,68) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (41) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار دقة اداء الكلمة المستقيمة اليسار في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغ (5,63) و (0,72) وللمجموعة الضابطة بلغ (4,04) و (1,07) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (5,71) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,68) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (41) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار دقة اداء الكلمة المستقيمة اليمين في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغ (5,14) و ( 0,61 ) وللمجموعة الضابطة بلغ (3,86) و (0,54) وبلغت قيمة (t)

المحسوبة (6,74) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,68) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (41) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبيية .

#### 3-4 مناقشة النتائج

من خلال ما تم عرضه في الجدولين (3) و (4) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليية والبعدية لاختبار التوازن الحركي واختبار دقة اداء اللكمة المستقيمة ولمجموعتي البحث التجريبيية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية مما يعني تحقيق الهدف الثاني للبحث وهو معرفة تأثير التمرينات المقترحة لتطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة وكما توقعه الباحث في فرضه بان هناك تأثير للتمرينات المقترحة لتطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة .

ويعزو الباحث سبب هذه الفروق والتطور في المجموعة التجريبيية الى التمرينات المقترحة التي اعددها الباحث و التي كان لها الدور الفاعل والبارز في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة ، حيث ان التمرينات الخاصة بالتوازن الحركي والتي استندت الى خصوصية المهارة حققت واجبات هامة كونها تعمل عند تعليم المهارات الحركية المختلفة الى ارسال اشارات للمخ عند تغيرات وضع الجسم الحادثة عن اتجاهه وسرعته اثناء تنفيذ المهارة ، " ان الاداء الحركي للمهارة يعتمد على القدرات الحركية الخاصة بها "(1) فعندما يتمكن المتعلم من تحديد وضع جسمه واتجاه حركته بطريقة صحيحة عندئذ تتوفر لديه اهم شروط الاحتفاظ بتوازنه الحركي والتي تمكنه من اداء الواجبات الحركية بشكل عال ودقيق وهذا يتفق مع ما جاءت به ( مها محمد ، 2003) عندما ذكرت " ان تمرينات التوازن تهدف الى تدريب الجهاز الخاص بحفظ التوازن ( الموجود في الاذن الوسطى ) حتى يمكن بذلك اكتساب القدرة على التحكم في الجسم وتنمية التوافق العضلي العصبي "(1). ان التوازن الحركي ياتي من خلال التمرين والممارسة المتكررة لاداء الحركات المختلفة وهذا ما قام به الباحث من خلال ادخال التمرينات الخاصة بالتوازن الحركي والتي تتطلب السيطرة والتحكم بالجهاز العصبي العضلي وهذا يؤدي الى تطوير التوازن الحركي بالتدرج مع التكرار وهذا يتفق مع ( ريسان خريبط 1989) " ان الدراسات التي قام بها بعض المختصين اثبتت جميعها على الرغم من تأثير الخصائص الموروثة في التوازن الحركي الا ان التعلم له دور كبير في تطوير هذا المكون المهم "(2)

كما ان التمرينات المقترحة ساعدت ايضا على تفوق المجموعة التجريبيية في اكتساب دقة الاداء" ان الممارسة على الاداء الفني للمهارة مع ادخال بعض التمرينات الخاصة تساعد في تحسن دقة الاداء الحركي "(3) اذ اصبحت لدى المجموعة التجريبيية القدرة على التحكم بمسار الحركة وبما يخدم الاداء الفني للحركة ( المهارة ) وهذا يعود الى طبيعة التمرينات المقترحة التي طبقت على المجموعة التجريبيية فالتمارين المقترحة ساعدت على التحكم في عضلات الجسم وتركيز العمل فقط على العضلات العاملة وبالتالي فان معظم الطاقة توجهت الى الاجزاء العاملة في الحركة وهذا ما يساعد على نجاح الاداء ودقته مهما كانت صعوبته وهذا ما رفع نسبة تطور دقة الاداء للمجموعة التجريبيية وتؤكد ذلك ( بورمان 1989) " ان الغرض من التمارين هو التنمية العامة لاداء الانواع الحركية الاساسية بصورة صحيحة تتميز بالاقتصاد في الجهد مع مجال ورشاقة الاداء ودقته مما يشكل الاساس الناجح

(1) عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي ، الاسكندرية ، دار المعارف ، 1994 ، ص 189 .

(1) عطيات محمد خطاب ( وآخرون) : اساسيات التمرينات والتمرينات الايقاعية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006 ، ص 11 .

(2) ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية ، جامعة البصرة ، دار الكتب والوثائق ، 1989 ،

ص 185

(3) سامر عبد الهادي احمد : تأثير منهج بدني - حركي بادوات مساعدة في تطوير قدرتي التوازن والتوافق الحركي وتعلم اللكمة الجانبية للطلاب بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل / كلية التربية الرياضية ، 2014 ، ص 128 .

للاداء الحركي" (4)، من كل ما تقدم فان التمرينات الخاصة المقترحة في المنهج التعليمي كانت وراء تقدم المجموعة التجريبية في نسب التطور على المجموعة الضابطة .  
 اما المجموعة الضابطة فقد اظهرت النتائج وجود فروق معنوية في تلك الاختبارات ويعود ذلك الى التنوع والتغيير الذي يقوم به مدرس المادة ضمن المنهج المتبع في الكلية وهذا قد اضافة نوع من التشويق والاثارة لدى المتعلمين " هناك اعتبارات اولية للتعلم يتميز بها المدرس الجيد وهو اعطاء فرصة للانتباه لتفاصيل التعلم تزيد من التشويق والاثارة والتي تساهم في اعطاء تعليمات وارشادات مؤثرة" (5).

## 5- الاستنتاجات والتوصيات

### 5-1 الاستنتاجات

- 1- ان التمرينات المقترحة ساهمت بشكل ايجابي في تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة للمجموعة التجريبية
- 2- ان التمارين التي تم اعدادها من قبل الباحث ساهمت بشكل كبير في بناء برامج حركية متنوعة .
- 3- ان التمرينات المقترحة التي تم اعدادها اثرت بشكل كبير في تطوير دقة الاداء الحركي اللكمة المستقيمة .

### 5-2 التوصيات

- 1- ضرورة اجراء الاختبارات المستمرة للطلاب للوقوف على مستوى التوازن الحركي بأنواعه بهدف تحديد درجة تأثير المنهج المتبع في تطوير التوازن الحركي
- 2- ادخال تمارين واختبارات القدرات الحركية بشكل اكبر ضمن المنهج المتبع .
- 3- اجراء بحوث مماثلة على مهارات اخرى وفي العاب وفعاليات رياضية مختلفة ولكافة الفئات والمستويات العمرية .

## المصادر

- السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي وفسولوجيا التحمل ، بغداد ، مطبعة الشباب الحر ، 1992 .
- ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية ، جامعة البصرة ، دار الكتب والوثائق ، 1989 .
- سامر عبد الهادي احمد : تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة المختلطة في تعلم اللكمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل / كلية التربية الرياضية ، 2010 .
- سامر عبد الهادي احمد : تأثير منهج بدني - حركي بادوات مساعدة في تطوير قدرتي التوازن والتوافق الحركي وتعلم اللكمة الجانبية للطلاب بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل / كلية التربية الرياضية ، 2014 .
- عادل عبد البصير : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1992 .
- عباس حسين عبيد : تأثير تدريبات البليومترك والاثقال في بعض الصفات البدنية الخاصة والاداء المهاري للكمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2000 .
- عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي ، الاسكندرية ، دار المعارف ، 1994 .

(4)borrmenn,g.u.scorning,1:auswertungd.sportschau,th.u.pr.d.kr,1989 ,pp11.

(5)Schmidt and wrisberg ,motor learning and performance , human k entics , il . 2004 , p .202 .

- عطيات محمد خطاب ( وآخرون ) : اساسيات التمرينات والتمرينات الايقاعية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2006 .
- كمال جلال ناصر : مقارنة لبعض اساليب التغذية الراجعة المستعملة في تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة ، بحث منشور ، مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، م14 ، ع1 ، 2005 .
- محسن رمضان علي : الملاكمة للمبتدئين ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .
- محمد جسام عرب ( وآخرون ) : الملاكمة الحديثة - الاسس الفنية والخطية ، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة ، 2011 .
- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الاداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989 .
- محمد صبحي حسنين : القياس والتقييم في التربية الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 .
- محمود عبد الله ( وآخرون ) : تعليم وتدريب الملاكمة ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1990 .
- موسى جواد كاظم : تأثير برمجة المهارات وتعميمها في الية الاداء المهاري والخطي للناشئين بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2005 .
- ناهدة عبد زيد : اساسيات في التعلم الحركي ، النجف ، دار الضياء للطباعة ، 2008 .
- وجيه محبوب : علم الحركة ، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1989 .
- وديع ياسين ( وآخرون ) : المبادئ التعليمية في الملاكمة ، الموصل ، مديرية مطبعة الجامعة ، 1983 .
- وديع ياسين ، حسن محمد : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، 1999 .

- borrmenn,g.u.scorning,1:auswertungd.sportschau,th.u.pr.d.kr,1989 ,pp11.

-Schmidt and wrisberg ,motor learning and performance , human k entics , il .

2004 , p .202 .

- <http://forum.iraqacad.org/view.topic.php>

- <http://www.ecole-nemamcha.com/moutada>.

#### الملاحق

#### ملحق (1)

يوضح نماذج من المنهج التعليمي وفق تمرينات خاصة

الوحدة التعليمية الاولى

المرحلة :

الهدف التعليمي : تطوير التوازن الحركي ودقة اداء اللكمة المستقيمة

الثانية

الزمن : 90 دقيقة

عدد الطلاب : 20

الادوات المستخدمة	الزمن الم	زمن التمرين	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
			الحضور والغياب تمارين احماء متنوعة عامة و خاصة	20	القسم التحضيري
				60	القسم الرئيسي



## تأثير تصميم تعليمي - تعليمي بأنموذج كمب (Kemp) في تنمية بعض عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب

أ.م. د. حيدر سلمان محسن      أ.م. د. حسين عبد الزهرة عبد اليمية      أ.م. د. نعمان هادي  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء      كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
/جامعة بابل

[hader\\_sport@yahoo.com](mailto:hader_sport@yahoo.com)

### ملخص البحث باللغة العربية

تمثل الدراسة الحالية محاولة علمية في استخدام تصميم تعليمي - تعليمي بأنموذج (كمب) كونه يتصف بالنظرة الشمولية من حيث الاهتمام بجميع العناصر الرئيسية في عملية التخطيط للتعليم والتدريس وتساعد المدرسين في التعرف على خصائص المتعلمين ومستوياتهم قبل البدء بالتدريس وفق المناهج المقررة. لذا، هدفت الدراسة الى إعداد وحدات تعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تنمية بعض عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وكذلك التعرف على فاعلية هذه الوحدات التعليمية بأنموذج كمب (Kemp). وتكونت عينة البحث من (40) طالب من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء. وتوزعت على مجموعتين احدهما ضابطة تستخدم الأسلوب التدريسي المتبع والأخرى تستخدم أنموذج كمب كتصميم تعليمي - تعليمي وبواقع (20) طالبة لكل مجموعة.

ومن خلال استخدام اختبار (t-Test) لعينتين مستقلتين، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج متوسط درجات القياس البعدي لطلاب المجموعة التجريبية وللذين يدرسون وفق أنموذج كمب كتصميم تعليمي - تعليمي وبين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وللذين يدرسون وفق الطريقة المتبعة (الاعتيادية) في تنمية بعض عادات العقل وتعلم الأداء المهاري للضرب الساحق ودقته ولصالح المجموعة التجريبية. وقد استنتج الباحثون، ان الوحدات التعليمية بالتصميم التعليمي - التعليمي وفق أنموذج كمب والمعدة من قبلهم أدت إلى تحسين الأداء الفني والدقة لمهارة الضرب الساحق بصورة اكبر لدى طلاب المجموعة التجريبية. وقد أوصى الباحثون بضرورة التغيير والتنوع في الأساليب التعليمية لجعل عملية التعليم والتعلم وأداء المهارات أكثر تشويقاً وإثارة لدى الطلاب وتوفير المجال الواسع لتصحيح الأداء الفني والابتعاد عن الأخطاء .

## **Abstract**

### **The effects of instructional- learning design by (Kemp )model in the development of mind habits and learning spike skill in volleyball for students**

**By**

**Hayder S. Mohsen, PhD, Ass. Pro.**

**Hussein A. Abdel-Yameh , PhD, Ass. Pro.**

College of Physical Education and Sports Science / Kerbala university

**Noman Hadi, , PhD, Ass. Pro.**

College of Physical Education and Sports Science

Babylon university

The present study represents a scientific attempt to use an instructional- learning design by (Kemp )model because it is characterized by a holistic view of all the main elements in the planning process of learning and teaching which helps teachers to identify the characteristics and levels of learners before starting to teach according to the prescribed curriculum. Therefore, this research aims to preparing an educational units through (Kemp) model in the development of mind habits and learning spike skill in volleyball for students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, as well as identifying the effectiveness of these educational units.

However, the researcher used the experimental approach (Equal groups design) with pre and post-tests. Forty students have been chosen and divided randomly as a main subjects for this research (20) student in each group .

The research results showed a positive effects using the educational units through (Kemp) model in the development of mind habits and learning spike skill in volleyball for students comparing to the control group which used the regular method. The researchers concluded that the educational units through (Kemp) model prepared by them led to the development of mind habits and learning spike skill in volleyball for students.

The researchers recommended the need to change and diversify teaching methods to make learning, teaching and skill performance more exciting for students and provide a wide range of technical correctness and avoid mistakes.

## التعريف بالبحث

### أولاً: المقدمة وأهمية البحث:

يشهد العقد الحالي تقدماً كبيراً ومتسارعاً من المعارف والعلوم كافة وأصبح هذا التقدم السمة المميزة له والذي شمل التربية بعدها أداة التنمية ووسيلتها الأساس لبناء إنسان متسلح بالعلم والمعرفة. فقد تمثل هذا التقدم بتوسيع التعليم الذي شمل المراحل العمرية كافة ، وإجراء البحوث والدراسات التي تعمل على تطوير العملية التربوية والتعليمية، مما فرض على التربويين النهوض بهذه العملية إلى المستوى الذي يمكن الطالب من مواجهة التطورات الحاصلة وتنمية الثقة بالنفس والتغيير الإيجابي في السلوك واستخدامه لمهاراته الكامنة (العقلية والحركية) في تنفيذ عملية التعلم، والتأكيد على جعله محور عملية التعليم والتعلم بخلاف النظرة القديمة والتقليدية للتدريس. نستنتج من هذه المقدمة، أن هناك جهداً يجب أن يبذل لمساعدة الطلبة على فهم أعمق للمجال المعرفي والتدريب على الإنتاجية الإبداعية وتطوير مفهوم الذات، رفع مستوى التحصيل، تطوير الاتجاهات نحو التعلم، واكتساب عادات عقلية إيجابية تساعده في تطوير عملية تفكيره . وهكذا جاءت الطرائق والاستراتيجيات الحديثة بدعوة جادة لدمج مهارات التفكير الإبداعي بالمنهج الدراسي بما يجعل الطالب يفكر فيما يقدم له من مادة تعليمية. حيث أن بمقدور كل إنسان أن ينمي مهاراته العقلية ويطورها باستمرار من خلال ما يواجهه في حياته من تجارب وخبرات، فتحسين نوعية التفكير لدى الطلبة من أولويات الأنظمة التربوية من أجل مواجهة التحديات التي أوجدتها ثورة التكنولوجيا وتعدد الثقافات.

ولعل من أهم القضايا الواجب مراعاتها عند تعليم التفكير في المنهج المدرسي هي ضرورة تدريب الطلبة على التفكير الجيد، وممارسة الأحكام الناقد، والتفكير الإبداعي. كذلك التدريب على جمع المعلومات وتقييمها واستخدامها لأجل حلّ المشكلات واتخاذ القرارات في أعمالهم وحياتهم بطرق فعالة. فتعليم التفكير في المناهج المدرسية أصبح ضرورة ملحة، فكل طالب قادر على تنمية مهارات التفكير لديه بصورة إيجابية مما يساعده على تطوير مستوى تعليمه وتحصيله الأكاديمي (جابر عبد الحميد، 2002) و (عبد الله و بدوي، 2006). لذا، نجد أن من أساسيات حصول التعلم، هو وضع أهداف أساسية تصمم عبر إجراءات متعددة (مهارات التدريس) ومنها التحليل والتخطيط والتنفيذ والتقييم، وهو ما يعمل عليه التصميم التعليمي- التعليمي بنماذج متعددة ومنها أنموذج كيم وهو وصف لهذه الإجراءات والتي تتعلق باختيار المادة التعليمية (الأدوات ، المواد ، البرامج والمناهج) المراد تصميمها، تحليلها وتنظيمها، تطويرها، وتقييمها والتي تساعد المعلم على تحقيق الأهداف الموضوعية للدرس في أسرع وقت وأقل جهد ممكنين. فالتصميم التعليمي هو تقنية لتطوير التعليم بخبراته وبيئاته من شأنها أن تحسن الأنشطة التعليمية ، وتجعلها أكثر تأثيراً وتشويقاً من خلال إعادة تصميمها وفق أنموذج متخصص لشريحة طلاب المرحلة الجامعية في مختلف المواد ومنها مادة الكرة الطائرة.

ويعد أنموذج كيم احد نماذج التصميم التعليمي والذي يتصف بالنظرة الشاملة لمجموعة من الإجراءات العملية في الموقف التعليمي عبر الاهتمام بجميع العناصر الرئيسية في عملية التخطيط للتعليم أو التدريس بمستوياته المختلفة ورسم المخططات لاستراتيجيات التعليم من خلال تحديد الطرائق والأساليب التدريسية المتنوعة والوسائل التعليمية من أجل تحقيق الأهداف المرسومة للتعليم بمستوياته المختلفة، فهو مجموعة من الإجراءات التي تستخدم في الموقف التعليمي على وفق خطوات متسلسلة وهي ( المواضيع والأغراض العامة ، خصائص الطالب ، أهداف التعلم ، محتوى الموضوع ، فعالية ومصادر التدريس ، التقويم ) وتكون هذه الخطوات مرنة ويمكن تقديم خطوة بدل خطوة أخرى أو تعديلها ودمجها بهدف تحقيق نواتج تعليمية لدى الطلبة.

وبين اغلب المختصين ان استراتيجيات وأساليب التربية الحديثة تدعو الى أن تكون عادات العقل هدفاً رئيساً في جميع مراحل التعليم وخصوصاً الجامعي منها، وأن إهمال استخدام عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية، فعادات العقل ليست عملية امتلاك المعلومات بل هي معرفة كيفية العمل عليها واستخدامها ايضاً، فهي نمط من السلوكيات الذكية التي تفقد المتعلم الى إنتاج المعرفة، وليس استذكارها أو إعادة إنتاجها على نمط سابق (كوستا وكاليك، 2000). وتعد عادات العقل أهدافاً تعليمية رئيسة في أية وحدة دراسية، وفي أي مجال من مجالات المحتوى، كما في أي مستوى أو صف دراسي، فقد اكدت العديد من الدراسات الى اهمية تعليم وتنمية عادات العقل وتقويتها وتقديم التعزيز اللازم للطالب من اجل تشجيعهم على التمسك بها لتصبح جزءاً من ذاتهم وبنيتهم العقلية (قطامي، 2007: 22)، كذلك بينت دراسة (العتيبي، 2013) ان هناك مجموعة من الاسس الضرورية لتنظيم المنهج بهدف اكساب المتعلمين عادات العقل من خلال المحتوى الدراسي، فهي تتيح لهم فرصة للإبداع من خلال التعبير عن الافكار وطرح الاسئلة على القضايا المرتبطة بعملية التعلم اذ لا يكون اهتمامهم مركزاً على تعدد الاجابات الصحيحة التي يعرفونها وانما على الكيفية التي يتصرفون بها عندما لا يعرفون الجواب ، وذلك من خلال ملاحظة مقدرة الطلبة على انتاج المعرفة اكثر من مقدرتهم على استرجاعها وتذكرها. بالإضافة الى ان منحى عادات العقل اصبحت شائعة وتدرس ضمن برامج التعليم في العديد من الدول، ومن هذه العادات (تحمل المخاطر المسئولة، والاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف، واستخدام المعارف الماضية في مواقف جديدة، والتفكير بمرونة، والتحكم بالتهور، والمثابرة وغيرها). ويرى الباحثون ان نظم التعليم التقليدية تركز على النتائج المحددة ذات الإجابة الصحيحة فقط، في حين أن عادات العقل تسمح للطلاب بمرونة البحث عن الإجابة عندما لا يتمكن من معرفتها. من هنا بدأ اهتمام الاتجاه المعرفي بالبحث عن استراتيجيات تعليمية- تعليمية ترتب أوضاع الطلبة البيئية التي تشجع على ممارسة مهارات التفكير من خلال إعداد البرامج التربوية والتي تستند الى إطار نظري تجريبي قوي، والتي من المؤمل أن تؤدي الى تشكيل مجموعة من العمليات الذهنية بدءاً من البسيطة منها وصولاً الى العمليات الذهنية المعقدة، بحيث ينتج عنها عمليات تمكن الفرد من تطوير نتاجه الفكري، وبالتالي تصبح عادة عقلية يستخدمها الفرد في شتى مناحي حياته العملية والأكاديمية.

لذا تكمن أهمية البحث الحالي لتصميم تعليمي- تعليمي بأنموذج كمب (Kemp) في تنمية بعض عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والذي يركز على تحديد خصائص المتعلمين وحاجاتهم والأهداف والأولويات والمعوقات التي ينبغي التعرف عليها فضلاً عن التقويم والتغذية الراجعة ، وبهذا يخرج عن الدروس التقليدية. كذلك انها قد تمثل محاولة علمية في استخدام أنموذج متجدد ضمن نماذج التصاميم التعليمية والتي قد تساعد في اختيار الطرائق والأساليب التدريسية الملائمة للموقف التدريسي وفق المناهج المعدة لتعليمهم ، ويحقق أهداف الوحدات التعليمية والوصول بالمتعلمين الى النتائج التعليمية المرغوب فيها وتطويرها ، إذ تعد محاولة جديدة لخدمة الأداء المهاري للعبة الكرة الطائرة لما تمتاز به مهاراتها عند تعلم أدائها عموماً ولأهمية الضرب الساحق كمهارة هجومية تحقق النقاط المباشرة بصورة خاصة.

ثانياً: مشكلة البحث :

مشكلة البحث تتمثل بتذبذب مستوى الأداء المهاري لدى طلاب المرحلة الثانية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء. فمن خلال متابعة الباحثين للنتائج المتحققة في السنوات السابقة في مادة الكرة الطائرة وملاحظة بعض الدروس العملية لها، يتبين إن آلية تدريس هذه المادة تتم بصورة مباشرة من دون تركيز القائمين

بالتدريس على الخصائص العامة والخاصة للطلاب والإمام بالظروف المحيطة بهم لتحسين معارفهم وأدائهم ومراعاة الفروق الفردية بينهم، كذلك قلة الاهتمام بالنشاطات والفعاليات التربوية والتعليمية والتي تهدف إلى النمو الشامل لشخصية الطالب وتنمية مهاراته العقلية ومنها التفكير الابداعي والشمولية وغيرها، مما قد يؤدي إلى ظهور العديد من المشاكل التي تواجه المدرس باتباع بعض الطرائق والأساليب التي تعتمد على التنفيذ المباشر للمهارة ولا تراعي الميول والرغبات للطلاب وجهدهم الذاتي، وعدم الاستناد إلى تفعيل دورهم وإعطائهم الصفة الإيجابية في معالجة ومواجهة المشكلات التعليمية والجامعية التي تصادفهم في حياتهم العملية كونهم محور العملية التعليمية . وحسب تقرير منظمة اليونسكو (2006)، والذي أكد إن الحكومة العراقية والمتمثلة بوزارة التعليم العالي والبحث العلمي ووزارة التربية كانت قلقة من المناهج التعليمية المعتمدة في المدارس والجامعات بعد عام 2003 ، فالكثير من المناهج واستراتيجيات التدريس، والأهداف، والخطط ومحتويات ومفردات المواد الدراسية لم تتغير منذ أكثر من عقدين، مما اثر بشكل كبير على المستوى العلمي والأكاديمي للطلبة بصورة عامة (UNESCO, 2006). فمن الملاحظ إن مؤسساتنا التعليمية والتربوية مازالت تعتمد الطرائق التدريسية والتعليمية التقليدية والتي تركز على إن المحور الرئيسي للمادة العلمية هو المعلم، والذي أدى في اغلب الأحيان إلى تدني وتراجع في مستوى التحصيل الدراسي في جميع الاختصاصات العلمية والإنسانية وهذا ما أكدته كثير من الدراسات ومنها ( راتب و خليفة، 2005) و (غانب، 2012).

فقد ذكر كل من (Dyson & Grineski, 2001) و (Mosston & Ashworth, 2002) ، إن اغلب أساليب وطرائق تدريس مواد التربية الرياضية الحديثة لا تزال غير ثابتة وقليلة الاستخدام، فالأساليب التقليدية القديمة تجعل الطالب معتمد وغير منتج مما يؤدي إلى الملل وفقدانه الاهتمام بالتعلم وعدم استخدام مهارات التفكير والتي تولد لديه الشعور بأهمية حل المشاكل التي قد تواجهه في تعلم المادة الدراسية.

وثمة سبب اخر يدعونا الى البحث عن استراتيجيات ونماذج تعليمية - تعلمية حديثة وهو ما افرزه القرن الحادي والعشرون من اتجاهات جديدة في مجالات التنمية سواء تنمية المفاهيم ، القدرات، المهارات ، انماط التفكير، أم عادات العقل المنتجة، فضلاً عن تعزيز الجانب الوجداني والاكاديمي لدى الطلبة، فلم يعد التحصيل الهدف الاستراتيجي الوحيد لعملية التعليم والتعلم، بل ثمة متغيرات جديدة ينبغي اختيارها وتجربتها للوصول الى افضل نتائج للتعلم الفعال. وفي دراسة لكوستا (Costa, 2001) اشار إلى أن إهمال استخدام عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية، فهي نمط من السلوكيات الذكوية يقود المتعلم إلى إنتاج المعرفة، وليس استذكارها أو إعادة إنتاجها على نمط سابق . ولما كان الواقع التعليمي يؤكد أن الطلبة بصورة عامة يفتقرون إلى استخدام العادات في مختلف النشاطات التعليمية والعملية ومنها مواد التربية الرياضية بحسب دراسة اجراها (طراد، 2012)، لذا يسعى الباحثون لاستخدام أنموذج جديد في مجال التربية الرياضية وعلومها والذي يعد من نواتج التعليم البنائي ونظرياته المعرفية وهو انموذج كمب Kemp من خلال تصميم تعليمي - تعليمي وذلك لدوره في هندسة وتنظيم بيئة التعلم و تجسير العلاقة بين المبادئ النظرية وتطبيقاتها في الموقف التعليمي لتطوير التدريس من خلال وصف الإجراءات التي تتعلق باختيار المادة التعليمية (الأدوات ، المواد ، البرامج ، المناهج)، مروراً بصياغة الأهداف السلوكية بالاعتماد على حاجات المتعلمين وخصائصهم والتي يؤدي التفاعل معها إلى تحقيق الأهداف المنشودة من العملية التعليمية وإكساب المتعلمين الخبرات والمعارف الخاصة بلعبة الكرة الطائرة بجوانبها المعرفية والعقلية ومهاراتها الاساسية وخصوصا مهارة الضرب الساحق .

ثالثاً: أهداف البحث :

1 - إعداد وحدات تعليمية بتصميم تعليمي - تعليمي بأنموذج كيمب (Kemp) لتنمية بعض عادات العقل و تعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- التعرف على تأثير تصميم تعليمي - تعليمي بأنموذج كيمب (Kemp) في تنمية بعض عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب

رابعاً: فرضية البحث:

1- لأنموذج كيمب تأثير إيجابي في تنمية بعض عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب.

خامساً: مجالات البحث:

1- المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة (كربلاء) للعام الدراسي (2015-2016) م.

2- المجال الزمني: المدة من (25 - 9 - 2015 م) ولغاية (4 - 5 - 2016 م).

3- المجال المكاني: القاعات الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة (كربلاء) .

سادساً: تحديد مصطلحات البحث:

• أنموذج كيمب :

"هو مجموعة من الإجراءات التي تستخدم في الموقف التعليمي على وفق خطوات متسلسلة وهي ( المواضيع والأغراض العامة ، خصائص الطالب، أهداف التعلم، محتوى الموضوع ، فعالية ومصادر التدريس، الخدمات الساندة، التقويم ) وتكون هذه الخطوات مرنة ويمكن تقديم خطوة بدل خطوة أخرى أو تعديلها أو دمجها بهدف تحقيق نواتج تعليمية لدى الطلبة" ( جيرالد كيمب ، 1985 : 37 ). ويعرفه الباحثين بأنه: عبارة عن تنظيم ورسم مخططات لأسلوب تعليم المحتوى التعليمي ( المادة ) بجميع عناصرها ويتتابع وتسلسل منطقي يتصف بالمرونة ، مع إمكانية الحذف والتعديل لبعض العناصر لتحقيق الأهداف المرجوة من التعليم .

• عادات العقل :

"هي عادات معرفية توجه سلوك الطالب وتحفزه على التعلم ولتحقيق هدف معين وتساعد في التركيز على الأولويات الأهم. فهي نزعة الفرد للتصرف بطريقة ذكية عند مواجهة مشكلة ما، عندما تكون الإجابة أو الحل غير متوفر في أبنيته المعرفية ، إذ قد تكون المشكلة على هيئة موقف محير، أو لغز، أو موقف غامض. إن عادات العقل تشير ضمناً إلى توظيف السلوك الذكي عندما لا يعرف الفرد الإجابة أو الحل المناسب" (Costa & Kallick , 2004:22)

ويعرف الباحثون العادة العقلية بأنها أنماط الأداء العقلي الثابت والمستمر في العمل، لمواجهة مواقف الحياة المختلفة والتي تنعكس على تحسين مستوى أداء الفرد وثقته بنفسه، وتؤدي عادات العقل دوراً بارزاً في الأداء لأنها تثير الفرص أمام الفرد للإبداع من خلال التعبير عن الأفكار وطرح الأسئلة والقضايا المرتبطة بحياته ومعتقداته الشخصية.

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً: منهج البحث :

اعتمد الباحث منهج البحث التجريبي وذلك لملائمته طبيعة مشكلة وأهداف البحث . "إذ يعد المنهج التجريبي أكثر مناهج البحث العلمي دقة وكفاءة في الوصول إلى نتائج موثوق بها " (عبد الحفيظ ومصطفى، 2000:125).

ثانياً: التصميم التجريبي :

اختار الباحث تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية بطريقة الاختبار القبلي والبُعدي لكل منهما ، ويذكر (الحمداني وآخرون، 2006:161) و(الزويبي وآخرون، 1999:102) أن تعرض كلا المجموعتين لاختبار أولي ثم تعرض المجموعة التجريبية للمعالجة (المتغير المستقل) بثبوت المجموعة الضابطة (لا تتعرض للمتغير المستقل). " كما في الجدول (1).

### الجدول (1)

يبين التصميم التجريبي للبحث

المجموعة	التجانس	الاختبار القبلي	المعالجة التجريبية	الاختبار البُعدي
التجريبية (20)طالب	خصائص المتعلمين العامة + (الطول، الوزن، العمر)	- عادات العقل - الأداء المهاري لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	تصميم تعليمي -تعليمي {أنموذج كمب}	- عادات العقل - الأداء المهاري لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة
الضابطة (20)طالب			آلية التدريس المتبعة	

ثالثاً: مجتمع البحث وعينه :

اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء للعام الدراسي (2015-2016 )، والبالغ عددهم (93) طالباً من الذكور فقط ، وتم استبعاد الطلاب الممارسين للعبة الكرة الطائرة والراسيين والمعلمين الدارسين إذ بلغ عددهم(12) طالبا لإبعاد تأثير الخبرات السابقة وتحقيق السلامة الداخلية وبذلك أصبح مجتمع البحث التجريبية الرئيسة (86) طالب . وتكونت عينة البحث الرئيسة من ( 40 ) طالباً ما نسبته (46.5%) من طلاب جامعة كربلاء تم اختيارهم عشوائياً. وقد توزعت عينة البحث الرئيسة بالتساوي على شعبتين هما (A و B) بعد إجراء القرعة بين الشعب الثلاث.

تجانس عينة البحث:

لغرض تحقيق التجانس بين أفراد عينة البحث قام الباحث بإجراء القياسات لعينة البحث والمتمثل بقياس الطول (سم) ووزن الجسم (كغم) والعمر (سنة) كما مبين في الجدول (2) .

### الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد الدراسة والبحث لغرض

التجانس

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء

1	العمر	سنة	20.85	21	0.802	-0.560
2	الطول	سم	171.5	172	3.821	-0.457
3	الوزن	كغم	69.595	69.3	3.654	0.242

أن قيمة معامل الالتواء المستخرجة للعينه محصورة بين (-1 و +1) وبذلك تكون الفروق عشوائية مما يدل على تجانسها.

خامسا: الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث :

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
  - المقابلة الشخصية ملحق (2).
  - الاختبارات والقياس.
  - كاميرا تصوير نوع ( Sony ) يابانية الصنع عدد(1) .
  - جهاز عرض ( Data Show ) كوري الصنع عدد (1).
  - جهاز (لاب توب) نوع DELL عدد (1) صيني الصنع .
  - ميزان طبي صيني الصنع عدد (1).
  - كرة طائرة صينية الصنع عدد (20)
  - ملعب كرة طائرة وقياسات قانونية .
  - صور وأفلام تعليمية توضح مراحل أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
  - شريط قياس جلدي بطول (25 متر ) صيني الصنع عدد (1).
  - شريط لاصق عريض ملون (أصفر، أخضر، أزرق، أحمر) عدد(6).
- سادسا: إجراءات البحث الميدانية:

### 1. الخطوات الأساسية لأنموذج كمب Kemp :

- تحديد الأهداف التربوية العامة ومحتوى المادة:

" ترتبط الأهداف العامة بالمقرر الدراسي وهي عبارات تصف التغيرات أو النواتج المرغوبة والمرتبطة لدى المتعلم من خلال دراسة مواضيع ومحتوى المادة التعليمية للمقرر الدراسي" (Bayraktar, 2011:65)، إذ تم تحديد واعتماد الأهداف العامة ومحتوى المادة الدراسية لتدريس مادة الكرة الطائرة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة والمثبتة في نماذج الوحدات التعليمية المذكورة في الملحق (1).

- تحديد خصائص المتعلمين

حدد الباحثان خصائص المتعلمين العامة من خلال إعداد استمارة المعلومات التي تخص المتعلمين وتوزيعها على أفراد العينة قيد البحث، وذلك بعد عرضها على السادة الخبراء والمختصين الملحق (2)، لبيان آراءهم ومقترحاتهم ومدى صلاحيتها، علماً بأن قيمة (كا<sup>2</sup>) الجدولية كانت بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) = (3.84) كما مبين في الجدول (4):

الجدول (3)

يبين صلاحية فقرات المعلومات العامة (خصائص المتعلمين )

ت	المعلومات	عدد الخبراء	مربع كاي(x) <sup>2</sup>	الصلاحية
1	عمر الطالب	15	15	صالحة
2	عمل الطالب: هل يعمل بعد الدوام ؟ نعم ، كلا	15	15	صالحة
3	إذا كان الجواب نعم هل هو عمل مكتبي ؟ نعم ، كلا	10	1.67	غير صالحة
4	أي الوالدين على قيد الحياة: كلاهما الأب ، الأم	13	8.07	صالحة
5	مهنة الوالد : التحصيل الدراسي للوالد :	14	11.27	صالحة
6	مهنة الأم : التحصيل الدراسي للأم :	14	11.27	صالحة
7	هل يعيش الطالب مع والديه؟ نعم كلا	13	8.07	صالحة
8	عدد الأخوة والأخوات : ذكور إناث	11	3.26	غير صالحة
9	عدد الغرف في البيت :	7	0.06	غير صالحة
10	هل لديك غرفة مستقلة ؟ نعم كلا	8	0.07	غير صالحة
11	الحالة الاجتماعية : أعزب متزوج	14	11.27	صالحة
12	إذا كنت متزوج هل لديك أطفال ؟ نعم كلا	10	1.67	غير صالحة
13	الدار الذي يسكنه : ملك أيجار	11	3.26	غير صالحة
14	هل تتابع وسائل الإعلام المرئية والفضائيات؟ نعم كلا : إذا كانت الإجابة بنعم كم عدد ساعات المشاهدة	10	1.67	غير صالحة
15	محل السكن : حضر ريف	15	15	صالحة
16	الحالة الاقتصادية : ضعيفة مقبولة متوسطة جيد جيدة جداً	10	1.67	غير صالحة
17	ما مقدار الدخل الشهري للأسرة بالدينار ؟	8	0.07	غير صالحة
18	معدل الساعات التي يقضيها خارج المنزل يومياً	7	0.6	غير صالحة

غير صالحة	0.07	8	عدد ساعات المطالعة وتحضير الدروس يومياً	19
صالحة	8.07	13	هل تترتاد منتدى رياضي أو لديك اشتراك في إحدى القاعات الرياضية ؟ نعم كلا	20
غير صالحة	0.6	7	هل الأسرة تلبي احتياجاتك الأساسية ؟ نعم كلا	21
غير صالحة	0.07	8	هل تتوفر الظروف الملائمة للتفوق في الدراسة ؟ نعم كلا	22
صالحة	8.07	13	هل أنت من المشجعين والمتابعين للألعاب الفرقية ؟ نعم كلا	23
غير صالحة	1.67	10	هل تعاني من المشاكل على مستوى الأسرة اجتماعياً؟ نعم كلا	24
غير صالحة	0.07	8	هل لديك مشاكل صحية تعاني منها ؟ نعم كلا	25
صالحة	8.07	13	المعدل العام للسنة الماضية	26

• المتغيرات المؤثرة في العينة المبحوثة :-

شملت خصائص المتعلمين (العامة) التي تم تحديدها بعد أعدادها وترتيبها في الاستمارة ومثلها بالمعلومات الخاصة من الطالب . وأجرى الباحثون المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصلة منها لاستخراج التكافؤ بين مجموعتي البحث كما مبين في أدناه

1- العمر الزمني

تم حساب العمر الزمني بالسنين بعد الحصول على تولد الطالب من خلال استمارة المعلومات الخاصة به ، إذ تم اختيار الطلاب الذين تتراوح أعمارهم بين (20 - 21) سنة فقط .

2- عمل الطالب

الجدول (4)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير عمل الطالب

المجموعات	عدد العينة	يعمل	لا يعمل	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	6	14	1	0.436	3.84	غير دال
ضابطة	20	8	12				
المجموع	40	14	26				

3- أي الوالدين على قيد الحياة

الجدول (5)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الوالدان على قيد الحياة

المجموعات	عدد العينة	كلاهما	الأب	الأم	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	17	2	1	2	0.36	5.99	غير دال
ضابطة	20	18	1	1				
المجموع	40	35	3	2				

4- مهنة الوالد

الجدول (6)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مهنة الوالد

المجموعات	عدد أفراد العينة	موظف	متقاعد	أخرى	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	9	3	8	2	2.05	5.99	غير دال
ضابطة	20	7	1	12				
المجموع	40	16	4	20				

ملاحظة: يقصد بالموظف كل من يعمل بدوائر الدولة المختلفة، أما أخرى فيقصد بها كاسب .

5- التحصيل الدراسي للوالد

الجدول (7)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل الدراسي للوالد

المجموعات	عدد العينة	ابتدائية فما دون	متوسطة	إعدادية	دبلوم وبيكالوريوس فما فوق	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	4	7	3	6	3	1.136	7.82	غير دال
ضابطة	20	6	5	2	7				

				13	5	12	10	40	المجموع
--	--	--	--	----	---	----	----	----	---------

6 - مهنة الأم

الجدول (8)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مهنة الأم

المجموعات	عدد العينة	ربة بيت	موظفة	أخرى	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	14	5	1	2	1.29	5.99	غير دال
ضابطة	20	17	3	—				
المجموع	40	31	8	1				

ملاحظة: يقصد بالموظفة كل من يعمل بدوائر الدولة المختلفة ، أما أخرى فيقصد بها (متقاعدة ، صاحبة مشروع ، عاملة ، مزارعة ) .

7- التحصيل الدراسي للأم

الجدول (9)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير التحصيل الدراسي للأم

المجموعات	عدد العينة	ابتدائية فما دون	متوسطة	إعدادية	دبلوم و بكالوريوس فما فوق	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	8	3	4	5	3	1.016	7.82	غير دال
ضابطة	20	6	5	3	6				
المجموع	40	14	8	7	11				

8- هل يعيش الطالب مع والديه

الجدول (10)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير العيش مع الوالدين

المجموعات	عدد العينة	يعيش مع والديه	لا يعيش مع والديه	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	19	1	1	1.024	3.84	غير دال

				0	20	20	ضابطة
				1	39	40	المجموع

### 9- الحالة الاجتماعية

#### الجدول (11)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الحالة الاجتماعية

المجموعات	عدد العينة	متزوج	أعزب	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	2	18	1	0.228	3.84	غير دال
ضابطة	20	3	17				
المجموع	40	5	35				

### 10- محل السكن

#### الجدول (12)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير محل السكن

المجموعات	عدد العينة	حضر	ريف	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	12	8	1	0.106	3.84	غير دال
ضابطة	20	13	7				
المجموع	40	25	15				

### 11- ارتياد منتدى رياضي

#### الجدول (13)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الانتماء لمنتدى رياضي

المجموعات	عدد العينة	لديه انتماء	ليس لديه انتماء	درجة الحرية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	6	14	1	1.29	3.84	غير دال
ضابطة	20	3	17				
المجموع	40	9	31				

### 12- المعدل العام للسنة السابقة ( المرحلة الأولى ) :

تم الحصول على المعدل العام للسنة السابقة ( المرحلة الأولى ) لعينة البحث من اللجنة الإمتحانية في الكلية بعد أخذ موافقة العمادة بذلك ، كما في الجدول (14).

#### الجدول (14)

يبين تكافؤ العينة للمجموعات التجريبية والضابطة في متغير المعدل العام للسنة الدراسية السابقة

المجموعات	عدد أفراد العينة	مقبول	متوسط	جيد	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	الدالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	5	11	4	2	1.652	5.99	غير دال
ضابطة	20	3	12	5				
المجموع	40	8	23	9				

#### 2- مقياس عادات العقل :

قام الباحثون بالاستعانة بأداة تقيس عادات العقل لدى أفراد الدراسة من خلال الاطلاع على الدراسات والمقاييس التي تناولت هذا المتغير، وجرى اختيار مقياس عادات العقل لطلبة الجامعات الذي قام بإعداده في صورته الأجنبية كارل روجرز Carl Rodgers والمكون من ست عشرة عادة عقلية وفقاً لتصنيف كوستا وكاليك وبواقع أربع وستين فقرة (كوستا وكاليك، 2000: 32)، وقد قام عدد من الباحثين بترجمته للغة العربية واستخراج دلالات صدق وثبات على البيئة العربية منهم الكرمي (1996)، ونوفل (2008) والشمري (2010).

ولأغراض هذه الدراسة وبعد أخذ رأي بعض المحكمين المتخصصين، تم اختيار ثمان عادات عقلية رئيسية وكل عادة مكونة من أربع فقرات بمجموع (32) فقرة لكل المقياس، وذلك لملائمتها وطبيعية مفردات مناهج الدراسة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بصورة عامة وتوافقها مع أهداف البحث بصورة خاصة. والعادات المختارة هي: (المتابرة، التحكم بالتهور، الإصغاء بتفهم وتعاطف، التفكير بمرونة، التساؤل وطرح المشكلات، تطبيق المعارف السابقة على أوضاع جديدة، التفكير والتوصيل بوضوح ودقة، جمع البيانات باستخدام جميع الحواس)\*. وفيما يلي وصف مختصر لهذه العادات : (Costa, 2007: 12)

1- المتابرة : من طبيعة الأفراد الأكفاء أنهم يلتزمون بالمهمة الموكولة إليهم إلى حين أن تكتمل ولا يستسلمون بسهولة لل صعوبات التي تعترض سير عملهم .

2- التحكم بالتهور : من صفات الأفراد المتصفيين بحل المشكلات أنهم متأنون ويفكرون قبل أن يقدموا على عمل ما ، وبالتالي فهم يؤسسون رؤية لمنتج ما او خطة عمل ، او هدف او اتجاه قبل أن يبدأوا .

\* ينظر ملحق (1)

3- الإصغاء بتفهم وتعاطف : يمضي الناس ذو الفعالية العالية جزءا كبيرا من وقتهم وطاقاتهم في الإصغاء ، ويعتقد بعض علماء النفس إن القدرة على الإصغاء إلى شخص آخر أو التعاطف مع وجهة نظر الشخص الآخر وفهمها تمثل احد أعلى أشكال السلوك الذكي .

4- التفكير بمرونة : الأفراد المرنون لديهم القدرة على تغيير آرائهم عندما يلتقون ببيانات إضافية ، ويعلمون في مخرجات وأنشطة متعددة في آن واحد ، ويعتمدون على ذخيرة مختزنة من استراتيجيات حل المشكلات .

5- التساؤل وطرح المشكلات : من خصائص الإنسان المميزة نزوعه وقدرته على العثور على مشكلات ليقيم بحلها ، ويعرف الأفراد الذين يتسمون بالقدرة على حل المشكلات الفاعلون كيف يسألون أسئلة من شأنها أن تملأ الفجوات القائمة بين ما يعرفون وما لا يعرفون .

6- تطبيق المعارف الماضية على أوضاع جديدة : الأفراد الأذكياء يتعلمون من التجارب ، فعندما تواجههم مشكلة جديدة محيرة تراهم يلجئون إلى ماضيهم يستخلصون منه تجاربهم .

7- التفكير والتوصيل بوضوح ودقة : تلعب مقدرة المرء على تهذيب اللغة دورا مهما في تعزيز خرائطه المعرفية وقدراته على التفكير الناقد الذي يشكل القاعدة المعرفية لأي عمل ذي فاعلية ، ومن شأن إثراء تعقيدات اللغة وتفصيلها الخاصة في آن معا أن ينتج تفكير فاعلا فاللغة والتفكير أمران متلازمان ، حيث يعتبران وجهان لعملة واحدة .

8- جمع البيانات باستخدام جميع الحواس : يدرك الأفراد الأذكياء إن جميع المعلومات تدخل الدماغ من خلال مداخل حسية ، وأولئك الذين يتمتعون بمدخل حسية مفتوحة وبقظة وحادة يستوعبون معلومات من البيئة أكثر مما يستوعب الآخرون .

#### صدق مقياس عادات العقل:

للتأكد من صدق أداة الدراسة، في صورتها الجديدة وبعد أن تم اختيار ثمان عادات من عادات المقياس، تم عرضها على مجموعة السادة الخبراء والمختصين للأخذ بآرائهم وملاحظاتهم وتوجيهاتهم لمعرفة مدى صحة الأسئلة ووضوحها وكذلك مناسبتها لمستوى الطلاب مع وضع التعديلات المقترحة إن وجدت ، وفي ضوء آرائهم وإرشادهم جرى تعديل بعض الفقرات وإعادة صياغتها، لتحافظ العادات على عدد فقراتها البالغ ( 32 ) فقرة.

#### ثبات المقياس :

وللتحقق من ثبات المقياس قام الباحثان باستخدام طريقة الاختبار وإعادة ( Test - retest ) . من خلال تطبيق المقياس على (40) طالبا من خارج عينة البحث وبفارق اسبوعين إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون (0.87) ، مما يؤكد تمتع الاختبار بدرجة ثبات عالية وموثوق بها .

#### تصحيح مقياس عادات العقل:

تم تصميم المقياس وفقا لتدرج ليكرت الخماسي، وصححت استجابات الطلبة على فقرات المقياس بعد ترجمة سلم الإجابة اللفظي إلى سلم رقمي، وذلك بإعطاء موافق بشدة (5) درجات، موافق (4) درجات، موافق إلى حد ما (3) درجات، غير موافق (2) درجة، وغير موافق بشدة (1) درجة، وفي ضوء هذه الأرقام تم استخراج المتوسطات الحسابية لمستوى عادات العقل ، وبذلك تنحصر درجات أفراد العينة ما بين ( 32 - 160 )، وقد تم تصنيف المتوسطات الحسابية لتحديد مستوى امتلاك عادات العقل لدى أفراد العينة على النحو الآتي: (أقل من 2.33 منخفضة)، من (2.33 - 3.66 متوسطة)، أعلى من (3.66 مرتفعة).

#### 4- إجراءات تحديد الاختبارات لمهارة الضرب الساحق:

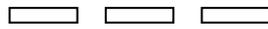
##### أ- تقييم الأداء الفني للضرب الساحق:-

من أجل تقييم الأداء الفني للضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد مجموعتي البحث، قام الباحثون باعتماد استمارة التقييم المعدة لهذا الغرض والمطبقة في دراسات سابقة. ويتم تقييم الأداء من قبل ثلاثة من السادة المختصين في مجال الكرة الطائرة (\*) بإعطاء (10) درجة عن كل محاولة ولثلاث أفضل محاولات فقط ، ثم حساب درجة كل فرد باستخراج الوسط الحسابي لمجموع درجاته فتصبح درجته من (10) .

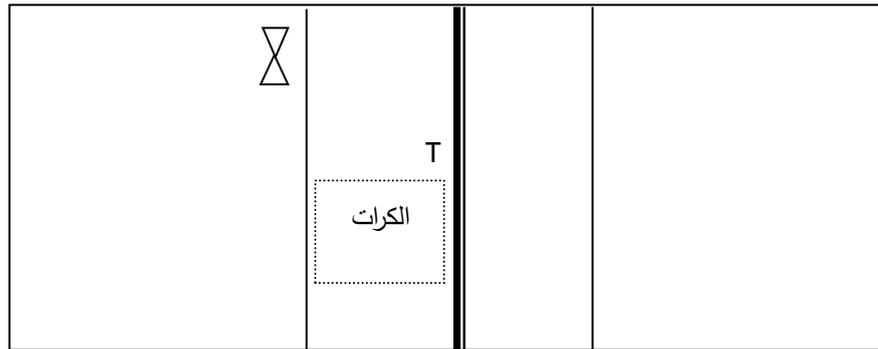
##### ب- اختبار تقييم أداء مهارة الضرب الساحق:

- الهدف من الاختبار : تقييم الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق من خلال الشكل الظاهري لها .
  - الادوات المستخدمة : ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (3) واستمارة تقييم .
  - مواصفات الاداء : يقوم الطالب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز (4) بحيث يقوم المدرس او احد افراد فريق العمل المساعد بإعداد الكرة له من مركز (3) ويقوم الطالب المختبر بأداء مهارة الضرب الساحق محاولاً اسقاط الكرة داخل الملعب المقابل .
  - شروط الاداء :
  - لكل طالب (3) محاولات متتالية
  - يحصل الطالب المختبر على (صفر ) في حالة ملامسة الكرة الشبكة وسقوطها داخل ملعب الطالب المختبر او في حالة خروج الكرة خارج ساحة الملعب المقابل للطالب المختبر او في حالة الضرب الساحق بطريقة غير المتفق عليها .
  - التسجيل :
- يقوم ثلاثة مقومون بتقويم المحاولات الثلاث المتتالية لكل طالب مختبر ويمنح ثلاث درجات عن كل مقوم علماً ان الدرجة النهائية لكل محاولة هي (10) درجات ، يتم بعدها اختيار افضل درجة عن كل مقوم ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات يتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر وكما موضح في الشكل (1) .

المقومون الثلاثة



الشبكة



(\*)

اختصاص التعلم الحركي الكرة الطائرة - جامعة كربلاء .

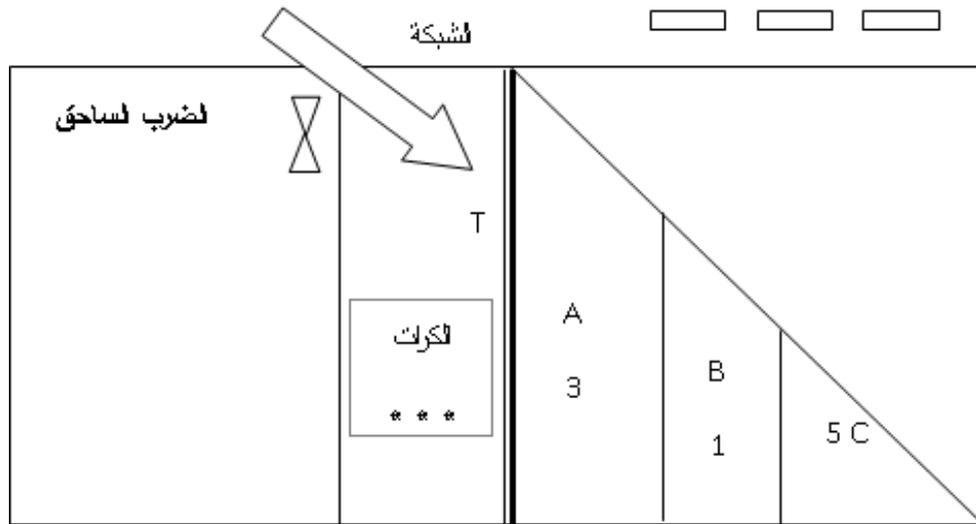
أ.م.د حاتم فليح حافظ

## الشكل (1)

يوضح اختبار تقييم الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

ت- اختبار تقويم الدقة لمهارة الضرب الساحق المستقيم:

- الهدف من الاختبار : قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق المستقيم في المثلث الداخلي من ملعب المنافس .
- الادوات المستخدمة : ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (5)، شريط لاصق ملون لتقسيم الملعب المقابل للاعب المختبر الى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي جهة الشبكة الى ثلاث مناطق قياس كل منها (3) أمتار وكما هو موضح في الشكل (4) .
- مواصفات الاداء :
- يقوم الطالب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز (4) بحيث يقوم المدرس او احد افراد فريق العمل المساعد بإعداد الكرات له من مركز (3) ويقوم الطالب المختبر بأداء المهارة محاولاً إسقاط الكرة في المثلث الداخلي للملعب المقابل (المقسم الى ثلاث مناطق ) .
- شروط الاداء :
- لكل طالب مختبر (5) محاولات متتالية .
- يجب ان يكون الاعداد جيداً في كل محاولة .
- تحتسب النقاط وفق مكان سقوط الكرة فيه وكما يأتي :-
- في المنطقة (A) ثلاث درجات .
- في المنطقة (B) درجة واحدة .
- في المنطقة (C) خمس درجات .
- خارج هذه المناطق الثلاث ( صفر ) من الدرجات . وكما موضح في الشكل (2)
- التسجيل :
- تحتسب للطالب المختبر الدرجات التي يحصل عليها في المحاولات الخمس، علماً ان الدرجة الكلية للاختبار هي (25) درجة .



الشكل (2)

يوضح اختبار قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

ث- الأسس العلمية لاختبارات الدقة والأداء الفني:

بين الباحثون صدق الاختبار المعني من خلال عرضه على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين وبذلك تحقق الصدق الظاهري، ولغرض استخراج مؤشرات الثبات والموضوعية لهما، تم إجراء التجربة الاستطلاعية، وتدوين البيانات في الاستمارة المعدة لها، تم إعادة تطبيق هذه الاختبارات على نفس أفراد العينة الاستطلاعية وتحت نفس الظروف وبفارق اسبوعين. وتم استخراج معامل الارتباط البسيط (سبيرمان) في الاختبار الأول والاختبار الثاني، وللتثبت من موضوعية التقييم للمحكمن استخرج الباحث معامل الارتباط البسيط (سبيرمان) بين تقديرات المحكمن لاستخراج الموضوعية كما مبين في الجدول (15).

الجدول (15)

يبين قيم معامل الثبات والموضوعية لاختبارات قياس الأداء الفني والدقة

ت	الاختبارات	معامل الثبات	الدلالة المعنوية	معامل الموضوعية	الدلالة المعنوية
1	الأداء الفني للضرب الساحق المستقيم	0.908	معنوي	0.892	معنوي
2	الدقة في أداء الضرب الساحق المستقيم	0.817	معنوي	0.943	معنوي

5- التجربة الأساسية :

بعد الانتهاء من تهيئة وإكمال جميع الإجراءات الضرورية، شرع الباحثون بتنفيذ التجربة الرئيسية من خلال الإجراءات الآتية:

6- الاختبارات القبلية :

تم إجراء الاختبار القبلي لأفراد مجموعتي البحث (عينة التجربة الأساس) من طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء والبالغ عددهم (40) طالب يوم الاثنين 17/11/2015 لمتغير عادات العقل ويوم الأربعاء 19/11/2015 لمتغيري الدقة والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق بعد إعطائهم وحدتين تعريفيتين حول مفردات الكرة الطائرة ومهاراتها، وبعد الحصول على البيانات وتدوينها في استمارات خاصة أعدت لهذا الغرض تمهيداً لمعالجتها إحصائياً ، تم الكشف عن تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المبسوثة وكما مبين في الجدول (16).

وفي ضوء هذه الأرقام تم استخراج المتوسطات الحسابية لمستوى عادات العقل ، وبذلك تنحصر درجات أفراد العينة ما بين ( 32 - 160 ) ، وقد تم تصنيف المتوسطات الحسابية لتحديد مستوى امتلاك عادات العقل لدى أفراد العينة على النحو الآتي: (أقل من 2.33 منخفضة)، من (2.33 - 3.66 متوسطة)، أعلى من (3.66 مرتفعة).

### جدول (16)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث ( الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبسوثة

نوع الدلالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الإحصائيات المتغيرات
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
غير معنوي	0.769	4.17	2.34	3.71	2.36	درجة	عادات العقل
غير معنوي	1.086	2.15	12.10	1.79	12.45	درجة	أداء الضرب الساحق
غير معنوي	0.447	3.76	18.40	3.84	18.60	درجة	دقة الضرب الساحق

علماً ان قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) تبلغ ( 2.042 ) .

### 7- التصميم التعليمي - التعليمي بأنموذج كيمب Kemp :-

طبّق التدريس بتصميم التعليم وفق أنموذج كيمب على أفراد المجموعة التجريبية ضمن الوحدات التعليمية المعدة لمادة الكرة الطائرة المرحلة الثانية والتي بلغت (12) وحدة تعليمية بمعدل وحدتين أسبوعياً بزمّن قدره (90) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة ، إذ استمر التدريس لمدة (6) أسابيع، بينما درست المجموعة الضابطة وفق الأسلوب التعليمي المعتمد والمتبع من قبل مدرس المادة .

وقد تضمنت الوحدات التعليمية مفردات المحتوى التعليمي بتصميم التعليم بأساليب تدريسية لعرض المادة التعليمية النظرية مع التأكيد على التنوع بأساليب التدريس ضمن الوحدات ، إذ لا يمكن اعتماد طريقة محددة أو أسلوب واحد من قبل المدرس في جميع الوحدات. ولأسلوب المجموعات والتعلم التعاوني دور مميز سواء في الجانب النظري أو العملي من الوحدات التعليمية، وما يمتلكه هذا الأسلوب من مميزات تساعد الطلبة المتعلمين على التعاون والعمل الجماعي وبالتالي تعليمهم وفق خصائصهم وإمكانياتهم. وايضاً استعمال التمرينات بتكرارات مناسبة والوسائل التعليمية وفق خصائص المتعلمين وحاجاتهم لاكتساب وتعلم الجوانب

المعرفية والمهارية ضمن الوحدات التعليمية العملية . بالإضافة الى ذلك اعتمد الباحثون على مجموعة من الاستراتيجيات التعليمية - التعلمية والتي جاءت منسجمة مع طبيعة العادات العقلية إضافة إلى سهولة استخدامها من قبل كل من المعلم والطلبة. ومن هذه الاستراتيجيات بالإضافة الى التعلم التعاوني، تم اعتماد استراتيجية العصف الذهني اذ تفترض هذه الاستراتيجية وجود مشكلة او موقف محير يحتاج إلى حل من خلال عملية استمطار او توليد الأفكار من قبل الطلبة بشكل جماعي في محاولة لتوليد اكبر عدد من الأفكار او الحلول ، ومن ثم تسجيلها على السبورة او لوح بغض النظر عن نوعيتها ، ومن ثم القيام بتقييم الحلول والأفكار بناء على معايير معينة تتفق عليها المجموعة. كذلك استخدام استراتيجية التأمل والتي تقتضي بمنح الطلبة وقتا كافيا للتفكير في المثبرات والمنبهات التي تعرضوا لها ، بهدف معالجتها بشكل معمق ، على أمل أن تخلق لديهم نوعا من التفكير غير المتسرع والذي يقود إلى نتائج راقية. وكان لاستراتيجية المنظم المتقدم دورا مهما من خلال تزويد المتعلمين بإطار فكري على هيئة محاور رئيسة لكل وحدة تعليمية ، بهدف تشكيل إطار نظري للمتعلمين يمكنهم من فهم ما سيدور في كل محاضرة. واخيرا تم تقديم نماذج مرئية او مسموعة او مقروعة والتي تظهر ضمن السياق الاجتماعي للمتعلمين، على أمل أن يقوم المتعلمون بتقليدها من خلال عملية مراقبة النموذج الذي يعرض سلوكا يحظى باهتمام الملاحظ خلال الوحدات التعليمية.

جميع هذه الاستراتيجيات تم دمجها ضمن الاطار العام للوحدات التعليمية من خلال التصميم التعليمي-التعلمي وفق انموذج كمب والذي كانت اهم اهدافه هي تنمية عادات العقل لدى فئات متنوعة من المتعلمين، والتي تفقد ضمنا إلى تنمية التفكير الابداعي وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة، وبالتالي فالتصميم يتبنى الاتجاه الصريح والمباشر لتعليم مهارات التفكير والاداء المهاري بدرس التربية الرياضية من خلال تعريف الطالب بمفهوم عادات العقل بشكل عام، وكيفية توظيف هذه العادات في المواقف التعليمية التي تواجهه وفي مجمل أنشطة حياته اليومية. كذلك محاولة مساعدة الطالب في توليد مرادفات او سلوكيات ذكية لأكبر عدد ممكن من المواقف المتنوعة على كل عادة من مواقف حياتية مختلفة مر بها و لكل عادة من العادات العقلية. كذلك محاولة تبصير الطالب بأهمية الانفتاح على آراء وخبرات الآخرين من خلال مجموعة من الاستراتيجيات المتناغمة المستخدمة ومنها التعلم التعاوني، تمكنه من مقارنة المشكلات التي تعترضه في المواقف التعليمية، بالإضافة الى تنمية الجوانب الاجتماعية والعقلية لديه وتشجيع عملية التواصل الفعال مع أقرانه من خلال دمجها في مجموعات غير متجانسة من حيث النتائج المعرفي والمهاري ومستوى عادات العقل. إذ تم تقسيم عينة المجموعة التجريبية الى أربعة مجاميع كل مجموعة متكونة من خمس أفراد مع تحديد مهام عمل كل فرد ضمن مجموعته وبيان أهمية العمل المشترك والتعاون بين أعضاء كل مجموعة سواء أكان في الدروس النظرية أو العملية والتركيز على المهارات الاجتماعية والعادات العقلية بين الطلبة أثناء العملية التعليمية مع التأكيد على توزيع الطلبة في مجموعات غير متجانسة الأداء وان كل عضو يتحمل المسؤولية القيادية للمجموعة ويشكل دوري وكما مبين بالتفصيل في الملحق (3)\*. "وان أسس العلاقات بين أسلوب التدريس والطالب تعتمد على درجة تأثير الأسلوب في الطالب وذلك من خلال تمتع الطالب بحرية الاستقلال الفردية البدنية والنفسية والاجتماعية والذهنية والمعرفية والأخلاقية والتربوية" (Moston,1995,14) . بالإضافة الى ذلك، تم إجراء الاختبارات التقييمية بشكل متواصل في نهاية كل وحدة تدريسية وتقييم المتعلمين

\* للحصول على الوحدات التعليمية جميعها بجوانبها النظرية والعملية ، يرجى مراسلة الباحثين على الاميل التالي:  
[hader\\_sport@yahoo.com](mailto:hader_sport@yahoo.com)

من خلال إجاباتهم وادائهم المهاري لاكتشاف نقاط القوة والضعف في مستواهم ، مع إعطاء التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء بشكل مستمر .

وقد اشتملت الوحدات التعليمية على محاور قسمت على الأسابيع الستة (12) وحدة تعليمية لتنمية عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة، جاء المحور الأول (الاسبوع الاول) معرفا بالعادات العقلية من خلال مجموعة من الأنشطة والفعاليات التي تعمق مفهومها على المستوى النظري والعملي. بينما تناول المحور الثاني (الاسبوع الثاني) تبصير الطالب بالكلمات المرادفة للعادة العقلية او ما تسمى بمصطلحات البرنامج بمجموعة من السلوكيات الذكية. أما عنصر الطلاقة في البرنامج التدريبي فحفل به المحور الثالث بما تضمن إطلاق العنان للطلبة المتدربين على توليد مواقف وأمثلة منتمة للعادات العقلية.

أما المحور الرابع فقد عني بتنمية قدرة الطالب على التعامل مع العادة العقلية كقدرة عقلية من خلال توظيفها في مجمل أنشطة حياته اليومية التي يتعرض لها . وحتى يكتمل الفهم الكلي لدى الطالب فقد جاء المحور الخامس مهتما باستخلاص المبادئ الأساسية لكل عادة عقلية ، بهدف غلق الموقف التدريبي . وتم اختتام كل لقاء في الوحدات التعليمية بنشاط تكميلي أطلق عليه اسم المشروع (project) ، بحيث يرصد الطالب جميع المواقف التي مارس فيها العادة العقلية في مقابل المواقف التي شعر فيها بقلّة ممارسته لها ( واجب بيتي ). كل هذه المحاور تم تصميمها لتكون جزءا من المواقف التعليمية لتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء، باستخدام استراتيجيات مختلفة بما يدعمها نموذج كعب ومن خلال مراحلها المختلفة. انظر نموذج لوحة تعليمية ( ملحق 3).

#### 8- الاختبارات البعدية :-

بعد الانتهاء من تدريس محتوى المادة التعليمية بتصميم التعليم وفق أنموذج كعب ، تم إجراء الاختبار البعدي يوم الاثنين الموافق 19 /1/ 2016 لمتغير العادات العقلية واختبارات الدقة والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة في يوم الاربعاء الموافق 21/1/ 2016 ، وبنفس الظروف والشروط ومواصفات الاختبار القبلي ودونت البيانات في الاستمارات المعدة لهذا الغرض تمهيداً لمعالجتها إحصائياً واستخراج النتائج .

#### 9- المعالجات الإحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي وللتحقق من فرضيته، استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية SPSS، من خلال استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة.

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

أولاً : عرض النتائج وتحليلها :

1. عرض نتائج فرق الاختبارات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة لمتغيرات العادات العقلية

والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته بالكرة الطائرة وتحليلها:

لأجل معرفة واقع هذه الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة، استخدم الباحثون اختبار (t) للعينات المرتبطة والمتساوية بالعدد. إذ أظهرت النتائج وجود فروق في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في اختبار العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته، والجدول (17) يبين ذلك

الجدول ( 17 )

يبين الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعدية بين أفراد المجموعة الضابطة في متغيرات العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	نوع الدلالة
			وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
1	عادات العقل	درجة	2.34	1.17	4.10	2.22	14.687	معنوي
2	الأداء الفني للضرب الساحق	درجة	3	0.82	5.94	0.68	12.78	معنوي
3	دقة الضرب الساحق	درجة	7.38	2.09	9.94	1.95	5.82	معنوي

قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) = (2.093)

إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للعادات العقلية في الاختبار القبلي وعلى التوالي (2.34) و(1.17). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار البعدي فبلغت (4.10) و(2.22). وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (14.687) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 19)، وهذا يؤكد معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين ولصالح الاختبار البعدي.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الضرب الساحق للمجموعة الضابطة هو (3) بانحراف معياري مقداره (0.82) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمهارة نفسها هو (5.94) بانحراف معياري مقداره (0.68) اما قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين فهي (12.78) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.18) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 19)، وهذا يؤكد معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين ولصالح الاختبار البعدي .

وأظهرت النتائج ان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الضرب الساحق للمجموعة الضابطة هو (7.38) بانحراف معياري مقداره (2.09) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمهارة نفسها وللمجموعة ذاتها هو (9.94) بانحراف معياري مقداره (1.95) اما قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين فهي (5.82) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 19) . وهذا يؤكد معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين ولصالح الاختبار البعدي.

2. عرض نتائج فرق الاختبارات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية لمتغيرات

العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته بالكرة الطائرة وتحليلها:

لأجل معرفة واقع هذه الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية، استخدم الباحثون اختبار (t) للعينات المرتبطة والمتساوية بالعدد ايضاً. إذ أظهرت النتائج وجود فروق في الأوساط الحسابية

والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في اختبار العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته، والجدول (18) يبين ذلك

### الجدول (18)

يبين الفرق بين الاختبارات القبلية والبعديّة بين أفراد المجموعة التجريبية في متغيرات التحصيل الأكاديمي والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته

نوع الدلالة	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الإحصائيات المتغيرات	ت
		انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي			
معنوي	34.857	3.56	5.18	2.71	2.36	درجة	عادات العقل	1
معنوي	18.38	0.73	7.44	0.72	3.13	درجة	الأداء الفني للضرب الساحق	2
معنوي	12.5	2.45	13.5	2	7	درجة	دقة الضرب الساحق	3

قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) = (2.093)

بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير للعادات العقلية في الاختبار القبلي وعلى التوالي (2.36) و(2.71). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار البعدي فبلغت (5.18) و(3.56). وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (34.857) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 19)، وهذا يؤكد معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين ولصالح الاختبار البعدي.

أما في اختبار الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق للمجموعة التجريبية فقد اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لهذه المهارة هو (3.13) بانحراف معياري مقداره (0.72) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمهارة نفسها وللمجموعة ذاتها هو (7.44) بانحراف معياري مقداره (0.73) اما قيمة (t) المحتسبة بين الاختبارين هي (18.38) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 1) = 19، وهذا يؤكد معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين ولصالح الاختبار البعدي.

اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لدقة مهارة الضرب الساحق للمجموعة التجريبية هو (7) بانحراف معياري مقداره (2) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمهارة نفسها وللمجموعة ذاتها هو (13.5) بانحراف معياري مقداره (2.45) اما قيمة (t) المحتسبة بين الاختبارين هي (12.5) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 1) = 19، وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي أيضاً .

### 3. عرض نتائج فرق الاختبارات البعدية لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغيرات

العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته بالكرة الطائرة وتحليلها:

لأجل معرفة واقع هذه الفروق الاختبارات البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية، أستخدم الباحثون اختبار (t) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد ايضاً. اذ أظهرت النتائج وجود تباين واختلاف بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار العادات العقلية والأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته، والجدول (19) يبين ذلك

#### جدول (19)

يبين الفرق بين الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات العادات العقلية والأداء

الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	نوع الدلالة
			وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
1	عادات العقل	درجة	4.10	2.22	5.18	3.56	19.905	معنوي
2	الأداء الفني للضرب الساحق	درجة	5.94	0.68	7.44	0.73	17.03	معنوي
3	دقة الضرب الساحق	درجة	9.94	1.95	13.5	2.45	12.86	معنوي

قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) = (2.042)

فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير العادات العقلية لأفراد المجموعة الضابطة على التوالي (34.20)، (3.22)، أما المجموعة التجريبية (التدريس بأنموذج كعب) فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (42.60)، (3.56). وأظهرت النتائج أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (19.905) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 2) = 38. وهذا يؤكد أن هناك فروقا معنوية بين القياسات البعدية لأفراد المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات المعنية بقياس العادات العقلية .

اذ أظهرت النتائج ان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي لاختبار الاداء الفني للضرب الساحق لمجموعة البحث الضابطة هو (5.94) بانحراف معياري مقداره (0.68) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي لاختبار الاداء الفني لمجموعة البحث التجريبية هو (7.44) بانحراف معياري مقداره (0.73). اما قيمه (t) المحتسبة بين الاختبارين فقد ظهرت بقيمة (17.03) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن = 2) = 38، وهذا يؤكد أن هناك فروقا معنوية بين القياسات البعدية لأفراد المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

اما في اختبار الدقة لمهارة الضرب الساحق فقد اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي لمجموعة البحث الضابطة هو (9.94) بانحراف معياري مقداره (1.95) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي

وللمجموعة البحث التجريبية هو (13.5) بانحراف معياري مقداره (2.45) أما قيمه (t) المحتسبة بين الاختبارين فقد ظهرت بقيمة (12.86) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن - 2) = 38 ، وهذا يؤكد أن هناك فروقا " معنوية بين القياسات البعدية لأفراد المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

ثانيا: مناقشة النتائج:

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (17) يتضح ان نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لمتغيرات العادات العقلية وأداء مهارة الضرب الساحق ودقته كانت ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبارات البعدية. ويعزو الباحثون معنوية الفروق هذه الى الأسلوب التدريسي المتبع من قبل مدرس المادة ، بالإضافة إلى أن عينة البحث هي عينة خام أي لم يسبق أن درست مفردات مادة الكرة الطائرة في السنة السابقة من الدراسة خاصة وهم في مرحلة تعلم واكتساب المعرفة العلمية عن مهارات اللعبة قيد البحث، ونتيجة للممارسة والتكرار واستعمال التمرينات الاعتيادية أثناء الوحدات التعليمية ساعدت في تمية العادات العقلية ورفع المستوى المهاري للضرب الساحق وبمستوى متذبذب بين افراد المجموعة وبصورة اقل من المجموعة التجريبية وكما بينه الجدول (18) ، اذ يرى مرعي والحيلة (2005:21) ان التعلم هو " تغير ثابت نسبياً بالحصيلة السلوكية للكانن الحي نتيجة الخبرة والمران " .

ويرى الباحثون، بأن الفرق الحاصل بين الاختبار القبلي والبعدى لدى عينة المجموعة التجريبية وكذلك الفرق الحاصل بين الاختبار البعدى للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في العادات العقلية قد يعود إلى التصميم التعليمي - التعليمي بأنموذج كعب والمستعمل ضمن مدة تدريس المحتوى التعليمي لمفردات مادة الكرة الطائرة والذي كان له الدور والأثر الكبير في زيادة كم المعلومات والمعارف التي تم تحصيلها من قبل الطلاب، حيث أنه تم تنظيم المعلومات بصورة منطقية متسلسلة من العام إلى الخاص مما أدى إلى زيادة استيعاب وتحصيلهم للجزء المقرر تدريسه في كل محاضرة. وما يتصف به هذا التصميم التعليمي من مواصفات تنظيمية وعلمية ساعدت وبشكل كبير في تنمية مستوى التفكير الابداعي باستخدام عادات العقل لدى الطلبة. إذ احتوى على النشاطات الحرة الموجهة توجيهها غير مباشر . مثل تعبير الطالب عن أفكاره واستعمال خياله والذي شجعه في رسم أفكار جديدة والتعبير عنها بحرية أمام زملائه مما جعله قادرا على الابداع. كذلك ابتعاد الوحدات التعليمية للتصميم عن الممارسات التقليدية المتبعة عادة في التعليم من حيث دمج متغيرات مثل العادات العقلية لتطوير التفكير مع تعلم المهارات الرياضية في الدروس العملية واستعمال استراتيجيات متنوعة وفق خصائص المتعلمين المختلفة والتي امتازت بالقدرة على إيصال هدف الدرس وفكرته إلى الطلبة بصورة مبسطة ومشوقة واعطت الحرية للطلاب في التفكير وطرح أفكاره وآرائه دون قيود ودون حرج، مما ولد الرغبة لدى الطالب في التفكير العمق والواسع في الأشياء والأسئلة التي تطرح لخلق ورسم أفكار إبداعية جديدة في الموضوعات التي تناولتها الوحدة التعليمية ، كذلك تطوير طريقة التفكير لدى الطلبة وتنظيم سلسلة أفكارهم وعرضها بشكل منظم ، مما ساعد على تفجير القدرة على الإنتاج الابداعي لديهم. وهذا كان ملاحظ من خلال النتائج الاحصائية وكذلك ملاحظة الطلبة اثناء الدرس. وفي هذا الصدد يرى كوستا وكاليك إن النظم التقليدية في التعليم تركز على النتائج المحددة ذات الإجابة الصحيحة فقط، في حين إن عادات العقل تسمح للطلاب بمرونة البحث عن الإجابة عندما لا يتمكن من معرفتها وخلق اتجاهات ايجابية

ورغبة شديدة نحو متابعة الدرس والحرص على الحضور، مما ينعكس ايجابيا على تحصيلهم المعرفي ومهاراتهم العقلية (حنا وعبد الرضا، 1990:118).

اضافة الى ذلك، يرى الباحثون، أن التدريس وفق التصميم التعليمي- التعليمي بأنموذج كمب كان أفضل وأكثر ايجابية من الاسلوب المتبع في التدريس، وذلك لشمولية هذا الأنموذج وإتباعه التسلسل المنطقي في عرض الموضوعات وما يعتمد عليه من أنشطة وفعاليات تتناسب ومادة الكرة الطائرة ومستوى إدراك الطلاب المعرفي مع مراعاة الفروق الفردية بينهم ، كذلك تنظيم محتوى المادة وانتقاء الطرائق والأساليب التدريسية التي قام باستعمالها المدرس ومنها التعلم التعاوني ضمن الوحدات النظرية والعملية والتي جعلت الطلاب أكثر اندفاعاً وانسجاماً واستعداداً لتلقي المعلومات بدافعية أكثر للتعلم . ويذكر (الصبيحاوي، 2002:49) "إن التعلم التعاوني يساعد على التعلم إذ انه يسهم في إيجاد فرصة للتعلم بأن يخطئ ويتعلم من أخطائه ، فضلاً عن الخوض في المناقشات المستمرة بين المتعلمين في المجاميع التعاونية وكل ذلك يؤدي إلى ثبات التعلم".

وكذلك يتبين من الجدول (18 ، 19) الى تفوق المجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهاري للضرب الساحق ودقته ، ويعزو الباحثون ذلك إلى تأثير التصميم التعليمي-التعليمي بأنموذج كمب ودوره في حصول عملية التعلم بصورة ايجابية، إذ اعتمد الباحثان لتحقيق عملية التعلم على عرض المادة التعليمية بطريقة منظمة مستنديين في عملهم إلى المصادر والاساليب الحديثة لعرض الصور والأفلام التعليمية وكذلك التدريب وبتمرينات ملائمة لمستوى استعداد وإمكانية المتعلمين ضمن خصائصهم العامة وبتكرارات مناسبة في الوحدات التعليمية العملية. وهذا يتفق وما جاء به ( شلش وصبحي، 2000:129-130) أن " الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق تناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سيلم وزمن مناسب والتدريب المستمر وحده يزيد من تطوير تعلم المهارة". بالإضافة الى وضوح الهدف العام من الوحدات التعليمية بأنموذج كمب وملانمتها لمستوى المتعلمين المبتدئين وقابلياتهم ادى الى التحسن الواضح في الاداء وهذا ما اشار اليه فؤاد (1989: 177) " ان وضوح الاهداف وتحديدها في صور سلوكيه او مستويات اداء معينه فأنها تكون لها مغزى وفاعليه". وظهر ذلك على كلا المجموعتين ولكن التأثير كان متبايناً بينهما .

ويؤكد الباحثون بان من ضمن المتغيرات الاخرى التي أثرت في زيادة التعلم واتقانه هو اتباع طريقة التجزئة للمهارات المعقدة والمركبة كمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ثم توحيد الحركات لأدائها بالطريقة الكلية والتدرج بها من السهل الى الصعب وقد بين ذلك اسامه راتب (1997: 77) . وذكر انه يفضل تقسيم المهارة الى اجزاء باعتبارها مهاره صعبة الاداء والطريقة الجزئية أكثر ملائمة لتلك المهارات في تعليم المبتدئين .

كما تشير ناهده (2002: 133) الى ان مهارة الضرب الساحق من المهارات الصعبة ولها مواصفات خاصة وتؤدي من أماكن مختلفة وبحركات مختلفة. ولهذا تحتاج الى تمرينات تطبيقية متنوعة وبأساليب تعليمية مختلفة لأداء التكرارات من أماكن متعددة واستخدام الكفاية التعليمية لها ، وبالتالي نلاحظ تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت فكرة تزامن ثلاثة اساليب تعليمية مختلفة لتعليم هذه المهارة ، حيث ان طلاب هذه المجموعة قد استفادوا من التنوع والتداخل والتغيير في اماكن الاداء وامكان توجيه الكرات وهذا ما اكد عليه عامر (1998: 78) " ان التمرين المتغير او المنوع يعد الاسلوب الافضل في مراحل التعلم لما يحققه في ايجاد برامج وقوانين حركيه يستفيد منها المتعلم وتساعد على ادائه لتلك المهارة تحت ظروف مشابهة لحالة

اللعبة ويتوجب عليه ان يتم الاداء من اماكن وزوايا واتجاهات مختلفة . وهنا يأتي دور أنموذج كعب في تنظيم محتوى المادة وانتقاء الاستراتيجيات التدريسية بخطوات متسلسلة ومرنة أسهم في جعل الطلاب أكثر استعدادا لتلقي المعلومات بشكل سريع وسليم وأكثر دافعية للتعلم وبالتالي تنظيم وتكامل المادة الدراسية لديه. إذ يؤكد كعب (2008:86) إلى أنه " يجب الأخذ بعين الاعتبار ( العمر ومستويات النضج والظروف البيئية والحالة الاجتماعية أو الاقتصادية ونتائج التحصيل). فهي تساعد في تخطيط البرامج التعليمية واختيار الموضوعات والمحتوى التعليمي وتحديد الأهداف السلوكية والأنشطة التعليمية والوسائل التعليمية المناسبة فضلاً عن اختيار استراتيجية التدريس الأمثل" .

بناءً على ما تقدم يُرجي الباحثون النتائج الايجابية المتحققة في تنمية عادات العقل وتحسن مستوى الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق ودقته بالكرة الطائرة للمجموعة التجريبية إلى وجود الطلاب في أجواء جديدة متمثلة بالتصميم التعليمي- التعليمي وفق أنموذج كعب لتنظيم المواقف التعليمية وتهيئة البيئة الملائمة لعرض المادة للمتعلمين بحسب حاجاتهم وخصائصهم العامة وإمكانياتهم مع اختلاف الأداء أدى إلى حدوث هذا التطور بالإضافة إلى انتظام الطلاب في حضور الوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة وممارستهم أساليب جديدة بوسائل تعليمية متنوعة لم تكن مألوفة لديهم في المحاضرات الأخرى مما عزز دافعية الطلاب في تعلم مهارة الضرب الساحق بكل مثابرة ونجاح. وبذلك يكون الباحثان قد حققوا اهداف وفرضية البحث.

## الاستنتاجات والتوصيات

### أولاً : الاستنتاجات :

1- فاعلية التصميم التعليمي- التعليمي بأنموذج كعب Kemp في تنمية عادات العقل وتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### ثانياً : التوصيات :

- 1- يمكن اعتماد وتطبيق هذا التصميم التعليمي التعليمي بأنموذج كعب في تدريس مواد مختلفة ولمهارات اخرى في مجال التربية الرياضية وإجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية.
- 2- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على الطالبات في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 3- تنظيم دورات تدريبية للتدريسيين على هذا التصميم للاستفادة منه وتطبيقه في دروس التربية الرياضية.

## المصادر

### أولاً : العربية

- اسامة كامل راتب. (1997). الاعداد التفسري لتدريب الناشئين، ط1 ، القاهرة، دار الفكر العربي.
- حنا ، عزيز؛ وعبد الرضا ، أنوار .(1990). مناهج البحث التربوي. بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر .
- الخولي ، أمين ؛ وعنان ،محمود.(2001). المعرفة الرياضية .القاهرة : مركز الكتاب للنشر.
- الصبيحايوي، حيدر.(2002). تأثير مناهج تعليمي مقترح باستخدام التعلم التعاوني في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .قسم التربية الرياضية ،كلية التربية الأساسية ، الجامعة المستنصرية .

- الطائي، ظافر .(2012) . أثر منهج وفق أنموذج كمب باستخدام التنافس (الفردى والزوجى) فى تعلم بعض الجوانب المعرفية والمهارية بسلاح الشيش . كلية التربية الرياضية، جامعة بابل .
- عبد الحفيظ ، اخلاص ؛ ومصطفى، حسن .(2000) . طرق البحث العلمى والتحليل\_الإحصائى فى المجالات التربوية والنفسية والرياضية . القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- عبد الهادى، نبيل .(2002). مدخل إلى القياس والتقويم واستخدامه فى مجال التدريس الصفى . الأردن : دار وائل للنشر والتوزيع .
- عودة، احمد ؛ ومكاوى، فتحى .(1998). القياس والتقويم فى العملية التدريسية . أريد: دار الأمل .
- فؤاد سليمان قلادة .(1989). الاهداف التربوية وتدريس المناهج، الاسكندرية، دار المطبوعات الجديدة.
- قطامى، يوسف وآخرون . (2001). اساسيات تصميم التدريس، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- كمب ، جيرالد ،(1985). التصميم التعليمى خطة لتطوير الوحدة الدراسية والمساق : ( ترجمة ) محمد الخوالدة ، جدة : دار الشروق .
- كوستا، آرثر وكاليك، بينا .(2000). تفعيل واشغال عادات العقل. ترجمة مدارس الظهران الاهلية بالسعودية: دار الكتاب للنشر والتوزيع.
- مرعى، توفيق ؛ والحيلة ، محمد .(2005). طرائق التدريس العامة. الأردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- ناهده عبد زيد .(2002). تأثير التداخل فى اساليب التمرين على تعلم مهارتى الارسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد .
- نوفل، محمد .(2008). تطبيقات عملية فى تنمية التفكير باستخدام عادات العقل. عمان: دار المسيرة.
- الياسرى، محمد.(2010). الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية . بغداد : دار الضياء للطباعة والتصميم.
- الكركى، وجدان .(2007). فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى عادات العقل فى تنمية التفكير الناقد لدى طلبة الجامعة. أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.
- الشمري، نداء .(2010). عادات العقل والذكاء الانفعالي وعلاقتها التحصيل الدراسى لدى طلبة جامعة الجوف فى المملكة العربية السعودية، رسالة دكتوراه منشورة ، جامعة اليرموك ، إريد – الأردن .

#### ثانيا: المصادر الاجنبية :

- Costa, A. (2007). *Building Amore Thought – Full Learning Community Welcome to the Institute*, [http://with Habits of Mind. \(On-line\). Available for Habits of Mind | Institute For Habit of Mind](http://with Habits of Mind. (On-line). Available for Habits of Mind | Institute For Habit of Mind).
- Costa , A. & Kallick , B. (2004). *Habits of Mind* . Retrieved , August 30,2005, From: <http://www. Habits-of-mind.net/whatare.html>.

- Dyson, B., & Grineski, S. (2001). Using cooperative learning structure in physical education. *Journal of physical education, Recreation, and Dance*, 72 (2), 28–31.
- Kemp, J.E., (1985) *The Instructional Design Process*, Heppner & Row, New York.
- Mosston, M. & Ashworth A. (1995). *Teaching Physical Education*, Fourth Edition, New York, Macmillan College Publishing.
- Mosston, M., & Ashworth, S (2002). *Teaching Physical Education (5th ed.)*. San Francisco: Benjamin Cummings.
- UNESCO. (2006). *UNESCO and Education in Iraq Fact sheet*. March 28, 2006.

### ملحق (1)

#### أسماء السادة الخبراء والمختصين

الاختبار المعرفي	الأهداف السلوكية	اختبار الدقة واستمارة تقييم الأداء	خصائص المتعلمين العامة	مكان العمل	الاختصاص	اللقب العلمي والاسم	ت
x	✓	x	✓	كلية المستقبل الجامعة	طرائق التدريس	أ.د محمود داود الربيعي	1
x	✓	x	✓	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل	اختبارات وقياس	أ.د محمد جاسم الياسري	2
x	✓	✓	✓	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل	تعلم حركي كرة الطائرة	أ.د ناهده عبد زيد الدليمي	3
x	✓	x	✓	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل	تعلم حركي الكرة الطائرة	أ.د صدام محمد فريد	4
x	x	✓	✓	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة	اختبارات وقياس	أ.د سلمان عكاب سرحان	5
✓	x	x	✓	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل	تعلم حركي الكرة الطائرة	أ.م. د ميثم لطيف ابراهيم	6

✓	✗	✓	✗	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة بابل	تدريب - الكرة الطائرة	أ.م. د سهيل جاسم المسماوي	7
✓	✗	✗	✓	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة كربلاء	علم النفس الكرة الطائرة	أ.م. د حسين عبد الزهرة عبد أليمة	8
✗	✓	✓	✓	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة كربلاء	اختبارات وقياس	أ.م. د حسن علي حسين	9
✗	✗	✓	✓	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة الكوفة	تعلم حركي كرة الطائرة	أ.م. د محمد ياسر مهدي	10
✓	✗	✓	✓	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة الكوفة	تدريب كرة الطائرة	أ.م. د باسم حسن غازي	11
✓	✗	✗	✓	كلية التربية البدنية وعلم الرياضة - جامعة القادسية	فسلجة الكرة الطائرة	أ.م. د أسعد عدنان عزيز	12

## ملحق (2)

### مقياس عادات العقل

تعليمات مهمة للإجابة: تعكس الفقرات الآتية ما يمتلكه الطالب من عادات عقلية، وهي ليست اختباراً أو قياساً، وإنما هي مجموعة من المؤشرات الدالة على توافر العادات العقلية وهي: (المثابرة، التحكم بالتهور،

الإصغاء بتفهم وتعاطف، التفكير بمرونة، التساؤل وطرح المشكلات، تطبيق المعارف السابقة على أوضاع جديدة، التفكير والتوصيل بوضوح ودقة، جمع البيانات باستخدام جميع الحواس).  
وقد تضمن المقياس ( 32 فقرة)، يمكن للطالب أن يقرأها ويتأملها ويضع لنفسه إشارة (×) أمام كل فقرة لبيان مدى تطابق ما يرد في الفقرة مع ما يناسبه على تدرج يتكون من خمسة مستويات وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي، وهي: (دائماً، وغالباً، وأحياناً، ونادراً، وأبداً).

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	أستمر في المحاولة ولا أستسلم بسهولة.					
2.	أتأكد من العمل قبل تقديمه.					
3.	أنفذ أعمالي حتى وإن واجهتني صعوبات.					
4.	أجد طرقاً بديلة لعمل الأشياء.					
5.	أتجنب التكرار في الكلام.					
6.	أفكر قبل أن أتكلم.					
7.	أستخدم أدوات ومراجع (الدوريات، المعاجم، الموسوعات، الخرائط، القاموس).					
8.	أتكلم بشكل محدد وبدون تعميمات.					
9.	أفكر قبل القيام بأداء المهمات الموكلة إلي.					
10.	أطرح أسئلة للتوضيح قبل تحديد الإجابة.					
11.	أنتظر بشكل فعال عند الاستماع للتوجيهات.					
12.	أستمع للآخرين قبل الرد عليهم.					
13.	أستفهم بماذا؟ طلباً لمزيد من المعلومات.					
14.	أسأل كيف: للاستفسار عن عمليات البحث.					
15.	أسأل لماذا: للاستفسار عن الأسباب.					
16.	أسأل ماذا لو: للاستكشاف عن الاحتمالات.					
17.	أذوق التعلم وأستمتع فيه.					
18.	لدي فضول حقيقي في التعرف على الناس، والأماكن، والأشياء.					
19.	أبدي لهفة للتفكير في مختلف الأشياء.					
20.	أبدي إحساس بالاهتمام والنشاط بالمهمة.					
21.	أبحث عن أفكار جديدة.					
22.	أتفهم وجهات نظر الآخرين وأقبلها.					
23.	أغير رأبي عندما يقدم الي تفسير مقنع.					

					أبين ايجابيات قضية معينة وسلبياتها.	.24
					أستخدم أكثر من حاسة واحدة في التعلم.	.25
					أستنكه الروائح والمذاق.	.26
					أستجيب بيقظة للأصوات والصور.	.27
					أحب لمس وتحسس الأشياء.	.28
					أفعل الأشياء أكثر من مرة واحدة (مثلا المراجعة).	.29
					أستثمر الوقت في العمل بشكل صحيح ولا أتعجل الأمور.	.30
					أتحقق من الدقة باستمرار.	.31
					أجعل شخصاً آخر يراجع العمل قبل تقديمه.	.32



### ملحق (3)

المرحلة : الثانية  
التاريخ:

نموذج لوحدة تعليمية بتصميم تعليمي – تعليمي بأنموذج كعب في مادة الكرة الطائرة (نظري)  
الوحدة التعليمية الأولى

المجموعة : التجريبية  
عدد الطلاب : (20) مجموعة تجريبية  
زمن الوحدة : 90 دقيقة  
المكان : القاعة الدراسية

الهدف التعليمي	1. التعرف على تاريخ لعبة الكرة الطائرة وتطور قوانينها 2. التعريف بعادات العقل بصورة عامة وممارسة عادة المثابرة		
الهدف التربوي	1 – تعزيز الثقة بالنفس والعمل الجماعي. 2 – من خلال عمل الطلبة ممارسة لعادة المثابرة (العقلية) .		
الأدوات والأجهزة	سبورة – أقلام ماجك- حاسوب (لاب توب) – أفلام تعليمية – جهاز العرض (Data Show) .		
أقسام الوحدة	الوقت	الفاعليات (التفاصيل)	الملاحظات
1.التمهيدي	20 د 5 د 15 د	تسجيل الغياب وتحضير الأدوات والأجهزة . تهيئة أذهان الطلاب من خلال البدء بطرح فكرة مبسطة عن ماهية اللعبة الجماعية بشكل عام ولعبة الكرة الطائرة بشكل خاص وما ينتج عن ممارستها ومشاهدتها أيضا من فوائد عديدة صحية واجتماعية وغيرها مما أدى إلى انتشارها بشكل واسع في جميع بلدان العالم .	التأكيد على الالتزام بالهدوء والانتباه.
2.القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي (المقدمة والعرض )	60 د 45	- البدء بكتابة عبارة ما هي لعبة الكرة الطائرة على السبورة بشكل واضح وحولها دائرة بلون بارز لتمييزها . - فسح المجال أمام الطلاب لطرح أفكارهم وما يدور في أذهانهم للإجابة وكتابة أجوبتهم حول الدائرة بشكل مبسط بعدها يتم مناقشة كل فكرة أو إجابة ومقارنتها مع الإجابات الأخرى كمدخل لطرح موضوع الوحدة . - يطرح المدرس مفردات المادة التعليمية لتأريخ لعبة الكرة الطائرة بشكل متسلسل واضح بعرض بور بوينت والذي تم إعداده مسبقا لهذا الغرض مع فسح المجال بشكل منتظم للمداخلات وطرح الأسئلة من قبل الطلبة. - طرح الأسئلة المباشرة من قبل المدرس وسماع الإجابة عليها ثم مناقشتها لتفعيل دور الطالب في التعلم - يقوم المعلم بتقديم نص يتضمن مفهوم عادة المثابرة (عادة عقلية) للطلبة من خلال إحدى أدوات العرض المتوافرة للتدريب ، على النحو الآتي :	التأكيد على المشاركة الفاعلة وعدم التردد والخجل من طرح الإجابة .  - عرض فلم تعليمي عن

<p>مواقف واحداث حصلت اثناء مباريات للكرة الطائرة تشجع على عادة المثابرة العقلية</p> <p>يجري المعلم حوارا تفاعليا بين الطلبة يحاول فيه أن يجيب عن تساؤلات واستفسارات الطلبة حول مفهوم عادة المثابرة بمساعدة يسيرة منه.</p>	<p>يقصد بعادة المثابرة الاستمرار او الإصرار في أداء المهمة او الواجب الذي يقوم به الفرد ، إذ من طبيعة الناس الأكفاء أن يلتزموا بالمهمة الموكولة إليهم إلى حين أن تكتمل ، ولا يستسلمون بسهولة لما يواجهونه من صعاب . فهم قادرون على تحليل المشكلة التي تعترض سير تقدمهم نحو العمل على انجازها. كما يطورون نظاما او هيكل او استراتيجية لمقارعتها ، ولديهم ذخيرة مختزنة من الاستراتيجيات البديلة لحل ما يواجهونه من مشكلات ، وبالتأكيد يستخدمون سلسلة منها لتحقيق أهدافهم . ويجمعون الأدلة على نجاح استراتيجيات حل المشكلات التي يتبعونها ، وإذا لم تنجح استراتيجية ما فإنهم يعرفون كيف يتراجعون ليحربوا الاستراتيجية مرة أخرى ، او يقومون باستبدالها باستراتيجية جديدة ، فهم يدركون متى ينبغي رفض نظرية او فكرة واستخدام أخرى.</p> <p>- باستخدام استراتيجية العصف الذهني يطرح الطلبة تساؤلاتهم حول مفهوم عادة المثابرة كعادة عقلية واستخدامها، ويكون دور المعلم العمل على تسجيل هذه التساؤلات على لوحة او بطاقة (flip chart) دون إصدار أحكام تقويمية على تساؤلات الطلبة .</p>	
---	---	--

الملاحظات	الفاعليات والمهارات	الوقت	أقسام الوحدة
<p>ضرورة الانتباه للمدرس ومحاولة الإجابة عن الأسئلة المطروحة .</p> <p>يطلب المعلم من الطلبة المتدربين إعلان ما توصلوا إليه من تعريفات جديدة لعادة المثابرة أمام زملائهم من خلال إستراتيجية العرض ( Data Show )</p>	<p>يتأكد المعلم من فهم الطلبة للعادة العقلية ( المثابرة ) من خلال أسئلة قصيرة على النحو الآتي :</p> <p>عزيزي الطالب :</p> <p>بعد أن تعرفت إلى مفهوم عادة المثابرة ، يرجى منك العمل على صوغ تعريف خاص بك لهذه العادة :</p> <p>يطلب المعلم من الطلبة استخدام استراتيجية التأمل فيما عرض من تعريفات من قبل زملائهم ، ثم إجراء بعض الإضافات او التطوير للتعريفات التي قدمت مستفيدين مما قدمه زملائهم في توليد تعريف جديد لعادة المثابرة .</p> <p>بعد الانتهاء من عرض المادة وطرح التساؤلات وسماع الإجابة حولها ومناقشتها يكتب السؤال التالي</p>	15د	ب- التقويم-

<p>في حالة وجود مشاركة متدنية من قبل بعض المتدربين يلجأ المعلم المدرب إلى إستراتيجية التعلم التعاوني من خلال تشكيل المجموعات غير المتجانسة من الطلبة يكلفهم بمهمة تذكر السلوكيات .</p>	<p>على السبورة أكتب بإيجاز عن لعبة الكرة الطائرة ومهاراتها. وتكون الإجابة لكل طالب على ورقة خاصة تجمع بعد انتهاء الوقت المخصص للتقويم (10) .  - توجيه سؤال وبشكل شفوي حول آلية ما تم استخدامه في عرض المادة من قبل المدرس ومدى حبهم وتفاعلهم معه وطرح المشاكل التي واجهتهم خلال المحاضرة .  - يطلب المعلم من الطلبة الاسترخاء ، وغمض العينين ، ومن ثم يطلب إليهم تذكر أكبر عدد ممكن من السلوكيات الذكية الدالة على عادة المثابرة وفي أي جزء من الفلم التعليمي بمباريات الكرة الطائرة ظهرت هذه العادة العقلية.</p>										
<p>الاهتمام والانتباه للمعلومات المطروحة خلال الإرشادات والعمل بها وضرورة حل الواجب البيتي للمحاضرة القادمة.</p>	<p>- الإرشادات التربوية والتغذية الراجعة وإعطاء الواجب للمحاضرة القادمة وهو:  العمل على رصد جميع المواقف التي تظهر فيها عادة المثابرة ( العقلية) والتي سنتشاهدها في الجانب الرياضي وغيره. وهل تنطبق عليك ام لا؟ وجميع المواقف التي شعرت بأنها اتصفت بعدم ممارسة عادة المثابرة كنت فيها غير مثابر، من خلال كتاب هذه المواقف وفق القائمة الآتية :</p> <table border="1" data-bbox="571 943 1704 1286"> <thead> <tr> <th data-bbox="571 943 1137 1031">مواقف</th> <th data-bbox="1137 943 1704 1031">مواقف مارست عادة المثابرة</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="571 1031 1137 1118"></td> <td data-bbox="1137 1031 1704 1118"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="571 1118 1137 1206"></td> <td data-bbox="1137 1118 1704 1206"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="571 1206 1137 1286"></td> <td data-bbox="1137 1206 1704 1286"></td> </tr> </tbody> </table>	مواقف	مواقف مارست عادة المثابرة							10 د	3. القسم الختامي
مواقف	مواقف مارست عادة المثابرة										

المجموعة : التجريبية

عدد الطلاب : (20) مجموعة تجريبية

زمن الوحدة : 90 دقيقة

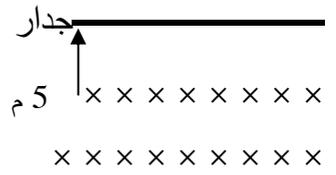
المكان : القاعة المغلقة في الكلية

نموذج لوحدة تعليمية بتصميم تعليمي – تعلمي بأنموذج كعب في مادة الكرة الطائرة (عملي)  
الوحدة التعليمية الثانية

المرحلة : الثانية  
التاريخ:

الهدف التعليمي		1- تعلم مهارة الضرب الساحق المواجه 2- تطبيق وممارسة عادة المثابرة (العقلية)	
الهدف التربوي		1 - تنمية الثقة بالنفس 2 - التأكيد على الانسجام بين أفراد المجموعة . 3 - التعاون مع الزملاء .	
الأدوات والأجهزة		ملعب كرة طائرة - 10 كرات - سبورة - أقلام ماجك - حائط - شريط ملون - حاسوب (لاب توب) - أفلام تعليمية .	
أقسام الوحدة	الوقت	الفاعليات والمهارات	التنظيم ( التشكيلات )
1. القسم الإعدادي أ - المقدمة ب - الإحماء العام ج- الإحماء الخاص	25 د 3 د 10 د 12 د	تسجيل الغياب وتحضير الأدوات والأجهزة . تهيئة الجهاز الدوري التنفسي والمجاميع العضلية والعصبية والمفاصل من خلال أداء حركات أثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين أماما عاليا تبادل رفع الكعبين. تمارين بدنية متخصصة حركية انتقالية (مطاولة مرونة ) مع تمارين بالكرات (التحسس بالكرة ) مثل - (وقوف، فتحاً) فتل الجذع للجانبين . 4 مرات - (جلوس طويل) مد الذراعين أماماً ومس أصابع القدمين . 8 مرات	xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx  T  × × × × ×  × ×  × T ×
2. القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي	60 د 15 د	البدء بكتابة عبارة ما هي مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة على السبورة بشكل واضح وحولها دائرة بلون بارز لتمييزها . - فسح المجال أمام الطلاب لطرح أفكارهم وما يدور في أذهانهم للإجابة وكتابة أجوبتهم حول الدائرة بشكل مبسط بعدها يتم مناقشة كل فكرة أو إجابة ومقارنتها مع الإجابات الأخرى كمدخل لطرح موضوع الوحدة . - يطرح المدرس مفهوم وأنواع الضرب الساحق بشكل متسلسل واضح بعرض بور بوينت والذي تم إعداده مسبقاً لهذا الغرض مع فسح المجال بشكل منتظم	

		<p>للمداخلات وطرح الأسئلة من قبل الطلبة.</p> <p>- طرح الأسئلة المباشرة من قبل المدرس وسماع الإجابة عليها ثم مناقشتها لتفعيل دور الطالب في تعلم هذه المهارة، وكذلك أهمية عادة المثابرة ( العقلية) في تعلم وتطوير هذه المهارة بشكل خاص.</p> <p>- باستخدام التعلم التعاوني وتوزيع الطلبة بمجموعات يتم شرح وعرض دلائل المهارة وكيفية أدائها من خلال استخدام الرسوم التوضيحية والصور والأفلام وورقة العمل .</p> <p>-استخدام استراتيجيات العصف الذهني من خلال طرح الطلبة تساؤلاتهم حول الضرب الساحق وانواعه مع ذكر أهم الأخطاء الشائعة لتعلم هذه المهارة ، ويكون دور المعلم العمل على تسجيل هذه التساؤلات على لوحة او بطاقة ( flip chart) دون إصدار أحكام تقييمية على تساؤلات الطلبة .</p> <p>إعطاء المدرس معلومات عامة عن المهارة وشروط أدائها بالشكل الصحيح .</p> <p>- مواصفات المهارة وكيفية أدائها .</p> <p>- التغذية الراجعة المسبقة للأداء الفني للمهارة .</p>		
--	--	--	--	--

أقسام الوحدة	الوقت	الفعاليات والمهارات	التنظيم ( التشكيلات )	الملاحظات
		-التذكير بمراحل أداء المهارة الرياضية من خلال توجيه الأسئلة للطلاب والاستماع لإجاباتهم والتصحيح المباشر من خلال التغذية الراجعة الفورية .		ضرورة الانتباه للمدرس ومحاولة الإجابة عن الأسئلة المطروحة .
ب-النشاط التطبيقي	35 د	<p>البدء بتطبيق ماتم تعلمه مع مراعاة الالتزام بالية تنفيذ هذه المهارة من خلال:</p> <p>1- يقوم الطالب بعمل الخطوات التقريبية والنهوض بدون كرة</p> <p>2-يقف الطالب على بعد 3-4 متر امام حائط ثم يقوم بعمل الخطوات التقريبية ثم ضرب الكرة المرفوعة من قبل زميل على الحائط</p> <p>3- عمل الخطوات التقريبية ثم ضرب الكرة المحمولة بيد المدرس الواقف على صندوق خشبي خلف الشبكة وفي الملعب المقابل.</p>		التأكيد على الأداء الصحيح للمهارة وبأقسامها(التحضيرية)

<p>والرئيسي والختامي)</p>	<p>× × × × × × × × ×</p>  <p>*</p>	<p>5- عمل الضرب الساق الى مناطق محددة داخل الملعب المقابل.</p> <p>6- ضرب الكرة من فوق الشبكة من قبل الطالب الواقف في منتصف الملعب الى الزميل الذي يقف في منتصف الملعب المقابل مع تصحيح الاداء من قبل الزميل الملاحظ</p> <p>7- ارسال الكرة الى الطالب الذي يقف في نهاية الحدود الخلفية للساحة المقابلة ثم يقوم هذا الثاني بأرسالها ايضاً الى زميله تصاحب هذه العملية تصحيح الزميل الملاحظ للأداء.</p> <p>8- يغير الطالب وقفته في الملعب المقابل في كل مرة ويحاول الطالب ضارب الارسال توجيه الكرة اليه مع التصحيح.</p> <p>9- رسم مربعات داخل الملعب يحاول اللاعب المرسل ارسال الكرة الى داخل هذه المربعات يرافق ذلك تصحيح الاداء.</p> <p>10- وضع حبل فوق الشبكة وعلى ارتفاع 1.5 متر يحاول اللاعبون ضرب الارسال بين الحبل والشبكة لتعويدهم على اداء الارسال بدقة وعلى ارتفاع منخفض وقريب من الشبكة.</p> <p>بعد الانتهاء من عرض وتطبيق مهارة الضرب الساق وطرح التساؤلات وسماع الإجابة حولها ومناقشتها ، يقوم المعلم بسؤال الطلبة عن انواع واليه تطبيقها واهم الأخطاء الشائعة. وتكون الإجابة لكل طالب على ورقة خاصة تجمع بعد انتهاء الوقت المخصص للتقويم (10) .</p> <p>- توجيه سؤال وبشكل شفوي حول آلية ما تم استخدامه في عرض المادة من قبل المدرس ومدى حبهم وتفاعلهم معه وطرح المشاكل التي واجهتهم خلال المحاضرة .</p> <p>- يطلب المعلم من الطلبة الاسترخاء ، وغمض العينين ، ومن ثم يطلب إليهم تذكر الأداء الفني للمهارة.</p>	<p>10 د</p>	<p>ج- التقويم</p>
		<p>-تمارين أرخاء وتهدئة عامة للجسم .</p> <p>-الإرشادات التربوية والتغذية الراجعة وإعطاء الواجب للمحاضرة القادمة .</p> <p>- الانصراف بصيحة إنهاء الدرس.</p>	<p>5 د</p>	<p>3.القسم الختامي</p>

## تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني في تعلم مهارة الإرسال و تنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للطالبات

م.د علاء كاظم عرموط الياسري

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية

### ملخص البحث باللغة العربية

ان الثقة بالنفس واحدة من اهم العوامل النفسية المؤثرة في عملية تعلم واداء المهارات وان الكرة الطائرة هي لعبة جماعية ويحتاج اللاعب باقي اعضاء الفريق من اجل النجاح ، وهذا ما دفع الباحث للاهتمام بموضوع البحث اذ تم صياغة مشكلة البحث بعدة اسئلة وهي

- اي من الأسلوبين افضل في تنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي وتعلم مهارة الإرسال. وهدف البحث الى التعرف مدى تأثير التعلم التعاوني والتعلم المتبع من قبل المدرس في تعلم الأرسال التنسي بالكرة الطائرة والتعرف على مدى تأثير التعلم التعاوني والتعليم المتبع من قبل المدرس في الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي وافترض الباحث وجود فروق ذات معنوية بين الأختبارين القبلي والبعدي ولمجموعتي البحث في تعلم اداء مهارة الأرسال التنسي وايضا وجود فروق ذات معنوية للمنهج التعليمي سواء بالأسلوب التعلم التعاوني او اسلوب المتبع من قبل المدرس تنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للطالبات .

لقد كان العمل وفق المنهج التجريبي واختار أسلوب المجاميع المتكافئة (اكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوق بها) وكان المجتمع هن الطالبات الدارسات في المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية للعام الدراسي 2015-2016 البالغ عددهن (50) طالبة حيث تم استبعاد (4) طالبات لأسباب مختلفة و (6) طالبات للتجربة الاستطلاعية لتكون عينة البحث (40) طالبة قسمن الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالتساوي لتكون نسبة العينة الى مجتمع البحث 80% ، وبعد اكمال اجراءات البحث المتمثلة باجراء التكافؤ والتجانس بين العينتين وتطبيق الاختبارات المختارة قبلها وبعدها تم تطبيق المنهج التعليمي والبالغ ستة اسابيع اي 12 وحدة تعليمية بواقع وحدتان أسبوعيا ، بلغ زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، وقد قسمت الوحدة التعليمية الى ثلاث اقسام التحضيري و يبلغ (25) دقيقة والقسم الرئيس والذي يبلغ (60) دقيقة والمتضمن (20) للقسم التعليمي(40) للقسم التطبيقي اما القسم الختامي فكان الزمن المخصص له(5) دقائق.وفي الوحدة التعليمية تم العمل بالمنهج ففي القسم الرئيسي للمجموعة التجريبية تم تطبيق الاسلوب التعاوني . اما المجموعة الضابطة تم العمل حسب اسلوب مدرس المادة في تعلم مهارة الإرسال التنسي وتم اعادة الاختبارات بعديا ليتوصل الباحث الى النتائج والتي اهمها

- (1) إن الاسلوب التعاوني تأثيراً واضحاً في نمو ثقة اللاعبين بأنفسهم، إذ كان هنالك فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
- (2) إن الاسلوب التعاوني تأثيراً واضحاً في تنمية التماسك الاجتماعي، إذ كان هنالك فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة

## **Abstract**

### **The effect of using cooperative learning method in learning serving skill and developing the self-confidence and social cohesion of female students**

**By**

**Alaa Kazem Aramout Al-Yasiri, PhD.**

College of Physical Education and Sports Science

Al- Qadisiya university

The self-confidence is one of the most important psychological factors affecting the process of learning and performance skills and volleyball is a collective game and the player needs the rest of the team for success, which prompted the researcher to interest the subject of research. However, The research aims to:

1. Identify the effect of cooperative learning and regular learning on learning tennis serve in volleyball.
2. Identify the effect of cooperative learning and regular learning on developing self-confidence and social cohesion

However, the researcher used the experimental approach (Equal groups design) with pre and post-tests. Forty students have been chosen and divided randomly as a main subjects for this research (20) female student in each group in College of Physical Education and Sports Science -Al- Qadisiya university.

The research results showed a positive effects using cooperative learning on learning tennis serve in volleyball. As well as, a positive effects using cooperative learning on developing self-confidence and social cohesion

The researchers recommended that

1. The necessity of using cooperative learning on learning tennis serve in volleyball. As well as, developing self-confidence and social cohesion

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1. المقدمة واهمية البحث .

لقد شهد عصرنا الحاضر قفزة نوعية في التطور في كافة العلوم و الأختصاصات ، ولقد ساهم الكثير من العلماء في هذا التطور والتقدم العلمي وفي كافة مجالات المعرفة العلمية، وإن المجال الرياضي يعد واحداً من أهم المجالات التي شهد تطوراً كبيراً وفي كافة العلوم المختلفة التي ساهمت في النقلة النوعية في كافة الألعاب الرياضية ، ولقد عكف العلماء على تطوير وابتكار طرق وأساليب جديدة تتماشى مع التطور الحاصل مع باقي حقول المعرفة .

ان معنى التعلم هو اضافة معلومات ومهارات مكتسبة باستمرار خلال فترة عملية التعلم في سبيل الوصول الى مرحلة الأتقان ، لذا يتطلب من العاملين على عملية التعلم ان يراعوا درجة الاتقان في التعلم للوصول بالأداء الفني لأفضل درجاته وهذا يكون من خلال الاختيار الأفضل والانسب لمفردات الوحدة التعليمية وما تتضمنه من فرص كبيرة للتعلم وحسن استخدام التكرارات واعطاء الراحة المطلوبة وبما يتناسب مع مستوى الاداء الذي يقدمه المتعلم وعملية اصلاح الاخطاء والتوجيه المستمر من قبل المدرس .

ولقد تعددت اساليب التعلم وطرائقه في يومنا هذا وان استخدام هذه الأساليب يختلف باختلاف الفعالية والعينة والفئة العمرية فلكل فعالية خصائصها ومميزاتها التي تختلف عن غيرها من الفعاليات الرياضية وكذلك العينة والفئة العمرية، ويعد اسلوب التعلم التعاوني من اهم اساليب التعلم التي اثبتت فاعليتها من خلال النتائج البحوث والدراسات التي تناولت هذا الأسلوب في التعلم .ومن المعروف ان مهارة الأرسال من اهم مهارات الكرة الطائرة حيث يعتبر مفتاح اللعب وبداية التداول ولة تأثير كبير في حسم نتائج المباراة يعد الإرسال من المهارات الأساسية والمهمة في الكرة الطائرة لذلك فمن المهم ان ان يؤديه اللاعبون بأتقان عالي بحيث يكون مؤثر من خلال تسجيل نقطة مباشرة او صعوبة توصيله للاعب المعد ، وغالباً ما يبدو الإرسال سهل لأداء ولكنه يحتاج إلى كثير من التدريب والممارسة لكي يصل اللاعب إلى مستوى جيد في الأداء فهو يحتاج إلى توافق عصبي عضلي. ان الثقة بالنفس واحدة من اهم العوامل النفسية المؤثرة في عملية تعلم واداء المهارات وان الكرة الطائرة هي لعبة جماعية ويحتاج اللاعب باقي اعضاء الفريق من اجل النجاح ، ومن هذا المنطلق تأتي اهمية البحث في دور التعلم التعاوني في تنمية هذه السمات النفسية وتعلم الارسال

### 1-2 مشكلة البحث .

ان مهارة الأرسال هي من اهم المهارات الهجومية في الكرة الطائرة والتي تتاثر بالعديد من العوامل والمؤثرات خلال عملية التعلم وان الطريق او الأسلوب المستخدمة خلال عملية التعلم يجب ان تكون ملائمة للمهارة ومستوى عينة البحث ، وعلية ان تكون صياغة مشكلة البحث بعدة اسئلة وهي

- هل للتعلم التعاوني باستخدام المجموعات الرسمية والتعلم المتبع من قبل مدرس المادة تاثير في مستوى الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي وتعلم مهارة الأرسال؟
- اي من الأسلوبين افضل في تنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي وتعلم مهارة الارسال.

### 1-3 اهداف البحث .

- (1) التعرف مدى تأثير التعلم التعاوني والتعلم المتبع من قبل المدرس في تعلم الأرسال التنسي بالكرة الطائرة للطلبات
- (2) التعرف على مدى تأثير التعلم التعاوني والتعليم المتبع من قبل المدرس في الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي
- (3) معرفة اي الأسلوبين التعليميين افضل في تعلم مهارة الأرسال والثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي لعينة البحث

### 1-4 . فروض البحث :

- (1) وجود فروق ذات معنوية بين الأختبارين القبلي والبعدي ولمجموعتي البحث في تعلم اداء مهارة الأرسال التنسي للطلبات

(2) وجود فروق ذات معنوية للمنهج التعليمي سواء بالأسلوب التعلم التعاوني او اسلوب المتبع من قبل المدرس تنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للطالبات .

(3) يفترض الباحث وجود افضلية للتعلم بالأسلوب التعلم التعاوني في تعلم اداء مهارة الأرسال التنسي وتنمية الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للطالبات .

## 1-5. مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: الطالبات في المرحلة الثانية من كلية التربية البدنية جامعة القادسية 2015-2016

1-5-2 المجال المكاني : القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية

1-5-3 المجال الزمني : من 2015/10/1 الى 2016/3/15

## 2. الدراسات النظرية

### 1-2. التعلم الحركي .

ان التعلم الحركي هو جزء من التعلم بشكل عام، وقد وضع عدد كبير من العلماء في مجال علم النفس، أو في علم الحركة الكثير من التعريفات التي توضح ماهية التعلم الحركي ، وهي عملية تغيير في السلوك والأداء يحدث نتيجة الممارسة " <sup>1</sup> ويعرّف " بتعلم الحركات أو المهارات الرياضية مقرونة بالمقدرة والاستيعاب للفرد معتمداً على التجارب السابقة.

### 2-2. الاسلوب التعاوني في التعلم الحركي.

وضع الباحثون والعلماء العديد من التعريفات لهذا الاسلوب، وهو يعمل فيه الطلاب في مجموعات صغيرة داخل و خارج الصف بأشراف المدرس ، تشمل كل مجموعة على مستويات مختلفة من الطلاب ، يتعاون طلاب المجموعة الواحدة في تحقيق اهداف لزيادة خبراتهم و قابليتهم او تعليم بعضهم البعض<sup>(2)</sup>. بأنه هو اسلوب تعليمي يعتمد الى تقسيم الطلبة الى مجموعات صغيرة تتراوح اعدادهم بين(2-5) طلاب غير متساوين في القدرات والمهارات يعملون بشكل مشترك داخل المجموعة لتحقيق هدف يخدم الجماعة، أما المدرس فيرتكز دوره على توجيهه وارشاد وتنظيم البيئة التعليمية<sup>(3)</sup>

### 2-3. مهارة الارسال في الكرة الطائرة .

وهي من المهارات المهمة في الكرة الطائرة وتعني" بأنه من الضربات الهجومية المباشرة وأحد المهارات الأساسية الفنية في الكرة الطائرة حيث ينفذ بواسطة اللاعب الذي يشكل مركز(1) وله تأثير فعال ايجابي للفريق المرسل وسلبى للفريق الخصم "، وهو " الأداء أو التصرف الذي يبدأ به اللعب في لعبة الكرة الطائرة وفرصة الفريق الأولى ليسجل نقطة، وان الضربة الصحيحة للإرسال تؤدي إلى استقبال خاطئ من الفريق المنافس وإمكانية الفريق في اخذ ضربة إرسال وان يدافع عن هجوم سهل"<sup>4</sup>.

### 2-4 الثقة بالنفس .

هناك من الرياضيين من يظن انه يمكن أن يصبح لة الثقة بالنفس عندما ينجح في تحقيق الفوز فقط، وهذا شيء غير صحيح إننا نستطيع أن نحس بالثقة حقا عندما نعتقد إننا نستطيع ان نؤدي بنجاح، فالثقة بالنفس هي معرفة النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في مقدرة التحسن، فالثقة بالنفس لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب، فعلى الرغم من عدم تحقيق

<sup>1</sup> . أسامة كامل راتب : تعليم السباحة ، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 ، ص 21 .

<sup>2</sup> . محمد محمود الحيلة : التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، ط1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، الاردن ، عمان ، 1999. ص 331

<sup>3</sup> . عفاف عثمان عثمان مصطفى : استراتيجيات التدريس في التربية الرياضية ، ط1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، 2008 ، ص268

<sup>4</sup> عصام ألوشاحي ؛ المبادئ العلمية في الكرة الطائرة : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1991 ) ص141 .

المكسب أو الفوز فانه يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء. "اتجاه الفرد نحو كفايته النفسية والاجتماعية وشعوره واعتقاده المبني على الخبرة بأنه قادر على تحقيق حاجاته ومواجهة متطلبات البيئة، وحل مشكلاته وشعوره بالأمن أثناء التفاعل الاجتماعي في مواقف الحياة، ويؤدي دورا إيجابيا في هذه المواقف"<sup>(1)</sup>.

## 2-5 . التماسك الاجتماعي .

ويعرف التماسك بأنه "شعور الأفراد بانتمائهم للجماعة وتحديثهم عنها بدلا من تحديثهم عن ذواتهم وسيادة الود والولاء بين الأفراد، وان أفراد الجماعة يعملون في سبيل هدف مشترك وهم دائما على استعداد لتحمل مسؤولية عمل الجماعة والدفاع عن أنفسهم ضد النقد والهجوم من الخارج على الرغم مما يتعرضون له من إحباط أو عنت"<sup>2</sup>

### 3. المنهجية البحث وألإجراء الميدانية .

## 3-1 . المنهج الخاص بالبحث

لقد كان العمل وفق المنهج التجريبي واختار أسلوب المجاميع المتكافئة (أكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوق بها)<sup>(3)</sup>.

## 3-2. مجتمع وعينة البحث.

كان المجتمع هن الطالبات الدارسات في المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية للعام الدراسي 2015-2016 البالغ عددهن (50) طالبة حيث تم استبعاد (4) طالبات لأسباب مختلفة و (6) طالبات للتجربة الأستطلاعية لتكون عينة البحث (40) طالبة قسمن الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالتساوي لتكون نسبة العينة الى مجتمع البحث 80% .

## 3-3 . التجانس والتكافؤ لعينة البحث .

من اجل اجراء التجانس في (الطول، الوزن، العمر) اختار الباحث استعمال معامل الالتواء وكما موضح في الجدول رقم (1) ولأن من خواص المنحنى الاعتدالي النموذجي ان يكون معامل التواء صفرًا ولا يزيد ( $\pm 3$ ) بما يبين طبيعة تجانس عينة البحث بشكل عال.

### جدول رقم (1)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياسي	س <sup>-</sup>	الوسيط	$\pm$ ع	معامل الالتواء
1	الطول	سم	165.27	165	3.25	0.95
2	الوزن	كغم	62.25	61	6.18	0.47
3	العمر	سنة	19.2	19	0.81	0.01

بعد التدقيق من التجانس قام الباحث بتقسيم العينة اعلى مجموعتين ولمعرفة التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) لمعرفة الفروق بين المجموعتين للاختبارات فكان النتائج تدل إلى عدم

(1) بو العلام، العادل محمد؛ قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مرحلة الدراسة الثانوية والجامعية، مؤسسة علي جراح الصباح، 1978، ص53-54.

(2) لويس كامل مليكة : سيكولوجية الجماعات والقيادة، القاهرة، مؤسسة المطبوعات الحديثة، 1959، ص94

(3) ديو بولد ب فان دالين- مناهج البحث في التربية وعلم النفس- ترجمة محمد نبيل نوف واخرون ط5- القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية 1984- ص407.

وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعتين وهذا يعني تحقيق التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة كما مبين في الجدول رقم (2)

### جدول رقم (2)

يبين تكافؤ مجاميع البحث

نوع الدلالة	قيمة T		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الاختبارات	ت
	الجدولية	المحتسبة	ع+	س	ع+	س		
غير معنوي	2.02	0.42	0.64	3.09	0.46	3.17	الأداء المهاري لأرسال التنسي	1
غير معنوي		0.57	5.13	36.10	6.77	37.20	قياس الثقة بالنفس	3
غير معنوي		0.46	5.52	61.65	5.91	62.5	قياس التماسك الاجتماعي	4

### 3-4 . ادوات البحث

ويقصد بها الوسيلة او الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الادوات بيانات، عينات، اجهزة.

### 3-4-1 وسائل جمع المعلومات

المصادر والمرجع العربية والاجنبية، شبكة المعلومات الدولية، الملاحظة والتجريب والمراقبة، المقابلات الشخصية، الوسائل الاحصائية

### 3-3-2 الاجهزة والادوات

1. ملعب كرة طائرة قانوني . 2. كرات طائرة عدد (11) . 3. صافرة . 4 . ساعات توقيت يدوية

### 3-5 اختبارات البحث

### 3-5-1 اختبار الاداء المهاري .

قام بتقويم الاداء المهاري لمهارة الارسال التنسي لعينة البحث وللاختبارين القبلي والبعدي ثلاث مقومين \*

### 3-5-2 مقياس الثقة بالنفس .

استخدم الباحث مقياس الثقة بالنفس والمعد روبين فيلي والمعرب من قبل محمد حسن علاوي، والمتضمن 13 فقرة لقياس الثقة بالنفس .

### 3-5-3 مقياس التماسك الاجتماعي .

استخدم الباحث مقياس التماسك الاجتماعي المعد من قبل عماد داود سلومي والمتكون من 21 فقرة

### 3-6 التجربة الاستطلاعية .

ان التجربة الاستطلاعية تهدف إلى الكشف عن حلقات غامضة أو مفقودة في تسلسل التفكير الإنساني<sup>(1)</sup>، لذا قام الباحث بتجربة استطلاعية أولى وتضمنت العينة الاستطلاعية (6) من مجتمع الاصل خارج عينة البحث .التأريخ/2015/11/11 في القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية العاشرة صباحا. وكان

(1) قاسم المندلوي (وآخرون): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، بغداد، دار الحكمة، 1989، ص108.

الهدف من التجربة الاستطلاعية التأكد من كفاءة الأجهزة والأدوات. والتعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء الاختبار. والتعرف على المدة الزمنية للوحدة التعليمية. وكذلك تهيئة الكوادر المساعدة اللازمة وإطلاعهم على الاختبارات.

### 7-3 . الاختبارات القبليّة

بعد اعداد كافة المستلزمات الفنية قام الباحث باجراء الاختبارات القبليّة الساعة العاشرة صباحا في يوم الخميس بتاريخ 2015/11/12 على عينة .

### 8-3 . المنهج التعليمي .

بعد الانتهاء من الاختبارات القبليّة قام الباحث بتنفيذ البرنامج التعليمي البالغ ستة اسابيع اي 12 وحدة تعليمية ابتداء بتاريخ 2015/11/15-24/11/2015 بواقع وحدتان أسبوعيا ، بلغ زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، وقد قسمت الوحدة التعليمية الى ثلاث اقسام التحضيري و يبلغ(25) دقيقة والقسم الرئيس والذي يبلغ (60) دقيقة والمتضمن (20) للقسم التعليمي(40) للقسم التطبيقي اما القسم الختامي فكان الزمن المخصص له(5) دقائق.وفي الوحدة التعليمية تم العمل بالمنهج ففي القسم الرئيسي للمجموعة التجريبية تم تطبيق الاسلوب التعاوني . اما المجموعة الضابطة تم العمل حسب اسلوب مدرس المادة في تعلم مهارة الارسال التنسي

### 9-3 . الاختبارات البعديّة:

تم تطبيق الاختبارات البعديّة الساعة العاشرة صباحا من يوم الاحد الموافق 2015/12/27

10-3 . الوسائل الاحصائية . استخرج الباحث القوانين المستخدمه عن طريق الحقيبه الاحصائيه

4- عرض ومناقشة نتائج البحث :

4-1- عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها :

### جدول ( 3 )

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار T بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لاختبار والاداء المهاري للمهارة الارسال التنسي واحتمار الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للمجموعة الضابطة

الدلالة	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	18.01	0.91	6.68	0.64	3.09	الاداء المهاري
عشوائي	0.69	5.90	37.60	5.13	36.10	الثقة بالنفس
عشوائي	0.09	1.78	61.88	5.52	61.65	التماسك الاجتماعي

قيمة ( T ) الجدولية هي 2.09: عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (19) .

يبين الجدول (3) درجات الاوساط الحسابية و مقدار الانحرافات المعيارية وقيمة T التي حسبت والجدولية الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة لظواهر البحث ولقد اظهرت نتائج الاختبار القبلي للاداء المهاري للارسال التنسي مقدار الوسط الحسابي وهو(3.09) وبانحراف معياري مقد(0.64) في حين ان الوسط الحسابي للاختبار البعدي هو (6.68) والانحراف المعياري (0.91) وان قيمة T المحتسبة (18.01) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغ قيمتها(2.09) عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى هنالك فروقا معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وفي اختبار الثقة بالنفس فان الوسط الحسابي بلغت قيمته(36.10) اما الانحراف المعياري بلغت قيمته (5.13) اما بالنسبة الى الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي كانت هي (37.60) وبانحراف معياري مقداره (5.90) وان قيمة

T المحسوبة (0.69) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي .  
 اما في اختبار التماسك الاجتماعي فان قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغت قيمته (61.65) اما الانحراف المعياري بلغت قيمته (5.52) اما بالنسبة الى الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي كانت هي (61.88) و الانحراف المعياري مقداره (1.78) وان قيمة T المحسوبة (0.09) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

#### 4-2- عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها

##### جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلي والبعدي لاختبار الاداء المهاري للمهارة الارسال التنسي واختبار الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي للمجموعة التجريبية

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	الدلالة
	ع	س	ع	س		
الاداء المهاري	0.46	3.07	0.54	7.32	25.83	معنوي
الثقة بالنفس	6.77	37.20	7.01	43.85	2.53	معنوي
التماسك الاجتماعي	5.91	62.50	5.83	69.63	3.05	معنوي

يبين الجدول (4) درجات الاوساط الحسابية و مقدار الانحرافات المعيارية وقيمة T التي حسبت والجدولية للاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لظواهر الاختبار القبلي للاداء المهاري للارسال التنسي مقدار الوسط الحسابي وهو (3.07) و انحراف معياري مقداره (0.46) في حين ان الوسط الحسابي للاختبار البعدي هو (7.32) والانحراف المعياري (0.54) وان قيمة T المحسوبة (25.83) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة قيمتها (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى هنالك فروقاً معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وفي اختبار الثقة بالنفس فان الوسط الحسابي بلغت قيمته (37.20) اما الانحراف المعياري بلغت قيمته (6.77) اما بالنسبة الى الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي كانت هي (43.85) و انحراف معياري مقداره (7.01) وان قيمة T المحسوبة (2.53) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وفي اختبار التماسك الاجتماعي فان قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغت قيمته (62.5) و الانحراف المعياري بلغت قيمته (5.91) اما بالنسبة الى الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي كانت هي (69.63) و انحراف معياري مقداره (5.83) وان قيمة T المحسوبة (3.05) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وهذا يشير الى وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

#### 4-3 مناقشة الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة .

ومن خلال نتائج الاختبارات نجد ان المجموعتين الضابطة والتجريبية قد حقق كل منهما فرقاً معنوياً في تعلم مهارة الارسال التنسي وهذا يدل الى تطور الارسال التنسي ويعتقد الباحث هذا التطور الى المنهج التعليمي المعد وهذا يوشح فاعلية البرنامج التعليمي في تحقيق الاهداف الذي اعد المنهج لها من خلال تنفيذ القواعد والاسس العلمية الحديثة " من الظواهر لعملية التعلم هو لا بد ان يكون هناك تطور في التعلم مادام المدرس يتبع خطوات الاسس السليمة للتعلم . ولكي تكون

عملية التعلم سليمة لابد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الاداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الاداء<sup>1</sup>. وكان هناك اهمية للتغذية الراجعة مما اثر في التعزيز والتشجيع وكثرة دافعية للطالبات وزيادة كمية التعلم "التغذية الراجعة تزيد من طاقة الأفراد ودافعتهم وتعزز الاداء الصحيح وتجذب الاداء الخاطئ وزيادة استقلالية المتعلم في الاعتماد على نفسه لتحديد الاخطاء ومعالجتها واقتراح طرق تصحيحية لذلك"<sup>2</sup> وفي متغيري الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي نلاحظ وجود تطور للمجموعة التجريبية دون الضابطة ويعزو الباحث ذلك الى الاسلوب التعاوني الذي يركز على دور الجماعة في التعلم وبالتالي زيادة الثقة بالنفس

4-2- عرض نتائج الاختبارات والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

#### جدول رقم ( 5 )

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلي والبعدي لاختبار دقة اداء والاداء المهاري للمهارة الارسال التنسي واحتبار الثقة بالنفس والتماسك الاجتماعي

الاختبارات	الضابطة		التجريبية		قيمة T المحسوبة	الدالة
	س	ع	س	ع		
الاداء المهاري	6.68	0.91	7.2	0.54	2.71	معنوي
الثقة بالنفس	37.60	5.9	43.58	7.01	3.04	معنوي
التماسك الاجتماعي	61.88	1.78	69.63	5.83	2.82	معنوي

يبين الجدول (5) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T المحسوبة والجدولية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لظواهر البحث. ولقد بينت نتائج الاختبار البعدي للاداء المهاري للارسال للمجموعة الضابطة مقدافية الوسط الحسابي وهو (6.68) وانحراف معياري مقد (0.91) في حين ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية هو (7.2) والانحراف المعياري (0.6) وان قيمة T المحسوبة (2.71) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغ قيمتها (2.02) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية (38) وهذا يشير الى هنالك فروقا معنوية بين المجموعتين ولصالح التجريبية .

ولقد اظهرت نتائج الاختبار البعدي للثقة بالنفس للمجموعة الضابطة الوسط الحسابي وهو (37.60) وانحراف معياري مقد (5.9) في حين ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية هو (43.58) والانحراف المعياري (7.01) وان قيمة T المحسوبة (3.04) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغ قيمتها (2.02) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية (38) وهذا يشير الى هنالك فروقا معنوية بين المجموعتين ولصالح التجريبية .

ولقد اظهرت نتائج الاختبار البعدي للتماسك الاجتماعي للمجموعة الضابطة الوسط الحسابي وهو (61.88) وانحراف معياري مقد (1.78) في حين ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية هو (69.63) والانحراف المعياري (5.83) وان قيمة T المحسوبة (2.82) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغ قيمتها (2.02) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية (38) وهذا يشير الى هنالك فروقا معنوية بين المجموعتين ولصالح التجريبية .

#### 4-4 . مناقشة الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

من خلال النتائج المعروضة في جدول رقم (5) للاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، قام الباحث باستخراج قيمة (ت) وضح الاختبارات البعدي للمجموعتين والذي تبين ان هناك فروقا ذات دلالة معنوية لصالح

<sup>1</sup> ظافر هاشم اسماعيل الكاظمي : الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبنية تعليم التنس - اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، 2002 ، ص 114

<sup>2</sup> محمد علي البش : التعلم التعاوني ، وزارة التربية والتعليم والشباب ، الفجيرة ، الامارات ، 2002 ، ص2

المجموعة التجريبية مما يوضح على تفوق برنامج التعلم التعاوني عملية التطور ، والسبب في ذلك هو ان الكرة لطائرة هي من اهم الالعاب ومما يجعل العمل منتج هو التعاون بين افراد المجموعة ، حيث ان كل فرد يعمل على التعاون مع الآخرين لتنمية المهارات وتعلمها بشكل جيد وحيث ان التعلم التعاوني ليس يعتمد فقط على تقسيم الطالبات الى مجموعات غير متجانسة ويعدد محدد وثابت لكل المجاميع ، بل يستلزم ان يكون هناك تفاهم بين افراد تلك المجاميع ليصبح العمل ناجحا نتيجة لشعورهن بالمسؤولية تجاه ادائهن بأدوارهن على أكمل وجه وهن كيان واحد مجموعه من الحلقات المتصلة مع بعضها البعض لتحقيق الهدف، "ان المجموعة التعاونية يجب ان تكون مسؤولة عن تحقيق اهدافها وكل عضو في المجموعة يجب ان يكون مسؤولا عن الاسهام بنصيبه في العمل"<sup>1</sup>. كما ان دور الطالبة القائدة في اعتبارها حلقة الوصل بين المدرس وطالبات مجموعتها وتقديم التوجيهات والتغذية الراجعة لكل طالبة من طالبات مجموعتها وأدائها للمهارات معها وبتكرارات كافية أدى الى زيادة سرعة التطور لدى الطالبات وهذا نجده اقل من التعلم التقليدي لأن المدرس هي وحده المسؤولة عن تقديم التغذية الراجعة لجميع الطالبات وهذا يحتاج الى وقت وجهد اكثر مما يؤثر في عملية التطور لأداء المهمات الموكلة إليهم في حين إن هذا التآزر أو الاعتماد المتبادل لا يتوافر بين الطلبة في مجموعات التعلم التقليدي"<sup>2</sup>

## 5- الاستنتاجات والتوصيات

### 5-1 . الاستنتاجات .

- (3) إن الاسلوب التعاوني المطبق على أفراد عينة البحث كان له تأثيراً واضحاً في تعلم اداء مهارة الارسال التنسي للطالبات
- (4) إن الاسلوب التعاوني تأثيراً واضحاً في نمو ثقة اللاعبين بأنفسهم، إذ كان هنالك فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
- (5) إن الاسلوب التعاوني تأثيراً واضحاً في تنمية التماسك الاجتماعي، إذ كان هنالك فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة

### 5-2. التوصيات

1. التاكيد على توزيع اساليب التعلم في تعلم المهارات وخصوصا التعلم التعاوني لما يعطي من دور مهم للمتعلمين .
2. التاكيد على الابعاد النفسية في عملية التعلم وذلك لاهميتها الكبيره في تسريع عملية التعلم
3. تنفيذ المزيد من البحوث والدراسات المشابهة على عينات مختلفة وللمهارات وفعاليات اخرى

### الملاحق

#### ملحق رقم (1) مقياس الثقة بالنفس

ت	العبارات	الدرجات
1.	عند اداء المهارات الحركية الضرورية لاحتراز التفوق خلال المنافسة الرياضية.	9 8 7 6 5 4 3 2 1
2.	في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة الرياضية.	9 8 7 6 5 4 3 2 1
3.	في القدرة على الاداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية.	9 8 7 6 5 4 3 2 1
4.	في القدرة على تنفيذ خطط في المنافسة.	9 8 7 6 5 4 3 2 1
5.	في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي احقق النجاح.	9 8 7 6 5 4 3 2 1
6.	في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي احقق الفوز في المنافسة.	9 8 7 6 5 4 3 2 1

(1) علي محمد ، مصدر سببق ذكرة ، 2002 ، ص55

(2) محمد محمود الحيلة ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة: عمان، ب. م 1999. ص 38

9	8	7	6	5	4	3	2	1	7. في القدرة علانجاز اهدافي المرتبطة بالمنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	8. في القدرة على ان اكون ناجحا في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	9. في القدرة على ان يستمر نجاحي.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	10. في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح اثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	11. في القدرة على مواجهة التحدي اثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	12. في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس اقوى مني.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	13. في القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل.

## ملحق رقم (2)

### مقياس التماسك الاجتماعي

ت	العبارات	تنطبق علي درجة كبيرة	تنطبق علي درجة متوسط	تنطبق علي درجة مقبولة	تنطبق علي درجة قليلة	لا تنطبق علي
1	ابدل جهدي كله من أجل مصلحة الفريق .					
2	لماذا أساعد الآخرين إذا لم يقدرُوا مساعدتي .					
3	اشعر بالضيق إذا كررت المساعدة لزملائي في الفريق					
4	ارتفاع معنوياتي يدعم تماسك الفريق.					
5	أسهم كثيرا في انجازات الفريق .					
6	انا قادر على أداء المهمات الصعبة.					
7	أرى إن الاشتراك في البطولات المهمة مسؤولية					
8	ليس ضروريا الاهتمام بالجماعة .					
9	اعتز بمن يوازرنا لفريق ويتضامن معه بأحواله جميعها .					
10	هدفي أن نكون أكثر ترصفا ووحدة ضمن الفريق					
11	اطمنن للفوز دائما لأننا أكثر التزاما وتماسكا.					
12	أجد صعوبة في الامتثال لرأي المجموعة.					
13	احيانا عملي المشترك مع الفريق لا يؤدي إلى عمل متكامل					
14	أدافع عن أعضاء الفريق حتى حينما نهزم.					
15	استاء كثيرا من وجودنا طويلا في النادي.					
16	ليس التضامن من يجب تحقق الهدف.					
17	من اجل تماسكنا أعطي وقتي كله للعب مع الفريق.					
18	الروح المعنوية العالية تدفعني وبقوة لتحقيق أهداف					

					الفريق .
					19 يهمني أن نتدرب كمجموعة واحده.
					20 نكران الذات يؤكد لي عملي بروح الفريق .
					21 اعمل دائما من اجل وحدة الفريق .

### ملحق (3)

#### وحدة تعليمية بالاسلوب التعاوني

الملاحظات	التنظيم	الفعاليات والمهارات	الزمن	اقسام الوحدة
التأكيد على النظام والهدوء	-----	التوجه نحو القاعة الرياضية والوقوف في خطين متوازيين لبدء الدرس تسجيل الحضور	20 د 5 د	القسم الاعدادي الجانب التنظيمي
التأكيد على الانتباه للإيعازات والمحافظة على المسافات بين الطالبات	-----	سير - هرولة - تدوير الذراعين مع الهرولة الى الامام والخلف - سير اعتيادي - الوقوف في دائرة لأداء التمارين البدنية. _ (الوقوف ،الذراعين اماما) تشابك الكفين والدفع الى الامام ثم الاعلى والخلف ... اربع عدات _ (الوقوف فتحا ،الذراعين عاليا) ثني ومد الجذع الى الامام والاسفل ومس القدمين ... اربع عدات _ (الوقوف) بالقفز فتح وضم الرجلين مع رفع وخفض الذراعين والتصفيق فوق الرأس ... عدتين	15 د	الاحماء
التركيز والاستفادة من الاخطاء التي تحدث واعطاء دور للقائدة	-----	_ شرح تكتيك الارسال التنسي وعرضها من قبل المدرس بالاستعانة بوسائل ايضاح وصور . _ تقسيم الطالبات الى (4) مجاميع تعاونية متساوية بالعدد (5) طالبات لكل مجموعة مع تحديد قائدة المجموعة للمداولة والمناقشة _ يتعاون افراد كل مجموعة على التطبيق السليم -وقفة الاستعداد بين القائدة والطالبات بالتسلسل مع تقديم التغذية الراجعة اللفظية والصورية وكما موضح في ورقة الواجب لكل مجموعة _ رمي الكرة للاعلى بارتفاع محدد والتركيز على عدم انحراف الكرة لامام او الجانب _ التقاء الكرة مع اليد الضاربة بشكل بسيط بدون ضرب _ نفس التمرين السابق مع الزميلة والمسافة 2متر -ضرب الكرة على الحائط بمسافة 4متر	60 د 15 د 45 د	القسم الرئيسي الجزء التعليمي الجزء التطبيقي
الحرص على النظام	-----	لعبة ترويحية لمس الكرات . نهاية المحاضرة والانصراف	10 د	الجزء الختامي

## واقع المعرفة العلمية للمشرفين الرياضيين في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل

أ.م.د. حاسم عبد الجبار صالح      م.د. رافد سعد هادي      م.د. عباس عبد الحمزة كاظم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

[rafidalmhanaa@yahoo.com](mailto:rafidalmhanaa@yahoo.com)

### ملخص البحث باللغة العربية

تعد وزارة الشباب والرياضة اعلى جهة حكومية تعنى بقطاع الشباب والرياضة في العراق وهي المسؤولة عن وضع ومتابعة تنفيذ السياسة الشبابية والرياضية فيه بما ينسجم والتوجهات الرسمية بهذا الشأن . وتعد الانشطة الرياضية من الانشطة المهمة للوزارة والتي تقدم على شكل برامج في المنشآت الرياضية التابعة لها سواء كانت منتديات او قاعات رياضية او ملاعب بواسطة المشرفين الرياضيين من خريجي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، اذ ان دور المشرف يعد من الادوار المهمة في تطوير الرياضة لمرتادي هذه المنشآت الرياضية عند تنفيذه للبرامج والخطط المعدة من قبل الوزارة والمديريات في عموم العراق ، ومن خلال خبرة الباحثون الميدانية في هذا المجال لاحظوا وجود ضعف في جوانب المعرفة العلمية لدى اغلب المشرفين الرياضيين في تلك المنتديات، لذا اصبح لزاما علينا دراسة هذه المشكلة للوقوف على جوانب الضعف بغية معالجتها، وعليه فقد هدفت الدراسة الى تطبيق مقياس المعرفة العلمية على المشرفين الرياضيين في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل للكشف عن واقع المعرفة العلمية لديهم، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لأنه افضل المناهج وايسرها للوصول الى تحقيق اهداف البحث، وتحدد مجتمع البحث بالمشرفين الرياضيين من خريجي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في مديرتي الشباب والرياضة في كربلاء وبابل، وتم اختيار عينة عشوائية منهم وبواقع (50) مشرف وهو ما يمثل نسبة (74.4%) من مجتمع البحث، وتم تطبيق مقياس المعرفة العلمية على عينة البحث وبعد تصحيح المقياس وجمع البيانات ومعالجتها احصائيا بواسطة الحقيبة الاحصائية (SPSS) ظهرت النتائج والتي اشارت الى ان عينة البحث قد حققت نتائج معنوية في مجالات المقياس (المعلومات العامة، اللياقة والصحة، الاعداد النفسي) في حين لم تحقق عينة البحث نتائج معنوية في مجالي (طرائق التدريس، وقانون الالعاب والتحكيم).

**The reality of scientific knowledge of sports supervisors in the departments of youth and sports Karbala and Babylon**

**By**

**Hassim Abdel-Jabbar Saleh. Ph.D. Prof Assist**

**Rafid Saad Hadi Ph.D. Lecturer**

**Abbas Abdel-Hamza Kazem Ph.D. Lecturer**

**College of Physical Education and Sports Sciences / Kerbala University**

**Rafidalmhanaa@yahoo.com**

**Abstract**

The Ministry of Youth and Sports is the highest governmental body concerned with the youth and sports sector in Iraq and is responsible for developing and following up the implementation of the youth and sports policy with the official directions in this regard. Sports activities are important activities of the Ministry, which are presented in the form of programs in the sports facilities belonging to it, whether forums or gymnasiums or stadiums by sports supervisors graduates of the faculties of physical education and sports sciences, as the role of the supervisor is one of the important roles in the development of sport for the participants of these establishments. In the implementation of programs and plans prepared by the ministry and directorates in all of Iraq, and through the experience of field researchers in this area noted the weakness of the aspects of scientific knowledge of most of the supervisors athletes in those forums, so we have to study this. The researchers used descriptive method in the survey method. The research community is determined by the sports supervisors from the graduates of physical education and sports Sciences College in the departments of youth and sports in Kerbala and Babil. A random sample of 50 supervisors was chosen, representing 74.4% of the research community. After the correction of the scale, statistically by (SPSS), the results showed that the research sample achieved significant results in the fields of measurement (general information, fitness and health, psychological preparation), while the sample did not achieve significant results (Teaching methods, game law and arbitration).

## 1-التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد وزارة الشباب والرياضة أعلى جهة حكومية تعنى بقطاع الشباب والرياضة في العراق وتكون المسؤولة عن وضع ومتابعة وتنفيذ السياسة الشبابية والرياضية فيه، بما ينسجم والتوجهات الرسمية بهذا الشأن، ومن أهدافها اعداد الشباب وتحسينهم وحمائتهم وتأهيلهم فكريا وسياسيا وعلميا واجتماعيا وثقافيا ورياضيا وتوجيه طاقاتهم ومواهبهم نحو المساهمة في بناء العراق والتعبير عن روح المواطنة العراقية الصالحة واحترام القانون ونبذ العنف واشاعة ثقافة احترام الرأي والرأي الآخر .

وتعد الانشطة الرياضية من الانشطة المهمة للوزارة والتي تقدم على شكل برامج في المنشآت الرياضية التابعة لها سواء كانت في المنتديات الشبابية او القاعات الرياضية او الملاعب ، اذ لا احد يستطيع ان ينكر دور المنتديات الشبابية في دعم الرياضة العراقية ويكافة الالعاب الرياضية، وهو حجر الاساس للرياضة من خلال احتضانه لكثير من الرياضيين من فئة الناشئين والشباب، وعليه فأنا نرى ان دور المشرف الرياضي من الادوار المهمة في تطور الرياضة في هذه المنشآت الرياضية، وعليه يجب ان يكون المشرف الرياضي ملما بجوانب المعرفة العلمية بصورة كبيرة .

ومن هنا تجلت اهمية البحث من خلال التعرف على مستوى المعرفة العلمية للمشرفين الرياضيين في منتديات الشباب والرياضة في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل .

### 1-2 مشكلة البحث :

وزارة الشباب والرياضة هي الجهة القطاعية العليا التي تهتم بالشباب والرياضة، وتنتشر مندياتها في عموم العراق وحتى ابعد المناطق، وتقدم في هذه المنتديات كثير من البرامج، منها العلمية والثقافية والفنية والرياضية، الى مرتادي هذه المنتديات من الناشئين والشباب عن طريق مشرف فني، وتولي هذه المنتديات اهمية كبرى للانشطة الرياضية وتقدمها كبرامج من خلال المشرفين في تلك المنتديات، وبما ان المنتديات الشبابية هي اللبنة الاساسية لكثير من الالعاب الرياضية وترقد معظم المنتخبات الوطنية بكثير من اللاعبين، لذا اصبح لزاما علينا ان نتعرف على واقع المعرفة العلمية لدى المشرفين الرياضيين كونهم العامل الاساسي في تطوير الرياضة في تلك المنتديات، والوقوف على ما يحتاجه هؤلاء المشرفين من دورات تطويرية من خلال معرفة اوجه الضعف في معلوماتهم ومؤهلاتهم .

### 1-3 اهداف البحث:

- تطبيق مقياس المعرفة العلمية على المشرفين الرياضيين في مديرية شباب ورياضة كربلاء وبابل .
- التعرف على مستوى المعرفة العلمية للمشرفين الرياضيين في مديرية شباب ورياضة كربلاء وبابل .

### 1-4 مجالات البحث :

- 1 - المجال البشري : المشرفين الرياضيين في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل .
- 2 - المجال الزمني : من 2016/10/10 لغاية 2016/12/15 .
- 3 - المجال المكاني : مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل .

### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهج البحث

إن طبيعة مشكلة البحث تعنى بالاهتمام الكبير في معرفة المستوى المعرفي للمشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة، لذلك استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، لأنه أفضل المناهج وأيسرها للوصول إلى تحقيق أهداف البحث.

فالمسح ( يزود الباحثون بمعلومات تمكنه من التحليل والتفسير واتخاذ القرارات ويكشف له عن العلاقات بين المتغيرات المدروسة)<sup>(1)</sup>.

## 2-2 مجتمع البحث وعينته

تحدد مجتمع البحث بالمشرفين الرياضيين في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل، والبالغ عددهم (68)، وتم اختيار 50 مشرفاً منهم كعينة وبالطريقة العشوائية البسيطة وهو ما يمثل نسبة 73.5% من مجتمع البحث .

## 2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة بالبحث :

إن أي بحث من البحوث لا يكاد يخلو من وسائل لجمع البيانات وادوات واجهزة يستعين بها لحل مشكلته وتحقيق أهدافه، وعليه فقد استعان الباحثون بالوسائل البحثية التالية :

1 - الاختبار والقياس.

2- الملاحظة .

3- استبانة .

اما الادوات والاجهزة المستعملة بالبحث فهي كآلاتي:

1 - استمارة جمع البيانات وتفرغها.

2- اقلام رصاص.

3- حاسبة الكترونية نوع HP Compaq 615.

4- ساعة توقيت الكترونية نوع (casio).

5- حاسبة يدوية نوع (ciziton).

## 2-4 اجراءات البحث الميدانية

### 2-4-1 اختيار وتحديد مقياس المعرفة العلمية للمشرفين الرياضيين:

من خلال اطلاع الباحثون على عدد من المصادر والمراجع العلمية وجد ان انسب مقياس يعنى بقياس المعرفة العلمية لدى المشرفين الرياضيين في وزارة الشباب والرياضة هو مقياس المعرفة العلمية\* الذي تم تطبيقه على مدرسي مادة التربية الرياضية في منطقة الفرات الاوسط<sup>(2)</sup>، اذ ان تشابه مفردات العينة التي تم تطبيق المقياس عليها مع عينة البحث الحالية كبير، من حيث ان العينتين هم من اختصاص التربية البدنية وعلوم الرياضية ويمارسون نفس الاختصاص كل حسب موقع عمله والفرق الوحيد بين العينتين هو العينة الاولى تمارس اختصاصها في المدارس الثانوية التابعة لوزارة التربية ، اما العينة الثانية فتمارس نفس الاختصاص لكن في المنتديات الشبابية التابعة لوزارة الشباب والرياضة، وبهذا تم اختيار هذا المقياس لملائمته لعينة البحث .

### 2-3-2 التجربة الاستطلاعية:

اجرى الباحثون تجربتهم الاستطلاعية بتاريخ 18 / 10 / 2016 على عينة مكونة من (10) مشرفين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث، وقد حدد في هذه التجربة الزمن المستغرق لأداء الاختبار، والذي احتسب عن طريق تسجيل زمن أول مختبر أنهى الإجابة، وقد كان (18) دقيقة، وزمن آخر مختبر، وكان (37) دقيقة، بالإضافة الى معرفة الامور التنظيمية الاخرى.

### 2-3-3 تطبيق المقياس:

وجيه محبوب . اصول البحث العلمى ومناهجه . ط2. عمان : دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2005 ، ص 243 <sup>1</sup>

\* ينظر ملحق (1).

<sup>2</sup> - عايد كريم عبد عون:

ان الهدف الاساس من الاختبارات المقننة هو مقارنة النتائج التي نحصل عليها في الاختبار مع عينة المختبرين، ولكي نحصل على استجابة صادقة يجب ان نخطط لتطبيق الاختبار بحيث نعطي المختبرين ظروفًا مناسبة للاستجابة، وفي نفس الوقت نضبط العوامل التي يمكن ان تتدخل في سلامة الاجراءات وهي ضبط العوامل الفيزيائية لانها تؤثر على اجابة المختبرين، مثل التهوية والاضاءة ومكان الجلوس مع محاولة ضبط المواقف التي تعطي فيه التعليمات للمختبرين جميعهم مع اثاره الدافعية المناسبة لديهم تجاه الاختبار كذلك يجب ان تكون التعليمات واضحة بما يكفي مع تجنب اعطاء المختبر أي كلمة او اشارة تلمح للاجابة، وعليه قام الباحثون بأجراء التجربة الرئيسة على عينة البحث والتي يقصد بها تطبيق المقياس، خلال المدة من 2016/11/1 لغاية 2016/11/15، وتحت الشروط والتعليمات نفسها، وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الاساس عمده الباحثون بتصحيح المقياس على نفس ورقة الاختبار ومن ثم اعطاء المختبر الدرجات لكل مجال ومن ثم الدرجة الكلية للمقياس، بعدها قام الباحثون بادخال البيانات على برنامج الاكسل بغية معالجتها احصائيا بالبرنامج الاحصائي (spss) لغرض استخراج نتائج البحث.

## 2-4 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثون برنامج الحقيبة الاحصائية (spss)

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- الوسط الفرضي

4- قيمة (T) المحسوبة لعينة واحدة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج واقع المعرفة العلمية

بعد ان طبق الباحثون الاختبار الخاص بالمعرفة العلمية على عينة البحث والتي اشتملت على المشرفين الرياضيين في منتديات الشباب والرياضة التابعة لوزارة الشباب والرياضة في مديرتي شباب ورياضة كربلاء وبابل، وبعد جمع الاستثمارات واستخراج النتائج، ولغرض تحقيق هدف الدراسة وهو التعرف على واقع ومستوى المعرفة العلمية لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة، قام الباحثون باستخراج المؤشرات الاحصائية والمتمثلة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس ولكل مجال من مجالات المقياس، بعدها قام الباحثون باستخراج الوسط الفرضي للمقياس وكذلك لكل مجال من مجالات المقياس، ولغرض الوقوف على واقع المعرفة العلمية لدى افراد عينة البحث سعى الباحثون الى استخراج قيمة (T) المحسوبة لعينة واحدة لغرض مقارنتها مع قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (49) والتي تعد المحك الرئيسي للحكم عند المقارنة . والجدول (1) يبين ذلك .

### جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي وقيمة (T) الجدولية والمحسوبة للمقياس

المؤشرات المجالات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (T) المحسوبة	النتيجة
المعلومات العامة	7.6	2.432	6	3.289	معنوية
اللياقة والصحة	5	1.581	4	3.162	معنوية
الاعداد النفسي	6.56	1.87	5	4.1711	معنوية

طرائق التدريس	6.08	1.80	7	-0.5	غير معنوية
قانون الالعاب	12.92	3.904	16	-3.944	غير معنوية
المقياس	37.92	2.194	38		

قيمة ( T ) الجدولية تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 49 ) هي ( 1.711 )

بالعودة الى الجدول السابق يمكن للباحثين ان يخلصوا الى ان العينة كانت موفقة في اجاباتها على المقياس عند المجالات (المعلومات العامة ، اللياقة والصحة ، الاعداد النفسي )، في حين لم تحقق عينة البحث اجابات موفقة عند مجالي ( طرائق التدريس ، وقانون الالعاب والتحكيم ) بسبب انها جاءت غير معنوية عند مقارنة قيمة (T) المحسوبة مع قيمتها الجدولية.

ويعزو الباحثون سبب تطور المعلومات العامة والتعامل الاجتماعي الى ان هذه المجالات هي مجالات عامة ممكن لاي من خريجي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الاجابة عنها، اضافة الى ان الرياضة بحد ذاتها قائمة على التعامل والتعاون مع الاخرين بالاضافة تعمل على تطوير جانب القيادة والمعلومات العامة وغيرها من الامور، وهذا ما اشار اليه (الشافعي) بان خطط التربية الرياضية تهتم بتنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب الممارسين على القيادة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة، كما انها تعمل على نشر الثقافة الرياضية بينهم كونها جزء من الثقافة العامة وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضة<sup>(1)</sup>.

ويذكر (الحامحي) " ان الميادين الرياضية تعد صورة مصغرة لميادين الحياة فالفرد يكتسب سمات وقيما اجتماعية ويتدرب على مبادئ القيادة والتعبية وتوطيد العلاقات الإنسانية والتكيف الاجتماعي"<sup>(2)</sup>.

اما التطور الذي حصل في اللياقة والصحة فيعزوه الباحثون الى مزاوله الرياضة والاداء البدني باستمرار وكذلك يتم مزاولتها في الهواء الطلق، وهذا ما ذكره (السراج) " ان مزاوله الرياضة توفر الكثير من فرص التمتع بحياة سعيدة وصحية وممارسة العمل في الهواء الطلق ومزاوله الألعاب الرياضية المتنوعة سواء داخل الصالات أو في الهواء الطلق هي بحد ذاتها عوامل انسانية غرضها تحقيق حياة نشيطة ومسلية، وفي الوقت نفسه ترمي إلى نمو الفرد اجتماعيا ونفسيا وعقليا، فضلا عن النمو البدني عن طريق الفعاليات الرياضية المختلفة ، فهي تربية عن طريق الجسم، إذ ان عملية التربية تتم في الوقت نفسه الذي يمارس فيه الفرد الفعاليات الرياضية"<sup>(3)</sup>.

كما ويشير (بيوكر) " ان تحقيق الصحة العامة يعتمد على جمهور متعلم يفهم المشاكل الصحية ، ثم يعزز تعزيزا عمليا الجهود المتداولة لعلها والمدرسة ومراكز الشباب تلعب الدور الكبير في المساعدة على تحقيق التقدم الصحي"<sup>(4)</sup>.

ام فيما يخص التطور الذي حدث للإعداد النفسي فيعود بحسب رأي الباحثون الى ان العلاقة بين النشاط الرياضي وبين الجانب النفسي علاقة متينة فتتأثر وتؤثر الواحدة بالآخرى، فبمزاوله الانشطة الرياضية المتعددة تعمل على زيادة الخبرة الذاتية للممارس وبالتالي تؤثر على شخصيته وسلوكه وتصرفاته، اذ يشير (نالان، 2004) بأن " الخبرة الذاتية لدى كل لاعب قد تعكس سلوكه وتصرفه في مواقف عديدة من خلال الثقة في القدرة على الأداء وتحمل الضغوط في أثناء اللعب او الحياة العامة بصورة تختلف عن الذي لا يمتلك الخبرة الكافية"<sup>(5)</sup>.

1 - حسن احمد الشافعي ، سوزان احمد مرسي: تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي 2- الرياضة والمرأة، مصر، منشأة المعارف، 1999، ص234-235.

2 - محمد محمد حمحمي : أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة ، نادي مكة الثقافي، السعودية ، 1986 ، ص161.

3 - فؤاد ابراهيم السراج : المدخل الى فلسفة التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1986 ، ص63.

4 - تشالز بيوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة : حسن معوض ، كمال صالح عبدة ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 1964 ، ص235 .

5 - نالان قادر رسول: مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك التنافسي والأداء المهاري الفني لدى لاعبي كرة القدم ، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين ، 2004 ، ص71.

كما وتعمل على زيادة الثقة بالنفس اذ يشير(أسامة،2000) الى أنه " كلما أصبح الرياضي أكثر ثقة، كلما ضاعف ذلك من قدرته على التحمل والمثابرة والتصميم في مواجهة العقبات التي تقابله، أو المشكلات التي تعترضه " (1) .  
 إضافة الى ان " الفرد الواثق من نفسه يستثمر امكاناته في أعلى مستوياته، بينما الذي يفتقد الثقة لا يستخدم الا أدنى مستويات الامكانيات المتوافرة لديه " (2) .

في حين لم يفقوا عينة البحث في مجالي ( طرائق التدريس ، وقانون الالعاب والتحكيم )، ويعزوا الباحثون السبب في ذلك الى عدم توفر دورات تهتم بشرح طرائق التدريس الحديثة المستخدمة حاليا في التعليم في وزارة الشباب والرياضة ومنذ زمن ليس بالقليل وكذلك الى عدم اشراك موظفي الوزارة بأي دورات تحكيمية او تدريبية مما اثر سلبا على اغلب موظفي هذه الوزارة في هذا المجال .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات :

- 1- وجود افضلية في اجابات عينة البحث عند المجالات ( المعلومات العامة ، اللياقة والصحة ، الاعداد النفسي ) في مقياس المعرفة العلمية المطبق على عينة البحث .
- 2- لم تحقق عينة البحث اجابات موفقة عند مجالي ( طرائق التدريس ، قانون الالعاب والتحكيم ) لانها ظهرت غير معنوية عند اجراء المقارنات مما يعطي انطبعا على ضعف عينة البحث عند هاذين المجالين .

##### 4-2 التوصيات :

- 1- ضرورة اجراء دورات تطويرية لمنتسبي وزارة الشباب من المشرفين الرياضيين بقانون الالعاب والتحكيم للالعاب الرياضية بسبب ما ظهر من ضعف لعينة البحث عند هذين المجالين .
- 2- اجراء دراسة مشابهة على المشرفين الرياضيين بنفس الوزارة وبمحافظات اخرى وباستخدام نفس المقياس او مقاييس اخرى مشابهة .

#### المصادر :

- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة ( المفاهيم - التطبيقات )، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- تشالز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة : حسن معوض، كمال صالح عبدة، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة ، 1964.
- حسن احمد الشافعي، سوزان احمد مرسى: تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي 2- الرياضة والمرأة، مصر، منشأة المعارف ، 1999 .
- صالح بن ابراهيم الصنيع : دراسات في التأصيل الاسلامي لعلم النفس ، الرياض، دار عالم الكتب للطباعة والنشر، 1995.
- فؤاد ابراهيم السراج : المدخل إلى فلسفة التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1986.
- محمد عبد الفتاح الصيرفي . البحث العلمي الدليل التطبيقي للباحثونين . ط1 . عمان : وائل للنشر والتوزيع ، 2002 .
- محمد محمد حمادي : أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة ، نادي مكة الثقافي، السعودية ، 1986 .
- وجيه محجوب . أصول البحث العلمي ومناهجه . ط2. عمان : دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2005.

1 - أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة ( المفاهيم - التطبيقات )، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص343.

2 - صالح بن ابراهيم الصنيع : دراسات في التأصيل الاسلامي لعلم النفس، الرياض، دار عالم الكتب للطباعة والنشر، 1995، ص79 .

## الملاحق

### ملحق (1) يبين مقياس المعرفة العلمية

المعلومات العامة ..... (1)	
أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الاختيار علامة (✓ أو ×) أمام كل عبارة	ت
الأختيار	العبارات
1	يفضل إخراج الأدوات غير المستخدمة من الساحة في أثناء الدرس
2	إن لبنات مبادئ الروح الرياضية تبدأ داخل المنتدى .
.....	
اللياقة والصحة .....	
أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الاختيار علامة (✓ أو ×) أمام كل عبارة	ت
الأختيار	العبارات
3	من أعراض الخلع سماع صوت خشخشة .
4	يوجد في كل عضلة نوعان من الألياف العضلية هما الألياف العضلية البيضاء و الألياف العضلية الحمراء .

الإعداد النفسي ..... (2)	
أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الاختيار علامة (✓ أو ×) أمام كل عبارة	ت
الأختيار	العبارات
5	من علامات استعداد كفاح اللاعب قبل المباراة مع فرق المستويات العليا هي تركيز الانتباه .
6	حالة حمى البداية التي يتعرض لها اللاعب قبل المباراة مباشرة هي شدة الاستثارة والاضطراب .
7	عند حدوث سلوك سلبي من الطلبة في المباراة يقوم المدرس بأخذ وقت مستقطع وتنبية الطالب المسيء .

المعلومات العامة ..... ( 6 )

الأختبار	العبارات	ت
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختبار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	21
	يعد المدرس ناجحاً في إعداد فريق مدرسي متكامل عند قيامه بتمية : أ / السلوك الجيد للاعبيه . ب / مستوى أداء لاعبيه . ج / السلوك الجيد للاعبيه ومستوى أدائهم .	22
	عند تنظيم حقيبة التدريب يجب الإهتمام بوضع : أ / المنشقة بجانب الجواريب . ب / بدلة التدريب بجانب المنشقة بجانب الحذاء . ج / الحذاء بجانب الجواريب في كيس مستقل .	23
	المطلوب بالطريقة الجزئية هو : أ / تعليم المسار الحركي للفعالية بشكل عام . ب / تعليم الأداء الفني لفعالية بسرعة . ج / تجزئة الحركة إلى أجزاء تعليمية .	

المعلومات العامة ..... ( 5 )

الأختبار	العبارات	ت
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختبار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	17
	أهم عمل للمدرس في مباراة لا يرضى فيها عن أداء فريقه هو : أ / تشجيع لاعبيه في الملعب . ب / انتقاد لاعبيه المقصرين . ج / تكييف حالة اللعب بخطة جديدة .	18
	مفهوم التوافق يعني : أ / التمرين الذهني . ب / الإطالة العضلية . ج / انسجام الحركات في توالي حركي .	19
	يتم تحليل المباراة عادة : أ / بعد المباراة مباشرة . ب / عند أداء أول وحدة تدريبية بعد المباراة . ج / قبل المباراة القادمة بيوم واحد .	20
	تعد المنافسات المعيار الحقيقي لمعرفة المستوى الطبيعي للطالب الرياضي و تبيين للمدرس نقاط القوة والضعف في : أ / خططه التدريبية . ب / شخصية لاعبيه . ج / شخصيته كمدرّب وقائد .	

( ١٥ )

## الإعداد النفسي

الأختيار	العبارات	ت
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
	من السمات النفسية للفرد المتعصب هي : أ / متطرف في الفرح عند النصر والعكس عند الهزيمة . ب / لا يميل للعدوان على الآخرين . ج / يتصرف بجمود الفكر .	33
	للقدرات النفسية دور كبير في إظهار : أ / خطط اللعب . ب / مقدار التعلم النظري . ج / شخصية اللاعب وأحاسيسه .	34
	يطلق على محركات سلوك اللاعب في مواقف اللعب المختلفة تسمية : أ / الحاجات . ب / الدوافع . ج / الحوافز .	35
	من الأعراض النفسية لحالة الاستعداد هي : أ / ممارسة النقد الذاتي . ب / زيادة الثقة بالنفس . ج / اتخاذ القرارات في مواقف اللعب المتعددة الخيارات .	36

( ٩ )

## البيئة والصحة

الأختيار	العبارات	ت
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
	عند الإصابة بجرح في أثناء التدريب يجب : أ / غسل الجرح عند الوصول إلى المنزل . ب / غسل الجرح مباشرة . ج / متابعة التمريض ثم الذهاب إلى الطبيب .	31
	عند إصابة لاعب بالتواء في مفصل القدم فيجب علينا : أ / وضع كمادات باردة ورباط ضاغط . ب / تدليك المفصل المصاب لتوزيع الدم المتجمع حول مكان الإصابة . ج / وضع كمادات دافئة .	32

( ١٢ )

التدريس .....

الأختبار	المبارات	رقم
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
	<p>40</p> <p>إن التعليم بالطريقة الجزئية لا يتم استخدامه إلا بشروط منها :</p> <p>أ / عندما يكون المتعلمون كبار السن .</p> <p>ب / عدم توفر وسائل الإيضاح المناسبة لمرضاها على الطلاب .</p> <p>ج / عندما يكون لدى المتعلمين الخبرة والثقة بالنفس .</p>	
	<p>41</p> <p>القيادة التربوية هي مجموعة الإسهامات لتحقيق :</p> <p>أ / أهداف الجماعة .</p> <p>ب / أهداف الأفراد .</p> <p>ج / أهداف البيئة .</p>	
	<p>42</p> <p>إن التعليم بالطريقة الكلية لا يتم استخدامه إلا بشروط منها أن تكون الفعالية أو المهارة المراد تعليمها :</p> <p>أ / قصيرة .</p> <p>ب / معقدة .</p> <p>ج / سهلة التجزئة إلى أجزاء .</p>	
	<p>43</p> <p>إن عملية أخذ وضع العرض تتوقف على :</p> <p>أ / امكانية الطلبة على تنفيذ التمرين .</p> <p>ب / مكان المدرس في الساحة .</p> <p>ج / عدد التمارين في أقسام الخطه .</p>	

( ١١ )

الإعداد النفسي .....

الأختبار	المبارات	رقم
	أمامك مجموعة من العبارات ضع في حقل الإختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
	<p>37</p> <p>الإرشاد النفسي للاعب هو :</p> <p>أ / العلاقة بين المدرس والطلاب لحل المشكلات المرتبطة بالنشاط .</p> <p>ب / إعطاء المدرس الأوامر للطلاب .</p> <p>ج / عدم قدرة كل من المدرس والطلاب في التجاوب والتعاون .</p>	
	<p>38</p> <p>يعد ارتفاع مستوى التذكر من الأعراض النفسية لحالة :</p> <p>أ / عدم المبالاة .</p> <p>ب / الإستعداد .</p> <p>ج / حمى البداية .</p>	
	<p>39</p> <p>نتيجة صعوبة أو تعذر اتخاذ القرار في مواقف اللعب المتعددة الخيارات يترتب على المدرس أن ينمي في طلبته صفة :</p> <p>أ / الثقة بالنفس .</p> <p>ب / الجراءة .</p> <p>ج / الحسم .</p>	

قانون اللعبة ..... الساحة والميدان ..... ( 10 )

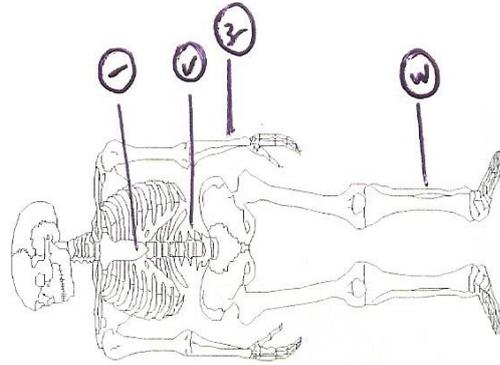
أماك مجموعة من العبارات ضع في حقل الاختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
الاختيار	العبارات
	<p>47</p> <p>الجزء المستقيم والجزء المنحني هما مجال الإقتراب في فعالية:</p> <p>أ / الوثب الطويل .</p> <p>ب / رمي الرمح .</p> <p>ج / الوثب العالي .</p>

التدريس ..... ( 13 )

أماك مجموعة من العبارات ضع في حقل الاختيار الحرف الصحيح أمام كل عبارة	
الاختيار	العبارات
	<p>44</p> <p>إن الألعاب تعمل على :</p> <p>أ / بث الشجاعة في نفوس الطلبة .</p> <p>ب / ضبط النفس في مواقف الإثارة .</p> <p>ج / ( أ + ب )</p>
	<p>45</p> <p>يكون الوقت المخصص للفعاليات الفرقة :</p> <p>أ / 10 دقائق .</p> <p>ب / 15 دقيقة تطول أو تقصر حسب حالة الطلاب وتقبلهم للعمل</p> <p>ج / 20 دقيقة .</p>
	<p>46</p> <p>عند تطبيق فعالية جديدة أو مهارة صعبة ينبغي أن يقف المدرس</p> <p>أ / أمام الصف .</p> <p>ب / على المنصة .</p> <p>ج / قريباً من الطالب المؤدي .</p>

قانون اللعبة ..... صور وأشكال ..... (18)

أمامك صور لأوضاع ابتدائية للتمارين يرجى كتابة الأسم أسفل كل تمرين



أمامك هيكل عظمي

ضع الأسم المناسب أمام الرقم المقابل له

الرقم	اسم العظمة
1	
2	
3	
4	

ملاحظة /

السؤال الذي يترك تعتبر درجته صفراً

أقل درجة للمقياس : صفر

أعلى درجة للمقياس : 76

انتهت الأسئلة

أرجو أن لا تكونوا قد نسيتهم سؤالاً بحون إجابة ..... أميائتي لكم بالموفقية

قانون اللعبة ..... صور وأشكال ..... (17)

أمامك صور إشارات تمكينية يرجى النظر إليها بدقة وكتابة اسم الإشارة في الحقل المخصص لها مع عدم ترك أي إشارة بدون تسمية

( كرة اليد )					( كرة السلة )				

أمامك صور إشارات تمكينية يرجى النظر إليها بدقة وكتابة اسم الإشارة في الحقل المخصص لها مع عدم ترك أي إشارة بدون تسمية

كرة القدم				

كرة الطائرة				

## ملحق (2) يبين مفتاح تصحيح المقياس

## مفتاح التصحيح

الحل	رقم الفقرة	الحل	رقم الفقرة	الحل	رقم الفقرة	الحل	رقم الفقرة	الحل	رقم الفقرة
ج	91	النفسي		✓	46	✓	23	المعلومات العامة	
ب	92	أ	69	×	47	✓	24	✓	1
أ	93	ج	70	المعلومات العامة		✓	25	✓	2
ج	94	ب	71	ج	48	✓	26	×	3
قانون الألعاب والتحكيم		ج	72	ج	49	✓	27	✓	4
3 × 2	95	أ	73	ب	50	✓	28	×	5
40 × 20	96	ب	74	ب	51	×	29	×	6
منطقة التبديل	97	ج	75	أ	52	✓	30	×	7
خط رمية الجزء	98	ج	76	ج	53	طرائق التدريس		×	8
خط حارس المرمى	99	ب	77	ج	54	×	31	✓	9
18 × 9	100	طرائق التدريس		أ	55	×	32	×	10
2.43 m	101	أ	78	ج	56	✓	33	×	11
2.24 m	102	ب	79	ج	57	×	34	✓	12
9 m	103	أ	80	ج	58	×	35	اللياقة والصحة العامة	
× 2.44 7.32	104	أ	81	أ	59	×	36	×	13
× 100 m 64	105	أ	82	اللياقة والصحة العامة		×	37	✓	14
11 m	106	ب	83	ب	60	×	38	×	15
× 180 120	107	ج	84	أ	61	×	39	×	16

× 28 15	108	ج	85	ج	62	×	40	×	17
خط 3 نقاط	109	ج	86	ب	63	✓	41	×	18
المنطقة الحرّة	110	ب	87	ب	64	✓	42	×	19
دبل دريل	111	ب	88	أ	65	قانون الألعاب والتحكيم		×	20
خطأ	112	ج	89	ب	66	✓	43	✓	21
تبديل	113	قانون الألعاب والتحكيم		ب	67	×	44		النفسي
مخالفة	114	ب	90	أ	68	✓	45	✓	22