

المهارات الرياضية وعملية الإدراك (الحسي-حركي)

أ.م. د اسامة عبدالمنعم جواد

جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

usamah701@yahoo.com

أكد الكثير من الباحثين والخبراء في مجال التربية الرياضية على وجود علاقة ايجابية بين القدرات الحسية -الحركية وسرعة تطور أداء المهارات الحركية ، إذ إن القابلية على إدراك الظواهر والمواد بشكل متميز في البيئة تتطور في التدريب الرياضي كما ان خصائص كل نوع من أنواع الرياضة تؤكد على نوعاً معيناً من عمليات الإدراك الحس - حركي فضلاً عن تطور الإحساس، والإدراك يرتبط بشكل وثيق بمعرفة المهارات الرياضية، فعندما يمتلك الفرد مهارات إدراكية بمستوى جيد، ينعكس ذلك على قدرة الفرد في أداء المهارات الرياضية بشكل جيد.

إن تحديد العلاقة الزمنية في العمل الحركي وتناسق الحركات المختلفة يعدان من عمليات الإدراك المعقدة، وهذا يعتمد على التنسيق الدقيق في تقلص العضلات وارتخائها، أما إدراك المكان فهو الآخر يحتل أهمية كبيرة في العمل الحركي، وتلعب حاسة البصر دوراً رئيساً في هذا المجال ففي كل نشاط رياضي لا بد من تطور قابلية الرياضي في عملية إدراك المكان. فالإدراك لا يأتي فجأة، فان التجربة والممارسة السابقة والتكرار يطور الإدراك ولهذا فهناك إدراك أولي للحركة ويأتي هذا دائماً في المهارات الحركية عن طريق الشرح والتوضيح وعرض الحركة ثم إذا ما أعيدت هذه الحركة فإن الإدراك يأخذ شكلاً آخر وهو الإدراك التفصيلي وخاصة إن مارس الفرد الحركة وبعد ذلك يكون هنالك إدراك مضبوط نتيجة التعلم وممارسة المهارات الرياضية.

ويحتل موضوع الإدراك (الحس - حركي) مكانة مهمة في مجال التربية الرياضية بصورة عامة، والنشاط الرياضي الممارس بصورة خاصة لكون الإدراك والإحساس يؤثران بشكل مباشر في خصوصية كل لعبة أو فعالية رياضية. كما إن فهم الحركة وإدراكها وتكوين صورة واضحة لمفهومها وماهيتها، له تأثير كبير في التعلم، وإن الإدراك يؤثر في قابلية الفرد الحركية، ويعمل على تحسينها وتطويرها، ويساعد في فهم المسائل الحركية الأخرى ، والإدراك في الحركة يسهل عملية الربط بين الحركات.

لمحة تعريفية عن قضاء التحكيم الرياضي

م . م حوراء عزيز الموسوي

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

لا شك في أن القضاء الرياضي كان وما زال في مقدمة المسائل القانونية التي نالت اهتمام الباحثين القانونيين بالدراسة ، فموضوعاته ما هي إلا ترجمة حية لواقع الحياة في المنازعات الرياضية وأحكامه تمثل الحلول القانونية له . ولعل من الموضوعات الهامة والحيوية في القضاء الرياضي هو التحكيم الرياضي ، فلا يخفى ان هذا الموضوع يكتسب اهميته يوماً بعد يوم ، ويصل الامر ذروته مع اواخر القرن العشرين ودخول العالم في قرن جديد يموج بالتغيرات الحضارية والثقافية والاقتصادية ، وما صاحب ذلك من منازعات رياضية لم يكن للرياضي بها من ذي قبل سابق عهد .

ولعل من العوامل المهمة التي تعزز إستقلالية القانون الرياضي وتميزه عن القوانين الاخرى هو تفريده (بقضاء تحكيمي خاص) . بمعنى وجود جهات تحكيم تختص بالنظر في المنازعات التي تنجم عن ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية ، سواء تعلقت بالرياضة ذاتها او ما يتم من علاقات بمناسبةها كعقود البث التلفزيوني مثلاً . فضلاً عن وجود هيئات لها اختصاص استثنائي مهمتها النظر في المنازعات الرياضية ايضاً . ويتميز عمل هذه الهيئات بالدقة والموضوعية البالغة ، فإجراءاتها تتسم بالبساطة وعدم التعقيد ، وتتسم جلساتها بالسرية التامة ، إذ ان اطراف النزاع ملزمون بعدم الإفصاح عن تفاصيله . كما أنها تأخذ بعين الاعتبار إرادة الاطراف وخياراتهم ، مما يضمن بقاء المودة قائمة بينهم . ويتم التحكيم في هذه الهيئات وفق القانون الذي يختاره الاطراف وبخلافه يتم النظر فيه بموجب قانون محل المنظمة الرياضية . لكل هذه الاسباب فان هذا النوع من القضاء يناسب المنازعات الرياضية الدولية . إن تزايد عدد المنازعات الرياضية مع غياب وجود هيئة مختصة ومستقلة للنظر فيها فرض التفكير جدياً في إيجاد قضاء رياضي لحل تلك المنازعات ، مع خفض التكلفة ، فتأسس على أثر ذلك قضاء التحكيم الرياضي **The Court of Arbitration for Sport (CAS)** وهي هيئة مستقلة تأسست عام 1983 لحل المنازعات الخاصة بالأنشطة الرياضية ودخلت حيز التنفيذ في 30 يونيو 1984 .

ويلاحظ ان هذا القضاء تابع اداريا وماليا الى مجلس التحكيم الرياضي الدولي **International Council of Arbitration for Sport (ICAS)** والذي يقسم بدوره الى قسمين :

اولاً : قضاء التحكيم الاعتيادي **(OAD) the ordinary arbitration division**

ويختص في النظر في المنازعات الناجمة بمناسبة العلاقات القانونية المختلفة بين الاطراف ، كالمنازعات الخاصة بعقود النقل التلفزيوني **contracts for televition rights** .

ثانياً : قضاء التحكيم الاستثنائي **(AAD) the appeals arbitration division**

ويختص هذا القضاء في النظر في المنازعات التي تقوم بمناسبة صدور القرار الابتدائي الذي يتخذ من قبل مجالس الاتحادات والمنظمات الرياضية الدولية .

والحقيقة أن قضاء التحكيم الرياضي يضم 150 محكماً من 37 دولة يتم إختيارهم لمدة اربعة سنوات قابلة للتجديد ، ويكون المحكم مستقلاً عن طرفي النزاع ولا يعني اختياره من قبل هذا الطرف او ذلك ان يكون ممثلاً له .

ورئيس قضاء التحكيم هو ذاته رئيس مجلس التحكيم الرياضي . ومركز هذا القضاء في مدينة لوزان بسويسرا ولكن له مجلس قضاء رياضي آخر في سدن في استراليا . غير أنه يمكن أن ينعقد المجلس في اي مكان آخر ، وهذا ما يتم بالفعل خلال الدورات الاولمبية .

أما عن اللغة التي تتم بها إجراء المرافعات في قضاء التحكيم فهي اللغتين الفرنسية والانكليزية ، وإذا لم يتفق الاطراف على اختيار اللغة في التحكيم تولى رئيس هيئة المحلفين او الاستشاريين اختيارها ، ومع ذلك في حالات نادرة يتم اختيار لغة اخرى غير الانكليزية والفرنسية . أي أن الامر متروك لإتفاق الطرفين وموافقة مجلس المحلفين او المستشارين .

ان قضاء التحكيم يتطلب دفع رسوم معينة تحدد بموجب القواعد المرعية لديه . ويختص قضاء التحكيم أكثر ما يختص بالمنازعات الرياضية الدولية ، وهو يضمن لأصحاب النزاع اختيار القانون المناسب الواجب التطبيق والاجراءات المتبعة بموجب القانون الرياضي الدولي ، ويضمن هذا القضاء صدور قرار التحكيم وفق جدول زمني مناسب وبحسب ظروف القضية المعروضة . وقد يكون من اللازم اصدار القرار خلال وقت قياسي لا يتجاوز 24 ساعة .

ويتخذ قرار التحكيم بالأغلبية وعند غياب الأغلبية يتخذ القرار من الرئيس منفردا ، على أن يكون القرار الصادر مسببا في جميع الاحوال .

ونحرص بعد هذا البيان الموجز لقضاء التحكيم الرياضي واجراءات التحكيم أن نذكر بعض المقترحات المهمة :

1- تدريس مقررات القانون الرياضي في كليات التربية الرياضية ثم الدعوة الى تدريسه في كليات القانون كمقرر اختياري على الاقل .

2- استحداث قضاء تحكيم رياضي عربي مع الاتفاق على مرجعية تستأنف امامها كل قرارات المنظمات الرياضية وقرارات التحكيم والاتفاق على آلية نظام قانوني يتم على ضوءها حسم النزاع .

3- وضع قواعد لكيفية إجراءات التحكيم ثم صدور القرار وتنفيذه بشكل موحد وضمن مدة زمنية معقولة .

4- ضم نخبة من الخبراء العرب الى مجالس التحكيم الرياضي لضمان مشاركة عربية في المؤسسات الرياضية الدولية .

5- العمل على اعتماد اللغة العربية الى جانب اللغة الانكليزية والفرنسية لأغراض التحكيم الرياضي .

التنبؤ الخطوي بالأداء المهاري بالتنس على وفق المؤشرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية

أ.م.د. هشام هندواوي هويدي

جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Hisham197566@gmail.com

ملخص البحث باللغة العربية

تعد المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية العماد الأساس للتعرف على مستوى الاداء المهاري بالتنس الارضي. وان دراسة تلك المتغيرات من الامور التي تحدد مستوى اللاعب وعليه فان اختيار اللاعبين وفق وسائل علمية يعتبر من مسلمات نجاح العملية التدريبية، وان اهمية هذه الدراسة تتمثل في ايجاد مؤشرا للإداء المهاري يتعلق بمعرفة المتغيرات المتعددة المؤثرة بفعالية التنس من خلال توفير بيانات لعلاقة هذه المتغيرات بتفاصيل الاداء المهاري واستثمارها بالشكل الذي ينظم المستوى المهاري، وهدفت الدراسة الى:

- 1- التعرف على أهم المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية للاعب التنس.
 - 2- التعرف على امكانية تفصيل التنبؤ بالإداء المهاري لكل من المتغيرات مجتمعة ومنفردة.
- استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية، إذ تمثل مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية والبالغ عددهم (128) طالب. وبعد اجراء المعالجات الاحصائية للدرجات الخام توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها:

- 1- مساهمة ثلاثة متغيرات في الاختبارات البدنية وقبول متغير (السرعة الانتقالية) في المعادلة التنبؤية
- 2- مساهمة متغيرين من القياسات المورفولوجية (طول الذراع - طول الرجل) وقبول المتغيرين في المعادلة
- 3- مساهمة متغيرين في المتغيرات الحركية (الرشاقة - التوافق) وقبول المتغيرين في المعادلة التنبؤية .
- 4- مساهمة متغيرين في المتغيرات العقلية (حدة الانتباه - تركيز الانتباه) وقبول المتغيرين في المعادلة التنبؤية .
- 5- مساهمة ثمانية متغيرات للمتغيرات ككل (السرعة- الرشاقة- حدة الانتباه- العضد- التوافق- - تركيز الانتباه- طول الرجل- الوثب العريض) وقبول ثلاثة متغيرات فقط بالمعادلة التنبؤية (السرعة الانتقالية - الرشاقة - حدة الانتباه) .

Step Predict for performance skills in tennis according to the physical, mental, motoring and morphological indicators

**Hisham Hindawi Howaidy Ph.D. Prof Associate
College of Physical Education and Sports Science/ Al Qadisiya University**

Abstract

The physical and motoring and mental variables and morphological foundation to get to know the level of performance skills in tennis Ground . Study these variables of things that determine the level of the player and therefore the selection of players according to scientific means is one of the training process success, and that the importance of this study is to find a performance indicator skill about knowing the multiple variables affecting the effectiveness of tennis by providing for the relationship of these variables data with details of performance skills and investment in the form which regulates the skill level, the study aimed to:

- 1. Identify the most important physical and motor and mental variables and morphological tennis player.**
- 2. to identify the possibility of making prediction to performance skills both collectively and individually variables.**

The researcher used the descriptive style connectivity relationships and predictive studies, accounting for the research community third years students at the Faculty of Physical Education and Sports Science at the University of Al Qadisiya 128 students. After conducting statistical processors of raw degrees researcher reached several conclusions, including:

- 1-contribution of three variables in physical tests and accept variable (transition speed) in predictive equation**
- 2-contribution of two variables of morphological measurements (arm length - man length) and acceptance of two variables in the equation**
- 3-contribution of two variables in the kinetic variables (Fitness - Compatibility) and the acceptance of predictive variables in the equation.**
- 4-contribution of two variables in mental variables (unit of attention - the focus of attention) and accept the predictive variables in the equation.**
- 5. contribution of eight variables of the variables as a whole and the acceptance of only three variables predictive equation (speed - agility - attention).**

1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعد المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية العماد الاساس الذي يمكن دراسته لغرض التعرف على مستوى الأداء المهاري بالتنس كون هذه اللعبة تتعلق بالجهاز العصبي والعضلي بالدرجة الأولى وبالتالي يمكن الكشف عن مواطن القوة والضعف ولا شك ان الأداء المهاري يتطلب الاهتمام بهذه الجوانب ، كما تعد دراسة تلك المتغيرات من الأمور التي تحدد مستوى اللاعب في هذه اللعبة وعليه فإن اختيار اللاعبين وفق وسائل علمية يعتبر من مسلمات النجاح للعملية التدريبية واحد هذه الوسائل هي التنبؤ لمعرفة ادائه المهاري ومن خلال ذلك يمكن التعرف على مستوى اللاعبين بما سيكونون عليه في المستقبل وهذا امر غاية في الاهمية في عملية الانتقاء والممارسة للنشاط الرياضي ولمختلف الفعاليات ومنها التنس الأرضي كما أن ذلك يعد من أفضل الوسائل التي من خلالها يتم اختيار اللاعب لتمثيل الرياضة التخصصية من جميع النواحي البدنية والنفسية والفسولوجية والاجتماعية والتي تساعد المدرب بالوصول بالرياضة التخصصية الى أعلى المستويات ، كما أنها تقلل من الوقت المستغرق والجهود والتكاليف المبذولة . لذلك فإن عملية الوصول للمستويات العليا لا يأتي بمحض الصدفة بل بالسعي والتواصل لمجمل العمليات التدريبية بأسلوب علمي صحيح .

ومن هنا ذلك تكمن أهمية البحث في تغطية جوانب مهمة في فعالية التنس الأرضي لتزويد المعنيين ببيانات عن تلك الجوانب المدروسة وبمعنى تفصيلي أيجاد مؤشراً للأداء المهاري يتعلق بمعرفة المتغيرات المتعددة المؤثرة بفعالية التنس الأرضي وبالتالي خدمة المعنيين في مجال هذه اللعبة.

1-2 مشكلة البحث :

مما لا شك فيه ان الاداء المهاري يعتبر الركيزة الاساسية التي يبتنى عليها تطور المستويات في جميع الالعاب وخاصة الالعاب التي تحكمها المهارة بشكل كبير ومنها لعبة التنس الارضي ، اذ تتعدد المهارات (الارسال ، الضربة الامامية ، الضربة الخلفية ، الدفاع ...) - على ما لها من تفصيل في كل من المهارات المذكورة- لتشكل في النهاية الاداء الكلي والذي يكون من محددات حسم النتائج في هذه اللعبة .

ان توليف الربط بين المتغيرات المتحكمة بالأداء سواء كانت مجتمعة او مجزأة هو من اولويات البحث العلمي التي يجب ان لا يخلو منها أي مصنف لأي لعبة والذي يهدف الى اكتشاف العلاقات المتعددة ومحاولة الاستفادة منها وتوظيفها بالشكل الذي يخدم العملية التدريبية في النهاية لذا فان التعرف على هذه التفاصيل الخافية وبعبارة اخرى المشكلة المعرفية تعتبر دائما المشكلة الاهم التي يجب معالجتها من خلال البحث العلمي إذ يبقى الهدف الاسمي للباحث هو محاولة الغور والتعرف على كل شيء يخص أي شيء وزيادة المعرفة الى الدرجة التي تكون فيها موظفة توظيفا كاملا للمعنيين بالأمر لإغراض استثمارها وتوجيهها بالشكل الملائم . ومن هنا تبرز مشكلة البحث في عدم توفر بيانات كاملة عن علاقة المتغيرات (البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية) بتفاصيل الاداء المهاري للعبة التنس الارضي وعدم استثمار هذه المتغيرات بالشكل الذي ينظم المستوى المهاري بحيث يمكن التنبؤ به وبشكل خطوي مسبقاً .

1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على اهم المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية لدى لاعبي التنس.
- 2- التعرف على امكانية تفصيل التنبؤ بالأداء المهاري لكل من المتغيرات (البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية) مجتمعة ومنفردة .

4-1 فروض البحث :

- تتحدد كل مهارة من مهارات الاداء بالتنس على وفق كل من المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والمورفولوجية وبدلالات يمكن اعتمادها كقواعد للتنبؤ.

5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية /جامعة القادسية .
- 2-5-1 المجال المكاني : ملعب التنس الأرضي في كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .
- 3-5-1 المجال الزمني : المدة من 2015/1/5 ولغاية 2015/3/15 .

2- الدراسات النظرية والمشابهة

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 الإداء البدني للاعب التنس الأرضي :

أن لعبة كرة التنس من الألعاب الرياضية التي تودى بشكل فردي او زوجي وتلعب في الملاعب المفتوحة والمغلقة ولما كانت هذه اللعبة تستمر لمدة ساعتين فهي تحتاج الى لياقة بدنية عالية فلذلك وجب على اللاعبين من امتلاك لياقة بدنية عالية متمثلة بقوة القبضة والرجلين والذراعين وغيرها من الصفات البدنية الأخرى فالياقة العامة والخاصة يجب ان تتوافر عند لاعبي التنس الأرضي وحتى يكون اللاعب ذو اداء مهاري عالي يجب ان يتحلى بعناصر اللياقة البدنية ويرى كونست⁽¹⁾ " أن الإعداد البدني يجب أن يأخذ بنظر الاعتبار عند وضع خطة التدريب وان يكون شاملا (عام وخاص) وان تكون الزيادة في الحمل بشكل متدرج قد يصل إلى نسبة (90 - 100 %) لخلق حالة من التكيف والتأثير وخاصة للصفات البدنية الفاعلة بالعبة (القوة - السرعة - المطاولة) وتختلف النسبة المئوية لكل صفة من الصفات البدنية فوجد القوة والسرعة والمرونة نسبها تكون متساوية وتبلغ (15%) اما المطاولة فتكون (25%) اما الحيز الأكبر فيكون للرشاقة فتبلغ نسبتها (35%)⁽²⁾ .

2-1-2 القدرات الحركية

تعتبر القدرات الحركية صفات مكتسبة يحصل عليها الفرد من خلال تفاعله مع المحيط ، ولا علاقة له بالعمل الوراثي إذ يختلف المختصون في تصنيف القدرات الحركية وان كانت لفترة قريبة جدا مدمجة مع القدرات البدنية ، والقدرات الحركية صفات غير فطرية ويرى وجيه محجوب ان مكوناتها هي (الرشاقة ، المرونة ، التوازن ، المهارة والتكنيك)⁽³⁾ في حين يصنف (حمدي احمد وياسر عبد العظيم 1999) الرشاقة والمرونة من القدرات البدنية ويرى قاسم حسن حسين ان القدرات البدنية هي ذاتها القدرات الحركية أما كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين فيران بانها مكونة من (الرشاقة والتوازن والدقة والقوة والجلد والسرعة والقدرة، المرونة ، رد الفعل ، الانسيابية ، التوافق ..)⁽⁴⁾ .

¹- Const Germaniscu _ *A ntranet De sport* , Editorial C.N.T.F.S, Bucuresti, Romania,2000.

(2) علي سلوم جواد: العاب الكرة والمضرب (التنس الأرضي) ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية، 2002 (ص 49-37 .

(3) وجيه محجوب : علم الحركة ، ط2 ، بغداد ، دار الحكمة ، 1989 ، ص86 .

(4) حمدي احمد وياسر عبد العظيم : التدريب الرياضي افكار ونظريات ، الزقازيق ، جامعة الزقازيق ، 1999، ص197-201 .

2-1-3 القدرات العقلية :

يمكن القول بان القدرات العقلية هي عامل مهم وفعال في تحديد نتائج الكثير من الفعاليات الرياضية ومنها لعبة التنس الأرضي اذ لا يخفى ان لهذا الجانب من دور فعال وكبير يعول عليه في حسم النتيجة النهائية ولعل من اهم القدرات العقلية المدروسة هي :

1- حدة الانتباه " هي "كبر طاقة عصبية يمكن فقدها اثناء النشاط الذي تشترك فيه العمليات النفسية التي تحدث بدقة ووضوح وبسرعة وتلعب حدة الانتباه دورا كبيرا ومهما وخاصة عند تعلم المهارات الحركية المركبة اذ تؤدي الى الفهم الواضح والدقيق لأجزاء المهارة الحركية"⁽¹⁾.

2- تركيز الانتباه : "هو اصطلاح يشار به الى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز نحو فكرة معينة أو الى احدى محتويات الذاكرة الحركية ، وتتميز ظاهرة تركيز الانتباه بوجود الفرد في حالة توتر شديد ، وهو يعد شرطا اساسيا لنجاح المهارات الحركية الهامة بالنسبة للاعب في أثناء النشاط"⁽²⁾ .

2-1-4 مفهوم المورفولوجي⁽³⁾

وهو فرع من فروع الانثروبولوجيا (والذي هو مصطلح يشير إلى الدراسة العلمية لأصل الإنسان وتطوره من الناحية البدنية والاجتماعية والثقافية) وتبين دائرة المعارف الأمريكية (Grolier) ان المورفولوجي مصطلح يستخدمه العلماء بدلاً من مصطلح الانثروبولوجيا الطبيعية ، وذلك عند الإشارة إلى قياسات شكل الجمجمة وطول القامة وبقية الخصائص الجسمية ، ومن ثم فانه يمكن استخدام مصطلح المورفولوجي كمرادف لمصطلح الانثروبولوجيا الطبيعية (الفيزيائية) ، ويعرفه (Mathews) بأنه علم قياس جسم الإنسان وأجزائه المختلفة ، إذ يستفاد من هذا العلم في دراسة تطور الإنسان والتعرف على التغيرات التي تحدث له في الشكل ، ان الغرض من القياس المورفولوجي هو التعرف على مكونات الجسم المختلفة وتوظيف نتائج عمليات القياس لتحقيق غرضين أساسيين هما :

1. تقويم البنيان الجسماني .

2. التعرف على العوامل البيئية التي يمكن ان تؤثر على البنيان الجسماني .

ومن الملاحظ ان معظم القياسات الانثروبومترية يمكن وضعها في خمس مجموعات (فئات) رئيسة هي :

1. الأطوال Lengths .

2. الاتساعات (العروض) Diameters .

3. المحيطات Circumferences .

4. سمك ثنايا الجلد Skinfold thickness .

5. وزن الجسم Body weight .

وتستخدم لأغراض القياس المورفولوجي العديد من الأجهزة منها أشرطة القياس ومقاييس الوزن وجهاز الاستاديو متر لقياس طول القامة ومنضدة هاريندن لقياس الطول من الجلوس وصندوق كاميرون لنفس الغرض ولوحة الرأس لقياس طول القامة بالوقوف أمام حائط وكذلك البرجل الخاص بقياس سمك ثنايا الجلد⁽⁴⁾ .

(1) عبد الحميد أحمد : الملائمة ، ط3، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1978، ص289-290 .

(2) - سعد رزوقي : موسوعة علم النفس ، ط1، بيروت ، الموسوعة العربية للدراسات والنشر ، 1977، ص74 .

(3) محمد نصر الدين رضوان : المرجع في القياسات الجسمية ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997، ص 19-30 .

(4) Cameron , N : The measurement of human growth . Coom Helm , London . 1984.p 78 .

2-1-5 مهارات التنس الأرضي :-

أولاً: مهارة الإرسال :-

نرى إن تحقيق النتائج المتقدمة في البطولات يكون من قب اللاعبين الذين يتميزون بإرسال متميز من ناحية القوة والدقة في الأداء وقد عرف الإرسال تعريفات كثيرة نذكر منها تعريف جيمس ألن على ان الإرسال يعتبر " من الضربات الصعبة لكونه يحتاج إلى سيطرة وإتقان لكي يتمكن المرسل من تنفيذه ولكي يكون الإرسال ناجحاً يجب أن يؤدي عوامل التوجيه والسرعة والدوران للكرة دوراً مهماً بالنسبة لضربة الإرسال " (1).

ثانياً: مهارة الضربة الأمامية :-

إن إتقان هذه الضربة يعد من الأساسيات قبل الانتقال إلى الضربات الأخرى وتستخدم طريقة اللعب الحديث للضربة الأمامية والتي تستخدم فيها كلتا اليدين كي تعمل على مضاعفة القوة المستخدمة وتحمل وزن المضرب وخاصة للمبتدئين والناشئين وذلك بسبب وزن المضرب وهذه الطريقة هي أفضل من استخدام ذراع واحدة ، ومن عوامل النجاح المهمة لهذه الضربة وقوف اللاعب الصحيح والذي يجب أن يتحرك بمختلف الاتجاهات من اجل أن يأخذ المكان المناسب لتنفيذ الضربة الأمامية والتي يجب أن تسقط الكرة على الأرض إما يمين اللاعب الأيمن وأما أمام اليسار اللاعب الأيسر، وان الضربة الأمامية تنفذ بصعوبة اقل من الضربة الخلفية خاصة في البداية بسبب انسيابية الحركة وتنفيذ الضربة باتجاه الذراع الحاملة للمضرب وهناك خطوات أساسية لتعلم الضربة الأمامية وهذا ما أكدته مصادر كثيرة التي من خلالها تؤكد على وضع خطوات مهمة لتعليم مهارتي الضربتين الأرضيتين الأمامية والخلفية وعلى شكل خطوات رئيسية نذكر أهمها:-

_ ضبط الخطوات وعدم تقاطعها .

_ توافق الدوران مع المرجحتين الأمامية والخلفية لضرب الكرة.

_ التوقيت والتقدير الصحيح بمكان ضرب الكرة.

_ متابعة ضرب الكرة .

يضيف "مارفي(1987) إن " الضربات الأرضية الأمامية والخلفية لا تزال تشكل حجر الزاوية في اللعب الصحيح للتنس... وعلى اللاعب تعلم لعبة التنس الأرضي من خلال تعلم الضربات الأرضية أولاً" (2).

ويؤكد "طارق حمودي أمين (1987)" " إن الضربة الأمامية من أهم الضربات وأكثرها استعمالاً في التنس إلى اللاعب المبتدئ لأنها تتميز بسهولة تعلمها وأدائها بصورة جيدة وهي ضربة هجومية وتقود اللاعب إلى الفوز بالنقاط (3).

ثالثاً: مهارة الضربة الخلفية :-

وهي من الضربات الأساسية والمهمة في اللعب ويجب تعلمها وإتقانها بعد الضربة الأمامية وتكمن صعوبة الضربة الخلفية في ضرب الكرة في الجهة المعاكسة للذراع الحامل للمضرب ، ويفضل استخدام كلتا اليدين في تنفيذ الضربة الخلفية وهذا ما لوحظ في بطولات التنس الأرضي الأخيرة وما لذلك من أهمية كبيرة في دفع الكرة بقوة

(1) علي سلوم جواد : مصدر سبق ذكره ، 2002 ، ص63-64.

(2) بيل مارفي: الكتاب الشامل لتمارين البطولات بالتنس ، (ترجمة)، سمير مسلط وآخرون : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990، ص25.

(3) طارق حمودي امين: العاب الكرة والمضرب ، جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، 1987 ، ص42.

مضاعفة نتيجة استخدام الذراعين ، ويرى عبد الستار الصراف (1978) " إن الضربة الخلفية تستخدم كثيرا في التنس الأرضي وأهميتها لاتقل عن أهمية الضربة الأمامية وتعتبر هذه من الوسائل الدفاعية والهجومية وطريقة أدائها مشابهة للضربة الأمامية والاختلاف بينهما هو في مسك المضرب والذي يتم فتل اليد إلى جهة اليسار قليلا⁽¹⁾ ، ويرى الباحثون إن الضربة الخلفية ذات فاعلية كبيرة في اللعب ويجب إتقانها رغم صعوبتها وعند إتقانها سيشعر المبتدئ أو اللاعب بسهولة أدائها وإن فاعليتها أساسية في اللعب ولا تقل أهميتها عن الضربة الأمامية ، وإن تقدم مستوى اللاعب وتطوره يتحقق من خلال إتقان هذا النوع من الضربات المهمة إضافة للضربات الأخرى .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث : أستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية وذلك لملائمته وطبيعة مشكلة البحث .

3-2 مجتمع البحث : تمثل مجتمع البحث بالطلاب الذكور في المرحلة الثالثة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية - والبالغ عددهم (128) طالبا والمتمثلة بخمسة شعب وقد تم اختيار شعبة واحدة وبالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) وكانت شعبة (د) والبالغ عددها 27 طالبا .

3-3 الأدوات والوسائل المستخدمة في جمع المعلومات :

- 1- استمارة استبيان لقياس القدرات العقلية .
- 2- كرات تنس عدد (50) كرة .
- 3- أقماع لاداء التمارين .
- 4- مسطرة من الخشب بعرض 8 سم .
- 5- شريط قياس .
- 6- ساعة توقيت .
- 7- جهاز قياس الطول والوزن .
- 8- جهاز ديناموميتر لقياس قوة القبضة .

3-4 إجراءات البحث الميدانية :

3-4-1 تحديد الاختبارات البدنية والحركية :

من أجل تحديد الاختبارات الحركية والبدنية بالتنس الأرضي تم إدراج اختبارات حركية وبدنية خاصة باللعبة ومناسبه للعينة وبعد تحديدها تم عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين بالمجال الرياضي البالغ عددهم (7) خبير(*) لتثبيت صحة الاختيار وبالتالي تم التوصل الى الاختبارات التالية والتي حصلت على أفضل معامل مربع كما للاستدلال على حسن الاختيار وكما موضح في جدول (1) .

(1) عبد الستار الصراف : العاب المضرب ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ، ص 64 .
* ينظر ملحق (1) .

جدول (1) يبين المتغيرات البدنية والحركية التي تم اختيارها

ت	المتغيرات البدنية والحركية	النسبة المئوية %	قيمة مربع كا المحتسبة	النتيجة
1.	التوازن	100	7	مقبول
2.	الرشاقة	100	7	مقبول
3.	التوافق بين العين واليد	100	7	مقبول
4.	الوثب العريض من الثبات	100	7	مقبول
5.	الجلوس من الرقود	100	7	مقبول
6.	السرعة الانتقالية (30)م من الوضع الطائر	100	7	مقبول
7.	قوة القبضة	100	7	مقبول

3-4-2 تحديد الاختبارات العقلية :

من أجل تحديد الاختبارات العقلية والتي تخدم فعالية التنس عمل الباحث وبعد الاطلاع على المصادر وارااء الخبراء الى اختيار اختبارات عقلية خاصة باللعبة ومناسبه للعينة وبعد تحديدها تم عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين بالتعلم الحركي(*) للاستدلال على حسن الاختيار باستخدام معامل مربع كا وكما موضح في جدول (2) .

جدول (2) يبين اختيار المتغيرات العقلية

ت	المتغيرات العقلية	الاختبارات وطرق القياس	النسبة المئوية	قيمة مربع كا المحتسبة	النتيجة
1.	حدة الانتباه	اختبار أنفيموف	100	7	مقبول
2.	تركيز الانتباه	اختبار أنفيموف	100	7	مقبول
3.	رد الفعل	جهاز الكتروني	57.17	0.14	مرفوض

3-4-3 الاختبارات المهارية :

تمت الاستعانة بالاختبارات التي صممها الباحث في بحثه الموسوم " تأثير التدريبات البصرية في مستوى أداء بعض مهارات التنس الارضي والتوازن الديناميكي"¹

* ينظر ملحق (1) . كيفية اداء الاختبارات .

1 - هشام هنداي هويدي ، مشتاق عبد الرضا ماشي : تأثير التدريبات البصرية في مستوى أداء بعض مهارات التنس الارضي والتوازن الديناميكي ، بحث مقبول للنشر ، المؤتمر العلمي الثاني للفلسفة والتدريب ، جامعة البصرة ، 2010 .

3-4-3-1 اختبار لوح الخشب لدقة الارسال

أدوات الاختبار:

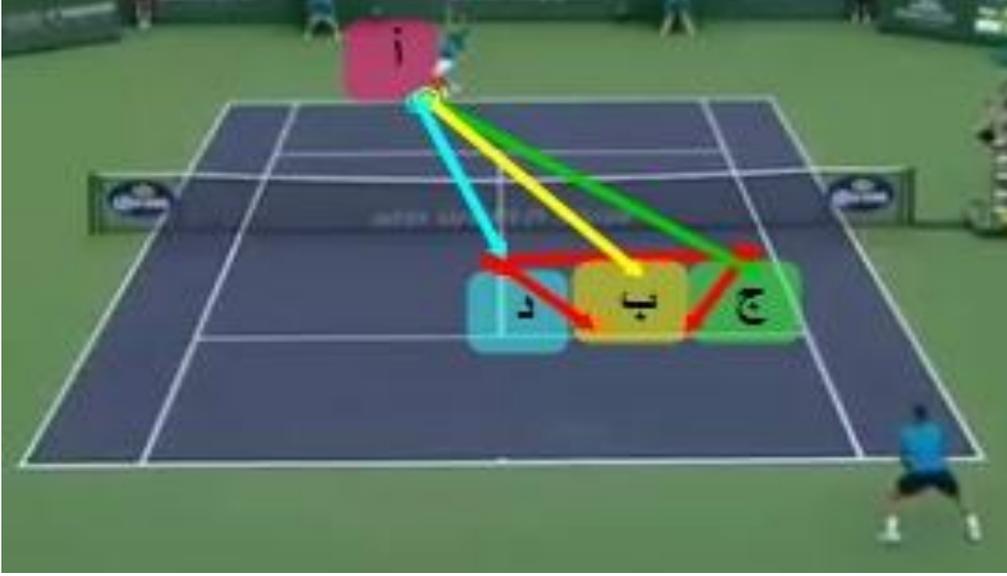
مستطيل من الخشب نوع (NDF^1) يكون بأرتفاع ثلاثة أقدام من الحافة العليا للشبكة ويعرض (4.11 م)² ويرسم مستطيل على طول منطقة سقوط كرة الارسال قاعدته السفلى (4) متر والعليا (2.11) متر علما ان ضلعه السفلي اكبر من الضلع العلوي كما مبين في الشكل (1) بحيث يكون على جانبي منطقة الارسال مثلثين عرض قاعدة المثلث الواحد (5) سم وعرض حافته العليا (1)متر ، وجمع المستطيل مع المثلثين تكون مساحة منطقة الارسال المشار اليها سابقا(4.11) متر، يلون كل جزء من هذه الاجزاء بلون مغاير لتحديد درجات الاداء للمختبر .

شرح الاختبار :

- ◀ تجهز ملعب التنس كما موضح في الشكل (1)
- ◀ يقوم اللاعب بالأحماء لفترة عشرة دقائق ثم يقوم بعد ذلك بأداء ضربات الارسال
- ◀ تعطى ثلاثة محاولات ابتدائية لا يتم حسابها لتهيئة اللاعب ذهنيا لاداء الضربات .
- ◀ يقوم اللاعب بأداء ضربات الارسال بوقوفه في المكان الصحيح المواجه لمنطقة الارسال ويؤدي عشرة ضربات يحاول فيها اللاعب اىصال الكرة في التقسيم الموضح في الرسم للحصول على اعلى الدرجات المقسمة في لوحة الخشب .
- ◀ الجزء المواجه لمنطقة خط الارسال الوسط يعطى (3) درجة اذا كانت الكرة في المثلث المطلوب ، اما الجزء المحاذي للخط الجانبي فيعطى (2) درجة اذا كانت الكرة في المثلث المطلوب - اما المربع المنحرف الزوايا الوسطي في لوحة الخشب فيعطى (1) درجة .
- ◀ الكرة الخارجة عن حيز المستطيل الموضوع تعتبر محاولة فاشلة ويكون نتيجة المختبر فيها صفر .
- ◀ اذا لمست الكرة احد حواف المستطيل بكافة اجزائه وغيرت اتجاهها تعاد للمختبر هذه الضربة من جديد (لمرة واحدة) وتعتبر فاشلة اذا تكرر اللمس .
- ◀ اذا لمست الكرة الحد الفاصل بين جزء وآخر تحتسب نتيجة الجزء الافضل من حيث ترتيب النقاط .

¹ نوع من الخشب المضغوط ذو ارتداد قوي مثل الحائط الكونكريتي

² وهي مساحة المنطقة الخاصة بسقوط الكرة في ضربة الارسال



شكل رقم (1) يوضح دقة الارسال والمناطق المبوية لتحديد النقاط

التفاصيل:

النقطة (أ) تمثل مكان وقوف اللاعب لأداء ضربة الارسال لذلك ستحدد ضمن مفهوم الاختبار ثلاثة مناطق (1 - 3) وبذلك فإن اتجاه الكرة يكون نحو نقطة (ب) وتكون هذه الكرة سهلة الاستقبال على اللاعب المستقبل لان ارتداد هذه الكرة سيكون مواجه فتعطي الدرجة (1) أما اذا قام اللاعب بأرسال الكرة الى نقطة (ج) فإن هذه الكرة سوف تؤدي بالمستقبل الى بذل قدر اكبر من السرعة لتحقيق قابلية رد الكرة لهذا حددت درجة صعوبتها بـ (2) . أما اذا ارسل اللاعب الكرة الى نقطة (د) فإن مقدار المسافة التي يقطعها اللاعب بين موقعه لاستقبال الارسال حتى مكان توجه الكرة سيكون بمنتهى الصعوبة باعتبار ان ضربة الارسال تكون بكرة سريعة تفرض على اللاعب عبثاً إضافي يفوق النقطتين (ب - ج) لذلك تم تحديد درجة الصعوبة (3) .

3-4-2 اختبار لوح الخشب لقياس قوة الضربات الامامية والخلفية :

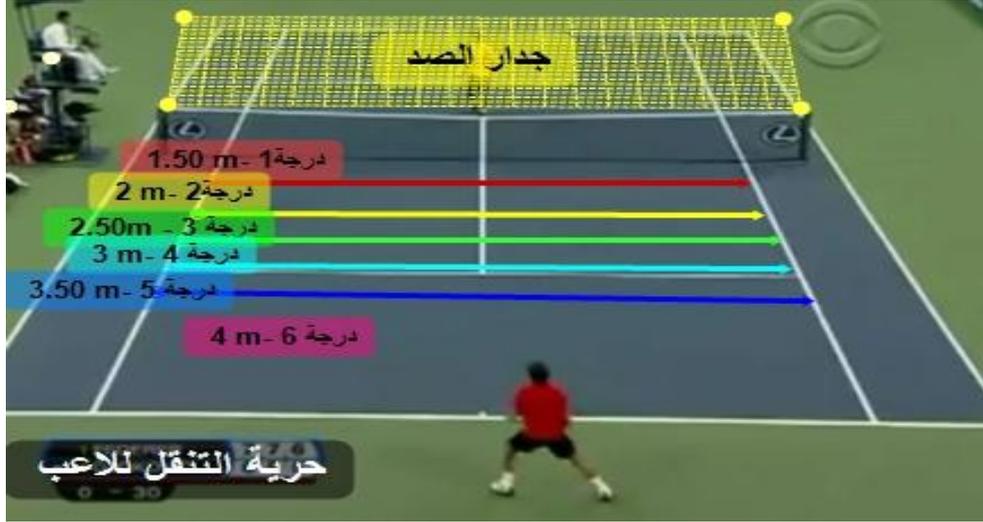
الأدوات : ملعب تنس نظامي - مستطيل مصنوع من الخشب نوع (NDF) يكون طوله بمقدار طول الشبكة مع ملاحظة تقليل طول الضلع العلوي للمستطيل بمقدار 50 سم لكلا الطرفين من الاعلى بحيث يثبت فوق مقدار الشبكة ب 7 أقدام - كرات تنس موضوعة في صندوق جانبي - تخطط أرضية الملعب الى التقسيمات الاتية : 1,50 م - 2,00 م - 2,50 م - 3,00 م - 3,50 م - 4,00 م وحسب الشكل (2) .

وصف الاختبار : يقوم اللاعب بأداء الاحماء على الحائط الخشبي بمقدار 10 دقائق - ثم يقوم القائم على الاختبار بعد ذلك بأخذ كرة من الصندوق ورميها للمختبر لأداء اللعب بالضربات الامامية فقط على الحائط الخشبي بحيث ان الكرة تلامس قطعة الخشب ليتم أرتدادها الى أرضية الملعب المقابل المصممة بقياسات على ان يتم بعد ذلك تسجيل الضربات الصحيحة التي أداها - ويؤدي نفس الاختبار السابق بالضربات الخلفية فقط .

حساب الدرجات :

- أذا سقطت الكرة بعد أرتدادها في مقدار مساحة 1,50 متر تحتسب للمختبر 1 نقطة .
- أذا سقطت الكرة بعد أرتدادها في مقدار مساحة 2,00 متر تحتسب للمختبر 2 نقطة .
- أذا سقطت الكرة بعد أرتدادها في مقدار مساحة 2,50 متر تحتسب للمختبر 3 نقطة .
- أذا سقطت الكرة بعد أرتدادها في مقدار مساحة 3,00 متر تحتسب للمختبر 4 نقطة .

- أذا سقطت الكرة بعد ارتدادها في مقدار مساحة 3,50 متر تحسب للمختبر 5 نقطة .
- أذا سقطت الكرة بعد ارتدادها في مقدار مساحة 4,00 متر تحسب للمختبر 6 نقطة .



شكل (2)

يوضح طبيعة أختبار قوة الضربات الامامية والخلفية ضمن حدود الملعب

فرضية الاختبار : عندما يقابل جسم متحرك بسرعة معينة مقاومة أكبر من كمية حركته فإن هذا التصادم يؤدي الى ارتداد الجسم المتحرك عن المقاومة في اتجاه يخالف الاتجاه الذي كان يسير فيه كما يؤدي هذا الى فقد الجسم المتحرك لجزءا من كمية حركته ويقال ان الجسم المتحرك قد ارتد - ويوضح ماريون (1973) ان قوة الارتداد تعتمد على مقدار مقاومة صلابة السطح ، وعلى كمية حركة الجسم قبل التصادم ، وعلى معامل ارتداد الجسم (مرونته) أي ان قدرة الجسم على أستعادة شكله بعد التسطح والانضغاط الذي حدث فيه نتيجة للتصادم - كما يوضح لوتنجر (1976) ان الارتداد يرتبط بمرونة الاجسام المتصادمة ويوضحا أنه عند تصادم جسمين يحدث تغير في مظهرهما الخارجي وتلاشي هذا التغير أو استمراره يتوقف على مرونة الاجسام المتصادمة وتعرف المرونة " بأنها مقدرة الجسم على مقاومة التغير في شكله وعودته لشكله الطبيعي بعد زوال المؤثر⁽¹⁾

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على لاعبي فريق كلية التربية الرياضية /جامعة القادسية وعددهم (4) لاعبين في القاعة الرياضية المغلقة بكلية التربية الرياضية الساعة العاشرة صباحا بتاريخ يوم الخميس الموافق 2015/2/20

وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- معرفة الوقت المستغرق في أداء الاختبارات .
- استخراج المعاملات العلمية للاختبارات .
- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد.
- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة والمكان الذي تجري فيه التجربة الرئيسية.

¹ - فؤاد السامرائي ، البيوميكانيك ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2 ، جامعة الموصل ، 1988 ، ص 172 - 173 .

- التعرف على الأخطاء والصعوبات التي قد تظهر في التجربة الرئيسية.
أما بالنسبة لتوصيف الاختبارات فقد تم تبينها في ملحق (2) .

3-6 الأسس العلمية للاختبارات:

تتمتع جميع الاختبارات بالمعاملات العلمية المقبولة كون ان جميع الاختبارات قد تم اجراءها على عينات مشابهة لعينة البحث فبذلك فلا حاجة لإعادتها .

3-7 التجربة الرئيسية :

تم إجراء التجربة الرئيسية على عدة مراحل نتيجة كثرة الاختبارات المستخدمة لذلك بلغت مدة الاختبارات (3) أيام في يوم 2/22/ ولغاية يوم 2015/2/24 أجرى في يوم الاحد الاختبارات البدنية والحركية والقياسات المورفولوجية لعينة البحث . وفي يوم الاثنين الاختبارات العقلية . وفي يوم الثلاثاء تم اجراء الاختبارات المهارية ، وبذلك تم تحديد أهم اختبارات البحث كي يتسنى اجراء العمليات الاحصائية الخاصة بالبحث.

3-8 الوسائل الاحصائية : استعان الباحث بالحقبة الاحصائية spss لاستخراج كل مما يلي

- النسبة المئوية
- قيمة مربع كا
- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- قيمة الارتباط البسيط
- الانحدار الخطي المتعدد

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات في الاداء المهاري والمعادلات التنبؤية . لغرض تحقيق هدف التنبؤ لجأ الباحث الى نموذج الانحدار ، ونتيجة لتعدد المتغيرات المستقلة التي يمكن التنبؤ من خلالها بالمتغير التابع (الاداء المهاري) تم استخدام نموذج الانحدار المتعدد ، اذ يتم أولاً استخراج المتغير صاحب الارتباط الأعلى (بسيط) ثم يتم توالي المتغيرات المستقلة التي يتم كشفها عن طريق الارتباط المتعدد (العمود الثاني في جداول الارتباط المتعدد) اذ يعمل المتغير الاول على البحث عن متغير آخر يكون معه اعلى ارتباط لمتغيرين في المتغير التابع ، ثم يقوم المتغيران بفرز متغير ثالث يكونان معه اعلى ارتباط بالمتغير التابع وهكذا .. ، وبالتالي يتم استخراج نماذج للانحدار متعددة بتعدد مجاميع المتغيرات المستقلة (التنبؤية) التي تم كشفها ولهذه الأغراض تم استخراج قيمة نسبة المساهمة (العمود الثالث من جداول الارتباط المتعدد) "والتي تخبرنا عن قيمة مربع الارتباط والدالة على مقدار التباين في المتغير التابع الذي تفسره المتغيرات المستقلة في النموذج (المعادلة) التي سيتم استخراجها وبالتالي فانه يعطي مؤشراً على إمكانية تعميم النتائج على مستوى اكبر من العينة"⁽¹⁾ اذ استخدم الباحث الطريقة الخطوية (stepwise) والتي تعمل على انه في كل مرة تتم اضافة متغير مستقل (تنبؤي) الى معادلة الانحدار فانه يتم تنفيذ اختبار ازالة للتخلص من المتغير المستقل الأقل فائدة ، وهكذا يتم اعادة تقييم معادلة الانحدار باستمرار للتمكن من ازالة المتغيرات المستقلة الفائضة ، وتجدر الإشارة هنا الى انه ليس بالضرورة ان تكون المتغيرات المستقلة التي ارتبطت ارتباطاً بسيطاً بالمتغير التابع هي نفسها في معادلة الانحدار بل ان العكس

(1) لجنة التأليف والترجمة: الإحصاء باستخدام SPSS ، ط1 ، شعاع للنشر والعلوم ، سوريا ، 2007 ، ص182 .

هو الغالب اذ ان احدى فرضيات الانحدار تقتضي ان لا يكون بين المتغيرات المستقلة ارتباطاً ولهذا فالتوقع الأصح ان يتم التنبؤ بمجاميع من المتغيرات يتم التعبير عن كل مجموعة منها بمتغير وحيد يكون هو الأعلى ارتباطاً بالمتغير التابع (الاداء المهاري) وبالتالي فان وجود هذا المتغير يكون قد ألغى دور المتغيرات المرتبطة به وبمعنى اخر فانه تتم ازالة المتغيرات المتضمنة في المتغير الذي تم اختياره أي ان يكون المتغير المختار في المعادلة قد رُشِحَ نيابةً عن متغيرات ارتبطت به أصلاً الا انه اعلى منها في ارتباطه بالمتغير التابع ومن الطبيعي ان يتم اختبار هذه الارتباطات المتعددة الامر الذي تطلب استخدام قانون (F) بحيث يتم الكشف عن معنوية قيمته باستخدام مستويات الدلالة ، اما بالنسبة لشكل المعادلة التنبؤية النهائي فقد تم استخراج قيمة الثابت والذي يمثل معلمة التقاطع مع المحور الشاقولي ، وكذلك ميل الانحدار الذي يخبرنا عن طبيعة العلاقة التي يتم وصفها بحيث ان الإشارة الموجبة تنبأ عن علاقة طردية والسالبة تنبأ عن علاقة عكسية ، فيما تعكس قيمة (t) اختلاف قيم الميل عن الصفر كما يمكن اعطاء الاحتمال الصحيح لحدوث القيمة المشاهدة للاختبار (t) اذا كانت قيمة الميل مساوية للصفر عن طريق مستوى الدلالة الخاصة بجدول معاملات الانحدار بمعنى انه اذا كان مستوى الدلالة يساوي او اقل من (0.05) فان النتيجة تعكس أثراً حقيقياً أي ان المتغير المستقل يساهم بشكل فعال في القدرة على التنبؤ بالمتغير التابع . وجدير بالذكر ان مستوى الاداء المهاري قد تم استخراجه بصيغة واحدة مجتمعة لغرض تحديد مساهمته في المتغيرات المستخدمة .

1-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات البدنية في مستوى الاداء المهاري

جدول (4) يبين معامل الارتباط المتعدد ونسب مساهمة المتغيرات البدنية في مستوى الاداء المهاري

المتغيرات	R	R ²	درجات الحرية	قيمة F المحتسبة	مستوى الدلالة
1. السرعة الانتقالية	0.453	0.205	26-1	6.719	0.015
2. السرعة الانتقالية+ الجلوس من الرقود	0.506	0.256	25-2	4.299	0.025
3. السرعة الانتقالية+ الجلوس من الرقود+الوثب العريض	0.541	0.293	24-3	3.317	0.037
4. السرعة الانتقالية+ الجلوس من الرقود+الوثب العريض+ قوة القبضة	0.547	0.299	23-4	2.458	0.074

جدول (5)

يبين معاملات الانحدار والمعادلة التنبؤية لأداء المهاري على وفق المتغيرات البدنية

الثابت	ميل خط الانحدار	المتغيرات	قيمة t المحتسبة	مستوى الدلالة
141.440	9.850-	السرعة الانتقالية	2.858-	0.009
	0.332	الجلوس من الرقود	1.294	0.208
	0.060-	الوثب العريض	1.124-	0.272
المعادلة التنبؤية	الاداء المهاري = 9.850-141.440 (السرعة الانتقالية)			

يتبين من خلال الجدول (4) ان قيمة (F) المحتسبة كانت معنوية لثلاثة متغيرات مما يدل على صلاحيتها في التنبؤ بالمنغير التابع كما يتبين من خلال الجدول (5) القيم المعنوية لمعلمت ميل الانحدار للمتغير المستقل (السرعة الانتقالية) وعدم قدرة المتغيرات البدنية الأخرى الصمود في المعادلة التنبؤية ويعزى ذلك الى ان السرعة بالتنس الأرضي محور أساسي في السيطرة على الكرات السريعة بهذه الفعالية وهي محور العمل العضلي ويشير عبد الله اللامي الى ان " السرعة هي مجموعة الخواص الوظيفية التي تمون أداء الفعاليات الحركية في أقصر مدة زمنية وترتبط بتغيرات حركة العمليات العصبية التي يعبر عنها في اكمال سير عمليات الإثارة في أجزاء مختلفة من للجهاز العصبي ومستوى التناسق العصبي العضلي ومرونة التواء الألياف العضلية وفعاليات التناسق في العضلة (1)»

2-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات الحركية في الأداء المهاري

جدول (6)

يبين معامل الارتباط المتعدد ونسب مساهمة المتغيرات الحركية في الأداء المهاري

المتغيرات	R	R ²	درجات الحرية	قيمة F المحتسبة	مستوى الدلالة
1. الرشاقة	0.449	0.202	26-1	6.573	0.016
الرشاقة+ التوافق	0.504	0.254	25-2	4.261	0.026
لرشاقة+ التوافق+التوازن	0.519	0.260	24-3	2.948	0.053

جدول (7)

يبين معلمت الانحدار والمعادلة التنبؤية للأداء المهاري على وفق المتغيرات القدرات الحركية

الثابت	ميل خط الانحدار	المتغيرات	قيمة t المحتسبة	مستوى الدلالة
135.829	2.571-	الرشاقة	2.884-	0.008
	0.531	التوافق	2.183	0.022
	0.323-	التوازن	0.703-	0.489
المعادلة التنبؤية	الاداء المهاري = 135.829 - 2.571(الرشاقة) + 0.531(التوافق)			

يتبين من خلال الجدولين السابقين وجود متغيرين يساهمان في تقدير قيمة المتغير التابع (الاداء المهاري) إذ تبين مستويات الدلالة امكانية قيم (R²) المعدلة على تفسير مقدار التباين في المتغير التابع من خلال التباين في المتغيرات المستقلة من خلال معنوية منغير الرشاقة والتوافق ، كما نلاحظ القوة التنبؤية للمتغيرين من خلال معنوية مستويات الدلالة لمعلمت هذه المتغيرات الأمر الذي يؤشر قابلية صمود هذين المتغيرين في المعادلة التنبؤية ويعزو

1 - عبد الله حسين اللامي : الاسس العلمية للتدريب الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004 م .

الباحث هذا المعنوية إلى أن الرشاقة أحد أكبر العوامل التي يمتلكها لاعب التنس من خلال تحركاته المستمرة داخل الملعب . كما إن للتوافق بين العين واليد تأثير واضح من خلال حركة الكرة السريعة إذ يقتضي باللاعب أن يتمتع بقابلية التوافق كي يستطيع مجاراة رؤية ومتابعة حركة الكرة ذات الارتداد السريع . وتذكر أيلين بانه " من المهم إن يمتلك المتعلم الرشاقة والتي تكسب الفرد الثقة بالنفس والاسترخاء عند مقابلة الكرة المردودة تجاهه بحيث لا يخاف منها أو يبتعد عنها وهو ما يحدث مع المبتدئين دائما . وللتعود على ذلك فإنه يجب اللعب بالكرة لاكتساب الإحساس بها وذلك من خلال تنطيطها للأعلى والأسفل باليدين وباستخدام المضرب وذلك لفترة من الوقت"¹.

4-1-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات العقلية في الأداء المهاري

جدول (8)

يبين معامل الارتباط المتعدد ونسب مساهمة المتغيرات العقلية في الأداء المهاري

المتغيرات	R	R ²	درجات الحرية	قيمة F المحتسبة	مستوى الدلالة
1. حدة الانتباه	0.628	0.394	62-1	3.683	0.037
حده الانتباه + تركيز الانتباه	0.742	0.551	25-2	3.405	0.042

جدول (9) يبين معلمات الانحدار والمعادلة التنبؤية للأداء المهاري وفق القدرات العقلية

الثابت	ميل خط الانحدار	المتغيرات	قيمة t المحتسبة	مستوى الدلالة
79.763	0.111	حده الانتباه	2.972	0.041
	-0.288	تركيز الانتباه	-2.642	0.049
المعادلة التنبؤية	الأداء المهاري = 79.763 + 0.111(حده الانتباه) - 0.288(تركيز الانتباه)			

يتبين من خلال الجدول (8) ان قيم (F) المحسوبة كانت معنوية وللمتغيرين وحيث انه " في الاختبار الجيد تكون قيمة (F) كبيرة لأنها مقياس لمدى التحسن الذي ادخله المتغير المستقل على التنبؤ"⁽²⁾ فان هذا يعني ان نسب المساهمة للارتباطين كانت معنوية الى الدرجة الكافية وبالتالي امكانية ترشيح المتغيرين . كما يتبين من الجدول (9) امكانية الاعتماد على المعلمات للمتغيرين المستقلين في بناء المعادلة التنبؤية . فحده الانتباه تساهم في تحسين القدرات العصبية التي من شأنها تقرر عمل العضلات للاداء الحركي ، ويشير وجيه " أن جميع المعلومات الفكرية والمهارية تأتي عن طريق مسالك الاعضاء الحسية ولهذا فإن اساس جميع المعرفة هي عمل الاعضاء . ويشبه كل عضو حسي جهازا دقيقا لتسجيل الموجات مشيرا الى قوة هذه الموجات . ففي المجال الرياضي مثلا يتكيف اليا من خلال تجاربه السابقة عن طريق الاعتماد على حاستين هي العين والسمع"³. ويضيف قائل ان " التركيز يسهل الحركة الصعبة والدقيقة وخاصة ان هذه العملية تكون مدتها قصيرة جدا ولا يكون

1- أيلين وديع فرج : التنس (تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم) ، مكتب فلمنج للطباعة : الاسكندرية ، 2000 م .

2- لجنة التأليف والترجمة : مصدر سبق ذكره ، 2007، ص160.

3 - وجيه محجوب : نظريات التعلم والتطور الحركي ، عمان - الاردن ، دار وائل للنشر ، 2001، ص 38 .

التركيز جيدا اذا ما كان الادراك جيد أي أدراك المؤشرات الخارجية للاستجابة اليها وان مستوى التركيز الجيد يعطي فهم المنبه الخارجي لتحقيق الهدف المطلوب " 1.

4-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات المورفولوجية في الاداء المهاري

جدول (10) يبين معامل الارتباط المتعدد ونسب مساهمة المتغيرات المورفولوجية في الأداء المهاري

مستوى الدلالة	قيمة F المحتسبة	درجات الحرية	R ²	R	المتغيرات
0.032	3.220	26-1	0.045	0.211	1. طول الذراع
0.041	3.630	25-2	0.167	0.409	2. طول الذراع+ طول الرجل
0.280	1.216	24-3	0.260	0.509	3. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ
0.099	2.215	23-4	0.278	0.527	4. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ+طول الساعد
0.157	1.788	22-5	0.289	0.538	5. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ+طول الساعد+طول العضد
0.228	1.495	21-6	0.299	0.547	6. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ+طول الساعد+طول العضد+ارتفاع القدم
0.308	1.283	20-7	0.310	0.557	7. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ+طول الساعد+طول العضد+ارتفاع القدم+طول الجذع مع الرأس
0.419	1.077	19-8	0.312	0.559	8. طول الذراع+ طول الرجل+طول الفخذ+طول الساعد+طول العضد+ارتفاع القدم+طول الجذع مع الرأس + طول الساق

جدول (11)

يبين معاملات الانحدار والمعادلة التنبؤية للاداء المهاري على وفق المتغيرات المورفولوجية

مستوى الدلالة	قيمة t المحتسبة	المتغيرات	ميل خط الانحدار	الثابت
0.043	-2.136	طول الذراع	0.199-	135.746
0.049	-2.111	طول الرجل	1.152-	
الاداء المهاري=135.749-0.199(طول الذراع)-1.152(طول الرجل)				المعادلة التنبؤية

1 - وجيه محجوب : المصدر السابق : ص 48 .

تظهر نتائج القياسات المورفولوجية وجود متغيرين يمكنهما المساهمة في تفسير التباين الحاصل في متغير الأداء المهاري ، إذ تظهر نسبة مساهمتها عند (0.045) و(0.167) (طول الذراع وطول الرجل) على التوالي وبالتالي إمكانية الاعتماد بشكل كبير على مساهمة هذين المتغيرين ، فيما تظهر نتائج معلمات الانحدار ان مستوى دلالة ميل خط الانحدار للمتغير الثاني (طول الرجل) هو مقارب من مستوى دلالة ميل خط الانحدار للمتغير الأول (طول الذراع) إلا انه يمكن كلا المتغيرين على المساهمة بشكل كبير في تقدير الأداء المهاري ويعزو الباحثون ذلك الى ان اداء ضربات الارسال بالتنس الارضي تتطلب من اللاعب ارتفاع اليد الضاربة بمستوى عالي كي يتمكن المرسل من توجيه الكرة الى ملعب المنافس دون الاصطدام بالشبكة وهو شبيه الامر بالمتغير الثاني طول الرجل حيث ان طول اللاعب يساهم في اقبال الكرات بشكل أفضل الى ملعب المنافس وهو ما جعل صمود هذين المتغيرين في المعادلة التنبؤية

4-1-5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج نسب مساهمة المتغيرات (ككل) في الاداء المهاري.

جدول (12) يبين معامل الارتباط المتعدد ونسب مساهمة جميع المتغيرات في الاداء المهاري

المتغيرات	R	R ²	درجات الحرية	قيمة F المحتسبة	مستوى الدلالة
1. السرعة الانتقالية	0.453	0.205	26-1	6.719	0.015
2. السرعة الانتقالية + الرشاقة	0.633	0.400	25-2	8.343	0.002
3. السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه	0.714	0.509	24-3	8.302	0.001
4. السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه+العضد	0.755	0.570	23-4	7.609	0.000
5. السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه+العضد+التوافق	0.780	0.609	22-5	6.850	0.001
6. السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه+العضد+التوافق+تركيز الانتباه	0.809	0.654	21-4	6.624	0.000
السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه+العضد+التوافق+تركيز الانتباه+طول الرجل	0.824	0.679	20-7	6.048	0.001
7. السرعة+الرشاقة+حدة الانتباه+العضد+التوافق+تركيز الانتباه+طول الرجل+الوثب العريض	0.833	0.693	19-8	5.370	0.001

جدول (13) يبين معلمات الانحدار والمعادلة التنبؤية للاداء المهاري على وفق جميع المتغيرات

الثابت	ميل خط الانحدار	المتغيرات	قيمة t المحتسبة	مستوى الدلالة
119.414	-7.732	السرعة الانتقالية	-3.156	0.003
	-3.720	الرشاقة	-4.566	0.000
	0.271	حدة الانتباه	3.056	0.007
المعادلة التنبؤية	الاداء المهاري = 119.414 - 7.732 (السرعة الانتقالية) - 3.720 (الرشاقة) + 0.271 (حدة الانتباه)			

يتبين من خلال الجدولين السابقين ان المتغيرات المستقلة تساهم بدرجات مختلفة بالاداء المهاري وهي ثمانية متغيرات لكل متغير له اهمية نسبية عند ارتباطه بمتغير أو أكثر، غير ان هناك ثلاثة متغيرات صمدت للمعادلة التنبؤية ويتضح ذلك من خلال مستوى الدلالة للمتغيرات (السرعة الانتقالية - الرشاقة - حدة الانتباه) ويعزو الباحث ذلك إلى ان اتحاد هذه المتغيرات مع بعضها البعض يعطي بالنتيجة تحسن مستوى مهارات التنس الارضي وهذا واضح لدى المعنيين بالتدريب الرياضي لهذه الفعالية ويشير قاسم حسن " اعتبرت السرعة واحدة من المكونات الأساسية للصفات الحركية ، لأنها تلازم معظم أنواع النشاط الحركي ، ويتحصل بسبب إخراج قوة معينة لدفع وتحريك الكتلة . كما ان السرعة ضرورية لكثير من الفعاليات والألعاب الرياضية لارتباطها بالعديد من المكونات الحركية الأخرى . كذلك اعتبرت من العناصر الأساسية التي تقرر المستوى في الفعاليات والألعاب الرياضية⁽¹⁾ أما فيما يخص متغير الرشاقة فيذكر " العمل المشترك بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي حيث يتم التنسيق وفقا لقواعد الاستثارة والخمول كما يلعب التوافق الحركي دورا مهما بين العضلات حيث ينشأ عن العمل المشترك للرشاقة جراء التأثير الخارجي والداخلي وفق نطاق المسار الحركي الهادف التشريحي لعدد من المجاميع العضلية مع توفر الاستثارة والتمنع وخفض السرعة الحركية ، أي ان اداء الرشاقة يتم بصورة صحيحة⁽²⁾ .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- مساهمة ثلاثة متغيرات في الاختبارات البدنية وقبول متغير (السرعة الانتقالية) في المعادلة التنبؤية
- 2- مساهمة متغيرين من القياسات المورفولوجية (طول الذراع - طول الرجل) وقبول المتغيرين في المعادلة
- 3- مساهمة متغيرين في المتغيرات الحركية (الرشاقة - التوافق) وقبول المتغيرين في المعادلة التنبؤية .
- 4- مساهمة متغيرين في المتغيرات العقلية (حدة الانتباه - تركيز الانتباه) وقبول المتغيرين في المعادلة التنبؤية .
- 5- مساهمة ثمانية متغيرات للمتغيرات ككل (السرعة- الرشاقة- حدة الانتباه- العضد- التوافق- - تركيز الانتباه- طول الرجل- الوثب العريض) وقبول ثلاثة متغيرات فقط بالمعادلة التنبؤية (السرعة الانتقالية - الرشاقة - حدة الانتباه) .

5-2 التوصيات

- 1- ضرورة الأخذ بنتائج البحث للاستفادة منها في عملية التدريب بالإضافة إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات التي ظهر لها علاقة فعلية بتطوير الأداء المهاري .
- 2- ضرورة التركيز على إجراء متغيرات أخرى كالمتغيرات النفسية والوظيفية لغرض إيجاد أفضل السبل لتطوير فعالية التنس الأرضي .

المصادر العربية

- 1- أيلين وديع فرج : التنس (تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم) ، مكتب فلمنج للطباعة ، الاسكندرية ، 2000 م
- 2- بيل ماري: الكتاب الشامل لتمرين البطولات بالتنس ، (ترجمة)، سمير مسلط وآخرون ، بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990 .
- 3- حمدي احمد وياسر عبد العظيم : التدريب الرياضي افكار ونظريات ، الزقازيق ، جامعة الزقازيق ، 1999 .

1- قاسم حسن حسين : علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان -الأردن ، 1998 ، ص 33 .

2- قاسم حسن حسن : المصدر نفسه، ص 302-303 - 2

- 4-حمودي امين: العاب الكرة والمضرب، جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، 1987.
- 5-ريسان خريط ،علي تركي : نظريات تدريب القوة ، بغداد ، 2002 .
- 6-سعد رزوقي : موسوعة علم النفس ، ط1،بيروت ، الموسوعة العربية للدراسات والنشر ، 1977.
- 7-طارق حمودي امين: العاب الكرة والمضرب، جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، 1987 .
- 8-عبد الله حسين اللامي : الاسس العلمية للتدريب الرياضي ، وزارة لتعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004 م .
- 9-عبد الحميد أحمد : الملاكمة ، ط3، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1978 .
- 10-عبد الستار الصراف: العاب المضرب ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي، 1987 .
- 11-علي سلوم جواد الحكيم : العاب الكرة والمضرب (التنس الارضي) ، مطبعة الطيف ، بغداد 2002 .
- 12-علي سلوم جواد : العاب الكرة والمضرب (التنس الأرضي) ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية، 2002 .
- 13-فؤاد السامرائي : البايوميكانيك ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2 ، جامعة الموصل ، 1988 .
- 14-قاسم حسن حسين :علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان -الأردن ، ط1 ، 1998 .
- 15-لجنة التأليف والترجمة :الإحصاء باستخدام SPSS ، ط1 ، شعاع للنشر والعلوم ، سوريا ، 2007 .
- 16-محمد نصر الدين رضوان : المرجع في القياسات الجسمية ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 17-محمد حسن علاوي وأبو العلا احمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984 .
- 18-مصطفى باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، 1999
- 19-نزار الطالب ومحمود السامرائي : مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1981 .
- 20-هشام هنداوي هويدي ، مشتاق عبد الرضا ماشي : تأثير التدريبات البصرية في مستوى أداء بعض مهارات التنس الارضي والتوازن الديناميكي ، بحث مقبول للنشر ، المؤتمر العلمي الثاني للفلسفة والتدريب ، جامعة البصرة ، 2010 .
- 21-وجيه محجوب : نظريات التعلم والتطور الحركي ، عمان - الاردن ، دار وائل للنشر ، 2001 .
- 22-وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، 1993
- 23-وجيه محجوب : علم الحركة ، ط2 ، بغداد ، دار الحكمة ، 1989 .

المصادر الأجنبية

- 1- Const Germaniscu _ *A ntranet De sport* , Editorial C.N.T.F.S, Bucuresti, Romania,2000.
- 2- Cameron ,N : *The measurement of human growth* .Coom Helm , London .1984.

الملاحق

ملحق (1)

اسماء الخبراء والمختصين لتحديد الاختبارات البدنية والحركية والعقلية

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1.	أ.د عبد الجبار سعيد محسن	التدريب الرياضي	جامعة القادسية
2.	1.د عادل تركي	التدريب الرياضي	جامعة القادسية
3.	أ.م. د. حازم موسى علي	الاختبارات والقياس	جامعة القادسية
4.	أ.م.د. الاء عبد الوهاب	التدريب الرياضي/ مضرب	جامعة القادسية
5.	أ.م. علاء جبار عيود	الاختبارات والقياس	جامعة القادسية
6.	أ.م.د. سلام جبار هاشم	الاختبارات والقياس	جامعة القادسية
7.	أ.د. سعد محسن	التدريب الرياضي	جامعة بغداد

ملحق (2)

التوازن الحركي

اختبار الشكل الثماني⁽¹⁾ (عدّل الباحث على الاختبار المذكور نظراً لعدم وجود اختبار خاص)

- الغرض من الاختبار : قياس التوازن الحركي .

الأدوات : الجهاز مصنوع من الخشب وله ثمانية اضلاع بحيث يكون طول الضلع الواحد (60) سم والارتفاع (20) سم وعرض السطح (8) سم ، يرسم خط في منتصف احد الإضلاع الثمانية بارتفاع الجهاز ليكون بمثابة خط للبداية والنهائية ، مضرب عدد (1) ، كرات تنس .

مواصفات الأداء : يقف المختبر على حافة الجهاز وفوق خط البداية مع حمل المضرب بشكل أفقي والكرة على المضرب بشكل متوازن ، يقوم المختبر بالمشي على حافة الجهاز محافظاً على الكرة من السقوط لعمل دورة كاملة بالمواجهة تنتهي بتخطيه بكلتا القدمين لخط البداية (النهائية) ثم يقوم بالمشي لعمل دورة كاملة أخرى عكس الدورة الأولى حتى يتجاوز خط البداية بكلتا القدمين . إذا فقد المختبر اتزانه ولمس الأرض أو سقطت الكرة عليه ان يعود مرة أخرى الى حافة الجهاز من نفس مكان سقوطه أو سقوط الكرة منه .

توجيهات

1. يؤدي المختبر الاختبار وهو حافي القدمين .
 2. إذا فقد المختبر اتزانه ولمس الأرض عليه الرجوع الى حافة الجهاز من نفس مكان سقوطه .
 3. غير مسموح للمختبر بالسند على اي شيء اثناء المشي على حافة الجهاز ، كما انه غير مسموح بلمس الجهاز باليدين او مسك اي اداة باليدين لغرض المساعدة على حفظ الاتزان .
- التسجيل : يسجل للمختبر عدد المرات التي فقد فيها الاتزان وسقوط الكرة من المضرب أو نزول من الجهاز الخشبي خلال الدورتين (الأمامية والخلفية) وكلما قل عدد مرات فقد الاتزان أو سقوط الكرة من المضرب دل ذلك على ارتفاع درجة الاتزان عند المختبر .

اختبار التوافق (رمي واستقبال الكرات)⁽²⁾

(1) محمد صبحي حسانين : القياس والتقييم في التربية البدنية ، ج1، ط4، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001، ص 342-343 .

(2) محمد صبحي حسانين : القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية . ج1 ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1987. ص 410 .

الغرض من الاختبار : قياس التوافق بين العين واليد .
الأدوات : كرة تنس ، حائط ، يرسم خط على بعد خمسة أمتار من الحائط .
مواصفات الأداء : يقف المختبر أمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض حيث يتم الاختبار وفقاً للتسلسل الآتي :

- 1-رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .
 - 2-رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .
 - 3-رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى .
- التسجيل : لكل محاولة صحيحة تحسب للمختبر درجة ، أي إن الدرجة النهائية هي (15) درجة .

- اختبار يوردن-انفيروف لقياس مظاهر الانتباه

مكونات القياس : هذا الاختبار من أكثر اختبارات التصحيح في المجال الرياضي والمعدل من قبل عبد الجواد طه 1971، لغرض تحديد مظاهر الانتباه المختلفة من (حدة - توزيع - تركيز - التحويل) .
ان هذا المقياس الموضح في (ملحق 5) عبارة عن استمارة تحتوي (32) سطراً من الأرقام العربية يحتوي كل سطر على (40) رقم فبذلك يحتوي المقياس على (1280) رقم وتتكون الأرقام في كل سطر من مجموعات موضوعة بطريقة مقننة وتتكون كل مجموعة من (3-5) أرقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظها من قبل المختبر ، ومن مظاهر الانتباه التي وقع عليها الاختبار هي :

أولاً-اختبار حدة الانتباه

الغرض من الاختبار : قياس حدة انتباه اللاعب
طريقة تنفيذ الاختبار : يمسك المختبر ورقة المقياس بيده وعند سماع كلمة (ابدأ) يقوم بقلب ورقة المقياس في لحظة تشغيل الساعة ويبدأ المختبر بالبحث والشطب للرقم (97) بالاسطر الواحد تلو الآخر من اليسار الى اليمين .
زمن الاختبار دقيقة واحدة فقط وعند سماع كلمة (قف) يضع المختبر علامة راسية بجانب الأرقام التي توقف عندها .

طريقة التصحيح واستخراج النتائج :

يتم استخراج الدلالات الآتية :

A - كمية الأرقام التي نظرت من البداية الى كلمة قف .

S- عدد الأرقام المفروض شطبها في الجزء المنظور .

B - عدد الأخطاء العامة (عدد الأرقام الساقطة من الشطب + عدد الأرقام التي شطبت خطأ .

معامل صحة المعادلة =

$$(S-B)*100$$

$$E=-----$$

S

EXA = حدة الانتباه

ثانياً- اختبار تركيز الانتباه

الغرض من الاختبار : قياس تركيز انتباه اللاعب .

طريقة اداء الاختبار : نفس الأداء المتبع في قياس حدة الانتباه الا انه في الوقت نفسه تعطى اشارة البدء بتشغيل جهاز تشتيت الانتباه الذي يعطي (60) دقة صوت في الدقيقة مع ومضة ضوء كل (5) ثوان أي 12 ومضة في الدقيقة على ان يوضع الجهاز على بعد متر واحد من المختبر .

زمن الاختبار دقيقة واحدة فقط وعند سماع كلمة (قف) يضع المختبر علامة راسية بجانب الارقام التي توقف

عندها .

طريقة التصحيح واحتساب النتائج :

يتم استخراج الدلالات الاتية :

- صافي انتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في الحالة الهادئة = U1

- صافي انتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في حالة المواقف المثيرة = U2

دلالة التركيز = الفرق بين الحدين

تركيز الانتباه = U1 - U2

يبين استمارة اختبار (بردون - انفيموف) للانتباه

2497	6942	583	64279	2749	2496	385	62479	6492	2947
92476	538	2496	2947	583	6492	2946	2974	2497	67429
385	2497	6492	67249	2496	2947	385	2749	2947	29476
2492	2496	583	2497	67429	2947	2492	2946	2497	2497
6497	67249	2497	2749	2947	64279	6492	385	2496	385
62479	2947	6492	583	2497	92476	385	2496	583	67429
583	2496	67249	3492	2946	583	64279	385	2497	92476
6492	2947	6942	67429	583	2497	358	2974	67249	2946
385	2496	583	64279	385	67249	92476	62479	385	2492
67429	583	6492	583	62479	2947	385	62479	64279	375
6942	385	64279	2947	6492	583	2497	496 2	2947	62479
68429	1974	538	92476	2496	2946	2947	583	2497	6429
385	2749	2947	2492	67249	583	2496	2492	92476	2947
2946	2629	385	2496	2497	6492	2497	67429	2947	2496

7496	67249	2497	2947	2749	64279	385	6492	385	2497
92476	2496	6492	583	2947	67429	385	2496	62479	583
538	67249	2496	6492	583	2497	64279	2947	385	92476
67429	6492	2947	2942	2946	67249	2974	385	2497	583
2416	385	62479	62479	385	2497	583	92476	67249	385
2947	62479	6492	358	67429	385	583	62479	583	64239
6492	2947	62479	385	2496	2749	64279	583	6429	2497
67429	2497	2974	2946	6492	583	2947	2496	538	92476
385	3947	2496	67249	6492	2497	385	92476	2947	2749
2496	2946	2497	2492	2947	67429	2497	583	2496	6492
358	2496	385	6492	64279	2947	2749	2496	67249	2497
67429	583	2496	385	92467	2497	583	6492	2947	62479
29476	3497	358	62479	538	2947	6492	67349	2496	583
2946	67249	2974	358	2497	583	67429	6942	2947	6492
2497	358	62479	92476	67249	385	64279	583	2469	385
583	64279	62479	258	2947	62479	583	6492	358	67429
26476	2947	2496	2497	583	6492	2947	64279	358	6942

دراسة مستوى القدرات الإدراكية - الحركية لتلاميذ مركز محافظة كربلاء بعمر (12) سنة وفقا

للجنس

ا.م.د. حسن علي كريم

وزارة الشباب والرياضة

hassansport@yahoo.com

ملخص البحث باللغة العربية

تجلت مقدمة ومشكلة البحث حول مراحل نمو الإنسان فعلى أساسها تبني الحياة المستقبلية له وفي هذه المرحلة يتم وضع اللبني الأولى للشخصية ومن خلالها تتكون المفاهيم الأساسية ، فضلا عن سلامة التخطيط للعملية التربوية والتعليمية كونها تتطلب الدراسة الشاملة لجميع جوانب الطفل الجسمية والعقلية والحركية والانفعالية ، حيث تداخل نمو تلك الجوانب ، فكل واحدة منها تؤثر بالأخرى وتتأثر بها . ولعل القدرات (الإدراكية - الحركية) إحدى أهم الجوانب التي سعى المختصون إلى دراستها والكشف عن مستوياتها . وهدفت الدراسة إلى :

- الكشف عن مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) لدى تلاميذ المدارس في مركز محافظة كربلاء بعمر (12) سنة
 - الكشف عن الفروق في مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) وفقا للجنس لدى التلاميذ .
 - وانتهج الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لتحقيق أهداف دراسته ، كما اشتمل مجتمع البحث على تلاميذ المدارس الابتدائية بعمر (12) سنة من الذكور والإناث وبعد جمع البيانات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى عدة استنتاجات أهمها (هناك فروق معنوية (حقيقية) دالة إحصائيا في بعض مجالات القدرات (الإدراكية - الحركية) ما بين التلاميذ من الذكور والإناث) .
 - كما خلص الباحث إلى عدة توصيات أهمها اعتماد استخدام مقاييس القدرات (الإدراكية - الحركية) بوصفها أساسا في عملية التقويم الموضوعي لمراحل النمو الحركي وعند انتقاء الموهوبين ممن هم بعمر (12) سنة .
- (كلمات مفتاحيه :-مقارنة ، القدرات الإدراكية الحركية ، تلاميذ)

Study of level cognitive abilities - dynamic of the Karbala student age (12 years) according to sex

By

Hassan Ali Karem Ph.D. Prof Associate. Ministry of youth and Sport

Abstract

Research problem about the stages of human growth For the basis of which base their future life to him at this stage is the first poplars for personal status and through the basic concepts consists, as well as safety planning educational process as requiring a comprehensive study of all aspects of child physical, mental, motor and emotional, where overlapping growth those aspects, all of which affect one other and affected by it. Perhaps capacity (cognitive - motor) one of the most important aspects that sought specialists to study and detection levels:

- Detect the level of capacity (cognitive - motor) for school children in the province of Karbala center (12) years.

- Detect differences in the level of capacity (cognitive - motor) according to the sex of the students

And pursued a researcher descriptive approach style surveys and comparative studies to achieve the objectives of the study, also included the research community to primary school pupils aged (12) years old, male and female, and after data collection, analysis and discussion of the researcher to several conclusions of the most important (there are significant differences statistically significant in some the areas of capacity (cognitive - motor) between students, male and female).

The researcher also found several recommendations to the adoption of the most important measures of capacity utilization (cognitive - motor) as the basis in the process of objective appraisal of the stages of motor development and the selection of talented people who are of age (12 years).

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل نمو الإنسان فعلى أساسها تبنى الحياة المستقبلية له وفي هذه المرحلة يتم وضع لبنى أولى للشخصية ومن خلالها تتكون المفاهيم الأساسية للطفل، إذ اتفق العديد من أخصائي التربية وعلم النفس على النظرة المتكاملة والمتوازنة للنمو في هذه المرحلة ، لذا فإن سلامة التخطيط للعملية التربوية والتعليمية تتطلب الدراسة الشاملة لجميع جوانب الطفل الجسمية والعقلية والحركية والانفعالية ، حيث تداخل نمو تلك الجوانب ، فكل واحدة منها تؤثر بالأخرى وتتأثر بها . ولعل القدرات (الإدراكية - الحركية) إحدى أهم الجوانب التي سعى الباحثون إلى دراستها والكشف عن مستوياتها.

ومن هنا تأتي أهمية دراسة القدرات (الإدراكية الحركية) للمتعلم وقياسها في بداية كل مرحلة من مراحل نمو وتعليم وتدريب المتعلم ليعطي للمربي معرفة أكثر في تحديد مستوى قدراته ، وتمكنه من وضع البرامج والمناهج التعليمية والتدريبية ، كما أنها تعد أحد الأسس العلمية السليمة لعمليات الانتقاء والتدريب وأحد سبل التطور والتفوق والارتقاء والإبداع في الأداء كما أنها أصبحت مطلباً ضرورياً لتحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية للطفل وتجعله أكثر

قدره وقابلية على الاندماج والتفاعل لعلاقات اجتماعية مع المحيطين وهذا يأتي من مواقف اللعب عن طريق استعمال الاختبارات والمقاييس .

لذا سعى الباحث إلى التعرف على مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) في مرحلة من مراحل النمو وهي مرحلة الطفولة المتأخرة إذ "إنها تعد أفضل مرحلة التعلم الحركي وبالأخص قابلية التصرف الحركي"⁽¹⁾. كونها تتميز بالاستقرار في النمو الجسمي والتنظيم في أجهزة الجسم الحسية الحركية وسرعة اكتساب وتعلم المهارات والحركات الرياضية . ومن هنا تكمن أهمية البحث والحاجة إليه .

2.1 مشكلة البحث :

تعتبر الأنشطة الحسية الحركية أساسية في مرحلة الطفولة فالطفل يبدأ بالبحث عن نفسه وعن العالم من حوله من خلال التجول الحركي والتجارب الحركية ويصبح ما تعلمه الطفل من الناحية الحركية أساس تركيزه وتبنى عليه معرفته فهو يحصل على تجاربه من خلال النظر والإصغاء وسماع الأصوات كما أنه يصحح الوظيفة الحسية الحركية بمقارنة وتصحيح المعلومات الحسية بالمعلومات الحركية وإن التميز في الميدان الرياضي يتطلب توظيف وتوافق وانسجام أكثر من نوع من القدرات ومن بينها القدرات (الإدراكية - الحركية) ، فان تحسين تلك القدرات سوف يؤدي إلى تحسين عملية التعلم وإخراجها بأفضل صورة من الإبداع والابتكار .

وقد لاحظ الباحث قلة اعتماد الاختبارات والمقاييس في مؤسساتنا التربوية ، إذ لم يتم استخدام الأدوات القياسية للقدرات بغية تقويمها وبناء المناهج التربوية والتعليمية على أساس الحالة التشخيصية لهكذا قدرات مهمة في الحياة المدرسية ، فاستعمال مثل هكذا اختبارات ومقاييس سيكون ذو نفعين مهمين أولهما عملية التشخيص وثانيهما الرعاية والاهتمام بمن تم تشخيصهم سواء على أساس الضعف البدني أو القدرة العالية والتميزة في الإدراك - الحركي

1-3 أهداف البحث :

1-الكشف عن مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) لدى تلاميذ المدارس في مركز محافظة كربلاء بعمر (12) سنة .

2- الكشف عن الفرق في مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) لدى التلاميذ وفقا للجنس

1-4 فروض البحث :

1- هناك فرق معنوية في مستوى القدرات (الإدراكية - الحركية) لدى تلاميذ مدارس مركز محافظة كربلاء وفقا للجنس .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : تلاميذ المدارس الابتدائية بعمر (12) سنة في مركز محافظة كربلاء

1-5-2 المجال الزمني : من 11/ 1 / 2015 ولغاية 22 / 4 / 2015

1-5-3 المجال المكاني : مدارس البنين والبنات الابتدائية في مركز محافظة كربلاء .

(1) أمين الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 ص 243.

2 - الإطار النظري والدراسات السابقة :

2 - 1 الإطار النظري :

2 - 1 - 1 الإدراك

يعد الإدراك العملية الأولى للمعرفة الإنسانية وهو يعطي معنى للإحساسات أو الحوافز المختلفة والأجهزة المخصصة في هذه العملية هي الإحساس الحسي والعصبي ، وأن سلامة هذه الأجهزة ودرجة نموها تؤثر في عملية الإدراك باعتباره استجابة عقلية لمثيرات حسية حية .

ومما لا شك فيه أن الأحاسيس تشكل الأساس للإدراك ، وقد أقرن الإدراك بالأحاسيس، التي هي في الأساس ظاهرة أولية بسيطة لظاهرة الإدراك، أي أن الإحساس يسبق الإدراك ، إذ إن يستمد الإدراك فاعليته من الحواس التي تنقل المؤثرات من الأعصاب إلى المراكز الحسية في الدماغ حيث تتم عملية الإدراك⁽¹⁾ ، تتعلق العمليات الإدراكية بموضوع إدخال المعلومات من البيئة عن طريق عدد من الحواس وبعدها يقوم الدماغ بتفسير هذه المعلومات الحسية الواردة إليه ، فالحواس هنا ما هي إلا وسائط للإدراك وهي المادة الخام التي يصنع منها الإدراك ، وبهذا يكون الإحساس هو تسليم المثير، بينما يكون الإدراك تفسير هذا المثير ، وإن قدرة الإدراك ليست ثابتة وإنما متغيرة باستمرار على وفق زيادة العمر. ويعرف الإدراك بأنه "العملية عقلية التي يتم من خلالها التعرف على المثيرات الحسية القادمة من الحواس وتنظيمها وفهمها"⁽²⁾. وتعرف القدرة الإدراكية . بأنها القدرة على تمييز الأشياء بالوقوف على أوجه التشابه والاختلاف بينها :⁽³⁾ .

2 - 1 - 2 أنواع الإدراك

أولاً :- الإدراك الحركي :

هو " إدارة المعلومات التي تأتي للفرد من خلال الحواس ومن ثم تحليلها ورد الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهري وهذه العملية تتم بمراحل " ⁽⁴⁾ .

- التعرف على المعلومات الحسية من خلال قنواتها .
- تمييز المعلومات الواردة.
- إرسال هذه المعلومات إلى المنطقة المعينة وتخزن في المخ بناء على خبرات الفرد السابقة

ثانياً :- الإدراك الحس - حركي :

" هي الحاسة التي تمكننا من تحديد وضع أجزاء الجسم وحالته وامتداده واتجاهه في الحركة، وكذلك مواصفات حركة الجسم ككل "⁽⁵⁾. " ويعد مكونا هاما في تصور الجسم ، وعندما يمتلك الفرد مهارات إدراكية حركية بمستوى جيد فذلك يغذي الجهاز العصبي الذي ينعكس على الجوانب الأخرى ويكون بمثابة مؤشر له " ⁽⁶⁾.

(1) محمد شلبي : مقدمة في علم النفس المعرفي ، ط 1 ، القاهرة ، دار الغريب ، 2001 ، ص 78 .

(2) عدنان يوسف العتوم : علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق) ، ط 2، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص 94

(3) عبد المجيد نشوان : علم النفس التربوي ، ط 4 ، عمان ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، 2003 ص 107 .

(4) حيدر فليح حسن : علاقة القدرات الإدراكية . الحركية بأهم الصفات البدنية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 ، ص 24 .

(5) أمين الخولي وأسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، 1998 ، ص 79 .

(6) احمد يحيى الزق : علم النفس ، ط 1 ، عمان ، دار وائل للنشر ، 2009 ، ص 117

2 - 1 - 3 أهمية الإدراك الحس - حركي في التربية الرياضية :

يعد إدراك الحس - حركي إحدى القدرات المهمة في مجال التربية الرياضية وذلك لأن الإحساس والإدراك يدخلان في خصوصية كل الفعاليات الرياضية كونها تحتاج إلى عمليات عقلية مثل الانتباه والتركيز والإحساس والإدراك ، كما وتكمن هذه الأهمية في التنفيذ الجيد للمهارات الرياضية المعقدة ، التي تحتاج إلى نوعية خاصة من القوة . فعند إدراك حركة رياضية يجب أن يحضر الإدراك الحس - حركي وقت الأداء ، ويعكسه يكون الخطأ كبيرا وواضحا وبالأخص عند عدم تركيز الكمية اللازمة في قوة انقباض العضلات المشاركة في الأداء ، كما تظهر أهمية الإدراك الحس - حركي في القدرة على التمييز بين الأشياء البعيدة والقريبة ووضع الجسم في المكان المناسب مع الأداء .

2-1-4 خصائص مرحلة الطفولة بعمر (12) سنة :

يطلق البعض على هذه المرحلة مصطلح قبيل المراهقة ، حيث أن السلوك يصبح جديا في هذه المرحلة التي تعد مرحلة إعداد للمراهقة ، ويطلق عليها أيضا الطفولة المتوسطة⁽¹⁾ ، والطفولة الثانية أو الطفولة المتأخرة التي عمت كثيرا من دراسات وبحوث علماء النفس والنمو والحركة للتعرف على مجمل خصائص وصفات هذه المرحلة على وفق ما أجمع عليه العلماء⁽²⁾، وفيما يلي أهم الجوانب .

أولا : الجانب البدني :

يكون معدل النمو البدني في هذه المرحلة أكثر ثباتا واستقرارا من أي وقت خلال الطفولة كلها ، إلا أن هذا المعدل بطيء نسبيا لبقية المراحل ، حيث التغيرات الجسمية أقل وضوحا ، كما أن حجم الجسم يتزايد ببطء ، يتحسن ويزداد التوافق بين العضلات والأعصاب ولهذا فالتمرينات تفيد الطفل كثيرا في هذا الاتجاه . كما يلاحظ وضوح الفروق الفردية في هذه المرحلة

ثانيا : الجانب النفسي :

تعد هذه المرحلة مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي ، ويطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة مرحلة الطفولة الهادئة يختلف الأطفال فيما بينهم في القدرات والميول ، وعليه فالنشاط يجب أن يتناسب مع تلك القدرات والميول والاستعداد والجنس يميل إلى المحاكاة والتقليد و يميل إلى اللعب الجماعي ، حيث تكون المنافسات فيه واضحة .

ثالثا : الجانب العقلي :

تظهر الفروق الفردية واضحة في هذا الجانب ، كما ويمتاز البنون عن البنات في الذكاء يزداد نمو الطفل فيما يتعلق بهذا الجانب في بعض العمليات العقلية العليا كالإدراك والانتباه والتصور والتركيز وتنمو الذاكرة نموا مطردا ، ويميل إلى المعرفة والحصول عليها بذاته ، تتضح فيها القدرة على الابتكار وتزداد القدرة على تعلم ونمو المفاهيم ، ويتعلم المعايير والقيم الخلقية .

رابعا : الجانب الاجتماعي :

ويلاحظ أن الجماعات في هذه المرحلة لا تضم أفرادا من الجنس الآخر وأن جماعات البنين أكبر عددا من جماعات البنات ، ويعطي الآباء حرية أكبر لجماعات البنين ويضعون قيودا أكبر على جماعات البنات ، يزداد ميل الطفل للعمل الجماعي ، ويزداد الشعور بالمسؤولية ، والقدرة على الضبط الذاتي للسلوك وكثيرا ما تتعارض رغباته مع متطلبات المجتمع الذي يعيش فيه ، ولهذا يلزم زيادة الأنشطة الرياضية التي تحوي بين طياتها الكثير من القيم الاجتماعية المرغوبة .

(1) أمين الخولي وأسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، ص 71 .

(2) أمين الخولي وأسامة كامل راتب : المصدر السابق ، ص 88 .

خامسا : الجانب الحركي :

تعد مرحلة النشاط الحركي الواضح ، و تكون الحركة أسرع وأكثر قوة ، وأن القوة العظمية تتطور بصورة أكبر لدى البنين عن البنات هناك اختلافات في تطور المطاولة ومطاولة القوة ، والسبب الرئيس لهذه الاختلافات هو اعتماد التمرين أكثر من القابليات البدنية الأخرى كما يتطور الترابط الحركي بسبب ممارسة الفعاليات الرياضية المتعددة ، ويتفوق البنين على البنات من هذه الناحية ويسير نمو الرشاقة بشكل طبيعي للجنسين ، أما المرونة فيلاحظ فيها تراجع وضعف كبير لدى البنين وتطور بطيء لدى البنات .

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 دراسة جمال الدين علي العدوي : 1990⁽¹⁾.

(القدرات الإدراكية - الحركية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي دراسة مقارنة بين الريف والحضر)

أهداف الدراسة :

1 . التعرف على مستوى القدرات الإدراكية لتلاميذ وتلميذات الصف الأول من الحلقة الأولى

من التعليم الأساسي .

2 . مقارنة القدرات الإدراكية الحركية بين تلاميذ وتلميذات هذه المرحلة .

3 . مقارنة القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ وتلميذات الريف والحضر .

إجراءات الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المقارنة تم اختيار عينة البحث من مجموعتين لتمثيل الريف والحضر بواقع مدرستين من مدارس إدارة مصر الجديدة وتوزعت للريف (79) طالبا والحضر (89) طالبا . الأداة المستخدمة في الدراسة مقياس بورديو المسحي لقياس القدرات الإدراكية الحركية أهم الاستنتاجات :

1 . لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عامة بين البنين والبنات في الريف .

2 . توجد فروق ذات دلالة معنوية بين البنين والبنات في الحضر ، حيث تميز البنين عامة في اختبارات التوازن والمزاوجة بين الجوانب الإدراكية الحركية بينما تميزت البنات عن البنين في الوثب والموانع والمتابعة البصرية والتنظيم .

أهم التوصيات :

1. ضرورة الاهتمام بالقدرات الإدراكية الحركية للطفل من خلال درس التربية الرياضية .

2- 3 مناقشة الدراسات المشابهة :من خلال استعراض الدراسة السابقة يمكننا استنتاج الآتي :

1. الأهداف ، حيث اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في التعرف على مستوى القدرات الإدراكية -

الحركية والكشف عن الفروق بين الذكور والاناث بالقدرات الحركية.

2. العينات ، تباينت الدراسات الحالية والسابقة في اختيار عيناتها من حيث الكم والنوع تبعا لطبيعة البحث

وأهدافه ، أما مجتمع الدراسة الحالية فقد اعتمد تلامذة المرحلة الابتدائية من الجنسين في مرحلة الطفولة

المتأخرة في مركز محافظة كربلاء .

(1) ريسان خربيط وعبد الرحمن مصطفى : موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضية بالوطن العربي في القرن العشرين ، ج 1 ، ط 1 عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص 128 .

3 . منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3 . 1 منهج البحث : انتهج الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة وهو ما يراه ينسجم ويتطابق وطبيعة الدراسة وحل مشكلة البحث المطروحة .

3 . 2 مجتمع البحث وعينة : تحدد مجتمع البحث بتلاميذ المدارس الابتدائية في مركز محافظة كربلاء (مدينة كربلاء) ممن هم في مرحلة الطفولة المتأخرة بعمر (12) سنة ، وبواقع (8943) تلميذا ينتمون إلى (109) مدرسة ، و (7864) تلميذة ينتمين إلى (98) . وقد جاء اختيار العينة بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة وبواقع (545) تلميذ شكلوا ما نسبته (6.09%) من مجموع الذكور، أي (5) تلميذ من كل مدرسة ، وبواقع (490) تلميذة شكلن ما نسبته (6.23%) من مجموع البنات ، أي (5) تلميذة من كل مدرسة والجدول (1) يبين ذلك

جدول (1) يبين توزيع أعداد التلامذة من البنين والبنات والنسب المئوية

الموقع	الجنس	العدد التلاميذ الكلي لجميع الأعمار	عدد تلاميذ العينة	النسبة المئوية
مدينة كربلاء	ذكور	8943	545	6.09%
	إناث	7864	490	6.23%
المجموع		16807	1035	6.15%

3 . 3 أدوات البحث والأجهزة المستخدمة :

1 . المصادر والمراجع العربية والأجنبية

2 . مقياس بورديو المسحي للقدرات الإدراكية . الحركية (وهو أداة يمكن استخدامها في الكشف عن أخطاء النمو الإدراكي . الحركي وتحديد المشكلات الإدراكية . الحركية للأطفال) ⁽¹⁾ لكون هذا المقياس يشمل على عدة خصائص وجميعها مناسبة وملئمة لقدرات وإمكانيات أفراد عينة البحث (ذكورا وإناثا) ، إذ هم في مرحلة عمرية (12) سنة . ويبين الجدول (2) التخطيط العام لأبعاد مقياس بورديو المسحي الإدراكي . الحركي .

جدول (2) يوضح تخطيط عام لأبعاد مقياس بورديو المسحي الإدراكي . الحركي

ت	بنود المقياس	القيمة المثلى	اختبارات المقياس	مجالات المقياس
1	المشي أماما على اللوحة	12	اختبار المشي على اللوحة	التوازن والقوام
2	المشي خلفا على اللوحة			
3	المشي جانبا على اللوحة			
4	الوثب	4	اختبار الوثب	
5	تعيين أجزاء الجسم	4	اختبار تعيين أجزاء الجسم	تصور الجسم وتمييزه
6	تقليد الحركة	4	اختبار تقليد الحركة	
7	عبور المانع	4	اختبار عبور المانع	
8	كروس - ويبر	4	اختبار كروس - ويبر	

(1) أحمد عمر سليمان : القدرات الإدراكية للطفل (النظرية والقياس) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1984 ، ص 10

	اختبار زوايا الأرض	4	زوايا الأرض	9	
المزاوجة الإدراكية الحركية	اختبار لوحة الطباشير	4	رسم الدائرة	10	
		4	رسم الدائرتين	11	
		4	رسم الخط الأفقي	12	
		4	رسم الخطوط الرأسية	13	
	اختبار الكتابة الإيقاعية	4	الإيقاع	14	
		4	الإنتاج	15	
		4	التوجيه	16	
	التحكم البصري	اختبار المتابعة البصرية	4	المتابعة البصرية الأفقية للعينين	17
			4	المتابعة البصرية الرأسية للعينين	18
4			المتابعة البصرية المائلة للعينين	19	
4			المتابعة البصرية الدائرية للعينين	20	
4			المتابعة البصرية الأفقية للعين اليمنى	21	
4			المتابعة البصرية الرأسية للعين اليمنى	22	
4			المتابعة البصرية المائلة للعين اليمنى	23	
4			المتابعة البصرية الدائرية للعين اليمنى	24	
4			المتابعة البصرية الأفقية للعين اليسرى	25	
4			المتابعة البصرية الرأسية للعين اليسرى	26	
4			المتابعة البصرية المائلة للعين اليسرى	27	
4			المتابعة البصرية الدائرية للعين اليسرى	28	
4			نقطة الالتقاء	29	
إدراك الشكل	اختبار التحصيل البصري للأشكال	8	الشكل	30	
			التنظيم	31	

3 . استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين

4 . الشبكة العالمية للمعلومات

5 . ساعة توقيت الكترونية نوع " كاسيو " عدد (3) .

6 . أشرطة قياس نوع (كتان) بقياس (50) م .

7 . عارضة وثب بقياس (90) سم على قائمين مدرجين .

8 . لوحة توازن يتراوح طولها بين (8 . 12) قدم وعرض (4) بوصة وارتفاع (6) بوصة.

9 . بسط أسفنجية (2 × 1) م وعدد (2) .

10 . سبورة وطباشير .

11 . نماذج الأشكال الهندسية .

12 . حاسبة الكترونية نوع (DEEL) .

3 - 4 إجراءات البحث الميدانية :

قام الباحث بمسح العديد من المصادر المتعلقة بالدراسة لغرض التعرف على أي من المقاييس المناسبة لقياس كل من القدرات (الإدراكية - الحركية) ، ومن خلال ذلك اعتمد على مقياس (بورديو) لقياس القدرات الإدراكية - الحركية . وقد تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين⁽¹⁾ لبيان صلاحية المقياس لقياس القدرات (الإدراكية - الحركية) ومدى مناسبه للعينة المبحوثة وحصل الاتفاق بنسبة (100%) من خلال استخدام قانون (كندال) لاتفاق الخبراء

3 - 5 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ (2- 4 / 2015) وعلى عينة من خارج عينة التجربة الأساسية قوامها (15) تلميذ و (15) تلميذة وتطبيق مقياس بورديو للقدرات الإدراكية - الحركية بمجالاته الخمسة والمتكونة من (31) اختبارا ، وقد تبين ملائمة هذه الاختبارات لقدرات أفراد عينة البحث من الجنسين وذلك باستيعابهم وسرعة تقبلهم لبنود المقياس التي تتصاعد وهذا بلا شك نقطة قوة للاختبار ، وقد روعيت الدقة في الملاحظة والتسجيل عند تطبيق الاختبارات لشمول مجالات المقياس على العديد من المتغيرات الإدراكية الحركية ، الأمر الذي يتطلب الدقة في القياس لإعطاء النتائج التي تمثل قدرة التلاميذ الحقيقية .

3-5-1 الأسس العلمية :

وعلى الرغم من أن المقياس يتمتع بأسس علمية وسبق تطبيقه على نفس العينات في البينية العراقية إلا أن الباحث سعى إلى إعادة تطبيقه على نفس أفراد التجربة الاستطلاعية لغرض استخراج الأسس العلمية بعد مرور عشرة أيام على تطبيق القياس الأول ، تم جمع البيانات لكل تلميذ وتلميذة لمعالجتها إحصائيا ، من خلال حساب معاملات الارتباط (بيرسون) لكل مجالات القدرات الإدراكية - الحركية لمعرفة مدى ثبات وموضوعية الاختبارات . واكتفى الباحث باستطلاع آراء الخبراء والمختصين لتأشير صدق المحتوى للمقياس .

¹ أسماء الخبراء

- أ. د محمود داود الربيعي ، طرائق تدريس ، كلية المستقبل الجامعة
- أ. د محمد جاسم الياسري ، قياس وتقويم ، كلية التربية الرياضية / بابل
- أ. د مازن عبد الهادي ، تعلم حركي ، كلية التربية الرياضية / بابل
- أ. د ناهده عبد زيد ، تعلم حركي ، كلية التربية الرياضية / بابل
- أ. د عامر سعيد جاسم ، علم نفس رياضي ، كلية التربية الرياضية / بابل

جدول (3) يبين المعاملات العلمية لمفردات قياس القدرات (الإدراكية - الحركية) لعينة البحث

معامل الموضوعية	معامل الثبات	المتغيرات	القدرات الإدراكية
0.898	0.914	التوازن والقوام	
0.878	0.866	تصور الجسم وتمييزه	
0.886	0.911	المزاوجة الإدراكية - الحركية	
0.899	0.922	التحكم البصري	
0.879	0.914	إدراك الشكل	
0.904	0.869	الدرجة الكلية	

* القيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند درجة حرية (28) وتحت مستوى دلالة (0.05) تساوي (0.404)

6-3 التجربة الأساسية :

بعد استكمال الإجراءات التي توّهل إجراء التجربة الأساسية قام الباحث بتنفيذها على أفراد عينة البحث من الجنسين والبالغ عددهم (545) تلميذاً و(490) تلميذة خلال مدة (40) يوم آذ بدأ تنفيذ الاختبارات يوم الأحد الموافق 15/2/2015 وانتهت يوم الخميس الموافق 26/4/2015 وتم تطبيق مفردات المقياس المحددة مراعيًا فيها نفس الأساليب والطرائق المقننة التي يتم على ضوءها تطبيق المقياس ، وبعدها تم جمع البيانات وتفريغها في استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها إحصائيا .

7-3 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في المواضيع الآتية .

- الوسط الحسابي - المنوال - الانحراف المعياري - الخطأ المعياري
- معامل الارتباط (بيرسون) - اختبار (t) للعينات المستقلة
- النسبة المئوية - معامل اتفاق كندال

4- النتائج عرضها وتحليلها ومناقشتها :

4-1 أعداد البيانات الأولية للمتغيرات :

بعد تطبيق الاختبارات المعنية بقياس القدرات الإدراكية - الحركية وجمع الاستمارات من قبل الباحث اتجه إلى تفريغ استمارات تسجيل مقياس بورديو المسحي لقياس القدرات الإدراكية الحركية ولجميع أفراد عينة البحث ومن الجنسين ثم قام باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بقيم الوسط الحسابي والمنوال والانحراف المعياري والخطأ المعياري ومعامل الالتواء . ولجميع أبعاد مقياس القدرات الإدراكية - الحركية وبهذا حقق الباحث هدف دراسته الأول المتضمن (الكشف عن القدرات الإدراكية - الحركية لدى تلاميذ مدارس مركز محافظة كربلاء) وقد أوضحت النتائج المتعلقة بالمعالجات الإحصائية إن قيم معامل الالتواء وعند جميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا مؤشر يدل على توزيع أفراد العينة توزيعاً اعتدالياً ، كما إن قيم الخطأ المعياري تشير إلى مناسبة حجم العينة للتحليل الإحصائي وكما مبين ضمن الجدول (4).

جدول (4)

يبين مؤشرات الإحصاء الوصفي وطبيعة توزيع العينة على مجالات مقياس القدرات (الإدراكية - الحركية)

التوزيع	خطأ معياري	التواء	منوال	الانحراف	الوسط	حجم العينة	مجالات المقياس	
اعتدالي	0.071	0.325	11.76	1.665	12.302	535	التوازن والقوام	الذكور
اعتدالي	0.091	0.333	14.55	2.111	15.254	535	تصور الجسم وتمييزه	
اعتدالي	0.147	0.577	18	3.422	19.976	535	المزاوجة الإدراكية - الحركية	
اعتدالي	0.216	0.402	45	5.012	57.007	535	التحكم البصري	
اعتدالي	0.057	0.620	5	1.321	5.820	535	إدراك الشكل	
اعتدالي	0.369	0.311	99	8.544	100.659	535	الدرجة الكلية للمقياس	
اعتدالي	0.074	0.342	10.54	1.651	11.105	485	التوازن والقوام	الإناث
اعتدالي	0.130	0.302	14.60	1.428	15.033	485	تصور الجسم وتمييزه	
اعتدالي	0.114	0.441	19	2.529	20.116	485	المزاوجة الإدراكية - الحركية	
اعتدالي	0.189	0.676	44	4.172	45.821	485	التحكم البصري	
اعتدالي	0.055	0.521	4.50	1.213	5.132	485	إدراك الشكل	
اعتدالي	0.398	0.365	98	8.778	101.207	485	الدرجة الكلية للمقياس	

4 - 2 نتائج الفرق في القدرات الإدراكية - الحركية وفقا للجنس وتحليلها مناقشتها :-

بعد أن قام الباحث بالتعرف على واقع القدرات الإدراكية الحركية لدى أفراد عينة البحث من الجنسين البالغ عددهم (545) تلميذا و(490) تلميذة ولكون غايات الباحث من أهداف بحثه وتحقيقا لهدف الدراسة الثاني المتمثل (الكشف عن الفرق في القدرات الإدراكية الحركية لدى التلاميذ من الذكور والإناث) حيث عمد الباحث إلى حساب الأوساط الحسابية وقيم الانحراف المعياري والخطأ المعياري لدى كل من عينة الذكور وعينة الإناث والتعرف على حقيقة الفرق في مجالات مقياس القدرات الإدراكية - والحركية بين المجموعتين من الذكور والإناث من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والغير متساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض بهدف معرفة ما إذا كانت هذه الفروق (أن وجدت) راجعة إلى اختلاف حقيقي بين الجنسين أو إلى المصادفة ، ويقوم هذا الإجراء على أساس الحصول على قيمة (T) المحسوبة التي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها مع قيمة (T) الجدوليه ، والجدول (5) يبين ذلك .

جدول(5)

يبين دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية وقيمة (T) بين الذكور والإناث في المتغيرات المبحوثة

الدلالة الإحصائية	قيمة (T) المحسوبة	عينة الإناث				عينة الذكور				مجالات مقياس القدرات
		الخطأ	الانحراف	الوسط	العينة	الخطأ	الانحراف	الوسط	العينة	
معنوي	11.76	0.07	1.65	11.10	490	0.07	1.66	12.30	545	التوازن القوام
عشوائي	1.83	0.13	1.42	15.03	490	0.09	2.11	15.25	545	تصور الجسم
عشوائي	0.77	0.11	2.52	20.11	490	0.14	3.42	19.97	545	المزاوجة الإدراكية الحركية
معنوي	4.17	0.18	4.17	45.82	490	0.21	5.01	47.01	545	التحكم البصري
معنوي	8.82	0.05	1.21	5.13	490	0.05	1.32	5.82	545	إدراك الشكل
معنوي	6.47	0.39	8.77	97.20	490	0.36	8.54	100.65	545	الدرجة الكلية للمقياس

* قيمة (T) أجدوليه عند درجة حرية (1033) وتحت مستوى دلالة (0.05) تساوي (1.96)

من خلال ملاحظة الجدول (5) يتبين أن هناك اختلافاً وتبايناً بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين عينة الذكور والإناث من التلاميذ في مجالات القدرات الإدراكية الحركية وعند الاستدلال عن معنوية الفرق والتباين في الأوساط الحسابية من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة وغير المتساوية بالعدد أظهرت النتائج عشوائية الفروق بين الوسطين الحسابيين في مجالات (تصور الجسم ، المزاوجة الإدراكية) لان قيمتي (T) المحسوبة البالغة (1.83) ، (0.77) اقل من قيمتها أجدوليه البالغة (1.96) عند درجة حرية (1033) وتحت مستوى دلالة (0.05) وهذا يؤكد لا توجد فروق في هذين المجالين بين الذكور والإناث من التلاميذ ، كما أظهرت النتائج معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين للذكور والإناث في مجالات (التوازن والقوام، التحكم البصري ، أدراك الشكل ، والدرجة الكلية للمقياس) لان قيم (T) المحسوبة البالغة (11.76) ، (4.17) ، (8.82) ، (6.47) اكبر من قيمتها أجدوليه البالغة (1.96) عند درجة حرية (1033) وتحت مستوى دلالة (0.05) و يعزو الباحث هذا الفرق إلى قيمة درجة الوسط الحسابي المتحقق لعينة الذكور في مجالات (التوازن والقوام ،التحكم البصري ،أدراك الشكل ، والدرجة الكلية للمقياس) اكبر من قيمة درجة الوسط الحسابي المتحقق لعينة الإناث على . من هذا يتضح بأن الذكور والإناث لهم قيم الانجاز نفسها في مجالي (تصور الجسم ، المزاوجة الإدراكية الحركية) ويتضح أيضاً هناك تباين واختلاف حقيقي في قيم انجاز مجالات التوازن والقوام ، وتصور الجسم وتمييزه ، وأدراك الشكل ، والدرجة الكلية) وهذا ما جاء به (عبد علي نصيف 1980) في " أن القوة والسرعة والمطاولة يكون فيها الفرق واضحاً بين البنين والبنات وبشكل ملفت للنظر " (1) ، وما أكده أيضاً (كورت ماينل 1987) في " أن هناك تفوق لدى الأولاد على البنات في التوجيه وقابلية الربط " (2) ، وأيده بذلك (أسامة كامل راتب 1999) في " أن هناك علاقة خطية ما بين زيادة العمر وتحسن القوة والسرعة وان البنين يتفوقون على البنات " (3) .

(1) عبد علي نصيف : التعلم الحركي، ط1، بغداد، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، 1980، ص 311

(2) كورت ماينل : التعلم الحركي ، (ترجمة) عبد علي نصيف، ط1، الموصل ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1987، ص 265

(3) أسامة كامل راتب : النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 310

5 - الاستنتاجات والتوصيات :

5 - 1 الاستنتاجات : . من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة الحالية توصل الباحث إلى عدة استنتاجات أهمها :-

- 1- أظهرت النتائج هناك فروق معنوية (حقيقية) دالة إحصائيا في بعض مجالات القدرات (الإدراكية - الحركية) ما بين التلاميذ من الذكور والإناث .
- 2- أظهرت النتائج عدم وجود فروق حقيقية في مجالات (تصور الجسم ، أدراك الشكل) ما بين التلاميذ من الذكور والإناث .

5 - 2 التوصيات : من خلال ما أفرزته نتائج الدراسة يوصي الباحث بعدة توصيات أهمها :-

- 1- اعتماد استخدام مقاييس القدرات (الإدراكية - الحركية) بوصفها أساسا في عملية التقويم الموضوعي لمراحل النمو الحركي وعند انتقاء الموهوبين ممن هم بعمر (12) سنة
- 2- ضرورة استخراج معايير ومستويات للتلاميذ وحسب الجنس عند التقويم العام للتلاميذ .
- 3- اعتماد نتائج البحث بوصفها سياقاً يعتمد عليه في القبول في المدارس الرياضية أو المدارس الخاصة بالموهوبين .

المصادر والمراجع

- احمد يحيى الزق : علم النفس، ط1 ، عمان ، دار وائل للنشر ، 2009
- أحمد عمر سليمان: القدرات الإدراكية للطفل (النظرية والقياس)، القاهرة ، دار الفكر، 1995
- أسامة كامل راتب : النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، القاهرة ، دار الفكر العربي
- أمين الخولي وأسامة كامل: التربية الحركية للطفل، ط5، القاهرة ، دار الفكر ، 1998
- ريسان خريبط وعبد الرحمن مصطفى : موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضية بالوطن العربي في القرن العشرين ، ج1، ط1، عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001
- حيدر فليح حسن : علاقة القدرات الإدراكية - الحركية بأهم الصفات البدنية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 .
- عبد المجيد نشواني: علم النفس التربوي، ط 4، عمان، دار الفرقان للنشر والتوزيع، 2003
- عبد علي نصيف : التعلم الحركي ، ط1 ، بغداد ، مطابع وزارة التعليم العالي ، 1980 .
- عدنان يوسف: علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق)، ط2، عمان، المسيرة للنشر ، 2010
- كورت ماينل : التعلم الحركي، (ترجمة) عبد علي نصيف، ط2، الموصل، دار الكتب للطباعة ، 1987
- محمد شلبي : مقدمة في علم النفس المعرفي ، ط1 ، القاهرة ، دار الغريب ، 200¹

القيمة التنبؤية لمهارة السيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية للاعبين كرة القدم

م.د هيثم محمد الجبوري

جامعة بابل /كلية التربية الرياضية

haitham19761@yahoo.com

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على واقع القدرات الحركية ومستوى السيطرة الحركية على الكرة ومعرفة العلاقة ما بين المتغيرين عن طريق استنباط معادلة رياضية لمعرفة القيمة التنبؤية لدى الطلاب لاعبي جامعة بابل لكرة القدم ، ولتحقيق ذلك اجريت الدراسة على عينة من طلاب المرحلة الرابعة ، ، باستخدام الاختبارات الخاصة بالبحث من اجل استنباط معادلة خاصة تعنى بانتقاء الطلاب واللاعبين في لعبة كرة القدم وللمتغيرات المبحوثة . وقد اظهرت نتائج الدراسة ان هنالك علاقة قوية ما بين مؤشر القدرة الحركية والسيطرة على الكرة وتم استنباط معادلة رياضية تنبؤية يمكن من خلالها تسهيل عملية الانتقاء وتمكننا من الاستفادة منها كمؤشر لقدرة الطلبة للسيطرة على الكرة .

Predictive value of skill to control the ball in terms of the kinetic power of football players

By

Haitham Mohammed Aljebori Ph.D. Lecturer

Babylon University / College of Physical Education and Sport Sciences

haitham19761@yahoo.com

Abstract

This study aimed to identify the reality of the motor capacity and the level of kinetic control of the ball and know the relationship between two variables by devising a mathematical equation to determine the predictive value of the players Babylon University football students. To achieve this study was conducted on a sample of students from the fourth stage ,, using special tests research in order to devise an equation especially concerned with the selection of students and players in the game of football and the variables surveyed. Results of the study show that there is a strong relationship between the motor and the ability to control the ball index was devised predictive mathematical equation from which to facilitate the selection process and enable us to take advantage of them as an indicator of the ability of students to control the ball.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

لو نرى المستوى العالي والتطور للإنجازات الرياضية في وقتنا الحاضر لوجدناه مرتبط بشكل كبير بتطور العلوم المختلفة والتقدم التكنولوجي فيها، ومثل هكذا تطور أسهم في تطوير نوعي جديد لحل العديد من الوسائل للنشاط الإنساني و مشاكله، و بضمنها مجال التدريب الرياضي، و لا سيما في لعبة كرة القدم.

ولعبة كرة القدم واحدة من الالعاب الرياضية التي تلقى اهتماما متزايدا من جميع البلدان وعلى مختلف المستويات الرسمية والشعبية. وإن مستوى الاداء العالي للاعبين المتميزين لم يأت من فراغ و لم يكن وليد الصدفة بل جاء من خلال استثمار الموهبة عبر التخطيط العلمي الصحيح و الدقيق، فالاهتمام باللاعبين الجيدين مهمة تستوجبها إمكانياتهم المتقدمة بدنيا و مهاريا، و حتى يصل اللاعب الموهوب للمستويات العليا في الأداء المهاري عالية على أن يكون ذو سيطرة حركية عالية، تمكنه من الأداء الماهر لجميع الحركات و الفعالية الرياضية خلال التدريب و المنافسة، و ما سيطرة اللاعب على الكرة و التحكم بها بدقة و رشاقة إلا انعكاس للمستوى الرفيع الذي يتميز به. من هذا نجد أن التحكم في أداء المهارات بكرة القدم ليس بالعملية اليسيرة و المتاحة لكافة اللاعبين من ممارسي اللعبة. إذا أن هذا التنظيم للعمل الحركي في أداء المهارات و إتقان استخدام المجاميع العضلية المسؤولة عن العمل الحركي تأتي من خلال الممارسة و التدريب لذا عن المعينين بهذه اللعبة يتسابقون في الوصول بلاعبهم إلى مرحلة التحكم الأمثل بالكرة.

عليه أصبح اهتمام المعينين بالجانب الرياضي متزايدا بالبحث عن طرائق و أساليب جديدة عن طريق الاعتماد على الأسس العلمية لمؤشرات عملية التنبؤ بمستويات اللاعبين. ومن خلال ما تقدم صار من المعروف أن يتمكنوا من تمثيل المنتخبات مستقبلا.

1-2 مشكلة البحث دراسة التنبؤ لها أهمية في الدراسات التي تزودنا بمعلومات عن أماكن انتقاء اللاعبين المناسبين بصورة دقيقة حتى

من خلال اطلاع الباحث على الكثير من المصادر و الرسائل و الأطاريح المتواجدة بالجانب الرياضي في المكتبات والخبرة الميدانية وجد أن هنالك قلة في المعادلات الرياضية التي تمكن الباحثين من التنبؤ بإنجاز الطلبة بمهارة السيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية من هنا جاءت الفكرة في التنبؤ بإنجاز الطلبة بمهارة السيطرة بدلالة قدراتهم البدنية عن طريق وضع معادلة رياضية استنباطية تسهل العملية.

1-3 أهداف البحث :- يهدف البحث التعرف على

-واقع القدرات الحركية ومستوى السيطرة على الكرة التي يتمتع بها أفراد عينة البحث

-العلاقة ما بين السيطرة بالكرة والقدرة الحركية لدى أفراد عينة البحث

-استنباط معادله رياضية لمعرفة القيمة التنبؤية للسيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية لدى أفراد عينة البحث

1-4 فروض البحث

هناك علاقة معنوية ودالة إحصائية بين كل من السيطرة بالكرة والقدرة الحركية للاعبين كرة القدم.

5-1 مجالات البحث :-

1- 5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل للعام الدراسي 2013 - 2014 م .

1- 5-2 المجال الزمني : للمدة من 1 / 11 / 2013 ولغاية 15 / 4 / 2014 .

1- 5-3 المجال المكاني : الساحات الخارجية في كلية التربية الرياضية - جامعة بابل.

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 القدرة الحركية

يعد مصطلح القدرة الحركية (honorability) من المصطلحات القديمة نسبيا في مجال التربية الرياضية حيث ظهرت في المجال الرياضي مع بداية الاهتمام بالمستويات الرياضية والكفاءة البدنية في الألعاب والانشطة المختلفة ومنذ ذلك الحين أصبحت القدرة الحركية موضع اهتمام العديد من العلماء وهكذا أخذت الدراسات تتناول هذا المصطلح من ناحيتي المفهوم والمضمون وبدأت محاولة الباحثين في التعرف على مكونات القدرة الحركية وكيفية قياسها وتنميتها والاستفادة منها في تطوير مستوى الأداء الحركي.

يعد مصطلح القدرة الحركية من أكثر المصطلحات اتساعا من حيث المكونات الأولية التي يتضمنها إذ يرى الكثيرون إن القدرة الحركية أكثر اتساعا من اللياقة البدنية واللياقة الحركية كما يشير بعضهم إن القدرة الحركية العامة في المجال التربوي الرياضية يعادل في اتساعه وأهميته مفهوم الذكاء العام في علم النفس⁽¹⁾.

ومن خلال الاطلاع على المصادر العلمية التي تناولت مصطلح القدرة الحركية ترى أن هذا المصطلح عند استخدامه في مجالات الرياضية المختلفة من المدرستين الألمانية والأمريكية أخذ من تسمية أو مرادفه فقد سماها شتيلر (Stellay) وهو يمثل المدرسة الألمانية بالقدرة الحركية الأساسية (الموثورية) ، أن المدرسة الأمريكية التي يمثلها هارسون وكلاك (H. klark) فيعطيها مصطلح اللياقة الموثورية⁽²⁾ . أن القدرة الحركية مصطلح يضم بداخله مصطلحي اللياقة الحركية واللياقة البدنية كونها أكثر اتساعا من حيث عدد مكوناتها يرى كلاك أن القدرة الحركية تظم تسعة مكونات هي : القوة العضلية الجلد الدوري ، الجلد الدوري ، المرونة ، الرشاقة ، القدرة العضلية ، السرعة ، والتوافق القدم والعين ، توافق الذراع العين ، في حين يرى اللياقة الحركية تضم سبعة مكونات هي في مجملها المكونات السبعة ماعدا التوافق بين القدم والعين فالتوافق بين الذراع والعين كما أنه يعتبر اللياقية أقل المصطلحات الثلاثة من حيث مكوناتها إذ بضمنها القوة العضلية والجلد العضلية والجلد الدوري⁽³⁾ .

2-1-2 مفهوم القدرة الحركية

القدرة تعني قابلية واستعداد فطري وتعني أيضا مدى المهارة الحركية ودقتها وسرعتها وقوتها⁽⁴⁾ ويعرفها (جونسون وينلسون) بأنها " الاستعداد الفطري والمستوى الحركي الذي اكتسبه الفرد ويظهر في المهارات الحركية الأساسية وذلك أكثر من كونها مستوى عالي من التخصيص في السباقات والألعاب⁽⁵⁾ وبالإضافة إلى ذلك فان مفهوم القدرات

1 - محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003 ، ص 317 .

2 - بسطيوسي احمد : أسس ونظرية الحركة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 م ، ص 36- 37 .

3 - محمد صبحي حسانين : مصدر سبق ذكره ، 2003 م ، ص 318 .

4 - وجيه محجوب : العضلة وجدولة التدريب الرياضي ، عمان ، دار وائل للنشر ، 2001 م ، ص 307 .

5 - محمد صبحي حسانين : مصدر سبق ذكره ، 2003 م ، ص 318 .

الحركية يتمثل بالوصول بالأداء إلى شكل دينا ميكانيكي كما أنها أيضا ما يمكن أن يطلق عليه عمل حركي معلوم ومدرب عليه⁽¹⁾ ويشير مصدر آخر إلى استخدام مصطلح القدرة الحركية للدلالة على مدى كفاءة الأداء للمهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي⁽²⁾ أن رأي الباحث حول مفهوم القدرة الحركية فيشير على أنها " عناصر أو صفات وراثية وأخرى مكتسبة وتظهر كفاءة الفرد في أداء المهارات الحركية الأساسية والمرتبطة بنشاط معين "

2-2 1-2 أهمية القدرة الحركية في المجال الرياضي

تعد القدرة الحركية أحد الركائز الأساسية التي يتوقف عليها الإعداد البدني والمهاري ومستوى الانجاز ضمن الأنشطة الرياضية المختلفة ، فقد ضحيت باهتمام الكثير من الباحثين والمختصين في المجال الرياضي ، إذ لأهمية القدرات الحركية تشير إحدى المصادر على "أن امتلاك الفرد لمستوى عالي من القدرة يساعد على ممارسة الكثير من الأنشطة الرياضية بنجاح وتشارك في تطوير وارتقاء المهارات الحركية"⁽³⁾ وبالإضافة إلى ارتفاع " القدرة الحركية العالية له تأثير ايجابي على حالة اللاعب النفسية والمعنوية إذ يؤدي إلى تطوير عامل الإرادة لديه بشكل يجعله قادرا على التحرك داخل الملعب"⁽⁴⁾ ويرى باحث آخر حول أهمية القدرة الحركية في المجال الرياضي بأنها الوسيلة التي تساعد الفرد رياضيا كان وأغيره من أداء الحركات بكل ما تضمنها هذه الحركات من قوة وسرعة ومرونة..... الخ"⁽⁵⁾

2-2-1-3 مكونات القدرة الحركية :-

اختلف العلماء في تحديد مكونات القدرة الحركية ونظراً لأهمية هذه القدرات بين قدرات الأداء البدني فقد حظيت باهتمام الباحثين إذ تطرق إليها عدد من العلماء في بحوثهم فبعضهم استخدم أسلوب التحليل العاملي والبعض الآخر استخدم فيه مناهج أخرى كالارتباطات البسيطة والمركبة والمحكات ، حيث كانت تهدف بعض هذه البحوث الى التعرف على البناء البسيط للقدرة في ضوء اقل عدد من العوامل الأولية لها أما البعض الآخر كان يهدف الى بناء بطارية لقياسها ، ويشير (لارسون) إلى إمكانية تصنيف البحوث التي تناولت تحديد مكونات القدرة الحركية إلى ثلاث مجموعات⁽⁶⁾ .

أولاً : الدراسات التي تناولت مكونات الاساسية التي تؤثر في أداء المهارات الحركية مثل الدقة ، والسرعة ، الجلد ، الرشاقة ، المرونة ، التوازن ، التوافق ، الحس الحركي ، القوة ، الخداع ، المراوغة .

ثانياً : الدراسات التي تتناول المهارات الاساسية كالجري والوثب والقفز والرمي والركل والتسلق والمسك .

ثالثاً : الدراسات التي تناولت المهارات الاساسية للالعاب المختلفة مثل مهارات الجمباز ومهارات كرة السلة السلة ، ومهارات كرة القدم الخ .

1 - كمال درويش : المدخل في طرق وبرامج الرياضة للجميع ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 1999 م ، ص29 .

2 - قاسم لزام صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، العراق ، بغداد ، 2005 م ، ص90 .

3 - مكرم سعيد السعدون : علاقة بعض القدرات الحركية الاساسية بمستوى الاداء بعض مهارات كرة السلة ، مجلة علوم التربية الرياضية / جامعة بابل - العدد2 ، مجلد 1 ، مجلد 1 ، جامعة بابل : كلية التربية الرياضية ، 2002 م ص22 .

4 - ورده علي عباس : القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض القياسات الجسمية للناشئين التنس الرياضي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية للبنات ، 2002 م ، ص20 .

5 - رائد عبد الامير عباس : نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء برعم الجناسنك بعمر (4-5) سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، 2006 م ص28 .

6 - محمد صبحي حسانين : التحليل للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 م ، ص72 .

"وبذلك أصبحت وجهة نظر معظم العلماء ان القدرة الحركية يجب ان تتضمن مقاييس كثيرة ومتنوعة تستخدم لقياس الكثير من الخصائص يتضمنها الاداء الرياضي او الحركي وهذه الاختبارات يجب ان تقيس على سبيل المثال : القوة ، القدرة الحركية ، التي تعد ضرورية للأداء الحركية العام"⁽¹⁾ .

كما حدد (بارومك جي) مكونات القدرة الحركية من ستة عوامل هي : القوة العضلية ، القدرة العضلية ، السرعة ، الرشاقة ، التوافق ، المرونة ، كما قام ماثيوز بفحص نتائج (28) دراسة اجريت على القدرة الحركية ، استخدم جميعها اسلوب التحليل العاملي فوجد ان العوامل التالية قد اتفق عليها معظم هذه الدراسات على انها المكونات الأساسية للقدرة الحركية وهي قوة ، والسرعة ، والتوافق العضلي"⁽²⁾ .

المهارات الأساسية لكرة القدم:-

تعد المهارات الاساسية لكرة القدم القاعدة القوية لتحقيق المستويات العالية والانجاز الجيد في لعبة كرة القدم وتحتل جانباً مهماً في وحدة التدريب ، ولا يمكن لأي وحدة تدريبية ان تخلو من المهارات الاساسية الى ان يتم اتقانها بصورة جيدة لان اتقان المهارات يعد من الجوانب الرئيسية التي يتوقف عليها تنفيذ خطط اللعب في ظروف اللعب المختلفة⁽³⁾ .

ويمكن ان نعرف المهارة بأنها القدرة الفنية والنوعية على انجاز عمل ما . وعرفها المفتي بأنها كل الحركات التي تؤدي تحقيق هدف معين في حدود قانون اللعبة وهي جوهر الانجاز خلال المباراة⁽⁴⁾ .

أما يوسف لازم فعرفها تكتيك اللعبة والاداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة⁽⁵⁾

ويعرفها الباحث اجرائياً بأنها تنفيذ واجب حركي مع الكرة بشكل قانوني بما يخدم خطة لتحقيق التفوق على المنافس ومن ثم التحكم في مستلزمات الفوز وتقسيم المهارات الأساسية على⁽⁶⁾ :

1- ضرب الكرة (تهديف ، مناولة)

2- درجة الكرة

3- الاخمد

4- ضرب الكرة بالرأس

5- المراوغة والخداع

السيطرة على الكرة:-

تعد من المهارات الهجومية العامة في لعبة كرة القدم في السيطرة على الكرة والتحكم بها والاستحواذ عليها يعني السيطرة على اللعب بصيغة عامة وتؤكد التفوق فضلا عن دخولها في كثر من اختبارات الاداء الفني للاعب كرة القدم لقياس مدى قدرة اللاعب الاساسية على الاحتفاظ بالكرة والتحكم فيها⁽⁷⁾ .

أما مفتي 1994 فقد رأى ان السيطرة على الكرة تعني امتلاك الكرة والتصرف بها حسبما يقتضي الموقف وتتطلب السيطرة على الكرة توقيتاً دقيقاً وحساسية بالغة من جراء الجسم التي يقوم بالأداء⁽⁸⁾ .

1 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 م ، ص 76 .

2 - علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004 م ، ص 44 .

3 - موفق اسعد محمود : مصدر سبق ذكره ، ص 42 .

4 - مفتي إبراهيم حماد ، الدفاع لبناء هجوم بكرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 . ص 38 .

5 - يوسف لازم كماش . المهارات الاساسية لكرة القدم تعلم تدريب ، ص 11 ، الخليج للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 53 .

6 - موفق اسعد محمود ، المصدر سبق ذكره ، ص 42 .

7 - جارلس هيبوز ، كرة القدم ، الخطط والمهارات ، 1990 ، ص 35 .

8 - محمد حامد الافندي ، كرة القدم ، القاهرة ، دار النشر والتوزيع ، 1981 ، ص 94 .

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 دراسة امه فاضل محمود⁽¹⁾

العنوان : (القيمة التنبؤية للإنجاز الرقمي بدلالة أهم القياسات الجسمية والقوة الخاصة للاعبين فعاليات الرمي والقذف بألعاب القوى)

إجراءات الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واسلوب العلاقات الارتباطية وتكونت عينة البحث من (34) لاعباً تم اختيار (28) لاعباً من مجتمع الاصل عن طريق استخدام الطريقة العشوائية . اما عن اهم الاجراءات الميدانية للبحث فكانت تحديد اهم القياسات الجسمية المتعلقة للبحث . وتحديد اهم اختبارات القوة الخاصة المتعلقة بالدراسة

الاستنتاجات: توصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات والتي حققت اهداف البحث منها :-

-استخلاص قيام لانجاز المعياري لجميع افراد عينة البحث البالغ عدد (28) لاعباً ومقارنتها مع اقيام الانجاز الرقمي واستدلال مقدار معنوية لارتباطها بدلالة كل القياسات الجسمية والقوة الخاصة .
بإمكان التنبوء بالإنجاز الرقمي للاعبين فعاليات الرمي والقذف بدلالة كل القياسات الجسمية والاختبارات القوة الخاصة المستخلصة .

2-2-2 دراسة سلام جبار صاحب

العنوان : (القيمة التنبؤية للاداء المهاري بدلالة القياسات الجسمية والبدنية والحركية والفسيلولوجية لانقضاء ناشئ كرة قدم)⁽²⁾ .

الأهداف : هدفت الدراسة إلى:

-تحديد أهم القياسات الجسمية والقوة العضلية الخاصة تعبا لمدى مساهمتها في مستوى الأداء الرقمي للاعبين في فعاليات الرمي والقذف بألعاب القوى .

-معرفة العلاقة بين مستوى الانجاز الرقمي للاعبين في فعاليات الرمي والقذف بألعاب القوى وكل من القياسات الجسمية والقوة العضلية الخاصة .

-استنباط معادلات تنبؤية للانجاز الرقمي بدلالة القياسات الجسمية والقوى الخاصة.

مناقشة الدراسة السابقة

من خلال استعراض الدراسات السابقة تمكن الباحث من معرفة بعض المتغيرات والإجراءات العلمية المستخدمة بها ساعدته في الاستفادة منها في توجيه دراسته الحالية ...

ومن هذه الإجراءات :-

- طرائق القياس المستخدمة والاجهزة التي تناولتها هذه الدراسات .
- الاجراءات الميدانية المطبقة في هذه الدراسات .
- الوسائل الاحصائية المستخدمة في هذه الدراسات .

¹ - امه فاضل محمود : القيمة التنبؤية للانجاز الرقمي بدلالة اهم القياسات الجسمية والقوة الخاصة للاعبين فعاليات الرمي والقذف بألعاب القوى ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل كلية التربية الرياضية ، 2006 م .

² - سلام جبار صاحب : القيمة التنبؤية للاداء المهاري بدلالة القياسات الجسمية والبدنية والحركية والفسيلولوجية لانقضاء ناشئ كرة قدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2006 م .

وعن مميزات هذه الدراسة يمكننا ان نؤشر الامور الاتية :-
-ان ميدان التطبيق لهذه ابتعد كثيرا عن الميادين التي تناولتها الدراسات السابقة اذ يظهر اختلاف هذه الدراسة عن الدراسات الاخرى بأسلوب اختيار العينة وطبيعة العينة اذا اجري هذا البحث على عينة من الطلبة بينما نجد في البحوث السابقة طبقت منها على لاعبين في الاندية .
-طبقت هذه الدراسة على عينة من ممارسي فعالية رمي الرمح بينما الدراسات الاخرى اجريت على عينة من لاعبي كرة القدم والعباب اخرى .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

أن جميع البحوث العلمية تلجا في حل مشكلاتها إلى اختبار نهج يتلاءم وطبيعة المشكلة، اعتمادا أن منهج " هو الطريقة او الاسلوب الذي يجتهد الباحث في بحثه او دراسة مشكلته للوصول إلى الحلول لها" (1) وعليه استخدام الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات الارتباطية التنبؤية لملائمة وطبيعة المشكلة .

3-2 مجتمع وعينة البحث

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل وللعام الدراسي 2013-2014 م. البالغ عددهم 96 طالب / اختيرت العينة من ذلك المجتمع بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) بواقع (32طالب) .

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :-

- ساعة توقيت الالكترونية عدد (2) .

- بورك

- صفارة عدد (1)

- شريط لاصق ملون عدد (3)

- شواخص عدد (6)

- عارضة توازن قانونية عدد (8)

- حائط

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 تحديد الاختيارات المعنية بمتغيرات البحث

إتماما لإجراءات البحث ولتحقيق الأهداف لابد من وجود اختبارات علمية مقننة لقياس المتغيرات بالظاهرة المتعلقة بالظاهرة المراد قياسها ، عليه اصبح إلزاما ، اختيار الاختبارات الخاصة بقياس هذه المتغيرات ، وبعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية ، أعد الباحث استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين (ينظر ملحق 1) في الاختيار والقياس والتدريب الرياضي وبلغ عددهم (9) خبير ومختص ، وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات واستخراج صلاحيتها عن طريق (كا²) ، تم قبول الاختبارات التي حصلت على نسبة (88.89 %) ، كما مبين في الجدول(1)

¹ - (عبد الفتاح العيسوي ، عبد الرحمن العيسوي) : مناهج البحث العلمي في الفكر الإسلامي والفكر الحديث ، بيروت ، دار الراتب الجامعية ، 2001م ، ص13 .

الجدول (1)

يبين عدد الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة (كا²) المحسوبة والجدولية للاختبارات المبجوة

الدلالة الإحصائية	وقيمة (كا ²)		%	عدد غير الموافقين	%	عدد الموافقين	وحدة القياس	الاختبارات
	الجدولية	الحسوبة						
√	3.84	9	صفر	صفر	100	9	الثانية	الجري المكوكي (9×4)م
×	3.84	2.78	22.23	2	77.78	7	الثانية	الجري اللولبي
×	3.84	0.12	66.56	5	44.45	4	الثانية	الجري الارتدادي الجانبي
×	3.84	1	33.34	3	66.76	6	عدد	لمس المستطيلات الاربعة
√	3.84	5.46	11.12	1	88.89	8	عدد	اللمس السفلي والجانبي (فتل - مد)
×	3.84	2.78	77.87	7	22.22	2	عدد	اختبار نط الحبل
√	3.84	9	صفر	صفر	100	9	الثانية	الحبو على شكل (8)
×	3.84	5.46	88.89	8	11.12	1	الثانية	اختيار الدوائر المرقمة
×	3.84	0.12	55.56	5	44.45	4	عدد	سرعة دوران الذراع حول السلة
×	3.84	2.78	77.78	7	22.23	2	عدد	سرعة قبض وبسط المنكب والمرفق
×	3.84	5.46	88.89	8	11.12	1	عدد	سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي
√	3.84	9	صفر	صفر	100	9	الثانية	اختبار المشر على عارضة التوازن
×	3.84	1	33.34	3	66.76	6	الثانية	اختبار اتران كرة اليد
×	3.84	5.46	88.89	7	11.12	1	عدد	السحب على العقلة (7) عدات
×	3.84	5.12	55.56	5	44.45	4	عدد	استناد امامي مائل (10) ثا

3-4-2 التجربة الاستطلاعية:-

قام الباحث بإجراء تجربته الاستطلاعية يوم الاثنين المصادف 2014/1/7 ، ولغاية يوم الاربعاء 2014/1/16 ، على عينة قوامها (15) طالب ، من طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية -جامعة بابل وللعام الدراسي 2013 - 2014 ، اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة ، لقد اجريت هذه التجربة لغرض التأكد من الاتي :-

-استخراج الاسس العلمية للاختبارات

-عدد ونوع الاختبارات التي من الممكن إجراؤها خلال اليوم الاختباري الواحد .

-قدرة وكفاءة فريق العمل المساعد على ادارة وتنظيم شؤون تطبيق الاختبارات ميدانياً

-وقد أسفرت نتائج هذه التجربة كما يأتي :-

اولاً : صدق الاختبارات

يعد الصدق واحدا من المؤشرات التي يجب توافرها في الاداة الاختبارية المعتمدة في قياس أي من الصفات الظواهر الرياضية ، ويقصد بصدق الاختبار " ان الاختبار يقيس ما وضع لقياسه فعلاً " .

عليه قام الباحث باعتماد صدق المحتوى وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتدريب الرياضي باستبانة خاصة لتحديد اتفاق آرائهم حول ملائمة هذه الاختبارات للبيئة كما موضح في الجدول (1) وتوصيفاتهم في الملحق (1) .

ثانياً : ثبات الاختبارات

يقصد بثبات الاختبار " مدى الدقة التي يقس بها الاختبار الظاهرة موضوع القياس " ولغرض استخراج معامل الثبات ، قام الباحث باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار ومن ثم استخراج قيم معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين النتائج الاختبار الأول والثاني . ويعد استخراج قيم معامل الارتباط ، قام الباحث باستخراج قيم معنوية الارتباط عن طريق القانون التائي ، اذ جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية ، وبالبالغة (2.05) عند درجة حرية (13) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (2) يبين ذلك .

ثالثاً : الموضوعية

تعرف الموضوعية بانها " تطابق الاراء لأكثر من حكم عند تقويمهم للاختبار" ولغرض التعرف على موضوعية الاختبار استعان الباحث بدرجات محكمين لنتائج الاختبارات اذ تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات الحكم الأول والحكم الثاني ، وقد ظهر ان جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية ونظراً لان قيمة (ت ر) المحسوبة لدلالة معنوية الارتباط جاءت اكبر من القيمة الجدولية وبالبالغة (2.05) وعند درجة حرية (13) ومستوى دلالة (0.05) الجدول (2) يبين ذلك .

الجدول (2)

يبين الاسس العلمية للاختبارات المبحوثة (الثبات والموضوعية)

معامل الأسس العلمية	معامل الثبات	قيمة (ت.ر) المحسوبة	معامل الموضوعية	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الاختبارات					
الجري المكوكي 4×9م	0.86	9.69	0.92	13.65	معنوي
اللمس السفلي والجانبى (قتل - مد)	0.84	8.96	0.91	12.68	معنوي
الحبو على شكل (8)	0.81	7.98	0.89	11.44	معنوي
اختبار المشي على عارضة التوازن	0.92	13.65	0.81	7.98	معنوي

قيمة (ت ر) الجدولية تبلغ (2.05) عند درجة حرية (13) ومستوى دلالة (0.05)

3-4-3 التجربة الرئيسية

قام الباحث بإجراء تجربته الرئيسية بتاريخ 2014/1/23 ولغاية 2014/1/29 على عينة البحث والبالغ عدد (32) طالب اختيروا بالطرق العشوائية البسيطة (القرعة) وتحت نفي الظروف المكانية والزمانية التي جرت فيها التجربة الاستطلاعية .

3- 5 توصيف الاختبارات

أولاً : اختبار الجري المكوكي (4×9 م)⁽¹⁾ :-

الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة

الأدوات : ساعة توقيت ، خطان متوازيان المسافة بينهما (9) م .

مواصفات الأداء :-

يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري بأقصى سرعة إلى الخط المقابل ليتجاوز بكتلا قدميه ثم يستدير ليعود مرة أخرى ليتخطى خط البداية بنفس الأسلوب ثم يكرر ، هذا العمل مرة أخرى إلى إن يقطع مسافة (36) م ذهاباً وإياباً .

توجيهات :-

يجب أن يتخطى المختبر خط البداية والخط المقابل له بكتلا القدمين .

التسجيل :-

يسجل المختبر الزمن الذي يقطعه في جري المسافة المحددة (4×9) م من لحظة إشارة البدء حتى تجاوز خط بعد ان يكون قطع مسافة (36) م ذهاباً وإياباً .

ثانياً : اختبار اللمس السفلي والجانبى⁽²⁾ :-

الغرض من الاختبار :-

يعد هذاء احد الاختبارات لقياس المرونة الحركية حيث يقيس ثني وتدوير العمود الفقري .

الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت حائط

مواصفات الاختبار :-

ترسم علامة (×) على نقطتين هما :-

1- على الارض بين القدمين .

2- على الحائط خلف الظهر للمختبر وفي المنتصف .

خامساً : اختبار المشي على عارضة التوازن⁽³⁾ :-

الغرض من الاختبارات : قياس التوازن المتحرك .

الأدوات : عارضة التوازن للرجال ، ساعة توقيت ، صفارة .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر فوق عارضة التوازن وعند سماع إشارة البدء يقوم بالمشي على عارضة محاولاً موازنة جسمه دون السقوط على الأرض في أقل زمن ممكن .

التسجيل :

يسجل للمختبر الزمن الذي يقطعه في المشي على العارضة في بدايتها وحتى النهاية .

عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بثني الجذع أماماً اسفل للمس الأرض بأطراف الأصابع عند علامة (×) الموجودة خلف ظهر المختبر بأطراف الأصابع ، ثم يقوم بدوران الجذع وثنيه للأسفل للمس علامة (×) الموجودة

1 - علي سلوم الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، ط 1 ، بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004 م ، ص 160 .

2 - محمد صبحي حسنين : القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية ، ج 1 ، ط 3 ، الفكر العربي ، مدينة نصر ، 2003 .

3 - حسنين علي حسين : القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، 2007 م ، ص 239 .

خلف الظهر يكرر هذا العمل أكبر عدد ممكن من المرات في (30 ثانية) مع ملاحظة أن يكون لمس العلامة التي خلف الظهر مرة جهة اليمن ومرة جهة اليسار .
توجيهات:-

- 1- يجب عدم تحريك القدمين .
 - 2- يجب أتباع التسلسل المحدد للمس طبقا لما جاء ذكره في المواصفات
 - 3- يجب عدم ثني الركبتين نهائيا اثنا الأداء
- ثالثا : اختبار الحبو على شكل رقم (8) (1) :-
الغرض من الاختبار :-
قياس توافق اليد مع الذراع بالنسبة للمختبر .
الأدوات اللازمة :-
شواخص عدد (2) المسافة بينهما 10 قدم ، ساعة إيقاف .
مواصفات الأداء :
يقف المختبر على الجانب الأيمن لأحد الشاخصين ، وعند سماع البدء يقوم بالحبو على شكل رقم (8) اذ يقوم اربع دورات حول الشاخصين
حساب الدرجات :-
يسجل للمختبر الزمن الذي يقطع فيه الأربع دورات.

3-6 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية (2) (3)

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- المنوال
- معامل الانحدار البسيط
- الخطأ المعياري
- كاي سكوير
- النسبة المئوية
- الدرجة المعيارية المعدلة .

4- عرض النتائج تحليلها مناقشتها:-

4-1 الوصف الإحصائي لتوزيع العينة في المتغيرات المبحوثة

¹ - محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية ، ج1 ، ط3 ، الفكر العربي ، مدينة نصر ، 2003 .
² - ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط1، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2001 م ص144 .
³ - محمد الياسري ومروان عبد المجيد : اساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية ، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001 ص137-2018

الجدول (3) بين المؤشرات الإحصائية للمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسيط الحسابي	المنوال	الوسيط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
السيطرة بالكرة	ثا	25.71	26.5	25.5	3.10	0.54	0.30 -
التوافق	عدد - ثا	22.19	21.01	21.30	2.66	0.46	1
المرونة الحركية	عدد	25.12	28	25	3.64	0.64	0.78
الرشاقة	الثانية	21.07	19.53	21.04	1.52	0.27	1
التوازن	الثانية	2.13	2.3	2.17	1.43	0.77	0.38
القدرة الحركية		4.96	4.95	4.94	0.45	0.07	0.02

أن ما تظهره نتائج جدول (3) ، هو القلة في قيم الخطأ المعياري (ع س) مما يؤكد مناسبة حجم العينة فكما صغرت قيمته كلما أزداد الاعتماد عليه¹ . ومن الملاحظ أيضا أن جميع قيم معامل الالتواء لاتتجاوز (1) بأي حال من الأحوال وهذا يدل عل أن الاختبارات تتميز بالاعتدال ، أ ذ يجب أن تكون الاختبارات المترشحة لبناء المعايير بمستوى متقارب من الاختلاف والصعوبة⁽²⁾ أي انه لا يمكن بناء معايير مالم تتمتع جميع الاختبارات بالاعتدال بالتوزيع .

4-2 الدرجات المعيارية الخاصة بنتائج اختبارات القدرة الحركية لأفراد عينة البحث:-

حيث أن الباحث يسعى إلى التنبؤ بالإنجاز بدلالة القدرة الحركية ، وبما أن القدرة الحركية كمؤشر يشتمل على عدة مكونات منها : (الرشاقة ، التوازن ، المرونة ، الحركي الخ) وكل واحد من هذه تقاس بوحدة زمن معينة فمنها ما يقاس بالثانية وجزائها ومنها ما يقاس بالعدد وغيرها يقاس بالمتر عليه لابد من توحيد هذا القياس من خلال تحويل الدرجات المعيارية والتي عن طريقها تم حساب القدرة الحركية أستخدم الباحث القانون الاتي :

(ت) الدرجة المعيارية المعادلة = س - س

$$(4) \quad \frac{5 + 1 \times \text{_____}}{\text{ع}}$$

ع

الجدول (4) يبين قيم الدرجات المعيارية لكل قدرة حركية

الاسم	الرشاقة	التوازن	التوافق	المرونة	القدرة الحركية
سرمد	5.22	6.18	4.84	3.31	4.88
ياسر	3.14	5.35	5.17	5.78	4.86
عبدالله	5.48	5.38	6.01	4.14	5.25
علي كريم	5.15	4.07	4.36	4.69	4.56
علاء ناهض	5.42	4.94	5.62	6.06	5.51
حسين عدنان	5.32	3.33	4.63	3.59	4.21
حيدر علي	7.33	5.28	5.60	6.06	6.06

¹ - محمد جاسم الياسري : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية لانتقاء الناشئين بأعمار (10-12) سنة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1995 م ، ص 273 .

² - صفوت فرج : التحليل العاملي في العلوم السلوكية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980 ، ص 65-78 .

5.96	5.78	4.69	6.48	6.89	سعد ظاهر
5.52	4.96	6.19	5.15	5.80	صالح عبد الهادي
5.09	5.42	4.32	6	4.83	علي كاظم
5.19	6.06	5.07	5.65	3.98	مصطفى مظهر
4.93	4.16	4.61	5.83	4.90	عايد كاظم
4.46	3.59	4.37	4.72	5.16	مصطفى علي
4.93	4.69	4.42	5.90	4.73	محمد باقر
4.98	6.33	4.46	5.01	4.14	رزاق عبد الرزاق
4.63	5.78	4.20	4.14	4.43	رافد مهدي
4.28	4.69	3.93	4.34	4.18	كرار حسين
4.96	5.78	3.82	6.11	4.14	ماهر عبد السادة
4.98	4.41	4.04	6.34	5.13	احمد فارس
4.76	6.33	3.79	4.53	4.41	ليث حسين
5.34	5.78	5.41	6.22	3.98	علي فاهم
3.87	4.41	4.22	2.90	3.98	مصطفى سعد
3.99	5.24	4.17	3.56	3.02	محمد جواد
5.48	6.16	5.66	5.19	4.91	حسن كاظم
4.49	5.78	4.17	4.46	3.55	علاء جاسم
4.16	4.96	4.23	3.82	3.64	اركان حسين
4.92	4.41	4.72	4.76	5.80	عمار اكرم
5.05	5.78	5.00	4.46	4.97	كرار علي
5.39	3.31	7.78	4.80	5.69	احمد صالح
4.89	3.04	6.17	38.	4.97	مصطفى جواد
4.97	4.14	6.37	3.06	6.31	مصطفى فاضل
5.86	4.41	7.48	6.43	5.14	امير محمد

3-4 علاقة السيطرة بالكرة للطلاب ومقدرتهم الحركية

في الدراسات الارتباطية يعبر عن القوة العلاقة بين متغيرات المبحوثة بمعامل يسمى معامل الارتباط ، ولمعرفة العلاقة ما بين السيطرة بالكرة للطلبة مع قدراتهم الحركية نسلط الضوء على ما جاء به الجدول (5) .

الجدول (5)

بين التقديرات الإحصائية المعينة بمعاملات الارتباط بين متغيرات البحث لدى أفراد العينة

التقديرات الإحصائية المتغيرات	قيم معامل (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	نسبة المساهمة	الدلالة الإحصائية
علاقة السيطرة بالكرة بالقدرة الحركية	0.73	0.29	%53	معنوية

يشير الجدول (5) ، الى ان معامل الارتباط بين السيطرة بالكرة للطلبة قدراتهم الحركية قد بلغ (0.73) وهي قيمة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة (0.29) وعند درجة حرية (30) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود علاقة قوية ودالة إحصائية بين السيطرة والقدرة الحركية ونجد ايضا أن نسبة مساهمة القدرة الحركية ، ونجد ايضا أن نسبة مساهمة القدرة الحركية قد بلغت (53 . /) بالنسبة الى السيطرة بالكرة لدى الطلبة وهي نسبة لا يستهان بها .

على ذلك يمكن لنا كباحثين من استنباط معادلات رياضية يتم خلالها التنبؤ بقيمة السيطرة الحركية بدلالة القدرة الحركية .

4-4 القيمة التنبؤية للسيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية للطلاب :-

مما لا شك فيه ان للعلاقة بين أي من المتغيرات قوة واتجاه (والاتجاه هنا يعبر عن شكل تلك العلاقة ويمكن ان نطلق عليه تعبير الانحدار) والذي يهنا هنا هو ان الانحدار غاية مهمة تنحصر في امكانية التنبؤ حول متغير ما عندما تكون هناك قيم لمتغير اخر مرتبط معه بعلاقة دالة . وفي ضوء النتائج التي حصل عليها الباحث ، من خلال المعالجات الاحصائية لأهم البيانات المعينة بالمتغيرات المبحوثة والتي يبينها الجدول (6) نستنبط المعادلة التنبؤية الآتية : السيطرة بالكرة = 27.23 + 0.34 × قيمة القدرة الحركية

الجدول (6) يبين القيم الخاصة بمعاملات الانحدار للعلاقة بين السيطرة بالكرة لدى الطلبة وقدرتهم الحركية

المعاملات		المتغير
قيمة المعاملات	طبيعة المعاملات	
27.23	أ	القدرة الحركية
0.34	ب	

وهنا يمكننا استخدام معادلة الانحدار الخطية القياسية للتنبؤ ويتمتع به افراد العينة من انجاز اني ، اذ تساعدنا في تأشير نقاط القوة والضعف وتساعد في عملية الانتقاء والتوجيه للطلاب.

ويمكن ان تكون عملية التنبؤ مستقبلية وخاصة عندما تكون الغاية الانتقاء باختيار موهوبين لتوضيح ذلك ، نسوق مثال علمي من واقع عينة البحث فمثلا لو اخترنا الطالب (كرار علي) وهو يتمتع بقيمة (28) ثا (سيطرة على الكرة) وقدرته الحركية (5.05) لوجدنا ان بعد تطبيق معادلة الانحدار الخطية المعينة باستخراج مؤشر السيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية ، يمكننا التنبؤ بذلك وكما يأتي :-

- السيطرة بالكرة = $5.05 \times 0.34 + 27.23$

- السيطرة بالكرة = 28.94

- 28.94 وهذا مؤشر جيد جداً ، حيث التقارب بين القيمتين .

- وهكذا يمكن استعمال معادلة خط الانحدار البسيط كعملية تنبؤية لباقي المتغيرات المبحوثة بالتعويض عن قيمة (أ،ب) الواردة في الجدول (6) ، وبهذا المفهوم قد حققنا اهداف وفروض البحث .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- ظهور علاقة حقيقية وواضحة بين مؤشر القدرة الحركية والسيطرة الحركية لدى الطلاب .
- إمكانية استنباط معادلة تنبؤية نهائية يمكن من خلالها التنبؤ السيطرة بالكرة بدلالة القدرة الحركية للطلاب .

5-2 التوصيات :-

- اعتماد المعادلة التنبؤية الخطية في عمليات التوجيه والانتقاء لتسهيل مهمة القائمين على تدريبهم في رعاية الموهوبين وتأهيل من يحتاج الى التطوير .
- ضرورة اعتماد القدرة الحركية كمؤشر لقدرة الطلبة على السيطرة بالكرة .

المصادر

- 1-امنه فاضل محمود : القيمة التنبؤية للانجاز الرقمي بدلالة اهم القياسات الجسمية والقوة الخاصة للاعبين فعاليات الرمي والقذف بالعب القوي ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل كلية التربية الرياضية ، 2006 م .
- 2-- بسطويوسي احمد : أسس ونظرية الحركة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 م .
- 3 - جارلس هيوز ، كرة القدم ، الخطط والمهارات ، 1990 .
- 4- حسن علي حسين : القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، 2007 م .
- 5- راند عبد الامير عباس : نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء برعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، 2006 م .
- 6- سلام جبار صاحب : القيمة التنبؤية للاداء المهاري بدلالة القياسات الجسمية والبدنية والحركية والفسيلوجية لانتقاء ناشيء كرة قدم . اطروحة دكتوراه غير منشورة. 2004.
- 7- صفوت فرج : التحليل العاملي في العلوم السلوكية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980 .
- 8- علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004 م .
- 9-قاسم لزام صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، العراق ، بغداد ، 2005 م .
- 10- كمال درويش : المدخل في طرق وبرامج الرياضة للجميع ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 1999 م .
- 11- ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط1، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2001 م
- 12- محمد حامد الافندي ، كرة القدم ، القاهرة ، دار النشر والتوزيع ، 1981 .
- 13- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 م ،
- 14-- محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية ، ج1 ، ط3 ، الفكر العربي ، مدينة نصر ، 2003 .

- 15- محمد صبحي حسنين : التحليل للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 م .
- 16- محمد الياسري ومروان عبد المجيد : اساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية ، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001 .
- 17- محمد جاسم الياسري : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية لأنتقاء الناشئين بأعمار (10-12) سنة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1995 م
- 18- مفتي إبراهيم حماد ، الدفاع لبناء هجوم بكره القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 .
- 19- مكرم سعيد السعدون : علاقة بعض القدرات الحركية الاساسية بمستوى الاداء بعض مهارات كرة السلة ، مجلة علوم التربية الرياضية / جامعة بابل - العدد2 ، مجلد 1 ، جامعة بابل : كلية التربية الرياضية ، 2002 م .
- 20- وجيه محجوب : العضلة وجدولة التدريب الرياضي ، عمان ، دار وائل للنشر ، 2001 م .
- 21- وردة علي عباس : القيمة التنبؤية للقدره الحركية بدلالة بعض القياسات الجسميه للناشئين التنس الرياضي ، رساله ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية للبنات ، 2002 م
- 22- يوسف لازم كماش . المهارات الاساسية لكرة القدم تعلم تدريب ، ص 11 ، الخليج للطباعة والنشر ، 1999

الملاحق

ملحق (1)

اسماء الجزاء الذين تم اخذ ارائهم حول صلاحية الاختبارات المستخدمة

ت	الاسم	مكان العمل	التخصص
1	1.د عبدالله حسين اللامي	جامعة القادسية / كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
2	أ.د عامر سعيد الخيكاني	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية	علم النفس / كرة قدم
3	ا.م. د. ضياء جابر محمد	جامعة بابل كلية التربية الرياضية	تعلم / كرة القدم
4	ا.م.د مؤيد عبدعلي	جامعة بابل كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
5	أ.م.د سلام جبار	جامعة القادسية كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
6	أ.م.د حسام سعيد المؤمن	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
7	أ.م.د احمد عبدالامير	جامعة بابل كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
8	أ.م.د رافد عبدالامير ناجي	جامعة بابل كلية التربية الرياضية	تدريب / كرة القدم
9	م.دعايد كريم	جامعة بابل كلية التربية الرياضية	علم النفس / كرة القدم

دراسة تحليلية لأسباب الإصابات المفصلية الأكثر شيوعاً في لعبة كرة الطائرة

م.م. عمار حسن عبد الرضا السلطاني

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ammaar.hasan@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

تجلت مشكلة البحث في دراسة تحليلية لاهم وأكثر الإصابات المفصلية شيوعاً في لعبة كرة الطائرة التي تعتبر ذات تأثير مباشر على مستوى الانجاز لدى الرياضيين التي تقف حائلاً أمام تطوير مستوياتهم وكان الهدف من هذه الدراسة إيجاد الحلول المناسبة لتقليل حدوث هذه الإصابات وذلك بالكشف عن مسبباتها المختلفة، وتناول الباحث في الباب الثاني كل ماله صلة بالإصابات الرياضية وأسباب حدوثها ولعبة كرة الطائرة. وتحقيقاً للأهداف الدراسية سعى الباحث باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ومن خلال تحليل النتائج ومناقشتها توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها ان الإصابات الرياضية تحدث نتيجة الاحماء الضعيف وخاصة عندما يبذل اللاعب مجهوداً "عالياً" في التمرين أو المنافسات بسبب عدم تهيئة العضلات والمفاصل للمجهود الذي سيبذل، وخلص الباحث الى توصيات منها التأكيد على الاحماء الجيد الذي يهيئ عضلات ومفاصل الجسم للتمرين أو المنافسات لكي يتجنب الإصابة.

الكلمات المفتاحية للبحث:- إصابات المفاصل، كرة الطائرة.

An analytical study of the causes of the most common injuries in volleyball

By

**Ammar Hassan Abdul Redha Alsultany M.Sc. Lecturer Assistant
Karbala University / Faculty of Physical Education and Sports Science
ammaar.hasan@uokerbala.edu.iq**

Abstract

Demonstrated by the research problem in the analytical study of the most important and most injuries articular common in volleyball, which is a direct impact on the level of achievement in athletes which stand in front of the development levels and the objective of this study was to find appropriate solutions to reduce these injuries occur and it detects various causes, in section II researcher study all Link sports injuries and the reasons for their occurrence and the game of volleyball . The objectives of the study sought researcher using descriptive method survey manner and through analysis and discussion of results, the researcher to several conclusions. Sports injuries occur as a result of the weak, especially when the player is making an effort to warm up and the exercise or competitions because of the muscles and joints of the effort, which will make the creation of, and concluded the study to recommendations, including emphasis on good warm-up which prepares the muscles and joints of the body for exercise or competition in order to avoid injury.

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

أن الإنجازات الرياضية التي حصلت في جميع الألعاب أدت الى تزايد الضغوط البدنية والنفسية من أجل الوصول الى أعلى مستوى في الأداء والإنجاز . مما دفع بالمسؤولين عن الرياضة الى البحث في كافة الأساليب والوسائل التدريبية التي ترفع المستوى الرياضي لأجل تحقيق نتائج بارزة ومتميزة.

ونتيجة لذلك ومن أجل تحقيق النتائج الأفضل بدأ المدربون بزيادة عدد أيام التدريب من أجل التقدم بمستوى الأداء للاعب مما زاد حمل التدريب على اللاعب فبدأت تظهر الإصابات الرياضية ولاشك أن هذه الإصابات تكون عقبة أمام تقدم اللاعبين الذين يطمحون لتطوير مستوياتهم ومن ثم يظهر تأثيرها السلبي على المستوى العام وتتفاوت نسبة الإصابة وخطورتها من لعبة لأخرى تبعاً لنشاطها التخصصي. ولعبة الكرة الطائرة كغيرها من الألعاب لا تخلو من حدوث الإصابات على الرغم من عدم وجود الاحتكاك البدني مع المنافس.

ولما كان اللاعبون معرضين لمختلف الإصابات الرياضية التي تقف حائلاً امام تطوير مستوياتهم لذلك لابد من إيجاد الحلول لتقليل حدوث هذه الإصابات وذلك بالكشف عن مسبباتها المختلفة حيث تعتبر الإصابات من المشكلات الأساسية التي تواجه الرياضة، علماً أنها تزداد بتزايد المتطلبات الخاصة بالنشاط الرياضي الممارس. لذا وجد الباحث من الضروري دراسة هذه الإصابات وتحليل أسبابها عند لاعبي الكرة الطائرة لوضع المقترحات والحلول الواجب اتخاذها لتلافي هذه الإصابات والحد من خطورتها.

1-2 مشكلة البحث

أن لجهاز الحركي ما هو إلا منظومة من أربعة تراكيب أساسيه هي العظام والمفصل والعضلات والأعصاب فالعظام القريبة من بعضها البعض ترتبط معاً لتشكيل المفاصل، والمفاصل هي التي تسمح للعظام المتمفصله بالحركة، تكمن مشكلة البحث في ارتفاع نسبة الإصابات المفصليّة لدى اللاعبين كرة الطائرة مما تسبب أعاقه للفرد عن القيام بنشاطاته وفعالياته اليومية بصورة طبيعية، حيث تعد مفاصل الجسم من أكثر أجزاء الجسم البشري تعرض للإصابة خاصة الأطراف العليا والسفلى التي تختلف في تركيبها وحركتها عن المفاصل الأخرى، وبالتالي فإن أي أصابه تحصل للاعب خصوصاً الإصابات المفصليّة تؤثر تأثيراً كبيراً وفعال على مستوى الأداء المهاري للاعبين أثناء المباريات في لعبة كرة الطائرة.

1-3 أهداف البحث

1- التعرف على الإصابات المفصليّة عند لاعبي كرة الطائرة.

2- التعرف على أسباب حدوث الإصابات المفصليّة عند لاعبي كرة الطائرة .

1-4 مجالات البحث

1-4-1 المجال البشري:-مجموعة من لاعبي أندية الدرجة الاولى لفئة الشباب لمنطقة الفرات الأوسط ،وعددهم(117)لاعب وبواقع(9)لاعبين من كل فريق .

1-4-2 المجال الزمني:- 2013/12/1 م - 2014 /4/ 5 م .

1-4-3المجال المكاني:-المركز التخصصي للطب الرياضي مع القاعات الداخلية التي تجري عليها تدريبات الفرق الذكورة ومبارياتها .

2-الاطار النظري والدراسات السابقة:-

2-1الدراسات النظرية.

2-1-1:المفاصل:-

تعد المفاصل(الجهاز المفصلي) من أحد أجزاء الجهاز الحركي في الجسم البشري، وتختلف هذه المفاصل حسب موقعها من الجسم من ناحية وظيفتها التشريحية ومدياتها الحركية، وتحتسب لمفاصل الجسم أهمية كبرى لكونها المحاور الميكانيكية التي تنظم حركة الجسم، ويعرفها (وجبة محجوب)بأنها ارتباط بين عظمين أو أكثر تتمثل فيه الحركة عن طريق محاورها⁽¹⁾.

ويعرفها الباحث (المفصل بمنطقة التقاء عظمين أو أكثر يفصل بينهما غضروف، ويحاط بأربطة وأوتار تختلف في عددها ومتانتها من مفصل الى اخر،وتختلف حركتها حسب موقعة في الجسم).

2-1-2: أنواع المفاصل.

2-1-2-1-1-المفاصل من الناحية التشريحية:⁽²⁾

وقد ورد في بعض المراجع أن عددها يبلغ خمسة انواع أوحى سبعة وهي

أ.المفاصل المستوية (plane joint):وهي ذات سطوح تمفصليه متقابلة غالبا" مثل عظام الرأس.

ب.المفاصل الرزية(joint Hinjo):وهي مفاصل تشبه رزة الباب مثل مفصل الركبة ومفصل المرفق.

ج.المفاصل المحورية(pivot joint):وهي تحاط بحلقة عظمية مثل مفصل الفخذ مع الحوض.

د.المفاصل اللقمية (condyloid joint):وهي تتكون من سطحين محدبين مع سطحين مقعيرين مثل مفصل الشظية السلامية.

هـ.المفاصل الأهليجية(Ellip soid joint):وهي مفاصل ذات سطوح أهليجية محدبة تتركب على السطح التمفصلي الأهليجي المقعر مثل مفصل الرسغ.⁽³⁾

و.المفاصل السرجية(saddle joint):وهي ذات سطوح تمفصلي تكون بصورة منعكسة(محدبة-مقعرة) تشبة السرج على ظهر الخيل مثل المفصل الرسغي المشطي لأصبع الأبهام⁽⁴⁾.

ز.المفاصل الكروية(Ballandcocket):وهي ذات تمفصل كروي اي يتمفصل أحد رؤوس العظام مع الحفرة مثل مفصل الكتف والحوض.

2-2-1-2-المفاصل حسب مجالاتها الحركية⁽⁵⁾:-

1- مفاصل ثابتة(عديمة الحركة):وهي مفاصل تربط عظمين أو أكثر مع بعضهما وتقتصر على وجود بعض الأربطة الليفية والغشائية بين أجزائها ولا تسمح بأي حركة مطلقاً مثال ذلك عظام الوجة- مفاصل الجمجمة- الشظية مع القصبة.

2- مفاصل جزئية الحركة(مقيدة الحركة):هي المفاصل التي لا تسمح إلا بحركة قليلة معظمها غضروفية البناء مثل المفاصل بين أجسام الفقرات- مفصل العانة.

1 - وجبة محجوب:التحليل الحركي الفيزياوي والفلسجي للحركات الرياضية،مطابع التعليم العالي والبحث العلمي،بغداد،1990،ص129.

2 - عبد الرحمن محمود: مبادئ علم التشريح،ط4،بغداد،مطبعة العمال المركزية،1988،ص131.

3 - حكمة عبد الكريم : تشريح جسم الإنسان،ط1، دار الشروق للنشر،عمان،1988،،ص138.

4 - قيس الدوري:علم التشريح،ط1،بغداد،دارالمعرفة،1980،ص137.

5 - أ.وجبة محجوب:علم الحركة،جامعة الموصل،دارالكتب للطباعة،1989،ص241.

3- مفاصل واسعة الحركة (حرّة الحركة): تقسم هذه المفاصل إلى عدة مجاميع وذلك حسب درجة الحركة وعدد الاتجاهات الحركية وهي كالآتي⁽¹⁾:-

- أ. مفصل متحرك ذو اتجاه واحد مثل مفاصل السلاميات تسمح بثني ومد الأصابع فقط.
- ب. مفصل متحرك ذو اتجاهين مثل مفصل الرسغ، مجال الحركة لرفع وخفض الكف إلى الأعلى والأسفل ثم إلى الجهة الأنسية والوحشية.
- ج. مفصل متحرك ذو أربعة اتجاهات حيث يكون مجال حركته حر في جميع الاتجاهات كما في مفصل الحوض والكتف.

2-1-3 الإصابات الرياضية:-

تعد الإصابات الرياضية جانباً مهماً من موضوع الطب الرياضي، إذ لا يخلو أي مجال من مجالات النشاط الرياضي من احتمال حدوث الإصابات بل وحتمية حدوثها على اختلاف أنواعها وشدتها وخطورتها . أن الرياضيين يتعرضون للإصابة في كافة الألعاب عندما لا تراعى الشروط العلمية والفنية خلال التدريب أو المنافسات وذلك نتيجة الجهد المستمر على أعضاء وأجهزة الجسم المختلفة، الأمر الذي يعيق تطور الرياضة كون إن الإصابة تشكل حاجزاً جسيماً ونفسياً يعيق طريق الوصول إلى المستويات العالية من الانجاز ((كما إن نسبة الإصابات الرياضية تزداد بزيادة المنافسة أو التدريب فهي بذلك تشكل ضغطاً على المفاصل والأربطة والمحافظة الزلزالية والأوتار العضلية والعضلات والفقرات العظمية للعمود الفقري)).⁽²⁾

ولقد تطرقت الكثير من المصادر إلى كلمة الإصابة (Injury) المشتقة من اللغة اللاتينية وهي تعني التلف أو الإعاقة،⁽³⁾ وقد عرفها (1992 Meilnda) لأنها ((تمزق أو اختلال في ترابط نسيج وأكثر من انسجه الجسم الرخوة نتيجة لتأثير عوامل ميكانيكية داخلية أو خارجية على ذلك النسيج))⁽⁴⁾، في حين عرفها (Lnton 1979) بأنها ((تغيرت تشريحي أو فسيولوجي يحدث في بعض انسجه الجسم أو أعضائه))⁽⁵⁾.

وأخيراً عرفها (عبد الرحمن، 2004) ((أنها تأثير نسيج أو مجموعه انسجه الجسم نتيجة مؤثر خارجي وداخلي من ما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفه ذلك النسيج))⁽⁶⁾

2-1-4 ميكانيكية حدوث الإصابة :-

لتوضيح ميكانيكية الإصابات الرياضية التي يتعرض لها الرياضيون نتيجة الأحمال البدنية التي تسلط ضغطاً على العضلات والعظام والأنسجة والأربطة والتي لها ارتباطاً بالحدود الفسيولوجية، إذ إن انسجه الجسم بشكل عام تتشابه مع أي مادة أخرى في ميزاتها للضعف والانكسار عندما تتجاوز حدود القوه فيها ، وحدود التحمل للقوه التي تعتمد جزئياً على خواص ونوعية الأجزاء الجسمية عند تطبيق الحمل، وهذه الأجزاء يمكن إن تحدد قيمتها القصويه المبذولة من خلالها على الجسم واتجاه تطبيق هذه القوه وتحصل الإصابة من خلال تمدد وتمزق الأجهزة والتغير في تركيبها والذي بالضرورة يؤدي إلى وظيفة غير متجانسة في العضلة .

¹ - إبراهيم البصري: الطب الرياضي، ط1، ج4، بيروت، دار النضال للطباعة، 1985، ص115.

² - أسامة رياض. الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، الرياض، الاتحاد السعودي للطب الرياضي، 1991، ص1.

³ - وديع ياسين التكريتي ، نشوان الصفار. الإصابات الرياضية التي يتعرض لها طلاب كلية التربية الرياضية في جامعه الموصل ،مجلة الراافدين للعلوم الرياضية ،مجلد الرابع ،عددا لعاشر، جامعه الموصل ،1998، ص44.

⁴ - Melinda j & flegei M..Sport flegei: sport firstaid U.S.A , chapiagn I, Hindis, 1992,p25(2)-

⁵ - Linton G . Athletic Injuries charchill,ltd ,london 1979,P 16-

⁶ - عبد الرحمن عبد الحميد. موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2004، ص81.

كما إن معرفه كلا من انظمه العتلات الميكانيكية واتصال العضلات بالعظام يعتبر ركنا مهما في إعطاء الأساس في فهم ليس فقط حركه الجسم بل قوه العضلات ومداهها الحركي في مفاصل معينه محدوده. إن القوه القصوة للعضلات والمدى الحركي الأقصى لها في نفس المفصل هو الغرض المطلوب معرفته حصرا، وهذه العلاقة المتلازمة بين قوه العضلة ومداهها الحركي في مفصل ما يعتبر العامل الأساسي لنظام الفوائد الحركية الميكانيكية للعضلات، وكقاعدة عامه إذا تقاطعت عضلتان متساويتان في الطول وعملتا على نفس المفصل ، فان العضلة البعيد عن المفصل (منشأ العضلة) سوف تعطي اكبر قوه تقلص، والعضلة القريبة من المفصل (مداغم العضلة) سوف تعطي اكبر مدى للحركة.(1)

لذلك تتوقف ميكانيكيه الإصابات الرياضية على طبيعة أسباب حدوثها وفقا لما يقوم به اللاعب من حركات حسب نوع ألعبه التي يمارسها وشكل الحركة التي يقوم بها حيث يختلف هذا الشكل باختلاف المفصل أو المفصل والعضلات المشتركة بالأداء الحركي، ويمكن تقسم أسباب الإصابات إلى مايلي(2):-

1. مؤثر ميكانيكي: مثل اصطدام اللاعب بزميله أو بأرض أو بالأدوات الرياضية.
2. مؤثر ذاتي مثل الأداء الخاطئ للرياضي أو الأداء غير مسبق بالإحماء.
3. مؤثر كيميائي فسيولوجي: مثل تراكم حامض اللبنيك في العضلات وفقدان الماء والأملاح.

2-1-5 أسباب حدوث الإصابات الرياضية (3)

هناك عوامل خارجية وعوامل داخلية تترابط وتكون سببا لحدوث الإصابات .

أ / العوامل الخارجية التي تساعد على حدوث اصابة :

اولا : سوء التنظيم وطريقة التدريب :

يرتبط بهذان العاملان عدم مراعاة مبادئ التعليم الارشادية من قبل المدرب او المدرس مثل انتظام التدريب ، التدرج في زيادة المجهود البدني ، ومن اهم مظاهر الاخلال بقواعد التدريب وسوء التنظيم المؤدي الى حدوث اصابة هي :

- 1 - التسرع في التدريبات والممارسة المستمرة للتدريب العنيف .

2-سوء تقدير العمل المنظم على الناحية التكتيكية وادماج بعض التمرينات التي لا يكون الرياضي جاهزا لها

سواء بسبب عدم مقدرتها الرياضية او سبب الارهاق في التدريبات السابقة .

3-قلة او سوء مرحلة الاحماء وعدم التدرج في المهارات .

ثانيا / العيوب في تنظيم التدريبات والمسابقات :

1-اتباع الارشادات الخاطئة للتدريبات وكذلك قواعد التامين والتخطيط الخاطئ لبرامج المنافسات وعدم تنفيذها.

2-عدم مراعاة الخصائص الفردية ومدى الكفاءة والاستعداد من حيث السن والوزن والجنس.

ثالثا / مخالفة القوانين وشروط الامن :

ويقصد بها حالة الملاعب والأماكن التي تمارس فيها الرياضة وتجهيزات الرياضيين ورداءة نوعية الأجهزة

الرياضية والمعدات.

رابعا / سوء الاحوال المناخية :

ان عدم التنبيه لسوء الاحوال المناخية وعدم الوقاية منها يؤدي الى حدوث الاصابة واهم تلك الحالات هي :

1 . التدريب في الظروف المناخية القاسية كارتفاع درجة الحرارة الشديد او اثناء سقوط الامطار والثلوج .

¹ - فريق كموته، موسوعة الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها، ط1، عمان، الدار العلمية والدولية للنشر والتوزيع، 2002م، ص 71.

² - اسامه رياض . الطب الرياضي وإصابات الملاعب، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1998، ص22.

³ - زينب العلم . التديك واصابات الملاعب. ط1، مصر، دار الفكر الغربي، 1983، ص83.

2. عدم مراعاة تنظيم الاضاعة والتهوية الصحيحة في الصالات المغلقة .
 3. عدم التأقلم الكافي في المرتفعات الجبلية .
 4. عدم اتخاذ الحيطة الكافية بالنسبة للتدريب والمسابقات حسب الحالة الجوية .
 - خامسا / السلوك غير السليم وفقدان الروح الرياضية .
 - سادسا / عدم الالتزام بالأوامر الطبية .
1. السماح للاعب بمزاولة التدريب واللعب دون اجراء الفحص الطبي وعدم التزام المدرب واللعب بتوجيهات الطبيب الخاصة بموعد مزاولة التدريبات خاصة بعد الاصابات والامراض .
 2. عدم الالتزام بالارشادات الطبية الخاصة بالنظام اليومي ونظام التغذية الراجعة والراحة وغيرها.
- ب / العوامل الداخلية التي تؤدي حدوث الاصابة :
- هناك تغييرات تطرا على حالة الرياضيين ليست فقط اثناء عملية التدريب او المنافسة تؤدي بدورها الى الاصابات الرياضية ومن هذه العوامل :
- اولا / حالة الارهاق والاعياء الشديد :
- نتيجة لعمليات الارهاق والاعياء يمكن ان تحدث تغييرات من شأنها اثاره وذبذبة الجهاز العصبي للعضلات وخاصة مع الاشخاص غير المدربين جيدا مما يؤدي الى حدوث الاصابة .
- ثانيا / التغيرات في الحالة الوظيفية لبعض اجهزة الجسم :
- ان الابتعاد لفترة ما عن التدريب يؤدي الى انخفاض قوة العضلات وبالتالي قوة تحملها مما يؤدي الى انخفاض سرعة ارتخاء وتقلص العضلات كل هذا يعرقل ويعوق تنفيذ التمارين التي تتطلب مجهودات عالية وحركات متناسقة ومعقدة وتنتهي بحدوث الاصابة .
- ثالثا / الخصائص الميكانيكية البيولوجية :
- عدم مراعاة البناء الميكانيكي للحركة وزيادة الجهد الناتج عن عدم التنفيذ المنطقي للتدريبات على العضلات وعدم مراعاة اتجاه الحركة بسبب عدم توفر الخبرة في القوة الدافعة بسبب التغيير الطارئ فيها كل ذلك يسبب حدوث الاصابة .
- رابعا / عدم الاستعداد البدني للرياضي⁽¹⁾ :
- ان المنافسة في السباقات بدون تأدية الاحماء اللازم بالقدر المطلوب وقلة القدرات البدنية للاعب تؤدي الى حدوث الاصابة كما وان هناك عوامل تختلف بسببها نوعية الاصابة لدى اللاعبين منها :
1. نوع الرياضة وطبيعة الاداء فيها: تختلف نوعية الاصابة باختلاف نوع الرياضة فإصابات الالعاب الجماعية تختلف عن الالعاب الفردية كما ان الالعاب ذات الاحتكاك المباشر (كرة القدم-السلة) تزيد فيها نسبة الاصابات مقارنة بالألعاب التي ليس فيها احتكاك مباشر كالتنس الأرضي.
 2. مستوى المنافسة وكفاءة اللاعب البدنية: كلما زادت ازداد معها نسبة ودرجة احتمال حدوث الاصابات ،فإصابات منافسات الدرجة الاولى والدولي تزداد شدة عن مستوى إصابات الناشئين والدرجة الثالثة، كما إن الإصابة تختلف طبقاً لدرجة كفاءة اللاعب البدنية، وفقاً لمتطلبات مركزه في رياضته، فكلما قلت كفاءة اللاعب ولياقته البدنية، كلما زادت احتمالية إصابته.

¹ - اسامة رياض . مصدر سبق ذكره ، 1998 ص 24 .

3. التدريب غير العلمي: إذا ما تم التدريب بأسلوب غير علمي ساهم في حدوث الإصابة.
4. التدريب الخاطئ في المدارس: عدم ملائمة المدارس لممارسة النشاط الرياضي، مثل وجود عوائق في الأرض أو عدم استوائها، أو تجميع وترحيل الدروس إلى آخر اليوم الدراسي، حيث إن ذلك يقلل من استيعاب دروسها، ويعرض الطلاب المنهكين طوال اليوم إلى الإصابات.
5. استخدام اللاعبين المنشطات: يؤدي استخدام اللاعبين للمنشطات إلى إجهاد فسيولوجي، يعرضهم للعديد من الإصابات، حيث إنهم سيبدلون جهداً غير ملائم لقدراته الفسيولوجية.
- 2-1-6 طرق الوقاية والحد من حدوث الإصابات الرياضية (1).

إذا كان المدرب على علم ودراية بالأسباب العامة للإصابات الرياضية فإن دوره في الحد من الإصابات سيكون سهلاً لأن معرفتها تجعله يتخذ الإجراءات لمنع حدوثها ومن طرق الوقاية:

1. معرفة الأسباب العامة للإصابات الرياضية وتجنب حدوثها.
2. عدم إشراك اللاعب في التدريب أو اللعب دون إجراء الكشف الطبي الدوري الشامل للرياضي.
3. عدم إشراك اللاعب وهو مريض، لأن ذلك يعرضه للإصابة.
4. عدم إجبار اللاعب على الأداء وهو غير مستعد نفسياً وبدنياً وذهنياً لهذا الأداء.
5. توفير الغذاء المناسب للرياضي كما ونوعاً، بمختلف عناصره الغذائية البناءة.
6. اختيار اللاعبين ذوي الخبرة والكفاءة المتقاربة للمران (2).
7. عدم التدريب إذا كانت الظروف الجوية غير مناسبة.
8. ان تكون اللعبة مناسبة للتكوين الجسماني العقلي للاعب.
9. عدم اعطاء اللاعب اي ادوية منبهة في المباراة.
10. توفير العلاج المناسب والصحيح بمجرد حدوث الإصابة مهما كانت بسيطة .

2-1-7 لعبة كرة الطائرة : (3)

ان نشأت الكرة الطائرة غير مؤكد لقد لعبت لعبات متشابهة من مئات السنين في وسط وجنوب امريكا وكذلك في جنوب شرقي اسيا وفي دول اخرى الا انه لا يوجد تاريخ رسمي يثبت صحة ذلك التاريخ الرسمي المثبت لها في عام 1895 في مدينة هوليود - ولاية ماساشورس والذي بعد عام من تاسيسها عندما كان مستر وليم جورج موركن مديرا لمؤسسة جمعية الشباب المسيحين واحتاج في ذلك الوقت الى لعبة ملائمة لرياضي العامة القوي والركبي خلال موسم الشتاء للمحافظة على اللياقة البدنية وقضاء وقت فراغ الطلاب ، لقد قام بتقسيم قاعة الجمباز واخذ يزاوول لعبة رمي الكرة للاعلى وقد جرب انواع عدة من الكرات واخيرا استعمل الجزء المطاطي، (المتانة الداخلية) من كرة السلة وي بعدها اتصل باحدى الشركات هناك لتصميم موضع كرة خاصة بالطائرة واخيرا تم صنعها وهي تشبه الكرة الحالية وبدا بتطوير الكرة والملعب وكيفية اللعب في حينه لم يحدد عدد اللمسات التي يحق لكل لاعب ان يلمسها في ملعبه ولم يحدد عدد اللاعبين في كل ملعب ولم تثبت قواعد الاخطاء في حينها وبعد سنتين اي في عام 1897 عقد مؤتمرًا لمدراء جمعية الشباب المسيحيين في الولايات المتحدة الامريكية حيث كانت هنالك ندوة عرضت منها اللعبة على اشخاص اخرين فكان من اهداف هذا المؤتمر نشر اللعبة وتسميتها حيث اقترح الدكتور هالستيد اسمها (بالكرة الطائرة) بعد ان كانت تسمى (فينتوتنت) وانتشرت.

1 - اسامة رياض. نفس المصدر السابق، 1998 ص 31 .

2 - زينب العالم . مصدر سبق ذكره، ص91 .

3 - سعد حماد جميلي. الكرة الطائرة، تعليم وتدريب وتحكيم، ط1، طرابلس منشورات السابع من ابريل، 1997، ص2.

2-1-7-1 المهارات الأساسية في الكرة الطائرة :-

الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي لها خصائص تميزها عن باقي الألعاب الأخرى لأنها غير محدودة بزمن معين وصغر مساحة الملعب الخاص بها فضلاً عن احتوائها على مهارات أساسية ضرورية لرفع مستوى الفريق فهي سلم الارتقاء نحو الاجادة والتفوق ويجب على اي لاعب ان يلم بها وهي (1) :-

1-- المهارات الهجومية وتشمل :-(الارسال ، لاعداد ، الضرب الساحق ، حائط الصد) .

2- المهارات الدفاعية وتشمل :- (استقبال الارسال ، حائط الصد ، الدفاع عن الملعب) .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :-

3-1 منهج البحث:-

أن من الأمور الأساسية التي على الباحث مراعاتها هو اختيار المنهج الملائم لمشكلة بحثه حيث منهج البحث هو الطريقة التي يعتمدها الباحث ويسلكها عن الإجابة عن الأسئلة التي تثيرها مشكلة بحثه، ولذا اعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب (المسحي) وذلك لملائمة أهداف بحثه ((وتعد الدراسات المسحية أحد أساليب البحث الوصفي والتي من خلالها يتم جمع المعلومات عن ظاهرة ما وذلك بقصد التعرف عليها ودراستها وتحديد الوضع الحالي من خلال التحليل لأنه يدرس الواقع كما هو وبالتالي أيجاد بعض الحلول والمقترحات ((2).

3-2 عينة البحث:-

أن العينة هي إحدى وسائل أجراء البحوث العلمية الحقيقية (3) .وهي ضرورة من ضرورات البحث العلمي فلا بد من اختيارها اختياراً مائلاً للمجتمع الأصلي .وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته يلجأ إلى جمعها أما من المجتمع الأصلي كله أو من عينة ممثلة لهذا المجتمع (4).

مجتمع البحث:-أندية محافظات الفرات الأوسط المشاركين في بطولة دوري الدرجة الاولى بالكرة الطائرة والبالغ عددها (15) فريقاً وكان عدد أفراد المجتمع الكلي (150) لاعبا .

عينة البحث :- اختيرت عينة البحث من (117) لاعبا يمثلون أندية (القاسم - الهاشمية - الزعيم-الكرار - الحسينية - الهندية - الكوفة- المشخاب - النجف - المهناوية - البدير - السنية- الشامية - الحر - المحا ويل) وبواقع (10) لاعبين لكل فريق بعد استبعاد فريقي (الحر- المحا ويل) لأجراء التجربة الاستطلاعية عليهم وعددهم (20) لاعبا وبواقع (10) لاعبين لكل فريق واستبعاد (13) استمارة لعدم تقيدهم بشروط ملاً الاستمارة وقد بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (78%) من المجتمع الكلي .

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات

أولاً :- وسائل جمع المعلومات .

1- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.

2-المقابلات الشخصية (5).

3- تشكيلة المعلومات الدولية الانترنت .

1 - سعد حماد الجميلي:نفس المصدر السابق،ص3.

2 - دوقان عبيد وعيدا لرحمنا وسعاد كايد عبدالحق: البحث العلمي ،الأردن ،دار الفكر للنشر والتوزيع ،1988 ،ص201

3 - محمد حسن علوي ومحمد نص الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،ط1، القاهرة ، دارا لفكر العربي ،1979، ص240.

4 - فاخر عاقل : أسس البحث العلمي في العلوم السلوكية ، بيروت ،دار العلم للملايين ،1979 ،،ص116.

5 - المقابلات الشخصية ملحق رقم (1)

ثانياً: - الأجهزة وأدوات البحث

1- أوراق وأقلام .

2- الاختبارات والقياس .

3- فريق العمل المساعد* .

4- استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول تحديد أهم إصابات المفصليّة في الكرة الطائرة نظريّة ملحق رقم (1).

5- استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد أهم أسباب الإصابات المفصليّة بالكرة الطائرة ..ملحق رقم (2) .

3-4 الأسس العلميّة للمقياس

1- صدق الاختبار: - المقياس الصادق هو الذي يقيس اختبار ما وضع لقياسه، بمعنى إن الاختبار الصادق اختبار يقيس الوظيفة التي يزعم أنه يقيسها ولا تعني شيئاً آخر بدلا منها أو بالإضافة إليها⁽¹⁾)). ومن أنواع الصدق الشائعة صدق المحتوى والذي يعبر عنه في مجال القياس بأنه يقيس فعلا (الأداء في محتواة أو الصفة المراد قياسها ويتم تحقيق ذلك من خلال عرض فقرات المقياس على لجنة من الخبراء والمختصين في الميدان المراد قياسه⁽²⁾)). وعليّة قام الباحث بعرض نماذج الاستبيان ((ملحق رقم 1-2) على لجنة من الخبراء والمختصين في الطب الرياضي والتدريب الرياضي وتدرسي الكرة الطائرة ، وقد تم إعادة صياغة الاستبيان (ملحق رقم 1-2) وفق التوجيهات والتعديلات واخذت الطابع النهائي مثلما هي عليّة حيث تم توزيعها على عينة البحث.

2- ثبات الاختبار: - أن الثبات بمفهومه العام هو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة⁽³⁾)). ((يعبر عن الثبات بمعامل الثبات والذي هو شكل من أشكال معامل الارتباط بين نتائج الاختبار في مرتين متتاليتين⁽⁴⁾)).

أن من إعراض التجربة الاستطلاعية، هو التأكد من المعاملات العلميّة للاختبار، على هذا جاء الاختبار على مرحلتين، الفترة بين كل إجراء وآخر كان (7) أيام، وأن القصد هنا، هو معرفة معامل ثبات الاختبار، وقد تحقق ذلك من خلال نتائج الاختبار (الأجراء الأول والثاني).

وبعد معالجة الدرجات إحصائيا توصل الباحث إلى درجة معامل الارتباط والتي هي (0,94) وهي درجة تعكس مستوى عاليا من الثبات.

((إن الموضوعية العالية للاختبار تظهر حينما تقوم مجموعة مختلفة من المدرسين أو المحكمين بحساب درجات الاختبار في الوقت نفسه، عندما يطبق الاختبار على مجموعة من الأفراد، ثم يحصلون تقريبا على النتائج نفسها، وذلك مع التسليم بأن المدرسين والمحكمين مؤهلين للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية ومتكافئة⁽⁵⁾)).

* فريق العمل المساعد ويتكون من: - (م.م. عمار حسن-الطبيب حامدعلي الصالح- فلاح نوري- جابر حليو-عباس طالب)

1 - سامي محمد ملحم: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2000، ص273.

2 - علي حمدالله المجيد: علاقة السلوك العدواني بأنماط الشخصية عند طلبة المدارس المتوسطة، اطروحة الدكتوراه، بغداد، 1996، ص61.

3 - محمد حسن علاوي، محمد نصرالدين رضوان: القياس في التربية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دارا لفكر العربي، 2000، ص299.

4 - مصطفى الإمام وآخرون: القياس والتقويم، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990، ص19.

5 - مجمع اللغة العربية، ج1، القاهرة، الهيئة العامة للشؤون المطابع الأميرية، 1984، ص79.

((وترتبط الموضوعية بطريقة تصحيح الاختبار أكثر من ارتباطها بالاختبار نفسه ،ومن هنا فإن الاختبار الموضوعي هو الذي يحصل فيه المختبر على الدرجة ذاتها مهما اختلف المصححون ⁽¹⁾)). أن الاختبار الجيد يجب أن يتصف بالموضوعية إضافة إلى اتصافه بالصدق والثبات اللازمين والاستبيان الحالي يتميز بوضوح وبساطة خطواته ويمكن تفسير البيانات التي نحصل عليها بدقة .

3-5 التجربة الاستطلاعية :-

التجربة الاستطلاعية عبارة عن ((دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته)) ⁽²⁾، وإن الغرض من التجربة الاستطلاعية هو :-

1- التأكد من المعاملات العلمية للأختبارت.

2- التأكد من مدى ملاءمة الاستمارات المستخدمة للاختبارات.

تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 20014/3/1 وأعادتها بعد (7) أيام أي بتاريخ 20014/3/8 على عينة من مجتمع البحث وهم (20) لاعبا من ناديي (الحر- والمحا ويل) وبواقع (10) لاعبين من كل فريق ،وذلك من خلال توزيع استمارة الاستبيان(ملحق رقم 3-2) وكان الهدف منها معرفة المعوقات و الصعوبات التي قد تظهر بغية تجاوزها عند إجراء التجربة الرئيسية .وقد وجد معدل وقت الإجابة على الاستمارات يتراوح بين (6-8) دقائق ،وكان الهدف منها معرفة :-

* مدى صلاحية استمارة الاستبيان (ملحق رقم 1-2) للاعبين .

* مدى ملائمة استمارة الاستبيان (ملحق رقم 1-2) لعينة البحث.

* إمكانية تطبيق الاختبار على أفراد العينة .

وقد لاحظ الباحث ملائمة الاختبار الموضوع لمستوى مدارك العينة .

3-6 تنفيذ التجربة الرئيسية :-

بعد أعداد الاستبيان بشكله النهائي بعد التأكد من صدقة وثباته وموضوعيته ، تم تحديد العينة الأساسية وبالغلة (150) للاعبا من (15) ناديا يمثلون أندية الفرات الأوسط بواقع (10) لاعبين من كل فريق بعد استبعاد ناديي (الحر- المحا ويل) لأجراء التجربة الاستطلاعية عليهم واستبعاد (13) استمارة) لاعب لعدم تقيدهم بشروط ملأ الاستمارة فأصبحت العينة النهائية التي أجري البحث عليها مكونة من (117) لاعب .

تم تطبيق التجربة ، بتوزيع استمارات الاستبيان ،على أفراد عينة البحث الأساسية قبل بداية المباراة الرسمية للفريق ،بأتباع أسلوب الاتصال المباشر مع أفراد العينة ،إذ قام الباحث بشرح أهداف البحث ،وأهميته لأفراد العينة ، والتأكيد على ضرورة الإجابة ، عن جميع فقرات الاستبيان ، بصدق وعناية ودقة، وعدم إهمال أي فقرة، إذ يجب أن يعلم الفرد المختبر بأن الباحث مهتم بأجراء بنود البحث الخاص بهم بدقة وتركيز بالإضافة إلى الإجابة عن الأسئلة والاستفسارات التي يطرحونها حول مفردات الاستبيان ووضوحها .وبعد جمع الاستمارات تم تفريغ البيانات ووضعها في جدول لغرض مناقشتها وتحليلها.

¹ - ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث في التربية الرياضية ، الموصل ،مديرية الكتب للطباعة والنشر ،1986، ص41.

² - عبدالرحمن محمد عيسوي:القياس والتجريب في علم النفس الرياضي ، بيروت ،دار النهضة العربية ،1974،ص58.

3-7 الوسائل الإحصائية :-

$$1- النسبة المئوية^{(1)} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100.$$

2. معامل الارتباط البسيط (بيرسون)⁽²⁾

$$r = \frac{\text{مج ص} \times \text{مج س} - \frac{\text{مج ص}^2}{\text{ن}} \times \frac{\text{مج س}^2}{\text{ن}}}{\sqrt{\left(\frac{\text{مج ص}^2}{\text{ن}} - \frac{\text{مج ص}^2}{\text{ن}^2} \right) \left(\frac{\text{مج س}^2}{\text{ن}} - \frac{\text{مج س}^2}{\text{ن}^2} \right)}}$$

3. معامل الصدق الذاتي = الثبات⁽³⁾

4- عرض ومناقشة وتحليل النتائج:-

يتضمن هذا الباب على عرض ومناقشة النتائج التي توصل اليها الباحث وهي كما يلي:-

جدول (1)

ت	نوع الإصابة	العدد	النسبة المئوية
1	إصابة الركبة	36	30.76%
2	إصابة الكتف	30	25.64%
3	إصابة رسغ اليد	24	18.80%
4	إصابة الكاحل	13	11.11%
5	إصابة المرفق	8	6.83%
6	إصابة إصبع اليد	3	2.56%
7	إصابة إصبع القدم	2	1.70%
8	إصابة العمود الفقري	2	1.70%
9	إصابة الفخذ	1	0.85%
	المجموع	117	100%

¹ - عبد الرحمن عدس : مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس ، ج2 ، عمان مكتبة الأقصى ، 1981، ص102.

² - محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : مصدر سبق ذكره ، 1999 ، ص240

³ - محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان . القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . ط1. القاهرة: دارا لفكر العربي ، 1988، ص350 .

يبين الجدول (1) ان إصابة الركبة لدى عينة البحث كانت بعدد (36) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (30.76%). اما في إصابة الكتف فقد ظهر عدد الاعبين المصابين بهذه الإصابة بعدد (30) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (25.64%). اما الاعبين الذين أصيبوا بإصابة رسع اليد فقد ظهوروا بعدد (24) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (18.80%). في حين ظهر في إصابة الكاحل ان عدد الاعبين المصابين هو (13) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (11.11%). اما في إصابة المرفق فكان عدد الاعبين المصابين هو (8) وبنسبة مئوية (6.83%). وكانت إصابة اصابع اليد بعدد (3) وبنسبة مئوية مقدارها (2.56%). اما إصابة إصبع القدم فقد ظهرت الاصابات فيها بعدد (2) وبنسبة مئوية مقدارها (10.70%). وكانت إصابة العمود الفقري بعدد (2) لاعب وبنسبة مئوية مقدارها (10.70%). وكانت إصابة الفخذ بعدد (1) وبنسبة مئوية مقدارها (0.85%). من كل هذا يتبين بان أكثر الإصابات المفصلية شيوعاً لدى لاعبي الكرة الطائرة هي إصابة التواء الكاحل وخلع مفصل الكتف وهو يؤيد الفرض الأول من البحث.

اما بالنسبة لأسباب الإصابة فقد توصل الباحث الى ما يأتي:

جدول (2)

ت	سبب الإصابة	نعم		كلا	
		العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية
1	سبب الإصابة هو الاحماء الضعيف	110	94.01%	7	5.98%
2	سبب الإصابة هو الاحماء القوي	20	17.09%	97	82.90%
3	سبب الإصابة هو رداءة الأحذية	75	64.10%	42	35.89%
4	سبب الإصابة رداءة أرضية الملعب	70	59.82%	47	40.17%
5	سبب الإصابة هو خطأ في المنهج التدريبي	23	19.65%	94	80.34%
6	سبب الإصابة هو الوزن الثقيل	19	16.23%	98	83.76%
7	سبب الإصابة هو الاحتكاك بين الاعبين	47	40.17%	70	59.82%
8	سبب الإصابة هو ضعف اللياقة البدنية	107	91.45%	10	8.54%

يتبين من الجدول أعلاه بان الذين يوافقون على ان الإصابات المفصلية التي تحدث من جراء الاحماء الضعيف هم بعدد (110) وهم بنسبة مئوية مقدارها (94.01%) اما الذين لا يوافقون عددهم (7) وهم يشكلون نسبة مئوية مقدارها (5.98%) وهذا ما يؤكد على ان الإصابة تحدث نتيجة للأحماء الضعيف وهذا يؤكد ايضاً على ان اللاعب الذي يدخل المنافسة بدون اجراء الاحماء الجيد لمفاصل الجسم المختلفة سيكون عرضة للإصابة لان عضلات ومفاصل الجسم غير مهياً للجهد الذي سيبذل في المنافسة.

اما السبب الثاني والذي يفرض ان الإصابة تحدث نتيجة للأحماء القوي فقد اظهر بان الذين يوافقون على هذا السبب هم بعدد (20) لاعباً ويشكلون نسبة مئوية مقدارها (17.09%) والذين لا يوافقون على ان الاحماء القوي سبب الإصابة فهم بعدد (97) وبنسبة مئوية (82.90%) وهذا يدل على الاحماء القوي يهيأ عضلات ومفاصل الجسم للمنافسة ويبعد اللاعب عن شبح الإصابة ولابتعاد عن المنافسات.

اما اللاعبين الذين يوافقون على ان رداءة الأحذية لها دور في حدوث الإصابة فكانوا بعدد (75) وبنسبة مئوية مقدارها (64.10%) والذين لا يوافقون على ان لرداءة الأحذية دور في حدوث الإصابة فكان عددهم (42) وبنسبة مئوية مقدارها (35.89%) وهذا يدل على ان للأحذية دور في حدوث الإصابة ويجب على المدرب والمربي الاعتناء عند اختيار الأحذية للاعبين.

وكان عدد الذين يوافقون على ان رداءة ارضية الملعب دور في حدوث الاصابات فكان عددهم (75) لاعبا ويشكلون نسبة مئوية مقدارها (64.10%) اما الذين لا يوافقون على ان رداءة ارضية الملعب هي احد اسباب حدوث الإصابة فكانوا بعدد (42) لاعبا ويشكلون نسبة مئوية مقدارها (35.89%) وهذا يدل ايضا على ان ارضية الملعب اذا كانت غير مستوفية لشروط القانونية تكون سببا في حدوث الإصابة.

ويتبين من عدد اللاعبين الذين يوافقون على ان الإصابة تحدث نتيجة لخطأ في المنهج التدريبي والذين كانوا (23) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (19.65%) والذين لا يوافقون بهذا السبب وكانوا بعدد (94) لاعبا وكانت نسبته المئوية بمقدار (80.34%) وهذا يدل على ان خطأ المنهج التدريبي له نسبة قليلة في حدوث الإصابة .

وكان عدد الذين يوافقون على ان الوزن الثقيل هو احد اسباب الإصابة فكانوا بعدد (19) لاعبا وبنسبة مئوية كان مقدارها (16.23%) والذين لا يوافقون على ان الوزن الثقيل ليس سببا في حدوث الإصابة كانوا بعدد (98) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (83.76%) وهذا يدل على ان الوزن الثقيل ليس سببا مهما في حدوث الإصابة لان اغلب الرياضيين هم اصحاب الاجسام الرشيفة .

وبالنسبة لسبب الإصابة والذي كان الاحتكاك بين اللاعبين فكان عدد الذين يوافقون على هذا السبب هم (47) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (40.17%) وكان عدد الذين لا يوافقون على ان الاحتكاك كان سببا للإصابة هم (70) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (59.82%) وهذا يثبت على ان الاحتكاك ليس سببا في لعبة كرة الطائرة لان الاحتكاك فيها قليل ومن الممكن ان تزداد نسبته لو كانت العبة كرة القدم مثلا .

اما السبب الاخير والذي كان ضعف اللياقة البدنية فكان عدد اللاعبين الذين يوافقون على انه احد اسباب الإصابة المفصلية في اللعبة فهم (107) لاعبا وبنسبة مئوية كان مقدارها (91.45%) في حين كان الذين لا يوافقون على انه احد اسباب الإصابة بعدد (10) لاعبا وبنسبة مئوية مقدارها (8.54%) وهذا يدل على ان اللاعب الذي يخوض المنافسات وإعداده البدني غير مكتمل وضعيف يكون عرضه للإصابة لان قابلياته البدنية غير مهياة للمجهود العالي الذي سيبدله اللاعب في المنافسة .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- إن الإصابات الرياضية تحدث نتيجة للإحماء الضعيف وخاصة عندما يبذل اللاعب مجهوداً عالياً في التمرين أو المنافسات بسبب عدم تهيئة العضلات والمفاصل للمجهود الذي سيبدل .
- 2- إن الإحماء القوي لا يكون سبباً في حدوث الإصابات الرياضية بل سيكون عاملاً مهماً في تجنب حدوث الإصابة عند إجراء التمرين أو المنافسة .
- 3- إن عامل ضعف اللياقة البدنية له دور كبير وأساسي في حدوث الإصابات الرياضية نظراً لعدم تكافؤ إمكانية الجسم البدنية مع الجهد المبذول في التمرين أو المنافسات .

4- إن رداءة الأحذية لها دور في حدوث الإصابات الرياضية لأنها لا تسمح للاعب بعمل الحركة المناسبة أثناء اللعب .

5- إن الإصابات الرياضية تحدث نتيجة لرداءة أرضية الملعب إذ إن عدم إنشاء الملاعب ضمن مواصفات قانونية سيؤدي حتما إلى حصول الإصابات.

2-5 التوصيات

- 1- توفير الأجهزة والأدوات اللازمة والتي تساعد الرياضي على الوقاية من الإصابات .
- 2- إنشاء الملاعب التي تستوفي الشروط القانونية المطلوبة وذلك لتجنب اللاعبين التعرض للإصابات الرياضية .
- 3- مراعاة لبس الأحذية المناسبة سواء في التمرين أو أثناء المنافسات وعدم السماح للاعبين بارتداء الأحذية التي تتناسب ولعبة الكرة الطائرة .
- 4- التأكيد على الإحماء الجيد الذي يهيئ عضلات ومفاصل الجسم للتمرين أو المنافسة لكي يتجنب الإصابة.
- 5- الاهتمام برفع اللياقة البدنية للاعبين والتدرج بها من السهل إلى الصعب لمساعدة الرياضي على الأداء المهارات بصورة صحيحة وكذلك إظهار المستوى الجيد في المنافسات.

المصادر العربية والجنبية

- إبراهيم البصري: الطب الرياضي، ط1، ج4، بيروت، دار النضال للطباعة، 1985.
- أسامة رياض . الطب الرياضي واصابات الملاعب . ط1 . دار الفكر العربي، 1998 .
- أسامة رياض. الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، الرياض، الاتحاد السعودي للطب الرياضي، 1991.
- حكمة عبد الكريم : تشريح جسم الإنسان، ط1، دارالشروق للنشر، عمان، 1988.
- دوقان عبيد وعبدلرحمن وسعاد كايد: البحث العلمي، الأردن، دار الفكر للنشر والتوزيع، 1988
- ريسان خريبط مجيد: مناهج البحث في التربية الرياضية، الموصل، مديرية الكتب للطباعة، 1986.
- زينب العالم . التدليك واصابات الملاعب . ط1 . مصر : دار الفكر العربي 1983 .
- سامي محمد ملحم: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دارالميسرة للنشر والتوزيع، 2000.
- سعد حماد الجميلي: الكرة الطائرة، تعليم وتدريب وتحكيم، ط1، طرابلس منشورات السابغ ابريل، 1997.
- عبد الرحمن عدس: مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس، ج²، عمان مكتبة الأقصى 1981.
- عبد الرحمن محمود: مبادئ علم التشريح، ط4، بغداد، مطبعة العمال المركزية، 1988.
- عبدالرحمن عبدالحميد. موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2004
- علي حمدالله المجيد: علاقة السلوك العدواني بأنماط الشخصية عند طلبة المدارس المتوسطة، اطروحة الدكتوراه، بغداد 1996.
- فاخر عاقل : اسس البحث العلمي في العلوم السلوكية، بيروت ، دار العلم للملايين ، 1979
- فريق كمونه، موسوعة الإصابات وكيفية التعامل معها، عمان، دار العلمية للنشر والتوزيع، 2002م
- قيس الدوري: علم التشريح، ط1، بغداد، دارالمعرفة، 1980.
- مجمع اللغة العربية ، ج1، القاهرة ، الهيئة العامة للشؤون المطابع الأميرية ، 1984.
- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان . القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . ط1 . القاهرة: دارا لفكر العربي ، 1988م.

- محمد حسن علوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،1، القاهرة ، دارا لفكر العربي ،1979.
- محمدحسن ومحمدنصرالدين:القياس في التربية وعلم النفس الرياضي،القاهرة،دارا لفكر،2000
- مصطفى الإمام وآخرون : القياس والتقويم_، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990.
- وجية محجوب:التحليل الحركي الفيزيائي والفلسفي للحركات الرياضية،مطابع التعليم العالي والبحث العلمي،بغداد،1990.
- وجية محجوب:علم الحركة،جامعة الموصل،دارالكتب للطباعة،1989..
- وديع ياسين التكريتي،نشوان الصفار.الإصابات الرياضية التي يتعرض لها طلاب كلية التربية الرياضية في الموصل ،مجلة الرافدين للعلوم الرياضية،مجلد4،عدد10،جامعه الموصل،1998.
- 1- Melinda j& flegel M..Sport flegei: sport firstaid U.S.A, chapiagn I, Hindis, 1992.
- 2- Lintton G . Athletic Injuries_charchill,ltd ,london 1979.

ملحق رقم (1)

استمارة استبيان

لتحديد (اهم الاصابات المفصلية للاعبين لعبة الكرة الطائرة)

الاستاذ الدكتورالمحترم.

يروم الباحث إجراء بحثة الموسوم :-

((دراسة تحليلية لأسباب الإصابات المفصلية الأكثر شيوعاً في لعبة كرة الطائرة))

على لاعبي من اتنية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الاوسط، لما كان لرأي حضرتكم الاثر البالغ ولذا حرص البحث على

استشارتكم في ذلك، يرجى تفضلكم بتحديد أهم الاصابات المفصلية للاعبين الكرة الطائرة.

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي مع فائق الاحترام والتقدير.

الاختبار	نوع الإصابة	ت
	خلع مفصل الكتف	1
	خلع مفصل المرفق	2
	خلع مفصل الفخذ	3
	خلع مفصل اصابع اليد	4
	خلع مفصل رسغ اليد	5
	خلع مفصل اصابع القدم	6
	التواء الكاحل	7
	أصابة الركبة	8
	أصابة العمود الفقري	9

الملاحظة

يرجى تأشير أصابة واحدة فقط

الباحث

ماحق رقم (2)

استمارة استبيان

لتحديد (اسباب الاصابات المفصلية للاعبين لعبة الكرة الطائرة)

الاستاذ الدكتورالمحترم.

يروم الباحث إجراء بحثة الموسوم :-

((دراسة تحليلية لأسباب الإصابات المفصلية الأكثر شيوعاً في لعبة كرة الطائرة))

على لاعبي من اتدية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الاوسط ، لما كان لرأي حضرتكم الاثر البالغ ولذا حرص البحث

على استشارتكم في ذلك، يرجى التفضلكم بتحديد أهم اسباب الاصابات المفصلية للاعبين الكرة الطائرة.

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي مع فائق الاحترام والتقدير.

ت	اسباب الاصابة	نعم	كلا
1	الاصابة هي نتيجة الاحماء الضعيف		
2	الاصابة هي نتيجة الاحماء القوي		
3	الاصابة هي نتيجة رداءة الاحذية		
4	الاصابة هي نتيجة رداءة ارضية الملعب		
5	الاصابة هي نتيجة خطأ في المنهج التدريبي		
6	الاصابة هي نتيجة الوزن الثقيل		
7	الاصابة هي نتيجة الاحتكاك بين اللاعبين		
8	الاصابة هي نتيجة ضعف اللياقة البدنية		

الملاحظة/

1- يرجى الاجابة على جميع الاسباب وعدم اهمال اي سبب.

2- في حالة اهمال أي سبب سوف تهمل الاستمارة .

الباحث

أثر تمارين خاصة في تطوير بعض القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة

م.م ماجد حميد مرزه

قسم النشاطات الطلابية / رئاسة جامعه كربلاء

7777majid77@gmail.com

ملخص البحث باللغة العربية

تلعب فترة الإعداد الخاص دوراً مهماً وكبيراً في صقل قابليات الرياضي وتطويرها، إذ عليه يبني الفريق نتائجه ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب الجماعية التي يحتل فيها الإعداد الخاص جانباً مهماً من جوانب الإعداد الأخرى ، إذ من خلاله يتم تطوير الرياضي من الناحية الوظيفية والمهارية المرتبطة بنوع النشاط الممارس . ولكون عينة البحث واحدة من الأنموذج الذي يخضع للتدريب وفق الخبرة الذاتية للمدرب إذ أن تطبيق المناهج التدريبية بعضها لا يستند إلى الأسس العلمية. إذ تتطلب مهارات الكرة الطائرة تنوعاً في تدريباتها إذ يحتاج إلى العمل بأقصى قوة وسرعة، ولرغبة الباحث في المعرفة العلمية قاموا بإعداد برنامج تدريبي مستنداً على أنظمة الطاقة والتي تؤدي بالتالي إلى تطوير بعض القدرات الوظيفية والمهارية وفق الأسس العلمية وإيماناً منا بمساعدة مدربيننا فيما نتوصل إليه من تحقيق الأهداف العلمية من أجل تطوير الفرق وذلك وصولاً إلى تحقيق أفضل مستويات الإنجاز. وهدف البحث الى:

- 1- استخدام تمارين خاصة لتطوير بعض القدرات الوظيفية و المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.
- 2- معرفة تأثير التمارين الخاصة في تطور بعض القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتان المتكافئتان، حدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين لنادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي والبالغ عددهم (24) لاعباً وتم اختيار عينه العشوائية والبالغ عددهم (16) لاعباً ، وقسموا الى مجموعتين متساويتين، وتم إجراء تجربة استطلاعية وإيجاد الأسس العلمية واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية (الوسيط، الانحراف الربيعي، ولكوكسن ، مان ويتني) وكانت أهم الاستنتاجات هي :

- 1-ظهر تطور في المجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات بعض القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

- 2-أفضلية تطور أفراد المجموعة التجريبية في اختبارات بعض القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة.
- 3-أن استخدام التمارين المشابهة للأداء المهاري من حيث المسار الحركي والعضلات العاملة ادت إلى الاقتصاد بوقت التدريب.

The impact of special exercises to develop some functional abilities and skills essential for budding volleyball

By

**Majid Hamid Mirza. Lecturer Assistant Department of Student Activities /
University of Karbalaa**

7777majid77@gmail.com

Abstract

Special preparation period play an important and significant role in refining the capabilities of sports and development, as the team builds its results and the game of volleyball and one of the collective games where your setup occupies an important aspect of the other aspects of the preparation of, as through the development of sports functionally and skill associated with the type of activity practitioner. And the fact that the research sample one of the model which is subject to training according to the subjective experience of the coach as the application of some of the training curriculum is not based on scientific grounds. As requiring volleyball skills varied in their training as needs to work at full power and speed, and the desire of the researcher in scientific knowledge they prepared a document on energy systems, which consequently lead to the development of some functional and technical skills capacity according to scientific principles and our belief in the help of our instructors as we reach to achieve the training program scientific objectives for the development of teams and that the way to achieve the best levels of achievement. The aims of study:

1. The use of special exercises to develop some functional capabilities and basic skills of young players the plane of the ball.

2-impact exercise special knowledge in the development of some functional abilities and skills essential for budding players the plane of the ball.

The researcher used the experimental approach to design equivalents groups , select the community Find players junior (Imam Almotaqen club) 24 players were selected the same random totaling 16 players, and divided into two equal groups, were conducted exploratory experience and find a scientific basis The researcher used statistical methods (median, deviation, and Caucasians, Mann-Whitney) The main conclusions are:

1-in the development of the experimental group and the control group in some of the functional capabilities and basic volleyball skills tests.

2-preference evolution of the experimental group in some of the functional capabilities of the basic volleyball skills tests.

3-that use similar exercise performance in terms of motor skills and muscles working path led to the economy in advance of the training.

1- التعرف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

أن عملية الوصول إلى المستويات العليا وتحقيق الفوز لم تعد بالعملية السهلة المنال وذلك لان المستوى الرياضي الآن وفي معظم الأنشطة الرياضية قد وصل إلى مستويات تقترب من المثالية وأصبح تحقيق الإنجازات الرياضية المتميزة والفوز بالبطولات العالمية دليل على رقي الدول وتحضرها.

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الفرعية ذات الجماهيرية الواسعة نظراً لقلّة تكاليفها ولسهولة ممارستها وان الوصول الى المستويات العالية في هذه اللعبة يتطلب الكثير من الجهد والوقت من قبل المختصين والمدربين لاختيار رياضيين يتمتعون بمواصفات بدنية وقياسات جسمية فضلاً عن الموهبة، ولكون المهارات الاساسية القاعدة الرئيسية والمهمة والمؤثرة في تغيير نتائج المباراة ولها الدور الكبير في احراز النقاط اذا اتقنت بالشكل الصحيح من قبل اللاعبين، فالفريق الذي يجيد أعضاءه هذه المهارات غالباً ما يخرج فائزاً في المباراة. وتعد التمرينات الخاصة واحد من أساليب التدريب الرياضي التي تهدف إلى رفع كفاءة اللاعبين من الناحية المهارية والوظيفية، ويعد التكيف الوظيفي من أهم الواجبات الرئيسية لعملية التدريب الرياضي ومن أهم المؤشرات التي يمكن بواسطتها قياس مستوى تأثير العملية التدريبية وتطورها.. وصولاً الى أعلى مستوى من الانجاز ، ذلك أن التعرف على التأثيرات الفسيولوجية للتدريب الرياضي يدل على فهم المدرب لكيفية استجابة وتكيف أجهزة الجسم المختلفة لحمل التدريب، والذي يعد من أهم القواعد التطبيقية لعلم الفسيولوجيا في المجال الرياضي، إذ يمكن من خلال هذه المعلومات وضع برامج التدريب وتخطيطها لوضع وتقنين مكونات الحمل التدريبي المناسب وتطويره وتحسين طرائق التدريب بما يحقق الانجاز المثالي ولا يؤدي الى الإجهاد، وتكمن أهمية البحث في وضع برنامج تدريبي لتطوير بعض القدرات الوظيفية واهم المهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة لتكون وسيلة معبرة يستخدمها المدربون في تحقيق النتائج الجيدة.

1-2 مشكلة البحث:

تلعب فترة الإعداد الخاص دوراً مهماً وكبيراً في صقل قابليات الرياضي وتطويرها، إذ عليه يبني الفريق نتائجه ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب الجماعية التي يحتل فيها الإعداد الخاص جانباً مهماً من جوانب الإعداد الأخرى، إذ من خلاله يتم تطوير الرياضي من الناحية الوظيفية والمهارية المرتبطة بنوع النشاط الممارس. ولكون عينة البحث واحدة من الأنموذج الذي يخضع للتدريب وفق الخبرة الذاتية للمدرب إذ أن تطبيق المناهج التدريبية بعضها لا يستند إلى الأسس العلمية. إذ تتطلب مهارات الكرة الطائرة تنوعاً في تدريباتها إذ يحتاج إلى العمل بأقصى قوة وسرعة ، ولرغبة الباحث في المعرفة العلمية قام بإعداد برنامج تدريبي مستنداً على أنظمة الطاقة والتي تؤدي بالتالي إلى تطوير بعض القدرات الوظيفية والمهارية وفق الأسس العلمية وإيماناً منا بمساعدة مدربينا فيما نتوصل إليه من تحقيق الأهداف العلمية من أجل تطوير الفرق وذلك وصولاً إلى تحقيق أفضل مستويات الإنجاز.

1-3 أهداف البحث:

- 1- أعداد تمرينات خاصة لتطوير بعض القدرات الوظيفية و المهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.
- 2- معرفة تأثير التمرينات الخاصة في تطور بعض القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

1-4 فرض البحث:

1-للتدريبات الخاصة بتأثير ايجابي في تطوير بعض القدرات الوظيفية و المهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: اللاعبون الناشئون في نادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي.

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 10 /1/ 2015 ولغاية 15/4/2015.

1-5-3 المجال المكاني: الساحات الخارجية والساحة الترتان المسيجة في نادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتان المتكافئتان .

2-2 مجتمع البحث وعينته: حدد مجتمع البحث بلاعبي نادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي فئة الناشئين والبالغ عددهم (24) لاعباً وتم اختيار عينه بالطريقة العشوائية البسيطة والبالغ عددهم (16) لاعباً ، وبعدها يتم تقسيمهم الى مجموعتين الأولى تجريبية وواقع (8) لاعبين ، والثانية ضابطة وواقع (8) لاعبين أيضاً .

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع البيانات:

الملاحظة والتجريب. الاختبارات . استمارة الاستبيان

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

ميزان لقياس الوزن. شريط قياس طوله (2)م. ساعة توقيت الكترونية (Casio) عدد (2). كرات طائرة عدد (10). مصطبة بارتفاع 40 سم لإجراء الاختبارات الوظيفية.

صندوق بارتفاع 50 سم لإجراء الاختبارات الوظيفية. صناديق بارتفاعات مختلفة. حواجز ومصاطب عدد (6). شريط لاصق ملون. حبل عادي بطول (3)م. قوائم حديدية عدد (2). جدار مؤشر عليه بالسنتيمتر.

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1تحديد صلاحية القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة:

لغرض تحديد صلاحية القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة قام الباحث بالاطلاع على المصادر والمراجع تم تحديد القدرات ووضع في استمارة استبيان وتم عرضها على الخبراء والمختصين*(ملحق 1) وبعد جمع البيانات تم تحديد الصلاحية عن طريق (كا²) والجدول (1) يبين ذلك

الجدول(1) يبين صلاحية القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة

ت	القدرات	يصلح	لا يصلح	كا ²	الدلالة
1	القدرات الوظيفية	9	0	9	معنوي
2		9	0	9	معنوي
3		8	1	5.44	معنوي
4		5	4	0.11	غير معنوي

غير معنوي	0.11	5	4	معدل نبض القلب	المهارات الاساسية	5
غير معنوي	0.11	5	4	ضغط الدم		6
معنوي	9	0	9	الإرسال		1
معنوي	5.44	1	8	استقبال الإرسال		2
معنوي	5.44	1	8	الأعداد		3
معنوي	9	0	9	الضرب الساحق		4
غير معنوي	3	3	6	حائط الصد		5
غير معنوي	0.11	4	5	الدفاع عن الملعب		6

*القيمة الجدولية لـ كا2 عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) بلغت (3.84)

3-4-2 تحديد صلاحية اختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة:
لغرض تحديد صلاحية اختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة قام الباحث بالاطلاع على المصادر والمراجع تم تحديد الاختبارات ووضعت في استمارة استبيان وتم عرضها على الخبراء والمختصين* (ملحق 2) وبعد جمع البيانات تم تحديد الصلاحية عن طريق (كا²) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2) يبين صلاحية اختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة

الاختبارات	يصلح	لا يصلح	كا2	الدلالة
اختبار الوثب العمودي (سارجنت)	7	0	7	معنوي
اختبار الدرج لماركيا	3	4	0.14	غير معنوي
اختبار لكيونيك (90 ثا)	5	2	1.28	غير معنوي
اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية	7	0	7	معنوي
اختبار الحظوة لهارفرد	7	0	7	معنوي
اختبار الصناديق	4	3	0.14	غير معنوي
اختبار الإرسال الساحق	7	0	7	معنوي
اختبار دقة مهارة الإرسال	2	5	1.28	غير معنوي
اختبار الضرب الساحق الأمامي	7	0	7	معنوي
اختبار الضرب الساحق الخلفي	5	2	1.28	غير معنوي
اختبار دقة استقبال الإرسال	7	0	7	معنوي
اختبار الاستقبال المتنوع	2	5	1.28	غير معنوي
اختبار الإعداد القريب من الشبكة	7	0	7	معنوي
اختبار الإعداد البعيد من الشبكة	4	3	0.14	غير معنوي

*القيمة الجدولية لـ كا2 عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) بلغت (3.84)

3-5 التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية من خارج عينة البحث الرئيسية على (8) لاعبين من الناشئين يمثلون (نادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي) وأجريت التجربة في تمام *ينظر ملحق (2) الساعة (3) عصرا في بتاريخ (20/ 1 / 2015) في ساحة نادي أمام المتقين علي (ع) الرياضي لاختبارات القدرات وبعد مرور (7) أيام وتم إعادة التجربة الاستطلاعية بتاريخ (27 / 1 / 2015) على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف وكان الهدف منها:

1- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلا عن وقت الاختبارات الكلية

2- مستوى صعوبة الاختبارات بالنسبة لعينة البحث

3- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث لغرض تلافيتها مستقبلا

4- استخراج الأسس العلمية للاختبارات (الثبات والموضوعية).

3-5-1 الأسس العلمية للاختبارات:

3-5-1-1 صدق الاختبار: الصدق هو "الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من أجله"⁽¹⁾. ولغرض استخراج صدق الاختبارات المرشحة قام الباحثون بعرض محتويات الاختبارات على مجموعة من الخبراء وبذلك حصل الباحث على صدق المحتوى.

3-5-1-2 ثبات الاختبار: من أجل استخراج معامل الثبات لاختبارات لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت " وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽²⁾. وقد استخدم لحساب معامل الثبات بـ (طريقة الاختبار وإعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الأول والثاني (7) أيام. وقد قام الباحث من استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط سبيرمان للترتيب بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني واستخراج معنوية الارتباط عن طريق الوسيلة الإحصائية (ت ر) لمعنوية الارتباط كما موضح بالجدول (3).

3-5-2-3 الموضوعية: تعرف الموضوعية بأنها "مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية"⁽³⁾. واستخدم الباحث معامل الارتباط سبيرمان لترتيب لموضوعية الاختبارات بين (درجات الحكم الأول والحكم الثاني) كما مبين بالجدول (3) .

جدول (3) يوضح معامل الثبات ومعامل الموضوعية لاختبارات الكفاءة الهوائية واللاهوائية والتصويب من القفز

ت	الاختبارات	الثبات	ت ر للمعنوية	الموضوعية	ت ر للمعنوية
1	اختبار الوثب العمودي (لسارجنت)	0.84	4.12	0.88	4.54
2	اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية	0.86	4.34	0.91	5.38
3	اختبار الخطوة لهارفرد	0.91	5.38	0.92	5.75
4	اختبار الإرسال الساحق	0.86	4.34	0.88	4.54
5	اختبار الضرب الساحق الأمامي	0.84	4.12	0.88	4.54
6	اختبار دقة استقبال الإرسال	0.86	4.34	0.91	5.38
7	اختبار الإعداد القريب من الشبكة	0.91	5.38	0.92	5.75

* قيمة الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6) بلغت (0.62)

3-6 الاختبار القبلي: قام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بتاريخ (29 / 1 / 2015) قبل الشروع بالتجربة الرئيسية مع ضبط كافة المتغيرات.

(1) يوسف لازم كماش. اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002، ص 149
(2) نادر فهمي الزبيد وهشام عامر عليان. مبادئ القياس والتقويم في التربية. ط3. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص 145
(3) ليلي السيد فرحات. القياس والاختبار في التربية الرياضية. ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 2001، ص 169

3-6-1 إجراءات تكافؤ العينة: من أجل تكافؤ المجاميع البحثية فيما بينها عمل الباحث بالاعتماد على الاختبار القبلي لاختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية وكذلك الطول والوزن والعمر الزمني والعمر التدريبي وبتطبيق الأسلوب الإحصائي اللامعلمي (مان ويتني) لنتائج الاختبارات القبليّة حيث يتضح لنا ان قيمة (مان ويتني) المحسوبة أكبر من قيمة (مان ويتني) الجدولية والبالغ قيمتها (15) وعند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير ان الفروقات ما بين المجموعتين غير معنوي عند هذه الاختبارات وهذا يؤكد على تكافؤ كلا المجموعتين قبل إجراء التجربة الميدانية. وكما موضح بالجدول (4).

الجدول (4) يبين التكافؤ بين مجموعتي البحث

الاختبارات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		مان ويتني المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط		
اختبار الوثب العمودي (سارجنت)	4.61	57.67	4.43	58.60	17	غير معنوي
اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية	18.14	443.05	19.11	455.09	22	غير معنوي
اختبار الحظوة لهارفرد	6.459	65.05	7.06	64.98	19	غير معنوي
اختبار الإرسال الساحق	1.20	5.10	1.40	5.17	21	غير معنوي
اختبار الضرب الساحق الأمامي	1.15	6.40	1.25	6.57	18	غير معنوي
اختبار دقة استقبال الإرسال	1.10	6.30	1.15	6.60	34	غير معنوي
اختبار الإعداد القريب من الشبكة	1.45	5.11	1.20	5.40	24	غير معنوي
الطول	2.46	177.22	2.74	176.88	24	غير معنوي
الوزن	2.81	70.33	2.30	70.64	31	غير معنوي
العمر الزمني	0.53	17.35	0.22	17.11	28	غير معنوي
العمر التدريبي	1.41	4.27	1.30	4.51	36	غير معنوي

*بلغت قيمة مان ويتني الجدولية (15) وعند مستوى دلالة (0.05)

3-7 البرنامج التدريبي: قام الباحث بأعداد البرنامج التدريبي ومستنداً على بعض المصادر والمراجعة العلمية فضلاً عن آراء بعض المختصين في مجال التدريب الرياضي، والفسلجة، والكرة الطائرة، ولقد راعا الباحث في أعدادها لمستوى القابليات المهارية والوظيفية والبدنية لعينة البحث والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ والظروف المحيطة والتي تكون الركيزة الأساسية لتطوير القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية وذلك من خلال المنهج على تطوير نظم الطاقة وقدراتها وذلك من خلال تطبيق البرنامج التدريبي المعد، وتضمن المنهج ما يأتي:-
-تم تطبيق المنهج المستخدم خلال فترة الإعداد الخاص في يوم الثلاثاء الموافق 2015/1/30 ولغاية ولغاية
2015/3/1 على المجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فكانت تطبق مفردات منهجها المعد من قبل المدرب.
-اشتمل المنهج المستخدم على (24) وحدة تدريبية وواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع، إذ استغرق تطبيق المنهج المستخدم (8) أسابيع.

-كانت مدة الوحدة التدريبية 120 دقيقة وكانت حصة المنهج التدريبي في القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية (20-30) دقيقة وهي الفترة التي تم تطبيق التمرينات الخاصة.

رعا الباحث قاعدة التدرج في تطبيق المنهج المستخدم وذلك لضمان توفير مقومات النجاح إذ إن زيادة حمل التدريب يجب أن تحدث وعلى فترات زمنية تسمح بحدوث التكيف الوظيفي ولتحقيق زيادة الحمل التدريبي يفضل التدرج بمكونات الحمل التدريبي ولذلك يجب أن يزداد الحمل التدريبي من أسبوع إلى آخر ومن شهر إلى شهر آخر.⁽¹⁾

- تمثلت محتويات الجرعة التدريبية في التمرينات المستخدمة من الحجم والشدة والكثافة، فمن حيث الحجم والشدة والراحة اعتمد الباحث في وضعها على بعض المصادر العلمية فضلاً عن المقابلات الشخصية وآراء الخبراء والمختصين في علم التدريب الرياضي والفلسفي والكرة الطائرة فلقد كانت الشدة تتراوح ما بين القسوى أما فترات الراحة فكانت موضوعة وفق أنظمة الطاقة حيث الراحة يجب أن تكون مناسبة وكافية لاستعادة الشفاء والبدء بالتمرين الذي يليه.⁽²⁾ أما المجموعة الضابطة فاستمرت مع المنهج الاعتيادي للمدرب .

3-8 الاختبارات البعيدة: بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التدريبي على المجموعة التجريبية ، تم إجراء الاختبارات البعيدة وللمجموعتين (الضابطة والتجريبية) بتاريخ 2 / 3 / 2015 ، وقد نفذت الاختبارات في ظروف مقارنة للاختبارات القبلية وإجراءاتها وبإشراف مباشر من قبل الباحث .

3-10 الوسائل الإحصائية: 1-الوسيط 2- الانحراف الربيعي 3- ارتباط سبيرمان للرتب 4-2 كا 5-اختبار ولكوكسن 6-اختبار مان ويتني.

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

4 - 1 عرض نتائج اختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي :

جدول (5) يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين القبلي والبعدي وقيمة ولكوكسن المحسوبة ودلالاتها

الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعة الضابطة))

الدالة الإحصائية	قيمة ولكوكسن المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	3	4.10	60.40	4.43	58.60	اختبار الوثب العمودي (لسارجنت)
معنوي	1.5	18.20	460.30	19.11	455.09	اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية
معنوي	2	7.02	66.85	7.06	64.98	اختبار الخطوة لهارفرد
معنوي	2.5	1.10	6.40	1.40	5.17	اختبار الإرسال الساحق
معنوي	4	1.22	6.90	1.25	6.57	اختبار الضرب الساحق الأمامي
معنوي	3	1.30	7	1.15	6.60	اختبار دقة استقبال الإرسال
معنوي	2.5	0.75	6	1.20	5.40	اختبار الإعداد القريب من الشبكة

*قيمة ولكوكسن الجدولية(5) عند مستوى دلالة(0.05)

(1) Britten Ham, Greg & Saf. Playmetrics: "Performance conditioning for volleyball. Vol. 7, No.5, 1994. P.5.

(2) ابو العلا احمد عبد الفتاح، الاستقصاء في المجال الرياضي، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)، ص64.

من خلال الاطلاع على الجدول (5) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي للاختبار (الوثب العمودي لسارجنت) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (58.60) بانحراف ربيعي (4.43)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (60.40) وبانحراف ربيعي (4.10). اما اختبار (الخطوة للقدرة اللاهوائية) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (455.09) بانحراف ربيعي (19.11)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (460.30) وبانحراف ربيعي (18.20). اما اختبار (الخطوة لهارفرد) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (64.98) بانحراف ربيعي (7.06)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (66.85) وبانحراف ربيعي (7.02). اما اختبار (اختبار الإرسال الساحق) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (5.17) بانحراف ربيعي (1.40)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (6.40) وبانحراف ربيعي (1.10). اما اختبار (اختبار الضرب الساحق الأمامي) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (6.57) بانحراف ربيعي (1.25)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (6.90) وبانحراف ربيعي (1.22). اما اختبار (اختبار دقة استقبال الإرسال) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (6.60) بانحراف ربيعي (1.15)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (7) وبانحراف ربيعي (1.30). اما اختبار (اختبار الإعداد القريب من الشبكة) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (5.40) بانحراف ربيعي (1.20)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (6) وبانحراف ربيعي (0.75). ومن خلال النتائج نلاحظ هنالك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (لوكوسن) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات (3، 1.5، 2، 2.5، 4، 3، 2.5) (تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية. 4-2 عرض نتائج اختبارات القدرات الوظيفية والمهارات الأساسية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي :

جدول (6) يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين القبلي والبعدي وقيمة ولكوسن المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعة التجريبية))

الدالة الإحصائية	قيمة ولكوسن المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	2	4.12	62.54	4.61	57.67	اختبار الوثب العمودي (لسارجنت)
معنوي	0.5	16.30	463.44	18.14	443.05	اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية
معنوي	4	5.52	72.26	6.459	65.05	اختبار الخطوة لهارفرد
معنوي	2.5	1.30	7.20	1.20	5.10	اختبار الإرسال الساحق
معنوي	1	1.25	8.10	1.15	6.40	اختبار الضرب الساحق الأمامي
معنوي	3.5	1.40	7.90	1.10	6.30	اختبار دقة استقبال الإرسال
معنوي	2.5	1.20	7	1.45	5.11	اختبار الإعداد القريب من الشبكة

*قيمة ولكوسن الجدولية (5) عند مستوى دلالة (0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول (6) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي للاختبار (الوثب العمودي لسارجنت) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (57.67) بانحراف ربيعي (4.61)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (62.54) وبانحراف ربيعي (4.12). اما اختبار (الخطوة للقدرة اللاهوائية) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (443.05) بانحراف ربيعي (18.14)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار

وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (463.44) وانحراف ربيعي (16.30). اما اختبار (الخطوة لهارفرد) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (65.05) بانحراف ربيعي (6.459)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (72.26) وبانحراف ربيعي (5.52). اما اختبار (اختبار الإرسال الساحق) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (5.10) بانحراف ربيعي (1.20)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (7.20) وبانحراف ربيعي (1.30). اما اختبار (اختبار الضرب الساحق الأمامي) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (6.40) بانحراف ربيعي (1.15)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (8.10) وبانحراف ربيعي (1.25). اما اختبار (اختبار دقة استقبال الإرسال) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (6.30) بانحراف ربيعي (1.10)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (7.90) وبانحراف ربيعي (1.40). اما اختبار (اختبار الإعداد القريب من الشبكة) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (5.11) بانحراف ربيعي (1.45)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (7) وبانحراف ربيعي (1.20). ومن خلال النتائج نلاحظ هنالك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (ولكوكسن) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات (2.5، 3.5، 1، 2.5، 4، 2، 2.5) تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية.

4-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية للقدرات الوظيفية والمهارات الأساسية وقمة مان ويتني المحسوبة والدلالة الاحصائية لمجموعتي البحث.

جدول (7) يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين وقيمة مان ويتني المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية))

الدلالة الاحصائية	قيمة مان وتني المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	7	4.12	62.54	4.10	60.40	اختبار الوثب العمودي (لسارجنت)
معنوي	2	16.30	463.44	18.20	460.30	اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية
معنوي	5	5.52	72.26	7.02	66.85	اختبار الخطوة لهارفرد
معنوي	9	1.30	7.20	1.10	6.40	اختبار الإرسال الساحق
معنوي	3	1.25	8.10	1.22	6.90	اختبار الضرب الساحق الأمامي
معنوي	6	1.40	7.90	1.30	7	اختبار دقة استقبال الإرسال
معنوي	2	1.20	7	0.75	6	اختبار الإعداد القريب من الشبكة

*بلغت قيمة مان ويتني الجدولية (15) وعند مستوى دلالة (0.05).

من خلال الاطلاع على الجدول (7) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي لاختبار (الوثب العمودي لسارجنت) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (60.40) بانحراف ربيعي (4.10)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (62.54) وبانحراف ربيعي (4.12). اما اختبار (الخطوة للقدرة اللاهوائية) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (460.30) بانحراف ربيعي (18.20)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (463.44) وبانحراف ربيعي (16.30). اما اختبار (الخطوة لهارفرد) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (66.85) وبانحراف ربيعي (7.02)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (72.26) وبانحراف ربيعي (5.52). اما اختبار (اختبار الإرسال الساحق) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (6.40) بانحراف ربيعي (1.10)، بينما المجموعة التجريبية جاء

الوسيط (7.20) وبانحراف ربيعي (1.30). اما اختبار (اختبار الضرب الساحق الأمامي) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (6.90) بانحراف ربيعي (1.22)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (8.10) وبانحراف ربيعي (1.25). اما اختبار (اختبار دقة استقبال الإرسال) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (7) بانحراف ربيعي (1.30)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (7.90) وبانحراف ربيعي (1.40). اما اختبار (اختبار الإعداد القريب من الشبكة) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (6) بانحراف ربيعي (0.75)، بينما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (7) وبانحراف ربيعي (1.20). ومن خلال النتائج نلاحظ هنالك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (مان ويتني) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات (2، 6، 3، 9، 5، 7، 2) تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية.

4-4 مناقشة النتائج:

من خلال ما تقدم من عرض وتحليل للجداول السابقة يتضح ان هناك تطور لاختبارات القدرات الوظيفية والمهارية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ويعزو الباحث سبب تطور المجموعة الضابطة الى تأثير المنهج الاعتيادي الذي وضعه المدرب بالإضافة الى استمرار وانتظام اللاعبين في التدريب الذي كان لها الدور الواضح في هذا التطور. اذ يؤكد (سعد محسن) " آراء الخبراء مهما اختلفت منابع ثقافتهم العلمية والعملية ان البرنامج التدريبي يؤدي حتما الى تطور الانجاز، إذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التدريب وبرمجته واستعمال الشدة المناسبة والمتدرجة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال التكرارات المثلى وفترات الراحة البيئية المؤثرة وبإشراف مدربين متخصصين تحت ظروف تدريبية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة"⁽¹⁾. ويعزو الباحث سبب التطور الكبير الذي حصل على أداء المجموعة التجريبية في الاختبارات الى المنهج التدريبي التي وضعه الباحث في تطوير القدرة الاوكسجينية هو استخدام التدريبات اللاهوائية، إذ تعمل على تطوير السعة الهوائية هذا ما أكده وأشار اليه (ابو العلا عبد الفتاح 1997)⁽²⁾ (ومفتي ابراهيم حماد 1998)⁽³⁾ إذ إنهم يؤكدون أن السعة الهوائية تتحسن في هذا النوع من التدريب اللاهوائي ونظراً لكون المنهج المطبق يحتوي على تمارين لاهوائية مما أدى هذا إلى تطوير القدرة الاوكسجينية.

ويؤكد (بسطويسي أحمد 1999) " تنحصر أهمية التمارين الخاصة بأنها تعمل جنباً إلى جنب مع التكنيك الجيد على تقدم مستوى إنجاز الفعاليات الرياضية المختلفة"⁴، وهذا مما يظهر شاهداً علمياً واضحاً على ارتباط التمارين ومشاركتها في تطوير الأداء المهاري للاعبين. ويرى الباحث أن القدرة الانفجارية لعضلات الرجلين تعد من أهم القدرات البدنية الرئيسية والتي لا بد من تواجدها في الأنشطة التي يتطلب الأداء فيها الوثب العمودي مثل حائط الصد والقفز للأعلى وضرب الكرة، وتحدث الزيادة في مسافة الوثب العمودي تبعاً لتطوير القدرة الانفجارية. ويذكر (بولوك Pollock 1990) " إن القدرة الانفجارية تحتل المرتبة الأولى بين القدرات البدنية في معظم الأنشطة الرياضية التي تتطلب الوثب العمودي "⁵.

(1) سعد محسن اسماعيل . تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد. اطروحة دكتوراه . بغداد: 1996، ص 98

(2) ابو العلا أحمد عبد الفتاح، المصدر السابق، ص168.

(3) مفتي ابراهيم حمادة؛ التدريب الرياضي الحديث، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998، ص122.

4 بسطوييس احمد ؛ أسس ونظريات التدريب الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999، ص 179

5 - Pollock, M. L And Wilmore J. H ; Exercise In Health And Disease , W.B., Saunders, Philadelphia , 1990, p69.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحث كانت اهم الاستنتاجات هي:

- 1-ظهر تطور في المجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات بعض القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة.
- 2-أفضلية تطور أفراد المجموعة التجريبية في اختبارات بعض القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة.
- 3-أن استخدام التمرينات المشابهة للأداء المهاري من حيث المسار الحركي والعضلات العاملة ادت إلى الاقتصاد بوقت التدريب.

5-2 التوصيات

1. تطبيق المنهج المستخدم لتطوير اختبارات بعض القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة.
2. التأكيد على أن تكون التمرينات المستخدمة مشابهة للأداء المهاري من حيث المسار الحركي التي تؤدي إلى تطوير بعض القدرات الوظيفية والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة.
3. ضرورة إجراء اختبارات دورية وعلى مدد منتظمة لاختبار القدرات الوظيفية والمهارية الخاصة عند تطبيق مناهج التدريب ومن خلال الاختبارات الميدانية لسهولة ادائها من قبل المدرب والرياضي دون اللجوء للاختبارات المعملية المعقدة والمكلفة.
4. ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشابهة لإعداد مناهج باستخدام تمرينات تعمل على تطوير قدرات وظيفية ومهارية أخرى التي من شأنها تحقيق أفضل النتائج

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

- أبو العلا عبد الفتاح؛ بيولوجية الصحة والرياضين، القاهرة: دار الفكر العربي 1998.
- ابو العلا عبد الفتاح و ابراهيم شعلان: فسيولوجيا التدريب في كرة القدم: دار الفكر العربي، 1998.
- ابو العلا احمد عبد الفتاح، الاستقصاء في المجال الرياضي، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999
- بسطويسي أحمد، عباس أحمد: طرق التدريس في المجال الرياضي، الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1984
- بسطويسي احمد ؛ أسس ونظريات التدريب الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999
- حنفي محمود مختار . الاسس العلمية في تدريب كرة القدم ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1994
- ريسان خريبط مجيد: التحليل البيوكيميائي والفلسفي في التدريب الرياضي، البصرة، دار الحكمة، 1991
- زهير الخشاب ، محمد خضر اسمر: كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999
- سعد محسن اسماعيل . تأثير اساليب تدريبيه لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد. اطروحة دكتوراه . بغداد: 1996
- ليلي السيد فرحات. القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 2001
- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
- مفتي ابراهيم حمادة؛ التدريب الرياضي الحديث، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998.

-نادر فهمي الزيود وهشام عامر عليان. مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع،2005.

هارة؛ اصول التدريب (ترجمة) عبد علي نصيف، الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1990.

يوسف لازم كماش . المهارات الاساسية بكرة القدم ، تعليم تدريب ، عمان : دار الخليج ، 1999 .

يوسف لازم كماش. اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم . عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002 .

- John, J. Bray and the other: Human physiology, 4 the, Ed, the university press Cambridge, 1999.

- Pollock, M. L And Wilmore J. H ; Exercise In Health And Disease , W.B., Saunders, Philadelphia , 1990 0

تأثير أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب الصف الثاني متوسط

م.د. صالح جويد هليل

جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Salehch71@yahoo.com

ملخص البحث باللغة العربية

تكمن أهمية البحث باستعمال أسلوب يرى الباحث بأنه أكثر تطورا وتأثيرا وهو أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي والذي يرافق نوع النشاط الخاص بمهارات كرة القدم وإثبات فاعليته ومدى تأثيره في العملية التعليمية لطلاب الصف الثاني متوسط من خلال الاستثمار الأمثل للجهد والوقت فضلاً عن مدى مساهمته في إغناء المعلم بالأسلوب العملي الذي يتمكن من خلاله إنجاح العملية التعليمية ومواكبة التطور العلمي لهذه اللعبة . ويهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب الصف الثاني المتوسط ، وايضا التعرف على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في نتائج الاختبارات البعدية في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث. وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) لملاءمته طبيعة هذه الدراسة وأهدافها .

واشتملت عينة الدراسة على عدد (40) طالب من طلاب الصف الثاني متوسط بعمر (13-14) سنة في ثانوية الصمود للبنين في محافظة ذي قار للعام الدراسي 2014-2015م ، يمثلون شعبتين (ب- د) وبواقع (20) طالب من كل شعبة وكانت نسبة العينة من مجتمع الأصل البالغ (125) طالبا تساوي (32%) وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية .

ومن أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث أن أسلوب التدريس المتبع له تأثير إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط وايضا أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي له تأثير إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط كذلك اظهر أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي تفوقا على الأسلوب المتبع في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

ABSTRACT

The effect of the compound teaching style directing duo and quartet peer education in some of the basic skills of football at the second grade average students

By

Saleh Chuaied Hilal Ph.D. Lecturer

University of Thi Qar - College of Physical Education and Sports Sciences

Salehch71@yahoo.com

The importance of research using Style researcher believes that the most sophisticated and influential It is the style of the compound teaching Which is accompanied by the type of special skills of football activity and prove its effectiveness and its impact in the educational process for students of second grade average through the optimal investment of time and effort as well as its contribution to the enrichment of the teacher and practical manner in which he could through the success of the educational process and keep up with the scientific development of this game. This research aims to identify the impact of compound teaching method (application guidance peer bilateral and quadrilateral) in the education of some of the basic skills of football at the second grade average students, And also to identify the significant differences between the two sets of search (control and experimental) in the results of the post tests in all skill testing question. The researcher used the experimental method is Almtkavitin groups (control and experimental) nature of the relevance of this study and its objectives. The study sample included a number (40) students from the second grade students average age (13-14 years) in the secondary withstand Boys in Dhi Qar province in the academic year 2014-2015m, Representing two divisions (b d) and by (20) students from each division and the sample rate of origin of society (125) is equal to (32%) have been divided into two groups, one officer and the other pilot. One of the main conclusions reached by the researcher that followed the teaching method has a positive effect in the education of some of the basic skills of football (Rolling, handling, scoring) to the second grade average students And also teaching the composite method (application guidance peer bilateral and quadrilateral) has a positive effect in the education of some of the basic skills of football (Rolling, handling, scoring) to the second grade average students, Also showed the compound teaching method (application guidance peer bilateral and quadrilateral) advantage over the method of teaching some basic skills in football (Rolling, handling, scoring) to the second grade average students.

1- التعريف بالبحث

1 - 1 مقدمة البحث وأهميته

يلعب التعليم دوراً حيوياً وهاماً في بناء المجتمعات البشرية وتنظيمها فهو يتعامل مع الملايين من التلاميذ الذين يشكلون جزء من الحاضر وكل المستقبل ، وعلى قدر ما يوفر النظام التعليمي البيئة الصالحة والجو المدرسي المنظم ، ويمكن له أن يزود المتعلمين بالمعارف والمهارات ويجعلهم مستعدين لتقبل المزيد من التعليم ، وتعتبر أساليب التدريس التي يستخدمها المعلم من أهم جوانب العملية التعليمية وكل أسلوب له دور معين في نمو المتعلمين من النواحي البدنية والمهارية والانفعالية والمعرفية ، وتتوقف نسبة الاعتماد على أسلوباً ما على نوع

المهارة والموقف التعليمي والمتعلم ، إذ أن أسلوب التدريس الذي يوفر مواقف تعليمية متنوعة ويراعي الفروق الفردية للمتعلمين هو الأسلوب المناسب لتحقيق الأهداف التي يسعى إليها التربويون ، وعلى المعلم أن يختار أفضل تلك الأساليب التي تتناسب وعدد المتعلمين وقدراتهم الحركية واهتماماتهم وخبراتهم ، وترتكز أساليب التعلم والتدريس الحديثة على جعل المتعلم أكثر نشاطاً وإيجابية في وضع المادة المراد تعلمها فكان لا بد من استخدام هذه الأساليب في تدريس الأنشطة الرياضية والتي تعتمد على التعلم الذاتي وتجعل المتعلم محور العملية التعليمية مما يتيح له فرصة التمكن من أساسيات التعلم .

ويعتبر أسلوب التدريس المركب أحد أساليب التدريس الحديثة ، إذ يستخدم أكثر من أسلوب تدريس مثل أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والثلاثي أو الثنائي والرباعي أو الثلاثي والرباعي حيث يعتمد على أن يكون المتعلم نشطاً وإيجابي ، إذ أن اعتماد المعلم على أسلوب واحد أثناء تدريس المهارات الرياضية لا يؤدي بالضرورة إلى تعلم جميع المتعلمين بنفس القدر، ولذا يجب على المعلم أن يستخدم أساليب جديدة للتعلم من أجل توفير مواقف تعليمية متنوعة ومناسبة لأكثر عدد من المعلمين .

ومن المعروف أن لعبة كرة القدم هي واحدة من الألعاب التي تتألف من عدد كبير من المهارات الأساسية والتي يشترط على المعلم والمدرّب تعليمها وتوصيلها إلى المتعلم واللاعب وتطويرها بشكل جيد من أجل رفع الأداء المهاري له وهذا يكون من خلال استعمال الأسلوب المناسب والملائم والذي يتفق أو ينسجم مع طبيعة وميول المتعلمين أو اللاعبين ورغباتهم ويصل بهم إلى مستوى من التمكن والمرتبة العالية من الكفاءة والفاعلية وصولاً إلى الأهداف المراد تحقيقها .

ومن خلال ما تقدم تتضح أهمية البحث باستعمال أسلوب يرى الباحث بأنه أكثر تطوراً وتأثيراً وهو أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي والذي يرافق نوع النشاط الخاص بمهارات كرة القدم وإثبات فاعليته ومدى تأثيره في العملية التعليمية لطلاب الصف الثاني متوسط من خلال الاستثمار الأمثل للجهد والوقت فضلاً عن مدى مساهمته في إغناء المعلم بالأسلوب العملي الذي يتمكن من خلاله إنجاز العملية التعليمية ومواكبة التطور العلمي لهذه اللعبة .

1-2 مشكلة البحث

من خلال قيام الباحث بالإشراف على الطلبة المطبقين في مدارس المحافظة لاحظ أن تدريس جميع الألعاب الجماعية ومنها كرة القدم يتم من خلال الطريقة التقليدية إذ يقوم المعلم أو المدرس بشرح طريقة أداء المهارة وتقديم نموذج لها وعلى التلاميذ أن يقوموا بالأداء وفقاً لذلك ، الأمر الذي يؤدي إلى عدم مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين حيث يتم تجميع عدد من المتعلمين يتعهدهم معلم أو مدرس واحد يقوم بتقديم المادة التعليمية ، كما لاحظ الباحث أن المهارات الأساسية لكرة القدم لا تتطور بالشكل الذي يتناسب مع التطور السريع الحاصل للعبة وقد يكون ذلك بسبب عدم استخدام أساليب تتناسب مع كثرة عدد المتعلمين مما يزيد عبء العملية التعليمية على المعلم أو المدرس من حيث متابعتها كل طالب وتصحيح الأخطاء التي تصاحب الأداء المهاري الذي يقوم به ، وكرد فعل للقصور الحاصل في بيئة التدريس أو التعليم وفقاً للاتجاهات الحديثة فقد اختار الباحث أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي وذلك من أجل تطوير العملية التعليمية من حيث السرعة في عملية اكتساب وتطوير المهارات الأساسية لكرة القدم وإتقانها وصولاً إلى مستوى أفضل .

3-1 هدفا البحث

1- التعرف على تأثير أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

2- التعرف على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في نتائج الاختبارات البعدية .

1-4 فرضا البحث :-يفترض الباحث ما يأتي :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط ولصالح القياس البعدى .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية معنوية في نتائج القياس البعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلاب الصف الثاني متوسط بعمر (13-14) سنة في ثانوية الصمود للبنين في محافظة ذي قار .

1-5-2 المجال الزماني: للفترة من 5/10/2014 ولغاية 28/1/2015م .

1-5-3 المجال المكاني: ساحة الألعاب في ثانوية الصمود للبنين - محافظة ذي قار .

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 الأساليب التدريسية

لاشك ان التدريس يشغل في الوقت الحاضر موقعاً خطيراً في حياة الأمة او العالم بما يوكل اليه من مهمة تلقي الحضارة وتوصيلها بالشكل المراد ، اذ انه عصب الحياة الذي به تدب الحركة بجسم الأمة فتؤدي دورها الوجودي ، فالتدريس علم وفن وخبرة يكتسبها المدرس عن طريق الاستعداد والممارسة (10:30) .

ويذكر (علي الهرهوري 1993) "ان التدريس عملية تربوية يتم من خلالها تكوين وتكامل المعارف والمعلومات ، والخبرات ، والأمكنيات اللازمة للطالب" (12:43) ، ومهنة التدريس مهنة صعبة وشاقة تحتاج الى الصبر والتحمل والمثابرة ، ويجب على الفرد الذي يمارس هذه المهنة ان يتكيف معها ويستعد دائماً لها لمواجهة كل المشاكل في الصدر الرطب ، والأنسجام ، والتعايش مع الطلاب في الدرس (3:4) .

اما اساليب التدريس فتعرفها (عفاف عبدالكريم 1990) " بأنها مجموعة علاقات تنشأ بين المدرس والطالب هذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو واكتساب المهارات في الأنشطة الرياضية " (11:79) .

وعليه فان الأسلوب التدريسي هو النافذة التي من خلالها يستطيع المدرس أن يحقق الهدف من الوحدة التعليمية من خلال التفاعل المشترك بينه وبين الطالب .

2-1-2 أسلوب التدريس المركب

هو الأسلوب الذي يستخدم أكثر من طريقة تدريس واحدة كالمحاضرة والمناقشة والاستقراء والاستنباط ويحدد في ضوء الأهداف التي يضعها المعلم ، وهذا التنوع يتيح الفرص للطلاب للمشاركة في العملية التعليمية كلاً حسب قدراته وميوله ، ويعطي فرص أكثر للفهم والاستيعاب لما يقوم بتدريسه المعلم (1:26) .

2-1-3 أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي

هو أسلوب ينظم فيه المتعلمين في أزواج يقوم أحدهما بالأداء والآخر بالملاحظة ودور المؤدي تنفيذ العمل كما جاء بورقة العمل (المهام والمعايير) ، أما دور الملاحظ فيكون بالتوجيه وإعطاء تغذية راجعة للمؤدي وهو الذي يتصل بالمعلم ودور المعلم هو ملاحظة المتعلم والمؤدي والمتعلم الملاحظ وهو الذي يتخذ قرارات التخطيط ويتخذ المتعلم المؤدي قرارات التنفيذ والتقييم (11:111) .

2-1-4 أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران الرباعي

هو نمط تم ابتكاره من أسلوب التعلم بتوجيه الأقران الثنائي وذلك بإضافة متعلمين اثنان بحيث يتم تنظيم أعمال المتعلمين في مجموعات رباعية بحيث يقوم اثنان من المتعلمين بأداء العمل وتنفيذه (المؤديان) ويقوم المتعلمان الآخرا بالتوجيه والملاحظة (الملاحظان) كبديل للمعلم ثم يتم تبادل الأدوار لأداء العمل بين المتعلمين الأربعة بحيث يقوم كل متعلم منهم بتأدية دور المؤدي والملاحظ بالتبادل مع المتعلمين الثلاثة في مجموعته ويتبادل معهم الأدوار بطريقة تدوير المجموعات عكس اتجاه عقارب الساعة (9:458) .

اما الباحث في بحثه هذا فقد استعمل أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي وهو أسلوب يجمع بين التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي ثم الانتقال مباشرة الى التطبيق بتوجيه الأقران الرباعي ، أي يبدأ الدرس بتنظيم المتعلمين في أزواج يقوم أحدهما بالأداء والآخر بالملاحظة ، ثم الانتقال مباشرة الى مجموعات رباعية بحيث يقوم اثنان من المتعلمين بأداء العمل وتنفيذه (المؤديان) ويقوم المتعلمان الآخرا بالتوجيه والملاحظة (الملاحظان) ثم يتم تبادل الأدوار لأداء العمل بين المتعلمين الأربعة .

2-1-5 المهارات الأساسية بكرة القدم

لكل نشاط أو فعالية رياضية ومنها كرة القدم مهاراتها الأساسية الخاصة التي تميزها عن غيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى ، وتكون هذه المهارات هي السمة الرئيسية لنوع اللعبة الرياضية المعنية وضمن قانونها ، وعرف (حنفي محمود 2001) المهارات الأساسية بكرة القدم بأنها "كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم ، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها" (4:65) ، كما أشار (موفق اسعد 2007) إلى أن المهارات الأساسية بكرة القدم هي "القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية والانجاز الجيد إذ تحتل جانبا مهما في الوحدات اليومية والبرامج التدريبية أو التعليمية ويتم التدريب عليها لمدة طويلة ولا تخلو وحدة تعليمية أو تدريبية من أساسيات التعلم على هذه المهارات التي يجب إتقانها لان درجة إتقان المهارة لنوع النشاط الممارس يعد من الجوانب المهمة التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط في ظروف اللعب المختلفة" (16:42) .

وسيتطرق الباحث إلى شرح المهارات الأساسية بكرة القدم موضوع الدراسة وهي :

2-1-5-1 الدرجة

تعد الدرجة بالكرة ضرورة أساسية بكرة القدم لأهميتها في التقدم بالكرة باتجاه هدف المنافس والتحكم بها أثناء الدرجة أو لمحاولة فتح ثغرات بدفاع المنافس أو لفك المراقبة عن زملائه من لدن المنافس ، وأحيانا يكون الهدف من الدرجة هو الوصول إلى هدف المنافس بأسرع وقت والقيام بعملية التهديف ، وعليه يجب على اللاعب أن

يتمتع بإمكانية عالية للوصول بالكرة والسيطرة عليها من أجل التخلص من لاعبي الفريق المنافس ، علماً أن الدرجة يجب أن تخدم خطط اللعب (19:88) .

2-5-1-2 المناولة

إن مهارة المناولة من أكثر المهارات استخداماً في لعبة كرة القدم ، والفريق الذي يجيد لاعبوه المناولة ويستخدمونها بدقة في أثناء المباراة تكون فرصتهم أكبر في تحقيق نتائج جيدة في المباراة ، وهذا ما أكده (ثامر محسن وموفق المولى 1999) بأن "مهارة المناولة واحدة من أهم المهارات وأكثرها تكراراً في لعبة كرة القدم بل هي العمود الأول وأساس كل هجمة فمن خلال المناولة يمكن للفريق نقل الكرة إلى أنحاء الملعب جميعها ومن خلالها يمكن البدء بهجمة والانتهاء بالتهديف" (2:16) ، لذلك تعد مهارة المناولة عماد لعبة كرة القدم إذ لا يستطيع أي لاعب لوحده الوصول إلى مرمى المنافس ومراوغة لاعبيه كلهم .

2-5-1-3 التهديف

إن إدخال الكرة في مرمى المنافس هو الهدف النهائي في لعبة كرة القدم ، لذا فإن الحركات والمهارات كلها التي يقوم بها اللاعبون يجب أن تخدم هذا الهدف لتحقيق الفوز ، ولذلك تعد مهارة التهديف من أهم المهارات والتي عن طريقها تحسم نتائج المباريات ، وكل شيء يفعله اللاعبون داخل الملعب يصب في اتجاه خلق فرصة مناسبة للتهديف ، فالتهديف أحد وسائل الهجوم الفردي والذي يتطلب من اللاعب القدرة على التركيز والمهارة الفنية العالية في الأداء لمختلف أنواع ركل الكرة بالقدم ، وتأتي فرصة التهديف دائماً بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين (16:32) .

2-2 الدراسات السابقة

1-2-2 دراسة ميرفت علي خفاجة (1990) (17 :)

((مقارنة لتأثير بعض اساليب التدريس في التربية البدنية على مستوى اداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الاعدادية))

تهدف الدراسة التعرف على استخدام كل من اسلوبي التعلم بتوجيه الاقران واسلوب التعلم بالتطبيق الذاتي، والتعلم بالعرض التوضيحي في درس التربية البدنية على مستوى تلميذات الصف الثاني بالمرحلة الاعدادية في بعض المهارات في الجمناستيك وكرة الطائرة ، كذلك التعرف على افضل الاساليب التي تؤدي الى الارتقاء بمستوى الاداء المهاري .

واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لدراسة عينة عشوائية من تلميذات الصف الثاني وعددهن (120) تلميذة ، قسمن على ثلاث مجاميع وقد تم إجراء تكافؤ بين المجاميع في القدرات الحركية للمستوى المهاري وكانت المجموعة الأولى عددها 40 طالبة تمثل التجريبية الأولى التي درست وفق أسلوب توجيه الأقران ، والمجموعة الثانية والتي تمثل التجريبية الثانية فقد درست وفق أسلوب التعلم والتطبيق الذاتي ، أما المجموعة الثالثة والتي قوامها 40 تلميذة أيضاً فقد أصبحت مجموعة ضابطة وتم تدريسها وفق الأسلوب التقليدي المعتمد وهو التعلم بالعرض التوضيحي ، وقد أسفرت نتائج الدراسة الى ما يأتي :

1-تأثير الاساليب الثلاثة في مستوى الاداء المهاري حيث ظهر تحسن في مستوى الاداء.

2-ان استخدام اسلوب التعلم بتوجيه الاقران كان افضل الاساليب في اكتساب التلميذات المهارات الحركية وتقدم مستوى ادائهن .

2-2-2 دراسة عبد السلام محمد حسين (2004) (8 :)

((تأثير استخدام تقنية تعليم الأقران للتعليم التعاوني في المدارس الإعدادية والمهنية لتعلم بعض المهارات في الجمناستيك))

تهدف الدراسة التعرف على تأثير استخدام تقنية تعليم الأقران لأسلوب التعلم التعاوني في المدارس الإعدادية والمهنية في تعلم بعض مهارات الجمناستيك ، وكذلك تحديد أفضلية درجات اكتساب التعلم لتقنية تعليم الأقران لأسلوب التعلم التعاوني لطلبة المدارس الإعدادية والمهنية .

واجريّ البحث على عينة من طلاب المدارس الإعدادية (الرابع العام) والإعدادية المهنية (الأول صناعي) التابعة لتربية بغداد الكرخ الأولى لسنة (2003 - 2004) والبالغ عددهم في المدرسة الأولى (36) طالب قسموا الى مجموعتين بواقع (18) طالب لكل مجموعة ، اذ تم تطبيق أسلوب التعلم التعاوني بتقنية تعلم الأقران على المجموعة التجريبية فيما طبقت المجموعة الضابطة الأسلوب المتبع (التقليدي) وذلك لتعلم مهارات في الجمناستيك ، وكذلك في المدارس المهنية (المدرسة الثانية) ، وتم التوصل الى الاستنتاجات ومنها :

1- ظهور فروق معنوية ذات دلالة إحصائية للاختبارات القبلية والبعديّة لصالح الاختبارات البعديّة وللمجموعات الأربع ولكل المهارات .

2- أظهرت النتائج الى تفوق المجموعة الإعدادية التجريبية المهنية على مجاميع البحث الثلاثة الباقية ، وتليها الإعدادية التجريبية ثم الضابطة المهنية وبعدها الضابطة الإعدادية في مهارات البحث الثلاثة .
لذلك شاهد الباحث تفوق أسلوب التعلم التعاوني بتقنية تعليم الأقران على الأسلوب المتبع (التقليدي) في تعلم بعض المهارات في الجمناستيك .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث : أن طبيعة المشكلة هي الأساس التي يتم من خلاله اختيار منهج البحث ، لذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) لملاءمته طبيعة هذه الدراسة وأهدافها .

3-2 مجتمع البحث وعينته :-تكون مجتمع البحث من طلاب الصف الثاني متوسط في ثانوية الصمود للبنين - محافظة ذي قار بأعمار (13- 14) سنة للعام الدراسي 2014-2015م والبالغ عددهم (125) طالب موزعين على (4) شعب هي (أ- ب- ج- د) وبالطريقة العشوائية بأسلوب القرعة تم اختيار شعبة (ب) كمجموعة ضابطة وشعبة (د) كمجموعة تجريبية أما شعبة (ج) فقد اجري عليها الباحث التجربة الاستطلاعية وبعد إجراء التجانس والتكافؤ قام الباحث بإجراء تجربته الميدانية على عينة من (40) طالبا يمثلون شعبتين (ب- د) وبواقع (20) طالب من كل شعبة وكانت نسبة العينة من مجتمع الأصل تساوي (32%) واستبعد الباحث عدد من أفراد العينة وهم الطلاب الراسبين والمصابين بعاهاات مرضية والطلبة الممارسين للعبة كرة القدم .

3-2-1 التجانس

استخدم الباحث قانون معامل الاختلاف لإجراء التجانس في متغيرات (العمر، الطول، الوزن) بين أفراد العينة وكما مبين في الجدول(1) .

جدول (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف في متغيرات الدراسة

المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع \bar{F})	معامل الاختلاف* %
العمر	سنة	13.67	0.31	2.26
الطول	سم	154.47	4.68	3.02
الوزن	كغم	47.21	4.77	10.10

* جميع قيم معامل الاختلاف كانت أقل من 30% مما يدل على تجانس العينة في المتغيرات أعلاه

3-2-2 التكافؤ

لغرض تحديد نقطة الشروع قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين باستعمال اختبار (ت) للعينات

المستقلة في متغيرات الدراسة والجدول (2) يبين ذلك .

جدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات (الدرجة ، المناولة ، التهديف)

الدلالة الإحصائية	قيمة t*		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالجات المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة	(ع \bar{F})	س	(ع \bar{F})	س	
غير معنوي	2.02	1.64	1.35	20.11	1.27	19.42	الدرجة(ث)
غير معنوي		1.03	0.82	4.12	1.03	3.81	المناولة(درجة)
غير معنوي		1.40	0.59	2.16	0.64	2.44	التهديف(درجة)

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05) هي (2.02)

من خلال ملاحظة قيم (t) المحسوبة لمتغيرات البحث نجد أنها أقل من قيمة (t) الجدولية البالغة (2,02) عند

درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية وهذا يعني إن المجموعتين متكافئتين في متغيرات البحث .

3-3 الوسائل والأدوات المساعدة

3-3-1 الوسائل المساعدة

المصادر العربية والاجنبية - الملاحظة - الاختبارات والقياس .

3-3-2 الأدوات المساعدة

شريط قياس - ميزان طبي - طباشير - صافرة - بورك - ساعة إيقاف يدوية عدد (2) - كرات قدم - حاسبة علمية - أقماع - اهداف صغيرة .

3-4 تحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وتحديد الاختبار الخاص بكل مهارة قيد الدراسة

تم تحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة وفق مفردات منهج كرة القدم للصف الثاني متوسط والمقر من مديرية النشاط الرياضي المدرسي لمحافظة ذي قار للعام الدراسي 2014-2015م والمهارات الأساسية التي قيد الدراسة هي (الدرجة ، المناولة ، التهديف) ، ثم تطلب البحث إجراء الاختبارات الخاصة بكل مهارة قيد الدراسة والتي تم اختيارها من خلال الاستفادة من أدبيات الدراسات السابقة وتم عرضها على عدد من ذوي الخبرة

والاختصاص^(*) وحصلت موافقتهم بنسبة 100% ، وهذا ما يحقق الصدق الظاهري للاختبارات ، وعلى الرغم من استخدام الاختبارات في البيئة العربية والعراقية وان معاملاتهما العلمية متحققة وموثوق بها الا ان الباحث قام باجراء تجربة استطلاعية على عينة من غير عينة البحث ومن مجتمع الأصل وهم (12) طالب من شعبة (ج) للتحقق من ثبات الاختبارات من خلال تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها بعد خمسة ايام من التطبيق الاول ، وكذلك التأكد من موضوعيتها من خلال وضع محكمان لتسجيل درجات الاختبارات ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بينهما ، وكانت معاملات الارتباط عالية وهو ما يحقق الثبات والموضوعية ، والجدول (3) يبين ذلك .

جدول (3) يبين معاملات الثبات والموضوعية

ت	اسم الاختبار	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1	الجري المتعرج بالكرة بين (5) شواخص	0.87	0.92
2	المناوله نحو هدف صغير	0.89	0.90
3	التهديف بالقدم على المستطيلات المتداخلة	0.86	0.94

* قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (10) وتحت مستوى دلالة (0.05) هي (0.576)

3-5 مواصفات الاختبارات

3-5-1 اختبار الجري المتعرج بالكرة بين (5) شواخص (5:212)

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الدرجة بتغير الاتجاه.
 - الأدوات اللازمة: كرة قدم قانونية ، شريط قياس ، خمس شواخص أو مقاعد مناسبة الارتفاع .
 - وصف الأداء: يوضع الشواخص الأول على بعد (2.70) م عن خط البداية فيقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما تعطى إشارة البدء يقوم اللاعب بالجري بالكرة بين الشواخص ذهاباً وإياباً.
 - تعطى لكل مختبر محاولتين متتاليتين ويحتسب الزمن 10/1 من الثانية.
 - التسجيل: درجة المختبر هي متوسط الزمن الكلي الذي يستغرقه اللاعب في أداء المحاولتين .
- #### 3-5-2 اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (12) م (6:41) .
- الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة.
 - الأدوات اللازمة: كرات قدم عدد (5)، هدف صغير أبعاده 110×63سم، شريط قياس، بورك.
 - اجراءات الاختبار: يرسم خط للبدية بطول (1)م وعلى مسافة 12م عن الهدف الصغير، وتوضع كرات ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل(3).
 - وصف الاداء: يقف الطالب خلف خط البداية موجهاً للهدف الصغير، ويبدأ عند اعطاء الاشارة بمناولة الكرات نحو الهدف لتدخل اليه، وتعطى لكل طالب خمس محاولات متتالية.
 - التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب من مناولة الكرات الخمسة وعلى النحو الآتي: درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الهدف الصغير - درجة واحدة إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف - صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.

(*) جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1- أ.د. عادل عودة الغزي تعلم حركي - كرة قدم

جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2- أ.د. سلمان عكاب سرحان اختبار وقياس - كرة قدم

جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

3- أ.م.د. امين خزعل عبد تدريب - كرة قدم

3-5-3 اختبار التهديف بالقدم على المستطيلات المتداخلة (452:14)

- الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف .

الأدوات اللازمة : ثلاث كرات قدم ، حائط أمامه أرض ممهدة ، يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة أبعادها كالاتي : (المستطيل الاول 60x50سم) - (المستطيل الثاني 120x100سم) - (المستطيل الثالث 180x150سم) .

- مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف الخط ، ثم يقوم بتصويب الكرات الثلاث على المستطيلات محاولاً إصابة المستطيل الصغير .

- التسجيل : المستطيل الاول 3 درجات - المستطيل الثاني 2 درجة - المستطيل الثالث 1 درجة - عندما لاتلمس الكرة أي من المستطيلات صفر .

ملاحظة : للمختبر الحق في استخدام أي من القدمين .

3-6 إجراءات البحث الميدانية

3-6-1 الاختبارات القبلية

تم إجراء الاختبارات القبلية في يوم الاحد الموافق 2014/10/12م على ملعب ثانوية الصمود للبنين - محافظة ذي قار وبوجود فريق العمل المساعد .

3-6-2 الإطار العام لتنفيذ الأسلوب المستخدم :

بعد ان قام الباحث بتحديد كافة متطلبات التجربة الرئيسية من خلال تحديد الاختبارات المهارية وبعد إجراء التجربة الاستطلاعية والاستفادة منها في تنظيم العمل والإعداد للتجربة الرئيسية وقبل إجراء الاختبارات القبلية قام الباحث بإعطاء وحدتين تعليميتين تعريفيتين لكل مجموعة من مجموعات البحث الغرض منها إعطاء تعليم مسبق للطلاب للتعرف على طبيعة المهارة المراد تعلمها وكذلك لتحقيق الأهداف التي تطلب من الباحث أن يقوم ببناء المواقف التعليمية التي سوف يمر بها المتعلمين اثناء تنفيذ أسلوب التدريس المركب ودراسة مكان التنفيذ والأدوات المستخدمة في إطار الأسلوب قيد البحث ، وبناء على هذا :

- قام الباحث بالاجتماع مع طلاب المجموعة التجريبية عينة البحث وبحضور مدرس المادة قبل البدء في تطبيق أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرياعي المستخدم قيد البحث لشرح وتوضيح كيفية تنفيذ أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرياعي وتم الرد على جميع استفسارات أسئلة الطلاب.

- قام الباحث بتقسيم طلاب المجموعة التجريبية البالغ عددهم (20) طالبا إلى أزواج وكل طالبان مع بعضهما حيث بلغ عدد الثنائيات (10) ، ثم قام الباحث بشرح دور الطالب المؤدي ودور الطالب الملاحظ ودور كل منهم في إطار التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي وكيفية تقسيمهم ثنائيات وكيفية تقديم التغذية الراجعة ، ثم كيفية التطبيق بتوجيه الأقران الرياعي مباشرة بعد التطبيق الثنائي وذلك بالانتقال إلى تقسيم الطلاب إلى مجموعات ، كل مجموعة تتكون من (4) طلاب وذلك في إطار توافق الطلاب مع بعضهم لضمان التعاون اثناء التطبيق حيث سيصبح عدد المجموعات (5) مجموعات ثم قام بشرح وتوضيح طريقة الانتقال إلى التطبيق الرياعي وكيفية تبديل الأدوار بطريقة تدوير المجموعات .

- اعتمد الباحث المنهج التعليمي المهاري الذي أعدته مدرسة التربية الرياضية^(*) وفق مفردات منهج كرة القدم والمقرر من مديرية النشاط الرياضي المدرسي لمحافظة ذي قار علماً إن عدد الوحدات التعليمية (18) وحدة

(*) مرتضى فاخر شمخي بكالوريوس تربية رياضية

تعليمية موزعة على ثلاث مهارات هي (الدرجة، المناولة، التهديد) وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل شعبة، وان زمن الوحدة التعليمية (40) دقيقة مقسمة كالآتي:

أ- القسم التحضيري (10) دقائق (الإحماء، وتنظيم العمل).

ب- القسم الرئيسي (25) دقيقة:

- المجموعة الضابطة: (ويشمل الجزء التعليمي وفيه يتم شرح المهارة التي يتم تعليمها وكذلك التمارين التي سوف يتم تطبيقها وكذلك الجزء التطبيقي ويتم فيه تطبيق التمارين الخاصة بالمهارة المراد تعليمها بالأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة).

- المجموعة التجريبية: (ويشمل الجزء التعليمي وفيه يتم شرح المهارة التي يتم تعليمها وكذلك التمارين التي سوف يتم تطبيقها وكذلك الجزء التطبيقي ويتم فيه تطبيق التمارين الخاصة بالمهارة المراد تعليمها بالأسلوب التدريسي المركب بتوجيه الأقران الثاني ثم الرباعي).

ج- القسم الختامي (5) دقائق ويشمل (هرولة خفيفة ولعبة صغيرة ثم الانصراف).

3-6-3 الاختبارات البعدية:

بعد إكمال الوحدات التعليمية أجريت الاختبارات البعدية المهارة في يوم الأربعاء الموافق 2014/12/17م وتحت نفس الظروف التي أجريت فيها لاختبارات القبليّة وبوجود نفس الفريق المساعد.

3-7 الوسائل الإحصائية:

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- معامل الاختلاف

4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

5- T للعينات المترابطة

6- T للعينات المستقلة

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

جدول (4) يبين دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارة لبعض

المهارات الأساسية بكرة القدم.

الدلالة الإحصائية	قيمة t*		الاختبارات البعدية		الاختبارات القبليّة		المعالجات المهارة
	الجدولية	المحسوبة	س	(ع $\bar{+}$)	س	(ع $\bar{+}$)	
معنوي	2.09	4.09	1.92	16.51	1.27	19.42	الدرجة(ث)
معنوي		3.82	0.85	6.18	1.03	3.81	المناولة(درجة)
معنوي		3.94	1.07	5.68	0.64	2.44	التهديد(درجة)

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(19) هي (2.09)

يبين الجدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث للمجموعة الضابطة ، وأظهرت النتائج أن الفروق جميعها للاختبارات هي معنوية ولصالح القياس البعدي لان قيمة (t) المحسوبة اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.09) وبدرجة حرية (19) وتحت مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث .

2-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم جدول (5) يبين دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

المعالجات المهارة	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعديّة		قيمة t*		الدلالة الإحصائية
	س	(ع ⁺)	س	(ع ⁺)	المحسوبة	الجدولية	
الدرجة(ث)	20.11	1.35	14.83	2.13	7.09	2.09	معنوي
المنافسة(درجة)	4.12	0.82	7.61	1.15	5.22		معنوي
التهديف(درجة)	2.16	0.59	7.22	1.23	6.32		معنوي

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(19) هي (2.09)

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث للمجموعة التجريبية ، وأظهرت النتائج أن الفروق جميعها للاختبارات هي معنوية ولصالح القياس البعدي لان قيمة (t) المحسوبة اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.09) وبدرجة حرية (19) وتحت مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث .

3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

من خلال النتائج التي أظهرها الجدولان (4،5) نجد أن هناك تطور واضح وملحوظ لدى أفراد المجموعتين في الاختبارات البعديّة المهارية وهذا يتفق مع ما جاء في الفرض الأول من الدراسة ، ويعزو الباحث سبب ذلك إلى سلامة المنهج التعليمي واحتوائه على تمارين مختارة بصورة علمية وبتكرارات صحيحة ومتناسقة ومنسجمة مع مستوى وقابلية أفراد العينة ، وقائمة على أساس الممارسة الصحيحة وهذا ما أكده قاسم لزام (2005) من أن "التدريب والممارسة على مهارة معينة ضمن واجب حركي يؤدي إلى زيادة الخبرة وإحداث تطور في التعلم ، لذلك فإن الممارسة تعد أهم متغير في عملية التعلم للمهارات المعقدة وحتى البسيطة" (56:13) ، ومن العوامل التي ساعدت في اكتساب التعلم لأفراد المجموعتين هو تأثير الأسلوبين التدريسيين (المتبع والتدريس المركب) ، إذ مارست كل مجموعة أسلوباً من هذه الأساليب التدريسية وهذا بحد ذاته ذو تأثير إيجابي وفعال في العملية التعليمية "إذ أن كل أسلوب من أساليب التدريس عندما يستخدم خلال فترة معينة من الوقت فإنه يؤدي إلى التواصل وبلوغ مجموعة معينة من الأهداف" (26:15) .

كما يعزو الباحث تطور المجموعة الضابطة في المهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة إلى الأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة والذي يعتمد على الشرح اللفظي للمهارة الحركية ويتبع ذلك أداء النموذج الذي يضيف إلى الطلاب تصور مبدئي لكيفية تطبيق المهارات ثم تأتي مرحلة ممارسة وتكرار الطلاب للمهارات إلى جانب الانتظام والاستمرار

في التعليم وبعد ذلك تغذية راجعة من جانب المدرس وكل هذا من شأنه رفع مستوى الطلاب وتقديمهم في الجانب المهاري .

كما يعزو الباحث تطور المجموعة التجريبية في المهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة نتيجة لاستخدام أسلوب التدريس المركب بنمطيه التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والتطبيق بتوجيه الأقران الرباعي والذي أتاح فرصة للطلاب لرؤية المهارة في جميع مراحلها بأوضاعها السليمة مما ساعد على استيعابهم للمهارات قيد البحث بالإضافة إلى التقويم المستمر وتقديم التغذية الراجعة من الزميل أثناء مرحلة التعلم وكذلك اكتشاف الأخطاء وتصحيحها وهذا يؤدي بدوره على التقدم والتحسين في المهارات ، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه عفاف عبد الكريم (1990) "بأن أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران تظهر فائدته في المراحل الأولى من التعلم عندما يحتاج المتعلم إلى التعرف على نقاط هامة بعد كل محاولة لتصحيح الأداء الحركي للمهارة وبذلك يوفر معلم لكل طالب" (40:11) .

4-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي - بعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

جدول (6) يبين دلالة الفروق بين الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارة لبعض

المهارات الأساسية بكرة القدم

الدلالة الإحصائية	قيمة t*		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالجات المهارة
	الجدولية	المحسوبة	(ع ⁺)	س	(ع ⁺)	س	
معنوي	2.02	2.58	2.13	14.83	1.92	16.51	الدرجة(ث)
معنوي		4.46	1.15	7.61	0.85	6.18	المناوله(درجة)
معنوي		4.46	1.23	7.22	1.07	5.68	التهديف(درجة)

*قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) هي (2.02)

يبين الجدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين القياس البعدي في اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، وأظهرت النتائج أن الفروق جميعها للاختبارات هي معنوية ولصالح المجموعة التجريبية لان قيمة (t) المحسوبة اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.02) وبدرجة حرية (38) وتحت مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث .

4-5 مناقشة نتائج الاختبارات البعدي - بعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

من خلال النتائج التي أظهرها الجدول (6) نجد أن قيمة (t) المحسوبة لكل الاختبارات المهارة قيد الدراسة اكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى معنوية الفروق بين الاختبارات البعدي للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب تفوق المجموعة التجريبية والتي استخدمت أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي إلى إن الطالب في هذا الأسلوب لديه الفرصة الجيدة لتصحيح أخطاء أداءه الحركي بوقت مبكر عن طريق استقباله التغذية الراجعة من زميله (المراقب) "فالتغذية الراجعة معلومات مرتبطة بالأداء أو ناتج الأداء وهي معلومات مرتبطة بشكل وأسلوب حركات الأداء وتكون محددة وواضحة" (81:7) ، كما أن من الأسباب التي أدت إلى تفوق أسلوب التدريس المركب بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي هو طبيعة هذا الأسلوب التي فرضت وجود مراقب واحد

بمثابة مدرس لكل طالب مؤدي ليساعده في التخلص من الأخطاء التي يرتكبها أثناء أداء المهارة وهذا ما أكده عادل عودة (2001) من أن "الطالب المراقب يقوم بعمل تصور ذهني للمهارة الحركية عند تصحيح الأخطاء لزميله المؤدي وهذا ما يطور الجانب الفكري لديه" (82:7) .

كما يعزو الباحث هذا التقدم الحادث للمجموعة التجريبية إلى أن استخدام أسلوب التدريس المركب بنمطية الثنائي والرباعي جاء متناسبين ومتناسقين ومبنيان على بعضهما بأسلوب علمي وفعال مما أدى إلى أن يكتسب الطالب خبرة نتيجة للتطبيق بالثنائي أولاً ثم الرباعي بعده مباشرة مما ترتب عليه زيادة هذه الخبرة وإتقان المهارة حيث يتكون لديه تصور ذهني وتذكر لتسلسل الأداء الصحيح وكذلك استمرار التغذية الراجعة المقدمة من الملاحظين إلى المؤدين إلى جانب تكرار تبادل القيام بدور الملاحظ والمؤدي مما يترتب عليه تكرار ممارسة العمل عدة مرات مما يساعد على اكتساب خبرات من بعضهم البعض وتثبيت الأداء الصحيح ومحاولة الوصول إليه مما أدى إلى زيادة التعاون والتفاعل بين الطلاب لمساعدتهم لبعضهم البعض الأمر الذي ساعد على مراعاة الفروق الفردية وحدوث تقدم وتحسن لأفراد هذه المجموعة .

وفي هذا الصدد تذكر "تاهد محمود ونيللي رمزي (1998) "أنه عندما تجعل لكل طالب دور خاص يقوم به أحدهما بأداء الحركة والآخر بدور الملاحظ ويتعامل المدرس فقط مع الطالب الملاحظ الذي يحول قرارات المدرس إلى الطالب المؤدي فيصح ويعطي ملاحظاته للطالب المؤدي ثم يتم تبديل الأدوار فينمي بذلك السلوك التعاوني بين الطلاب ويوفر مدرس لكل طالب" (83:18) ، كما يضيف ارتزت Artzt (1990) أن أسلوب التدريس المركب يجعل الطالب محور العملية التعليمية ما يزيد دافعيته نحو التعلم ، كما يوفر زمن كاف للتطبيق وتقديم المعارف والمعلومات ويساعد على تصحيح الأخطاء ، كما أن إلقاء مسئولية على عاتق الطالب يجعله يحاول إخراج أحسن ما لديه لإنجاز وأداء المهارات للتعلم كما أن تبادل الأدوار من مؤدي لملاحظ والعكس يزيد من المسئولية كما يزيد من الدافعية للتعلم (129:20) .

أما في الأسلوب التقليدي فيقوم المعلم بتقديم المعلومات وشرح وعرض المهارات من خلال النموذج ثم تكرار المهارة من جانب الطالب ولكن دون إيجابية أو إشارة للطالب في الاشتراك لعرض المهارة على الطلاب أن يستمتع إلى الشرح وينفذ ما قد ركز فيه مما يتيح فرصة لعدم الرؤية الواضحة أو تنفيذ كل ما سمعه ويجعل الطالب في موقف المتلقي مما يجعله يقوم بدور سلبي في عملية التعلم وذلك بعكس أسلوب التدريس المركب .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :- في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

1- أسلوب التدريس المتبع له تأثير إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

2- أسلوب التدريس المركب (التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي) له تأثير إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

3- أظهر أسلوب التدريس المركب (التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي) تفوقاً على الأسلوب المتبع في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، التهديف) لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

5-2 التوصيات :- بناء على نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي :

1- ضرورة تطبيق أسلوب التدريس المركب (التطبيق بتوجيه الأقران الثنائي والرباعي) لتدريس مهارات كرة القدم بدرس التربية الرياضية لدى طلاب الصف الثاني المتوسط .

- 2- ضرورة تطبيق التدريس بأسلوب التدريس المركب في مناهج طرق التدريس بكليات التربية الرياضية.
- 3- ضرورة عقد دورات تدريبية لتدريب معلمي ومعلمات التربية الرياضية على كيفية استخدام أساليب التدريس الحديثة ومنها أسلوب التدريس المركب في إطار الاستخدام لأساليب التدريس الحديثة وذلك بالتعاون بين كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ومديريات التربية والتعليم.
- 4- ضرورة إجراء دراسات أخرى باستخدام أسلوب التدريس المركب بأنماطه المختلفة على عينات لمراحل أخرى وعلى متغيرات أخرى .

المصادر العربية والاجنبية

- أحمد حسين اللقاني وعلى الجمل: معجم المصطلحات التربوية المعرفية في المناهج وطرق التدريس، عالم الكتب، القاهرة، 1996 .
- ثامر محسن وموفق المولى : التمارين التطويرية بكرة القدم ، ط1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر، 1999 .
- حامد محمود الفتواتي : الاتجاهات الحديثة في درس التربية الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 .
- حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 .
- زهير قاسم الخشاب وآخرون: كرة القدم، ط2، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.
- ضياء ناجي العزاوي : تأثير تداخل التمرينات المركبة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2004 .
- عادل عودة كاطع : تأثير أساليب تدريسية على استثمار الوقت وتعلم عدد من المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل ، 2001 .
- عبدالسلام محمد حسين : تأثير استخدام تقنية تعليم الأقران للتعلم التعاوني في المدارس الإعدادية والمهنية لتعلم بعض المهارات في الجمناستيك ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2004 .
- عثمان مصطفى عثمان : تأثير استخدام أنماط مختلفة لأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، مجلد 13، عدد نصف سنوي ، 2001 .
- عدنان جواد الجبوري وآخرون : المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية الرياضية ، البصرة ، مطبعة التعليم العالي ، 1989 .
- عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1990.
- علي صالح الهرهوري : علم التدريب الرياضي، ط1، بنگازي ، منشورات جامعة قاريونس ، 1993 .
- قاسم لزام : موضوعات في التعلم الحركي ، بغداد ، مطابع الجمعة، 2005 .
- محمد صبحي حسانين: القياس والتقييم في التربية البدنية، ج1، ط2، جامعة حلوان، دار الفكر العربي، 1987 .
- موستن وساره اشوورت : تدريس التربية الرياضية ، (ترجمه) جمال صالح وتخرون ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991 .
- موفق اسعد محمود: الاختبارات والتكنيك في كرة القدم، عمان ، دار دجلة للنشر والتوزيع ، 2007 .
- ميرفت علي خفاجه: دراسة مقارنة لتأثير بعض اساليب التدريس على مستوى اداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الاعدادية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية، 1990.
- ناهد محمود سعد ونبيلي رمزي فهيم: طرق التدريس في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998 .
- يوسف لازم كماش: المهارات الأساسية بكرة القدم تعليم-تدريب، عمان ، مكتبة دار الخليج، 1999 .
- Artzt A, Fand others : Cooperative Learning Mathematics teacher, September, 1990.

تماسك لاعبي فرق الجامعات العراقية وعلاقته بإنجاز فعالية ركض البريد (4×100م) و(4×400م)

م.د فرهاد أبراهيم كريم

سكول التربية الرياضية جامعة كوية، العراق

farhad.kareem@koyauniversity.org

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الحالي إلى معرفة التماسك ودرجته أو مستواه عند فرق الجامعات العراقية ومعرفة العلاقة بين التماسك وترتيب الفرق الجامعات العراقية. استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي وأسلوب الدراسات الارتباطية. تكون مجتمع البحث من منتخبات الجامعات العراقية المشاركون في بطولة الجامعات العراقية التي أقيمت في السليمانية للعام الدراسي 2013 / 2014

-حصل فريق بريد (4×100م) جامعة بغداد على اعلى درجة للتماسك ثم تلتها جامعة ميسان لنفس الفعالية ثم جامعة البصرة اما بريد (4×400م) فقد حصلت جامعة بغداد ثم جامعة ميسان ثم جامعة حلبجه .
-هناك علاقة ارتباط بين نتائج الفريق ومدى تماسكه .

-هناك علاقة ارتباط بين تماسك فريق البريد (4×100م) و تماسك فريق (4×400م).

-كانت علاقة الارتباط بين تماسك فريق (4×100م) ونتائجه أقوى من علاقة الارتباط بين تماسك الفريق ونتائج فريق (4×400م) .

-هناك علاقة ارتباط بين تماسك الفريق والنتائج العامة للفريق.

الكلمات المفتاحية : تماسك فرق ، ركض البريد ، ترتيب النتائج

The cohesion of players Iraqi universities teams and its relationship to the completion of the effectiveness of e-ran (4 × 100 m) and (4 × 400 m)

Ferhad Ibrahim Karim Lecturer Assesant

School of Physical Education, University of Koya, Iraq

farhad.kareem@koyauniversity.org

Abstract

The current research aims to find out cohesion and degree or level at Iraqi universities and teams know the relationship between cohesion and Standings Iraqi universities. The researcher used the descriptive survey manner and method of connectivity studies. Find community be teams from Iraqi universities participants in Iraqi universities championship in Sulaymaniyah for the academic year 2013/2014 A team (4 × 100 m) Baghdad University, the highest degree of cohesion and then followed by the University of Maysan to the same effectiveness and then the University of Basra either a (4 × 400 m) has got the University of Baghdad and Maysan University and then the University of Halabja.

-there Correlation between the results of team cohesion and the extent of the relationship.

-there Is a relationship between cohesion E team (4 × 100 m) and the cohesion of the team (4 × 400 m).

Correlation between team cohesion (4 × 100 m) and its results stronger than the correlation between team cohesion and team results (4 × 400 m).

-there Correlation between team cohesion and general results of the teams relationship.

Keywords: the cohesion of teams, e-ran, Order Results.

١. المقدمة

تطور مستوى الإنجاز الرياضي في السنوات الأخيرة في الألعاب الرياضية عامة وألعاب القوى خاصة حيث بدأت الفروق الرياضية في الإنجاز ضئيلة جدا وهذا يعود الى استخدام جميع الأساليب العلمية بخصوص التدريب الرياضي ومنها علم البايوميكانيك وعلم التشريح والاهتمام بجميع الجوانب التي لها التأثير على الإنجاز الرياضي. وتحتوي ألعاب الساحة والميدان على مجموعة من الفعاليات التي لاتقل الواحدة عن الأخرى من حيث الأهمية من ناحية التنقيط أو الحصول على الأوسمة الذهبية وهناك ألعاب فردية وأخرى جماعية وتعتبر فعالية (4×100م) وفعالية (4×400م) من الفعاليات الجماعية الوحيدة في ألعاب الساحة والميدان ويشترك بها أكثر من لاعب داخل الفريق الواحد وتعتبر هذه الفعاليات من الفعاليات المستقرة بحد ذاتها ولها تنقيط خاص بها وتعتبر من أروع الفعاليات لما لها من إثارة وتشويق للفريق وللمتفرجين وللعامل النفسي دور كبير في تحقيق النجاح والفوز للفريق والسعي والتنافس إلى اللحظة الأخيرة من أجل الفوز دور كبير في تحقيقه وهنا يلعب العامل النفسي الدور الأكبر والأعداد له أمر بالغ الأهمية في تحقيق التنافس داخل السباق وعدم اليأس إلى نهاية السباق لتحقيق الفوز. من خلال متابعة الباحث لمسابقات الساحة والميدان لم يلاحظ أي اهتمام بفعاليات البريد وخصوصا من الناحية النفسية ومدى الانسجام والتفاهم والسعي من أجل الفوز داخل الفريق الواحد وكذلك لم تنال أي عناية كبقية الفعاليات الأخرى رغم ما تتمتع به الفعاليات من جمالية ومنتعة المشاهدة والإثارة كذلك لها دور كبير في تحقيق فوز الفريق . ويهدف البحث الحالي إلى معرفة التماسك ودرجته أو مستواه عند فرق الجامعات العراقية ومعرفة العلاقة بين التماسك وترتيب الفرق الجامعات العراقية.

2. إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية لملاءمته مع طبيعة المشكلة فهو يهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية . وتوجد طرق إحصائية لقياس معامل الارتباط بين المتغيرات .⁽¹⁾

2-2 مجتمع وعينة البحث تكون مجتمع البحث من منتخبات الجامعات العراقية المشاركون في بطولة الجامعات العراقية التي أقيمت في السليمانية للعام الدراسي 2013/2014 وهي (البصرة ، بابل ، صلاح الدين ، واسط ، ميسان ، حلبجة ، السليمانية ، دهوك ، كويه، بغداد) أما عينة البحث فقد كانت فرق البريد (4×100م) و(4×400م) وعددهم (40عداء) كان اختيارهم بالطريقة العمدية .

2-3 وسائل جمع البيانات والأجهزة والأدوات المستخدمة

1- وسائل جمع البيانات .

-المصدر العربية والأجنبية والمراجع

-استمارة جمع البيانات المعنية في الدراسة (استمارة تماسك الفريق) استخدم الباحث هذه الاستمارة من أجل التعرف على جوانب تماسك الفريق لعدائي فرق الجامعات العراقية وقد تكونت هذه الاستمارة من (12) سؤال ولكل

(1) ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي (مفهومه ، اساليبه ، ادواته) ، ص1998، 221

سؤال تقيم من (1 إلى 9) والدرجة العظمى للاختبار هي (108) درجة يقوم اللاعب بقراءة السؤال والاجابة عنه بوضع دائرة على احد الارقام أي بتقييم هذه الحالة وهذه المقياس معد من قبل محمد حسن علاوي . (1)

2-4 إجراءات البحث الرئيسية

وقام الباحث بتوزيع استمارات الاستبيان على لاعبي (فرق البريد) المشاركين بالبطولة قبل المنافسة للتعرف على آراءهم وأجوبتهم حول الاستمارة حيث وزعت الاستمارة قبل يوم السباق وقام الباحث بتبيين أهمية واهداف البحث للعداين لكي تكون الإجابة على جميع الأسئلة بعناية وصدق من الحصول على معلومات دقيقة وبعد جمع الاستمارات تم تسجيل نتائج فرق البريد وكذلك النتائج الفرقية العامة . قام الباحث بتفريغ النتائج الخام في استمارات خاصة معدة لذلك وقام بجمع الدرجات لكل الأسئلة وإيجاد قيمة التماسك للفريق الواحد ثم لجمع الفرق المشاركة .

2-5 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية الاجتماعية (SPSS) ومنها تم استخراج

-الوسط الحسابي -الانحراف المعياري -قانون الارتباط الرتبي سبيرمان

3- عرض النتائج ومناقشتها.

3-1 عرض النتائج :

3-1-1 عرض نتائج التماسك لفعالية (4×400م) بريد .

جدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتماسك الفرق لفعالية (4×100م)

الفرق	الوسط	الانحراف	(س)	(ع) للجمع
البصرة	96.25 درجة	4.2	84,60	2,42
بابل	81.25 درجة	2		
بغداد	100 درجة	2		
واسط	77.25 درجة	3.25		
ميسان	96.75 درجة	2.09		
السليمانية	77,25 درجه	2		
كويه	80 درجه	2,01		
صلاح الدين	75,25 درجه	2,12		
دهوك	85 درجه	3,04		
حلبجة	77 درجة	1.5		

¹ - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ،

يبين الجدول السابق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في متغير التماسك لفعالية (4×100م) بريد حيث كان أعلى قيمة تماسك حصل عليه فريق بريد جامعة بغداد (100) درجة بانحراف (2) واقل قيمة تماسك حصل عليه فريق بريد صلاح الدين (75,25) درجة وبانحراف (2,12) أما بقية الجامعات فقد تراوحت بين هذين القيمتين أما الوسط الكلي للفرق المشاركة في متغير التماسك فقد بلغ (84.60) درجة وبانحراف (2.42) .

3-1-2 عرض نتائج تماسك الفريق لفعالية (4×400م) بريد .

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتماسك الفرق لفعالية (4×400م)

الفرق	الوسط	الانحراف	(س)	(ع) للجميع
بغداد	99.75	2.5	85.15	2.41
بابل	82.25	1.5		
البصرة	78.25	6.25		
واسط	80	4		
ميسان	95.75	2.5		
السليمانية	80	2		
كويه	85	2		
صلاح الدين	77	2,01		
دهوك	82	1,19		
حلبجة	91,75	2,12		

يبين الجدول اعلاه الأوساط الحسابية لمتغير التماسك لفعالية (4×400م) فقد حصل جامعة البصرة على أعلى قيمة للتماسك وقد بلغت (99.75) درجة بانحراف (2.5) أما اقل قيم للتماسك فقد حصلت عليها جامعة صلاح الدين وقد بلغت (77) درجة بانحراف (2و01) أما الوسط الحسابي الكلي للجامعات المشاركة فقد بلغ (85,15) درجة بانحراف (2,41) .

3-1-3 عرض نتائج الفرق في فعاليات (4×100م) بريد وفعالية (4×400م) بريد والترتيب العام للفرق .

جدول (3)

يبين نتائج الفرق في الفعاليات والترتيب العام للفرق

الفرق	فعالية (4×100م)	فعالية (4×400م)	الترتيب العام للفرق
البصرة	الثالث	الرابع	بغداد
بابل	التاسع	الخامس	البصرة
بغداد	الأول	الأول	القادسية
واسط	السايع	العاشر	حليجه
ميسان	الثاني	الثاني	بابل
السليمانية	السادس	التاسع	السليمانية
كويه	الخامس	السادس	دهوك
صلاح الدين	العاشر	الثامن	واسط
دهوك	الثامن	السابع	ميسان
حليجه	الرابع	الثالث	صلاح الدين

يبين الجدول السابق ترتيب الفرق في فعالية (4×100م) بريد فقد حصل فريق جامعة بغداد على المركز الأول أما المركز العاشر فقد كان من نصيب صلاح الدين أما فعالية (4×400م) بريد فقد كان ترتيب الفرق التالي فقد حصل فريق جامعة بغداد على المركز الأول أما فريق واسط فقد حصل على المركز العاشر . أما الترتيب العام للبطولة فقد كانت المركز الأول من نصيب جامعة بغداد ثم تلتها الفرق الأخرى أما المركز الأخير فقد كان من نصيب جامعته صلاح الدين .

3-1-4 عرض مصفوفة الارتباطات البينية لمتغيرات البحث .

جدول (4) يبين مصفوفة الارتباطات البينية لمتغيرات البحث

ترتيب الفرق	قيمة التماسك	400×4م بريد	قيمة التماسك	100×4م بريد	
1.00**	-0.754	0.771	-1.00**	1.00	100×4م بريد
-1.00**	0.754	-0.771	1.00	-1.00**	قيمة التماسك
0.771	0.986**	1.00	-0.771	0.771	400×4م بريد
0.754	1.00	986**	0.754	-0.754	قيمة التماسك
1.00	-0.754	0.771	-1.00**	1.00**	ترتيب الفرق

يبين جدول (4) مصفوفة الارتباط البينية بين المتغيرات حيث كانت قيم الارتباط بين نتائج فريق البريد (100×4م) وتماسك الفريق قد بلغت (-1.00**) أما قيمة الارتباط بين فريق البريد (100×4م) وبريد (400×4م) فقد بلغت (0.771) أما قيمة الارتباط بين تماسك فريق البريد (400×4م) وبريد (100×4م) فقد بلغت (0.754) أما قيمة الارتباط بين ترتيب الفرق العام وبريد (100×4م) فق بلغت (1.00**) أما قيمة الارتباط بين نتائج فريق (400×4م) والتماسك فقد كانت (-0.771) وقيمة الارتباط بين هذه الفعالية وتماسك الفريق (-0.986**) أما ارتباط هذه الفعالية مع ترتيب الفرق فقد كان (0.771) ما الارتباط بين ترتيب الفرق وفعالية وقيمة التماسك فقد كانت (-1.00**).

3-2 مناقشة النتائج

يوضح جدول (4) أن قيمة الارتباط بين فعالية فريق (100×4م) والتماسك كانت (-1.00**) وهي قيم ارتباط عالية وعكسية حيث كلما زاد تماسك الفريق قل معها زمن السباق وهي تدل على أهمية التماسك لهذه الفعالية وهذا ما أكده عبد الفتاح عبد الله أن التماسك هو روح المعنوية للفريق التي تمثل رغبة اللاعبين في الانتماء للفريق ورغبتهم أيضا في التأكيد على تحقيق أهداف الفريق التي يضعونها أمامهم⁽¹⁾. أما علاقة الارتباط بين فريق البريد (100×4م) وفريق بريد (400×4م) فقد كانت (0.771) وهي قيمة ارتباط تدل على أن هذه علاقة ارتباط طردية حيث كلما قل زمن سباق فريق (100×4م) قل معها زمن سباق (400×4م).

لوقت فريق (100×4م) أهمية كبير في نتائج فريق (400×4م) وهذا يمكن تفسيره على أن العدائين الذين يمتلكون سرعة جيد سوف يقطعون مسافة (100م) بأقل زمن وهم قادرين على عدو 400م زمن اقل من الذين يقطعون (100م) بزمن أعلى. أما قيمة الارتباط بين فعالية (100×4م) بريد وترتيب الفرق النهائي فقد بلغت (1.00**) وهي قيمة ارتباط عالية ودالة حيث دول ان الفريق الذي يحصل على المراكز والمتقدمة في هذه الفعالية سوف يكون من المؤكد من فرق الصدارة في الترتيب الفرقي وهذا أكيد لان فرق البريد ليس من الممكن تحقيق الفوز في السباق مالم يمتلك عدائين يمتلكون سرعة عالية ويحققون أوقات جيدة في عدو (100م) وهذا يدل على أن الفريق الجيد سوف يتغلب على خصمه في اكثر من فعالية للسرعة كما موضح في شكل (1).

(1) عبد الفتاح عبد الله : البناء الاجتماعي لفريق الألعاب الجماعية ، المكتبة المصرية ، العدد (10) 2004 ، ص38

اما عن قيمة الارتباط بين فعالية (4×4م) والتماسك فقد بلغت (-0.986**) وهي قيمة تدل على هناك ارتباط بين التماسك وهذه الفعالية وهذا يدل على أن الفريق التماسك هو الأكثر سعي لتحقيق الفوز والأكثر انسجام وأكثر تطبيقاً للتكتيك والتكتيك الذي تتطلبه هذه الفعالية وهو يؤكد على أن الفريق أكثر تدريباً وأكثر انسجاماً (1).

أما قيمة الارتباط بين هذه الفعالية وترتيب العام للفرق فقد بلغت (0.771) وهي قيم تدل على أن الفريق الذي يحق نتائج في هذه الفعالية أيضاً سوف يكون من فرق الصدارة لأنه يمتلك عدائين جيدين في الفعاليات التي تتطلب السرعة والفعاليات التي تتطلب مطاولة السرعة يتفوقون على أقرانهم في الفرق الأخرى المشاركة .

أما قيم الارتباط بين تماسك الفرق والترتيب العام للفرق فقد بلغت (- 0.755) وهي علاقة ارتباط عكسية حيث كلما زاد قيمة التماسك حصل الفريق ترتيب أفضل وهي تدل على أهمية الارتباط بين التماسك والترتيب فإن التماسك داخل الفريق الواحد يدعمه في تحقيق نتائج متقدمة في الكثير من الفعاليات وخصوصاً فعاليات البريد والفعاليات التي تتطلب السرعة القصوى ومطاولة السرعة كما موضح في شكل (2) .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات :

- 1- حصل فريق بريد (4×100م) جامعة بغداد على أعلى درجة للتماسك ثم تلتها جامعة ميسان لنفس الفعالية ثم جامعة البصرة اما بريد (4×400م) فقد حصلت جامعة بغداد ثم جامعة ميسان ثم جامعة حلبه .
- 2- هناك علاقة ارتباط بين نتائج الفريق ومدى تماسكه .
- 3- هناك علاقة ارتباط بين تماسك فريق البريد (4×100م) و تماسك فريق (4×400م).
- 4- كانت علاقة الارتباط بين تماسك فريق (4×100م) ونتائجه أقوى من علاقة الارتباط بين تماسك الفريق ونتائج فريق (4×400م) .
- 5- هناك علاقة ارتباط بين تماسك الفريق والنتائج العامة للفرق .

4-2 التوصيات :

- 1- الاهتمام بالعامل النفسي لما له من اثر كبير في تحقيق الفوز خصوصاً مع فرق البريد .
- 2- العمل على إيجاد الانسجام والتفاهم والسعي من اجل الفوز داخل الفريق الواحد .
- 3- على المدربين الاهتمام بالعامل النفسي وإعطائه وقت مخصص من الوحدة التدريبية خصوصاً عندما تقترب المنافسة .
- 4- اهتمام الباحثين بهذه الفعاليات وإعطائها الاهتمام الكافي من ناحية البحث العلمي .

المصادر :

- ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي (مفهومه ، اساليبه ، ادواته)
- عبد الفتاح عبد الله: البناء الاجتماعي لفريق الألعاب الجماعية، المكتبة المصرية ، العدد (10) 2004 .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 .

- HOFSTATER , P.R : Gruppendynamik(choos deutsche Enzyklopadia , Rowohlt , Reinbek , 1957, p 85

(1) عبدالفتاح عبدالله: المصدر السابق نفسه، ص39 .

علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعب كرة السلة

على لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط للموسم 2014-2015

م.م محمد عبد الرضا سلطان/طالب دكتوراه

ا.د عبد الجبار سعيد

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

mohamd.rida@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

لعبة كرة السلة وما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تختلف عن بقية الألعاب بأسلوب اللعب إذ أي خطأ أثناء المباراة يؤدي إلى خسارة نقطتين أو ثلاثة عكس بقية الألعاب الجماعية ، وهذا يتطلب أعداد اللاعبين أعداداً خاصاً من جميع النواحي (المهاري ، البدني ، النفسية . . . الخ) ، لكي يكون اللاعب على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة ، وان الإخلال بأي ناحية يؤدي إلى حدوث السلبيات وأخطاء كبيرة تؤدي إلى خسارة الفريق .

وتعتبر الصحة النفسية للرياضي أو لاعب كرة السلة من النواحي المهمة الدقيقة في أعداد لاعبي كرة السلة قبل وأثناء المباريات إذ إن ((المتطلبات النفسية للعبة متعددة ، ويجب أن يضع عالم النفس في اعتباره الخصائص الفنية للعبة الجماعي ، وفي نفس الوقت مراعاة متطلبات لعبة كرة السلة من الممارسين ، مع الأخذ بالاعتبار تباينات سيكولوجية اللعب الجماعي في كرة السلة بالمقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى)) ومن هذه الحالات هي التديني في مستوى الصحة النفسية للرياضي جميعها وهناك حالات سلبية تؤدي إلى خسارة الفريق بسبب خسارة نقطتين أو ثلاثة أو عدم تمكن اللاعب من الأداء بالمستوى المطلوب . على العكس من ذلك فهناك حالات إيجابية تعمل على ثبات المستوى بالنسبة للاعبين في تحقيق الفوز . وهذه كلها ترتبط ارتباط وثيق بالأداء المهاري عند لاعبي كرة السلة . وهنا تكمن أهمية البحث من معرفة مستوى الصحة النفسية لدى اللاعبين ومن ثم معرفة العلاقة بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعبين وكانت مشكلة البحث ان الصحة النفسية عند لاعبي كرة السلة والأداء المهاري تلعبان دوراً مهماً في الوصول بلاعبين إلى المستوى الرياضي الذي يؤهلهم لخوض غمار المباريات وهذا يأتي من خلال الأعداد الصحيح أثناء العملية التدريبية وهذا هو واجب كل مدرب حتى يصل بفريقه إلى المستوى الطموح في لعبة كرة السلة ان ما تشكله الصحة النفسية عند الرياضيين من مردود سلبي خاصة عند فقدان الرياضيين لأعصابهم أثناء المباريات وان كانوا من ذوي المستويات المهارية العالية ، وخاصة في بطولات دوري الدرجة الممتازة في العراق لهذا تم التطرق إلى هذه المشكلة ومعرفة تأثيرها السلبي على المستوى المهاري للاعب الدرجة الممتازة في العراق من خلال التعرف على علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعبين الدوري الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة في العراق . وكان هدف البحث التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية ومستوى الأداء المهاري للاعبين لكرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق أما فرض البحث وجود علاقة ارتباط عالية بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعبين لكرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق أما مجالات البحث : لاعبو أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم 2014 - 2015 وتشمل أندية (الكوفة ، أمام المتقين ، الجماهير ، بابل ، الديوانية ، الهندية ، الروضتين) . المجال الزمني: من 26 / 2 / 2014م ولغاية 28 / 4 / 2015م .

المجال المكاني: القاعات الرياضي المغلقة في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف ، كربلاء)

واستخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه أفضل طريق للوصول لحل مشكلة البحث .

أما عينة البحث تم اختيار عينة البحث من لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم 2014 - 2015 إذا كان عدد الأندية المشاركة (8) أندية تم استبعاد نادي (الروضتين ، الهندية) لانسحابهما من التصنيفات وبذلك كان عدد الأندية المختبرة (6) أندية وكان عدد أفراد العينة (48) لاعباً من أصل (91) لاعباً ولهذا تكون نسبة المئوية 52,74 % واستنتج الباحث هناك علاقة ارتباط عالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة . وأن الصحة النفسية للاعب كرة السلة لها دور مهم في تقديم ما يمكن أن يقدمه اللاعب أثناء المباريات. أما التوصيات :

- الاهتمام بالصحة النفسية لما لها من دور مهم في التعرف على قابليات اللاعبين الحقيقية أثناء المباريات .
- بناء مناهج تدريبية تهتم بالصفات النفسية لدى لاعبي كرة السلة وربطها بالأداء المهاري للاعبين .
- التأكيد على مدى العلاقة القوية ما بين المدرب واللاعب حتى يمكن تقييم الحالة النفسية للاعب والسيطرة عليها والتغلب على كل السلبيات التي يمكن أن ينتج عنها.
- أن الأساليب الحديثة لرفع مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين من خلال التشجيع وبت روح الحماس ورفع المعنويات قبل المباريات من الأمور المهمة التي يجب على مدرب أن يهتم بها .
- إجراء اختبارات نفسية دورية للاعب كرة السلة حتى يمكن مواكبة أي تغيرات نفسية لدى اللاعبين.

Relationship between psychological health and skills performance of basketball players

The players are Premier League for the Middle Euphrates region clubs for the season 2014-2015

By

Abdul Jabbar Saeed Ph.D. Prof Al-Qadisiyah University/ College of Physical Education and Sports Science

Abdul Redha Mohammed Sultan Lecturer Assistant. Karbala University / College of Physical Education and Sports Science

mohamd.rida@uokerbala.edu.iq

Abstract

The game of basketball and is owned by the very special features different from the rest of the games in a manner to play as any error during the game lead to the loss two or three Unlike the rest of the mass games, and that the numbers of the players require special numbers in all respects (skills, physical, psychological.... . etc.), in order to be a player ready to assume responsibility during the match, and that the prejudice to any hand lead to a big negatives and errors lead to the loss of the team. Mental health is the athlete or basketball player respects minute in the number of basketball players before the mission and during the games as the ((psychological requirements for multi-game, and we must put a psychologist in mind the technical characteristics of team play, and at the same time taking into account the basketball game requirements practitioners, taking into account the variations psychology of team play in basketball compared to other team sports)), and these cases are declining in mental health level of the athlete all and there is a negative cases lead to the loss of the team because of the loss of two points or three or inability of the player

of the performance required level . On the contrary, there are positive cases we work on the stability level for the players to win. These are all closely linked to performance skills at basketball players are linked. Here lies the importance of research to know the health level of the psychological with the players and then find out the relationship between mental health and performance skills of the players and was a research problem that the mental health of basketball players and performance skills are playing an important role in the players access to the sports level that qualifies them to fight in the games and this comes from During the correct setting during the training process and this is the duty of every coach until it reaches his team to the level of ambition in the game of basketball that is posed by the mental health of athletes from a private negative returns when the loss of the athletes for their temper during matches and that they were highly skill levels, particularly in the League Championships Premier in Iraq for this has been addressed to this problem and find out the negative impact on the skill level of the premium-class player in Iraq by recognizing the relationship of mental health performance skills of the players for the excellent league basketball Middle Euphrates in Iraq. The objective of the research to identify the relationship between mental health and level of performance skills of basketball players for the excellent degree of the Middle Euphrates region in Iraq The imposition of research and there is a high correlation between mental health and performance skills of basketball players do with the excellent degree of the Middle Euphrates region in Iraq The research areas of the human sphere: Players in the Premier League for the Middle Euphrates region basketball clubs for the season 2014 2015 and include clubs (Kufa, Imam Al-motaqen, Babylon, Diwaniyah, Hindia, Raudhatain). Temporal area: from 02.26.2014 until 28/04/2015.

Spatial area: sports halls closed in the provinces (Babylon, Qadisiyah, Najaf, Karbala)

The researcher used the descriptive method because it is the best way to reach to solve the problem of the research.

The research sample was selected sample of Premier League players to the Middle Euphrates region clubs basketball season 2014 - 2015 if the number of participating clubs (8) clubs were excluded Club

(Raudhatain, Hindia) for their withdrawal from the qualifiers and so were a number of clubs tested (6) Clubs and the number of respondents (48) players out of (91) players and this percentage is 52.74%

The researcher concluded there is a high between mental health and performance skills basketball correlation.

And that the mental health of basketball players have an important role in providing what could be provided by the player during the games. The recommendations:

- Attention to mental health because of their important role in identifying the capabilities of the players the truth during the games.
- Building a training curriculum concerned with the psychological qualities basketball players linked to performance and skills of the players.
- To emphasize the extent of the strong relationship between the coach and the player can even psychological state of the player, control and overcome all the negatives that can result in evaluation.
- That modern methods to raise the players' self-confidence by encouraging level of enthusiasm inspire the spirit and morale of important games before the things that the coach should care about.
- Conduct periodic psychological tests for basketball players so that it can keep pace with any psychological changes among the players.

1. التعريف بالبحث

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث

يتطلب تطور المستوى الرياضي العالي إلى مستويات بدنية ومهارية ونفسية عالية حتى يمكن الرقي والتقدم بتلك المتطلبات . وهذا لا يأتي اعتباطاً وإنما عن طريق البحث العلمي الدقيق المعتمد على التحليل السليم لأي حالة تخص الألعاب الرياضية و منها لعبة كرة السلة ، إذ تعتبر هذه اللعبة لما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تختلف عن بقية الألعاب بأسلوب اللعب إذ أي خطأ أثناء المباراة يؤدي إلى خسارة نقطتين أو ثلاثة عكس بقية الألعاب الجماعية ، وهذا يتطلب أعداد اللاعبين أعداداً خاصاً من جميع النواحي (المهارية ، البدنية ، النفسية الخ) ، لكي يكون اللاعب على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة ، وان الإخلال بأي ناحية يؤدي إلى حدوث السلبات وأخطاء كبيرة تؤدي إلى خسارة الفريق .

وتعتبر الصحة النفسية للرياضي أو لاعب كرة السلة من النواحي المهمة الدقيقة في أعداد لاعبي كرة السلة قبل وأثناء المباريات إذ إن ((المتطلبات النفسية للعبة متعددة ، ويجب أن يضع عالم النفس في اعتباره الخصائص الفنية للعب الجماعي ، وفي نفس الوقت مراعاة متطلبات لعبة كرة السلة من الممارسين ، مع الأخذ بالاعتبار تباينات سيكولوجية اللعب الجماعي في كرة السلة بالمقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى)) (محمد صبحي ، حمدي عبد المنعم 1997ص 409)

ومن هذه الحالات هي التدني في مستوى الصحة النفسية للرياضي جميعها وهناك حالات سلبية تؤدي إلى خسارة الفريق بسبب خسارة نقطتين أو ثلاثة أو عدم تمكن اللاعب من الأداء بالمستوى المطلوب . على العكس من ذلك فهناك حالات إيجابية تعمل على ثبات المستوى بالنسبة للاعبين في تحقيق الفوز . وهذه كلها ترتبط ارتباط وثيق بالأداء المهاري عند لاعبي كرة السلة أذان فعاليات (المناولة ، والطبوبة ، والتصويب) كل هذه الفعاليات المهارية يجب أن يمتلكها لاعب كرة السلة بالمستوى المطلوب لإحراز النقاط ثم الفوز بالمباريات وكلما تكامل الأداء المهاري ثم الوصول إلى أفضل المستويات . وكلما كان ارتباط ما بين الصحة النفسية للاعبين داخل المباريات إيجابياً بمدى الأداء المهاري المثالي للاعبين كرة السلة يمكن القول أن كل فريق يمتلك تلك المقومات يمكنه تحقيق الفوز وهذا ما تصبوا إليه كل الأندية والمنتخبات .

مما تقدم تتجلى أهمية البحث من التعرف على مدى العلاقة ما بين الصحة النفسية بالأداء المهاري بكرة السلة عند لاعبي الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

1 - 2 مشكلة البحث:-

إن الصحة النفسية عند لاعبي كرة السلة والأداء المهاري تلعبان دوراً مهماً في الوصول بلاعبين إلى المستوى الرياضي الذي يؤهلهم لخوض غمار المباريات وهذا يأتي من خلال الأعداد الصحيح أثناء العملية التدريبية وهذا هو واجب كل مدرب حتى يصل بفريقه إلى المستوى الطموح في لعبة كرة السلة .

من خلال اطلاع الباحث على البحوث السابقة وجد انه قد تم التطرق إلى الصحة النفسية بشكل قليل جداً بالإضافة إلى خبرة الباحث كلاعب ومدرب وملاحظة ما تشكله الصحة النفسية عند الرياضيين من مردود سلبي خاصة عند فقدان الرياضيين لأعصابهم أثناء المباريات وان كانوا من ذوي المستويات المهارية العالية ، وخاصة في بطولات دوري الدرجة الممتازة في العراق لهذا تم التطرق إلى هذه المشكلة ومعرفة تأثيرها السلبي على المستوى المهاري للاعب الدرجة الممتازة في العراق من خلال التعرف على علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعبين الدوري الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة في العراق .

1- 3 هدف البحث :-

1- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية ومستوى الأداء المهاري للاعبين كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

1- 4 فرض البحث :-

1. وجود علاقة ارتباط عالية بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعبين كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

1- 5 مجالات البحث :-

1-5-1 المجال البشري : لاعبو أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم 2014 - 2015 وتشمل أندية (الكوفة ، أمام المتقين، الجماهير، بابل، الديوانية، الهندية، الروضتين) .

1-5-2 المجال الزمني: من 26 / 2 / 2014م ولغاية 28 / 4 / 2015م

1-5-3 المجال المكاني: القاعات الرياضي المغلقة في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف ، كربلاء)

2- الدراسات النظرية :-

1.2 الصحة النفسية (Mental Health) : صيغت تعاريف متعددة لمفهوم الصحة النفسية، بعض منها تستعمل مفهوم التوافق وبعضها الآخر استعمل مفهوم التكيف في حين نجد بعضها يلجأ إلى استعمال مفهوم التكامل، ومن هذه التعريفات: هي "اكتساب الفرد العادات المناسبة، الفعالة التي تساعد في معاملة الآخرين ومواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرارات" (1) وعرفها المنظرون المعرفيون بأنها : " القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات" (2)

وعرفتها منظمة الصحة العالمية:

هي "ليست مجرد خلو الفرد من المرض النفسي أو العقلي فقط وإنما هي فوق ذلك، حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد" (3)

وعرفها كل من: كولدبرغ (1972) : أنها حالة افتراضية من السواء يكون الفرد فيها منسجماً مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، قادراً على أداء الوظائف السوية، وتدرج الحالة النفسية على محور يتراوح ما بين السواء الافتراضي الذي تتوفر فيه طاقة صحية إيجابية تمكن الفرد من التفاعل مع المواقف المختلفة، والاضطرابات الحادة، حيث تظهر الأعراض أو يشعر بها الفرد، وتوجد بينها درجات متفاوتة من الصحة النفسية (4)

(1) عبد السلام عبد الغفار: مقدمة في الصحة النفسية، القاهرة، دار النهضة العربية، 1977، ص40-41.

(2) جنان عبد الحميد العناني: الصحة النفسية، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1997، ص18.

(3) محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، الأمراض النفسية، الأمراض العقلية، مشكلات الأطفال وعلاجها كيف يحافظ الفرد على صحته النفسية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 1985، ص17.

(4) Gold berg ,D.P : The detection of psychiatric illness by questionnaire technique of the identification and assessment of non-psychiatric illness.2ed Oxford University press, London,1972: 1-4 .

* تعريف الباحث: هي حالة دائمة نسبياً تتمثل في درجة عالية من توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته ومع الآخرين، أي حالة من الاكتمال المعرفي والجسمي والنفسي والاجتماعي.

3. منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

- 3-1 منهج البحث : استخدام الباحث المنهج الوصفي لأنه أفضل طريق للوصول لحل مشكلة البحث .
- 3-2 عينة البحث : تم اختيار عينة البحث من لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم 2014 – 2015 إذا كان عدد الأندية المشاركة (8) أندية تم استبعاد نادي (الروضتين ، الهندية) لانسحابهما من التصفيات وبذلك كان عدد الأندية المختبرة (6) أندية وكان عدد أفراد العينة (48) لاعباً من أصل (91) لاعباً ولهذا تكون نسبة المئوية 52,74 % كما في الجدول (1)
- الجدول (1) يبين فيه عينة الدراسة المختلفة للاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة لمنطقة الفرات الأوسط .

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين المختبرين	المستبعدين	العدد النهائي
1	الكوفة	12	4	8
2	أمام المتقين	11	3	8
3	الجماهير	10	2	8
4	بابل	12	4	8
5	الديوانية	11	3	8
6	الحسينية	11	3	8
7	الهندية	12	12	صفر
8	الروضتين	12	12	صفر
المجموع	8 أندية	91	43	48

3-3 أدوات البحث:-

- 1-المصادر والمراجع.
- 2-استمارة استطلاع آراء الخبراء
- 3- فريق العمل المساعد.*
- 4-القياسات والاختبارات .
- 3-4 المقاييس المستخدمة
- 1-مقياس الصحة النفسية:-وهو مقياس مقنن وتم عرضه على مجموعة من الخبراء بينوا انه ملائم للبيئة العراقية في الملحق (1) والملحق (2) .
- 2-مقياس تقييم الأداء المهاري :-وهي استمارة لتقييم أداء اللاعبين أثناء المباريات جميعها للمهارات المختلفة التي يقوم بها اللاعب أثناء كل مباراة وتم عرضها على مجموعة من الخبراء لبيان فوائدها لتحقيق النتائج المطلوبة كما في الملحق رقم (3) .

5-3 الأسس العلمية للاختبار :-

1-معامل الثبات:-

قام الباحث بتطبيق الاختيار على عينه مكونة من (18) لاعب يمثلون نادي أمام المتقين والجماهير بتاريخ 2014/2/15 أعيد تطبيق الاختيار بعد أسبوع تحت ظروف الاختبار الأول نفسها وعلى العينة نفسها ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط يبين نتائج الاختيارين الأول والثاني لمعرفة معامل الثبات بينها وقد تبين من خلال الجدول (2) إن هناك علاقة ارتباط عالية دالة إحصائياً بين الاختبارين الأول والثاني ولكل من الصحة النفسية والأداء المهاري .

إذا أتم عرض استمارات على اللاعبين في الاختبار الأول مع إجراء مباراة بكرة السلة ثم تم إعادة اختبار بإعطاء نفس الاستمارات لنفس اللاعبين وإجراء مباراة ثانية ومن خلال الاختبارين تم التوصل إلى النتائج . إذا كانت قيمة معامل الارتباط البسيط للصحة النفسية والأداء المهاري (0.546) (0.713) على التوالي وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.468) عند مستوى دلالة 0.05 درجة الحرية (16)

جدول (2)

يبين معامل الثبات بأسلوب أعاده الاختبار للصحة النفسية والأداء المهاري

الوسائل الإحصائية الاختيارية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدالة	درجة الحرية
الصحة النفسية	0.546	0.468	0.05	16
الأداء المهاري	0.713			

2- معامل الصدق:-

من خلال جذر معامل الثبات تم إيجاد معامل الصدق الذاتي كما في الجدول (3)

جدول (3) يبين معامل الصدق الذاتي لاختباري الصحة النفسية والأداء المهاري

الوسائل الإحصائية الاختيارية	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
الصحة النفسية	0.546	0.738
الأداء المهاري	0.713	0.844

3-6 الوسائل الإحصائية :-

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. معامل الارتباط .
4. النسبة المئوية .
5. معامل الصدق الذاتي .

4- عرض النتائج ومناقشتها

1.4 عرض ومناقشة نتائج علاقة الارتباط ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري لدى لاعب أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة لمنطقة الفرات الأوسط .

جدول (4) يبين العلاقة ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري لدى لاعب كرة السلة .

الوسائل الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة المحتسبة	الدلالة الإحصائية
الصحة النفسية	163.56	14.17	0.738	معنوي
الأداء المهاري	39.97	3.12		

القيمة الجدولية (0.27) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 46

من خلال الجدول (4) تبين معامل الارتباط ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري هي 0.738 وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.27) عند مستوى دلالة (0.050) ودرجة حرية (46) وهذا يؤكد على مدى العلاقة الارتباطية العالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة لدى أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط وترجع هذه العلاقة القوية إلى مدى الترابط ما بين يفكر به أثناء المباراة وما يعمل به فعلاً .

إذ إن كلما كانت ثقة اللاعب بنفسه عالية يؤدي بذلك إلى حصول إجابات للاستجابات الحقيقية أثناء المباراة من خلال أداء المهارات المختلفة بصورة جيدة كما كان يتصورها في ذهنه . وهذه الثقة بالنفس متأتية من خلال الأداء المرضي الذي يقوم به اللاعب أثناء المباريات خلال تقديره لنفسه بمثابة التنبؤ بالأداء المرضي أو الجيد من خلال الاستجابات السلوكية التي تعود إلى ادراكات نفسية خاصة باللاعب والنتائج التي يحصل عليها أو التي يظهرها أثناء المباريات من خلال الحسم وتحقيق الفوز، ومن أمثلة هذه النتائج للاعب تضمن (الرضا ، التفوق والنجاح و التآلف) (محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين ، خوان ، 1987 ، ص 440).

وهذا ما يؤكد أحد المشاهير الرياضية في أحد كتبه استخلاص لنتائج نشاطه الرياضي ((العمل ، المسامرة ، والتدريب المنظم الهادف والثقة بالنفس قوة الأداء هذه الأشياء التي يقوم عليها نصر الرياضي)) (ريسان - ناهد رسن : 1988 ، ص 39). وهذا ما يؤكد (روي كمان) من ((أن اللاعبين الذين يعوزهم الثقة بالنفس يكون فريسة للفشل والخوف لتصوراتهم السلبية أثناء المباراة مما تؤدي إلى الاضطراب النفسي بسبب النقص العضوي والإهمال والنقص والإحباط في أعماله محاولاً التعويض)) (Rycman - 1987 . p 48). وهذه النتائج يمكن الوصول إليها من خلال دور المدرب في تهيئة الظروف النفسية المساعدة للاعب بالإضافة إلى قابلية في تحقيق الإنجاز واهتمامه بلاعبيه والإصرار على التدريب وتقوية وتطوير الصفات النفسية والأداء والإنجازات الرياضية في المحافل المحلية والدولية خاصة بلعبة كرة السلة والألعاب الأخرى بصورة عامة .

1-5 الاستنتاجات

- 1- هناك علاقة ارتباط عالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة .
- 2- أن الصحة النفسية للاعب كرة السلة لها دور مهم في تقديم ما يمكن أن يقدمه اللاعب أثناء المباريات.

2-5 التوصيات :-

- 1- الاهتمام بالصحة النفسية لما لها من دور مهم في التعرف على قابليات اللاعبين الحقيقية أثناء المباريات .
- 2- بناء مناهج تدريبية تهتم بالصفات النفسية لدى لاعبي كرة السلة وربطها بالأداء المهاري للاعبين .
- 3- التأكيد على مدى العلاقة القوية ما بين المدرب واللاعب حتى يمكن تقييم الحالة النفسية للاعب والسيطرة عليها والتغلب على كل السلبيات التي يمكن أن ينتج عنها.
- 4- أن الأساليب الحديثة لرفع مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين من خلال التشجيع وبت روح الحماس ورفع المعنويات قبل المباريات من الأمور المهمة التي يجب على مدرب أن يهتم بها .
- 5- إجراء اختبارات نفسية دورية للاعب كرة السلة حتى يمكن مواكبة أي تغيرات نفسية لدى اللاعبين.

المصادر العربية والأجنبية

- احمد محمد عبد الخالق : أسس علم النفس الرياضي ، دار الجامعية ، الإسكندرية 1990 .
- أر نوف وينتج ترجمة عادل عز الدين وآخرون : مقدمة في علم النفس ، مطبعة الأهرام ، القاهرة 1983 .
- جمال الدين عبد العاطي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1997
- ريسان خريبط مجيد ، ناهد رسن : علم النفس في التدريب والمسابقات الرياضية الحديثة، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1988
- عبد علي الجماني : علم النفس وتطبيقه ، دار الفكر العربي ، بغداد 1984 .
- محمد عادل رشدي : علم النفس التجريبي الرياضي ، دار الجماهيري للنشر والتوزيع ، بنغازي 1986 .
- محمد حسن علاوي : محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987
- محمد صبحي حسنين ، حمدي عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط . دار الفكر العربي ، القاهرة 1995 .
- محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية التطرية والتطبيق والتجريب ط . دار الفكر العربي ، القاهرة 1995 .
- مروان عبد المجيد إبراهيم : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع : عمان ، 2001
- مروان عبد المجيد ، محمد جاسم اليساري : القياس والتقديم في التربية البدنية والرياضية ط . مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان 2003 .
- مروان أبو صويح ، سمير أبو مقلي : المدخل الى علم النفس التربوي ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، عمان ، 2004 .
- وديع ياسين محمد التكريتي ، حسن محمد أعبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1999 .

- Janu zcz . Gzewiski,pixkar egzna , cdnsk, 1983
- Schubert, f, The role of the ability to anticipation . the athlet actioncontrol : international journal of sport . psychology (12) . 1981 .
- Robert -singer . motorleaining and human mahce , now york , 1980 .
- Rycman , the ories of perso nality , p . vannostrand com , ney , 1987.

ملحق (1) أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياسين عليهم من حيث ملاءمتها لعينة البحث والبيئية العراقية .

ت	أسماء الخبراء	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
1	د . محمد جاسم الياسري	أستاذ	اختبارات قياس وتقويم	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية
2	د . ياسين علوان التميمي	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية.
3	د . عامر سعيد الخيكاني	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية.
4	د . جمال صبري	أستاذ	تدريب كرة سلة	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية
5	عايد حسين عبد الأمير	أستاذ	تدريب /سلة	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية
6	د . قاسم محمد عباس	أستاذ مساعد	تدريب /سلة	جامعة القادسية/ كلية التربية الرياضية
7	نصر حسين عبد الأمير	أستاذ مساعد	تدريب /سلة	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية
8	عدي عبد الحسين	مدرس	تدريب - سلة	جامعة ديالى /كلية التربية الرياضية

ملحق (2) مقياس الصحة النفسية

اسم اللاعب : اسم النادي

:

عمر اللاعب : التاريخ

:

العمر التدريبي : رقم اللاعب :

أن التعليمات : ضع علامة () أمام الفقرة التي تصف حالتك بدقة ، أجب من كل عبارة بصدق وفي ضوء ما تشعر به عامة وينطبق عليك .

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	لا اعتبر لعبي ذا قيمة ما لم يقترب من أحسن مستوى لي .					
2	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني .					
3	المضايقات البسيطة يمكن أن تشتت تركيزي .					
4	أستطيع الاحتفاظ بتفكري دائماً أثناء المباراة .					
5	أنا واثق كل الثقة في قدرتي على الأداء .					
6	اعتذر عندما أخطئ أو حينما أكون غير موفق .					
7	أفكر في خطة اللعب قبل المباراة .					
8	أمارس اللعب أساساً بقصد الترويح .					
9	أبدي رأيي بصراحة إذا كان لي بعض الملاحظات على المباراة .					
10	تكون أعصابي قوية (من الحديد) أثناء المباراة .					
11	تكثر أخطائي في أثناء الوقت الحرج من المباراة .					
12	افتقر إلى الثقة في أدائي أثناء المباراة .					
13	لا اهتم بما ارتكبته من أخطاء .					
14	العب ارتجالاً دون أن يكون في ذهني خطة.					
15	أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب .					
16	أفضل الابتسام في مواجهة غضب المنافسين حرصاً على عدم تماديهم في ذلك.					
17	أتأثر بأراء الآخرين في مستوى أدائي الرياضي .					
18	أستطيع أن أتحكم في أعصابي أثناء المباراة.					
19	أتوقع الفوز قبل المباراة .					
20	أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام .					
21	التزم بنظام ثابت سواء في التدريب أو في المباريات .					
22	أفضل اللعب مع اللاعبين اللذين لا يجعلون من المباراة صراعاً .					
23	أتحمل المسؤولية كاملة في اللعب .					
24	يمتلكني الشعور بعدم المبالاة أثناء المباراة .					
25	(نرفزتي) تؤثر على أدائي في المباراة .					

					أخشى الهزيمة حتى قبل أن تبدأ المباراة .	26
					أفكر في الأخطاء التي قد يقع فيها المناقش أكثر من تفكيري في اللعب .	27
					أتعجل الانتقال من طريقة إلى أخرى محاولاً تحسين مستواي .	28
					لا أشعر بالميل للعب إلا في حالة وجود التحدي .	29
					عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلهم خشية زيادة غضبهم	30
					أي تعليق جارح يمكن أن يؤثر على أدائي أثناء المباراة .	31
					استمتع بالوقت الحرج في المباراة لأنني أحسن التصرف فيه .	32
					أميل إلى تحدي المنافسين الأقوياء .	33
					أشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح .	34
					أحاول البحث عن طرق متعددة لكي أكثر كفاءة في لعبي .	35
					استمتع باللعب في المباراة على الرغم من ارتكابي العديد من الأخطاء .	36
					أتصرف بالإصرار في اللعب .	37
					أثناء المباراة أحاول عزل تفكيري كلياً عن ما يدور حولي .	38
					أخشى الوقوع في المواقف الحرجة قبل حدوثها بوقت طويل .	39
					يضايقني أن المنافس سوف يهزمني .	40
					أحاول أن أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء .	41

ملحق (3) مقياس تقويم الأداء المهاري

اسم النادي	رقم اللاعب	اسم اللاعب	المناولات	الطبطبة	التصويب	الحجز	الستار	التصويب من الرمية الحرة	المجموع

1. تكون الدرجة العليا لكل مهارة هي 10 درجة .
2. تكون الدرجة للمهارات جميعا لكل لاعب هي 60 درجة.

ملحق (4) الدرجات الخام لاختباري الصحة النفسية و تقويم الأداء المهاري

الدرجة الخام للاختبار الصحة النفسية	الدرجة الخام للاختبار تقويم الأداء المهاري	اسم النادي	ت
182	44	الكوفة	1
174	42		
165	37		
188	47		
162	42		
177	48		
164	43		
152	41		
173	43	أمام المتقين	2
185	47		
166	39		
172	40		
171	41		
165	37		
167	44		
177	41		
182	47	الجماهير	3
163	40		
150	37		
142	39		
165	40		
187	39		
162	41		
157	40		
175	42	بابل	4
162	39		
174	40		
175	41		

37	162		
38	166		
35	147		
36	157		
42	172	الديوانية	5
43	182		
39	145		
37	133		
38	175		
39	166		
40	162		
36	142		
39	162		
40	167		
31	132	الحسينية	6
32	135		
37	144		
36	145		
38	156		
37	167		
37	167		

علماً أن الوسط الحسابي للدرجات الخام للصحة النفسية هو (163.56) وانحراف معياري (14.17) أما
الوسط الحسابي للدرجات الخام لتقييم الأداء المهاري هو (39.97) وانحراف معياري (3.12) .

مؤشر النقل الحركي وعلاقته بدقة التصويب بالقفز للاعبين كرة السلة

م.د محمد عبد النبي محمد هويت

جامعة واسط /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

E-Mohammedabdalnbe79@gmail.com

ملخص البحث باللغة العربية

أحتوى البحث على المقدمة وأهمية البحث أذ ان الاداء الحركي لمختلف المهارات تخضع لقوانين وحسابات دقيقة للمتغيرات البيوميكانيكية لغرض توفير عنصر الاقتصادية في الاداء من خلال الكشف على نقاط الضعف ووضع الحلول الحركية لها فضلا عن تعزيز نقاط القوة ووضع المسارات الحركية للأداء المهاري وبالتالي الوصول الى افضل المستويات وبأقل جهد ممكن. اذ ان استخدام الاسس والقواعد الميكانيكية الصحيحة تؤدي الى تحسن مستوى اللاعبين وبالتالي الحصول على نتائج ايجابية لمهارة التصويب بالقفز ، وهنا تكمن اهمية البحث من خلال التعرف على طبيعة علاقة مؤشر النقل الحركي بدقة التصويب بالقفز لدى لاعبي كرة السلة لنادي الصليخ الرياضي ، كما وتطرق الباحث الى مشكلة البحث والتي تتحدد في افتقار اغلب البرامج التدريبية للجوانب الميكانيكية والتي تعد مفتاح اساسي لرفع مستوى الاداء الحركي للاعبين . إذ إنّ أغلب التدريبات التي تتم صياغتها في البرامج التدريبية تهتم فقط بالجوانب البدنية والفلسجية دون التأكيد على الجوانب الميكانيكية التي تعد مفتاح لرفع مستوى تطوير هذه الجوانب من خلال وضع تمارين تعتمد على تفاصيل الأداء باستخدام التحليل البيوميكانيكي للكشف عن الأخطاء ومن ثم تقويم وتعديل التكنيك

ويهدف البحث الى التعرف على معنوية الارتباط لمؤشر النقل الحركي مع دقة التصويب بالقفز بكرة السلة للاعبين نادي الصليخ الرياضي

ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث ، وتوصل الى العديد من الاستنتاجات وكان أهمها وجود علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة للاعبين نادي الصليخ الرياضي أما اهم التوصيات فكانت ضرورة التأكيد على معرفة الاسس والقوانين الميكانيكية وفهمها بالشكل الامثل وذلك لارتباطها المباشر بالجوانب التدريبية .

Motor transport's Index and its relationship to jump-shot accuracy for basketball players

Mohamed Abdul Nabi Mohammed Hewit Ph.D. Lecturer

Abstract

The research includes the introduction and the importance of research that the motor performance of the various skills are dealing with accurate bio mechanical laws and bio mechanical changes for purpose of providing economic element in the performance by revealing weaknesses and develop motor solutions as well as the strengths and the development of the motor channels for skills performance and thus access to the best levels and with minimal efforts as the use of correct bio mechanical foundations and rules claim to improve the level of players and thus to get a positive results for the jump shot skill, and here lies the importance of the research by identifying the nature of the motor transport's index's relationship with the jump shot accuracy of basketball players of al-Suleikh sport's Club, the researcher also

touched the research problem, which is determined by the lack of most of the training programs for bio mechanical aspects, which is the primary key to raising the level of motor performance of the players .so the most of the exercises that are formulated in training programs only concerned with the physical and physiological aspects without emphasis on the bio-mechanical aspects which conceder the key to raising the level of development of these aspects through the development of exercises depend on the performance details using bio-mechanical analysis to detect errors and then evaluate and modify the technique.

The research aims to identify the significance of motor transport's index with a jump shot accuracy of basketball players of al-Suleikh Sports Club.

The researcher has used the descriptive approach which suits the nature of the research, the researcher has too many important conclusions that there were significant correlations between the motor transport index and the jump shot accuracy of basketball players of al-Suleikh Sports Club

The recommendations were to ensure the knowing of the bio mechanical foundations and bio mechanical laws and understanding as the best and that they linked with the direct aspects of the training.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

ان المجالات العلمية الحديثة تعبر عن مدى الترابط والتداخل العلمي بين مختلف العلوم كتداخل علم البايوميكانيك بالعلوم الرياضية الأخرى كالتدريب والتعلم والفسلجة وغيرها من العلوم ، بهدف تحسن مستويات الأداء الحركي في المهارات الرياضية المختلفة اذ يهتم كل علم بالعديد من الخصائص الخاصة بالمهارة وارتباط هذه الخصائص بالأداء الحركي لأي مهارة تهدف الى تكامل الأداء المهاري لأجل تحقيق أفضل المستويات أرياضية ، والبايوميكانيك الرياضي يعد احد هذه العلوم التي تعتمد على العديد من النظريات التي يمكن استثمارها في مجال التدريب الرياضي من خلال الكشف على نقاط الضعف ووضع الحلول الحركية لها فضلا عن تعزيز نقاط القوة ووضع المسارات الحركية للأداء المهاري أنموذجيا مثاليا تبني عليه النماذج الحركية وبالتالي الوصول الى افضل المستويات وبأقل جهد ممكن .

تعد كرة السلة نشاطا رياضيا يعتمد على مختلف المهارات كقاعدة اساسية للتقدم ، اذ ان نجاح الفريق بشكل عام يتوقف على استمرارية ذلك الفريق في التدريب وإتقان لاعبيه للمهارات الاساسية وهذا يتطلب التدريب لساعات طويلة مع استغلال كافة القدرات والإمكانيات الكامنة .

ان التصويب بالقفز يعد من المهارات الرئيسية الهجومية التي تساعد في إحراز الفوز كونه يساهم في إحراز الثلاث نقاط من ابعد مسافة ممكنة عن المدافعين وهذا ما يرمي إليه جميع لاعبي كرة السلة وهي تعد من المهارات الصعبة التي تؤدي من قبل اللاعب المبتدئ على ان يتوفر فيها توافق عالي اضافة الى نقل حركي يتم من خلال جميع مفاصل الجسم للحصول على حركة مستمرة دون أي توقف او انقطاع بين سلسلة مسارها الحركي اذ انها حركة انسيابية من أطراف اصابع القدم ولغاية متابعة الكرة بعد تنفيذ عملية التصويب .

ويعد علم البايوميكانيك واحد من العلوم المهمة التي لعبت دوراً مهماً في تطوير لعبة كرة السلة بشكل عام ومهارة التصويب بالقفز بثلاث نقاط بشكل خاص اذ انه يهتم بإيجاد الحلول والطرائق الملائمة والمطابقة لمختلف الحركات والوصول الى التكنيك الجيد اذ يساهم في اختيار الحركات الصحيحة والملائمة للظروف المحيطة بالانجاز والمساعدة على المعرفة التامة بالمهارات المراد تعلمها او التدريب عليها من الناحية العلمية . مما تقدم يتضح

لنا ان الاداء الحركي لمختلف المهارات تخضع لقوانين وحسابات دقيقة للمتغيرات البايوميكانيكية لغرض توفير عنصر الاقتصادية في الاداء. اذ ان استخدام الاسس والقواعد الميكانيكية الصحيحة تؤدي الى تحسن مستوى اللاعبين وبالتالي الحصول على نتائج ايجابية لمهارة التصويب بالقفز ، وهنا تكمن اهمية البحث من خلال التعرف على طبيعة علاقة مؤشر النقل الحركي بدقة التصويب بالقفز لدى لاعبي كرة السلة لنادي الصليخ الرياضي.

1-2 مشكلة البحث:-

تعد مهارة التصويب بالقفز من اهم المهارات الهجومية اذ انها سلاح ذو حدين في تحديد نتيجة المباراة من خلال كونها الاكثر شيوعا واستخداما في المباريات .

ان اتقان مهارة التصويب بالقفز في كرة السلة يعد عاملا مهما في احراز النقاط وحسم المباريات لذا يتطلب ان يكون تدريب هذه المهارة بشكل علمي دقيق فهي تعد من الاسلحة الهجومية الاكثر تطورا لمواجهة قدرات المدافع في تشتيت الكرة من المهاجم اذ يجب ان تفتقر قدرات المهاجم بالخداع والسرعة والدقة في الاداء.

ومن خلال عمل الباحث واهتمامه لفعالية كرة السلة تعليميا وتدريبيا لاحظ ان هنالك غياب في استخدام الاسس و القواعد العلمية لأداء مهارة التصويب بالقفز مما ساهم في عدم قدرة اللاعبين على توقع الاخطاء التي تحدث اثناء عملية التصويب وبالتالي الفشل في الحصول على النتائج الجيدة ، اذ ان اغلب المدربين يهتمون بزيادة الكثافة العددية للوحدات التدريبية والتكرارات المختلفة لتطوير مختلف القدرات البدنية والمهارية دون الاعتماد على تفاصيل الامور او المفاتيح التي يتمكن من خلالها الاقتصاد بالجهد والوقت اللازمين لتحسين مستوى الاداء وذلك من خلال الاعتماد على علوم التدريب الرياضي بشكل بحث دون الرجوع الى العلوم الاخرى ومنها الرجوع الى تفاصيل الحركة ميكانيكا ، إذ إن أغلب التدريبات التي تتم صياغتها في البرامج التدريبية تهتم فقط بالجوانب البدنية والفسلجية دون التأكيد على الجوانب الميكانيكية التي تعد مفتاح لرفع مستوى تطوير هذه الجوانب من خلال وضع تمارين تعتمد على تفاصيل الأداء باستخدام التحليل البيوميكانيكي للكشف عن الأخطاء ومن ثم تقويم وتعديل التكنيك والتي يمكن ان نتعرف على تأثيرها وبالتالي عزو هذه الاخطاء الى افتقار بعض اللاعبين الاسس الميكانيكية لتلك المهارة ومن ثم وضع الحلول التدريبية المناسبة لها. لذا ارتأى الباحث الى التعرف على طبيعة العلاقة بين مؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالقفز لدى لاعبي كرة السلة لنادي الصليخ الرياضي.

1-3 هدف البحث: - هدف البحث الى:

التعرف على معنوية الارتباط بين مؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالقفز لدى لاعبي كرة السلة لنادي الصليخ الرياضي.

1-4 فرض البحث: - أفترض الباحث:

وجود علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالقفز لدى لاعبي كرة السلة لنادي الصليخ الرياضي.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو نادي الصليخ الرياضي للشباب بعمر (17-18) سنة .

1-5-2 المجال الزمني: المدة من (2014/9/1) لغاية (2015/1/10).

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية لنادي الصليخ الرياضي .

2- الدراسات النظرية والسابقة:

2-1 الدراسات النظرية:

2-1-1 مؤشر النقل الحركي (1) (2)

من المعروف ان اي حركة رياضية لا تتم بصورة صحيحة إلا اذا اشتركت فيه جميع اجزاء الجسم على ان يكون هنالك تنسيق وتوافق لتلك الحركات فالنقل الحركي عادة ما يلجأ اليه الجسم البشري لزيادة قوة او سرعة العضو المكلف بالأداء ، لذا فالنقل الحركي يعد من اهم خصائص الحركات الرياضية نظرا لان الحركة الرياضية تكون ذات هدف ومستوى اي لا يكفي اللاعب ان يعمل على اداء الحركة بل يجب ان يصل بتلك الحركة الى اعلى مستوى تسمح به امكانيات الانسان .

لذا فان مؤشر النقل الحركي مصطلح علمي يلجأ اليه الجسم البشري لزيادة فاعلية او كفاءة او سرعة العضو المكلف بالأداء لذا يعد مؤشر النقل الحركي أحد المؤشرات الميكانيكية التي تعطي تفسيراً حقيقياً لنوع النقل الحركي المنجز في لحظات الأرتقاء في جميع الففزات ، وذلك من خلال علاقة زاوية الانطلاق لحظة الطيران) والطاقة الميكانيكية (مجموع الطاقة الحركية والكامنة) المنجزة لحظة الارتقاء في لحظة الاستناد والرفع.

زاوية الانطلاق

$$\text{مؤشر النقل الحركي} = \frac{\text{تناقص الطاقة}}{\text{د/جول/كغم}}$$

تناقص الطاقة

ولكون مؤشر النقل الحركي يمثل مقدار نقل القوة بين العضلات العاملة على المفاصل المشاركة في الأداء لنوع المهارة او الحركة ،ولهذا فان القيمة المستخرجة من هذا القانون تعطي كمية ميكانيكية رقمية معبرة عن مقادير مجموع وقوع قوى عضلات الجسم المشاركة في الاداء والمناسبة مع يتم من تناقص طاقة ميكانيكية بين لحظة الامتصاص ولحظة الدفع.

2-1-2 الطاقة الميكانيكية:

تعرف الطاق بانها القدرة على بذل شغل ويختلف هذا الشغل نسبة الى مقدار القوة المبذولة لمسافة معينة وعلية فعندما يقدم الرياضي شغل كبير ويفترة زمنية أقل أفضل من الذي ينجز الشغل نفسه ولكن بفترة زمنية أطول وهذا يدل على قدرة الرياضي في الاقتصاد بكمية الطاقة المصروفة مما يدل على تمتع ذلك الرياضي بكفاءة بدنية عالية. وينص القانون العام للطاقة بانه " الطاقة لاتفنى ولا تستحدث وانما تتحول من شكل الى اخر " وعلية فان هناك صور مختلفة للطاقة كالتاقة الحرارية أو الكيميائية أو الكهربائية او الميكانيكية .

فالطاقة الميكانيكية تتخذ ثلاث صور عند دراسة حركة الجسم في البيئة وهي الطاقة الحركية وطاقة الوضع المرتبطة بالجاذبية الارضية وطاقة الوضع المرتبطة بالإجهاد⁽³⁾ . فالطاقة الحركية هي الطاقة التي يكتسبها الجسم أو الاداة نتيجة لحركة ويعبر عن الطاقة الحركية في لحظتي الأستناد والدفع بالمعادلة الآتية :

$$\text{الطاقة الحركية} = \frac{1}{2} \text{ك.س}^2$$

(1) صريح عبد الكريم الفضلي ؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، ط2: (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2010)، ص165

(2) عصام الدين متولي عبد الله ؛ علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، ط1: (الاسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2011)، ص74.

(3) طلحة حسام الدين ؛ الميكانيكا الحيوية الأسس النظرية والتطبيقية ، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي) 1993، ص39 .

أما الطاقة الكامنة فهي الطاقة التي يخزنها الجسم بسبب موقعة لحظتي الأستناد والدفع بالمعادلة الآتية :

$$\text{الطاقة الكامنة} = \text{ك} \times \text{ج} \times \text{ع}$$

أما بالنسبة لطاقة الاجهاد فهي قدرة الرياضي أو الاداة على بذل شغل عند وقوعه تحت تأثير اجهادات سواء كانت بالامتطاط او بالضغط او .

$$\text{اي ان الطاقة الميكانيكية الكلية}^{(1)} = \text{الطاقة الحركية} + \text{الطاقة الكامنة}$$

كتلة الجسم

فمن المعروف ان كل لحظة من لحظات الارتكاز هناك مرحلتين مهمتين هما الاستناد والدفع وبذلك فان الطاقة الميكانيكية لحظة الاستناد او لحظة الدفع تمثل كل من الطاقة الحركية والكامنة مقسمة على كتلة الجسم.

2-1-3 التصويب في كرة السلة:

ان اتقان المبادئ الاساسية جميعا والنواحي التكنيكية والتكتيكية في كره السلة لايفني عن التميز في اتقان مهارة التصويب .فالتصويب يعد الوسيلة الوحيدة للوصول الى الفوز من خلال اصابة سلة الخصم بأكبر عدد ممكن من الاصابات كما يعد المحصلة النهائية لهجوم الفريق فكل مايقوم به الفريق المهاجم من اتقان للمهارات الاساسية هو لتحقيق الهدف الاساسي الا وهو ايجاد الظروف الملائمة لأحد اللاعبين ليكون بعيدا عن مراقبة الخصم لاستثمارها في عملية انهاء الهجوم بالتصويب الناجح قدر الامكان ، وهذا ما اكده هلال عبد الكريم علي ان (التصويب هو التتويج الامثل للأداء الجيد للمهارات الهجومية كلها وهو ما يهدف اليه الفريق في الهجوم لتحقيق الفوز)⁽²⁾.

ولابد من الاشارة الى ان المهارات الأساسية جميعها التي يتم تعلمها تصبح لافائدة منها إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب نحو سلة المنافس وإصابتها ، وهذا ما يؤكد (Cooper) على "ان ميزة التصويب تنبع من ان كل المناولات الهجومية تعتبر غير مكتملة مالم يكن التصويب بشكل جيد⁽³⁾ ، ويعد من أهم المهارات الهجومية في لعبة كرة السلة إذ تتحدد نتيجة المباراة بعدد النقاط التي يحرزها الفريق نتيجة ادخاله الكرة في سلة المنافس . ويشير كل من (محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين) الى ان هناك ثلاثة انواع رئيسيه للتصويب يجب على كل لاعب ان يتعلمها ويتقنها وهي (التصويبة السلمية ، التصويب من القفز ، الرمية الحرة) كما ان هناك نوعين رئيسيين يجب على اللاعبين الممتازون تعلمها وهو التصويب من الثبات والتصويبة الخطافية⁽⁴⁾. والتصويب بشكل مختصر رمي الكرة باتجاه الهدف باستخدام ذراع او ذراعين لأجل الحصول على نقطة تحدد على اساسها نتائج المباريات وان أهم العوامل المؤثرة في عملية التصويب هي (الارتفاع ، السرعة في انطلاق ، زاوية انطلاق

⁽¹⁾ صريح عبد الكريم الفضلي ؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي : (بغداد، مطبعة عدي العكلي ،2007)، ص 119.

⁽²⁾ هلال عبد الكريم ؛ تأثير التمرينات الخاصة في تنمية التهديد البعيد بكرة السلة ، جامعه بغداد ، مجله التربية الرياضية، 2004، ص3.

⁽³⁾ Cooper A. John & sidestep Daryl, The Theory of science of Basket ball, 2nd Ed: Philadelphia. Lea &Feigner, 1975, p.64.

⁽⁴⁾ محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسانين؛ الحديث في كرة السلة ، ط2 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)، ص54.

الكرة ، مقاومة الهواء للكرة)⁽¹⁾. هذا بالإضافة الى مهارة مسك واستلام الكرة حيث انها نقطة انطلاق لكل المهارات الهجومية الانفة الذكر وان اللاعب لا يمكنه ان يلعب كرة السلة مالم يكون قد تعلم اداء مهارات اللعبة الاساسية⁽²⁾ . ويرى الباحث بان التصويب هو تلك المهارة التي تتميز بخصوصية دقيقة وتختلف عن كافة مهارات كرة السلة لما لها من اهمية كبيرة في تحديد مجهود الفريق لذا فعلى المدرب التأكيد على استخدام مختلف التمارين والإمكانيات لتطوير التصويب ولمختلف الاماكن من الملعب ولجميع اللاعبين والابتعاد عن اختيار لاعب واحد او اثنين فقط مؤهلين لتنفيذ رميات ناجحة لما لذلك من اثر ايجابي في ارباك الفريق المنافس لمنع التصويبات فإما تحقيق الفوز او الخسارة وبالتالي فهي الفاصل الوحيد لكافة قدرات الفريق

2-1-3 التصويب بالقفز بثلاث نقاط في كرة السلة:

لم يكن التصويب بالقفز منتشرا في الاعوام السابقة إلا انه اليوم اصبح من التصويبات المؤثرة والتي يمكن من خلالها حسم نتيجة المباراة حيث انها تعتبر من التصويبات التي يصعب على المدافع ايقافها. لذا يعد التصويب بالقفز من اكثر الاسلحة الهجومية اثناء المباريات نظرا (إمكانية أستخدامه في معظم مواقف التصويب من المسافات القريبة والمتوسطة والبعيدة عن السلة)⁽³⁾، ويعد التصويب بالقفز من اصعب انواع التصويبات لما يتطلبه من امكانيات بدنية ومهارية فهي تحتاج الى امتلاك اللاعب لرجل تتميز بالقوة المميزة بالسرعة للقفز الى الاعلى زيادة الى قدرته في التحكم بمقدار القوة التي يمتلكها اللاعب اذ تعتمد هذه المهارة على قدرة القفز العمودي لدى اللاعب ومدى تركيزه وإمكانياته في تلافي اذرع مدافعي الخصم الممتدة عاليا الذي يكون في حالة القفز معه ، لذا فهي مهارة تتطلب (ان تتصف عضلات الرجلين بالقدرة المميزة بالسرعة) لذا فان اللاعب الماهر هو الذي يستطيع ان يكون دائما مستعد للتصويب سواء اكان ذلك بعد اداء الطبطبة او مباشرة بعد استلام مناولة من قبل الزميل لذلك فانه عند القيام بعملية التصويب يجب مراعاة ماياتي ⁽⁴⁾ : ..

1. أداء التصويب بالقفز من الحركة للتكيف مع ظروف المباراة
 2. اداء التصويب بالقفز بوجود وعدم وجود الدفاع.
 3. تطوير السرعة الحركية مع الاحتفاظ بالدقة عند اداء التصويب بالقفز.
 4. تطوير عملية الخداع عند اداء التصويب بالقفز للتغلب على الاستجابة الحركية للاعب المدافع.
 5. التصويب من اماكن ومسافات مختلفة لتحسين الدقة في الاداء
- ويعد التوازن من العوامل الأساسية لنجاح هذا النوع من التصويب ، وهنا يجب على اللاعب ان لا يكون أهتمامه موجه نحو قوة القفز وعلوه اكثر من التصويب بنجاح وهو الهدف الحقيقي .
- ومما تقدم يرى الباحث ان هذا النوع من التصويب يعتمد على قدرة اللاعب التوافقية وإمكاناته البدنية والمهارية في اتخاذ القرار المناسب لتنفيذ متطلبات الواجب الحركي للمهارة بأدق ما يمكن الذي يمكن من خلاله تحقيق التفوق في الأداء.

⁽¹⁾رعد جابر باقر واخرون ، المهارات الفنية لكرة السلة، مطبعة التعليم العالي ،بغداد،1987،ص143.

⁽²⁾Adolph f. Rupp's ، champion ship basketball .prentce hall inc.n.y. 1984 .P24.

⁽³⁾ احمد امين فوزي ، الفت هلال ؛ مبادئ كرة السلة : (الأسكندرية ، الفنية للطباعة والنشر ،(ب،ت) ، ص77.

⁽⁴⁾ محمد عبد الرحيم اسماعيل؛ الأساسيات المهارية والخطبة الهجومية في كرة السلة ، ط2: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 2003 ،

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته و طبيعته المشكلة المراد بحثها .

3-2 عينة البحث: إن اختيار عينة البحث يعتمد على الظاهرة المراد دراستها والإمكانات المادية والفنية المتاحة والوقت اللازم للدراسة وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته فإنه " يلجأ إلى جمعها أما من المجتمع الأصلي كله أو عينة ممثلة لهذا المجتمع⁽¹⁾ .

وأختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي نادي الصليخ الرياضي للشباب ، وقد بلغ عدد أفراد العينة (15) لاعباً ، واستبعد الباحث (5) لاعبين بسبب عدم الحضور اثناء القيام بعملية التصوير وبذلك أصبحت عينة البحث (10) لاعبين .

الجدول (1) يبين المواصفات الجسمية لعينة البحث

ت	المواصفات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الطول(سم)	183.70	6.42	0.99 -
2	الوزن (كغم)	70.00	3.80	0.44
3	العمر(سنة)	17.40	0.51	0.48
5	العمر التدريبي(سنة)	6.10	1.28	0.68

3-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

أدوات البحث "هي الوسائل التي من خلالها يستطيع الباحث جمع البيانات وحل المشكلة لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينة وأجهزة"⁽²⁾ .

3-3-1 الأجهزة المستخدمة في البحث:

- ❖ ميزان طبي لقياس الوزن .
- ❖ كاميرة تصوير فيديو عدد(5) نوع (SONY) يابانية المنشأ ذات سرعة تردد(25) صورة/ثانية.
- ❖ شريط فيديو عدد(5) نوع(VHS).
- ❖ حاسوب الي(جهاز كمبيوتر نوع P4).
- ❖ جهاز تلفزيون عدد(1) نوع(L G).
- ❖ أقراص ليزرية مدمجة(CD).

❖ البرمجيات المستخدمة في جهاز الحاسوب لغرض التحليل وهي:

-برنامج (movie mill)

(1) عامر إبراهيم قنديلجي؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات، ط1 : (عمان ، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، 1999) ص137.

(2) محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ج1 ط3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) ص273.

-برنامج (VCD cutter)

-برنامج (DARTFISH)

3-2 وسائل جمع المعلومات:

استعمل الباحث الوسائل التي يمكن أن يحصل من خلالها على البيانات والمعلومات المطلوبة لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه، والأمور التي استعان بها الباحث هي:

❖ المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

❖ المقابلات الشخصية.

❖ الوسائل الإحصائية.

3-4 إجراءات البحث الميدانية

تضمنت خطوات إجراءات البحث الميدانية تحديد المتغير (البيوميكانيكية) وتنفيذ التصوير الفيديوي والاختبار الخاص بمهارة التصويب بالقفز بثلاث وكما يأتي:-

3-4-1 تحديد المتغير البيوميكانيكي وقيمه:

من خلال اطلاع الباحث على العديد من المصادر والمراجع العلمية (الرسائل والاطاريح) التي تناولت التصويب بالقفز بصورة عامة والتصويب بالقفز بثلاث نقاط بصورة خاصة ، لغرض اختيار بعض المتغير البيوميكانيكي الذي له تأثير بزيادة دقة التصويب وتم عرضها على بعض خبراء التدريب والبيوميكانيك تم التوصل الى المتغير المناسب لطبيعة الدراسة وهدفها وهو كما يأتي:-

(1) الطاقة الكلية لحظتي الاستناد والدفع:

هناك نوعان من الطاقة التي يمكن التعبير عنهما فيزيائيا وهما الطاقة الحركية والطاقة الكامنة ويعبر عن

الطاقة الحركية في لحظتي الاستناد والدفع بالمعادلة الآتية :

$$\text{الطاقة الحركية} = \frac{1}{2} \text{ك.س}^2$$

أما الطاقة الكامنة فهي الطاقة التي يخزنها الجسم بسبب موقعة لحظتي الاستناد والدفع بالمعادلة الآتية :

$$\text{الطاقة الكامنة} = \text{ك} \times \text{ج} \times \text{ع}$$

(2) كتلة الجسم :ويمكن الحصول عليه عن طريق أخذ الوزن لكل لاعب من لاعبي العينة.

وهو مقياس تأثير القوة على الجسم خلال المدة الزمنية المعطاة ويتحدد قياس دفع القوة بالذات بمقدار التغير في كمية حركة الجسم ومن ثم يتحدد بالسرعة باعتبار ان كتلة الجسم ثابتة (الزخم = الكتلة × السرعة) وتم قياسه بوحدة (كغم.م/ثا) ، أما القوة فهي مسببة للتعجيل فقط وعدّها معدل التغير في السرعة.

(3) مؤشر النقل الحركي :-ويمكن ايجاده من خلال علاقة زاوية الانطلاق والطاقة الميكانيكية (الطاقة

الحركية والطاقة الكامنة) المنجزة لحظة الارتقاء في لحظتي الاستناد والدفع.

زاوية الانطلاق

مؤشر النقل الحركي = _____ (د/جول/كغم)

تناقص الطاقة

3-5 تحديد الاختبار المهاري للتصويب بالقفز المحتسب بثلاث نقاط:

((اختبار التصويب بالقفز المحتسب بثلاث نقاط بكرة السلة))⁽¹⁾

الغرض من الاختبار:

(قياس القدرة على الإستلام المنتهي بالتصويب بالقفز - ثلاث نقاط).

الأدوات اللازمة:

- ملعب كرة السلة ، وحاجزان ، وشاخص واحد ، وكرات سلة عدد (8) قانونية ، وشريط قياس جلدي (20 م) ، وشريط لاصق ، وساعة توقيت إلكترونية ، وكريسيان ، وصافرة.

الإجراءات: ينظر الشكل رقم (12).

- تحدد نقطة مركزية أسفل السلة يعتمد عليها في تأشير بعض النقاط الرئيسية.
- تحدد نقطة على الجانب (الأيسر أو اليمين) القريب عن النقطة المركزية وخارج القوس ببعد (30 سم) وتبتعد عن الخط تحت السلة (1.75 م) ، وتمثل وقفة اللاعب المختبر.
- رسم امتداد لخط القاعدة لملاعب الكرة الطائرة للجانبين.
- وضع حاجزين (أرتفاع العمود لكل منهما 2م والحاجز المعلق على كل واحد منهما بطول 100 سم من الأعلى وعرضه 50 سم) على بعد (1.25 م) من خط القوس للتصويب البعيد وباتجاه النقطة الجانبية التي يقف عليها اللاعب المختبر.
- وضع شاخص أمام النقطة الجانبية ببعد (2 م) وخلف الحاجزين من أجل الدوران حوله.
- تحدد نقطة على الجانب (الأيسر أو اليمين) البعيد للنقطة المركزية ببعد (8 م) ، وتمثل وقفة أحد أفراد فريق العمل الذي يسلم الكرة ، وهذه النقطة تبتعد عن الخط الجانبي (1.50 م).

(1) فارس سامي يوسف شابا ؛ بناء وتقنين بطارية إختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للشباب: (أطروحة دكتوراة، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية، 2006)، ص 125



وصف الأداء:

- يقف اللاعب المختبر على النقطة الجانبية (اليسرى أو اليمنى) المؤشرة على الأرض ، وفي الوقت نفسه يقف أحد أفراد فريق العمل ومعه الكرة على النقطة الجانبية المحددة (الجانب الأيمن أو الأيسر للاعب المختبر).
 - عند إشارة البدء (صافرة) يتم تسليم الكرة (مناولة صدرية باليدين) للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام المنتهي بالتصويب بالقفز (ثلاث نقاط) مباشرةً ، وكما موضح بالخطوتين (1،2).
 - يؤدي اللاعب المختبر ثماني محاولات.

- تقسم المحاولات الثمان إلى خمس محاولات من الثبات ، والثلاث الأخرى الأخيرة تتم بعد أن يحصل دوران حول الشاخص الموجود خلف النقطة الجانبية بسرعة، والرجوع إلى النقطة الجانبية نفسها.

شروط الاختبار:

- السرعة في الأداء ، والدوران حول الشاخص يكون يمين الحاجزين إذا كان اللاعب المختبر موجوداً يمين النقطة المركزية والعكس صحيح ، ومساعدة اللاعب المختبر (التنبيه) للبدء بالدوران حول الشاخص ، ولكل لاعب محاولتان خاطئتان فقط.

إدارة الاختبار:

-موقت: يقوم بإعطاء إشارة البدء فضلاً عن حساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار.

-مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء أولاً وتأشير كل من المحاولات الناجحة والفاشلة والزمن ثانياً.

حساب الدرجة:

- يحسب الوقت منذ أستلام اللاعب المختبر الكرة حتى نهاية المحاولة الثامنة بعد أن تترك الكرة يد اللاعب المختبر.
- تقسيم الزمن الى (60 ثا) (*).
- تحسب للاعب درجة عن كل حالة تصويب بالفقز ناجحة.
- تحسب للاعب (صفر) من الدرجات عن كل حالة تصويب بالفقز فاشلة.
- جمع درجات (الدقة) المحاولات الناجحة.
- الدرجة الكلية (النهائية): تقسيم ناتج الدقة على الزمن.

3-6 إجراءات التصوير الفيديوي :-

- لجأ الباحث الى ايجاد ظروف مقارنة لظروف المباريات الفعلية قدر الامكان من ناحية أداء مهارة التصويب بالفقز بثلاث نقاط في المناطق المحددة وبوجود منافس حقيقي يؤدي أسلوب الدفاع ضد أفراد العينة وعلى بعد (1) م.
- تم إجراء تصوير أفراد عينة البحث
- تم التصوير في القاعة الداخلية لـ (لنادي الصليخ الرياضي).
- في كل منطقة محددة تم إعطاء خمس محاولات لكل لاعب مقارنة قدر الإمكان الى الظروف التي تحدث داخل المباراة بوجود خصم وللمناطق المحددة كافة (الجناح . الوسط . الزاوية).

3-7 الوسائل الإحصائية:-

لغرض معالجة البيانات إحصائياً استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) وللتأكد من النتائج استعان بالقوانين الآتية

(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل الارتباط البسيط لـ (بيرسون))

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض المعالم الإحصائية لمؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالفقز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب:

الجدول (4) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالفقز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب وقيمة (R) المحتسبة والجدولية ومستوى الدلالة.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R) المحتسبة	قيمة (R) الجدولية	مستوى الدلالة
مؤشر النقل الحركي من جهة اليمين (الزاوية)	8.98	1.53	0.666	0.63	معنوي
مؤشر النقل الحركي من جهة المواجهة (الوسط)	8.66	1.394	0.676		معنوي
مؤشر النقل الحركي من جهة اليسار (الزاوية)	8.91	2.20	0.642		معنوي

(*) هذا التقسيم من أجل التقريب إلى العدد الصحيح.

يبين الجدول رقم (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية لمتغير لمؤشر النقل الحركي وللمناطق المختلفة من الملعب .فكان الوسط الحسابي لمؤشر النقل الحركي من جهة اليمين (الزاوية) (8.98) وبأنحراف معياري (1.53) ، أما بالنسبة لمتغير مؤشر النقل الحركي من جهة المواجهة(الوسط) فكان الوسط الحسابي (8.66) وبأنحراف معياري (1.394) ، أما مؤشر النقل الحركي من جهة اليسار(الزاوية) فقد كان الوسط الحسابي (8.91) وبأنحراف معياري (2.20) ، وقد بلغت قيمة (R) المحتسبة على التوالي (0.666) (0.676) (0.642) وهي اكبر من قيمة (R) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبالبالغة (0.63) مما يدل على ان هنالك علاقة ذات دلالة احصائية بين كل من مؤشر النقل الحركي و دقة التصويب بالفقز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب .

4-2 مناقشة النتائج:-

من خلال عرض النتائج وتحليلها أتضح بأن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين مؤشر النقل الحركي مع دقة التصويب بالفقز بثلاث نقاط بكرة السلة ويعزى ذلك الى ان زيادة الطاقة الكلية للجسم ستؤدي الى زيادة الدقة وذلك من خلال تطوير الأداء الحركي السريع وحسب المعادلة الاتية⁽¹⁾:-

$$\text{اي ان الطاقة الكلية} = \text{الطاقة الحركية} + \text{الطاقة الكامنة}$$

$$\text{كتلة الجسم}$$

وعلى وفق القانون السابق أعلاه نلاحظ أن كتلة الجسم ثابتة ومن ثم فإن زيادة السرعة تؤدي الى زيادة الطاقة الحركية ، اي انه اذا ما عملنا على زيادة السرعة الحركية للاعب على اعتبار ان الكتلة ثابتة فان ذلك سيؤدي الى ارتفاع الطاقة الحركية لحظة الاستناد وكذلك هو الحال بالنسبة الى الطاقة الكامنة فعندما يكون اللاعب بأعلى ارتفاع ممكن لحظة الاستناد فان ذلك سيؤدي الى زيادة الطاقة الكامنة مما يساهم وبشكل ايجابي في رفع كل من الطاقة الحركية والكامنة لحظة الاستناد وكذلك هو الحال بالنسبة الى الطاقة الميكانيكية لحظة الدفع وهذا يدل على ان اللاعب قد تمكن من اتخاذ الزوايا المناسبة مما جعل الجسم في الوضع المثالي اثناء الارتقاء ، اذ ان اتخاذ الزاوية المناسبة في مفصل الركبة (إذ يتم تحديد الزاوية المناسبة باختلاف نوعية المهارة والهدف الميكانيكي لها) لها دور مهم في تحديد الارتفاع المناسب عند الفقز إذ أن الارتفاع المناسب لمركز ثقل الجسم لحظة التهيؤ أسهم في اتخاذ زوايا مناسبة مما أدى الى تطور الطاقة الكامنة مما يؤدي الى أحداث تطور في مقدار الطاقة الحركية التي تتحقق من خلال المد الفعال للمفاصل العاملة بأقل زمن ممكن للحصول على أعلى ارتفاع ممكن يستطيع اللاعب من خلاله توجيه الكرة بالسرعة والدقة نحو الزاوية المطلوبة وبالتالي الوصول الى اعلى نقطة مما يعمل على زيادة مجال الرؤية للاعب القافز وبالتالي تحقيق الغرض من التصويب ، أما المبالغة في ثني الركبتين سيؤدي الى زيادة الجاذبية الارضية وبالتالي يتطلب من اللاعب بذل قوة اكبر للتغلب على هذه المقاومة ، إذ يؤكد (سعد الدين الشربوني وعبد المنعم هريدي 1998) (بان الثني الحاد في الركبة له تأثيره الكبير في عملية الارتفاع وذلك في أثناء عملية الدفع من مفاصل الرجلين)⁽²⁾.

ويمكن استخدام هذه المؤشرات في الدلالات التدريبية عند تدريب لاعبي كرة السلة عند اداء التصويب البعيد من القفز وذلك من خلال تمكن اللاعب من تحقيق سرعة خلال الاقتراب ومقدار ما يفقده من هذه السرعة لحظة

(1) صريح عبد الكريم الفضلي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 119.

(2) سعد الدين الشربوني وعبد المنعم هريدي ، مسابقات الميدان والمضمار: (الأسكندرية، مكتبة ومطبعة الأشعاع الفنية ،1998) ،ص173.

النهوض وما يترتب عليه من دفع قوة مثالي ينسجم مع الأوضاع التي يتخذها الجسم اثناء عملية القفز مما يساهم في تحقيق أفضل نقل حركي للاعب ويكن استخدام تمارينات القفز والتمارين الارتدادية التي تتميز بضبط ايقاع الزمن المطلوب للأداء الذي يساهم في إنتاج أكبر قدرة عضلية، اي ان جميع تدريبات القوة سواء اكانت بالامتطاط او بالمقاومات المختلفة وفق الاداء المهاري تساهم في زيادة الاداء الحركي للتمرين إذ يشير كل من (محمد حسن علاوي وابوالعلا أحمد عبد الفتاح 1984) الى " أن قابلية الإمتطاط في العضلات أسهمت في زيادة سرعة الأداء الحركي للتمرين المستعمل"⁽¹⁾ وهذا يعني زيادة الشغل الميكانيكي للعضلة وهو يؤدي الى زيادة قدرتها إذ إنّ العضلة كلما طالّت فإن ذلك يعني زيادة المدى الذي يعمل به (القوة) وهو بالذات يؤدي الى زيادة شغل العضلة (قوة العضلة "مسافة العضلة") وكلما كان هذا الشغل المنجز بزمن قصير أدى الى زيادة قيمة قدرتها.

مما تقدم يتضح لنا انه كلما كان التناقص في الطاقة اكبر مع بقاء زاوية الانطلاق بقيمتها قل مؤشر النقل الحركي اي ان هنالك ضعف في النقل الحركي لحظة النهوض وبالتالي عدم اتخاذ الزوايا المناسبة التي تمكن اللاعب من اتخاذ المديات الحركية المناسبة للقيام بعملية نقل القوة من جزء الى اخر مما يؤدي الى عدم اتخاذ الزوايا المناسبة وبالتالي عدم الحصول على زاوية انطلاق جيدة.

5-1 الاستنتاجات: بناءً على ما تقدم تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-

1-وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من مؤشر النقل الحركي ودقة التصويب بالقفز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب.

2-ان تناقص الطاقة الكلية بنسبة قليلة مع بقاء زاوية الانطلاق بقيمتها او بقيمة اقل ساهم في زيادة عملية النقل الحركي وبالتالي زيادة الدقة في التصويب بالقفز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب.

3-ان تناقص الطاقة الكلية بنسبة اكبر مع بقاء زاوية الانطلاق بقيمتها او بقيمة اقل ساهم في اضعاف عملية النقل الحركي وبالتالي ضعف الدقة في التصويب بالقفز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب.

4-وجود تفاوت بسيط لدقة التصويب بالقفز بنسبة الى المراكز التي يقوم فيها اللاعب بعملية التصويب بالقفز بثلاث نقاط.

5-2 التوصيات:

بناءً على ما تقدم يوصي الباحث بما يأتي :-

1-ضرورة التأكيد على معرفة الاسس والقوانين وفهماها بالشكل الامثل لترابطها بالجوانب التدريبية .

2-التأكيد على معرفة العلاقة بين المتغيرات البيوميكانيكية الاخرى ودقة التصويب بالقفز بثلاث نقاط بكرة السلة للشباب.

3-ضرورة اجراء دراسات مشابهة لتطوير المهارات الهجومية الاخرى لكرة السلة.

4-من الضروري ان تؤدي مرحلة النهوض والدفع بأقصى سرعة واقل زمن ممكن لتحقيق اكبر قدر ممكن من الطاقة الميكانيكية.

5-ضرورة اجراء بحوث ودراسات تتضمن دراسة مؤشر النقل الحركي في الفعاليات الرياضية المختلفة حيث ان لمؤشر النقل الحركي أهمية كبيرة في تحقيق اكبر مقدار من الطاقة الميكانيكية الكلية وبالتالي تحقيق الاداء.

(1) محمد حسن علاوي ، ابوالعلا أحمد عبد الفتاح؛ فسيولوجيا التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1984، ص 139.

المصادر العربية والاجنبية

- احمد امين فوزي ، الفت هلال ؛ مبادئ كرة السلة : (الأسكندرية ، الفنية للطباعة والنشر ، (ب،ت).)
- الدين الشربوني وعبد المنعم هريدي ، مسابقات الميدان والمضمار : (الأسكندرية، مكتبة ومطبعة الأشعاع الفنية، 1998).
- طلحة حسام الدين ؛ الميكانيكا الحيوية الأسس النظرية والتطبيقية ، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي) 1993).
- صريح عبد الكريم الفضلي ؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي : (بغداد، مطبعة عدي العكلي، 2007).
- صريح عبد الكريم الفضلي ؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، ط2: (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2010).
- عامر إبراهيم قنديلجي؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات، ط1 : (عمان ، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، 1999).
- عصام الدين متولي عبد الله ؛ علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، ط1: (الاسكندرية ، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر ، 2011).
- فارس سامي يوسف شابا ؛ بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للشباب : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية ، 2006).
- محمد حسن علاوي ، ابوالعلا أحمد عبد الفتاح؛ فسيولوجيا التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1984.
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية، ج1 ط3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995)
- محمد عبدالرحيم اسماعيل؛ الأساسيات المهارية والخطية الهجومية في كرة السلة، ط: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 2003.
- محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسانين؛ الحديث في كرة السلة ، ط2 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- هلال عبد الكريم ؛ تأثير التمرينات الخاصة في تنمية التهديد البعيد بكرة السلة ، جامعه بغداد ، مجله التربية الرياضية، 2004.

المصادر الاجنبية:-

- Adolph f. Rupp's champion ship basketball .prentce hall inc.n.y. 1984
- Cooper A. John & sidestep Daryl, The Theory of science of Basket ball ,2nd Ed: Philadelphia. Lea &Feigner,1975.

ملحق رقم(1)يبين أسماء الأساتذة والخبراء المختصين الدين تم إجراء المقابلة معهم.

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	أيمن حسين علي	أ.د.	أختبارات وقياس كرة اليد	جامعة بغداد/تربية الرياضية
2	بسمان عبد الوهاب	أ.د.	بايوميكانيك جمناستك	جامعة بغداد/تربية الرياضية
3	قصي عبد اللطيف السامرائي	أ.د.	بايوميكانيك - سباحة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
4	ثائر داود سلمان	أ.د.	أختبارات كرة سلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
5	صريح عبد الكريم	أ.د.	بايوميكانيك - ساحة وميدان	جامعة بغداد/تربية الرياضية
6	مكرم سعيد السعدون	أ.د.	تدريب - كرة السلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
7	محمد صالح محمد	أ.د.	تدريب كرة السلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
8	فارس سامي يوسف	أ.د.	اختبار وقياس كرة السلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
9	سلوان صالح جاسم	أ.م.د.	تدريب كرة سلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
10	مهند عبد الستار	أ.م.د.	تدريب - كرة السلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية
11	خالد نجم عبد الله	م.د.	تدريب - كرة السلة	جامعة بغداد/تربية الرياضية

تأثير تمارينات خاصة في تطوير بعض القدرات الحركية والضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين

بالكرة الطائرة

م.م ماجد حميد مرزة

جامعة كربلاء/ قسم الرياضة الجامعية

7777majid77@gmail.com

تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الفرقيّة التي تتميز بتعدد مهاراتها الاساسية وترابط تلك المهارات فيما بينها لذا فأن ضعف اللاعب في أي مهارة ينعكس سلباً على أدائه للمهارات الاخرى ويختلف التعلم الحركي للفرد طبقاً للخصائص التي يتميز بها النشاط الذي يمارسه إذ يحتل أهمية كبيرة بالنسبة إلى معظم الألعاب الرياضية التي تتميز بالمنافسة ومنها لعبة الكرة الطائرة على وجه الخصوص. ومن خلال خبرة الباحث كونه ممارس للعبة الكرة الطائرة لاحظ أن هناك اهتماما بتعلم المهارات الأساسية وبالقابليات البدنية بشكل عام وقلّة التركيز على القدرات الحركية التي يحتاجها لاعبو الكرة الطائرة وخاصة في مهارة الضرب الساحق التي تطورت وتميزت بالسرعة ، الرشاقة، القوة والقدرة على تغيير الاتجاه ،كما أن بناءها يتم على أساس الخبرة الشخصية وليست على أسس علمية مخطط لها ،لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال وضع برنامج تدريبي لتطوير بعض القدرات الحركية والتصور العقلي ومهارة الضرب الساحق للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة وتقديم خدمة لمدرربي فرق الأندية في تطوير فرقهم والارتقاء بها نحو المستوى الأفضل، وهدف البحث الى:

1- التعرف على تأثير التمارينات الخاصة في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

2- التعرف على افضليه التأثير للتمارين الخاصة والتمارين المتبعة من المدرب في تطوير بعض القدرات الحركية ومهاره الضرب الساحق الامامي للاعبين بالكره الطائرة.

استخدام الباحث المنهج التجريبي للمجموعة المتكافئة (ذات الاختبار القبلي والبعدي)، وتحدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين في نادي امام المتقين علي الرياضي والبالغ عددهم (24) لاعباً وتم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة مقدارها(16) لاعباً. واهم الاستنتاجات هي:

1- للتمارين الخاصة الأثر الايجابي في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكره الطائرة.

2- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الخاصة في تطوير القدرات الحركية والضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: القدرات الحركية ، مهارة الضرب الساحق.

The impact of special exercises in the development of some motor abilities and beating crushing the front of the plane budding ball players

By

Majid Hamid Mirza Lecturer Assistant

Karbala University / Department of Undergraduate Sports

7777majid77@gmail.com

Apstract

The volleyball game of the difference games which is characterized by the multiplicity of basic skills and interdependence of these skills with each other, so the weakness of the player at any skill will reflect negatively on the performance of the skills and other different motor learning of the individual in accordance with the properties that characterize the activity exercised it occupies great importance for most games sports competition which is characterized by including a game of volleyball in particular. Through researcher experience being a practitioner of the game of volleyball Note that there is an interest in learning the basic skills and physical in general and the lack of focus on the kinetic capabilities needed by the players in volleyball, especially in the skill of beating overwhelming that have developed and characterized by speed, agility, strength and ability to change direction, and built is based on personal experience and not on the planned scientific grounds, so it felt a researcher studying this problem by developing a training program for the development of some motor abilities and mental perception and skill beating overwhelming for the players beginners plane the ball and provide a service to the club coaches teams in the development of their teams and upgrading for the better level , and target your search:

**1-to identify the impact of the special exercises in the development of some motor abilities and skill landslide hit the front of the plane junior players made the save.
2-recognition advantage vulnerability of exercises and special exercises followed from his coach in the development of some motor abilities and skill landslide hit the front plane of the players made the save.**

The use of the experimental method and equal researcher for the group (with the pretest and posttest), and identifies the research community junior players in front of Club Sports and the pious Ali's (24) players were selected randomly Statistics sample of (16) players. The main conclusions are:

**1-for exercises own positive impact in the development of some motor abilities and skill beating the overwhelming front of the plane junior players made the save.
2. outweigh the experimental group used special exercises to develop these capabilities and beating crushing the front of the plane junior players made the save.**

Key words: motor abilities, skill beating overwhelming.

1- التعرف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

إن التقدم العلمي الذي يشهده العالم في الوقت الحالي يعد احد الأسباب الرئيسية لتقدم ورفي الحياة البشرية من خلال التخطيط العلمي المبرمج والمدرّس ، إذ إن هذا التقدم شمل مجالات الحياة جميعها ومنها المجال الرياضي ، فقد ساعدت الدراسات والبحوث العلمية المتعلقة بالعملية التدريبية ، المدرب على تطوير معرفته بالمتغيرات التي يمكن إن تؤثر في نجاح العملية التدريبية . فقد اتجهت الأبحاث العلمية نحو دراسة التطبيقات المختلفة للعلوم الصرفة، ومنها علم فسيولوجيا التدريب، لما لهذه العلوم من أهمية أساسية في تطوير وسائل التدريب وتقييم أساليبها وبما يسهم في رفع المستوى الرياضي.

وتعد التمرينات الخاصة من الوسائل التدريبية التي تعمل على البناء المباشر للمستوى الرياضي للاعبين فهي بالإضافة إلى تطويرها للصفات البدنية تعمل على تكامل الأداء المهاري وترقية الفهم الخططي.

أن كل نشاط رياضي يحتاج الى متطلبات بدنية ومهارات حركية معينة وان القدرة التوافقية واحدة من تلك المتطلبات التي يحتاجها الرياضي وبمستوى عالٍ ولاسيما قدرات التوافق والرشاقة وان هذه القدرات تساعد الرياضي على دمج عدة مهارات حركية بشكل منظم ومتسلسل وكذلك أداء حركات تحت ظروف متغيرة كما يحدث في عمليات الضرب الساحق بالكرة الطائرة، فسرعة الحركة التي يبذلها اللاعبون نجدها مطلوبة في كل لحظة، وتميز اللعبة بالتكرار في الأداء وبذل القوة بمقادير معينة كل هذه المتغيرات تتطلب من اللاعبين إمكانيات بدنية ومهارية خاصة ومترابطة لتحقيق الانجاز الأفضل، لذلك ركزت الباحث على جانب مهم فيها الا وهو مكونات القدرة الحركية لأنها تعد مطلباً مهماً لإنجاح الجانب المهاري ، فهي قدرات مترابطة ومكاملة بعضها البعض الآخر.

ولعبة الكرة الطائرة من الألعاب الفرعية ذات الجماهيرية الواسعة نظراً لقلّة تكاليفها ولسهولة ممارستها . وان الوصول الى المستويات العالية في هذه اللعبة يتطلب الكثير من الجهد والوقت من قبل المختصين والمدربين لاختيار رياضيين يتمتعون بمواصفات بدنية وقياسات جسمية فضلاً عن الموهبة ، ولكون مهارة الضرب الساحق من المهارات الأساسية المهمة والمؤثرة في تغيير نتائج المباراة ولها الدور الكبير في احراز النقاط اذا اتقنت بالشكل الصحيح من قبل اللاعبين إذ تعد هذه المهارة المحصلة النهائية للأداء المهاري ، والعامل الحاسم في تحديد نتائج المباريات، فالفريق الذي يجيد أعضاءه هذه المهارة غالباً ما يخرج فائزاً في المباراة .

وتكمن أهمية البحث في وضع تمرينات الخاصة لتطوير بعض القدرة الحركية والضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة وتركيز التدريب عليها من اجل المساهمة في الارتقاء بمستوى اللاعبين الى أعلى مستوى وتحقيق أفضل النتائج مستقبلاً .

1-2 مشكلة البحث:

تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الفرعية التي تتميز بتعدد مهاراتها الأساسية وترايط تلك المهارات فيما بينها لذا فإن ضعف اللاعب في أي مهارة ينعكس سلباً على أدائه للمهارات الأخرى ويختلف التعلم الحركي للفرد طبقاً للخصائص التي يتميز بها النشاط الذي يمارسه إذ يحتل أهمية كبيرة بالنسبة إلى معظم الألعاب الرياضية التي تتميز بالمنافسة ومنها لعبة الكرة الطائرة على وجه الخصوص. ومن خلال خبرة الباحث كونه ممارس للعبة الكرة الطائرة لاحظ أن هناك اهتماماً بتعلّم المهارات الأساسية وبالقدرات البدنية بشكل عام وقلّة التركيز على القدرات الحركية التي يحتاجها لاعبو الكرة الطائرة وخاصة في مهارة الضرب الساحق التي تتميز بالسرعة، الرشاقة ، القوة والقدرة على تغيير الاتجاه ، كما أن بناءها يتم على أساس الخبرة الشخصية وليست على أسس علمية مخطط لها ،

لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال وضع تمارين خاصة لتطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة وتقديم خدمة لمدربي فرق الأندية في تطوير فرقهم والارتقاء بها نحو المستوى الأفضل.

1-3 هدفاً للبحث:

1- التعرف على تأثير التمارين الخاصة في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

2- التعرف على افضليه التأثير للتمارين الخاصة والتمارين المتبعة من المدرب في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين بالكرة الطائرة

1-4 فرض البحث:

1- هناك تأثيراً ايجابياً للتمارين الخاصة في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة في الاختبارات القبلية والبعديه.

2- هناك افضليه التأثير للتمارين الخاصة في تطوير بعض القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة في الاختبارات البعديه.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: اللاعبون الناشئون في نادي امام المتقين علي الرياضي 2014-2015 .

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 20 / 7 / 2014 ولغاية 1 / 11 / 2014 .

1-5-3 المجال المكاني: الساحات الخارجية والساحة الترتان المسيجة القاعة في نادي امام المتقين علي الرياضي.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث :استخدم الباحث المنهج التجريبي للمجموعة المتكافئة (ذات الاختبار القبلي والبعدي).

2-2 مجتمع البحث وعينته : تحدد مجتمع البحث بلاعبين الناشئين في نادي امام المتقين علي الرياضي والبالغ عددهم (24) لاعباً وتم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة مقدارها(16) لاعباً وبعدها تم تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين بالعدد ، حيث بلغ عدد كل مجموعه (8) لاعبين ،وبعدها تم استخدام اختبار مان وتني وقد جاء مستوى الدلالة لجميع الاختبارات اعلى من (0,05). مما يدل على عدم وجود فروق معنويه بين المجموعتين.

2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث

2-3-1 الوسائل المستخدمة بالبحث

1- المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية .2- استمارة الاستبيان . 3- الاختبارات والقياس .

2-2-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

1-ملعب الكرة الطائرة.2- كرات طائرة قانونية عدد (10) .3- شريط قياس بطول (30) م.4- ميزان طبي (كغم).5- شواخص ،6- ساعة إيقاف الكترونية لقياس الوقت عدد (2).7- حاسبة يدوية نوع (Casio).

4-2 إجراءات البحث الميدانية:

4-2-1 تحديد صلاحية مكونات القدرات الحركية :

لغرض تحديد صلاحية مكونات القدرات الحركية والتصور العقلي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة عمد الباحث إلى الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والبحوث الخاصة في الكرة الطائرة والتي من خلالها تم تحديدها وأدراجها في استمارة استبيان تم عرضها على (الخبراء والمختصين) والبالغ عددهم (9) خبراء في الكرة الطائرة لغرض استطلاع آرائهم في تحديد صلاحيتها التي تركز عليها اللعبة ، وبعد جمع البيانات تم تحديد صلاحية المتغيرات عن طريق (كا²) والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1) يبين صلاحية مكونات القدرات الحركية والتصور العقلي بالكرة الطائرة

ت	المتغيرات	يصلح	لا يصلح	كا ²	الدلالة
1	الرشاقة	9	0	9	معنوي
2	التوازن	9	0	9	معنوي
3	المرونة الحركية	9	0	9	معنوي
4	التوافق	9	0	9	معنوي

*القيمة الجدولية لكا² عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) بلغت (3.84)

4-2-2 تحديد صلاحية اختبارات مكونات القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي بالكرة الطائرة: لغرض تحديد صلاحية اختبارات مكونات القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة عمد الباحث إلى الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والبحوث الخاصة في الكرة الطائرة والتي من خلالها تم تحديد الاختبارات وأدراجها في استمارة استبيان تم عرضها على (الخبراء والمختصين) والبالغ عددهم (7) خبراء في الكرة الطائرة لغرض استطلاع آرائهم في تحديد صلاحيتها التي تركز عليها اللعبة ، وبعد جمع البيانات تم تحديد صلاحية الاختبارات عن طريق (كا²) والجدول (2) يبين ذلك

الجدول(2) يبين صلاحية مكونات القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي بالكرة الطائرة

المتغيرات	الاختبارات	يصلح	لا يصلح	كا2	الدلالة
الرشاقة	الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)	7	0	7	معنوي
	الركض المتعدد الجهات (بتغيير الاتجاه)	3	4	0.14	غير معنوي
التوافق	نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)	7	0	7	معنوي
	الاشكال الهندسية (توافق عين وذراع)	5	2	1.28	غير معنوي
التوازن	الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)	7	0	7	معنوي
	الوقوف على قدم واحدة مع قتل الجذع للجانبين (10 ثا) توازن ثابت	4	3	0.14	غير معنوي
المرونة الحركية	لمس المستطيلات الاربعة (10 ثا)	4	3	0.14	غير معنوي
	اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)	7	0	7	معنوي
الضرب الساحق الامامي	قياس دقه مهاره الضرب الساحق الامامي بالكره الطائره	7	0	7	معنوي

*القيمة الجدولية لـ كا2 عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) بلغت (3.84)

2-5 التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية من خارج عينة البحث الرئيسية على (6) لاعبين من الناشئين يمثلون (نادي امام المتقين علي الرياضي) وأجريت التجربة في تمام الساعة (5) عصرا في بتاريخ (5 / 8 / 2014) في ساحة منتدى شباب المسيب لاختبارات مكونات القدرات الحركية والتصور العقلي والضرب الساحق بالكرة الطائرة وبعد مرور (7) أيام وتم إعادة التجربة الاستطلاعية بتاريخ (12 / 8 / 2014) على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف وكان الهدف منها:

- 1- التأكد من كفاءة الأجهزة والأدوات.
 - 2- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلا عن وقت الاختبارات الكلية.
 - 3- مستوى صعوبة الاختبارات بالنسبة لعينة البحث.
 - 4- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث لغرض تلافيها مستقبلا
- 2-4-1-2 الأسس العلمية للاختبارات:
- 2-4-2-1 صدق الاختبار: الصدق هو "الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من أجله"⁽¹⁾. ولغرض استخراج صدق الاختبارات المرشحة قام الباحث بعرض محتويات الاختبارات على مجموعة من الخبراء وبذلك حصل الباحث على صدق المحتوى.

(¹) يوسف لازم كماش. اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم . عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002 ، ص 149

2-2-4-2 ثبات الاختبار: من أجل استخراج معامل الثبات لاختبارات لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت " وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽¹⁾. وقد استخدم لحساب معامل الثبات بـ (طريقة الاختبار وإعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الأول والثاني (7) أيام. وقد قام الباحث من استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط سبيرمان للرتب بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني واستخراج معنوية الارتباط عن طريق الوسيلة الإحصائية (ت ر) لمعنوية الارتباط كما موضح بالجدول (3).

2-1-4-3 الموضوعية: تعرف الموضوعية بأنها " مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية"⁽²⁾. واستخدم الباحث معامل الارتباط سبيرمان للرتب لموضوعية الاختبارات بين (درجات الحكم الأول والحكم الثاني)* كما مبين بالجدول (3) .

جدول (3) يوضح معامل الثبات ومعامل الموضوعية لاختبارات القدرات الحركية والضرب الساحق الامامي بالكرة

الطائرة

الاختبارات	معامل الثبات	ت ر المحسوبة	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	ت ر المحسوبة	الدلالة الموضوعية
الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)	0.85	3,95	معنوي	0.88	4.54	معنوي
نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)	0.88	4.54	معنوي	0.92	5.75	معنوي
الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)	0.91	5.38	معنوي	0.92	5.75	معنوي
اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)	0.80	3.27	معنوي	0.85	3,95	معنوي
مهارة الضرب الساحق الامامي	0,88	3.22	معنوي	0.90	3.44	معنوي

* قيمة الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4) بلغت (0.73)

2-5 الاختبار القبلي: قام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بتاريخ 18 / 8 / 2014 قبل الشروع بالتجربة الرئيسية مع ضبط كافة المتغيرات.

2-6 التمرينات الخاصة: قام الباحث بأعداد التمرينات الخاصة لتطوير القدرات الحركية المدروسة والتصور العقلي ومهارة الضرب الساحق للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة معتمد على تجربته و خبر الميدانية و مستعين بآراء بعض الخبراء المتخصصين في علم التدريب الرياضي كرة اليد لذا استغرقت مدة تنفيذ التمرينات (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعياً لكلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) وبمجموع (24) وحدة تدريبية للمدة من (20/8/2014) ولغاية (19/10/2014)، . واستخدام الباحث أسلوب رفع الحمل التدريبي للأسابيع الأولى والثانية والثالثة وخفضه في الأسبوع الرابع والخامس ثم رفعه في الأسبوع السادس والسابع والثامن، بلغ زمن الوحدة التدريبية لتنفيذ مفردات المنهج التدريبي ما بين (20-30) دقيقة من القسم الرئيسي للوحدة التدريبية للمجموعة التجريبية فقط.

▪ مدة التمرينات الخاصة : (8) أسابيع

(¹) نادر فهمي الزبيد وهشام عامر عليان. مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص 145
*د. فراس كسوب ، تعلم حركي - كرة الطائرة .

د.عايد كريم ، اختبارات - كرة الطائرة

(²) ليلي السيد فرحات. القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 2001، ص 169

- عدد الوحدات في الأسبوع : (3) وحدات
- عدد الوحدات الكلية للتمرينات : (24) وحدة
- شدة التمرينات (85 % الى 90%)
- طريقة التدريب (فترتي مرتفع الشدة)

2-7 الاختبارات البعدية: بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التدريبي على المجموعة التجريبية ، تم إجراء الاختبارات البعدية وللمجموعتين (الضابطة والتجريبية) بتاريخ 20 / 10 / 2014 ، وقد نفذت الاختبارات في ظروف مقارنة للاختبارات القبلية وإجراءاتها وبإشراف مباشر من قبل الباحث.

2-8 الوسائل الإحصائية: 1-الوسيط 2- الانحراف الربيعي 3- ارتباط سبيرمان للرتب 4- اختبار مان ويتني 5- اختبار ولكوكسن. اختبار (ت) للمعنوية.

3. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3 - 1 عرض نتائج الفرق في القياسين القبلي والبعدى للاختبارات لإفراد المجموعة الضابطة.

الجدول (5)

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين القبلي والبعدى وقيمة ولكوكسن المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعة الضابطة))

الدلالة الإحصائية	قيمة ولكوكسن المحسوبة	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	4	0.5	9.10	0.75	9.80	الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)
معنوي	2	0.75	20.22	1	18	نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)
معنوي	2.5	0.5	6.30	0.5	5.5	الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)
معنوي	3.5	1.5	25.12	1	23.26	اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)
معنوي	4	1.22	6.90	1.25	6.57	الضرب الساحق الامامى

*قيمة ولكوكسن الجدولية(5) عند مستوى دلالة(0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول (5) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي لاختبار (الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (9.80) بانحراف ربيعي (0.75)، وبعد إجراء الاختبار البعدى للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (9.10) وبانحراف ربيعي (0.50). اما اختبار(نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (18) بانحراف ربيعي (0.75)، وبعد إجراء الاختبار البعدى للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (20.22) وبانحراف ربيعي (1.75). اما اختبار(الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (5.5) بانحراف ربيعي (0.5)، وبعد إجراء الاختبار البعدى للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (6.30) وبانحراف ربيعي (0.5).. اما اختبار(اللمس السفلي والجانبى (30 ثا) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (23.26) بانحراف ربيعي (1)، وبعد إجراء الاختبار البعدى للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (25.12) وبانحراف ربيعي (1.5).. اما اختبار(التصور العقلي البصري) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (10.90) بانحراف ربيعي (2.16)، وبعد إجراء

الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (12.44) وبانحراف ربيعي (2.25). ومن خلال النتائج نلاحظ هنالك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (ولكوكسن) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات (4،2، 2.5، 1، 3.5، 3، 1، 1) تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية. 3-2 عرض نتائج الفرق في القياسين القبلي والبعدي للاختبارات لإفراد المجموعة التجريبية.

الجدول (6)

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين القبلي والبعدي وقيمة ولكوكسن المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعة التجريبية))

الدلالة الإحصائية	قيمة ولكوكسن المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	3	2	8.40	1	10	الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)
معنوي	1.5	1.5	22	1.5	17	نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)
معنوي	4	1	7.5	0.75	4.5	الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)
معنوي	4	1.75	28.56	1.5	22.43	اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)
معنوي	1	1.25	8.10	1.15	6.40	الضرب الساحق الامامي

*قيمة ولكوكسن الجدولية (5) عند مستوى دلالة (0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول (6) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي لاختبار (الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (10) بانحراف ربيعي (1)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (8.40) وبانحراف ربيعي (2). اما اختبار (نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (17) بانحراف ربيعي (1.5)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (22) وبانحراف ربيعي (1.5). اما اختبار (الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (4.5) بانحراف ربيعي (0.75)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (7.5) وبانحراف ربيعي (1). اما اختبار (اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (22.43) بانحراف ربيعي (1.5)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (28.56) وبانحراف ربيعي (1.75). اما اختبار (التصور العقلي البصري) وفي الاختبار القبلي بلغ الوسيط (11.24) بانحراف ربيعي (2.43)، وبعد إجراء الاختبار البعدي للاختبار وللمجموعة نفسها جاء الوسيط (14.35) وبانحراف ربيعي (2.14). ومن خلال النتائج نلاحظ هنالك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (ولكوكسن) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات (3، 3، 3، 1.5، 2) تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية.

3-3 عرض نتائج الفرق في القياس البعدي للاختبارات لإفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية.

الجدول (7)

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارين البعدي وقيمة مان وتنتي المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لنتائج الاختبارات ((المجموعتين الضابطة و التجريبية))

الدلالة الإحصائية	قيمة مان ويتني المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالم الإحصائية الاختبارات
		الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	7	2	8.40	0.5	9.10	الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)
معنوي	3	1.5	22	0.75	20.22	نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)
معنوي	6	1	7.5	0.5	6.30	الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)
معنوي	8	1.75	28.56	1.5	25.12	اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)
معنوي	2	1.25	8.10	1.22	6.90	الضرب الساحق الامامي

*بلغت قيمة مان ويتني الجدولية (15) وعند مستوى دلالة (0.05).

من خلال الاطلاع على الجدول (7) والذي يظهر قيمة الوسيط والانحراف الربيعي لاختبار (الركض الزكزاك بطريقة بارو (بتغيير اوضاع الجسم)) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (9.10) بانحراف ربيعي (0.5)، إما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (8.40) وبانحراف ربيعي (2). أما اختبار (نط الحبل 20 ثا (توافق عين ورجل)) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (20.22) بانحراف ربيعي (0.75)، إما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (22) وبانحراف ربيعي (1.5). أما اختبار (الانتقال فوق العلامات (11) علامة بشكل متعرج لمسافة 10 م (توازن متحرك)) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (6.30) بانحراف ربيعي (0.5)، إما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (7.5) وبانحراف ربيعي (1). أما اختبار (اللمس السفلي والجانبى (30 ثا)) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (25.12) بانحراف ربيعي (1.5)، إما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (28.56) وبانحراف ربيعي (1.75). أما اختبار (التصور العقلي البصري) وفي المجموعة الضابطة بلغ الوسيط (12.44) بانحراف ربيعي (2.10)، إما المجموعة التجريبية جاء الوسيط (14.35) وبانحراف ربيعي (2.14).

ومن خلال النتائج نلاحظ هناك فروق معنوية لذلك استخدم الباحث اختبار (مان وتنتي) لمعرفة الفروق وظهرت النتائج لاختبارات ((7، 3، 6، 8، 2، 5، 4، 8)) تبين إن جميع الاختبارات ظهرت فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية.

3-4 مناقشة النتائج الاختبارات القبلية والبعديه لمجموعتي البحث :

من خلال ما تقدم من عرض وتحليل للجدول السابقة يتضح ان هناك تطور لاختبارات القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ويعزو الباحث سبب تطور المجموعة الضابطة الى تأثير المنهج الاعتيادي الذي وضعه المدرب بالإضافة الى استمرار وانتظام اللاعبين في التدريب الذي كان لها الدور الواضح في هذا التطور. إذ يؤكد (سعد محسن) " آراء الخبراء مهما اختلفت منابع ثقافتهم العلمية والعملية ان البرنامج التدريبي يؤدي حتما الى تطور الانجاز، إذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التدريب وبرمجته واستعمال الشدة المناسبة والمتدرجة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال التكرارات

المثلى وفترات الراحة البيئية المؤثرة وبإشراف مدربين متخصصين تحت ظروف تدريبية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة⁽¹⁾. ويعزو الباحث سبب التطور الكبير الذي حصل على أداء المجموعة التجريبية ان سبب التطور يعود للتمرينات الخاصة التي اعدّها الباحث والذي شملت على تمرينات نوعية مقننة لاكتساب القدرات الحركية والتصور العقلي وهذا يتفق مع ما اشار اليه (SHARMA, 1992) "ان التدريب على التمرينات النوعية يؤدي الى تحسن القدرات الحركية للمراحل السنوية المختلفة وخاصة المبتدئين"². وكذلك إلى إن استخدام وتطبيق وتكرار التمارين التي ركزت على تطوير القابلية لدى المتعلمين على الأداء المركب لحركات أجزاء الجسم المختلفة في وقت واحد قد ساعد أفراد هذه المجموعة في تعلم واكتساب التوافق الحركي وكما يشير (وجيه محجوب) بأن التوافق " عملية مقرونة بإمكانيات الجهاز الحركي على تنظيم القوة الداخلية مع القوة الخارجية ويبقى الجهاز المركزي (الدماغ) هو الأساس في عملية التوافق " ³ ، وبمعنى أدق ساعدت تلك التمارين على اكتساب المتعلم القدرة على " التنظيم والتنسيق والترتيب والتبويب للإيعازات والسيالات العصبية المرسلّة من الدماغ إلى العضلات والأجزاء العاملة من الجسم بحيث ساهم التكرار المستمر لتلك التمارين المعقدة على تنمية القدرة على إرسال وتنظيم إيعازات عصبية محددة ومختلفة من حيث اتجاه الحركة والقوة إلى أجزاء متعددة من الجسم في نفس الوقت"⁴

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات: من خلال النتائج التي توصل اليها الباحث كانت أهم الاستنتاجات هي:

1- للتمرينات الخاصة الأثر الايجابي في تطوير القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

2- هنالك أفضلية للمجموعة التجريبية في تطوير القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق الامامي للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة.

4-2 التوصيات: من خلال الاستنتاجات يوصي الباحث بما يأتي:

1- استخدام التمرينات الخاصة من قبل المدربين لاستفادة منه في تطوير القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق لنفس الفئة العمرية.

2- الاهتمام بتطوير القدرات الحركية ووضعها على شكل تمرينات متدرجة تتلائم مع خصائص المبتدئين.

3- إجراء دراسات مشابهة مع مراحل عمرية مختلفة لتطوير مهارات اخرى.

(1) سعد محسن اسماعيل . تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد. اطروحة دكتوراه . بغداد: 1996، ص 98.

² Sharma, K. D. (1992). "Effects of Biological Age on Coordination abilities". Biology of sport. S. 61-67.

3 وجيه محجوب واحمد بدري .أصول التعلم الحركي .الموصل :الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة،2002،ص.113

⁴ وجيه محجوب واحمد بدري:المصدر السابق، ص.9

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

- أسامة كامل راتب: (تدريب المهارات النفسية) (تطبيقات في المجال الرياضي) ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000.
- ريسان خريبط وعبد الرحمن مصطفى الأنصار ؛ موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضية ط1، ج1 ، عمان ، ب ط، 2001.
- عبد علي نصيف وقاسم حسن حسين. مبادئ علم التدريب الرياضي . بغداد: مطبعة التعليم العالي، 1987.
- قاسم حسن حسين. الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة . ط1. عمان: دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 1998.
- ليلي السيد فرحات. القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 2001.
- محمد العربي : علم النفس الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001.
- نادر فهمي الزيود وهشام عامر عليان. مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
- هارا . أصول التدريب . ترجمة عبدعلي نصيف . ط2 . الموصل : مطبعة التعليم العالي ، 1990.
- وجيه محجوب :علم الحركة (التعلم الحركي) جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989.
- وجيه محجوب واحمد بدري .أصول التعلم الحركي .الموصل :الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة، 2002.
- يوسف لازم كماش. اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم . عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002.

12-Sharma, K. D. "Effects of Biological Age on Coordination abilities". Biology of sport. 1992.

13-Martens, pausing mental imagery to enhance intrinsic motivation journal of sport and exercise psychology 1987.

علاقة الكفاءة المدركة بأداء اللكمة المستقيمة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. علي عبد الحسن حسين ا.م.د. حسن علي حسين نجم ربح نجم عبدالله

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة طالب دراسات عليا/

جامعة كربلاء جامعة كربلاء جامعة كربلاء

ali.abidhasan@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

تتميز الرياضة وظهورها ضمن احدى مظاهر تقدم ورقي المجتمعات واهتمامها ببناء الانسان، والى خصائص ومتغيرات البحث المتمثلة بالكفاءة المدركة ومهارة اللكمة المستقيمة.

وتجلت مشكلة البحث في التعرف على الكفاءة المدركة واداء اللكمة المستقيمة، وكما هدفت الرسالة الى:

1- التعرف على مستوى الكفاءة المدركة واداء اللكمة المستقيمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الكفاءة المدركة واللكمة المستقيمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

اما مجالات البحث فقد شمل المجال البشري على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط، وقد تم اجراء الاختبار واعداد وتطبيق المقياس ضمن ملاعب وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط.

ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والتنبؤية في حين اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط والبالغ عددهم (113) العينة الاستطلاعية (15) طالب وعدد افراد العينة الرئيسية (98) طالب، وبغية تحقيق اهداف الدراسة سعى الباحث الى اعداد مقياس الكفاءة المدركة وفق اساس وخطوات علمية، مستخدما الحقيبة الاحصائية (spss) مع بعض القوانين الاحصائية في معالجة البيانات واستخراج النتائج.

وتم عرض البيانات وتحليلها ومناقشتها من خلال ما افرزته المعالجات الاحصائية التي تمكن الباحث من تحقيق اهداف البحث واختبار فرضيته. وعليه فقد توصل الى عدة استنتاجات وتوصيات اهمها:-

1- هناك علاقة موجبة بين الكفاءة المدركة ومهار اللكمة المستقيمة بالملاكمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط.

2- استنباط معادلة تنبويه لمهارة اللكمة المستقيمة بدلالة الكفاءة المدركة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط.

وبناء على هذه النتائج، أوصى الباحث بما يلي:

1- ضرورة تنمية الكفاءة المدركة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ولاعبي الملاكمة لما لها من علاقة ارتباطية عالية في اداء مهارة اللكمة المستقيمة.

2- استخدام المعادلات للتنبؤ بأداء مهارة اللكمة المستقيمة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

**Relationship perceived competence to perform straight punch to the students of the
Faculty of Physical Education and Sports Science**

By

**Ali Abdul Hassan Hussein. Ph.D. Prof Dean of Physical Education and Sports Science
College/ Karbala University**

**Hassan Ali Hussein. Ph.D. Prof Associate. Physical Education College and Sports
Science / Karbala University**

Najem Rbeh Najem. Student in Master degree

Abstract

Characterized by sport and its appearance within one manifestation of the progress of societies and their interest in building a human, and to search the properties and variables of perceived competence and skill of the straight punch.

The problem manifested itself in the search to identify the perceived efficiency and performance of the straight punch, and the message also aimed to:

1. identification of the perceived level of efficiency and performance of the straight punch to the second phase of the Faculty of Physical Education and Sports Science students.

2. to identify the correlation between the perceived efficiency and punch straight to the second phase of the Faculty of Physical Education and Sports Science students.

The areas of research have included the human field on the second phase students Faculty of Physical Education and Sports Science and Wasit University, has been conducting the test and the preparation and application of the scale within the courts and halls of the Faculty of Physical Education and Sports Science University of Wasit.

The researchers used the descriptive survey style and relations connectivity and predictive while included research community on the second phase of the Faculty of Physical Education students and sports science Wasit University's (113) exploratory sample (15) students and the number of main the respondents (98) student, in order to achieve the objectives of the study Researcher sought to prepare the perceived efficiency measure in accordance with the scientific foundations and steps, using statistical Pouch (SPSS) with some statistical laws in the processing of data and extract the results.

Data were presented, analyzed and discussed through what was produced by statistical treatments that enable the researcher to achieve the goals of the research and test his hypothesis. And he has reached several conclusions and recommendations including: -

1. There is a positive relationship between the perceived efficiency and boxing punch straight to the second stage students of the Faculty of Physical Education and Sports Science University of Wasit.

2. devise predictive equation for skill straight punch in terms of the perceived competence of the second phase of the Faculty of Physical Education and Sports Science students Wasit University.

Based on these results, the researcher recommended the following:

1. the perceived need for efficient development of the students of the Faculty of Physical Education and Sports Science and players of boxing because of its high correlation in the performance of the skill of the straight punch.

2. Use of equations to predict the performance of a skill straight punch to the students of the Faculty of Physical Education and Sports Science.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد الرياضة إحدى مظاهر تقدم الدول وحجم رقيها واهتمامها ببناء الإنسان الجديد فاللقاءات الدولية والعالمية والاولمبية وحتى المحلية منها محافل يتجلى فيها مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي لتحقيق الأداء المميز.

تعد رياضه الملاكمة واحدة من الألعاب الرياضية التي خضعت للعديد من المتغيرات الجديدة منها المتغيرات البدنية والحركية والنفسية والذهنية بما يتماشى مع حاجات وقوانين هذه اللعبة ولهذا سعى المختصون والمعنيون بهذه اللعبة الى اعتماد البحث والتقصي عن كل ما هو جديد يساعد في تقدم وتطوير هذه الرياضة، ونجد انه مهما قدمت المؤسسات الحكومية المعنية بالرياضة وأنفقت عليها وجعلتها جزءا أساسيا من حياة المواطن اليومية ومهما كان مستوى الأعداد التخطيط فانها تبقى أرادة الطالب وكفاءته نحو التعلم والتقدم في المهارة وحرصه على التميز على أقرانه الطلبة والنجاح نقطة الفصل في التفوق.

كما تعتبر انجازات الأداء الرياضي من أكثر العوامل أهمية ففي حال مرور الطالب في خبرات نجاح ضمن أداء معين فان ذلك يعطي مؤشرات واضحة عن مستوى قدرته في هذا النوع من الأداء وكذلك نجاحه في مهمة تتميز بصعوبة وتحدي قدراته فان ذلك يساعده على الارتقاء بفعالية الذات وكفاءة المدركة بدرجة اكبر من نجاحه في أداء مهمة تتميز بالسهولة والوضوح، فضلا عن أن أداء الطالب التي يعزى الى القدرة العالية التي يقوم الطالب بتقييمها ذاتيا على أنها خبرات نجاح وبالتالي ينتج عنها اثر انفعالي وتوقع النجاح المستقبلي في المواقف المشابهة، وعلى العكس من ذلك فان نتائج أداء الطالب التي تعزى الى القدرة المنخفضة يدركها على أنها فشل وينتج عنها اثر انفعالي سلبي وتوقع انخفاض مستوى أدائه في المستقبل. ومن ذلك يستوضح الباحث الأهمية النظرية فيما ينتجه البحث من الإضافة المعرفية والنظرية حول متغيرات البحث الحالي والعمل وفق الصيغ العلمية في أعداد وتقييم مستوى الطلاب وتوجيههم وبهذا تكسب الدراسة أهميتها والحاجة إليها..

1-2 مشكلة البحث:

أن تطور لعبة الملاكمة وضمن دول العالم جاء نتيجة التخطيط العلمي السليم والدراسة الواعية في جميع ميادينها وجوانبها. وباعتبار أن العمليات النفسية والعقلية هي أرقى مراتب النشاط الإنساني وأصبح قياس وتقييم مستوياتها هدفا رئيسيا وضرورة ملحة لابد منها، لذا على القائمين بالعملية التعليمية والتدريبية التمكن من مهاراتها ومحاولة إكسابها لطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للوصول بهم الى مستويات متقدمة في تعلم واكتساب المهارات الأساسية ضن الألعاب الرياضية، ونتيجة لهذا تأتي هذه المحاولة العلمية في أمكانية معرفة علاقة الكفاءة المدركة بأداء اللكمة المستقيمة لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وهي محاولة علمية متواضعة للخوض في متغيرات هذه الدراسة..

1-3 أهداف البحث:

1- التعرف على مستوى الكفاءة المدركة وإداء اللكمة المستقيمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الكفاءة المدركة واللكمة المستقيمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

4-1 فرض البحث:

1- هناك علاقة ارتباطية بين الكفاءة المدركة ومهارة اللكمة المستقيمة.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة واسط.

2-5-1 المجال الزمني: 2015/ / لغاية 2015/ /

3-5-1 المجال المكاني: القاعات الدراسية وقاعة الملاكمة في كلية التربية الرياضية جامعة واسط.

6-1 المصطلحات المستخدمة:

- الكفاءة المدركة: "هي أدراك الفرد للنجاح أو الشعور بخبرات النجاح، ولكي يكون الفرد كفؤاً في مجال انجازي معين فإنه أن يسعى للتفوق والتمكن مما يولد لديه مشاعر ايجابية".⁽¹⁾

2-الاطار النظري

1-2 مفهوم الكفاءة المدركة:

"ظهر مفهوم الكفاءة المدركة على يد العالم(ألبرت باندورا) عندما قدم نظرية متكاملة لهذا المفهوم حدد فيها أبعاد ومصادر الكفاءة المدركة، وتعد من المفاهيم المهمة التي طرحتها النظرية المعرفية الاجتماعية لتفسير السلوك الإنساني وتتطور الكفاءة المدركة من خلال الخبرات النشطة ذات الدلالة في حياة الفرد حيث الحاجات المتكررة له وتزيد من ثقته في الكفاءة المدركة بينما يضعف الفشل المتكرر الإحساس بالثقة في تحقيق النجاح"⁽²⁾.

"يرى أصحاب النظرية الاجتماعية أن مصطلح الكفاءة المدركة يمثل مكون حاسماً في أحساس الفرد بالضبط الشخصي والسيطرة على مصيره والتوافق مع أحداث الحياة، وان أحساسه بالضبط والسيطرة الشخصية يعملان على التوافق والتقليل من مستوى الضغوط النفسية"⁽³⁾.

كما عرفت(هارتر) الكفاءة المدركة نقلا عن محمد حسن علاوي "هي عبارة عن تكوين متعدد الإبعاد وهذه الإبعاد تتفاعل معاً وتؤثر على محاولات البدء لإحراز التفوق في مجال انجازي معين، كما تؤثر على تطور خصائص السلوك الانجازي"⁽⁴⁾. وعرفها أيضا محمد حسن علاوي(1998) "يقصد بسلوك توجه القدرة الرغبة في الاحتفاظ أو في استمرار أدراك مقبول أو مفضل للقدرة، وهدف هذا النوع من السلوك هو تنشيط أو تفعيل احتمال أظهر قدرة عالية، أو الإقلال قدر الإمكان من احتمال أظهر قدرة منخفضة"⁽⁵⁾، "حيث أن نتائج السلوك أو الأداء التي تعزى الى القدرة العالية يقوم الفرد بتقييمها ذاتياً على أنها خبرة نجاح وبالتالي ينتج عنها اثر انفعالي ايجابي وتوقع النجاح المستقبلي في المواقف المشابهة، وعلى العكس من ذلك فان نتائج السلوك أو الأداء التي تعزى القدرة المنخفضة يدركها الفرد على أنها فشل وينتج عنها اثر انفعالي سلبي وتوقع انخفاض المستوى في المحاولات المستقبلية

⁽¹⁾ محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998، ص281.

⁽²⁾ فتحي مصطفى الزيات: البنية العاملية للكفاءة الذاتية ومحدداتها، المؤتمر الدولي السادس للإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، القاهرة، 1999، ص381.

⁽³⁾ سالي طالب علوان: الكفاءة الذاتية المدركة عند طلبة جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع33، جامعة بغداد، 2011، ص228.

⁽⁴⁾ محمد حسن علاوي: مصدر سبق ذكره، 1998، ص281.

⁽⁵⁾ محمد حسن علاوي: مصدر سبق ذكره، 1998، ص289.

للتفوق⁽¹⁾. ويعرفها الباحث بأنها دوافع فطرية لدى الأفراد ليكونوا أكفاء في انجاز مهمة معينة تتميز بالصعوبة والتعقيد نوعاً ما، أو تتولد لدى الأفراد بسبب تراكم خبرات النجاح في مجال عمله. يرى الباحث أن الكفاءة المدركة هي ادراك الطالب لقدراته وامكانياته قبل النزال او داخل حلبة الملاكمة كما تساعده على تنظيم وتنفيذ المهمات والواجبات المطلوبة منه والتغلب على المواقف المختلفة.

2-2-2 لجمات مستقيمة:

وهي لجمات تضرب أو توجه للأمام بشكل مستقيم مع مستوى النظر وتصيب الوجه أو الجسم أو البطن من الأمام وتمتاز بدقة الإصابة وبشدتها وسرعة وصولها إلى الهدف إذا أدت بإتقان ومنها⁽²⁾:-

2-2-2-1 لجمات مستقيمة يسار (للرأس و للجزع):⁽³⁾

تعتبر اللكمة المستقيمة اليسارية لكمة سهلة الأداء وهي أول ما يتعلمه المبتدأ من اللجمات، وتعتبر أسهل وأسرع وأدق اللجمات وأكثرها فاعلية في الحصول على نقاط وتستخدم أساسا في الهجوم في المسافات الطويلة فضلا عن استخدامها بكثرة في الحركات التمويهية لخداع المنافس وتشتيت انتباهه وفتح الثغرات لدى المنافس، وهناك نوعين من اللجمات الأساسية للكمة اليسارية:

أولاً: لكمة مستقيمة موجهة الى الرأس:

في وضع الاستعداد يقوم الملاكم بدفع ذراع الأيسر على كامل امتداده مع دوران القبضة اليسرى للداخل قليلاً على إن تكون القبضة وعظمتا الساعد والعضد في خط مستقيم وفي ذات الوقت ينقل مركز ثقله على القدم اليسرى مع دوران قليلاً لجهة اليسار بحيث يكون ظهر القبضة للأعلى عند ملاستها رأس المنافس وتكون الذراع اليمنى في وضع انثناء بحيث تغطي منطقة الوجه والذقن والجزع بواسطة الكف المفتوح وعودة الذراع الأيسر الى وضعه الأولى (وقفة الاستعداد).

ثانياً: لكمة مستقيمة موجهة الى الجزع:

من وضع وقفة الاستعداد تسديد اللكمة باتجاه الجزع والذراع ممدودة كامل الامتداد بحيث يميل الملاكم بالجزع قليلاً للأمام وانثناء بسيط بالركبتين وإيصال اللكمة الى المنطقة المحددة مع مراعاة الدفاع (رفع الذراع اليمين كحائط صد أمام الذقن).

2-2-2-2 الأخطاء الشائعة للكمة المستقيمة اليسارية¹:

- ارتفاع الرأس للأعلى أثناء الأداء مما يعرضه للكم.
- انخفاض قبضة اليمين المدافعة للأسفل مما يكشف الوجه من جانب اليمين أثناء الأداء.
- كشف الجسم من الجانب الأيمن لارتفاع المرفق أثناء الأداء.
- عدم عودة ذراع اللكم بصورة مستقيمة اي بنفس الخط الذهاب مما يؤدي الى طول زمن العودة مما يعرض الوجه للكم.
- التأشير قبل الأداء مما يحذر المنافس.
- عدم تقدير المسافة بين الملاكم ومنافسه.
- عدم شد القبضة بإحكام عند اللكم مما يعرضه للإصابة.

(1) محمد حسن علاوي: مصدر سبق ذكره، 1998، ص 289.

(2) يحيى إسماعيل: أسس نظرية وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، مطبعة الصيادين، 1999، ص 73.

(3) يحيى إسماعيل: نفس المصدر، 1999، ص 74.

(4) محمود عبد الله احمد (آخرون): تعليم وتدريب الملاكمة، الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1990، ص 132.

- اللكم بجانب القفاز وعدم دوران القبضة للداخل.
- عدم استغلال دفع وزن الجسم مع اللكمة أثناء الأداء.

2-2-3 لكمات مستقيمة يمين (للرأس وللجذع) (1):

تعتبر هذه اللكمة من اللكمات الهامة القوية ذات التأثير الفعال على مستوى سير النزالات لما تتميز به من المدى الحركي الكبير في ميكانيكية حركة دوران الجذع وتكون هذه اللكمة سريعة ومؤثرة وتؤدي للكمة أساسية أو مضادة بهجوم المنافس. وهناك نوعين من اللكمات المستقيمة اليمينية:

أولاً: اللكمة المستقيمة اليمينية الى الرأس:

وتعتبر هذه اللكمة من اللكمات القوية ذات التأثير الفعال على مستوى سير اللكم لما تتميز به من المدى الحركي الكبير الناتج عن لف الجذع وربطها بالدفع الكبير من القدم اليمنى كما تعتبر من أسهل اللكمات في التعليم والأداء ولكي يتأكد المدرب أو المدرس من إتقان الملامك أو المبتدأ طريقة أداء المستقيمة اليمينية ينظم للملامك أو الطالب برنامج لتطوير هذه اللكمة باستخدام اللكم الخيالي (شد وبوكس).

ثانياً: اللكمة المستقيمة اليمينية الى الجذع:

وهي من اللكمات الأكثر استخداماً من المستقيمة اليمينية الموجهة الى الرأس بسبب انخفاض وضعها وتكون هذه اللكمة بعد التمهيد لها بلكمة يسارية وتعتبر هذه اللكمة من اللكمات القوية والفعالة التأثير في الهجوم عند أصابتها للمعدة وتعتبر من ضمن اللكمات التي تؤدي ضربتها المفاجئة والسريعة الى سقوط المنافس بالضربة القاضية فضلاً عن استخدام هذه اللكمة في الهجوم والهجوم المضاد كلكمة مقابلة أو جوابية (مرتدة) بعد ربطها بالدفاع المناسب، وتؤدي من الثبات ومن الخطوة.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

أن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعية تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب، إذ استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والتنبؤية وهذا ما يراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثه وتحقيق أهداف دراسته.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة واسط للعام الدراسي (2014-2015) والبالغ عددهم (115) طالب، وبعدها قام الباحث باختيار عينات بحثه بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة من عناصر المجتمع المبحوث وقد قسمت الى:

3-2-1 العينة الاستطلاعية:

تمثلت بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط، واشتملت على (15) طالب شكلت نسبة مئوية مقدارها (13.04%) من المجتمع الأصلي.

¹ - محمد جسام عرب (آخرون): الملاكمة (تعليم، تدريب، تحكيم)، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2012، ص60-63.

3-2-2 العينة الرئيسية:

تمثلت بطلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط، واشتملت على (98) طالب شكلت نسبة مئوية مقدارها (85.21%) من المجتمع الأصلي.

3-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة:

وهي الوسيلة والأسلوب أو الإلية التي يستعملها الباحث لجمع المعطيات والأدلة وطريقة تحليلها... أو هي وسيلة تنفيذ المنهج والمنهجية التي اختارهما الباحث وتحدد نوع الأدوات التي يستعملها في بحثه وعددها وشكلها بحسب نوع المادة وطبيعة موضوع البحث⁽¹⁾.

3-3-1 وسائل البحث (وسائل جمع المعلومات):

- المصادر العربية والاجنبية.
- الملاحظة.
- الاستبيانات.
- المقاييس.
- المقابلات الشخصية.
- الاختبارات.

3-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة:

- استمارات تقويم الأداء الفني لمهارة اللكمة المستقيمة.
- ساعة توقيت.
- ساعة توقيت عدد (1).
- حاسبة يدوية (ENKO).
- جهاز حاسوب (لا بتوب) (DELL).
- اقراص (CD) عدد (2).
- اقلام سوفت عدد (2).
- قفازات عدد (25).
- اكياس لكم عدد (2).
- واقية رأس عدد (25).
- صافرة عدد (1).
- كراسي عدد (5).

(1) محمد شيا: مناهج التفكير وقواعد البحث، ط2، بيروت، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، 2008، ص 17-168.

3-4 خطوات البحث وإجراءاته الميدانية:

3-4-1 إجراءات مقياس الكفاءة المدركة:

لغرض قياس وتحديد الكفاءة المدركة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط تطلب ذلك من الباحث القيام بمسح المصادر والمراجع العلمية واعتماد مقياس (نجم ربح نجم عبدالله)⁽¹⁾ المبني ضمن إحدى الدراسات المحلية على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والمتضمن (52) فقره وقد قام الباحث بدرج فقرات مقياس الكفاءة المدركة ضمن استمارة استبيان* وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين** لغرض التقويم والحكم على مدى صلاحية كل فقرة في قياس ما وضعت من أجل قياسه فضلاً عن إبداء الرأي حول صلاحية بدائل الإجابة المعتمدة (دائماً، أحياناً، نادراً)، وبعد جمع الاستمارات ومعالجتها إحصائياً باستخدام اختبار مربع كاي، كما أبدوا رأيهم حول صلاحية بعض فقرات المقياس وحذف عدد من الفقرات وكما مبين في الجدول (1) ونتيجة لهذا الأجراء أصبح عدد فقرات مقياس الكفاءة المدركة المتفق عليها من قبل الخبراء والمختصين هي (52) فقرة، ولكشف عن موضوعية استجابة المختبرين والابتعاد عن زيف الاستجابة ونمطية الإجابة، استخدم الباحث عدة أساليب منها إخفاء الغرض الحقيقي من المقياس فضلاً عن استخدام أسلوب تكرار ثلاثة فقرات إلى فقرات المقياس الأصلية تكون متشابهة معها في المعنى وتختلف بالمضمون (النص) كونه الأكثر شيوعاً في الكشف عن موضوعية الاستجابة، حيث قام الباحث باختيار (3) فقرات تحمل التسلسلات (1/13، 2/23، 3/33)، بعدها قام بصياغة (3) فقرات مكررة لها وهي تحمل التسلسلات (1/53، 2/54، 3/55) بذلك يصبح عدد فقرات المقياس (55) فقرة***، وكما مبين في جدول (2).

جدول (1)

يبين نسبة اتفاق الخبراء وقيمتي (كا²) المحسوبة والجدولية حول صلاحية فقرات مقياس الكفاءة المدركة

ت	المجالات	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	عدد الموافقين	النسبة المئوية	فقرات الموافقين	النسبة المئوية	قيمة (كا ²)		قبول الترشيح
								المحسوبة	الجدولية	
1	توجيه التمكن	2,5,7,19	4	18	%100	صفر	صفر	18	صفر	√
		4,8,11,14,20	5	17	%94.44	1	%5.55	14.22	صفر	√
		1,6,16,17	4	16	%88.88	2	%11.11	10.88	صفر	√
		3,9,13	3	15	%83.33	3	%16.66	8	صفر	√
		18	1	14	%77.77	4	%33.22	5.55	صفر	√
		15	1	12	%66.66	6	%33.33	2	صفر	√
		12	1	11	%61.11	7	%38.88	0.88	صفر	√
		10	1	10	%55.55	8	%44.44	0.22	صفر	√

¹نجم ربح نجم: نسبة مساهمة الادراكات الحس-حركية والكفاءة المدركة وفقاً للاستئارة في اداء اهم المهارات الاساسية بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، 2015.

* ينظر الملحق (1)

** ينظر الملحق (2)

*** ينظر ملحق (3)

	√	3.84	18	صفر	صفر	%100	18	10	1,2,6,8,1 0,11,12,1 3,15,17	الذات التنافسية	2
	√		14.22	%5.55	1	%94.44	17	4	3,5,9,18		
	√		10.88	%11.11	2	%88.88	16	3	4,7,16		
	√		8	%16.66	3	%83.33	15	1	14		
√			2	%33.33	6	%66.66	12	1	20		
√			0.88	38.88	7	%61.11	11	1	19		
	√		18	صفر	صفر	%100	18	9	1,3,5,9,1 0.11,16,1 7,18		
	√	14.22	%5.55	1	%94.44	17	6	2,6,8,12, 19			
	√	10.88	%11.11	2	%88.88	16	1	15			
	√	5.55	%22.22	4	%77.77	14	1	7			
√		2	%33.33	6	%66.66	12	1	13			
√		0.88	38.88	7	%61.11	11	2	4,20			
							60	المجموع			

جدول (2)

يبين الفقرات الأصلية ضمن المقياس والفقرات المكررة

الفقرات المتكررة	ت	الفقرات الأصلية	ت
لديه القدرة في التأثير على زملائي الملاكمين	1/53	اشعر أنني أتمكن من التأثير على زملائي الملاكمين	1/13
اشعر أن لدي حماس أكثر من زملائي	2/54	اشعر أنني ممتلئ بالحماس أكثر من زملائي	2/23
أنا من الذين لا ينتابهم التوتر والانفعال قبل النزال	3/55	أكون مسترخياً وغير متوتر قبل النزال	3/33

3-4-1-1 استطلاع مقياس الكفاءة المدركة: لغرض تحديد الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس وكشف الصعوبات التي قد تواجه الباحث عند تطبيق المقياس على أفراد عينة البناء وبالتالي تلافيتها استطلع المقياس بتاريخ 2015/ / على عينة مكونة من (15) طالب تم اختيارهم عشوائياً من عناصر المجتمع المبحوث، وقد تبين أن الفقرات كانت واضحة وإن الوقت المستغرق للإجابة كان ما بين (10-15) دقيقة.

3-4-1-2 الأسس العلمية لمقياس الكفاءة المدركة: تعد الخصائص السيكومترية المتمثلة بالصدق والثبات من أهم شروط جودة وصلاحيته المقاييس المستخدمة في عملية القياس والتقييم.

3-4-1-2-1 صدق مقياس الكفاءة المدركة: يشير صدق الاختبار إلى "الصحة أو الصلاحية إلى أن الاختبار يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لقياسها دون أن يقيس وظيفة أخرى إلى جانبها"⁽¹⁾. وقد تحقق الباحث من صدق مقياس الكفاءة المدركة من خلال مؤشر صدق المحتوى عندما عرض المقياس على مجموعة من الخبراء

(1) صلاح الدين محمود علام: القياس والتقييم في التربية وعلم النفس، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2007، ص89.

والمختصين لإقرار صلاحية فقراته في قياس مستوى الكفاءة المدركة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط، بعدها سعى الباحث الى حساب صدق التكوين الفرضي من خلال الكشف عن علاقة درجة الفقرة بدرجة المجموع الكلي للمقياس من خلال استخدام معامل ارتباط(بيرسون)، ونتيجة لهذا أظهرت الدلالة المعنوية عند جميع معاملات الارتباط المحسوبة وكما مبين ضمن الجدول(3).

جدول (3)

يبين قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجموع الكلي لمقياس الكفاءة المدركة ونوع الدلالة الإحصائية

المجال	تسلسل الفقرة	قيمة معامل الارتباط	نوع الدلالة الإحصائية
توجيه التمكن	1/1	0.341	معنوي
	1/4	0.313	معنوي
	1/7	0.332	معنوي
	1/10	0.348	معنوي
	1/13	0.298	معنوي
	1/16	0.329	معنوي
	1/19	0.362	معنوي
	1/22	0.366	معنوي
	1/25	0.294	معنوي
	1/28	0.313	معنوي
	1/31	0.344	معنوي
	1/34	0.385	معنوي
	1/37	0.411	معنوي
	1/40	0.392	معنوي
	1/43	0.355	معنوي
	1/46	0.306	معنوي
الذات التنافسية	1/49	0.404	معنوي
	1/51	0.376	معنوي
	2/2	0.461	معنوي
	2/5	0.328	معنوي
	2/8	0.369	معنوي
	2/11	0.299	معنوي
	2/14	0.310	معنوي
	2/17	0.279	معنوي
	2/20	0.452	معنوي
	2/23	0.463	معنوي
2/26	0.422	معنوي	
2/29	0.394	معنوي	
2/32	0.302	معنوي	

معنوي	0.376	2/35	خبرات النجاح
معنوي	0.298	2/38	
معنوي	0.333	2/41	
معنوي	0.312	2/44	
معنوي	0.315	2/47	
معنوي	0.416	2/50	
معنوي	0.355	2/52	
معنوي	0.278	3/3	
معنوي	0.322	3/6	
معنوي	0.256	3/9	
معنوي	0.291	3/12	
معنوي	0.374	3/15	
معنوي	0.313	3/18	
معنوي	0.443	3/21	
معنوي	0.454	3/24	
معنوي	0.493	3/27	
معنوي	0.338	3/30	
معنوي	0.308	3/33	
معنوي	0.451	3/36	
معنوي	0.474	3/39	
معنوي	0.401	3/42	
معنوي	0.336	3/45	
معنوي	0.376	3/48	
معنوي	0.383	3/51	

3-4-1-2-2 ثبات مقياس الكفاءة المدركة:

يشير الثبات إلى "أن الاختبار موثوق به ويعتمد عليه أو أن درجة الفرد لا تتغير جوهرياً بتكرار إجراء الاختبار أو اتساق نتائج الاختبار مع نفسها"⁽¹⁾. وللتحقق من ثبات مقياس الكفاءة المدركة استخدم الباحث طريقة ألفا كرونباخ، وتهدف هذه الطريقة للوصول إلى قيمة تقديرية لمعامل ثبات الاختبارات التي تكون درجات مفرداتها متعددة أي تتطلب إجابة الاستبانة من أكثر من بديلتين، ولإيجاد الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الكفاءة المدركة اعتمد الباحث على بيانات أفراد عينة البناء البالغ عددهم (98) من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) تم استخراج ثبات المقياس الذي بلغ (0.941) وهو معامل ثبات عالي وموثوق به، وبما أنه لا يوجد اختبار يحقق درجة ثبات مطلقة لأنه من غير الممكن التخلص من أخطاء القياس الناتجة من عدة أسباب ودور أخصائي القياس هو التقليل من هذه الأخطاء الحتمية، لذا سعى الباحث إلى استخراج قيمة الخطأ المعياري للمقياس لأن "الخطأ المعياري للمقياس هو انحراف معياري متوقع نتيجة أي شخص يجري اختباره وهو يتوقف على طول فقرات الاختبار وكذلك

(1) سبع محمد أبو لبة: مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، ط1، عمان، دار الفكر العربي، ناشرون وموزعون، 2008، ص220.

نوعية الفقرات وعلى تباين المختبرين⁽¹⁾. وقد بلغت قيمة الخطأ المعياري (3.507) وبناءً على ذلك فإن الدرجة الحقيقية التي يحصل عليها الطالب في المقياس تساوي الدرجة الخام (\pm) درجة الخطأ المعياري.

3-4-2 تحديد اختبار للكلمة المستقيمة:

بعد أن حدد الباحث مهارة الكلمة المستقيمة من خلال مشكلة البحث، الواجب تعليمها الى طلبة المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ولغرض ترشيح الاختبار الذي يعبر عن قياس الأداء الفني لدى الطلاب، قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث، ومن ثم ترشيح مجموعة من الاختبارات وإدراجها في استمارة استبيان* وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين* في لعبة الملاكمة والتعلم الحركي لاستطلاع آرائهم حول أهمية الاختبارات المدرجة المعنية بقياس مهارة الكلمة المستقيمة، وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخراج الأهمية النسبية أظهرت النتائج عن قبول الاختبار الذي حققه درجة مقدارها (40) فأكثر من الأهمية ونسبة (57.14%) من الأهمية النسبية حسب رأي (7) من الخبراء والمختصين، حيث أسفرت النتائج عن قبول ترشيح (1) اختبار معني بقياس مهارة الكلمة المستقيمة من أصل (3) اختبارات، والجدول (4) يبين ذلك .

الجدول (4)

يبين درجة الأهمية والأهمية النسبية و ترشيح اختبار الكلمة المستقيمة حسب رأي خبراء

المهارة	ت	الاختبارات	درجة الأهمية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
الكلمة المستقيمة	1	اختبار وسادة الحائط	27		√
	2	اختبار الملاكمة مع الزميل	32		√
	3	اختبار أداء سلسلة لكمات على كيس اللكم يسار يمين لمدة (5) ثانية من الثبات	61	√	

3-5 التجربة الاستطلاعية:

لغرض الوقوف على دقة العمل الخاص بالبحث وصلاحيته، فقد تم إجراء تجربة استطلاعية يوم الاحد والاثنين الموافق 22-23/2/2015 الساعة العاشرة صباحاً في القاعات الدراسية وحلبة الملاكمة والملاعب التابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط على عينة مكونة من (15) طالب من المرحلة الثانية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ومن خارج عينة البحث، إذ تضمنت هذه التجربة إجراء اختبار الكلمة المستقيمة على الكيس، وكان الهدف منها كما يأتي:

- 1- مدى تفهم واستيعاب المختبرين لمفردات الاختبار.
- 2- التعرف على الوقت المستغرق لإجراء كل اختبار فضلاً عن وقت اللازم للاختبارات.
- 3- التأكد من صلاحية الاستمارات المعدة لتسجيل البيانات**.

(¹) محمود أحمد عمر (آخرون): القياس النفسي والتربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، 2010، ص219.

* ينظر ملحق (4)

* ينظر ملحق (5)

** ينظر ملحق (6)

4- معرفة مدى ملائمة الأدوات المستعملة وضمن سلامة الطلاب.

5- تنظيم عمل الفريق المساعد وتوضيح التعليمات المتعلقة بإجراء الاختبارات.

6- الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبارات.

7- استخراج الأسس العلمية لاختبار مهارة اللكمة المستقيمة.

3-5-1 لأسس العلمية لاختبار:

لكي يحقق الاختبار الهدف والغرض الذي وضع من أجله ويعتمد على صحته وصدقه، يجب أن تتوافر فيه شروط ومواصفات أهمها المعايير العلمية للاختبار من (صدق وثبات وموضوعية) وعليه سعى الباحث إلى إيجاد الأسس العلمية للاختبار المختار وكما يأتي:

3-5-1-1 صدق الاختبارات:

يعد الصدق واحدا من المؤشرات التي يجب توافرها في الأداة الاختيارية المعتمدة في قياس أي من الصفات والظواهر الرياضية، ولغرض تحديد صدق الاختبار المعني بقياس مهارة اللكمة المستقيمة وكذلك صدق استمارة تسجيل الاختبار المهاري قام الباحث باستخراج صدق المحتوى من خلال عرض الاختبار والاستمارة على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في التعلم الحركي والتدريب الرياضي ولعبة الملاكمة وقد أقرت أهمية الاختبار والاستمارة الاصلح بعد أن أتفق السادة الخبراء والمختصين على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وكما هو مبين في الجدول(4).

3-5-1-2 ثبات الاختبار:

لإيجاد ثبات الاختبار المعني بقياس مهارة اللكمة المستقيمة قام الباحث بتنفيذ الاختبار يوم الاحد والاثنين الموافق 22-23/2/2015 على أفراد العينة الاستطلاعية وبعدها سعى الباحث إلى إعادة تطبيق الاختبارات تحت نفس الظروف والتوقيت بعد فترة(10) أيام في يوم الخميس الموافق 5/3/2015 بعدها قام الباحث بحساب معامل الارتباط البسيط(بيرسون) بين التطبيق الأول للاختبار والتطبيق الثاني للاختبار، وقد أوضحت نتائج التحليل الإحصائي إلى أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات والجدول(5) يبين ذلك.

3-5-1-3 موضوعية الاختبار:

يقصد بموضوعية الاختبار هي "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين"⁽¹⁾ ومن أجل استخراج موضوعية الاختبار المعني بقياس مهارة اللكمة المستقيمة لطلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط اعتمد الباحث على تقييم درجات محكمين عندما تم تطبيق الاختبار في التجربة الاستطلاعية بعدها سعى الباحث إلى استخراج قيم معامل ارتباط(بيرسون) بين تقييم الحكم الأول والحكم الثاني وقد أظهرت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجة ارتباط عالية بين تقييم المحكمين وعند الاستدلال عن معنوية الارتباطات قام الباحث باستخراج قيمة(ت) لمعنوية الارتباط المحسوب ومقارنتها بقيمتها الجدولية البالغة(2.16) عند مستوى دلالة(0.05)، ودرجة حرية(13)، كما مبين في الجدول(5).

⁽¹⁾مصطفى باهي و صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2007، ص91.

جدول (5)

يبين الاختبار المعني بقياس مهارة اللكمة المستقيمة ومعامل الثبات والموضوعية وقيمة (ت) لمعنوية الارتباط والدلالة الإحصائية

المتغيرات	ت	الاختبارات	معامل الثبات	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
مهارة اللكمة المستقيمة	1	اختبار أداء سلسلة لكلمات مستقيمة على كيس اللكم يسار يمين لمدة (5) ثانية من الثبات	0.876	7.468	معنوي	0.865	7.181	معنوي

3-5-2 صلاحية الاختبار:

أن واحد من أهداف وأغراض التجربة الاستطلاعية هو تحليل مفردات الاختبارات من أجل انتقاء الملائم والصالح منها وان هذه العملية تستوجب الأخذ بعين الاعتبار ناحيتين أساسيتين هما: (2)

- 1- مستوى صعوبة وسهولة الاختبار بالنسبة لمن سيطبق الاختبار عليهم ضمن أفراد عينة البحث.
- 2- القدرة (القوة) التمييزية للاختبار وذلك للتعرف على قدرة الاختبار في التفريق بين مستويات أفراد العينة المتطرفة.

3-5-2-1 مستوى سهولة الاختبار وصعوبته:

لغرض التعرف على مستوى سهولة الاختبار وصعوبته وكيفية توزيع نتائجها عمد الباحث إلى استخراج قيم معامل الالتواء للاختبار المطبق على أفراد العينة الاستطلاعية واعتماد نتائج التطبيق الثاني والتعرف على توزيع أفراد العينة في اختبار خضعت له والكشف عن اعتدالية التوزيع من خلال قيمة معامل الالتواء فيما إذا كانت صفرية⁽¹⁾، وهذا يؤشر مدى مناسبة الاختبار لمستوى أفراد العينة وقد أظهرت النتائج أن قيم معامل الالتواء كانت صفرية ولم تتجاوز $(1 \pm)$ ، والجدول (6) يبين ذلك.

⁽¹⁾ محمد جاسم الياسري: بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية لانتقاء الناشئين بعمر (10-12) سنة، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1995، ص105.

⁽²⁾ وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999، ص166.

جدول (6)

يبين اختبار مهارة اللكمة المستقيمة ووحدات قياسها ومقاييس الإحصاء الوصفي وطبيعة توزيع العينة

طبيعة توزيع العينة	معامل الالتواء	مقياس الإحصاء الوصفي				وحدة القياس	الاختبارات	المستقيمة مهارة اللكمة
		خطأ معياري	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي			
اعتدالي	0.164	0.337	1.307	7	7.06	درجة	اختبار أداء سلسلة لكلمات مستقيمة على كيس اللكم يسار يمين لمدة (5) ثانية من الثبات	

3-5-2-2 القدرة التمييزية للاختبارات:

أن من المؤشرات الموضوعية لصلاحية الاختبارات قدرتها على التمييز بين إنجاز أفراد العينة (ذوي الانجاز العالي وذوي الانجاز الواطئ)⁽²⁾، ولحساب القدرة التمييزية للاختبار المعني بقياس اللكمة المستقيمة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عمد الباحث إلى ترتيب الدرجات الخام التي حصل عليها خلال التجربة الاستطلاعية الثانية ترتيباً تصاعدياً من أدنى درجة إلى أعلى درجة بعدها تم اختيار ما نسبة (33%) من الدرجات العليا و(33%) من الدرجات الدنيا التي تمثل قيم المجموعتين الطرفيتين والمقدرة بـ(5) طلاب لكل مجموعة، ثم قام الباحث باستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبار واختبار (ت) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد إذ تمثل قيمة (ت) المحسوبة القوة التمييزية للاختبار بين أفراد العينة العليا والدنيا عند مقارنتها بقيمتها الجدولية البالغة (3.306) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8)، والجدول (7) يبين ذلك .

جدول (7)

يبين القدرة التمييزية للاختبارات من خلال المجموعة العليا والمجموعة الدنيا

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
المستقيمة مهارة اللكمة	اختبار أداء سلسلة لكلمات مستقيمة على كيس اللكم يسار يمين لمدة (5) ثانية من الثبات	درجة	8.50	0.790	5.80	0.758	5.511	معنوي

3-6 التجربة الرئيسية:

نظراً لاستكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بأجراء التجربة الأساسية التي أكدت صلاحية الاختبار والمقياس المرشحة لقياس مهارة اللكمة المستقيمة والكفاءة المدركة باشر الباحث بأجرائه على أفراد عينة البحث والبالغ عددهم (98) طالب ينتمون إلى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط وقد تم إجراؤها في القاعات الدراسية وملاعب

⁽¹⁾مخلد محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الأداء والوضع الحركي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006، ص45.

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط واستغرقت (3) يوم بدأت يوم الاثنين الموافق 2015/4/6 وانتهت يوم الاثنين الموافق 2015/4/20 حيث عمل الباحث على توزيعها على شكل أيام، بعدها اتجه إلى تفرغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية.

3-7 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيبة في المواضيع الآتية:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- قيمة مربع كاي.
- عامل الالتواء.
- الخطأ المعياري.
- معامل ارتباط (بيرسون).
- قيمة (T) لمعنوية الارتباط.
- قيمة (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد.
- الانحدار الخطي على شكل خطوات ومنها تم إيجاد.
- الانحدار البسيط.
- الانحدار المتعدد.

4- نتائج البحث عرضها وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض واقع المتغيرات المبحوثة:

بعد إجراء عملية قياس المتغيرات من خلال تطبيق الاختبار والمقياس المعنية بقياسها والحصول على البيانات وتحقيق هدف الدراسة الأول المتضمن (التعرف على مستوى الكفاءة المدركة واداء اللكمة المستقيمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) قام الباحث باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري ومعامل الالتواء واكبر قيمة واقلها، لمتغيرات الدراسة وقد أوضحت النتائج المتعلقة بالمعالجات الإحصائية أن قيم معامل الالتواء وعند جميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا مؤشر يدل على توزيع عينة البحث توزيع اعتدالياً، كما أن قيمة الخطأ المعياري تشير الى مناسبة حجم العينة للتحليل الإحصائي والجدول (8) يبين ذلك.

الجدول (8)

يبين وحدة القياس و مؤشرات الإحصاء الوصفي للمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	العينة	وحدة القياس	اقل قيمة	أكبر قيمة	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
الكفاءة المدركة	98	درجة	105.00	149.00	127.173	5.000	11.533	1.165	.097
اللكمة المستقيمة	98	درجة	4.00	10.00	7.079	15.000	1.535	.155	.303

1-1-4 واقع مستوى الكفاءة المدركة لدى أفراد عينة البحث:

بعد استكمال اعداد مقياس الكفاءة المدركة وتطبيقه على أفراد عينة البحث من طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط والبالغ عددهم (98) طالباً والمتضمن (52) فقرة موزعة على ثلاث مجالات وهي (توجيه التمكن، الذات التنافسية، خبرات النجاح)، والتحقق من موضوعية استجابة المختبرين والتي أثبتت استبعاد (2) استمارة من مقياس الكفاءة المدركة واحدة لم يكمل المختبر الإجابة على فقراتها وواحدة كانت مجموع قيم الفروق المطلقة اكبر من القيمة المحكية المعتمدة للمقياس المطبق، بعدها سعى الباحث الى حساب قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات (98) طالباً، وحساب الوسط الفرضي لمقياس الكفاءة المدركة البالغ (104) وبعد الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسط الحسابي المتحقق والوسط الفرضي للمقياس من خلال استخدام اختبار (T) لعينة واحدة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والتعرف على واقع مستوى الكفاءة المدركة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط للعام الدراسي (2014-2015) أوضحت النتائج المتعلقة بتحليل البيانات ان الوسط الحسابي المتحقق لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة المدركة قد بلغ (127.17) درجة وبانحراف معياري (11.53) درجة وعند إجراء المقارنة بين الوسط الحسابي المتحقق والوسط الفرضي للمقياس تبين أن هناك فرقاً دالاً إحصائياً لان قيمة (T) المحسوبة البالغة (67.35) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.97) عند درجة حرية (97) وتحت مستوى دلالة (0.05) والجدول (9) يبين ذلك.

الجدول (9)

يبين دلالة الفرق بين الوسط الحسابي المتحقق والوسط الفرضي لمقياس الكفاءة المدركة

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		الدلالة المعنوية
					المحسوبة	الجدولية	
98	127.17	11.53	104	97	67.35	1.96	معنوي

من خلال الجدول (9) تبين أن الفرق لصالح الوسط الحسابي المتحقق وهذا يدل على أن مستوى الكفاءة المدركة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط هو مستوى عالي لان قيمة الوسط الحسابي المتحقق أعلى من قيمة الوسط الفرضي للمقياس.

2-4 دراسة معامل ارتباط الكفاءة المدركة في أداء مهارة اللكمة المستقيمة وتحليلها ومناقشتها: عند دراسة معامل ارتباط الكفاءة المدركة بأداء مهارة اللكمة المستقيمة، أوضحت نتائج ارتباط اللكمة المستقيمة ارتباطاً موجباً بمتغير (الكفاءة المدركة) وهو ما يشير أن اللكمة المستقيمة تتناسب تناسباً طردياً مع هذه المتغير، والجدول (10) يبين ذلك.

جدول (10)

يبين مصفوفة الارتباط لمهارة اللكمة المستقيمة بالكفاءة المدركة

المتغيرات	اللكمة المستقيمة	كفاءة مدركة
اللكمة المستقيمة	1.000	0.293

ومن خلال جدول (10) يتبين أن ارتباط اللكمة المستقيمة ارتباطاً دالاً بـ (كفاءة مدركة) ولغرض التعرف على الدلالة المعنوية لمعامل ارتباط اللكمة المستقيمة مع تقديرات الكفاءة المدركة، يسלט الباحث الضوء على ما جاء ضمن الجدول (11).

جدول (11) يبين دلالة معنوية معامل ارتباط اللكمة المستقيمة بالكفاءة المدركة

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	طبيعة الارتباط	نسبة المساهمة	النسبة المعدلة	قيمة t المحسوبة	دلالة معامل الارتباط
اللكمة المستقيمة + الكفاءة المدركة	0.282	بسيط	0.079	0.060	6.231	0.031

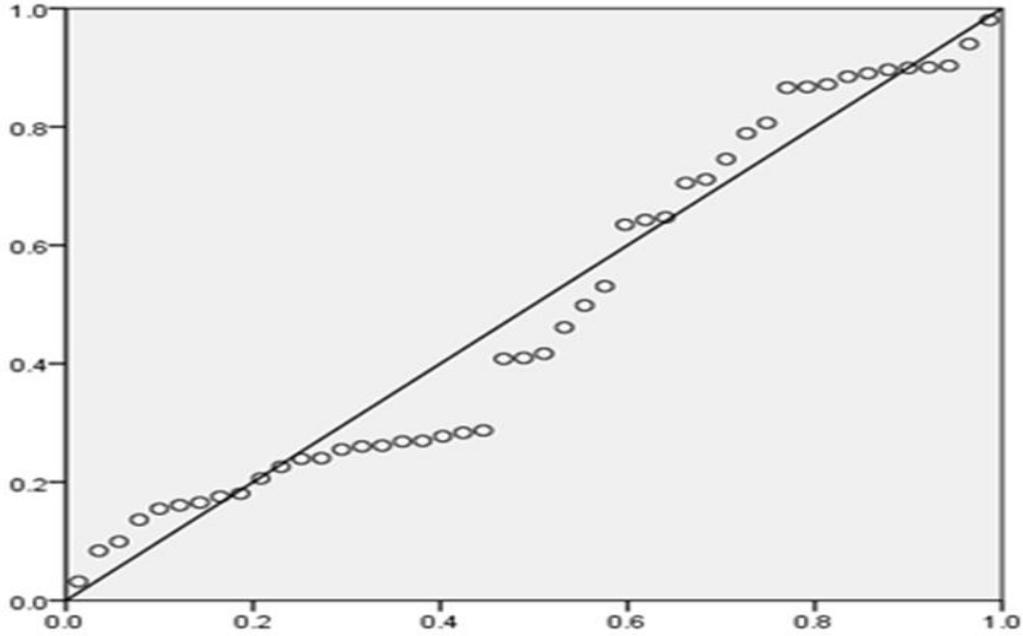
ومن خلال الجدول (11) يتبين أن قيمة المعامل ونسب مساهمة متغير (الكفاءة مدركة) باللكمة المستقيمة كانت معنوية من خلال اختبارها عند حساب قيمة (t) المحسوبة باعتبارها مؤشر لمعنوية معامل الارتباط والذي بلغت قيمتها المحسوبة وعند جميع معاملات الارتباط اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.692).. كما أكد محمد جسام على "ان قدرة الملاكم على رؤية حركات منافسه ترتبط بنمو خاصية الكفاءة المدركة وتعد مهمته عند تسديد لكمات بسرعة ويزمن قليل جداً نتيجة إدراكه للكلمة منافسه"⁽¹⁾ وذكر أيضاً "كلما تدرّب الملاكم أو المتعلم على مواقف مختلفة داخل حلبة النزال تزداد إحساساته وكفاءته المدركة وكلما زادت المعرفة بالدور الذاتي والنفسي للملاكم أو المتعلم سهل التفاعل في سرعة الأداء"⁽²⁾. ولغرض التنبؤ للأداء للكلمة المستقيمة بدلالة الكفاءة المدركة والحصول على قيمة تنبؤيه أو متوقعة للكلمة المستقيمة لدى طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة سعى الباحث إلى استخدام معادلات الانحدار الخطي والتي يمكن من خلالها التنبؤ بهذه العلاقة، يسלט الباحث الضوء على شكل الانحدار الخطي والقيم الخاصة بمعاملات الانحدار الخطي بين اللكمة المستقيمة والكفاءة المدركة والمشار إليها ضمن الجدول (12) والشكل (1).

جدول (12) يبين القيم المقدرة للتنبؤ لمهارة اللكمة المستقيمة بدلالة الكفاءة المدركة

المتغيرات	المعاملات		الخطأ المعياري لمعامل الانحدار	قيمة t المحسوبة	الدلالة المعنوية
	طبيعة المعامل	قيمة المعامل			
الثابت	أ	7.818			
الكفاءة المدركة	ب4	0.006	0.002	-3.000	0.006

(1) محمد جسام عرب (وآخرون): الملاكمة الحديثة الأسس الفنية والخطية، ط1، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2011، ص203.

(2) محمد جسام عرب (وآخرون): مصدر سبق ذكره، 2011، ص 203.



شكل (1) يوضح انحدار المتغيرات المبحوثة مع مهارة اللكمة المستقيمة

ويتبين من خلال الجدول (12) والخاص بقيم معادلة الانحدار الخطي للكمة المستقيمة بدلالة متغير (الكفاءة المدركة) يمكن استنباط معادلة تنبؤية أو استنباط قيمة متوقعة للكمة المستقيمة لكل طالب من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وكما يأتي:

$$\text{الدرجة المتوقعة للكمة المستقيمة للطالب} = 7.818 + (0.006 \times \text{درجة الكفاءة المدركة}).$$

مثال: على ذلك اللكمة المستقيمة المتوقعة للطالب (ضياء حسين عليوي) والذي حصل على تقدير...

$$\text{كفاءة مدركة} = 133 -$$

القيمة المتوقعة لمهارة اللكمة المستقيمة:

$= 7.818 - (133 \times 0.006) = (7.02)$ في حين أن الوسط الحسابي لهذه المهارة قد بلغ (7.516) مما يؤشر أن الطالب (ضياء حسين عليوي) يتمتع بمستوى أقل من زملائه في الكفاءة المدركة وهذا يؤكد بالإمكان أن نتوقع أن يحقق مستوى جيد بالنسبة لزملائه في اللكمة المستقيمة.

5 - الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات: من خلال ما أفرزته نتائج البحث خلص الباحث إلى عدة استنتاجات وهي:-

1- أظهرت النتائج ان هناك علاقة موجبة بين الكفاءة المدركة ومهار (اللكمة المستقيمة) بالملاكمة لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط.

2- استنباط معادلة تنبؤية لمهارة اللكمة المستقيمة بدلالة (الكفاءة المدركة) لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط.

5-2 التوصيات: على ضوء ما أفرزته نتائج البحث خلص الباحث إلى عدة توصيات وهي:-

- 1- ضرورة تنمية الكفاءة المدركة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ولاعبي الملاكمة لما لها من علاقة ارتباطية عالية في أداء مهارة اللكمة المستقيمة.
- 2- استخدام المعادلات للتنبؤ بأداء مهارة (اللكمة المستقيمة) لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

المصادر

- سالي طالب علوان: الكفاءة الذاتية المدركة عند طلبة جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع33، جامعة بغداد، 2011.
- سبع محمد أبو لبة: مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، ط1، عمان، دار الفكر العربي، ناشرون وموزعون، 2008.
- صلاح الدين محمود علام: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2007.
- فتحي مصطفى الزيات: البنية العاملية للكفاءة الذاتية ومحدداتها، المؤتمر الدولي السادس للإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، القاهرة، 1999.
- محمد جاسم الياسري: بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية لانتقاء الناشئين بعمر (10-12) سنة، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1995.
- محمد جسام عرب (آخرون): الملاكمة الحديثة الأسس الفنية والخطية، ط1، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2011.
- محمد جسام عرب (آخرون): الملاكمة (تعليم، تدريب، تحكيم)، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2012.
- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998.
- محمد شيا: مناهج التفكير وقواعد البحث، ط2، بيروت، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، 2008.
- محمود أحمد عمر (آخرون): القياس النفسي والتربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، 2010.
- محمود عبد الله احمد (آخرون): تعليم وتدريب الملاكمة، الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1990.
- مخلد محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الأداء والوضع الحركي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006.
- مصطفى باهي و صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2007.
- نجم ربح نجم: نسبة مساهمة الادراكات الحس-حركية والكفاءة المدركة وفقا للاستشارة في اداء اهم المهارات الاساسية بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، 2015.
- وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.

- يحيى إسماعيل: أسس نظرية وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، مطبعة الصيادين، 1999.
ملحق (1)

مقياس الكفاءة المدركة بصيغته الاولى

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م/ استبيان آراء الخبراء

تحية طيبة...

الأستاذ الفاضل..... المحترم

يروم الباحث القيام اعداد مقياس الكفاءة المدركة لطلاب المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية المشمولين
ببحثه الموسوم بـ(علاقة الكفاءة المدركة بأداء اللكمة المستقيمة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) ونظرا
لما تتمتعون به من الخبرة الميدانية والكفاءة العلمية، يرجى تحديد صلاحية فقرات مقياس الكفاءة المدركة مع
إضافة أو تعديل أي فقرة ترونها مناسبة، علما أن بدائل الإجابة هي(دائما، أحيانا، نادرا)
مع الشكر والتقدير...

الاسم واللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي:

الاختصاص:

مكان العمل:

التوقيع:

طالب الماجستير

نجم ربح نجم الغنيماي

الكفاءة المدركة :

هي تكوين متعدد الأبعاد وهذه الأبعاد تتفاعل معا تؤثر على محاولات البدء لحرزا التفوق في مجال انجازي
معين أو هي دوافع فطرية لدى الافرد لكي يكونوا أكفاء في جميع مجالات الانجاز البشري لتساع الإلحاح(الدوافع
الفطري).

توجيه التمكن:

تعني الرغبة في التميز والتمكن على الزميل و المنافس أثناء التدريب المنافسة.

ت	الفقرة	تصلح	لا تصلح	بحاجة الى تعديل
1	لا أتردد في مساعدة زميل يعاني من مشكلة			
2	اشعر أنني أتمكن من التأثير على زملائي			
3	امتلك القدرة في الحد من خطورة منافسي أثناء النزال			
4	لديه القدرة من زيادة دافعية حماسي أثناء النزال			

5	أتميز بسرعة تغيير طريقة أدائي حسب ظروف النزال		
6	ينتابني الشك في قدرتي على النجاح بتعلم المهارة المطلوبة		
7	اخطط مسبقا لما انوي أن أفعله		
8	احدد أهدافي المراد تحقيقها بشكل دقيق		
9	أشارك الزملاء الفرحة بعد الفوز بالنزال		
10	ارغب دائما في ارتداء ملابس مميزة عن الآخرين		
11	عندما أكلف بعمل صعب فأنتني أؤديه بثقة		
12	عندما اسمع مدحا يوجه الي آخرين فأنتني اشعر بالضيق		
13	ارغب دائما إصابة المنافس بالكمه المستقيمة		
14	ارغب في معرفة خطط ونوايا المنافس كي أتمكن منه		
15	أتميز عن زملائي عند اهتمام أساتذتي		
16	أنا من الذين يأخذ الأستاذ في بعض ملاحظاتي		
17	اشعر أن دوري بين زملائي هام ومؤثر		
18	أتمكن من حل جميع مشكلات زملائي		
19	احدد واجباتي من خلال لائحة أضعتها لنفسي		
20	لدي القدرة أن استقراز المنافس أثناء النزال		

الذات التنافسية:

الرغبة والامتثال بالمنافسة مع الآخرين ومحاولة مقارنة مستوى الفرد بمستوى الزملاء وان يكون أفضل

منهم.

ت	الفقرة	تصلح	لا تصلح	بحاجة الى تعديل
1	لم يحدث أن شعرت بالكراهية تجاه احد من زملائي			
2	أنا من الذين لا أتقبل نواحي الضعف الخاصة بي			
3	اشعر دائما ببذل جهد طويل أثناء النزال			
4	تقدم المنافس بالنتيجة يشعرنني بالإحباط			
5	عدم جديتي في النزال هو سبب هزيمتي			
6	استطيع تحديد نقاط الضعف لدى المنافس بسرعة			
7	ارغب في تحدي المنافسين ذات المستوى العالي			
8	ابذل جهد مميز في النزال المهم			
9	الأعمال الصعبة تعطيني دفعة معنوية قوية			

10	أنا من الذين يكرهون الفشل		
11	اشعر بالفرح الشديد عندما أتمكن من لكم المنافس لكمه قاضية		
12	اشعر أنني ممتلئ بالحماس أكثر من زملائي		
13	اشعر بالبهجة عندما انهي نزالا صعبا لصالحه		
14	ارغب أن انفرد بالقرار مع زملائي		
15	اشعر بالسعادة عندما أقدم أداء مميز مع زملائي		
16	استطيع تصور أي مهارة حركية بصورة واضحة		
17	أتهيئ نفسي قبل اشتراكي بالمنافسة		
18	أتجنب الفوز بالنزال من خلال طرائق غير قانونية		
19	انسب النجاح في النزال لي وحدي		
20	أطيع أوامر الأستاذ دون مناقشة		

خبرات النجاح:

تمثل الإقبال نحو الممارسة والتدريب لمحاولة تحقيق التفوق وبالتالي الإحساس والشعور بالرضا والسعادة.

ت	الفقرة	تصلح	لا تصلح	بحاجة الى تعديل
1	اشعر بالسعادة عندما انجح في الفوز على المنافس			
2	أكون مسترخيا وليس متوتر قبل النزال			
3	أنا مستمع جيد عندما يتحدث احد أساتذتي			
4	اشعر أنني محبوب من قبل أساتذتي وزملائي كوني أحبهم			
5	اشعر بإمكانني التقدم على المنافس وتعديل النتيجة			
6	أتوقع الفوز في كافة النزالات على الزميل			
7	أجد أنني لا استطيع تمثيل جامعتي في البطولات			
8	نتيجة لجهودي الفردية اشعر بمستوى جيد في النزال			
9	اعرف جيدا كيف أقوم بالاسترخاء بالوقت المناسب في النزال			
10	إصراري على تحقيق النجاح سبب أدائي الجيد			
11	أتحكم في أعصابي عند سماعي كلمات بذينة			
12	اشعر بالتفاؤل عند النظر الى المستقبل			
13	اشعر أنني لدي فكرة واضحة عن أهدافي وخططي لبلوغها			
14	اشعر بالسعادة عندما أصيب المنافس بالكمة المستقيمة اليسارية			

15	اشعر بالرضا عند نجاحي بعمل أقوم به		
16	أتصور أدائي للحركات دون أن أقوم بأدائها		
17	الضوضاء التي تحدث من قبل المشاهدين للنزال لا تشتت انتباهي		
18	اعرف كيف أوزع جهدي أثناء النزال		
19	نجاح أدائي في النزال يرجع الى سرعة تفكيري واتخاذ القرار المناسب		
20	لا أقوم بوضع الدفاع عن منطقة الرأس خوفا من الخصم		

ملحق (2)

أسماء الخبراء الذين تم عرض فقرات المقياس عليهم

ت	الاسم	الاختصاص	اللقب العلمي	مكان العمل
1	محمد جاسم الياسري	اختبار وقياس	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
2	علي سلوم جواد الحكيم	اختبار وقياس	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة واسط
3	عامر سعيد الخيكاني	علم النفس الرياضي	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
4	عباس حسين عبيد السلطاني	تدريب/ملاكمة	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
5	حيدر عبد الرضا الخفاجي	علم النفس الرياضي	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
6	سوسن هودود عبيد	اختبار وقياس	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
7	حازم موسى عبد	اختبار وقياس	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية
8	عبود جواد راضي العتابي	القياس والتقييم	أستاذ مساعد	كلية التربية/ قسم العلوم التربوية والنفسية/جامعة واسط
9	أمل علي سلومي	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
10	مي علي عزيز	اختبار وقياس	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية
11	رشيد ناصر خليفة الهاشمي	علم النفس التربوي	أستاذ مساعد	كلية التربية/ قسم العلوم التربوية والنفسية/جامعة واسط

12	عزيز كريم وناس	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة كربلاء
13	علي عطشان خلف	تدريب/ملاكمة	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية
14	أمنه فاضل محمود	قياس وتقويم	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
15	مخلد محمد جاسم الياسري	تدريب	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
16	حسين عبد الزهرة الفتلاوي	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
17	فراس عبد المنعم عبد الرزاق	علم النفس الرياضي/ملاكمة	مدرس دكتور	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى
18	سامر عبد الهادي احمد	تعلم حركي /ملاكمة	مدرس دكتور	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة كربلاء

ملحق (3)

مقياس الكفاءة المدركة بصيغته النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا/ الماجستير

عزيزي الطالب...

في أدناه بعض التعليمات، يرجو الباحث منكم قراءتها بعناية من اجل الإجابة الدقيقة على الفقرات وهي:-

عدم ذكر الاسم.

عدم ترك اي فقرة بلا جواب.

ضرورة الإجابة بصراحة ودقة.

ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للإجابة.

لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة طالما تعبر عن رأيك.

وضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك وأمام كل فقرة كما في المثال.

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1/1	أنا دائم التفكير في مستقبلتي الرياضي		√	

طالب الماجستير

نجم ربح نجم الغنيموي

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1/1	أسعى الى مساعدة زميل يعاني من مشكلة			
2/2	اشعر بالمودة والمحبة تجاه زملائي			
3/3	اشعر بالسعادة عندما انجح في الفوز على المنافس			
1/4	أتميز بسرعة تغيير طريقة أدائي حسب ظروف النزال			
2/5	ارفض من يقدم لي نقاط ضعفي			
3/6	أتحكم في أعصابي عند سماعي كلمات بذيئة من الجمهور			
1/7	امتك القدرة في الحد من خطورة منافسي أثناء النزال			
2/8	اشعر بانني ابذل جهد كبير أثناء النزال			
3/9	أكون مستمع جيد عندما يتحدث احد أساتذتي معي			
1/10	امتك القدرة على زيادة دافعية حماسي أثناء النزال			
2/11	أرى أن تقدم المنافس بالنتيجة يشعرنني بالإحباط			
3/12	اشعر بإمكانني التقدم على المنافس وتعديل النتيجة			
1/13	اشعر أنني أتمكن من التأثير على زملائي الملاكمين			
2/14	أرى أن عدم جديتي في النزال هو سبب هزيمتي			
3/15	أتوقع الفوز في كافة النزالات على الزميل المنافس			
1/16	ينتابني الشك في قدرتي على النجاح بتعلم المهارة المطلوبة			
2/17	استطيع تحديد نقاط الضعف لدى المنافس بسرعة ودقة			
3/18	أجد أنني لا استطيع تمثيل جامعتي في البطولات			
1/19	اخطت مسبقاً لما انوي أن أفعله أثناء النزال			
2/20	ارغب في تحدي المنافسين ذات المستوى العالي			
3/21	اشعر بمستوى جيد في النزال نتيجة جهودي الفردية			
1/22	احدد أهدافي المراد تحقيقها بشكل دقيق			
2/23	اشعر أنني ممتلئ بالحماس أكثر من زملائي			
3/24	اعرف جيداً كيف أقوم بالاسترخاء بالوقت المناسب في النزال			
1/25	أشارك الزملاء الفرحة بعد الفوز بالنزال			
2/26	اعتقد أن الأعمال الصعبة تعطيني دفعة معنوية قوية			

			أرى أن سبب أدائي الجيد هو إصراري وعزيمتي على تحقيق النجاح	3/27
			أؤدي أعمالى الصعبة بثقة وحماس عالي	1/28
			أسعى الى تحقيق النجاح والفوز وأتجنب الخسارة والفشل	2/29
			اشعر بالتفاؤل عند النظر الى المستقبل	3/30
			ارغب إصابة المنافس بلكمه المستقيمة	1/31
			اشعر بالفرح الشديد عندما أتمكن من لكم المنافس لكمة قاضية	2/32
			أكون مسترخيا وغير متوتر قبل النزال	3/33
			ارغب في معرفة خطط ونوايا المنافس كي أتمكن منه	1/34
			ابذل جهد مميز في النزال المهم	2/35
			اشعر بالسعادة والفرح عندما أصيب المنافس بلكمة مؤثرة	3/36
			أنا من الذين يأخذ الآخرين في بعض ملاحظاتي	1/37
			اشعر بالبهجة عندما انهي نزالا صعبا لصالحى	2/38
			اشعر بالرضا عند نجاحى بعمل أقوم به	3/39
			اشعر أن دورى بين زملاي هام ومؤثر	1/40
			ارغب أن انفرد بالقرار مع زملاي	2/41
			أتصور ذهنياً أدائى للحركات مسبقاً دون أن أقوم بأدائها	3/42
			أتمكن من حل جميع مشكلات زملاي	1/43
			اشعر بالسعادة عندما أقدم أداء مميز مع زملاي	2/44
			أرى أن الضوضاء التى تحدث من قبل الجمهور فى لنزال لا تشتت انتباهى	3/45
			احدد واجباتى من خلال لائحة أضعها لى نفسى	1/46
			استطيع تصور أى مهارة حركية بصورة واضحة	2/47
			اعرف كيف أوزع جهدى أثناء النزال	3/48
			امتلك القدرة أن استقر المنافس أثناء النزال	1/49
			أتهب نفسياً قبل اشتراكى بالمنافسة	2/50
			أرى أن نجاح أدائى فى النزال يرجع الى سرعة تفكيرى واتخاذ القرار المناسب فى الوقت المناسب	3/51
			أتجنب الفوز بالنزال من خلال طرائق غير قانونية	2/52
			لدى القدرة فى التأثير على زملاي	1/53
			اشعر لى حماس أكثر من زملاي	2/54
			أنا من الذين لا ينتابهم التوتر والانفعال قبل النزال	3/55

ملحق (4)

استمارة استبيان تحديد اختبار مهارة اللكمة المستقيمة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تحية طيبة...

الأستاذ الفاضل.....المحترم

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم بـ(علاقة الكفاءة المدركة بأداء اللكمة المستقيمة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة)، وبما أنكم من ذوي الخبرة والاختصاص في هذا المجال، قد حرص الباحث على إبداء رأيكم دعماً لبحثه في تحديد نسب اختبار لتقويم الأداء الفني لمهارة اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة، ومن خلال وضع الدرجات لكل اختبار على وفق المدرج من (صفر-1).

ملاحظة :- من الممكن أبداء أي ملاحظة تراها مناسبة ولازمة ولم تذكر في الاستمارة.

مع الشكر والتقدير...

الاسم واللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي:

الاختصاص:

مكان العمل:

التوقيع:

طالب الماجستير

نجم ربح نجم الغنيماوي

جدول الاختبارات

المهارة	ت	الاختبارات	الهدف من الاختبار	الدرجة حسب الاهمية																
				10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0						
اللكمة المستقيمة	1	اختبار وسادة الحائط	قياس الأداء الفني لللكمات المستقيمة																	
	2	اختبار الملاكمة مع الزميل	قياس الأداء الفني لللكمات المستقيمة																	
	3	اختبار أداء سلسلة من اللكمات على كيس اللكم لمدة 5 ثواني من الثبات	قياس الأداء الفني																	
																	الملاحظات			

ملحق (5)

أسماء الخبراء الذين تم عرض اختبارات الخاصة بالكفاءة المستقيمة

ت	الاسم	الاختصاص	اللقب العلمي	مكان العمل
1	فيصل ياسين الوائلي	طرائق/ملاكمة	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة واسط
2	عبد الكاظم جليل حسان	ملاكمة	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة
3	عباس حسين عبيد	تدريب/ملاكمة	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
4	كمال جلال ناصر	تعلم حركي/ملاكمة	أستاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد
5	علي عطشان خلف	تدريب/ملاكمة	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية
6	فراس عبد المنعم عبد الرزاق	علم النفس الرياضي /ملاكمة	مدرس دكتور	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى
7	سامر عبد الهادي احمد	تعلم حركي /ملاكمة	مدرس دكتور	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة كربلاء

لملحق (6)

استمارة تسجيل نتائج اختبار الأداء الفني لمهارة اللكمة المستقيمة على كيس اللكم

ت	الاسم	المهارة	تقسيم الدرجة	قيمة الدرجة	المحاولات		درجة أفضل محاولة يسار محاولة يمين
					المحاولة 1	المحاولة 2	
1		اللكمة المستقيمة		3			
				3			
				4			
2		اللكمة المستقيمة		3			
				3			
				4			
3		اللكمة المستقيمة		3			
				3			
				4			
4		اللكمة المستقيمة		3			
				3			
				4			
5		اللكمة المستقيمة		3			
				3			
				4			

اسم المقوم :

التوقيع :

مكان العمل :

التاريخ :

تأثير تمارينات (بدنيه - مهاريه) في تطوير القوه السريعه ودقه اداء الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائرة

أ.م.د. وسام صلاح عبد الحسين

م.م. ماجد حميد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة كربلاء

قسم الأنشطة الطلابية/جامعة كربلاء

A.BM93@YAHOO.COM

لملخص البحث باللغة العربية

من خلال متابعة الباحثان للعبة الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء ، وجد إن اغلب الطلاب يعانون من ضعف في قوه وسرعه أداء مهاره الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة على الرغم من تعلم هذه المهارة بصورة صحيحة ، لذا ارتئى الباحثان اعداد تمارينات بدنيه - مهاريه من شأنها تطوير القدرة السريعه ودقه مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائرة. وهدف البحث الى التعرف على تأثير التمارينات (البدنية - مهاريه) في تطوير القدرة السريعه ودقه اداء مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائرة . و معرفة افضليه تأثير التمارينات (البدنية - مهاريه) عن التمارينات الاعتيادية في تطوير القدرة السريعه ودقه اداء مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائرة.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي) وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث . ومثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم طلاب المرحلة الثالثة شعبه (A) لعام 2014 -2015 م والبالغ عددهم (28) طالب وهذا يعني استخدم الباحثان طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية وتضم (14) طالب والثانية ضابطة وتضم (14) طالب .

وكانت اهم الاستنتاجات هي ان التمارينات (البدنية - مهاريه) ساعدت في تطوير القدرة السريعه للطلاب بالكرة الطائرة . و إن التمارينات (البدنية - مهاريه) ساعدت على تطور دقة مهارة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة.

وجاءت اهم التوصيات في ضرورة الاهتمام بالتمارينات (البدنية-المهاريه) بلعبة الكرة الطائرة عند تعلم الطلاب. وضرورة الاهتمام بتمارينات مركبة بين إدراك المثيرات والاستجابة لها وفي بيئات مفتوحة لان اغلب مهارات الكرة الطائرة من المهارات المفتوحة التي تحتاج إلى توفير استجابات متعددة.

Impact exercises (bodily - skill) in the development of rapid and accurate performance beating the overwhelming strength of the Qatari students Volleyball

Wesam Salah Abdul-Hussein Ph.D. Prof Associate College of Physical Education and Sport Sciences / University of Karbala

Majid Hameed Lecturer Assistant. Department of Student Activities / University of Karbala

a.bm93@yahoo.com

Abstract

Through follow-up researchers for the game of volleyball at the College of Physical Education and Sports Science - University of Karbala, he found that most of the students suffer from weakness in the power and speed of performance skill beating overwhelming Qatar Volleyball Despite learn this skill properly, so researchers prepare physical exercises - skill that will develop the ability and accuracy of the rapid beating overwhelming Qatari students volleyball skill. The goal of research is to identify the effect of exercise (physical - footwork) in the development of rapid and accurate performance ability skill beating overwhelming Qatari students Volleyball. And knowledge of the impact of preference exercise (physical - skills) for regular exercises in the development of rapid and accurate performance ability skill beating overwhelming Qatari students Volleyball.

The researchers used the experimental method design (two groups of pretest and posttest) as it suits the nature of the problem and achieve the objectives of the research. And represented the research sample the entire community Find They are the third phase students of his people (A) for the year 2014 to 2015 m and totaling (28) student This means researchers used the method of comprehensive inventory of all members of society, were divided by lot into two groups, the first trial includes 14 student and the second officer and includes 14 students.

The most important conclusions are that exercise (physical - skills) helped in the development of fast-ability students Volleyball. And that exercise (physical - skills) have helped to develop the skill of beating the overwhelming Qatari plane accuracy of the ball.

It came the most important recommendations concern the need to work out (physical-skill) game of volleyball at the students' learning. And the need for attention exercises vehicle between perception and response to stimuli and in open environments because most of the volleyball skills of open skills that you need to provide multiple responses

1- التعريف بالبحث

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التعلم الحركي من العلوم المهمة والقاعدة التي تستند إليها العملية التعليمية في مجال التربية الرياضية ، ودوره في اكتساب المتعلم المهارات الحركية والتحكم والأداء الحركي ، وهذا ينتج من خلال إحداث تغييرات في السلوك الحركي ناتجة عن العملية التعليمية ومن ثم يتمكن المتعلم من تطوير الكثير من الأنماط الحركية الأساسية التي تعد قاعدة أساسية في اكتساب المهارات الرياضية وإتقانها والتي تحتاج إلى سلسلة من التغييرات والممارسات المنظمة على وفق أساليب وأدوات حتى يتمكن المتعلم من اكتساب وإتقان المهارات وتطويرها والتمكن من أدائها بانسيابية ودقة عالية مع الاقتصاد في الجهد والوقت اللازم لتنفيذها وهذا سوف يقود بالمتعلم إلى زيادة قدرته في تنظيم الاستجابات الحركية وقدرته الحركية وفقا للظروف البيئية التي تواجهه

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي أخذت بالانتشار الملحوظ في مختلف أنحاء العالم وكونها من الألعاب التي تمارس في معظم الأوقات والأماكن وفي مختلف المراحل العمرية ولكلا الجنسين مما جعلها تأخذ تلك المكانة. ونتيجة الإقبال المتزايد على ممارستها فالتقدم الذي تشهده اللعبة هو نتيجة طبيعية وحتمية لعمليات البحث وإتباع الأساليب الصحيحة في التدريب سعياً لمحاولة الوصول إلى المستوى المطلوب في الأداء وبلوغ الانجاز العالي.

من هنا جاءت أهمية البحث في محاولة الباحثان في اعداد تمارينات (بدنيه -مهاريه) تساعد في تطوير القوة السريعة ودقة اداء الضرب الساحق القطري للطلاب بالكره الطائرة .

1-2 مشكلة البحث :

من خلال متابعة الباحثان للعبة الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء ، وجد إن اغلب الطلاب يعانون من ضعف في قوه وسرعه أداء مهاره الضرب الساحق القطري بالكره الطائرة على الرغم من تعلم هذه المهارة بصورة صحيحة ، لذا ارتئ الباحثان اعداد تمارينات بدنيه - مهاريه من شأنها تطوير القوه السريعة ودقه مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكره الطائرة.

1-3 هدفا البحث :

1- التعرف على تأثير التمارينات (البدنية - المهاريه) في تطوير القوه السريعة ودقة اداء مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكره الطائرة .

2- معرفة افضليه تأثير التمارينات (البدنية - المهاريه) عن التمارينات المستخدمه في تطوير القوه السريعة ودقة اداء مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكره الطائرة.

1-4 فرضا البحث :

1- للتمارين البدنية - المهاريه تأثير ايجابي في تطوير القوه السريعة ودقة اداء مهارة الضرب الساحق للطلاب بالكرة الطائرة في الاختبارات القبليه والبعديه .

2- هناك افضليه تأثير التمارينات (البدنية - المهاريه) في تطوير القدرة السريعة ودقة مهارة الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعديه .

1-5 مجالات البحث :

1- المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعه كربلاء للعام 2014-2015 .

2- المجال الزمني: 2015/3/1 ولغاية 2015/4/8 .

3- المجال المكاني: قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعه كربلاء.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي) وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم طلاب المرحلة الثالثة شعبه (A) لعام 2014 -2015 م والبالغ عددهم (28) طالب وهذا يعني استخدم الباحثان طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية وتضم (14) طالب والثانية ضابطة وتضم (14) طالب ، وللتأكد من تجانس عينه البحث استخدم الباحثان الاجراءات المبينة بالجدول (1)

جدول (1)

يبين تجانس أفراد عينة البحث

الاختبار	ن	س	ع	معامل الالتواء
الضرب الساحق القطري	28	10.5	1.58	0.84

وبما ان نتائج معامل الالتواء جاءت اقل من (1+) هذا يدل على تجانس عينه البحث في المتغيرات التابعة ولغرض التأكد من تكافؤ المجموعتين استخدم الباحثان اختبار (t) للعينات المستقلة وكما مبين في جدول (2)

جدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
غير معنوي	0,51	0,67	0,99	10	1.52	10.3	الضرب الساحق القطري

ن=14 ن=2=14 مستوى الدلالة (0,05)

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

1- ملعب الكرة الطائرة

2- كرات للكرة الطائرة عدد(30)

3- أقلام ماجيك ملونه عدد (5) 4- أشرطة لاصقه ملونه عدد(10) روله

5- شريط قياس كتان ذات طول 20م 6- ساعة توقيت صينية عدد(2)

7- الاختبارات 8- الاستبيان 9- استمارة تفريغ البيانات 10- اشرطه مطاطيه عدد(20)

3-4 المهارات موضوع الدراسة :

قام الباحثان بدراسة مهارة الضرب الساحق القطري في الكرة الطائره

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اولا/الاختبارات المهاريه

1- اختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق القطري⁽¹⁾ .

- الغرض من الاختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق لمناطق محددة .

- الأدوات المستخدمة: ملعب الكرة الطائرة القانوني ويخطط كما هو في الشكل (1) ، وكرات طائرة عدد (5)

،وشريط لاصق ملون لتقسيم الملعب المقابل للاعب المختبر إلى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي على

ثلاث مناطق ، قياس كل منطقة منها (3) أمتار.

- مواصفات الأداء:

بعد الأداء يقوم المختبر بالضرب الساحق المستقيم نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة .

- شروط الأداء :-

- لكل مختبر خمس محاولات .

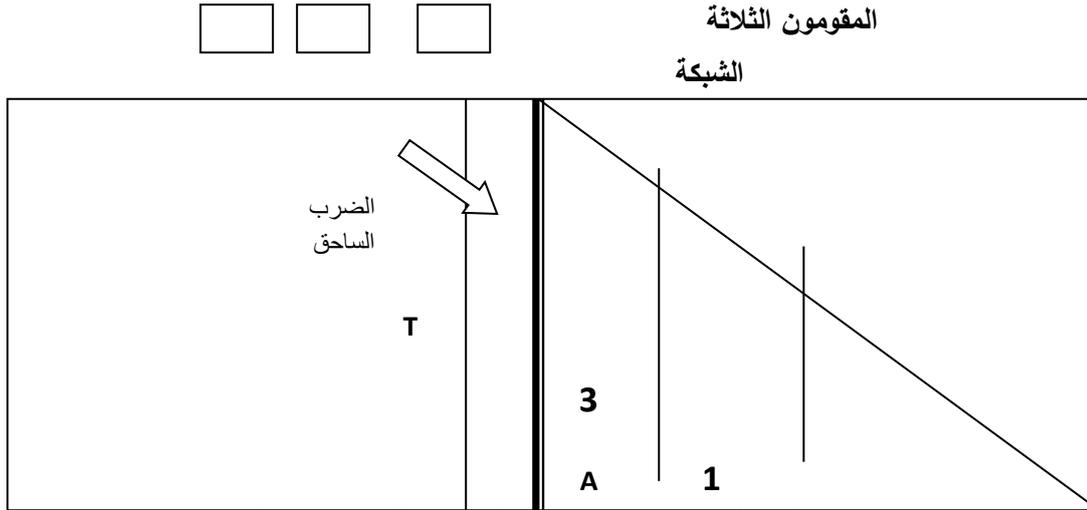
- يلزم أن يكون الأعداد جيدا في كل محاولة.

- تحسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة:

1- محمد صبحي حسنين ،حمدي عبد المنعم ، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ،

- أ- المنطقة الأولى (3) درجات .
 - ب- المنطقة الثانية (1) درجة .
 - ج - المنطقة الثالثة (5) درجات .
 - د - خارج هذه المناطق يحصل المختبر على (صفر) .
- التسجيل : -

يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس أي إن الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (25) درجة .



ثانيا- الاختبارات البدنية (1):

1- الاستناد الأمامي (ثني ومد الذراعين لمدة 15 ثا) :

الغرض من الاختبار: قياس القوة السريعة لعضلات الذراعين

مواصفات الأداء: من وضع الاستناد الأمامي يجب أن تكون اليدين بجانب الصدر وأصابع الكف إلى الأمام والرجلين متلاصقتين والجسم ممتد في استقامة دون تقوس ، يقوم المختبر بثني الذراعين إلى أن يمس الصدر الأرض ثم الرجوع إلى الوضع الأصلي وكما موضح بالشكل (2).

طريقة التسجيل : يتم حساب التكرارات التي يؤديها المختبر خلال (15) ثانية .



شكل (2)

يوضح اختبار الاستناد الأمامي

2- الحجل أقصى مسافة في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين:

الغرض من الاختبار : قياس القوة السريعة لكل رجل على حده.

1- وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، الاردن ، دار الرضوان للطباعة والنشر ، 2013 ، ص 11-112

مواصفات الأداء :يقف المختبر خلف خط البداية من وضع التهيؤ ، عند سماع إشارة البدء ، يبدأ المختبر بالحجل على احد الرجلين اليسار أو اليمين ، بعد ذلك يتوقف المختبر عند سماع إشارة النهاية من المؤقت بعد انتهاء (10) ثانية.

طريقة التسجيل : تسجل المسافة بالمتري من إعطاء إشارة البدء للمختبر حتى انتهاء (10) ثانية.

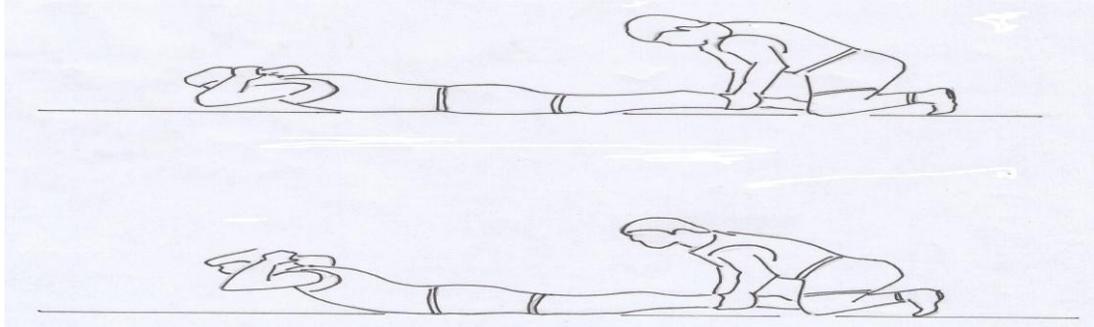
3- من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع في (10) ثانية :

الغرض من الاختبار : قياس القوة السريعة لعضلات الجذع

مواصفات الأداء :يقوم اللاعب بأخذ وضع الانبطاح مع تشبيك الذراعين خلف الرأس ثم يقوم اللاعب برفع وخفض

الطرف العلوي من الجسم (الجذع) مع قيام الزميل بتثبيت قدمي اللاعب وكما موضح في الشكل (3) .

طريقة التسجيل : يتم حساب عدد التكرارات التي يؤديها اللاعب خلال (10) ثانية .



شكل (3)

يوضح اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الجذع

3-6 التجربة الاستطلاعية : تاريخ التجربة : يوم 2015/3/1 الساعة العاشرة صباحا .

- مكان التجربة : القاعة الداخلية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من (6) طلاب من افراد التجربة الرئيسية

- أهداف التجربة :

1- تعريف فريق العمل المساعد بطبيعة الاختبارات ومعرفة مدى كفاءته .

2- تلافي المعوقات التي تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات .

3- معرفة الزمن التقريبي الذي يستغرقه كل اختبار والوقت المستغرق للاختبارات .

4- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات 5- التعرف على الوقت الملائم للتمارين المستخدمة

6- التعرف على ملائمة التمرينات لأفراد العينة.

3-7 الأسس العلمية للاختبارات :

1- الصدق: تم اعتماد الصدق الظاهري من عرض الاختبارات البدنية واختبار الضرب الساحق القطري على

السادة الخبراء والمختصين* ، إذ تم اتفاق جميع الخبراء والمختصين عليها. وكما مبين في الجدول (3).

* الخبراء والمختصين : 1- ا.م.د سهيل جاسم جواد 2- ا.م.د ميثم لطيف 3- ا.م.د نبيل عبد الكاظم 4- ا.م.د حيدر سلمان 5- ا.م.د حبيب علي 6- ا.م.د وسام رياض 7- م.م محمد عبد السادة .

** المحكمان هما : 1- احمد كاظم حكم الاتحاد العراقي للكرة الطائرة
2- علي جواد حكم الاتحاد العراقي للكرة الطائرة

الجدول (3) يبين عدد الخبراء الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة كا² للاختبارات المبحوثة

نوع الدلالة	قيمة كا ²		%	غير الموافقين	%	الموافقين	نظام التقييم	الاختبارات
	الجدولية	المحسوبة						
معنوي	3.84	7	صفر %	صفر	100%	7	(درجه)	الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
معنوي	3.84	7	صفر %	صفر	100%	7	(درجه)	من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع
معنوي	3.84	7	صفر %	صفر	100%	7	(درجه)	الحجل في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين
معنوي	3.84	7	صفر %	صفر	100%	7	(درجه)	الضرب الساحق القطري

عند درجة حرية = 1 ومستوى دلالة = 0,05

2- الثبات : تم حساب معامل الثبات لجميع الاختبارات البدنيه واختبار الضرب الساحق القطري بطريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) ، إذ طبق الباحثان الاختبارات في التجربة الاستطلاعية على عينه البحث بتاريخ 1/ 3/ 2015 وبعد مرور (7) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ 7/ 3/ 2015 ، وللتأكد من ثبات الاختبارات استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطا "معنوياً" بينهما وهذا مؤشر بان معامل الثبات لهذه الاختبارات عال أيضا . وكما مبين في الجدول (4).

3- الموضوعية : لغرض التأكد من موضوعية الاختبارات استعان الباحثان بدرجات محكمين سجلت في أثناء إعادة الاختبارات في 7/ 3/ 2015 وبعد معالجة نتائجهما إحصائيا باستخدام معامل الارتباط بيرسون، تم التأكد من موضوعية الموضوعية لجميع المهاريّة . كما مبين بالجدول

جدول (4)

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
الاستناد الأمامي خلال (15ثا)	*0,85	*0,94
من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع	*0,88	*0,90
الحجل في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين	*0,92	*0,89
مهارة الضرب الساحق القطري	0,91	0,90

3-8 الاختبارات القبليّة :

أجرى الباحث الاختبارات القبليّة في 8 / 3 / 2015 على ملاعب كلية التربية البدنيه وعلوم الرياضه- جامعة كربلاء في الساعة العاشرة صباحا ، حيث تم اختبار بعض المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة التي كانت موضوع الدراسة .

3-9 التمارين المستخدمة بالبحث:

طبق الباحثان مجموعة من التمرينات (البدنيه - المهاريه) على المجموعة التجريبية في حين تدربت المجموعة الضابطة على المنهج الاعتيادي وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ولمدة (6) وحدات ، وكان زمن الوحدة التعليمية 90 د وقُسم زمن الوحدة التعليمية إلى القسم التحضيري (18د) والقسم الرئيسي (60 د) والقسم النهائي (12 د) ، إذ بدء تطبيق التمرينات على المجموعة التجريبية في 9 / 3 / 2015 م وانتهى في يوم 3 / 4 / 2015 م وتضمن تمارين نوعية مركبة (البدنيه - المهاريه) وباستخدام اتجاهات ومسافات وسرع مختلفة للتمرين ، حيث كانت حصة التمرينات (البدنيه - المهاريه) في المجموعة التجريبية هي (20) دقيقة من القسم الرئيسي في الوحدة التعليمية وكما مبين في ملحق (1).

3-10 الاختبارات البعدية

تم تطبيق الاختبارات البعدية (الاختبارات المهارية) لعينه البحث في 4 / 4 / 2014 على ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء في الساعة العاشرة صباحا.

3-11 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) في تحليل بيانات البحث

- الوسط الحسابي
- الوسيط
- المنوال
- معامل الالتواء
- اختبار (t) للعينات المستقلة والمتناظرة
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- اختبار كا

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمجموعتي البحث للقوة السريعة ودقه اداء الضرب الساحق القطري للطلاب بالكرة الطائره.

بعد جمع البيانات القبلية والبعدية للاختبارات البدنيه والمهاريه و لمجموعتي البحث ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحثان بمعالجة البيانات إحصائيا باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولمجموعتي البحث استخدم الباحثان اختبار (T) وكما مبين في الجدولين (5) و (6).

جدول (5) بين قيم الوسط والانحراف المعياري وقيم (T) للاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمه (T)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	0,03	2,07	0,83	18,8	0,54	10,4	الاستناد الأمامي خلال (15ثا) (تكرار)
معنوي	0,04	2,03	1,22	19,8	1,30	14,2	من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع (تكرار)
معنوي	0,04	2,03	1,09	45,2	1,22	37	الحجل في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين (مسافة)
معنوي	0,03	2,02 6	1,22	17,11	2,1	11,18	الضرب الساحق القطري

ن=14 ومستوى دلالة (0,05) وفيما يخص نتائج المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي و البعدي يبيّن الجدول (6) وصفا لنتائج المجموعة الضابطة .

جدول (6) بين قيم الوسط والانحراف المعياري وقيم (T) للاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمه (T)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	0,03	2,06	1,30	15,8	0,83	10,8	الاستناد الأمامي خلال (15ثا) (تكرار)
معنوي	0,04	2,04	1,14	16,4	1,30	13,2	من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع (تكرار)
معنوي	0,04	2,03	2,48	37,2	1,58	34	الحجل في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين (مسافة)
معنوي	0,04	2,036	1,66	14,62	2,1	11	الضرب الساحق القطري

ن=14 ومستوى دلالة (0,05)

4-2 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في اختبارات الضرب الساحق القطري والاختبارات البدنية

من خلال عرض نتائج الاختبارات وتحليلها في الاختبار القبلي والبعدي ولمجموعتي البحث والتي وضحت في الجدولين (5) و(6) تبين أن هناك فروقا "معنوية" بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وهذا ما يبدو واضحا على مجموعتي البحث وخاصة على المجموعة التجريبية ويعزو الباحثان هذا الفرق إلى :

- الاستخدام الأمثل للتمارين المستخدمة من قبل الباحث مع كيفية تطبيقها وملائمتها لأفراد العينة ، حيث مارس أفراد المجموعة التجريبية عدداً من التكرارات لكل تمرين من التمارين المستخدمة ، كما إن تمارين تدريب القوة المميزة بالسرعة يجب أن تتشابه قدر الإمكان مع حركات الجسم المستخدمة عند أداء المهارة الرياضية ، إذ يجب تنفيذ تمارين القوة للعضلات المنتجة لحركات ضرب الكرة بمنتهى الدقة والانسيابية (1).

- تناولت التمرينات المعدة من قبل الباحثان جميع الأبعاد الخاصة بلعبة الكرة الطائرة استوحاها الباحثان من المواقف الفعلية للمنافسة من خلال أداء التمرينات بمقاييس مختلفة (المسافة-السرعة-الاتجاه-الارتفاع)، كان لها تأثيراً فعالاً في تطور قدره السريعة لأفراد المجموعة التجريبية لان (التمرينات الخاصة تجعل اللاعب قادراً على معالجة أوجه القصور خاصة الذين تكون حركات الرجلين بطيئة لديهم كما تزيد من فاعلية الوحدة التدريبية) (2).

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث في الاختبارات البدنية واختبار الضرب الساحق القطري بعد جمع البيانات البعدية للاختبارات البدنية واختبار الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة و لمجموعتي البحث ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحثان بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبار البعدي و لمجموعتي البحث استخدم الباحثان اختبار مان وتني وكما مبين في الجدول (7).

جدول (7) يبين قيم الوسط والانحراف المعياري وقيم (T) للاختبارات البعدية و لمجموعتي البحث

الاختبارات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمه (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الاستناد الأمامي خلال (15ثا) (تكرار)	18,8	0,83	15,8	1,30	0,00	0,00	معنوي
من وضع الانبطاح رفع وخفض الجذع (تكرار)	19,8	1,22	16,4	1,14	0,00	0,00	معنوي
الحجل في (10ثا) على رجل واحدة ولكلا الرجلين (مسافة)	45,2	1,09	37,2	2,48	0,00	0,00	معنوي
الضرب الساحق القطري	17,11	1,22	14,62	1,66	0,00	0,00	معنوي

ن=14 ن=14 ومستوى دلالة (0,05)

1- مخلد محمد جاسم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام كرات حديدية مثقله في تطوير القوة الخاصة والانجاز لطلاب كلية التربية الرياضية بقذف النقل، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل- كلية التربية الرياضية ،2010،، ص 102 .

2- (وسام رياض ، تأثير أدوات مساعدة في تخفيف صعوبات الأداء الحركي وتطوير أهم الجوانب الخاصة بمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد للطلاب بالكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بابل، 2011، ص105

4-4 مناقشة نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث في اختبارات بعض المهارات الدفاعية وسرعة الاستجابة. من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (7) ، والذي يبين الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية التي تعرضت للمتغير التجريبي ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى إن المجموعة التجريبية تدرت على تمارين جديدة وتدريب منظم يهدف إلى تطوير القدرة السريعة التي تم تنفيذها في القسم الرئيسي من البرنامج المعد و التي ادت الى تطوير مستوى مهاره الضرب الساحق القطري. إن القدرة السريعة تتطور باستخدام التثقيل في الأداة المستخدمة في اللعبة او استخدام تمارين بأوزان مختلفة وخاصة عند تشابه المسار الحركي لأداء المهارات الأساسية ، كما إن التثقيل في الأداء يؤدي إلى تطوير الصفات البدنية التي تساهم في تكوين الأداء الحركي (1).

وهذا ما تميز به أفراد المجموعة التجريبية في التعرف على مثيرات وحالات متنوعة من اللعب، ففي المهارات المفتوحة ينبغي على المدرب أن يقدم ممارسات متنوعة للمهارات، فالتنوع والتشعب في النماذج الحركية ضروري حتى يمكن مواجهة الحاجات المتغيرة للمهارات (2). إضافة الى ذلك التنظيم الجيد للتمارين من خلال الاستخدام الامثل لكل اشكال المهارة الواحدة ومزاوجتها مع مهارات اخرى وبحالات لعب مشابهه لما يحدث اثناء المنافسة ساعد افراد المجموعة التجريبية من تطوير دقة الضرب الساحق القطري وبشكل ملحوظ عن المجموعة الضابطة. وهذا ما تميز به أفراد المجموعة التجريبية .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات

- 1- ان التمارينات (البدنيه - المهاريه) ساعدت في تطوير القوه السريعه للطلاب بالكرة الطائرة
- 2-إن التمارينات (البدنيه - المهاريه) ساعدت على تطور دقة مهارة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة.
- 3- إن التمارينات (البدنيه - المهاريه) ساعد أفراد المجموعة التجريبية على فهم وإدراك اغلب المثيرات الخاصة بلعبة الكرة الطائرة وسرعة.

5-2 التوصيات

- 1- ضرورة الاهتمام بالتمارين (البدنيه-المهاريه) بلعبة الكرة الطائرة عند تعلم الطلاب.
- 2- ضرورة الاهتمام بتمارين مركبة بين إدراك المثيرات والاستجابة لها وفي بيئات مفتوحة لان اغلب مهارات الكرة الطائرة من المهارات المفتوحة التي تحتاج إلى توفير استجابات متعددة.
- 3- ضرورة إعداد تمارينات جديدة للمهارات الهجومية في لعبة الكرة الطائرة وتكون مشابهة لحالات اللعب .

المصادر

- محمد صبحي حسانين . حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس . ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997
- عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1990

1- يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد، دار الصخرة للطباعة ، 2002، ص190.

2- عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1990، ص52 .

- مخلد محمد جاسم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام كرات حديدية مثقله في تطوير القوة الخاصة والانجاز لطلاب كلية التربية الرياضية بقذف الثقل، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، 2010.
- وسام صلاح عبد الحسين ، الريشه الطائرة بين الممارسه والمنافسه ، الاردن ، دار الرضوان للطباعة والنشر ، 2013
- وسام رياض ، تأثير أدوات مساعدة في تخفيف صعوبات الأداء الحركي وتطوير أهم الجوانب الخاصة بمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد للطلاب بالكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بابل، 2011
- يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد ، دار الصخرة للطباعة ، 2002.

ملحق (1)

التمرينات البدنية - المهارية المستخدمة

- شرح الأداء الفني للضرب الساحق وعرض المهارة أمام الطلاب بواسطة (المدرس) .
- القفز إلى الأمام بالقدمين المضمومتين من فوق الموانع و الكرات الطبية ومن ثم أداء الضرب الساحق مع التصحيح للأخطاء من قبل المدرس .
- القفز إلى للجانب بالقدمين المضمومتين من فوق الموانع أو الكرات الطبية ومن ثم أداء الضرب الساحق مع التصحيح للأخطاء من قبل المدرس
- الجري المتعرج بين الأقماع أو الموانع ومن ثم أداء مهارة الضرب الساحق .
- أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة ومن ثم الانتقال الى الجهة المقابلة لعمل مهارة حائط الصد .
- تقوية الذراعين بواسطة سحب الأشرطة المطاطية المثبتة من الخلف إلى الأمام
- تمارين قوة أساس (تقوية عضلات الذراعين والبطن والظهر)
- القفز إلى اليمين واليسار فوق الحاجز أو المصطبة ومن ثم أداء مهارة الضرب الساحق .
- القفز والحركة للجانب بالقدمين وضمهما والحركة إلى الأمام ومن ثم أداء مهارة الضرب الساحق ومن ثم الانتقال وأداء مهارة حائط الصد .
- تقوية عضلات الرجلين بواسطة سحب الأشرطة المطاطية المثبتة بالأرض والقفز للأعلى .

فاعلية وحدات تعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. حيدر سلمان محسن أ.م.د. أياد ناصر حسين رياض أموري شعلان/طالب ماجستير

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

haydersalman@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الحالية الى إعداد وحدات تعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وكذلك التعرف على فاعلية هذه الوحدات التعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة. 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 وبيانات (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 والذين يدرسون وفق أنموذج كمب كتصميم تعليمي وبين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة والذين يدرسون وفق الطريقة المتبعة (الاعتيادية) في تعلم الأداء المهاري للإرسال بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية. وقد استنتجت الدراسة، ان الوحدات التعليمية بالتصميم التعليمي وفق أنموذج كمب المعدة من قبل الباحثين أدت إلى تحسين الأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة 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 .

The effectiveness of educational units (Kemp) to learn the transmission plane of the ball for the students of the Faculty of Physical Education and Sports Science skill

Haidar Salman Mohsen Ph.D. Prof Associate. College of Physical Education and Sport Sciences / University of Karbala

Aead Nasser Hussain Ph.D. Prof Associate College of Physical Education and Sport Sciences / University of Karbala.

Riad Amaury Shaalan. Student in Master Degree / Karbala University

Abstract

The present study aimed to set up educational units (Kemp) to learn the transmission plane ball skill to students of the Faculty of Physical Education and Sports Science, as well as identify the effectiveness of these modules (Kemp) to learn the skill of the transmission plane of the ball. The sample of the research (40) students from the second phase students in the Collge of Physical Education and Sports Science - University of Karbala. And divided into two groups, one officer used the teaching method followed and the other using a model such as designing instructional camp and by (20) for each student group.

Through the use of the test (t-Test) for two independent samples, results showed a

statistically significant differences between the results of the average measurement degrees posttest for students of the experimental group and who are studying in accordance with the model camp such as designing educational and between the average scores of the control group students, who are studying in accordance with the method used (normal) in learn performance skills to write Volleyball and in favor of the experimental group. The study concluded, that the modules to design the educational model according to Kemp prepared by researchers led to improved technical performance accuracy and skill transmission plane of the ball in the biggest among the experimental group students. The researchers recommended the need for change and the diversification of teaching methods to make the teaching and learning process and performance skills more interesting and exciting to the students and provide a broad field to correct technical performance and stay away from mistakes

1-1- المقدمة وأهمية البحث

شهد العالم تطور كبير في تدفق المعلومات بكافة المجالات ومنها مجال التعليم مما أدى إلى ظهور نماذج تعليمية متعددة لتطوير المنهج التعليمي لمختلف المراحل الدراسية . إذ وجدت هنالك حاجة جديّة إلى إعادة صياغة وتطوير المناهج في جميع المؤسسات التربوية والأكاديمية وتعديلها لتسهم بإيجاد إضافات علمية للمتعلمين لمواكبة التطور الحاصل في المجالات كافة وخصوصاً طلاب المرحلة الجامعية في جامعاتنا العراقية .

ويعد أنموذج كعب أحد التصاميم التعليمية والذي يعنى بمجموعة من الإجراءات العملية في الموقف التعليمي من خلال الاهتمام بجميع العناصر الرئيسة في عملية التخطيط للتعليم أو التدريس بمستوياته المختلفة ورسم المخططات لإستراتيجيات التعليم من خلال تحديد الطرائق والأساليب التدريسية المتنوعة والوسائل التعليمية من أجل تحقيق الأهداف المرسومة إذ يتصف هذا الإنموذج بالنظرة الشاملة التي تأخذ بعين الاعتبار جميع العناصر الأساسية في عملية التخطيط للتعليم أو التدريب بمستوياته المختلفة .

ولعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية المنتشرة في مختلف أرجاء العالم والتي تمارس من كلا الجنسين ومن مختلف المراحل العمرية مما جعلها تأخذ تلك المكانة المتميزة من بين الألعاب . وتدرس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لغرض أعداد كوادرات ذات كفاءة وقدرة تعمل في مجال التعليم والتدريب وهذا يتطلب بذل المزيد من الجهد والوقت من المدرس لغرض إتقان المهارات الأساس لهذه لعبة . وتعد مهارة الإرسال من المهارات الهجومية المهمة والأساسية من خلاله يتم وضع الكرة في اللعب وهو مفتاح الحصول على النقاط المباشرة للفريق في حال إتقانه والاحتفاظ به ، لذا يجب ان يدرك اللاعب ان الإرسال ليس مجرد عبور الكرة من فوق الشبكة ، وإنما عليه إجادته أداءه بطريقة جيدة ودقيقة .

لذا تكمن أهمية البحث بإعداد وحدات تعليمية من خلال تصميم تعليمي بأنموذج كعب في تعلم مهارة الإرسال 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.

1-2- مشكلة البحث

تتمثل مشكلة البحث بقلة اهتمام وتركيز القائمين بالتدريس على الخصائص العامة والخاصة للطلاب والإمام بالظروف المحيطة بهم لتحسين معارفهم وأدائهم ، بالإضافة إلى قلة الاهتمام بالنشاطات والفعاليات التربوية

والتعليمية التي تهدف إلى النمو الشامل لشخصية الطالب ، مما قد يؤدي إلى ظهور العديد من المشاكل التي تواجه المدرس باتباع بعض الطرائق والأساليب التي تعتمد على التلقين والحفظ ولا تراعي ميول ورغبات الطلاب وجهدهم الذاتي كونهم محور العملية التعليمية ، واعتماد هذه الطرائق والأساليب في بعض الأحيان تكون بعيدة عن استثمار الوقت والجهد بالشكل الصحيح والتميز .

وبناءً على ما تقدم أصبحت هناك ضرورة لوجود تصاميم تعليمية تساعد على التعلم بطريقة أفضل وأسرع تتناسب مع خصائص المتعلمين وحاجاتهم وكذلك طبيعة المواد التي تدرس في الجامعات ومنها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ليوكب تدريسيها التطورات الحاصلة في مختلف المجالات ، لأن التعلم من أجل المعلومات والنجاح محدود الفائدة ، وأن تنمية مهارات الطلبة بصورة عالية المستوى مطلباً جوهرياً للتعلم ، وهذا ما يطمح إليه جميع العاملين في المجالين التربوي والتعليمي وما يسعى إليه الباحثون من خلال تصميم تعليمي بأنموذج كمب لهندسة بيئة التعلم و تجسير العلاقة بين المبادئ النظرية وتطبيقاتها في الموقف التعليمي ولتحقيق الأهداف المنشودة من العملية التعليمية وإكساب المتعلمين الخبرات والمعارف .

1-3- أهداف البحث

- 1- إعداد وحدات تعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .
- 2- التعرف على فاعلية الوحدات التعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .
- 3- التعرف على أفضلية التأثير للوحدات التعليمية بأنموذج كمب (Kemp) في تعلم مهارة الإرسال للمجموعة التجريبية .

1-4- فرض البحث

- للوحدات التعليمية وفق أنموذج كمب تأثير إيجابي في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .
- هنالك أفضلية للمجموعة التجريبية باستخدام الوحدات التعليمية وفق أنموذج كمب في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة على المجموعة الضابطة .

1-5- مجالات البحث:

- 1- المجال البشري : طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .
- 2- المجال الزمني : المدة من 2015\11\3 ولغاية 2015\1\23
- 3- المجال المكاني : القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء .

2-1- الإطار النظري والدراسات السابقة :

1.1.2 التصميم التعليمي :

التصميم التعليمي هو تقنية لتطوير التعليم بخبراته وبيئاته ، من خلال دمج استراتيجيات التعلم المعروفة ، والمثبتة في الخبرات التعليمية والتي تجعل طلب المعرفة والمهارة أكثر فاعلية واحتكاماً وكفاية ، وكذلك خلق خبرات وبيئات تعليمية من شأنها أن تحسن الأنشطة التعليمية وتجعلها أكثر فاعلية . ويعد التصميم التعليمي بمثابة حلقة الوصل بين العلوم النظرية ، والعلوم التطبيقية في مجال التربية والتعليم .

ويصفه الربيعي (2011:125) "بأنه عملية متكاملة لتحليل حاجات المتعلم والأهداف وتطوير الأنظمة الناقله للمعلومات والمعارف لمواجهة الحاجات والاهتمام بتطوير الفعاليات التعليمية وتجريبها وفحصها". ويعرفه الحيلة (1999:101) بأنه "خطوات علمية متكاملة ومنظمة ومتداخلة ومتسلسلة ومتراصة ذات طبيعة مستمرة تستلزم متطلبات كثيرة تؤدي إلى تحقيق أهداف محددة لنوع معين من المتعلمين خلال فترة زمنية محددة".

ولا يوجد اتفاق بين منطري أو ممارسي عملية تصميم التعليم حول تعريف محدد له بصفة عامة ، لكونهم مختلفين حول طبيعة عملية تصميم التعليم ذاتها ، فضلاً عن كونه من المستجدات في مجال التعليم التي لم تستقر على معنى محدد ، ولتعدد التوجهات النظرية الفلسفية والنفسية الموجهة له .

ويذهب كل من إسكندر والعزاوي (1994:63) إلى أن المكونات الأساسية للتصميم التعليمي هي المتعلم ، والأهداف ، والطرائق والأساليب ، والتقويم ، حيث أن نماذج التصميم التعليمي تأخذها جميعاً بنظر الاعتبار عند التخطيط والتنفيذ لهذه التصاميم التعليمية .

ويرى الباحثون أن أهمية التصميم التعليمي تتجلى في ثلاثة أركان تعليمية أساسية :-

* المعلم :- إذ يساعد التصميم التعليمي المعلم على تحسين نوعية أدائه وتحسين مستوى تدريسه ومن ثم رفع مستوى تعلم طلابه وانجازهم

* المناهج :- يساعد التصميم التعليمي واضعي المناهج على تحسين ورفع نوعية أدائهم ومن ثم وضع مناهج منظمه وجيده وفعاله وأكثر ملائمة للبيئة.

* الطالب :- يساعد التصميم التعليمي على تحسين عاداته الدراسية وتنظيم تفكيره وإدراكه وعملياته العقلية وبالتالي رفع مستواه الفكري والأكاديمي

2.1.2 أنموذج كمب (Kemp)

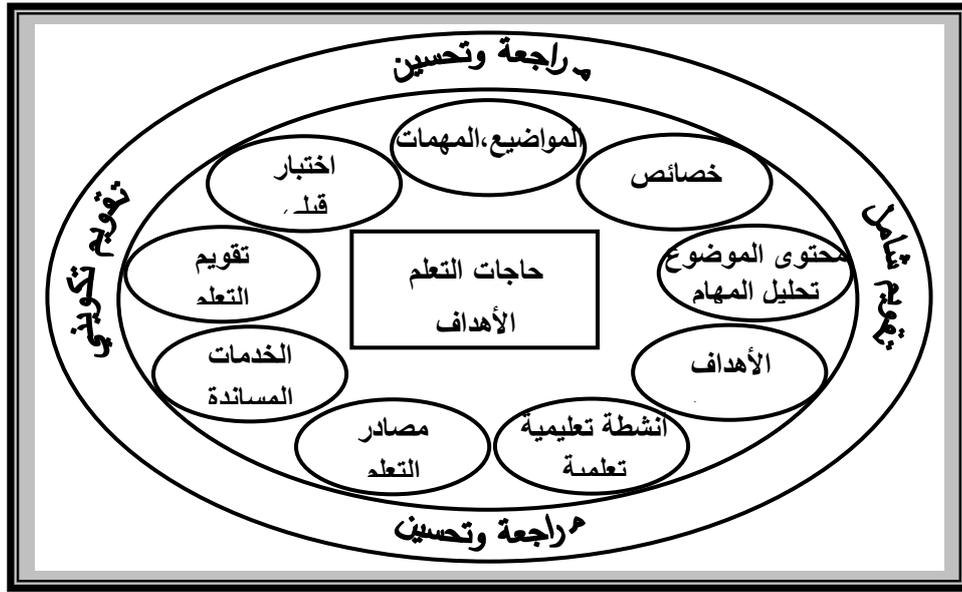
يعد أنموذج كمب (Kemp) ثمرة جهود أكثر من عشرين عاماً من البحث في عملية التعلم ، وانطلق كمب من مجموعة من التساؤلات في وضع خطته التدريسية التي تشكل الأساس في أنموذجه التعليمي مستخدماً الوسائل البصرية والسمعية بشكل مركز في توصيل المادة العلمية لأذهان المتعلمين ، ويركز هذا النموذج على تخطيط المنهج ، ويتعامل منظوره مع التعليم من منظور المتعلم (الطالب)، وليس المحتوى إذ يساعد هذا الإنموذج المعلمين في رسم المخططات لإستراتيجيات التعليم من حيث تحديد الأساليب والطرائق والوسائل التعليمية من أجل تحقيق الأهداف المرسومة. "ركز كمب في نمودجه على التتابع والتسلسل المنطقي دون أن يكون هناك ترتيب ثابت لهذا الأنموذج مما يعطيه المرونة في حذف بعض العناصر أو تعديلها ، وكذلك يركز على تحديد حاجات المتعلم والأهداف والأولويات والمعوقات التي ينبغي التعرف عليها فضلاً عن المراجعة والتغذية الراجعة" (الربيعي، 2008:26)،

ويرى الباحثون أن أنموذج كمب والذي يستلزم عدداً من الخطوات المتسلسلة لتنفيذه ان من أهم خصائصه هو مرونة بناءه على أساس التتابع والتسلسل المنطقي لهذه الخطوات بدون ان يكون هناك ترتيب ثابت لها ، مما يتيح للمصمم تعديل بعض العناصر أو حتى حذفها ، إضافة إلى باقي الخصائص الأخرى منها تحديد حاجات المتعلمين والأهداف العامة والمعوقات التي تواجه تنفيذه واعتماده التغذية الراجعة والمراجعة المستمرة بحسب ما تم إنجازه .

3.1.2 عناصر خطة تصميم التعليم لكمب:

يمكن مواءمة استعمال أنموذج كمب على أي مستوى من مستويات التعليم والتدريب ويحدد كمب في أنموذجه عشرة عناصر ينبغي أن تلاقي اهتماماً في خطة تصميم التدريس الشامل هي: (الربيعي، 2006:131) و (الربيعي، 2008:26-27) .

- 1- تحديد احتياجات المتعلم وصياغة الأهداف العامة والأولويات والمعوقات التي ينبغي التعرف عليها وتنظيمها.
- 2- اختيار المواضيع أو مهام العمل والأغراض العامة .
- 3- تحديد خصائص المتعلمين التي ينبغي اعتبارها في عملية التخطيط .
- 4 - تحديد محتوى الموضوع وتحليل المهام المتعلقة بصياغة الأهداف .
- 5- صياغة الأهداف التعليمية التي ينبغي إنجازها وفق محتوى المادة وتحليل المهام .
- 6- تصميم الأنشطة التدريسية التي يتم من خلالها تحقيق الأهداف .
- 7- اختيار مصادر التعلم .
- 8- تحديد الخدمات الساندة لتطوير الأنشطة التدريسية وتوظيفها في عملية التعليم .
- 9- إعداد وتصميم أدوات تقييم النتائج التدريسية .
- 10- تحديد الاختبارات القبليّة وتصميمها لمعرفة استعداد المتعلمين . انظر شكل (1).



شكل (1) يوضح عناصر خطة التصميم التعليمي لكمب

4.1.2 مهارة الإرسال Serving Skill :-

مفهوم المهارة يشير إلى "الأداء المتميز ذي المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة ، ويشمل كافة أشكال الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها بشرط أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة " (عبد الحسين و متعب، 2014:99) . ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب الرياضية التي لها مهاراتها الأساس والتي تعرف "بأنها القيام بالحركات بأسلوب هادف واقتصادي للوصول إلى مستوى رياضي عالٍ مع مراعاة قانون اللعبة " (نصيف و آخرون ، 2011:87) . وتتمثل المهارات الأساس في لعبة الكرة الطائرة بمجموعة من الحركات الهادفة سواء أكانت

بسيطة أم مركبة والتي يجب أدائها في المواقف جميعها التي تتطلبها اللعبة تقريباً . ولأجل تسهيل عملية تعلمها بصورة دقيقة وصحيحة يتحتم تحليل المهارات الفنية إلى مراحلها مع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة. ويبين رزوقي وصخي(2011:38) مهارة الإرسال "بأنها عملية وضع الكرة في اللعب عن طريق ضرب الكرة باليد المفتوحة أو بقبضة اليد من الأسفل أو الأعلى بأي شكل من الأشكال من قبل اللاعب المرسل من منطقة الإرسال ، وهي الأساس للوصول إلى أنواع الإرسال الأخرى ". ويتفق أغلب المختصين أن طريقة الأداء الفني للإرسال بأشكاله وأنواعه تمر بثلاث مراحل متسلسلة ومتصلة ومتراصة بحركات انسيابية من غير تقطع أو توقف بين مرحلة وأخرى أو بين جزء وآخر والتي يمكن للاعب من ضبطها للوصول الى الأداء الأمثل لهذه المهارة. وهناك عدة اشكال من الإرسال والتي تحتاج إلى مهارة عالية وتدريب متواصل ليتمكن اللاعب من أدائه بصورة متقنة وفعالة ، فإذا استطاع اللاعب المرسل من أداء الإرسال بدقة يكون له تأثير نفسي كبير على لاعبي الفريق المنافس لأن الحركة المتموجة للكرة وسقوطها للأسفل بصورة مفاجئة بعد عبورها الشبكة تضيف صعوبة كبيرة عليهم عند استقبالهم للإرسال ، وعندما يكون الإرسال فعالاً يمكنه أن يحقق نقطة مباشرة أو حتى التقليل من الخيارات الهجومية للفريق المستقبل ، ولتحقيق نقطة مباشرة من لعب هذا الإرسال على اللاعب إرسال الكرة قريب من الحافة العليا من الشبكة وبسرعة عالية وهذا ممكن أن يؤدي إلى حدوث أخطاء في الاستقبال أو فرصة حدوث أخطاء في أداء اللاعبين المستقبلين (صخي و رزوقي، 2011: 19) .

2-2 الدراسات السابقة:

- دراسة كمبش وجعفر(2012)

((تأثير منهج تعليمي وفق أنموذج كمنب في تعلم الأداء الفني لسباحة الفراشة)).

أهداف الدراسة :

- 1- تصميم منهج تعليمي وفق أنموذج كمنب لتعلم الأداء الفني لسباحة الفراشة .
- 2- معرفة فاعلية المنهج التعليمي وفق أنموذج كمنب في الأداء الفني لعينة البحث .
- 3- معرفة الفروق بين المجموعة التجريبية التي تستخدم أنموذج كمنب والمجموعة الضابطة التي تستخدم الطريقة المتبعة في دروس تعلم سباحة الفراشة .

إجراءات الدراسة :

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات القياس (القبلي والبعدي)، وأشتمل مجتمع البحث طلاب المرحلة الأولى كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد للعام الدراسي (2007-2008) إذ تم اختيار عينة البحث بواقع (20) طالباً بالطريقة العشوائية من خلال إجراء القرعة لاختيار الشعب التي سوف يأخذ منها العينة وتحددت بشعبتين من أربع شعب وهما (أ ، ج) ، ثم بالطريقة العمدية لاختيار العينة منهما من الطلاب الذين أكملوا المرحلة الأولى للتعلم وضع الطفو على البطن ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع (10) طلاب لكل مجموعة .

أهم ما توصل إليه الباحثان من استنتاج :

❖ إن للمنهج التعليمي المصمم وفق أنموذج كمنب تأثير إيجابي في تعلم الأداء الفني لسباحة الفراشة .

2-2-2 مناقشة الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الدراسة أعلاه يمكن ان نقارن بينهما وبين الدراسة الحالية بنقاط وهي:

- العنوان :-
إذ تتفق الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة من حيث تأثير استخدام كمد في الجانب المهاري لتعلم سباحة الفراشة . وتختلف عنهما لكون الدراسة الحالية تتضمن التأثير في الجانب المهاري لتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة .
 - الهدف :-
اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في معرفة تأثير استخدام كمد من خلال إعداد منهج خاص لهذا الغرض في الدراستين والمتمثل بالوحدات التعليمية المعدة لهذا الغرض في الدراسة الحالية.
 - العينة :-
اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في الاختيار العشوائي لعينات التجربة الرئيسية للبحث من طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة . والاختلاف يكمن في المراحل الدراسية التي أخذت منها العينات ، فالدراسة الحالية اشتملت على عينة من طلاب المرحلة الثانية في جامعة كربلاء أما الدراسة السابقة فكانت عينة البحث من طلاب المرحلة الأولى جامعة بغداد .
 - المنهج :-
تتفق هذه الدراسة مع الدراسة السابقة في استخدامهما للمنهج التجريبي في البحث .
 - الوسائل الإحصائية :-
تتفق أغلب الدراسات والبحوث العلمية ومنها الدراسات الحالية في استخدامها للحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات وفق القوانين والوسائل الإحصائية المهمة ومنها { الوسط الحسابي، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، T-test للمتوسطات المترابطة ، T-test للمتوسطات الغير مترابطة وغيرها .
 - النتائج والاستنتاجات :-
تتفق الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة على وجود تأثير إيجابي لاستخدام التدريس بأنموذج كمد للمجموعة التجريبية في الجانب المهاري وبصورة أكبر من الأسلوب المتبع في تدريس المجموعة الضابطة .
- 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.
- 3-1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج 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).
- 3-2 مجتمع البحث وعينته: أشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كربلاء للعام الدراسي 2014-2015 ، والبالغ عددهم (94) طالباً من الذكور فقط . إذ تم استبعاد الطلبة الممارسين للعبة الكرة الطائرة (لاعبي الأندية الرياضية ومنتخب الكلية والجامعة) والراسبين والمعلمين الدارسين إذ بلغ عددهم(12) طالبا لأبعاد تأثير الخبرات السابقة وتحقيق السلامة الداخلية ، لاحتمال تباين مستوياتهم المعرفية والمهارية عن باقي الطلاب المشمولين بالبحث ، وبذلك أصبح مجتمع البحث (82) طالباً وزعت كما يلي :-

❖ العينة الاستطلاعية للتجربة الرئيسية (12) طالباً من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء فقط تمثل ما نسبته (14.63%) من مجتمع البحث .

❖ عينة البحث الرئيسية: (40) طالباً من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء تمثل ما نسبته (48.78%) من طلاب المرحلة الثانية. تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) . توزعت عينة البحث الرئيسية بالتساوي على شعبتين هما (A و B) بعد إجراء القرعة بين الشعب الثلاث وكما يأتي :-

- (20) طالباً في شعبة (A) يمثلون المجموعة الضابطة التي ستدرس المنهج وفق الأسلوب المتبع في الكلية.
- (20) طالباً في شعبة (B) يمثلون المجموعة التجريبية والتي ستدرس المنهج وفق الوحدات التعليمية بأنموذج كـمب .

3-2-1 تجانس عينة البحث

بعد تقسيم العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية، ومن أجل تجنب المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج البحث للفروق الفردية الموجودة لدى الطلاب والتوصل إلى مستوى واحد ومتساوٍ للعينة ، فقد تم تحديد بعض المتغيرات التي تمثل مواصفات العينة لغرض التأكد من تجانسها في تلك المتغيرات التي تعد مؤثرة في التجربة والتي لا بد أن يتم ضبطها ولهذا تم إجراء معالجة إحصائية باستخدام معامل التواء، علماً أن معامل الالتواء في تلك المتغيرات أنحصر بين (±1) وعليه تعد العينة موزعة توزيعاً طبيعياً إذ أنه كلما انحصرت قيم معامل الالتواء بين (±1) كانت العينة متجانسة " (التكريتي والعبدي ، 1999: 178)، كما مبين في الجدول أدناه.

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات في مجموعتي البحث لغرض التجانس

متغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية				المجموعة الضابطة				
		الدالة	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	الدالة	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	
العمر	السنة	غير معنوي	0.60	0.75	20.5	20.65	21	21.05	0.18	0.83
الطول	سم	غير معنوي	0.58	7.34	170	170.45	172	173.75	0.71	7.41
الوزن	كغم	غير معنوي	0.28	7.65	66.75	66.05	63.1	65.20	0.55	11.4

3-2-2 تكافؤ مجموعات البحث

من أجل الكشف عن تكافؤ مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد المجموعتين ولجميع المتغيرات المعنية بالتحسين والتطوير والمتمثلة بالاختبارات الأداء والدقة لمهارة الإرسال بنوعيه من الأعلى ومن الأسفل، وبعد الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية العدد. أوضحت نتائج التحليل الإحصائي عشوائية الفروق بين المجموعتين ولجميع المتغيرات مما يؤكد تكافؤ المجموعتين في المتغيرات المبحوثة وكما مبين في الجدول (2)

جدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة

مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			وحدة القياس	المتغير الإحصائي
		الوسيط	الانحراف المعياري	الوسيط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسيط الحسابي		
عشوائية	1.96	21	0.83	21.05	20.5	0.75	20.65	سنة	العمر الزمني
عشوائية	0.98	172	7.41	173.75	174.5	6.35	173.15	سم	الطول
عشوائية	1.2	63.1	11.40	65.20	66.75	7.65	66.05	كغم	وزن الجسم
عشوائية	1.086	12.5	2.15	12.10	13	1.79	12.45	درجة	أداء الإرسال
عشوائية	0.447	18	3.76	18.40	19	3.84	18.60	درجة	دقة الإرسال

علما ان قيمة (T) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) تبلغ (2.042) .

3-3 الأجهزة والأدوات المستعملة بالبحث

- 1- كرة طائرة صينية الصنع عدد (10).
- 2- ملعب كرة طائرة وقياسات قانونية .
- 3- كاميرا تصوير نوع (Sony) يابانية الصنع عدد(1) .
- 4- جهاز عرض (Data Show) كوري الصنع عدد (1).
- 5- جهاز (لاب توب) نوع DELL عدد (1) صيني الصنع .
- 6- صور وأفلام تعليمية توضح مراحل أداء مهارة الإرسال بالكرة الطائرة .
- 7- شريط قياس جلدي بطول (25 متر) صيني الصنع عدد (1).
- 8- شريط قياس معدني بطول (5 متر) صيني الصنع عدد(1).
- 9- ميزان طبي صيني الصنع عدد (1).
- 10- شريط لاصق عريض ملون (أصفر، أخضر، أزرق، أحمر) عدد(6).

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 متغيرات البحث :

من متطلبات قياس كفاءة المتغير المستقل المعد للبحث الحالي ، هو القيام بضبط متغيرات البحث التي تم رصدها من قبل الباحث بالاستعانة بالمصادر والدراسات السابقة وآراء الخبراء كونها تؤثر في نتائج الدراسة، وتنظيمها وضبطها لتحقيق السلامة الداخلية والخارجية لإجراءات البحث. من هنا تم إجراء التجانس والتكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد تحديد عينة البحث الملائمة واختيارها من مجتمع الأصل وفق مواصفات تتلاءم والبحث. وشملت هذه المتغيرات على ما يأتي:

أولاً :- المتغير المستقل . وتضمن الآتي :-

أ- تدريس طلاب المجموعة التجريبية على وفق الوحدات التعليمية بأنموذج كعب .
ب - تدريس طلاب المجموعة الضابطة على وفق المنهج التعليمي المتبع في تدريس مادة الكرة الطائرة للمرحلة الثانية وبالطريقة المتبعة من قبل المدرس .

ثانياً:- المتغير التابع: هو المتغير الملاحظ في تحصيل طلاب المجموعتين الضابطة والتجريبية في الجانب المهاري: الذي تضمن تعلم الأداء لمهارة الإرسال بنوعيه وبعده أشكال وكذلك الدقة في الأداء . أما عملية القياس تتم بطريقة تقييم الأداء واختبار الدقة بعد إعداد استمارة لتقييم الأداء ومن ثم عرضها ومجموعة اختبارات لقياس الدقة على السادة الخبراء والمختصين في مجال الاختبارات والقياس ولعبة الكرة الطائرة وأخذ آرائهم وإجراء التعديلات عليها ومن ثم اعتمادها في عملية القياس القبلي والبعدى لأفراد العينة للمجموعتين.

ثالثاً:- ضبط المتغيرات الدخيلة

يذكر محجوب (2002:298) هذه المتغيرات " بكونها غير خاضعة للتجريب والتي تظهر بشكل طارئ وقد تكون مؤثرة في نتائج التجربة " ، لذا تم ضبطها والسيطرة عليها ضمن عينة مجموعتي البحث وحصر وجود تأثير المتغير المستقل في المجموعة التجريبية لتحقيق السلامة الداخلية والخارجية .

أولاً: السلامة الداخلية:

أ- تحديد البيئة التعليمية :

حدد الباحث قاعة الدراسة (الصف) والقاعة المغلقة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء لتطبيق متطلبات التجربة وتهيئتها من جميع الجوانب من حيث الإضاءة والتهوية والظروف الأخرى وجعلها مناسبة لتنفيذ التصميم التعليمي .

ب- اختيار العينة:

تمكن الباحث من السيطرة على هذا المتغير بتحديد عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة (إجراء القرعة).

ج- النضج:

اختار الباحث العينة من الطلاب فقط بعد استبعاد الطالبات . وتم التأكد من تجانس العينة في متغيرات (العمر ، الوزن ، الطول) .

د- الخبرات السابقة:

قام الباحث بإجراء اختبار قبلي لطلاب مجموعتي البحث في الجانب المهاري والمتمثلة باختبارات الأداء والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة .

ثانياً: السلامة الخارجية:

أ- ضبط تأثير الخبرة التدريسية:

قام الباحث بالإشراف الخارجي على تدريس المجموعة التجريبية وذلك لإبعاد تأثير خبرة المدرس وصفاته الشخصية ، وتم تدريسهم من قبل مدرسي المادة. (*)

ب- الوسائل التعليمية :

اعتمد الباحث الوسائل المعتمدة في التدريس من قبل الأساتذة الآخرين وهي(ملخص السبورة ، الأقلام الملونة ، الصور والرسوم) بالإضافة إلى ذلك قام الباحث بإعداد وسائل تعليمية خاصة بالوحدات التعليمية وفق أنموذج كمب، ومنها(استخدام الأنموذج للاعب الإرسال ،والحاسوب وجهاز العرض(Data Show) ، وشاشة العرض) الديجتال) لعرض بعض الأشكال والصور والعروض التقديمية للمواد النظرية والأفلام التعليمية لمهارة الإرسال في الكرة الطائرة).

3-4-2 الخطوات الأساسية لأنموذج كمب

3-4-2-1 تحديد الأهداف التربوية العامة :

ترتبط الأهداف العامة بالمقرر الدراسي وهي عبارات تصف التغيرات أو النواتج المرغوبة والمرتقبة لدى المتعلم من خلال دراسة مواضيع ومحتوى المادة التعليمية للمقرر الدراسي" (65:2011, Bayraktar) وتم تحديد واعتماد الأهداف العامة لتدريس مواد الكرة الطائرة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة والمدونة في نماذج الوحدات التعليمية .

3-4-2-2 تحديد محتوى المادة (المواضيع الدراسية)

تم تحديد واعتماد المادة التعليمية من مفردات مادة الكرة الطائرة للمرحلة الثانية كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من المصادر العلمية لاختيار محتوى المادة الدراسية (*).

3-4-2-3 تحديد خصائص المتعلمين

حدد الباحث خصائص للمتعلمين العامة من خلال إعداد استمارة المعلومات التي تخص المتعلمين وتوزيعها على أفراد العينة قيد البحث ، بعد عرضها على الخبراء والمتخصصين لبيان آراءهم ومقترحاتهم لبيان مدى صلاحيتها علماً بأن قيمة (كا²) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) = (3.84) كما مبين في جداول التكافؤ لخصائص المتعلمين أدناه .

(*) مدرسي المادة:

1 - أ.م. د حبيب علي ظاهر .

2 - أ.م. د أياد ناصر حسين .

(*) أهم المصادر التي اعتمدها الباحث لتحديد المادة الدراسية:

1- الكرة الطائرة، المؤلف (ناهده عبد زيد الدليمي ، 2011).

2 - الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم ،المؤلفان (محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم 1997)

1- العمر الزمني

تم حساب العمر الزمني بالسنتين 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

جدول (3) يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير عمل الطالب

المجموعات	عدد العينة	يعمل	لا يعمل	درجة الحرية	χ^2 المحسوبة	χ^2 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

جدول (4)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الوالدين على قيد الحياة

المجموعات	عدد العينة	كلاهما	الأب	الأم	درجة الحرية	χ^2 المحسوبة	χ^2 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

جدول (3)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مهنة الوالد

المجموعات	عدد العينة	موظف	متقاعد	أخرى	درجة الحرية	χ^2 المحسوبة	χ^2 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				

4- التحصيل الدراسي للوالد

جدول (4) يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل الدراسي للوالد

المجموعات	عدد العينة	ابتدائية فما دون	متوسطة	إعدادية	دبلوم و بكالوريوس فما فوق	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² 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				
المجموع	40	10	12	5	13				

6 - مهنة الأم - جدول (5)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مهنة الأم

المجموعات	عدد العينة	ربة بيت	موظفة	أخرى	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² 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- هل يعيش الطالب مع والديه - جدول (6)

يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير العيش مع الوالدين

المجموعات	عدد العينة	يعيش مع والديه	لا يعيش مع والديه	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	19	1	1	1.024	3.84	غير دال
ضابطة	20	20	0				
المجموع	40	39	1				

9- الحالة الاجتماعية

جدول (7) يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الحالة الاجتماعية

المجموعات	عدد العينة	متزوج	أعزب	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² 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

جدول (8) يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير محل السكن

المجموعات	عدد العينة	حضر	ريف	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² 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				

10- متغير المشجعين والمتابعين للألعاب الفرقية

جدول (9) يبين تكافؤ العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير المشجعين والمتابعين للألعاب

المجموعات	عدد العينة	نعم	كلا	درجة الحرية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولية	الدلالة عند مستوى 0.05
تجريبية	20	17	3	1	1.25	3.84	غير دال
ضابطة	20	19	1				
المجموع	40	36	4				

3-2-4 تحديد الاختبارات :

❖ تحديد اختبارات دقة الإرسال

من أجل تحديد الاختبار المعنى بقياس دقة الإرسال بالكرة الطائرة ، تم وضع مجموعة من الاختبارات المقننة والمطبقة ضمن استمارة استبيان مكونة من أربعة اختبارات تم اعتمادها لهذا الغرض من المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال الكرة الطائرة ، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان وتحديد الأهمية النسبية لكل اختبار في قياس الدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة واعتماد الاختبار الأكثر أهمية من خلال

تطبيق المعادلة الآتية :-

$$\text{الأهمية النسبية} = \frac{\text{عدد الخبراء} \times \text{أعلى درجة للمدى} / (2 + 2/1 \text{ الدرجة الأعلى للمدى})}{\text{عدد الخبراء} \times \text{أعلى درجة للمدى}}$$

عدد الخبراء × أعلى درجة للمدى

وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها تم استبعاد الاختبارات التي حصلت على أقل من (45) من الأهمية ، أو أقل من (58.25%) من النسبة المئوية للأهمية واعتماد اختبار لقياس دقة الإرسال .

❖ تقييم الأداء :-

من أجل تقييم أداء الإرسال بالكرة الطائرة لأفراد مجموعتي البحث ، قام الباحث باعتماد استمارة التقييم المعدة لهذا الغرض والمطبقة في دراسات سابقة بعد عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين على شكل استبيان لبيان صلاحية استخدامها وحصول نسبة اتفاق عالية على صلاحيتها مع الآخذ بأرائهم وتعديلاتهم . ويتم تقييم الأداء من قبل ثلاث خبراء متخصصين في مجال لعبة الكرة الطائرة بإعطاء (10) درجة عن كل محاولة ولثلاث محاولات فقط ، ثم حساب درجة كل فرد باستخراج الوسط الحسابي لمجموع درجاته فتصبح درجته من (10) لكل خبير، ثم تجمع مع درجة تقييم الخبيرين الثاني والثالث لتكون الدرجة النهائية لتقييم الأداء لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة من (30) درجة .

وقد بين الباحث صدق الاستمارة في تقييم أداء المختبرين من خلال عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين وبذلك تحقق الصدق الظاهري ، ولغرض استخراج الثبات أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (12) طالب من غير العينة الرئيسة للتجربة وبعد الحصول على البيانات وتدوينها في الاستمارة المعدة لها، قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث وقد أشرك أفراد العينة الاستطلاعية معهم واستخرج بياناتهم ، واستخرج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين النتائج التي حصل عليها أفراد العينة الاستطلاعية في الاختبار الأول والاختبار الثاني وقد بلغ (0.914) ويعد ذو دلالة معنوية .

وللتثبت من موضوعية التقييم للخبراء استخرج الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين النتائج التي أعطاها الخبير الأول ونتائج الخبير الثاني وكانت قيمة معامل الارتباط (0.826) وهو ذو دلالة معنوية أيضاً.

3-5 التجربة الاستطلاعية :

إن التجربة الاستطلاعية " عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار أساليب البحث وأدواته " (حسانين وعبد المنعم، 1997:204) .

تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأربعاء 2014/11/13 على عينة من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء وعددهم (12) طالباً من خارج عينة البحث الأساسية ، وكان هدف التجربة ما يأتي :

- التأكد من مكان إجراء الاختبارات ومدى ملائمتها لتنفيذها .
- معرفة مدى استعداد عينة البحث لأداء الاختبارات .
- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات وتنفيذها .

- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث .
- معرفة الصعوبات التي قد تواجه مجريات العمل ووضع انساب الحلول لها.
- كفاءة فريق العمل المساعد وكفايته .
- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة .

3-4-3 التجربة الأساس :

بعد الانتهاء من تهيئة وإكمال جميع الإجراءات الضرورية لتحديد متغير الجانب المهاري (الدقة والأداء) لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، أذ تم اعتماد اختبار دقة الأداء واستمارة تقييم الأداء للجوانب الفنية والمهارية لمهارة الإرسال ، شرع الباحث بتنفيذ التجربة الرئيسية من خلال الإجراءات الآتية .

3-11-1 الاختبار القبلي: تم إجراء الاختبار القبلي لأفراد مجموعتي البحث (عينة التجربة الأساس) من طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء والبالغة عددهم (40) طالب يوم الاثنين 2014/11/17 متغيري الدقة والأداء الفني لمهارة الإرسال ، وبعد الحصول على البيانات وتدوينها في استمارات خاصة أعدت لهذا الغرض تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

3-11-2 التدريس وفق أنموذج كعب :-

طبّق التدريس وفق الوحدات التعليمية بأنموذج كعب على أفراد المجموعة التجريبية ضمن الوحدات التعليمية المقررة لمادة الكرة الطائرة المرحلة الثانية ، بواقع (12) ساعة بمعدل وحدتين أسبوعياً بزمن قدره ساعتين للوحدة التعليمية الواحدة فتكون (6) وحدات ، إذ استمر التدريس لمدة (3) أسابيع ، بينما تدرس المجموعة الضابطة وفق الأسلوب التعليمي المعتمد والمتبع من قبل تدريسي المادة .

إذ بدأ التدريس للمجموعة التجريبية من يوم الأربعاء الموافق 2014/11/21 وانتهى يوم الاثنين الموافق 2014/12/17 ، وقد تضمنت الوحدات التعليمية مفردات المحتوى التعليمي مهارة الإرسال بتصميم التعليم بأساليب تدريسية متنوعة لعرض المادة التعليمية وباستخدام التمرينات والوسائل التعليمية وفق خصائص المتعلمين وحاجاتهم وإمكانياتهم لاكتساب وتعلم الجوانب المعرفية والمهارية .

3-11-3 الاختبار البعدي :-

بعد الانتهاء من تدريس محتوى المادة بوحدة تعليمية وفق أنموذج كعب لأفراد المجموعة التجريبية ضمن الفترة المحددة والبالغة (6) وحدة تعليمية ، تم إجراء القياس البعدي يوم الأربعاء الموافق 2014/12/19 لاختبارات الدقة والأداء لمهارة الإرسال لجميع أفراد عينة التجربة الأساس من المجموعتين (الضابطة والتجريبية) وبنفس الظروف والشروط ومواصفات القياس القبلي وتدوين البيانات في الاستمارات المُعدة لهذا الغرض تمهيداً لمعالجتها إحصائياً واستخراج النتائج .

3-12 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات في المواضيع التالية :-

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- الخطأ المعياري
- الارتباط البسيط (بيرسون)

- اختبار (كا2)
- الأهمية النسبية
- اختبار (T) للعينات المترابطة
- اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد
- معامل الالتواء
- معادلة (F) التجانس

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

4 - 1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد عينة البحث :

من أجل تحقيق هدف الدراسة المتضمن التعرف على تأثير وحدات تعليمية بأنموذج كعب في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث ، سيتم استعراض نتائج البحث والتي تم التوصل إليها من خلال الإجراءات المتبعة فيه بالاعتماد على الفرض الموضوع لهذا البحث وكما في أدناه :-

4 - 1 - 1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة الضابطة لمتغير أداء مهارة الإرسال ودقته بالكرة الطائرة وتحليلها

جدول (10)

يبين الفرق بين القياسات القبلية والبعديّة بين أفراد المجموعة الضابطة في متغير أداء مهارة الإرسال ودقته

الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة T	الدلالة الإحصائية
		وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
أداء الإرسال	درجة	12.10	2.15	17.80	1.58	11.96	دال
دقة الإرسال	درجة	18.40	3.76	29.20	4.42	8.89	دال

قيمة (T) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) = 2.093

من خلال الجدول (10) أظهرت النتائج وجود فروق في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في أداء مهارة للإرسال ودقته ، ولأجل معرفة واقع هذه الفروق استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المرتبطة والمتساوية بالعدد ومنها يبين الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة والاستدلال عن معنويتها .

إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير أداء الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (12.10) و(2.15). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (17.80) و(1.58) . وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (T) المحسوبة بلغت (11.96) 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 .

وبلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير دقة الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (18.40) و(3.76). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (29.20) و(4.42) . وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (T) المحسوبة بلغت (8.89) 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 ويدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4- عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية لمتغير أداء مهارة الإرسال ودقته بالكرة الطائرة وتحليلها

جدول (11) يبين الفرق بين القياسات القبليّة والبعديّة بين أفراد المجموعة التجريبية في متغير أداء الإرسال ودقته

الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة T المحتسبة	الدالة الإحصائية
		وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
أداء الإرسال	درجة	12.45	1.79	22.10	3.61	12.60	دال
دقة الإرسال	درجة	18.60	3.84	37.35	4.51	15.39	دال

قيمة (T) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) = 2.093

من خلال الجدول (11) ظهرت النتائج أن هناك فروق في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في اختبار أداء الإرسال ودقته ، ولأجل معرفة واقع هذه الفروق استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد ومنها يبين الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية والاستدلال عن معنوية هذه الفروق .

إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير أداء الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (12.45) و(1.79). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (22.10) و(3.61) . وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (T) المحسوبة بلغت (12.60) 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 .

وبلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير دقة الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (18.60) و(3.84). أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (37.35) و(4.51) . وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين وجد ان قيمة (T) المحسوبة بلغت (15.39) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن - 1) = 19 . وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4- عرض نتائج فرق القياسات البعدي-البعدي لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغير أداء مهارة الإرسال ودقته وتحليلها

جدول (12) يبين الفرق بين القياسات البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير أداء مهارة الإرسال

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T	الدالة الإحصائية
			وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
1	أداء الإرسال	درجة	17.80	1.58	22.10	3.61	11.65	دال
2	دقة الإرسال	درجة	29.20	4.42	37.35	4.51	16.83	دال

قيمة (T) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) = 2.042

من خلال الجدول (12) أظهرت النتائج وجود تباين واختلاف بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء الإرسال ودقته .

فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير أداء الإرسال لأفراد المجموعة الضابطة على التوالي (17.80)، (1.58) ، أما المجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (22.10)، (3.61) . وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T)

للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج أن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (11.65) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن - 2) = 38 . وهذا يؤكد ان

هناك فروق معنوية بين القياسات البعدية لأفراد المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات المعنوية بقياس أداء الإرسال . أما الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير دقة أداء الإرسال لأفراد المجموعة الضابطة

فقد بلغ وعلى التوالي (29.20)، (4.42) ، وللمجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (37.35)، (4.51) . وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار

(T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج أن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (16.83) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن - 2) = 38. وهذا

يؤكد ان هناك فروق معنوية بين القياسات البعدية لأفراد المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات المعنوية بقياس دقة أداء الإرسال .

4-2 مناقشة النتائج .

يبين الجدول (10) ان نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في أداء مهارة الإرسال ودقته كانت ذات دلالة معنوية تحت مستوى دلالة (0.05) في تعلم الجوانب المهارية مهارة الإرسال .

ويعزو الباحث معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية بين الاختبارات القبليّة والبعدية إلى التطور الحاصل للمجموعة الضابطة والتي أعتمد في تعليمهم الأسلوب التدريسي المتبع (الأمري) من قبل مدرسي المادة ، إذ يؤدي التدريس

لهذه المجموعة إلى حدوث التعليم في الجوانب المهارية ولكن بصورة أقل من المجموعة التجريبية والتي يبينها الجدول(11).

يرجع وجود هذه الفروق إلى أن عينة البحث هي عينة خام ، أي لم يسبق أن درست مفردات مواد الكرة الطائرة ومهاراتها في السنة السابقة من الدراسة وخاصة أنهم في مرحلة تعلم واكتساب المعرفة العلمية عن مهارات لعبة الكرة الطائرة قيد البحث . وبالتالي قد حصل التعلم بين أفراد المجموعة الضابطة بنسب جيدة نوعاً ما بالاعتماد على الطريقة المتبعة في التدريس. إذ يلاحظ ان تعلم الدقة في أداء الإرسال قد حصل بنسبة أعلى من تعلم الأداء لمهارة الإرسال وذلك نتيجة الممارسة والتكرار وكذلك استخدام التمرينات الاعتيادية أثناء الوحدات التعليمية ، ويعرف (مرعي والحيلة، 2005:21) التعلم بأنه " تغير ثابت نسبياً بالحصول السلوكية للكائن الحي نتيجة الخبرة والمران " .

ويرى الباحث من خلال الجدول (11) إن التطور الحاصل لدى عينة المجموعة التجريبية هو نتيجة تصميم الوحدات التعليمية بأنموذج كعب والمستخدم ضمن فترة تدريس المحتوى التعليمي لمفردات مادة الكرة الطائرة ، والسبب في ذلك يعود إلى أن التدريس وفق التصميم التعليمي الذي أعده الباحث بأنموذج كعب كان أفضل وأكثر إيجابية من الطريقة الاعتيادية المتبعة في التدريس ، وذلك لشمولية 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 ، فضلاً عن عملية التخطيط لإجراءاته والتطبيق العملي لخطواته وتوسع دائرة النشاطات وتنظيم محتوى المادة وانتقاء الطرائق والأساليب التدريسية التي قام باستخدامها الباحث ومنها التعلم التعاوني والتعلم معاً جعلت الطلاب أكثر اندفاعاً وانسجماً واستعداداً لتلقي المعلومات بدافعية أكثر للتعلم . إذ اعتمد الباحث عرض المادة بطريقة منظمة ومتسلسلة ومتنوعة واستخدام الوسائل الإيضاحية اللازمة { واستخدام الحاسوب ، وجهاز العرض (Data Show) لعرض الصور والأفلام التعليمية الخاصة بأداء مهارة الإرسال} هذا من جانب ومن جانب آخر استخدام الاساليب المميزة لعرض المحتوى التعليمي للمادة ومنها أسلوب التعلم التعاوني بما يمتلكه من أساليب ووسائل تزيد التشويق والإثارة ساهم بزيادة الحافز لتحقيق ما مطلوب من الطلاب لتنفيذه المهارات الحركية. ويرى (قطامي، 2004:52) إن " استخدام أسلوب العرض من قبل المدرس يساعد على إتاحة الفرصة أمام الطلاب لاستيعاب الخبرات وإعفاءهم من عمليات تنظيمها تجنباً لأي خطأ قد يقعون فيه أثناء ذلك ، إذ إن التركيز على سلامة المخزون واستئصال أي خبرة مشوهة كان الطالب قد دمجها في بناءه المعرفي أثناء تفاعله ، ولم يصل إلى درجة التمثل أو تصحيحها . " وهناك جانب آخر قد يكون له تأثير إيجابي في أداء مهارة الإرسال ودقته وهو استخدام التغذية الراجعة إذ يرى (الربيعي وأمين، 2010:303) إنها "تعد إحدى الوسائل التي تستخدم من أجل ضمان تحقيق أفضل ما يمكن تحقيقه من الغايات والأهداف ، والتي تسعى العملية التعليمية إلى بلوغها وبشكل مستمر لمساعدة المتعلم على تثبيت الأداء إذا كان يسير في الاتجاه الصحيح أو تعديله إذا كان يحتاج إلى تعديل ، وهذا له مردود إيجابي في تصفية وتهذيب وتشذيب الأداء " . وهذا ما أكدته الدراسة السابقة ل(كمبش وجعفر، 2012) من ان للتصميم التعليمي وفق أنموذج كعب تأثير إيجابي في تعلم الأداء المهاري والفني للمهارات الحركية .

وقد أظهرت النتائج من خلال الجدول(12) هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية-بعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء مهارة الإرسال ودقته بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى تصميم الوحدات التعليمية بأنموذج كعب ودوره في تطوير التعليم وحصول عملية التعلم في الجانب المهاري . واعتمد الباحث لتحقيق عمليتي التعليم والتعلم عرض المادة التعليمية بطريقة منظمة مستنداً في عمله إلى المصادر الحديثة لعرض الصور والأفلام التعليمية وكذلك التدريب وتمرينات ملائمة لمستوى استعداد وإمكانية المتعلمين ضمن خصائصهم العامة وب تكرارات مناسبة في الوحدات التعليمية العملية. وهذا يتفق وما جاء به (شلش وصبحي، 2000:129-130) إن " 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 "إذ يؤكد(كمب،2008:86) إلى أنه " يجب الأخذ بعين الاعتبار (العمر، ومستويات النضج، الظروف البيئية، الحالة الاجتماعية أو الاقتصادية، نتائج 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".

كما إن استخدام التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء وإعطاء واجبات إضافية من قبل المدرس أثناء سير التدريس ساهمت بمرودات إيجابية في تحسين الأداء الحركي لمهارة الإرسال والدقة فيه .

بناءً على ما تقدم يُرجي الباحث النتائج الإيجابية المتحققة في أداء مهارة الإرسال ودقته بالكرة الطائرة للمجموعة التجريبية إلى وجود الطلاب في أجواء جديدة متمثلة بالتصميم التعليمي وفق نموذج كمب لهندسة 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 محاضرات مادة الكرة الطائرة وممارستهم أساليب جديدة بوسائل تعليمية متنوعة لم تكن مألوفة لديهم في المحاضرات الأخرى مما عزز دافعية الطلاب في تعلم مهارة الإرسال بكل مثابرة ونجاح. وبذلك تم تحقيق فرضية البحث التي تؤكد على أن :-

- للوحدات التعليمية وفق نموذج كمب تأثير إيجابي في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5 - 1 الاستنتاجات :-في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث نستنتج ما يأتي :-

1-شاركت الأنشطة الصفية وللصفيه والاختبارات التقويمية في تنمية الجوانب المهارية لدى طلاب المجموعة التجريبية .

2-ساعد استخدام الوحدات التعليمية بأنموذج كمب في تصميم التدريس بتنظيم عمل المدرس بشكل أفضل من خلال تزويده بالمعلومات العامة والخاصة عن الطلاب .

3-مل أنموذج كمب على تحديد الطرائق والأساليب التدريسية التي تتلاءم مع حاجات واهتمامات الطلاب وجعلهم أكثر استعداداً لتلقي المعلومات المعرفية الخاصة بمهارة قيد البحث وإتقان أدائها .

5-2التوصيات: يوصي الباحث بما يأتي:

1-العمل على تنظيم محتوى المادة الدراسية وفقاً لخطوات أنموذج كمب وبما يلائم وتحقيق الأهداف التعليمية للدرس .

2-إجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية مختلفة باستخدام أنموذج كمب لتصميم التعليم وبأساليب متنوعة ومعرفة تأثيرها في أداء بقية المهارات الفنية الخاصة بالكرة الطائرة .

3-ضرورة التغيير والتنوع في الأساليب التعليمية لجعل عملية التعليم والتعلم وأداء المهارات أكثر تشويقاً وإثارة لدى الطلاب .

4-الاهتمام بتوفير الأجهزة والأدوات الخاصة بالكرة الطائرة في أقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل يتناسب وأعداد الطلاب المتعلمين لضمان تطبيق الطرائق والأساليب التدريسية الحديثة .

المصادر

- إسكندر، كامل؛ والعزاوي، محمد. (1994). مقدمة في التكنولوجيا التعليمية. بيروت : مكتبة الفلاح.
- الحيلة محمد محمود ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة : عمان ، دار المسيرة للنشر ، 1999 م
- الربيعي محمود داود ؛ طرائق وأساليب التدريس المعاصرة: الأردن ، جدارا للكتاب العالمي عمان، 2006 م .
- الربيعي محمود داود ؛ استراتيجيات التعلم التعاوني: العراق ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الاشرف ، 2008م .
- الربيعي ، محمود ؛ وأمين ، سعيد . (2010) . الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية. أربيل : مطبعة منارة .
- الربيعي محمود داود ؛ التعليم والتعلم في التربية البدنية والرياضية : النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011 .
- التكريتي ، وديع ؛ العبيدي ، محمد . (1999) . التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة .
- عبد الحفيظ ، اخلاص ؛ ومصطفى، حسن . (2000) . طرق البحث العلمي والتحليل_الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- عبد الحسين ، وسام ؛ ومتعب ، سامر. (2014) . التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية_البدنية والرياضية .بيروت: دار الكتب العلمية .
- قطامي، نايفة . (2004). مهارات التدريس الفعال . عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- كمبش ، ماجدة ؛ وجعفر، رشوان (2012). تأثير منهج تعليمي وفق أنموذج كمب في تعلم الأداء الفني لسباحة الفراشة .مجلة الفتح .جامعة بغداد.(52) . 61-114 .
- محجوب ، وجيه . (2002). البحث العلمي ومناهجه . بغداد : دار الكتب للطباعة والنشر.
- مرعي، توفيق ؛ والحيلة ، محمد.(2005). طرائق التدريس العامة . الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- صخي ، حسين ؛ ورزوقي، طارق . (2011).المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة . بغداد : الكلمة الطيبة .
- نجلاء عباس وآخرون. المبادئ الأساسية لمهارات الكرة الطائرة وطرق تعلمها. بغداد: مطبعة الموال ، 2011

تأثير تقنية ((CogniPlus)) في تطوير الانتباه المنقسم ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى بعض طالبات المرحلة الرابعة

م.د. جنان ناجي الجبوري

ا.م.د. اشراق علي محمود

جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

jennanrami@yahoo.com

ملخص البحث باللغة العربية

اشتمل الملخص على مقدمة البحث وأهميته، إذ تطرقت الباحثتان إلى دور المختبرات النفسية الحديثة كإحدى أهم أدوات علم النفس الحديث الذي تبلور من خلال المنظومات النفسية الالكترونية إذ صممت لمجالات علمية متنوعة وعدت من أدوات الفحص والتشخيص النفسي. وتطرقت أيضاً إلى لعبة الكرة الطائرة التي تعد من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً ملحوظاً وكبيراً إذ أصبحت الآن وفي العديد من دول العالم تحتل المراتب الأولى من حيث ممارستها واجتذاب عدد كبير من اللاعبين والمشاهدين لها، وذلك لما تمتاز به من إيقاعات سريعة ومتابعة وتبادلات مستمرة بين المهارات الهجومية والدفاعية لما تحتويه هذه من طابع يتسم بدقة الأداء الفني وسرعته. وتركزت أهمية البحث في تأثير منظومة ((Cogniplus)) العلاجية والتي تعد من المنظومات والبرامج المحوسبة الحديثة والمتطورة التي تعنى بتطوير الجوانب النفسية والمعرفية والادراكية ومنها مظاهر الانتباه ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى بعض من طالبات المرحلة الرابعة للعام الدراسي (2014-2015) اما مشكلة فتركزت فقدان أو قلة تركيز الانتباه في أثناء عملية تعلم الطالبات للمهارات الأساسية أو تطوير دقة أدائها، وهذا ينعكس على تنفيذهن للواجبات في أثناء تنفيذهم للخطط الهجومية في وبالتالي عدم قدرتهن على امتلاك الحلول لتحقيق الهدف الرئيسي والمهم في عملية تعلمهن هذه المهارات وتطوير دقة أدائها من خلال الاعتماد على البرامج الحديثة والمحوسبة والمتطورة من أجل تحقيق أفضل النتائج والمستويات. لاما اهداف البحث فتركزت حول:

1- تطوير بعض مظاهر الانتباه باستخدام برنامج تدريبي محوسب ((cogniplus)) طالبات المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2014-2015.

2- تطوير دقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) باستخدام برنامج تدريبي محوسب ((cogniplus)) لدى طالبات المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2014-2015. وفروض البحث كانت:-

1- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المحوسب ((cogniplus)) في تطوير بعض مظاهر الانتباه لدى طالبات المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2014-2015.

2- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المحوسب ((cogniplus)) في تطوير بعض مظاهر الدقة لدى طالبات المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2014-2015.

كما وتطرق الباحثة إلى الجوانب النظرية والمشابهة والتي لها علاقة بمتغيرات بحثها. واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي لملاءمته لمشكلة البحث، وتم وصف العينة والأدوات المستخدمة المتمثلة بمنظومة اختبارات (ViennaTest system) ، وتم تعريف المتغيرات وكذلك الوسائل الإحصائية والمتمثلة باستخدامها للحقيقية الإحصائية. ومن خلال هذه الدراسة توصل الباحثتان لاستنتاجات عديدة وكانت أهمها: ان استخدام التقنيات الحديثة كمنظومة فيينا (Vienna test system)، والتقنية المعرفية

الإدراكية (CogniPlus) ساعدت في الحصول على النتائج الدقيقة والحقيقية لمتغيرات الدراسة التي كان من الصعب قياسها بنفس الدقة والمصدقية باستخدام الوسائل التقليدية التي كانت تتبع في السابق.

1. ان البرنامج التدريبي والمحوسب ساعد في تطوير مستوى الانتباه المنقسم لدى المجموعة التجريبية من عينة البحث. وجاءت التوصيات عديدة منها:

2. الاهتمام باستخدام البرامج التدريبية المحوسبة والمتمثلة بمنظومة الكوجني بلس والمعنية الى جانب البرامج التدريبية المتبعة من قبل المدربين والمعنيين بمجال التدريب اذ لا يمكن الفصل فيما بينها لكونها تسير جنباً الى جنب مع بعضها البعض لتحقيق التدريب الامثل والارتقاء بالمستوى المطلوب لتحقيق افضل النتائج.

The impact of ((CogniPlus)) technology in the development of the divided attention and accuracy of transmission fronting the top (tennis) with some students fourth stage

By

Eshraq Ali Mahmoud. Ph.D. Prof Associate. Baghdad University Faculty of Physical Education and Sports Science.

Jinan Naji Al Jebori Ph.D. Lecturer. Baghdad University Faculty of Physical Education and Sports Science

jennanrami@yahoo.com

Abstract

The role of psychological researchers to modern laboratories as one of the most important tools of modern science that has emerged through electronic systems psychological self as it designed a variety of scientific fields Promised psychological screening and diagnostic tools. She also addressed a game of volleyball, which is one of the sports that has seen a remarkable development and great as are now in many countries of the world occupies the first rank in terms of exercise and attract a large number of players and spectators to her, and that what distinguished him from the fast rhythms and continuous follow-up and exchanges between the skills offensive and defensive to the content of this from the character of a technical performance accurately. The importance of research on the impact of system ((Cogniplus)) treatment, which is one of the systems and programs computerized modern and sophisticated that deal with the development of psychological and cognitive aspects, cognitive and including aspects of attention and precise opposite of the Supreme transmitter (Tennis) with some of the students the fourth stage of the academic year (2014-2015) The problem were focusing loss or lack of focus of attention during the learning process of the students basic skills or improve its performance accuracy, and this is reflected on they could carry of duties in the course of carrying out offensive plans and thus their inability to own solutions to achieve the main objective and important in teaching them these skills and improve their performance accuracy process by relying on modern software and computerized and sophisticated in order to achieve the best results. The objectives of the research were focusing on:

1. develop some semblance of attention by using a computerized training program ((cogniplus)) stage IV students for the academic year 2014-2015.

2. Development of the Supreme fronting the transmitter accuracy (tennis) using a computerized training program ((cogniplus)) students at the fourth stage of the academic year 2014-2015.

Hypothesis search was: -

1. identify the impact of computerized training program ((cogniplus)) in the development of some aspects of attention to the students of the fourth stage of the academic year 2014-2015.

2. identify the impact of computerized training program ((cogniplus)) in the development of some semblance of accuracy at the fourth stage students for the academic year 2014-2015.

The researcher also touched on the theory and similar aspects which have a relationship variables examined.

The researchers used experimental method for its relevance to the problem of the research, the sample was described and the tools used system of tests (Vienna Test system), was the definition of variables, as well as statistical methods and the use of statistical bag. Through this study reach researchers for many conclusions it was most important: that the use of modern technologies as a Vienna system (Vienna test system), and technical cognitive (CogniPlus) helped to get the exact results and true to the variables of the study, which was difficult to measure the same accuracy and credibility using conventional means It was followed in the past.

1. The computerized training program and helped develop the level of attention divided among the experimental group of the research sample. It came several recommendations, including:

2. Using computerized and of CogniPlus system and relevant training programs as well as established training programs by trainers and stakeholders in the field of training, as it cannot be separated with each other for being go hand in hand with each other to achieve the optimal training and upgrading the level required to achieve the best results.

1-التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

مع التقدم الهائل في العلوم المختلفة الذي رافق الاكتشافات المذهلة في عالم الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات. اذ اصبح علم النفس في مقدمة العلوم التي توظف التكنولوجيا في تفسير الظواهر ودراسة الاحداث التي يعيشها الانسان عل وفق برامج وادوات متقدمة تحاكي التطورات التي حصلت في علم التشريح وفلسفة الدماغ البشري ودراسة قدراته العقلية والمعرفية الكامن منها والظاهر. وما تقتنيه الحاسوب والمختبرات العلمية الاجزاء من هذا التقدم اذ باتت الحواسيب المتطورة اهم ما يميز المختبرات العلمية الحديثة في دول العالم المتطور والتي شملت مؤخراً المختبرات النفسية الحديثة كاحدى اهم ادوات علم النفس الحديث الذي تبلور من خلال المنظومات النفسية الالكترونية اذ صممت لمجالات علمية متنوعة وعدت من ادوات الفحص والتشخيص النفسي. وتعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً ملحوظاً وكبيراً إذ أصبحت الآن وفي العديد من دول العالم تحتل المراتب الأولى من حيث ممارستها واجتذاب عدد كبير من اللاعبين والمشاهدين لها، وذلك لما تمتاز به من إيقاعات سريعة ومتابعة وتبادلات مستمرة بين المهارات الهجومية والدفاعية لما تحتويه هذه من طابع يتسم بدقة الأداء الفني وسرعته.

وتؤدي العمليات العقلية دوراً مهماً في إتقان المهارات الأساسية وتطويرها في الكثير من الألعاب والفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة، ومن هذه العمليات هو تركيز الانتباه الذي يعد واحداً من هذه العمليات المهمة والتي تعمل على نجاح تطبيق المهارات المختلفة كما تساعد على وضع الحلول السريعة للمهارات الفردية

والجماعية فكثير من الحالات تتطلب حلولاً سريعة وتركيز انتباه عالي من أجل وضع الحلول المناسبة للحالات التي تحدث في المباراة فقبل أداء الحركات يجب التركيز على الأداء ودقته لغرض حصول اللاعب على وضع جيد يساعده في أداء المهارات بشكل متقن، فالإرسال في الكرة الطائرة هي من المهارات التي تتطلب تركيز الانتباه. وتكمن أهمية البحث في تأثير منظومة ((Cogniplus)) العلاجية والتي تعد من المنظومات والبرامج المحوسبة الحديثة والمتطورة التي تعنى بتطوير الجوانب النفسية والمعرفية والادراكية ومنها الانتباه المنقسم ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى بعض من طلاب المرحلة الرابعة للعام الدراسي (2014-2015) وذلك لتحقيق أداء ونتائج أفضل على الصعيد النفسي والمهاري، إذ تعول الباحثة أن تحل المنظومات الحديثة والمحوسبة التي تعنى بالفحص والقياس والتشخيص والعلاج بديلاً موضوعياً عن مقاييس الورقة والقلم في المستقبل القريب في جميع المؤسسات التربوية والتعليمية للارتقاء بالمستوى المطلوب.

1-1 مشكلة البحث:-

تعتقد الباحثتان أن مؤسساتنا التعليمية والتربوية النفسية بشكل خاص تفتقر إلى مؤثرات نفسية متخصصة تحوي اختبارات ومقاييس حديثة على قدر عالٍ من المصداقية والموضوعية الأمر الذي أدى إلى ضعف الأداء الذي انعكس على مستوى الانجاز الرياضي على الرغم من الاهتمام المفرط من القائمين على العملية الرياضية وحجم الإمكانيات المادية والبشرية التي بذلت لتطوير الألعاب الرياضية في البلد لاسيما لعبة الكرة الطائرة ، وذلك بالاعتماد على التقنيات النفسية المحوسبة الذي سيعدم العامل النفسي ويعد الرقم الأكثر أهمية في معادلة الفوز أو الخسارة عند الرياضيين بشكل عام ولعبة الكرة الطائرة على وجه الخصوص.

ويعد تركيز الانتباه من العمليات العقلية التي ينتج عنها رد فعل جيد فأداء مختلف المهارات يتطلب تركيز الانتباه، فالإرسال يتطلب التركيز على مكان اللاعب الضعيف في الفريق المنافس أو المكان الذي فيه ثغرة دفاعية، كذلك هو الحال بالنسبة للضرب الساحق وحائط الصد، إذ تتطلب عملية تعلم هذه المهارات توافراً قدرة تركيز الانتباه. ومن خلال متابعة الباحثتان للوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة ضمن مقرر الصف الرابع في كليات التربية الرياضية لاحظت وجود مشكلة يعاني منها المتعلمون وهي فقدان أو قلة تركيز الانتباه في أثناء عملية تعلمهم للمهارات الأساسية أو تطوير دقة أدائها، وهذا ينعكس على تنفيذهم للواجبات في أثناء تنفيذهم للخطط الهجومية في وبالتالي عدم قدرتهم على امتلاك الحلول لتحقيق الهدف الرئيسي والمهم في عملية تعلمهم هذه المهارات وتطوير دقة أدائها من خلال الاعتماد على البرامج الحديثة والمحوسبة والمتطورة من أجل تحقيق أفضل النتائج والمستويات.

1-3 أهداف البحث

1-3-1 تطوير الانتباه المنقسم باستخدام برنامج تدريبي محوسب ((cogniplus)) لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية.

للعام الدراسي 2014-2015.

1-3-2 تطوير دقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) باستخدام برنامج تدريبي محوسب ((cogniplus)) لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية. للعام الدراسي 2014-2015.

1-4 فروض البحث

1-4-1 التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المحوسب ((cogniplus)) في تطوير بعض الانتباه المنقسم لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية. للعام الدراسي 2014-2015.

1-4-2 التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المحوسب ((cogniplus)) في تطوير الدقة لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية. للعام الدراسي 2014-2015.

1-5-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري:- طلاب المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية.

1-5-2 المجال الزمني:- الفترة من 2014/12/1 لغاية 2015/ 4 / 1.

1-5-3 المجال المكاني:- القاعات الداخلية لكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية.

1-6-1 التعرف ببعض المصطلحات المستخدمة.

1-6-1 منظومة ((CogniPlus))⁽¹⁾:-

وهي مصطلح التقنية المعرفية الإدراكية CogniPlus System المُعدّة على الحاسوب التي تنتجها شركة شوفريد Schuhfried النمساوية- إحدى أهم منظومات المختبر النفسي المعاصر، الثابت والمحمول(الجوال) ، ويطلق عليها اختصاراً منظومة CPS. كما تعد أيضاً إحدى الإجراءات العالمية الرائدة في مجال التدريب والتأهيل للقدرات المعرفية المدعمة بالحواسب، وباستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة Multi-media.

1-6-2 الانتباه:-

"الانتباه" يعني حالة تسبق الأداء وتتكيف المهارات وفق تجربة الفرد نحو النشاط الممارس⁽²⁾. ويعتبر إستئثاره وتوجيهه لتكيز العمليات العقلية مربوط بحاستين هما: حاستي (البصر والسمع)، وهي مهمتان في جميع الحركات الرياضية، ويعتمد الانتباه على شدة المثير وحجمه وتكراره، حيث يتطور منة خلال التكرار والتجربة ويتأثر بشكل سلبي بحالات الإجهاد الشديدة ولأن الكائن الحي لا يستطيع الانتباه عندما تكون الجهاز العصبي في حالة تعب شديد⁽³⁾.

1-6-3 التعريف النظري للانتباه المنقسم (Divided Attention)⁽⁴⁾:

استمدت الباحثتان تعريفها النظري للانتباه المنقسم من تعريف (شوفريد وآخريين، 2009) للانتباه المنقسم وهو: (إمكانية المفحوص على الانتباه على شئين في آن واحد) كونه الأكثر ملائمة مع متغيرات وأهداف هذا البحث (Schuhfried, et. al, 2014:16).

أما التعريف الإجرائي للانتباه المنقسم:

هو الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في أثناء تطبيق الاختبار وهو عدد المرات التي تضغط فيها دواسرة القدم (Foot-pedal) استجابة إلى ظهور مفاجئ لمحفز حرج (Critical stimulus) (خط ضوئي عامودي) على الجناح الأيمن أو الجناح الأيسر على وحدة القياس التابعة لجهاز إدراك المحيط لمنظومة اختبارات فيينا (Vienna Test System)، وكلما ازداد عدد المرات الصحيحة التي تضغط بها دواسرة القدم بشكل صحيح فهذا دليل على قوة الانتباه ولاسيما الانتباه المنقسم (Divided Attention).

(¹) عادل عبد الرحمن الصالحي. المختبر النفسي: أسسه-مكوناته-تطبيقاته العلمية والعملية، ط1: دار دجلة ناشرون وموزعون 2012 ، ص135.

(²) محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي ، ط3: (القاهرة، دار المعارف)، 1972، ص290.

(³) وجيه محبوب، أحمد بدوي؛ أصول التعلم الحركي: (الدار الجامعية للطباعة والنشر، الموصل، 2002)، ص54-55.

(⁴) Schuhfried GmbH: Vienna Test System: Psychological Assessment Catalogue. Modeling, Austria, . (2010), p16.

1-6-4-الارسال المواجه من الاعلى (التنس)⁽¹⁾:-

يعد هذا النوع من الارسالات القوية مثل مهارة الضرب الساحق (الكبسة) حيث إن القوس في الجذع والتقاء اليد بالكرة من الأعلى تجعل هذا الارسال ذا سرعة وقوة في الوقت نفسه وتبدأ حركة ضرب الكرة في مهارة الارسال المواجه من الاعلى اثناء سقوط الكرة بتوجيه الذراع الضاربة الى الاعلى والامام.

2-الدراسات النظرية والمشابهة:

1-2-1الدراسات النظرية:

1-1-2 منظومة اختبارات فيينا (SystemVienna test)² تعد اختبارات فيينا للفحص والقياس والتشخيص (Vienna test system) التي يطلق عليها اختصاراً منظومة (VTS). إحدى المنظومات التي تنتجها شركة شوفريد (Schuhfried) النمساوية الأصل المعدة على الحاسوب، من أهم منظومات المختبر النفسي المعاصر، والمختبر (الجوال) وتعد أيضاً إحدى الإجراءات العالمية الرائدة في مجال الفحص والقياس والتشخيص النفسي المدعم بالحواسيب، ويمكن عن طريقها تطبيق مختلف أنواع الفحوص والاختبارات عن طريق تطوير وتوظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة.

إذ يعطينا الحاسوب هنا، ويوفر لنا أعلى النسب الممكنة من الدقة والموضوعية. ويوفر لنا أيضاً تقويماً لنتائج الاختبار خالياً من الأخطاء، كما يمكنه قياس قيم لا يمكن قياسها بطريقة الورقة والقلم التقليدية، كما صنعت منظومة اختبارات فيينا للفحص والقياس والتشخيص النفسي وأعدت بطريقة تجعل من استخدام الاختبارات النفسية المعقدة بسيطة ومريحة وذلك عن طريق تطوير وتوظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة.

2-1-2 مميزات المنظومة⁽³⁾:

تتميز منظومة اختبارات فيينا بعدة مميزات منها:

1. تعد المنظومة منتجاً جديداً عالي الجودة.
2. تعد منظومة مركزية أساسية لأي مركز أو أي مختبر نفسي معاصر.
3. يمكن حمل المنظومة بسهولة في حقيبة خاصة أعدت لهذا الغرض لإجراء الاختبارات خارج المختبر النفسي، لتصبح إحدى منظومات المختبر النفسي المحمول (الجوال).
4. يمكن تشغيلها وتطبيق مختلف الاختبارات فيها وبلغات عدة، كما يتوافر البرنامج الأساسي للمنظومة بثمان لغات مختلفة، وإن العديد من الاختبارات متوافرة بحدود أكثر من (24) لغة مختلفة منها لغتنا العربية. إمكانية استقبال وإرسال البيانات من وإلى منظومات أو برمجيات أخرى مثل الحقيبة الإحصائية spss أو برنامج MS-Excel.
5. إنشاء التقارير تلقائياً وفورياً بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات.
6. من المنظومات الأمنية صحياً وطيباً ومطابقة للمواصفات المعيارية الدولية.
7. يمكن إضافة أي اختبار أو مقياس لهذه المنظومة بطريقة يسيرة باستعمال برنامج خاص داخل هذه المنظومة.

(¹) عبد علي (وآخرون)؛ الميازرة، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1988، ص38.

2.SchuhfriedCogniPlus: Training of Cognitive Abilities Catalogue .Modeling, Austria, 2010 b, p; 98(2)

3-Schuhfried GmbH: Vienna Test System: Psychological Assessment Catalogue .Modeling, Austria, (1) -³ (2009/2010), p; 123

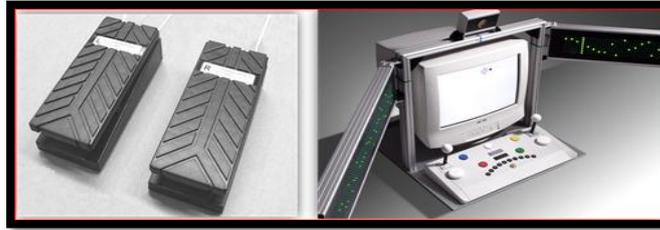
8. تمتاز بالمرونة مما يجعلها تتناسب مع احتياجات المفحوصين كلها.

9. تستخدم في جميع مجالات علم النفس تقريبا ومن هذه المجالات على سبيل المثال لا الحصر:

- * علم النفس العصبي .
- * علم النفس الفسيولوجي.
- * علم النفس الرياضي.
- * علم نفس انتقاء وتصنيف الافراد
- * التربية والتعليم وعلم النفس التربوي.
- * طب وعلم النفس الكوارث والازمات.
- * البحوث.

2-1-3 مكونات المنظومة⁽¹⁾:

تتكون منظومة اختبارات فيينا من برنامج (نظام) أساسي **basic software** وأداة الحماية (dongle) ومجموعة الفحوص والاختبارات التي ترغب في استخدامها ، إذ يتم هذا الاختيار من بين أكثر من 130 اختبارا، وباللغة التي نريدها للتطبيق، وأخيرا أدوات الإدخال والأجهزة الخارجية (hardware). إذ يمكن عرض وتطبيق اغلب الفحوصات والاختبارات عن طريق لوحة المفاتيح والفأرة التقليديين. والشكل (1) يوضح ذلك.



الشكل (1)

يوضح منظومة فيينا للقياس والفحص والتشخيص ودواسة القدمين

2-1-4 خطوات واجراءات العمل على المنظومة:

للتعرف على كيفية العمل على المنظومة، يمكن أن نجمل ذلك بالخطوات الآتية:
أولاً :- إدخال بيانات الفحوص الكاملة مع تاريخ الولادة. وذلك ضمن شاشة إدخال معدة لهذا الغرض يتم إدخال كل ماله صلة بالمفحوصين، ليتكون لدينا بنك معلومات متكامل يمكن الرجوع إليه عند الحاجة.
ثانياً:- اختيار نوع الاختبار. تحتوي منظومة (vts) على مجموعة متكاملة من الاختبارات الحديثة والمعاصرة في مجال الفحص والقياس والتشخيص النفسي، فهناك الاختبارات التشخيصية واختبارات خاصة بالضغوط النفسية وغيرها من الاختبارات التي تعمل على تقنية الوسائط المتعددة والمستندة على أحدث التكنولوجيا. وبذلك يتم اختيار نوع الفحص المطلوب من بين أكثر من 130 اختباراً عالمياً، كما يتم تطبيق هذه الاختبارات والفحوصات وجهاً لوجه امام شاشة الحاسوب والخروج بنتائج وطباعة تقارير نفسية تخصصية حرفية ولمحة شخصية (بروفيل - profile) عن كل مفحوص، كما يمكن خزن كم هائل من البيانات لكل مفحوص على حدة أو مقارنة نتائج مفحوص واحد بين تطبيق وآخر.

1)Schuhfried; **Vienna Test system**. Computerized Psychological Diagnostics, Catalog Austria 2340Modling, Hyrtlstrabe, (2004/2005) p; 45.

ثالثاً :- تطبيق الاختبار. بعد الانتهاء من إدخال بيانات المفحوص والانتهاء من عملية انتقاء الاختبارات المراد تطبيقها ، تتم مباشرةً (الحاسوب الثابت والمحمول) وبحسب المختبر النفسي فيما إذا كان ثابتاً أو جوالاً. وينقسم تطبيق الاختبار بحد ذاته على ثلاث مراحل:

- مرحلة ابتدائية.
- مرحلة تجريبية (تدريبية): يقوم المختبر في هذه المرحلة بتطبيق بعض الامثلة التجريبية ويتعرف على نظام vts على حالات عدم فهم الاسئلة ويستجيب لذلك بعرضه المرحلة الابتدائية مجدداً او يطلب من المفحوص مراجعة المشرف على الاختبار، ويستدعي النظام في حالة استخدام المجموعات (بطارية من الاختبارات) الاختبار التالي بعد الانتهاء من المسألة الاخيرة، ويوفر هذا الامر الكثير من الوقت الثمين للفاحص والمفحوص على حدٍ سواء. كما يمكن تطبيق الاختبار بوسائل ادخال عدة بحيث تناسب جميع الاعمار والفئات مثل الاطفال والمراهقين والبالغين وكبار السن وبحسب نوع الجنس ايضاً ، فضلاً عن وجود وسائل ادخال للمصابين اصابات شديدة او المتضررين جسدياً (المعاقين) بأحد او بعض او كل اطرافهم.
- مرحلة الاختبار.

رابعاً :- تقويم الاختبار. بعد أن يكمل المفحوص إجابته عن الاختبار، تقوم منظومة vts بتقويم الاختبار تلقائياً، ولدى الفاحص الإمكانية بأن يشاهد النتائج على شاشة الحاسوب أو أن يقوم بطباعتها مباشرةً على أي طباعة متوافرة، وتعرض نتائج الاختبار بصورة موحدة على هيئة جداول ومقاطع، مع الأخذ بنظر الاعتبار عوامل (الجنس والعمر والتحصيل العلمي وعوامل أخرى)، كما ويمكن الحصول على بيانات النتائج على شكل نسب مئوية وقيم تائية (الدرجة التائية المعيارية) ، و/ أو قيم زائية Z (الدرجة الزائية) وغيرها.

خامساً :- عرض وطباعة نتائج الاختبار: تعرض نتائج الاختبار بصورة واحدة على شاشة الحاسوب، ويمكن طباعتها حالاً بعد الانتهاء من جلسة الاختبار كما أشرنا في الخطوة السابقة، كما ويمكن تصدير النتائج مباشرةً إلى برامج معالجة الكلمات Word Processing كما ويمكن تخزين النتائج ومعالجتها بالبرامج الإحصائية الشائعة مثل Excel Spss.

2 - 1 - 5 الانتباه المنقسم Divided attention¹:

لما كان الانتباه عملية عقلية ومعرفية فإنه يحتاج إلى جهد ذهني وجسدي إضافي من أجل انتقاء المثيرات المرغوبة وعزل المثيرات الأخرى، كما يمكن أن يتوزع عبر مثيرات مختلفة أو يتكثف ويتركز، إذ أشار بورن (Bourne) إلى أن تركيز الانتباه يؤثر في وعي الفرد لذاته ولعالمه الخارجي ، فالانتباه يمكن أن يتوجه نحو ذات الفرد أي: نحو أحاسيسه وأفكاره وميوله ودوافعه ورغباته واتجاهاته ومعتقداته، أو أن يتجه نحو البيئة المحيطة به وهذا يؤثر في طبيعة التفاعل الاجتماعي للفرد وفي سلوكه اليومي. فضلاً عن ذلك فإن هناك عوامل كثيرة تؤثر في الانتباه وفي درجة نجاح الفرد في تقسيم انتباهه لأكثر من مثير، ومن هذه العوامل ما هو خارجي (External) ويختص بالمثير المنتبه له، ومنها ما هو داخلي (Internal) يخص الفرد كالتهيؤ العقلي والنشاط الذهني للفرد².

"ويمكن تقسيم الانتباه من حيث عدد المثيرات إلى صنفين: الانتباه لمثير واحد والانتباه لأكثر من مثير ،الانتباه

(1) Bourne. Lye, E (1971) the psychology of thinking. New Jersey: Prentice- Hall, Englewood dips.

(2) Harber.A.&R.P. Runyon: Fundamentals of psychology, 3ed , London. (1983),,p:280.

لمثير واحد هو انتقاء الفرد لمثير واحد وتركيز الانتباه إليه، مثل انتقاء مثير بصري له مواصفات محددة وإهمال المثيرات الأخرى التي تقع معها في المجال البصري للفرد. أما الانتباه لاكثر من مثير فيتطلب سعة انتباهية عالية إذ يقوم الفرد بتركيز انتباهه على أكثر من مثير في المجال البصري أو السمعي أو كليهما معاً، وهذا النوع يتطلب جهداً عقلياً حتى يستطيع الفرد الاحتفاظ بتنبيه هذه المثيرات¹.

"ويمكن تقسيم الانتباه أيضاً حسب العمليات الانتباهية التي يتم التنسيق بينها وبين القشرة الدماغية، وتشمل هذه التقسيمات: الانتباه الموجه (المركز)، والانتباه المتبادل، والانتباه المنقسم، والانتباه الدائم"²

يعني الانتباه المنقسم مدى إمكانية أداء أنشطة متباينة دون انخفاض في مستوى الكفاءة، إذ يقوم الشخص بتجزئة مصادر الانتباه في الوقت نفسه بدلاً من الانتباه المتبادل كما يحدث في حالة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتوزيع نظره نحو ملعب المنافس لتوجه الكرة في المكان (الفراغ) المناسب.

ويعتقد معظم علماء النفس الأوائل فضلاً عن المعاصرين بإمكانية توجيه الوعي نحو فعالية واحدة في لحظة من الزمن. ويعتقد أن الانتباه الواعي إلى عمليتين مختلفتين يتم أدائهما في وقت واحد عندما يكون الانتباه لهما بشكل سريع، كما يفترض أيضاً بإمكانية إنجاز أحدهما بشكل أوتوماتيكي دون سيطرة واعية، وقد حاول الباحثون الأوائل الكشف عن حدود الوعي عن طريق ربط المهام المختلفة واتقان الأداء ولم تجد الباحثة أيضاً نظرية تتحدث على متغير الانتباه المنقسم بشكل واضح ومفصل ودقيق سوى نظرية شنايدر وشيفرين (Schneider & Shiffrin, 1977) إذ يرى كل من شنايدر وريتشارد شيفرين (Walter Schneider & Richard Shiffrin, 1977) عند تقسيم الانتباه على مهمتين أو مثيرين في آن واحد، فإن الفرد يستعمل العملية الذاتية أو التلقائية للانتباه، التي تعرف بانها (Automatic Process) العملية التي تستعمل في المهام السهلة والتي تتضمن مفردات مألوفة بشكل كبير. فسائق السيارة مثلاً لا يحتاج إلى طاقة انتباهية تستلزم تركيزاً عالياً عندما يرى الضوء الأحمر عند إشارة المرور، وكل الفعاليات الحركية الحاصلة بعد ذلك (الضغط على عتلة الوقوف وغيرها) تمثل أداءً اعتيادياً مكرراً لا يحتاج إلى جهد وطاقة كبيرة، وتكون العملية التلقائية سريعة نسبياً؛ إذ يستعمل الفرد هذه العملية للانتباه، وذلك للاستجابة لكلا المهمتين أو المثيرين. ثم أن هناك علاقة بين التدريب والعملية الذاتية أو التلقائية للانتباه؛ إذ تكون العملية التلقائية للفرد المدرب على مهام تتطلب تقسيم انتباهه على أكثر من مثير سهله وممكنة لإنجاز هذه المهمات بشكل جيد³.

ومما تقدم تستنتج الباحثة من أن الانتباه المنقسم هو أحد القدرات المعرفية والمهمة، وهو قدرة تعطي بعض الخصائص والمميزات للفرد لما له من دور ايجابي وفعال في حياة الفرد، وتلك القدرة على الانتباه لشيئين في آن واحد تساعده على تحقيق نجاحات عديدة وتختصر له الوقت بصورة افضل واسرع، ومع أن مهمة الانتباه المنقسم في اول الامر تكون صعبة إلا أنها بالتدريب والممارسة والمتابعة تكون سهلة الممارسة والتطبيق.

2-1-6- الإرسال:-

"يعد الإرسال من المهارات الهجومية الذي يقوم الفريق المرسل تنفيذها في الكرة الطائرة ويعد الهجوم الاول ضد الفريق المستقبل، وإن القدرة على التحكم في ادائه يستطيع اللاعب كسب نقطة مباشرة لفريقه، واللاعب المرسل

(¹) أبو رياش، حسين محمد: التعلم المعرفي، عمان دار المسيرة، 2007، ص193.

(²) الشقيرات، عبد الرحمن: مقدمة في علم النفس العصبي، ط1: عمان، دار الشروق، (2005)، ص211.

(³) Margaret, W Motlin Cognition (3rd), Harcourt publishers, (1994), p:49.

يكون مستقلاً وغير مرتبط بزملائه عند ادائه وشارت (Mariana Fiedler) ان الارسال هو الجزء الاول من حلقة اللعب فكلما كان الارسال قوياً وفعالاً يكون تأثيره ايجابياً على سير اللعب⁽¹⁾.

"اما (Glen) فيعد الارسال من اهم ضربات الهجوم المباشر التي يستخدمها اللاعبون خلال اللعب، اذ انه يعتبر خطة فردية حيث يتحتم على كل لاعب من الفريق ادائه وهو مفتاح اللعب ويلعب في بداية كل شوط وعقب كل خطأ (ومن الضروري ان يكون الارسال ذا تأثير وفاعلية وليس فقط مرور او عبور الكرة من فوق الشبكة)⁽²⁾. ويؤكد البعض بأن الارسال هو طريقة دقيقة وجيدة تراعى فيها المسافة والارتفاع والمكان المحدود ويستطيع المرسل احراز نقطة مباشرة حيث انه يكون مستقلاً في ادائه وبدون تأثير زملائه من الفريق او الفريق المنافس وبهذا فيجب ان يتمتع بدقة ادائه ودكائه في ارسال الكرة الى مناطق يحددها هو من خلال ملاحظته عن الفريق المنافس³.

والارسال هو احدى المهارات الاساسية الفنية بالكرة الطائرة وينفذ بوساطة اللاعب الذي يشغل مركز رقم (1) من الخط الخلفي بعد اشارة الحكم (الصافرة) وتضرب الكرة بذراع واحد بيد (مفتوحة او مضمونه) حتى يتم عبورها الى ملعب المنافس ويعد من اكثر الاسلحة الهجومية للعبة كفاءة وقد يضع المنافس في وضع دفاعي ضعيف وتزداد اهميته في حتمية ادائه للاعبين المشتركين في المباراة جميعاً. ومن خلال اتقان ضربات الارسال يمكن احراز نقطة سريعة ومباشرة للفريق المرسل وقد تؤدي في بعض الاحيان الى تغيير نتيجة المباراة لصالح الفريق الذي يجيد استغلاله في الحصول على نقطة مباشرة لذلك على المدربين ان يمضوا مدة طويلة من زمن الوحدات التدريبية لتعزيز هذه المهارة المهمة والاساسية التي اذا نفذت بالطريقة المطلوبة يمكن ان نحقق الآتي:

اولاً: الحصول على نقطة بدون اجهاد الفريق.

ثانياً: اعطاء فرصة راحة للفريق.

ثالثاً: كسب الثقة لأعضاء فريقه من الناحية النفسية.

رابعاً: اجهاد فريق المنافس بدنياً ونفسياً عند نجاحه.

خامساً: زعزعة الثقة عند فريق المنافس.

شروط ضرب مهارة الارسال:⁽⁴⁾

1. ضرب الارسال بين اللاعبين.

2. ضرب الارسال بعيداً عن اللاعب (الليبرو).

3. ضرب الارسال على المناطق الاساسية للهجوم.

4. ضرب الارسال الى المناطق البعيدة والجانبية للملعب.

5. التنوع في ضرب الارسال من قبل اللاعب المرسل.

6. ضرب الارسال على مستوى الشبكة.

7. ضرب الارسال على منطقة تبديل اللاعب المعد اينما كان.

(1) Fiedler, M: **Volleyball. Sportverlage**, Berlin, 1978- p.17.

(2) Glen H.Egstrom, **Volley Ball-second Edition**. USA by Frances Schaa-1972. p.4.

(3) مروان عبد المجيد ابراهيم، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، مهارات خطط، اختبارات بدنية ومهارية، قياسات جسمية، انتقاء، معاقين،

تحكيم، ط1، عمان، الاردن، 2001: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ص52.

(4) مروان عبد الحميد، مصدر سبق ذكره، ص53.

2-1-7 أنواع الارسال:-⁽¹⁾

نستطيع من خلال التكنيك الصحيح لأداء ضربات الارسال تصنيفها الى نوعين رئيسيين هما:-

-الارسال من اسفل.

-الارسال من اعلى.

وفقاً لوضع الكرة بالنسبة لمستوى كتف اللاعب.

أولاً:- الارسال من اسفل.

1. الارسال من اسفل المواجه الامامي

2. الارسال من اسفل الجانبي

3. الارسال من اسفل الجانبي المعكوس (روسي).

ثانياً: الارسال من اعلى.

1. الارسال من اعلى برؤوس الاصابع

2. الارسال من اعلى المواجه (التنس) الساحق

3. الارسال الجانبي الخطافي والجانبي المواجه الخطافي.

4. الارسال المتموج (الامريكي والياباني).

2-1-7 التقنية المعرفية الإدراكية (CogniPlus)⁽²⁾:

تعد التقنية المعرفية الإدراكية CogniPlus System المُعدّة على الحاسوب التي تنتجها شركة شوفريد Schuhfried النمساوية- إحدى أهم منظومات المختبر النفسي المعاصر، الثابت والمحمول(الجوال) ، ويطلق عليها اختصاراً منظومة CPS. كما تعد أيضاً إحدى الإجراءات العالمية الرائدة في مجال التدريب والتأهيل للقدرات المعرفية المدعمة بالحواسب وباستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة Multi-media وهي أيضاً عبارة عن حزمة برمجية تعتمد على معلومات وأسس علمية رصينة، كما تساعد المنظومة (ذات برامج التدريب القريبة من الواقع) في تطبيق النجاحات المختلفة التي تم تحقيقها في الحياة اليومية، كما يمكن ربطها مع منظومة اختبارات فيينا VTS بسهولة وذلك لإنشاء رابط علمي فيما بين التشخيص والعلاج والتقييم.

2-1-8 أهمية المنظومة⁽³⁾:

1. تأهيل الوظائف المعرفية بمساعدة الحاسوب:-

إن التطور والتقدم الحاصل في مجال الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات جعل من تطبيق الجلسات بمساعدة الحاسوب في إعادة التأهيل المعرفي ممكناً ضمن هذه المنظومة، ففي البداية كانت البرامج التدريبية مشابهة لإجراءات التشخيص النفسي Psycho-diagnostic التقليدي الكلاسيكي ، لكن منذ أمد ليس ببعيد أضحت من الواضح الحاجة إلى برامج تدريبية وتأهيلية تختلف عن تلك الموجودة في الإختبارات النفسية التقليدية، فعلى الإختبار النفسي أن لا يكون له أي تأثير في الأداء المعرفي للأفراد.

(1) اكرم زكي خطابية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، تاريخ- مهارات- خطط لعب، اعداد بدني، تدريب، اصابات، قياس وتقييم، قواعد

اللعبة- الكرة الطائرة المصفرة والشاطئية، مصطلحات رياضية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1996، ص76.

2--Schuhfried: Reha Com, Computer-aided Cognitive Rehabilitation, Catalog, Austria .Modeling,

Hyrtlstrabe2005, p43

3 - عادل عبد الرحمن الصالحي. المصدر السابق، ص136.

تحسين القدرات المعرفية والإدراكية: إذ إن الهدف من إجراءات التدريب والتأهيل بمساعدة الحاسوب هو تحسين القدرات المعرفية والإدراكية للمفحوصين وبأحدث التقنيات ، وللوصول لمثل هذه التقنيات ، وللوصول لمثل هذه التحسينات ، يجب إنجاز المتطلبات الآتية:-

✳️ **نظام الوحدات Modularity** :- إن ما هو مطلوب لتدريب الوظائف المعرفية والإدراكية المختلفة هو إعداد نظام من الإجراءات، مستند على خلفية نظرية، هذا النظام يجب أن يتضمن الإجراءات الأساسية كافة، فضلا عن الوظائف المعقدة الأخرى .

✳️ **التكيف والتخصيص الفردي Continuity And Control** :- تعني الاستمرارية، إذ إن نتائج كل الجلسات التدريبية تخزن وتوثق باستمرار، على كل جلسة تدريبية وتأهيلية جديدة يجب أن تبدأ من حيث انتهت الجلسة التي سبقتها، وعندما تخزن نتائج الجلسات كلها من الممكن ملاحظة المفحوص progress وتبني العلاج المناسب والأهداف بضمن المدد الفاصلة ، كلٌ بحسب أدائه، إذ إن اختلاف مواد التدريب بضمن كل مستوى من مستويات الصعوبة يخلق حالة تدريب متنوع بحسب الحالة المفحوصة.

✳️ **التأكيد والتغذية الراجعة Confirmation/Feedback**: يستلم المفحوص أثناء جلسة تدريبه أو تأهيله معلومات عن نوعية وكيفية أدائه بواسطة أشكال توضيحية على شاشة الحاسوب أ ✳️ و عن طريق إشارات مسموعة ، هذه

المعلومات إما أن تكون تعليقات ثابتة ومتعلقة بالمادة التي يمكن أن تكون إيجابية أو سلبية ، كلٌ بحسب إجابة المفحوص ، وهذا ما يسمى بإعطاء التغذية الراجعة للمفحوص .

✳️ **الكفاية والاقتصادية Efficiency and economy**:- إذ إن المفحوص قد يعمل بشكل مستقل مع برنامج تدريبي بذكاء اصطناعي من دون مساعدة أحد هنا، فإن للمفحوص قدرة أكثر للتوجه نحو المهام التدريبية الأخرى ومن دون إحراج.



✳️ **وحدات الإدخال المناسبة Appropriate input media** :- إن لوحة مفاتيح الحاسوب التقليدية في أغلب الأحيان قد لا تكون أداة إدخال ملائمة ومناسبة للتدريب والتأهيل العلاجي الإلكتروني ضمن هذه المنظومات، ومن الصعب امتلاك عتلة خاصة ليتم استخدامها في الإجابة بشكل جيد هنا ، بينما المطلوب ضمن هذه المنظومة هو الحصول على مهارات حركة وعمل دقيق المستوى يلائم المفحوصين. ولكل ما سبق ، ظهرت (التقنية المعرفية الإدراكية CogniPlus) نتيجة للكفاءة المتزايدة في تدريب القدرات المعرفية والإدراكية، إذ إن حقيبة البرامج المتقدمة تقنيا هذه ماهي إلا استجابة إلى مطالب المعالجين لنظام تدريبي يأخذ بالحسبان المفاهيم النفسية المعقدة

والحديثه ، بمعنى هي تلك البرامج التدريبية التي تحاكي حالات ومواقف الحياة المختلفة والواقعية. والشكل(2) يوضح منظومة الكوجني بلس.

2-2- الدراسات المشابهة

1-2-2 دراسة زهراء كاظم جواد (2013)¹:

(الاجهاد الذهني وعلاقته بالانتباه المنقسم لدى طلبة جامعة بغداد).

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين الاجهاد الذهني والانتباه المنقسم، وكذلك إيجاد الفروق في العلاقة بين الاجهاد والانتباه المنقسم وفق متغير الجنس والتخصص والمرحلة، أما منهجها فقد استعملت المنهج الوصفي، وكانت العينة مكونة من (112) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بغداد، اما الاداة فقد استعملت الباحثة الاختبارات التي اعدها شركة شوفريدالنمساوية، وتلك الاختبارات هي جزء من منظومة اختبارات فينا. أما نتائج الدراسة فقد أظهرت وجود علاقة ايجابية بين الاجهاد الذهني والانتباه المنقسم مع أنه لم يكن هنالك أي تأثير أو ارتباط من حيث متغيرات (الجنس، والتخصص، والمرحلة) ومن حيث تفاعلهم مع الاجهاد الذهني والانتباه المنقسم(كاظم 0(2013،

2-2-2 اوجه الشبه والاختلاف بين الدراسة السابقة والدراسة الحالية قيد البحث:

اختلفت الدراسة الحالية عن السابقة من حيث استخدام المنهج اذ استخدمت الدراسة الحالية المنهج التجريبي على وفق منظومة (CogniPlus) اما الدراسة السابقة فقد استخدمت الوصفي، وكانت العينة مكونة من (112) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بغداد في حين الدراسة الحالية كان عدد العينة فيها(12) طالبة من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، فضلا عن ان الاداة التي استخدمتها الدراسة السابقة هي فقط منظومة فينا المعنية بالفحص والقياس والتشخيص، في حين الدراسة الحالية استخدمت منظومتي فينا للفحص والقياس والتشخيص ومنظومة (CogniPlus) والمعنية بالعلاج والتأهيل. فضلا عن اختبار الارسال المواجه من الاعلى بالكرة الطائرة.

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :ان مناهج البحث العلمي هي "التي تحدد الطريقة العلمية التي يتبعها الباحث، اذ انها الأداة الاولية لجمع المعلومات وفرض الفروض وتعيين الاهداف لحل مشكلة معينة والوصول اليها"²وعليه استخدمت الباحثة المنهج التجريبي" الذي يعد من أكثر الوسائل كفاية في الوصول إلى معرفة موثوق بها"⁽³⁾ بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة المشكلة من اجل الحصول على معلومات ونتائج دقيقة.

3-2 مجتمع البحث وعينته: تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهن طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-الجادية للعام الدراسي 2014-2015، اما عينة البحث فقد تم اختيارها عن طريق اجراء القرعة وقد وقعت على شعبة واحدة وكان عددها 27 طالب ، وتم استبعاد 5 طالبات بسبب ظروفهن الخاصة و7طالبات بسبب الغياب وعدم الالتزام وبذلك يكون عدد افراد العينة المتبقي هو 12 طالبة، بعد ذلك تم تقسيم العينة

(¹) كاظم، زهراء جواد:الاجهاد الذهني وعلاقته بالانتباه المنقسم لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية / ابن رشد، 2013،ص67.

(²) ديو بولد فان دالين . مناهج البحث في التربية وعلم النفس . (ترجمة محمد نبيل وأخرون). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية للطباعة، 1985، ص 407.

(³) وجيه محجوب . التحليل الفيزيائي والفلسفي للحركات الرياضية. بغداد : مطبعة التعليم العالي ، 1990 ، ص 83.

على وفق الارقام الزوجية والفردية الى مجموعتين 6 طالبات في المجموعة الضابطة و6 طالبات في المجموعة التجريبية والتي خضعت للجلسات التطويرية الخاصة بتطوير الانتباه المنقسم لدى عينة البحث على وفق التقنية المعرفية الإدراكية (CogniPlus)، و(6) طالبات في(المجموعة الضابطة) التي اقتصر عملها على المنهج المعتاد الذي اعده مدرس المادة.

3-3 تجانس عينة البحث :قامت الباحثة باستخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمواصفات عينة البحث من حيث (العمر - الطول - الوزن) ، والتي تم من خلالها تحقيق التجانس بين أفراد عينة البحث . وفي حقيقة الامر أنه لا توجد عينة تمثل مجتمع الاصل إلا إذا كانت متجانسة أو عندما تكون العينة متجانسة فأن عينة صغيرة كافية لتمثيل مجتمع الاصل (1) .

جدول (2) يوضح التجانس لعينة البحث من حيث (العمر - الطول - الوزن)

المتغيرات	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
العمر (سنة)	12	22.78	2.05	22	1.14
الطول (سم)		158.3	4.01	158	0.29
الوزن (كغم)		9	55.68	3.46	55

يتضح من الجدول (2) أن معاملات الالتواء لعينة البحث قد انحصرت بين

(+ 3 ، - 3) في قياسات (العمر - الطول - الوزن) ، مما يدل على تجانس عينة البحث .

3-4 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة:

" وهي الوسيلة التي يستطيع الباحث بها حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات (بيانات وعينات وأجهزة) " (1).

3-4-1 وسائل جمع المعلومات:

1- المصادر العلمية العربية والأجنبية.

2- استمارة استطلاع آراء الخبراء لتحديد أهم المهارات الخاصة بدقة الاداء ارسال المواجه من الاعلى (التنس)

بالكرة الطائرة ملحق (1).

3- شبكة المعلومات العالمية (الإنترنت).

4- الوسائل الاحصائية spss.

5- سجل لتدوين الملاحظات.

6- استمارة جمع المعلومات.

7- استمارة ترشيح الاختبارات.

3-4-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

1- جهاز منظومة فيينا Vienna test System لفحص والقياس والتشخيص النفسي، (نمساوي المنشأ) .

2- جهاز منظومة CogniPlus، (نمساوي المنشأ) .

3- جهاز قياس الطول والوزن نوع Electronic Body scale TCS-200-RT.

4- حاسوب HP (4) Pentium، (كوري المنشأ).

(1) وجيه محبوب . أصول البحث العلمي ومناهجه . ط1: عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، (2002)، ص 161.

5- ملعب الكرة الطائرة القانوني.

6- كرات طائرة (قانونية) نوع (Molten) عدد (15) كرة.

7- صافرات نوع (fox) عدد (2).

8- شريط لاصق بعرض (10) سم، عدد (2).

3-4-3 اختبار مهارة دقة الارسال المواجه من الاعلى (التنس)¹:-

• الغرض من الاختبار :- قياس دقة مهارة الارسال.

• الادوات المستخدمة :- ملعب كرة طائرة مقسم كما في الشكل (3)، شريط قياس، (10) كرات طائرة.

• شروط التسجيل :- يقوم المختبر بأداء الارسال موجهاً الكرة نحو المناطق (أ ، ب ، ج ، د).

• التسجيل :- للمختبر ثلاث محاولات

(4) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (أ).

(3) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ب).

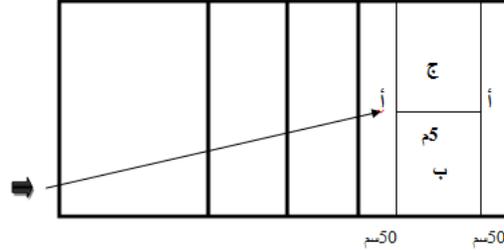
(2) نقطة لكل محاولة داخل المنطقة (ج).

(1) نقطة لكل محاولة داخل المنطقة (د).

(0) عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق.

- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين نقطتين تحسب درجة المنطقة الاعلى.

- تلغى المحاولة في حالة ارتكاب المختبر خطأ قانوني.



الشكل (3) يوضح اختبار دقة مهارة الارسال المواجه من الاعلى (التنس)

3-5 التجريبتان الاستطلاعتان الخاصتان بالاختبارات قيد البحث:

وهي استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، وهي الكشف عن الحلقات الغامضة إذ تعد من الوسائل المهمة والضرورية جداً في تنفيذ البحوث⁽²⁾. إذ قامت الباحثة بإجراء تجربتها الاستطلاعية على (4) من طالبات المرحلة الرابعة من خارج عينة البحث الاصلية وفي المختبر النفسي التابع لوزارة التعليم العالي والبحث العلمي في جامعة بغداد، وذلك بتاريخ 2014/12/8 في الساعة العاشرة صباحاً وتم إجراء التجربة الاستطلاعية الخاصة باختبار الارسال على نفس عينة التجربة الاستطلاعية الخاصة باختبار الانتباه لمنقسم وذلك في يوم الثلاثاء الموافق 2014/12/9 وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو:

1- التعرف على ملاءمته للاختبارات لعينة البحث .

2- التعرف على مدى تفهم أفراد العينة للاختبارات المستخدمة.

3- التعرف على المعوقات التي تواجه الباحث.

1- مروان عبد المجيد ابراهيم. الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، عمان، ط1: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001، ص295.
2) ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطارح التربوية النفسية، ط1: (بغداد ، دار الكتب، 2012). ص95.

4-التأكد من صلاحية مكان الاختبار وملاءمته لتنفيذ الاختبارات.

5- التعرف على كفاية الأجهزة المستخدمة.

6- معرفة الوقت الكافي لإجراء الاختبارات والوقت المستغرق لتنفيذ كل اختبار.

7- معرفة مدى كفاءة فريق العمل المساعد* ومدى تفهمه للاختبارات المستعملة في البحث.

وكان من اهم نتائج التجربة الاستطلاعية ما يلي:-

1- كفاية الاجهزة المستخدمة لإعطاء النتائج التي تخدم اهداف وفروض البحث.

2- إن الوقت التقريبي لإجراء البحث تحدد بإجراء الاختبار على (طالبين) في كل يوم.

3- كفاءة فريق العمل المساعد لاستخدام الاجهزة وأجراء الاختبارات .

4- تحديد ايام الاختبار على ضوء جدول المراجعة الخاص بالمختبر.

3-6 الاختبارات القبلية المستخدمة في البحث:

3-6-1 الاختبارات القبلية(الخاصة بالانتباه المنقسم) :

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبلية (اختبار الانتباه المنقسم) وذلك في تمام الساعة العاشرة صباحاً من يوم الأحد الموافق 18-19/1/2014 ، في المختبر النفسي التابع لمركز البحوث النفسية بجامعة بغداد، على عينة البحث، للمجموعتين والتجريبية الضابطة، والبالغ عددها (12) طالبة من المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2014-2015، وقد تمت على النحو الآتي:

1. تم تطبيق الاختبارات وقد تضمنت المراحل الآتية:-

-المرحلة الاولى:(مرحلة الفحص والتشخيص وفق منظومة فيينا Vienna Test System)، لعينة البحث .

-المرحلة الثانية:(مرحلة القياس الفعلي) : وتضمنت الآتي :

أ- تم شرح وتطبيق كيفية اداء اختبار الانتباه المنقسم ضمن اختبار ادراك المحيط على وفق منظومة Vienna test System، المعنية بالفحص والقياس والتشخيص.

ب- تم اختبار كل طالبة على حدة، حيث اشتملت الاختبارات النفسية الخاصة بالمنظومة اختبار الانتباه المنقسم ضمن اختبار ادراك المحيط وفق منظومة فيينا Vienna Test Systems.

ج- مدة الاختبار: 15 دقيقة لكل مختبرة.

3-6-2 الاختبارات القبلية المهارية لقياس دقة مهارة الارسال المواجه من الاعلى (التنس) بالكرة الطائرة:-

اجريت الاختبارات القبلية المهارية لقياس دقة الارسال المواجه من الاعلى(التنس) على نفس عينة البحث التي اجريت عليها الاختبارات النفسية والبالغ عددها (12) طالبة بمعدل (6) طالبات لكل من المجموعتين (التجريبية والضابطة) وتم تقسيمهم وفقاً للفحوصات والقياسات التي تم اجراؤها في الاختبارات القبلية النفسية وفق منظومة فيينا للقياس والفحص والتشخيص وكما يأتي:

*فريق العمل المساعد :

1. أ.م.د. عادل عبد الرحمن أالصالح، استشاري في علم النفس السريري ومدير مكتب الاستشارات النفسية في جامعة بغداد، ومؤسس ومدير المختبر النفسي المعاصر في مركز البحوث النفسية سابقاً .

2. أ.م.د. هدى جميل عيود- اختصاص علم النفس السريري تدريسية في جامعة بغداد/ ومديرة المختبر النفسي المعاصر في مركز البحوث النفسية حالياً .

3. م.د. جنان ناجي زوين، اختصاص علم النفس الفسيولوجي، تدريسية لمادة الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بغداد.

- 1- اجريت الاختبارات القبلية المهارية لقياس مهارة دقة الارسال المواجه من الاعلى بالكرة الطائرة للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) في يوم الثلاثاء الموافق 2014/1/20 في الساعة العاشرة صباحا.
 - 2- اجريت جميع الاختبارات للمجموعتين التجريبية والضابطة على قاعة ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجادرية
 - 3- قامت الباحثة قبل تنفيذ الاختبارات بشرح وتطبيق كيفية اداء الاختبار المهارى لعينة البحث وذلك بالاستعانة بفريق عمل مساعد* لأجراء الاختبارات.
 - 4- لقد تمت جميع الاختبارات تحت الاشراف المباشر للباحثة والمشرفة على البحث .
- 3-6-3 التجربة الرئيسية:**

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسية على (المجموعة التجريبية) داخل المختبر النفسي المعاصر بجامعة بغداد، في يوم الاحد الموافق 2014/3/23 الموافق وذلك باستخدام الخطوات الاتية:-

- 1- تم تطبيق المنهج التدريبي على المجموعة التجريبية وذلك باستخدام البرنامج التدريبي والتأهيلي المحوسب ضمن منظومة CogniPlus والذي يتضمن برامج محوسبة تعمل على تطوير الانتباه المنقسم اذ يخضع كل طالب (مفحوص) لهذا البرنامج التأهيلي المحوسب ولمدة نصف ساعة يوميا. كذلك تضمن البرنامج التدريبي عدد من الوحدات التدريبية اذ كان مجموعها ثلاثة أسابيع وبمعدل 5 وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد ولمدة نصف ساعة يوميا.

- 2- استغرقت مدة تطبيق البرنامج التدريبي والمحوسب 3 أسابيع.
 - 3- بعد ذلك قامت الباحثة بتبويب البيانات الإحصائية التي يتم استخراجها بعد الانتهاء من تطبيق كل وحدة تدريبية او جلسة لكل مفحوص ليتم معالجتها إحصائيا فيما بعد.
 - 4- أما المجموعة الضابطة فقد تم عزلها عن المجموعة التجريبية مع المنهج التدريسي المتبع لها يوميا.
- 3-6-4 الاختبارات البعدية:**

- 1- تم اجراء الاختبارات النفسية البعدية والمتضمنة (اختبار الانتباه المنقسم)، على وفقمنظومة فيينا Vienna test system للمجموعة(التجريبية) في يوم الثلاثاء الموافق 2014/4/15 في الساعة التاسعة صباحا في المختبر النفسي المعاصر في جامعة بغداد.

- 2- تم اجراء الاختبارات البعدية لمهارة الارسال المواجه من الاعلى(التنس) بالكرة الطائرة للمجموعتين التجريبية والضابطة وعلى قاعات ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية الرياضية- الجادرية في صباح يوم الخميس الموافق ، 2014/4/17 وفي تمام الساعة العاشرة صباحا. وقد اتبعت نفس الاجراءات والخطوات الانفة الذكر، والتي تمت في الاختبارات القبلية ، كما وحرصت الباحثة على الالتزام وتوفير وتهيئة كافة الظروف والامكانات التي تم اجراؤها في الاختبارات القبلية، من حيث فريق العمل المساعد والزمان والمكان والادوات والاجهزة اللازمة المستخدمة.

- 3-7 الوسائل الإحصائية :- استخدمت الباحثتان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات الإحصائية.

*فريق العمل المساعد:تكون فريق العمل المساعد من :

1. م. بيداء خضر بهنام/لاعبة وتدرسية لمادة الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد- الجادرية.
2. م.م عمر سعيد /لاعب وتدرسي لمادة الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد- الجادرية.

4- عرض نتائج الاختبارات قيد البحث وتحليلها ومناقشتها: بعد أن تم إجراء المعالجة الإحصائية للبيانات التي تم جمعها من نتائج الاختبارات المعرفية والمهارية قيد البحث ، قامت الباحثة بتبويبها وتصنيفها وعرضها في جملة من الجداول والأشكال البيانية .

1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث قيد الدراسة.

الجدول (2) يوضح فرق الاوساط وانحرافات الفروق وقيمة ت المحتسبة والجدولية للاختبارين القبلي والبعدي

للمتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	س ف	ع ف	ت المحتسبة	الجدولية	الدلالة المعنوية
الانتباه المنقسم	4.3	2.89	3.63	2,57	معنوي
دقة الارسال	31.26	17.97	4.233		معنوي

*قيمة ت تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4).

يتبين من الجدول (2) في اختبار الانتباه المنقسم في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ان فرق الاوساط بلغ (4.3) وانحرافات الفروق بلغت (2.89) اما قيمة ت المحتسبة فكانت (3.63) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.57) عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق و دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

و في اختبار دقة الارسال المواجه من الاعلى(التنس) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة نجد ان فرق الاوساط بلغ (31.26) وانحرافات الفروق بلغت (17.97) اما قيمة ت المحتسبة فكانت (4.233) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.57) عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق و دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .وتعزو الباحثة ذلك: إلى فاعلية مفردات البرنامج التدريبي في إعادة التأهيل المعرفي وفق التقنية المعرفية الإدراكية (CogniPlus)، والتي احتوت ضمن برامجها على تمارين ادت الى تطور ملحوظ في مستوى الانتباه المنقسم للعينة وبالتالي تطور القدرات المعرفية والإدراكية ،وهذا من شأنه ان يؤدي الى تطور المهارات للعينة ، إذ يذكر (Mastrangelo،2003) إن الهدف من إجراءات التدريب والتأهيل بمساعدة الحاسوب هو تحسين القدرات المعرفية والإدراكية للمفوضين وبأحدث التقنيات ، وإن التطور والتقدم الحاصل في مجال الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات جعل من تطبيق التدريب بمساعدة الحاسوب في إعادة التأهيل المعرفي والإدراكي ممكناً ضمن هذه المنظومة⁽¹⁾. فضلاً عن ذلك تعزو الباحثة أيضاً سبب التطور يعود الى استمرار العينة في استخدام المنهج المتبع من قبل تدريسيو المادة ويشكل منتظم ،جعل التطور الملحوظ ينعكس بشكل ايجابي ومباشر على مستوى الدقة في مهارة الارسال ، مما ساعد على بناء برامج حركية في الدماغ للمهارة مكن اللاعبين من استثمار تلك البرامج في ظروف مختلفة، وبدقة عالية، إذ يذكر (يعرب خيون2002) "ان عملية تنويع التدريب ستولد برنامجاً عاماً ومرناً يمكن ان يستثمره المتعلم في الظروف المتغيرة لأداء المهاري"⁽²⁾.

(1) Mastrangelo, P.M.Deviant computer use at work: from bad to worse: Systems, Man and Cybernetics, 2003. IEEE International Conference, 2514-2520 vol.3.

(2) يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. ط1: (بغداد ، الصخرة للطباعة، 2002)، ص 65.

4-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث قيد الدراسة. الجدول (3) يوضح فرق الأوساط وانحرافات الفروق وقيمة ت المحتسبة والجدولية للاختبارين القبلي والبعدي للمتغيرات قيد البحث للمجموعة الضابطة

المتغيرات	س ف	ع ف	ت المحتسبة	الجدولية	الدلالة المعنوية
الانتباه المنقسم	19.83	63.75	0.685	2,57	غير معنوي
دقة الارسال	10.8	10.47	2.517		غير معنوي

*قيمة ت تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4).

يتبين من الجدول (3) في اختبار الانتباه المنقسم في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ان فرق الاوساط بلغ (19,83) وانحرافات الفروق بلغت (63.75) اما قيمة ت المحتسبة فكانت (0.685) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.57) عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق و دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي في هذا الاختبار.

و في اختبار دقة الارسال المواجه من الاعلى(التنس) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة نجد ان فرق الاوساط بلغ (10.8) وانحرافات الفروق بلغت (10.47) اما قيمة ت المحتسبة فكانت (2.517) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.57) عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق و دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي. في اختبار الانتباه المنقسم لدى المجموعة الضابطة وتعزو الباحثة سبب ذلك الى انه لا يمكن للفرد ان ينتبه لشئيين في آن واحد وبسرعة إدراكية عالية للمثير نفسه؛ وذلك لأن الانتباه المنقسم ودقة الارسال يتطلب دقة وتركيز ولا يتطلب سرعة في الاستجابة إذ إن ذلك يؤدي الى تزييف النتائج، وهذا ما أكدت الدراسات الحديثة ما ذكر في مصدر الخيري(2012) إلى أن "تحويل الانتباه بين مهمتين مختلفتين جداً يكون مستنفذ للوقت وأكثر صعوبة من تحويل الانتباه بين مهمتين متشابهتين"¹، وأكدت دراسة (Melzer 1998) التي ذكرت في دراسة (Allen) الى "عدم وجود ارتباط أو انسجام بشكل ثابت بين الانجاز لمهمة والانتباه لإتمام مهمة أخرى عند مختلف الاعمار"². وهذا يتفق مع دراسة (عادل عبد الرحمن صديق الصالحي: 2011)⁽³⁾، ودراسة (صموئيلما كورا وفكتوريا مانينج: 2009)⁽⁴⁾ إذ " ان عمليات الإدراك الحسي بفعل التعب الذي يصيب الحواس، وما يلحقه من آثار سلبية تنسحب على العمليات العقلية التالية للإدراك الحسي مثل الانتباه والتذكر وغيرها، إذ ينتج عن ذلك عرقلة وتلكؤ أو تعطل كلي في آليات السيطرة والتحكم"⁽⁵⁾.

(¹) الخيري، أروة محمد ربيع: علم النفس المعرفي، سوريا دمشق، دار افكار للدراسات والنشر، (2012)، ط1.

(²) Allen, Bryce (1994): **Perceptual speed, learning and information retrieval performance**, SIGIR '94 Proceedings of the 17th annual international ACM SIGIR conference on Research and development in information retrieval, Springer-Verlag New York, Inc. New York, NY, USA, 1994. p:27

(³) عادل عبد الرحمن صديق الصالحي: البيو فيدباك Biofeedback: استعمال قوة العقل في تحسين صحة الجسم (الأسس والمفاهيم). ط1: (عمان، دار دجلة ناشرون وموزعون، 2011)، ص159.

(4) صموئيل ما كورا وفكتوريا مانينج؛ الإجهاد الذهني: (جامعة بانجور، المملكة المتحدة الأمريكية، 2009)، من الشبكة المعلوماتية الانترنت (<http://shabab-aliraq.forum777.com>)

(5) عادل عبد الرحمن صديق الصالحي (واخرون)؛ ادراك المحيط وعلاقتها بالإجهاد الذهني: (بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، كلية الآداب، جامعة بغداد، 2012)، ص2.

3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة بين لمجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات قيد الدراسة.

الجدول(4) يوضح الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمتي ت المحتسبة والجدولية في المتغيرات قيد الدراسة:

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		ت المحتسبة	ت الجدولية	الدلالة المعنوية
	ع	س	ع	س			
الانتباه المنقسم	25.46	20.83	2.89	4.03	400.4	2,23	معنوي
دقة الإرسال	17.97	31.16	10.47	10.8	2.249		معنوي

*قيمة ت (2.23) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10).

يتبين من الجدول(4) في اختبار الانتباه المنقسم للمجموعة الضابطة والتجريبية اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.03) ، اما الانحراف المعياري فقد بلغ (2.89) ، اما قيمة ت المحتسبة فقد بلغت (400.4) وهي اكبر من قيمة ت الجدولية والبالغة(2.23) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية.

وفي اختبار دقة الإرسال المواجه من الاعلى(التنس) للمجموعتين الضابطة والتجريبية اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي(31.16)،(10.08) على التوالي، اما الانحراف المعياري فقد بلغ (17.97)،(10.47) على التوالي، اما قيمة ت المحتسبة فقد بلغت (2.249) وهي اكبر من قيمة ت الجدولية والبالغة(2.23) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية.

والسبب يعود في ذلك الى استخدام البرامج الحديثة والمحوسبة التي ادت الى تطور المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة وكذلك البرامج التدريبية التي تحتويها منظومة (CogniPlus) ادت وبشكل ملحوظ في تطوير دقة مهارة الإرسال المواجه من الاعلى(التنس) وتفق المجموعة التجريبية على الضابطة كذلك تعزو الباحثة سبب التطور الحاصل الى التزام العينة في المنهج التدريبي المعد من قبل المنظومة المحوسبة ادى الى تطور المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في هذا الاختبار نتيجة تأثير الجلسات التأهيلية والتطويرية المتكررة والمستمرة دون انقطاع الذي ادته المجموعة التجريبية، على وفق استخدام منظومة التقنية المعرفية الادراكية (CogniPlus)، مما ادى الى تطور مستوى الانتباه المنقسم لدى عينة البحث الامر الذي انعكس ايجابياً في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اختبار دقة مهارة الإرسال. مما ساعد على بناء برامج حركية في الدماغ للمهارة مكن اللاعبين من استثمار تلك البرامج في ظروف مختلفة، وبدقة عالية، إذ يذكر (يعرب خيون 2002) "ان عملية تنويع التدريب ستولد برنامجاً عاماً ومرناً يمكن ان يستثمره المتعلم في الظروف المتغيرة للأداء المهاري" (1).

(1) يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. ط1: (بغداد ، الصخره للطباعة، 2002)، ص 65.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:-

- 1- ان استخدام التقنيات الحديثة كمنظومة فيينا (Vienna test system)، والتقنية المعرفية الإدراكية (CogniPlus) ساعدت في الحصول على النتائج الدقيقة والحقيقية لمتغيرات الدراسة التي كان من الصعب قياسها بنفس الدقة والمصدقية باستخدام الوسائل التقليدية التي كانت تتبع في السابق.
- 2- ان البرنامج التدريبي والمحوسب ساعد في تطوير مستوى الانتباه المنقسم لدى المجموعة التجريبية من عينة البحث.
- 3- ان البرنامج التدريبي والمحوسب ساعد في تطوير دقة مهارة الارسال المواجه من الاعلى (التنس) لدى المجموعة التجريبية لعينة البحث.

5-2 التوصيات:

- 1- التركيز على استخدام البرامج الحديثة والمحوسبة كاستخدام الفحوصات الدقيقة والمتمثلة بمنظومة فيينا والمعنية بالفحص والقياس والتشخيص قبل القيام بعملية التدريب لكونها تساعد في اكتشاف الاخطاء وضعف الجوانب المعرفية والإدراكية لدى اللاعبين قبل الشروع بعملية التدريب.
- 2- الاهتمام باستخدام البرامج التدريبية المحوسبة والمتمثلة بمنظومة الكوجني بلس والمعنية الى جانب البرامج التدريبية المتبعة من قبل المدربين والمعنيين بمجال التدريب اذ لا يمكن الفصل فيما بينها لكونها تسير جنبا الى جنب مع بعضها البعض لتحقيق التدريب الامثل والارتقاء بالمستوى المطلوب لتحقيق افضل النتائج.
- 3- اجراء بحوث مشابهة على باقي المهارات في لعبة الكرة الطائرة وعلى فئات اخرى كاطالبات واللاعبين واللاعبات لتحقيق نتائج افضل.
- 4- اجراء بحوث مشابهة على باقي الاختبارات المعرفية لتنمية باقي المدركات المتعلقة بمنظومة فيينا وعلى فئات اخرى كاطالاب واللاعبين واللاعبات لتحقيق نتائج افضل.
- 5- استخدام البرامج التدريبية والمحوسبة على وفق منظومة (CogniPlus) وعلى باقي الالعب والفعاليات الرياضية سواء كانت فردية او جماعية.

المصادر العربية:

- * اكرم زكي خطابية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، تاريخ- مهارات- خطط لعب، اعداد بدني، تدريب، اصابات، قياس وتقويم، قواعد اللعبة- الكرة الطائرة المصفرة والشاطئية، مصطلحات رياضية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1996.
- * الخيري، أروة محمد ربيع: علم النفس المعرفي، ط1: سوريا دمشق، دار افكار للدراسات والنشر، (2012).
- * الشقيرات، عبد الرحمن: مقدمة في علم النفس العصبي، ط1: عمان، دار الشروق، (2005).
- * صموئيل ما كورا وفكتوريا ماننيج؛ الإجهاد الذهني: (جامعة بانجور، المملكة المتحدة الأمريكية، 2009)، من الشبكة المعلوماتية الانترنت (<http://shabab-aliraq.forum777.com>)
- * ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطاريج التربوية النفسية، ط1: (بغداد ، دار الكتب، 2012).

- * عادل عبد الرحمن الصالحي.المختبر النفسي :اسسه-مكوناته-تطبيقاته العلمية والعملية،ط1:دار دجلة ناشرون وموزعون2012.
- * عادل عبد الرحمن صديق الصالحي(واخرون)؛ إدراك المحيط وعلاقته بالإجهاد الذهني: (بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، كلية الآداب، جامعة بغداد، 2012).
- * عادل عبد الرحمن صديق الصالحي: اليو فيديباك Biofeedback: استعمال قوة العقل في تحسين صحة الجسم (الأسس والمفاهيم). ط1: (عمان، دار دجلة ناشرون وموزعون، 2011).
- * عبد علي (واخرون)؛ الميازرة، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1988، ص38.
- * كاظم، زهراء جواد: الإجهاد الذهني وعلاقته بالانتباه المنقسم لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية / ابن رشد، 2013.
- * محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي ، ط3: (القاهرة، دار المعارف)، 1972، ص290.
- * مروان عبد المجيد ابراهيم. الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، عمان، ط1: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001.
- * مروان عبد المجيد ابراهيم، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، مهارات خطط، اختبارات بدنية ومهارية، قياسات جسمية، انتقاء، ديو بولد فان دالين . مناهج البحث في التربية وعلم النفس .(ترجمة محمد نبيل وأخرون). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية للطباعة، 1985.
- * وجيه محجوب . أصول البحث العلمي ومناهجه. ط1:(عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2002).
- * وجيه محجوب . التحليل الفيزيائي والفلسفي للحركات الرياضية. بغداد : مطبعة التعليم العالي ، 1990 .
- * وجيه محجوب، أحمد بدري؛ أصول التعلم الحركي: (الدار الجامعية للطباعة والنشر، الموصل، 2002).
- * يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. ط1: (بغداد ، الصخرة للطباعة، 2002).
- المصادر الأجنبية:

- * Allen ,Bryce (1994): Perceptual speed, learning and information retrieval performance, SIGIR '94 Proceedings of the 17th annual international ACM SIGIR conference on Research and development in information retrieval ,Springer-Verlag New York, Inc. New York, NY, USA,1994.
- * Bourne. Lye, E (1971) the psychology of thinking. New Jersey: Prentice- Hall, Englewood dips.
- * Fiedler, M: Volleyball. Sportverlage, Berlin, 1978.
- * Glen H.Egstrom, Volley Ball-second Edition. USA by Frances Schaa-1972.
- * Harber.A.&R.P. Runyon: Fundamentals of psychology, 3^{ed}, London. (1983).
- * Margaret, W Motlin Cognition (3rd), Harcourt publishers, (1994).
- * Mastrangelo, P.M.Deviant computer use at work: from bad to worse: Systems, Man and Cybernetics, 2003. IEEE International Conference.
- * SchuhfriedCogniPlus: Training of Cognitive Abilities Catalogue .Modeling, Austria, 2010.
- * Schuhfried GmbH: Vienna Test System: Psychological Assessment Catalogue .Modeling, Austria, (2009/2010).
- * Schuhfried: Reha Com, Computer-aided Cognitive Rehabilitation, Catalog, Austria .Modeling, Hyrtlstrabe2005.
- * Schuhfried; Vienna Test system, Computerized Psychological Diagnostics, Catalog Austria 2340Modling, Hyrtlstrabe, (2004/2005)

إدارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات المواد الأخرى

للمرحلة الثانوية

م. د. غادة فيصل حسين

وزارة التربية /تربية بغداد الكرخ الأولى

ملخص البحث باللغة العربية

من خلال التطورات العالمية في ميادين المعرفة وحل المشكلات وقدرة الإنسان وموهبته في التعامل في حل كثير من الانفعالات التي تواجه الفرد في مختلف المجالات ومنها سلك التعليم وعمل المدرسين والمدرسات في التعامل فيما بينهم وفي مختلف الاختصاصات سواء في المجال الرياضي والاختصاصات الأخرى وخاصة في المدرسة التعليمية في المرحلة الثانوية التي تبرز فيها كثير من المشاكل والمتغيرات ولفترات مستمرة في عمل المدرسين والمدرسات وهنا لاحظت الباحثة حجم وتكرار وضعف قدرة المدرسة في استيعاب كثير من المشاكل والضغوط والسلبيات المرافقة لعملهم وهنا دور مدرسة التربية الرياضية في التعامل مع المدرسات من الاختصاصات الأخرى وهنا دور إدارة الانفعالات المصاحبة للعملية التدريسية من قبل كثير من مدرسات المدرسة الثانوية في العراق وبغداد وتربية بغداد الكرخ الأولى تحديداً والمدرسة هي جزء من شرائح المجتمع العراقي وإدارتها للعملية التعليمية جزء رئيسي من واجبهات المدرسة والمدرسات فيما بينهم والتعامل مع الطالبات واعتماداً على طبيعة ومقدرة تلك المدرسة إذا كانت من مرحلة صغيرة العمر أو متوسطة أو كبيرة وإذا كانت متزوجة أو غير متزوجة أو أرملة أو مطلقة فلكل مثال له اعتبارات ومتغيرات كثيرة تلعب دوراً في نتائج إدارة الانفعال للمدرسة في المدرسة الثانوية وقامت الباحثة باختيار عينة قوامها 67 مدرسة من الكرخ الثانية من أصل 2505 مدرسة من مدارس في تربية الكرخ بغداد، وعدد العينة يشكل عشوائياً كانت 155 مدرسة رياضة مع 180 مدرسات من المواد الأخرى وللمراحل الإعدادية والمتوسطة.

واستخدمت الباحثة مقياس إدارة الانفعالات الخماسي والمكون من 63 سوالاً المعد من قبل ليكترت (likert) خلال كانون أول 2012 وبعد المعالجة الإحصائية وعرض النتائج طبقاً لمتغير العمر والتخصص والحالة الاجتماعية وظهور نتائج الإدارة من خلال الاكتساب والتفاعل والانسجام مع المواقف المختلفة الانفعالية وان النشاط الفرد العقلي والمعرفي يقف ضد الإثارة الانفعالية ويشكل ايجابي مع حالة الفرد الايجابي مع وجود الفروق الفردية بينهم. واستنتجت الباحثة بان المدرسات ذو الأعمار الأكبر هم الأفضل في إدارة الانفعال وان مدرسة الرياضة هي الأفضل نوعاً ما من باقي الاختصاصات الأخرى في التوازن الانفعالي والحفاظ على طاقتهم الحيوية لفترة أطول وهو مرتبط بالنشاط الحيوي مع النشاط الحركي للمدرسة وينعكس ايجابياً في الحفاظ على الطاقة الأفضل لإدارة الانفعال والسيطرة على الضغوط المصاحبة إثناء العملية التدريسية واستخدمت الباحثة المصادر الحديثة العربية والأجنبية مع المقابلات من الأساتذة الاختصاص ذو الخبرة وأوصت بالاهتمام بالنشاط الحركي لكافة المدرسات لغرض تعبئة الطاقة النفسية والحيوية للإدارة في عملها (Through global).

Managing emotions and its relationship with some variables among teachers and sports education teachers and other materials at the secondary School

By

Ghada Faisal Hussein. Ph.D. Lecturer.

The Ministry of Education / Educational Baghdad (Alkarh Alowla)

Abstract

Through global developments in the fields of knowledge and problem-solving and the ability of human talent in dealing in solving many of the emotions faced by the individual in various magazines, including education and the work of teachers in dealing with each other in various disciplines, whether in the field of sports and other disciplines, especially in the educational school stage secondary which highlights many of the problems and variables and periods of continuing the work of teachers and here I noticed researcher size and frequency and the weakness of the school's ability to absorb many of the problems and pressures and negatives associated with their work, and here the role of the Physical Education School in dealing with teachers from other disciplines and here the role of the emotions associated with the process of teaching management by many of the teachers of secondary school in Iraq, Baghdad (Alkarh Alowla) specifically, the school is part of the segments of Iraqi society and the management of the educational process is a key part of its duty towards the school and the teachers among themselves and deal with students and depending on the nature and the ability of that school if they are from a small life stage or medium or large, and if they are married or single or widow or divorced for every example of his considerations and variables many play a role in the management of emotion for the school in high school results and the researcher to choose a sample of 67 schools from the (Alkarh Althanea) out of the 2505 School of schools in Alkarh education district of Baghdad, The number is a random sample were 155 school sport with 180 teachers from other materials and intermediate and middle stages.

The researcher used the emotions Quintet management scale and 63 questions prepared by (likert) during December 2012 after statistical processing and display the results in accordance with the variable age, specialization and social situation and the results of management through acquisition, interaction and harmony with different positions emotional and activity mental and cognitive individual stands against emotional excitement and is a positive case with a positive individual with the presence of individual differences among them.

And it concluded the researcher that teachers with older ages are better at emotion management and Sports School is the best rather than the rest of the other powers in emotional balance and preserve the bio-energy for a longer period and is linked to the vital activity with the motor activity of the school is reflected positively in maintaining the best power to manage the emotion and control the accompanying pressure to the teaching process and the researcher used the modern Arab and foreign sources with interviews of professors with expertise and competence recommended attention activity for all teachers for the purpose of mobilization of psychic energy and vitality of the management in their work. (Through global)

1-1 أهمية البحث :

مع بداية القرن الحادي والعشرين ، وفي ظل التطورات التي يشهدها العالم المعاصر ، وما تفرضه التغيرات المتلاحقة في شتى مبادئ المعرفة برزت الحاجة إلى رعاية التربويين وقادة الفكر ، القادرين على حل المشكلات ، فالمستقبل يعتمد على قدرات الانسان ومواهبه بصورة أكبر من اعتماده من الموارد الطبيعية .

و لعل اول استعمال لمصطلح ادارة الانفعالات كان في امريكا عام(1985) و عندما قام طالب في كلية الآداب الليبرالية بتضمين هذا المصطلح في عنوان رسالته لنيل درجة الدكتوراه ، كما ظهر في سلسلة البحوث العلمية لسالوفي و ماير، ففي عام(1990) نشر أول تعريف لهما بعد أن قاما بمحاولة لتطوير طريقة علمية لقياس الفروق بين الأفراد في القدرة العاطفية، و كشف القياس عن ان هناك اناساً لديهم قدرة اعلى من غيرهم في تحديد كل من مشاعرهم الخاصة ومشاعر الآخرين وكل المشكلات المتعلقة بالقضايا العاطفية (الوجدانية) واحداثاً تطويراً عملياً بهذا المفهوم ، وحاولوا وضع ادوات قياس له، وكان تعريفهما المطور هو الاقرب لكون ادارة الانفعالات حقيقية وتعتبر عن مجموعة من القدرات الوجدانية للشخص ،

مما تقدم يمكن القول ان ادارة الانفعالات تشكل جزءاً مهماً واساسياً في البناء النفسي للانسان وهي التي تحدد معالم شخصيته وقدرته على اداء مهنته، وتحديد مستوى قدراته وطاقاته والاسلوب الذي يسير عليه في حياته وهذا ما اكده توكر (Tueker 2000) من ان ادارة الانفعالات هي التي تحدد قدرات الفرد في التعامل مع المحيط وحل المشكلات (Tueker ,2000,p.197) ،

ولهذا يمكن القول ان البحث الحالي قد يحمل في طياته مكونات او عناصر أهميته فهو يوجه الاهتمام لجوانب متعددة من شخصية مُدرّسات التربية الرياضية ومدرّسات باقي المواد ، اذ انه تجسيد لادارة الانفعالات التي تعدّ واحدة من أهم النشاطات العقلية حتى ان مكليير (maklear 1998) قرنها بعملية التنفس في الإنسان خصوصاً لارتباطها بالرياضة (جروان ، 2002 ، ص 35). وتأتي أهمية دراسة ادارة الانفعالات في كونها :

- تلعب دوراً هاماً في توافق مُدرّسات التربية الرياضية ومدرّسات باقي المواد مع زميلاتهن وطلابهن وبيئتهن بحيث تنمو سوياً ومنسجمة مع الحياة.

- تساعد ادارة الانفعالات على تجاوز الأزمات مثل أزمة منتصف العمر بسلام. - تعدّ ادارة الانفعالات المتنفس للمشاعر وتساعد في تفهم مشاعر الذات والطرف الآخر ورعايتها بشكل ناضج،
- ادارة الانفعالات وراء النجاح في العمل والحياة، فالأكثر ادارة لانفعالاتهم محبوبون ، ومثابرون ، وتوكيديون ، وقادرون على التواصل والقيادة ومصرون على النجاح .

- ان معرفة أهمية مادة الرياضة في اكتساب ادارة الانفعالات يؤدي الى أهمية ودعم هذه المادة الدراسية المهمة في المدارس العراقية وان لا تهتمش .

ونظراً لتلك الأهمية البالغة لادارة الانفعالات ، فقد اوصى علماء النفس بتنميتها من خلال دروس تعليمية ، والتأكيد على درس مادة الرياضة لما له من اثر في الصحة النفسية والبدنية لانه يساهم في تنفيس الانفعالات السلبية ليتخلص منها العقل والجسم

وان تناول مدرّسات المرحلة الثانوية بالدراسة له أهمية كبيرة ، فهن صانعات المستقبل ، فكل اهتمام يوجه إليهن هو تأمين لمستقبل الأمة .

وان نتائج البحث قد تكون معياراً مع المعايير الأخرى عند انتقاء المدرّسات وتعيينهن على ملاك وزارة التربية وان كانت المادة العلمية مهمة للمدرّسات ، لكنها ليست كافية لان تجعل كل من تحمل شهادة البكالوريوس هي مدرسة

ناجحة . و يعد البحث تغذية راجعة فيما يتعلق بمجتمع البحث بما يقدم من معلومات عن ماهية العلاقة بين متغيرات البحث .

والاسهام في تحقيق اضافة نظرية ادارة الانفعالات وعلاقتها الايجابية مع مهنة التدريس الفرق بين مدرسات التربية الرياضية و باقي المواد في ادارة الانفعالات .

والاسهام في تقديم تصور تطبيقي عن مفهوم ادارة الانفعالات مع متغيرات البحث وسيتم اعتماد ثلاث فئات بالنسبة لمتغير العمر ، لان المرأه من عمر (24-44) يكون النمو الانفعالي عندها باطراد وهنا يؤكد سالوفي بقدره المرأه على التوازن الانفعالي عند هذه الفئة العمرية (ماير، 2003، ص341). بينما بعد عمر (45- فما فوق) تبدأ التغيرات الهرمونية والفسولوجية

1-2 مشكلة البحث :

ان التقدم السريع للمعرفة ادخل المجتمعات في تحديات اجتماعية وثقافية واقتصادية كبيرة ، مما جعلها تشهد تغيرات جذرية تكاد تعصف بثوابتها وموروثها الحضاري والاجتماعي والقيمي ،كونها لم تعد تملك الا ان تتأثر بدرجات متفاوتة بقوى التغير ، وفي هذا الخضم اصبح من يمتلك سطوة العلم يمتلك أيضاً المركزية المفرطة في التحكم . وهذا يتطلب افرادا يتمتعون بإدارة انفعالات سليمة ، لان إدارة الانفعالات الواطنة تصيب السلوك الانساني بالشلل والعوق وتدفع الفرد إلى ان يعيش على هامش الحياة(Bandura,1994,p177). وتتبع مشكلة البحث الحالي من التوصل الى الكشف عن ادارة الانفعالات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات باقي المواد (أفراد العينة) . والمدرسات شريحة تمثل مواقع مؤثرة علميا، واجتماعيا، ونفسيا، وانفعاليا لما يمتلكن من اقتدار وتمايز وتنوع وقدره على التأثير على الآخرين ، جاءت هذه الدراسة محاولة لتعرف ادارة الانفعالات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات باقي المواد ، ذلك ان طبيعة عمل المدرسة يحتاج إلى مستوى من ادارة الانفعالات وكيف تؤثر على مهنتهن ومن تخفق في ذلك يكون امامها مشكلة حقيقية

1-3 اهداف البحث :

1- التعرف على مستوى إدارة الانفعالات عند مدرسات التربية الرياضية ومدرسات باقي المواد .

2- معرفة في مستوى ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضية ومدرسات المواد الاخرى .

3- معرفة الفروق في إدارة الانفعالات تبعا للمتغيرات:

أ-العمر وبحسب الفئات الآتية (24-33) - (34-43) - (44- فما فوق)

ب- التخصص (تربية رياضية -المواد الاخرى)

ج-الحالة الاجتماعية (متزوجة - وغير متزوجة-وارملة-ومطلقة)

1-4 فرض البحث

هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ادارة الانفعالات بين مدرسات التربية الرياضية ومدرسات المواد الاخرى وفقا للعمر والتخصص والحالة الاجتماعية

1-5 مجالات البحث :

1-5-1المجال البشري: مدرسات المرحلة الثانوية للتربية الرياضية وباقي المواد الدراسية -تربية بغداد-الكرخ الثانية

1-5-2المجال الزمني: للفترة من 2012/9/1 ولغاية 2013/1/11

1-5-3المجال المكاني: المدارس التابعة لتربية بغداد - الكرخ الثانية

1-6 المصطلحات :

ادارة الانفعالات : -

- عرفها (أونيل، 1995) بأنها: "مهارات اجتماعية تتواجد مع الناس الآخرين في حالة من الرضا والسيطرة على العواطف" (عجوة ، 2003 ، ص 255).
- عرفها (مايرز، 1995) بأنها: "قدرة الفرد في التعبير عن مشاعره بحيث يكون مدركا لطبيعة انفعالاته والأهداف التي يسعى لتحقيقها بحيث تؤثر انفعالاته بشكل ايجابي في قراراته" (مايرز، 1995، ص 45) .
- عرفها (سالوفي، 1998) بأنها: " قدرة الفرد على مراقبة مشاعره الشخصية والتميز بين هذه الانفعالات واستعمال هذه المعلومات لتوجيه فكرة " (سالوفي، 1998، ص 54) .
- عرفها (Mayer & Salovey, 2001) بأنها: " القدرة على فهم المشاعر والانفعالات الذاتية ، الانفتاح بالمشاعر نحو الآخرين ومشاركتهم بهذه المشاعر مما يؤدي الى التوازن الانفعالي "
- اعتمدت الباحثة تعريف (مايرز وسالوفي، 2001) كتعريف نظري للبحث الحالي لتبنيها نظرية ادارة الانفعالات لجون مايرز وبيتر سالوفي وهو: القدرة على فهم المشاعر والانفعالات الذاتية ، والانفتاح بالمشاعر نحو الآخرين، ومشاركتهم بهذه المشاعر مما يؤدي الى التوازن الانفعالي .

2-الاطار النظري والدراسات السابقة :

1/ نظرية بار- اون 1998 Bar- on's لادارة الانفعالات:

قام بار أون ، بتوسيع معنى ادارة الانفعالات من خلال دمجها بالسمات التي لا تتعلق بالقدرة وينطلق أنموذج بار أون بالإجابة عن سؤال، لماذا ينجح بعض الناس في الحياة أكثر من غيرهم ؟ واستعرض بار أون التراث السيكولوجي لبعض الخصائص، التي تمكن من النجاح في الحياة، وحددها في خمس مجالات، هي الوظائف الشخصية، والمهارات الشخصية، والتكيفية، وإدارة الضغوط، والمزاج العام (خيري ، 2002 ، ص 50) .

2/ نظرية ماير و سالوفي لادارة الانفعالات Mayer&salovey1990 النموذج الرباعي

بدأ الاهتمام بدرجة كبيرة بالجوانب غير المعرفية للذكاء من قبل هؤلاء الباحثين منذ عام (1990)، و الدافع لوضع نظريتهما عن ادارة الانفعالات والتي هي احد مكونات الذكاء الوجداني والتي تختلف عن نظرية (بار-أون) وتحليل مكوناتها وإعداد أدوات قياسها، و التي تختلف عن المقاييس الأخرى، التي تعاملت مع ادارة الانفعالات على أنها سمة من سمات الشخصية، و التعامل معها على أنها قدرة عقلية مثلها مثل أنواع الذكاء الأخرى (BarOn, 1998, p.209).

أكد جون مايرز وسالوفي بوجود اربع مكونات للذكاء الوجداني (العاطفي) وهي:

1- الادراك الانفعالي Emotioal perception .

2- الفهم الانفعالي .

3- مرونة (تسهيل الانفعالي)

4- ادارة الانفعالات وهذه تنقسم الى سمات هي :

أ-الانفتاح في المشاعر السارة وغير السارة .

ب-المشاركة في الانفعالات مع الاخرين .

ج-فهم الانفعالات فيما يتعلق بالذات او الاخرين .

د-التوازن الانفعالي .

3-نظرية اليرت باندورا 1977 Albert Bandura : ترى هذه النظرية ان الناس باستطاعتهم تعلم السلوك الجديد بمشاهدة الآخرين يقومون بممارسة هذا السلوك في موقف اجتماعي وانفعالي ، ومن ثم محاكاة سلوكهم .
(Bandura, 1977, p.199)

وتحدث باندورا عن التوازن الانفعالي ودوره في اداء الافراد ، فأكد ان الناس يعتمدون على حالتهم الانفعالية عند اصدار احكامهم حول قدراتهم فهم يفسرون بعض ردود الافعال الناجمة من الضغوط النفسية والتوتر بمثابة علامات لسرعة وقوعهم في الاداء الضعيف فالتوازن الانفعالي يعزز كفايتهم الذاتية والاستتارة الانفعالية تعمل على اضعافهم إذ يعتقد الافراد ان قدراتهم اضعف مما هي عليه .
(Bandura,1983,p.50) .

4-نظرية (Danial Goleman 1995) : دانيل كو لمان

اعتمد كولمان في بناء نظريته على الابحاث والدراسات الطبية التي اجريت على الدماغ البشري ليخرج باكتشافات عن تأثير الانفعال بالتفكير، وكيف تكشف تراكيب الدماغ المتداخلة في لحظات الانفعال الكثير من الحقائق فقد توصل الى ان الوعي الذاتي للانفعالات يتطلب نشاطا خاصا من القشرة المخية وخاصة في مناطق اللغة ، بحيث يمكن تحديد وتسمية الانفعالات المستتارة ، إذ ان الطبقات الرئيسية للمخ الانفعالي ملتفة حول جذع الدماغ تشبه عمامة صغيرة باسفلها تجويف يستقر فيه جذع الدماغ ، اطلق عليه الجهاز الحافي (Limbic system) وهو الذي يتحكم في الانسان في حالة الاستتارة الانفعالية (روبنز وسكوت ،2000، ص46) وتعمل القشرة المخية كذلك على ترتيب المعلومات القادمة من الحواس وفهمها وتفسيرها وبذلك يصبح التفكير من مكونات الشعور وهكذا ينفع الفرد بالافكار مثل الفن والخيال ، ويرى كولمان ان ادارة الانفعالات والعلاقات الانسانية والتواصل اساس الوعي الاجتماعي والنجاح في حياة الفرد ، فهي كفايات ومهارات قابلة للتطوير
الدراسات السابقة:

تشمل الدراسات السابقة أهم الدراسات التي تناولت متغيرات البحث (ادارة الانفعالات)

- دراسة (المعموري، 2008) :

استهدفت هذه الدراسة تعرّف طبيعة العلاقة بين ادارة الانفعالات واستقطاب التعبير وعلاقتها بانماط التفكير لجامعات محافظة بغداد وهل تختلف هذه العلاقة الارتباطية تبعا للجنس والتخصص لدى تدريسي الجامعة تكونت العينة من (200) استاذاً جامعياً اختيروا بطريقة الطبقة العشوائية، وقد اعدّ الباحث المقياس الثلاثة ، واطهرت نتائج البحث ان متوسط ادارة الانفعالات ومتوسط استقطاب التعبير لدى افراد العينة اعلى من المتوسط الفرضي وجاءت انماط التفكير وعلى الترتيب (العلمي ،والابداعي،والتسلطي ، والناقد ، والتوفيقي ، والخرافي) والعلاقة بين ادارة الانفعالات وانماط التفكير اظهرت ان نمط التفكير العلمي اعلى ارتباطا من الانماط الاخرى ، والعلاقة بين استقطاب التعبير وانماط التفكير فقد جاءت النتائج لصالح الابداعي وعلى متغير الجنس لم تظهر دلالة ارتباطية والتخصص لصالح الانساني وبمستوى دلالة (0.05) (المعموري ، 2008) .
استندت الباحثة في فكرة البحث الحالي بفكرة جديدة في ان مدرسات التربية الرياضية تتمتع بادارة انفعالات اعلى من باقي مدرسات المواد الاخرى.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث : اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي في الدراسة الحالية وبطريق العلاقة الارتباطية .

وقد تضمن هذا الفصل أهم إجراءات البحث من حيث تحديد مجتمع البحث وكيفية اختيار عينته وحجمها ، وأهم الخطوات لإعداد أدوات البحث والتحليل الاحصائي لفقرات المقاييس

3-2 مجتمع البحث وعينته :

يتضمن مجتمع البحث الحالي مدرسات المرحلة الاعدادية والمتوسطة للبنات لمدرسات مادة التربية الرياضية ومدرسات المواد العلمية الاخرى في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية الكرخ الثانية في مدينة بغداد والبالغ عددها (67) مدرسة، و(2505) مدرسه وقد روعي في اختيار المدرسات والمدارس التي كادرها نساء فقط* وتم استثناء المجازات والتاركات والمسافرات خارج القطر للعام الدراسي (2012-2013). تم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية(Stratified Random Sampling) (باختيار التسلسل الفردي) وتضمنت (18) مدرسة من مديرية تربية الكرخ الثانية ، وقد شملت عينة البحث الحالي (600) مدرسة تم اختيارهن بالطريقة الطبقيّة العشوائية، من مدارس المديرية للمراحل الثانوية والاعدادية والمتوسطة موزعات بواقع (335) مدرسة بواقع(155 - مدرسات مادة الرياضية و 180 - مدرسات باقي المواد) على (10) مدارس ثانوية و(194) مدرسة بواقع(97 - مدرسات الرياضة و97 - مدرسات باقي المواد) على (6) مدارس اعدادية و(71) مدرسة بواقع 34- مدرسات الرياضة و37 - مدرسات مواد الاخرى) على مدرستين متوسطه .

3-3 خصائص عينة البحث :

1- العمر : لقد اعتمدت الباحثة في تحديد العمر لفئة (24-33) سنة كأقل عمر ولفئة(44-فما فوق) سنة كأعلى مرحلة عمر ، الجدول (1) .

جدول(1)توزيع العينة بحسب الفئات العمرية

ت	الفئة العمرية	العدد	النسبة المئوية
1	33-24	154	25,7%
2	43-34	232	38,7%
3	44-فما فوق	214	35,7%
	المجموع	600	100%

يتضح من الجدول (1) أن النسب التي تمثلها فئات العمر للمدرسات تتباين بين (25,7%) لمن هن من فئة العمر (24-33) و(35,7%) لمن هن من فئة العمر (44-فما فوق) .

ب - التخصص : : لقد اعتمدت الباحثة في تحديد التخصص (مادة التربية الرياضية) و(المواد الاخرى)، الجدول (2) .

جدول (2)توزيع العينة بحسب التخصص

ت	التخصص	العدد	النسبة المئوية
1	مدرسات التربية الرياضية	286	47,7%
2	مدرسات باقي المواد	314	52,3%
	المجموع	600	100%

يتضح من الجدول (2) أن النسب التي يمثلها التخصص (رياضة) للمدرسات تتباين بين (47,7%) ولمن هن من التخصص (المواد الأخرى) و(52,3%).

ج - الحالة الاجتماعية : توزعت عينة الدراسة الحالية بحسب الحالة الاجتماعية للمدرسات (العينة) على الفئات التالية (متزوجة- وغير متزوجة- وارملة- ومطلقة) الجدول (3)

جدول (3) توزيع العينة بحسب الحالة الاجتماعية

ت	الحالة الاجتماعية	العدد	النسبة المئوية
1	متزوجة	243	40,5%
2	غير متزوجة	166	27,7%
3	ارملة	137	22,8%
4	مطلقة	54	9,0%
المجموع		600	100%

يتضح من الجدول (3) أن النسب التي تمثلها الحالة الاجتماعية للمدرسات تتباين بين (40,5%) للمتزوجة و(27,7%) لغير متزوجة و(22,8%) للارملة و(9,0%) للمطلقة .

- بناء اداة البحث : تم بناء اداة البحث وجاءت بالاعتماد على الاطار النظري تم صياغة مجموعة من الفقرات بلغت (76). واعتماد مكونات المقياس وهي :

- أ- الانفتاح على مشاعر الآخرين : وتعني المهارة على إظهار انفعال لا يشعر به الفرد أصلا إذا اقتضى الموقف
- ب- المشاركة في الانفعالات : وتعني المهارة على إخفاء الفرد لانفعالاته عندما يكون إظهارها غير مناسب .
- ج - فهم الانفعالات فيما يتعلق بالذات : وتعني مهارة الفرد على فهم انفعالاته وتطورها ومكوناتها وتفسيرها والقدرة على التنبؤ بها .
- د- التوازن الانفعالي : وتعني مهارة الفرد على ضبط انفعاله بحيث لا يؤثر سلبا على تفكيره .

الصدق (Validity) :

وقد تحقق الصدق الظاهري بعد عرض المقياس بصيغته الاولى، على (10) من الخبراء المتخصصين في علم النفس والقياس النفسي ملحق(2) كما اخذت الباحثة بقبول الفقرة اذا حصلت على موافقة(80%) فأعلى ، وبهذا اعتمدت الباحثة طريق ليكرت (Likert) في قياس ادارة الانفعالات، وتم وضع مقياس خماسي (Rating Scal) (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي احيانا ، تنطبق علي قليلا ، لاتنطبق علي ابداء) ازاء كل فقرة، وهي احد الطرائق المستعملة في قياس الظواهر النفسية .

تصحيح المقياس

لتصحيح فقرات المقياس اعطت الباحثة للبدل (تنطبق علي دائما -تنطبق علي كثيرا - تنطبق علي احيانا - تنطبق علي قليلا - لا تنطبق علي ابداء) في حالة اذا كانت الفقرة ايجابية الدرجات الآتية على التوالي (5-4-3-2-1) وفي حالة الفقرات السلبية العكس الجدول (4) يوضح المدرج الخماسي أمام كل فقرة ايجابيا وسلبا.

جدول(4)

تدرج الاجابة على مقياس ادارة الانفعالات

الفقرات	دائما	كثيرا	احيانا	قليلًا	لا تنطبق
الاجابية	5	4	3	2	1
السلبية	1	2	3	4	5

تم استخراج التمييز وجاءت القيمة التائية الجدولية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (214) يساوي (1.96) تم مقارنة (ت) المحسوبة لكل فقرة مع (ت) الجدولية بدرجة حرية (214) الناتجة عن (2-108+108) وبمستوى دلالة (0.05) وبالغلة (1.96) وظهر ان جميع الفقرات كانت مميزة ما عدا الفقرات (35، 36، 47، 59، 64، 65، 68). وقد استعملت استمارات عينة التمييز البالغ عددها (100) استمارة . وأظهرت المعالجات الاحصائية أن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) عدا الفقرات (35، 36، 47، 59، 64، 65، 68)

الثبات (Reliability) :

تعد من الطرائق المهمة لاستخراج قيمة الثبات باللجوء الى تقسيم الاختبار الى نصفين نصف ذو الارقام الفردية والنصف الاخر ذو الارقام الزوجية وحساب معامل الارتباط بين النصفين (ابو جادو، 2000، ص433) . وللتحقق من ثبات المقياس اعتمدت الباحثة طريقة التجزئة النصفية ، وتم تطبيق معامل ارتباط بيرسون) بين نصفي الاختبار فكان يساوي (0، 678)، وعند تصحيحه بمعادلة (سبيرمان - براون) كان معامل الثبات (0، 858) اجراءات التطبيق :

تم تطبيق مقياس ادارة الانفعالات البالغ عدد فقراته (63) فقرة . وقامت الباحثة بنفسها بتوزيع استمارات المقياس على عينة البحث الحالي، ولقد استغرق التطبيق مدة (15) يوماً الوسائل الاحصائية : تم الاستعانة بالحقبة الاحصائية (SPSS) لتحليل البيانات

1- الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لتحليل فقرات مقياس ادارة الانفعالات وللمقارنة بين درجات ادارة الانفعالات العليا والدنيا(داود ، 1992، ص50) .

2- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)

3- تحليل التباين لحساب الفروقات بين العمر والتخصص والحالة الاجتماعية (المشهداني ، وآخرون ، 2000، ص576) .

4- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1- تعرّف إدارة الانفعالات عند مدرسات الرياضة ومدرسات باقي المواد .

لتحقيق هذا الهدف (تعرف إدارة الانفعالات عند مدرسات الرياضة ومدرسات باقي المواد) تم تطبيق معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة المحسوبة (61,180) أكبر من القيمة الجدولية بدرجة حرية (599)، وبمستوى دلالة (0,05) وبالغلة (1,96)، وهذا يعني ان عينة المُدرسات يتمتعن بادارة الانفعالات بمستوى اعلى من المتوسط الفرضي. الجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

دلالة الفرق في ادارة الانفعالات بين متوسط العينة والوسط الفرضي

الدلالة الاحصائية 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد
	الجدولية	المحسوبة					
دال	1.96	61.180	599	189	22.24353	244.5567	600

الهدف الثاني / وللتعرف على الفروق لدى عينة البحث وفقا لدرجة (ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضة ومدرسات المواد الاخرى) ، تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين درجة ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضة ومدرسات المواد الاخرى. توصلت النتائج إلى وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين درجة ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضة ومدرسات المواد الاخرى لصالح مدرسات مادة الرياضة . إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (30 ، 2) وهي اكثر من الجدولية (1 ، 97) وهذا يعني ان مدرسات مادة الرياضة تتمتع بادارة الانفعالات اكثر من مدرسات باقي المواد الدراسية الاخرى . والنتائج مبينة في جدول رقم (6)

جدول رقم (6)

يبين الفروق بين متوسطي درجات ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضة ومدرسات المواد الاخرى(عينة

البحث)

مستوى الدلالة 0.05	العدد	درجة الحرية	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	600	599	1، 97	2، 30	9، 59	39، 99	مدرسات الرياضة
					8، 17	37، 28	مدرسات المواد الاخرى

يبين جدول (6) ان مدرسات مادة الرياضة تتمتع بادارة الانفعالات اكثر من مدرسات المواد الاخرى . يفسر كولمان هذه النتيجة بان كل الانفعالات هي في جوهرها دوافع لافعالنا وهي الخطط الفورية للتعامل مع الحياة التي غرسها التطور في كياننا الانساني ، وان مدرسات الرياضة هن اكثر اقبالا للعمل لما يمتلكنه من طاقة ايجابية تنعكس على سلوكهن التدريسي او الاجتماعي اذ تعمل القشرة المخية على ترتيب المعلومات القادمة من الحواس وفهمها وتفسيرها وبذلك يصبح التفكير من مكونات الشعور وهكذا تنفعل مدرسة الرياضة وينسجم انفعالها بالافكار الايجابية ، ان ادارة الانفعالات والعلاقات الانسانية والتواصل اساس الوعي الاجتماعي والنجاح في حياة الفرد .

ثالثا :- الفروق في إدارة الانفعالات تبعاً للمتغيرات:

- العمر وحسب الفئات الآتية (24-33) - (34-43) - (44- فما فوق)

- التخصص (مادة الرياضة - وباقي المواد)
 - الحالة الاجتماعية وبحسب التقسيم (متزوجة - وغير متزوجة- وارملة- ومطلقة)
 ولتحقيق هذا الهدف، تم ايجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات ادارة الانفعالات موزعاً تبعاً لمتغير
 العمر ، والتخصص ، والحالة الاجتماعية الجدول (7) :

جدول (7)

المتوسط والانحراف المعياري لدرجات ادارة الانفعالات موزعة تبعاً لمتغير العمر ، التخصص ، والحالة الاجتماعية
 لعينة البحث

ت	الفئة العمرية	التخصص العلمي	الحالة الاجتماعية	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد
1	33-24	مادة رياضة	متزوجة	245.6786	27.8927	28
			غير متزوجة	243.5385	21.1267	26
			ارملة	242.0000	16.9598	12
			مطلقة	245.2000	14.4465	5
			العدد الكلي	244.2394	22.7718	71
	باقي المواد	متزوجة	239.2195	25.8094	41	
		غير متزوجة	255.2000	17.4253	20	
		ارملة	247.9500	18.3746	20	
		مطلقة	264.5000	12.0208	2	
		العدد الكلي	245.7831	22.9814	83	
الكلي	متزوجة	241.8406	26.6638	69		
	غير متزوجة	248.6087	20.2566	46		
	ارملة	245.7188	17.8203	32		
	مطلقة	250.7143	15.8715	7		
	العدد الكلي	245.0714	22.8233	154		
2	43-34	مادة الرياضة	متزوجة	247.7000	24.0258	40
			غير متزوجة	237.5667	25.3549	30
			ارملة	256.0000	20.8726	19
			مطلقة	234.1538	32.2589	13
			العدد الكلي	244.5392	25.8022	102
	باقي المواد	متزوجة	242.7674	21.7111	43	
		غير متزوجة	241.1957	19.5273	46	
		ارملة	243.8276	21.51423	29	
		مطلقة	233.5000	21.9731	12	
		العدد الكلي	241.5923	20.8771	130	
الكلي			متزوجة	245.1446	22.8501	83

76	21.9216	239.7632	غير متزوجة			
48	21.8812	248.6458	ارملة			
25	27.2346	233.8400	مطلقة			
232	23.1654	242.8879	العدد الكلي			
50	16.9934	246.1400	متزوجة	مادة الرياضة	44-فما فوق	3
19	25.8639	236.0526	غير متزوجة			
32	20.1247	239.3438	ارملة			
12	31.7646	244.9167	مطلقة			
113	21.4819	242.3894	العدد الكلي			
41	22.2281	251.6341	متزوجة	باقي المواد		
25	14.6005	249.5600	غير متزوجة			
25	18.6421	248.1200	ارملة			
10	19.3057	249.4000	مطلقة			
101	19.1784	250.0297	العدد الكلي			
91	19.6054	248.6154	متزوجة	الكلي		
44	21.09046	243.7273	غير متزوجة			
57	19.8102	243.1930	ارملة			
22	26.3339	246.9545	مطلقة			
214	20.7352	245.9953	العدد الكلي			
118	22.2171	246.5593	متزوجة	مادة الرياضة	الكلي	4
75	23.9932	239.2533	غير متزوجة			
63	20.8647	244.8730	ارملة			
30	29.5298	240.3000	مطلقة			
286	23.3591	243.6154	العدد الكلي			
125	23.6856	244.5120	متزوجة	باقي المواد		
91	18.5850	246.5714	غير متزوجة			
74	19.5950	246.3919	ارملة			
24	22.0917	242.7083	مطلقة			
314	21.1775	245.4140	العدد الكلي			
243	22.9597	245.5062	متزوجة	كلي		
166	21.4459	243.2651	غير متزوجة			
137	20.1281	245.6934	ارملة			
54	26.2752	241.3704	مطلقة			
600	22.2435	244.5567	العدد الكلي			

ولاختبار فيما اذا توجد فروقات ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات ادارة الانفعالات للفئات العمرية المختلفة، ويبين التخصص مادة الرياضة وباقي المواد والفئات الاجتماعية الرابع، فقد تم تطبيق تحليل التباين 3×2 والتوصل الى النتائج المبينة بالجدول الآتي الجدول (8) :

جدول (8)

تحليل التباين الثلاثي لدرجات ادارة الانفعالات للعينة على وفق متغيرات البحث

ت	المصدر	مجموعات المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية المحسوبة	دلالة
1	العمر	2031.532	2	1015.766	2.103	0,05
2	التخصص	1368.968	1	1368.968	2.834	
3	الحالة الاجتماعية	426.849	3	142.283	0.295	
4	العمر*التخصص	3339.467	2	1669.734	*3.456	دال
5	العمر*اجتماعية	7740.273	6	1290.045	*2.670	دال
6	التخصص*اجتماعية	3413.686	3	1137.895	2.355	
7	العمر*التخصص*اجتماعية	1976.503	6	329.417	0.682	
8	الخطأ	278270.369	576	483.108		
9	الدرجة الكلية	296370.073	599			

يظهر الجدول (8) عدم وجود فروقات معنوية بين الفئات العمرية الثلاث إذ ان القيمة الفائية المحسوبة (2.103) أصغر من القيمة الفائية الجدولية (3.00) بدرجتي حرية (2) و (576) وبمستوى دلالة (0.05)، اما بالنسبة للتخصص فان القيمة الفائية المحسوبة (2.834) أصغر من القيمة الفائية الجدولية (3.86) بدرجتي حرية (1) و (576) وبمستوى دلالة (0.05) ، كما لا توجد فروقات ذات دلالة احصائية بين درجات ادارة الانفعالات تبعاً للحالات الاجتماعية، إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (0.295) اصغر من القيمة الفائية الجدولية (2.60) بدرجتي حرية (3) و (576)، وبمستوى دلالة (0.05).

ان التفاعلات الثنائية بين العمر والتخصص وكذلك بين العمر والحالة الاجتماعية كانت ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بينما لم تكن الفروق دالة احصائيا بين الدرجات في التفاعل الثلاثي .

أظهرت النتائج الخاصة والمتعلقة بالهدف الاول ما يأتي :

الهدف الاول 1- تعرّف ادارة الانفعالات عند مدرسات مادة الرياضة ومدرسات باقي المواد .

أظهرت النتائج في الجدول (5) وجود فرق دال احصائيا بين متوسط العينة والوسط الفرضي ولصالح متوسط العينة، ومعنى ذلك أن عينة المدرسات تنتم بمستوى من ادارة الانفعالات اعلى من المتوسط النظري للمقياس ، وتتفق هذه النتيجة مع ما اشار إليه بيتر سالوفي وجون مايرز وكولمان من ان ادارة الانفعالات يمكن اكتسابها وتعلمها وتطويرها بفعل الخبرة الحياتية من خلال التفاعل والانسجام مع المواقف الانفعالية التي يمر بها الفرد ، فنشاط الفرد العقلي والمعرفي المتميز، يعكس الاثارة الانفعالية الايجابية على حالة الفرد الانفعالية . فالشخص الذي يتمتع بادارة الانفعالات، بحسب تعريف ماير و سالوفي أفضل من غيره في تعرّف الانفعالات سواء أكانت انفعالات الشخص ذاته أو انفعالات الآخرين، ولديه القدرة على المشاركة والانفتاح الانفعالي بصورة دقيقة واضحة تمنع سوء فهم الآخرين له. وبذلك يمكن تفسير هذا المستوى العالي من ادارة الانفعالات عند المدرسات (العينة) إلى ادراكهن للواقع

وتكيفهن مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة وما يصاحبها من مواقف تمتاز بالخطورة والازمات ومدى قدرتهن على التعامل بواقعية مع هذه المواقف لتحقيق التوازن مع أنفسهن ومع الآخرين ، وكذلك طبيعة عملهن التدريسي وما يفرض عليهن من ان يتمتعن بإدارة انفعالات عالية توصلهن لان يصبحن قدوة في مجتمعهن . واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (المعموري، 2008) من ان تدريسي الجامعة يتمتعون بإدارة انفعالات عالية وبمتوسط اعلى من الوسط الفرضي للمقياس ولصالح الانساني ، وهذا ما يفرضه العمل الجامعي من التمتع بإدارة انفعالات عالية ليكون الاستاذ قدوة يحتذى بها .

الهدف الثاني / وللتعرف على الفروق لدى عينة البحث وفقا لدرجة (ادارة الانفعالات لدى مدرسات مادة الرياضة ومدرسات المواد الاخرى): أظهرت النتائج في الجدول (6) ان مدرسات مادة الرياضة تتمتع بإدارة الانفعالات اكثر من مدرسات المواد الاخرى . يفسر كولمان هذه النتيجة بان كل الانفعالات هي في جوهرها دوافع لافعالنا وهي الخطط الفورية للتعامل مع الحياة التي غرسها التطور في كياننا الانساني ، وان مدرسات الرياضة هن اكثر اقبالا للعمل لما يمتلكنه من طاقة ايجابية تنعكس على سلوكهن التدريسي او الاجتماعي اذ تعمل القشرة المخية على ترتيب المعلومات القادمة من الحواس وفهمها وتفسيرها وبذلك يصبح التفكير من مكونات الشعور وهكذا تنفعل مدرسة الرياضة وينسجم انفعالها بالفكر الايجابية ، ان ادارة الانفعالات والعلاقات الانسانية والتواصل اساس الوعي الاجتماعي والنجاح في حياة الفرد .

- الهدف الثالث /1- تعرف الفروق في إدارة الانفعالات تبعاً للمتغيرات:

-العمر - والتخصص - والحالة الاجتماعية - أظهرت النتائج في الجدول (7-8) عن عدم وجود فروقات معنوية بين الفئات العمرية الثلاث ،اي ان الفروق في درجات ادارة الانفعالات ليست دالة احصائيا تبعاً لمتغيرات الفئات العمرية ،وكذلك بالنسبة لعاملي التخصص، والحالة الاجتماعية اي ان الفروق في درجات ادارة الانفعالات غير دالة احصائياً تبعاً لمتغير التخصص العلمي، كما انه لا توجد فروقات معنوية بين درجات ادارة الانفعالات تبعاً للحالات الاجتماعية المختلفة، وان التفاعلات الثنائية بين العمر والتخصص، وكذلك بين العمر والحالة الاجتماعية كانت معنوية ،بينما لم تكن الفروق دالة احصائيا بين الدرجات في التفاعل الثلاثي. وتتفق هذه النتيجة مع ما اشار إليه بيتر سالوفي وجون مايرز وكولمان من ان المرأة اقدر على ادارة الانفعالات لما تتمتع به من الصبر والمطولة في العلاقات الاجتماعية، وتبين ان ادارة الانفعالات يمكن اكتسابها وتهذيبها ضمن الوسط البيئي الذي يعيش فيه الفرد ، فقد كشفت بحوث العلماء في هذا الصدد أن ادارة الانفعالات يمكن تدريبها وتنميتها من خلال كثير من الأساليب التي تساعد على تنميتها وتقويتها في الشخصية. ومن النصائح التي يقدمها العلماء في هذا الصدد لمساعدتنا في الحصول على معدل عال من ادارة الانفعالات، أن نحافظ دائماً على مشاعر طيبة عند التعامل مع الآخرين، وأن ندرب أنفسنا جيداً على مواجهة الأزمات بهدوء، وأن نتصدى لحل الخلافات خاصة تلك التي تثور عندما نواجه مختلف التأثيرات السلبية لبيئة اجتماعية تعوق قدراتنا على النمو السليم والصحة النفسية. وهناك ميزتان لادارة الانفعالات اولها قابلية التطوير في ادارة الانفعالات واسعة وثانيها تأثير ادارة الانفعالات على نجاح الإنسان كبيرة ، وهنا يشير كل من سالوفي ومايرز بان اكتساب ادارة الانفعالات مرهونة بتعلمه لتلك القدرة ،فالتعلم بالصغر كالنقش على الحجر . وقد يعود سبب ذلك الى طبيعة الخبرات والعلاقات السائدة التي تربط المدرسات بينهن خصوصاً في الظرف الضاغط الذي يمر به البلد . وتفسير دلالة الفروق بين العمر والتخصص، وكذلك بين العمر والحالة الاجتماعية لوجود عامل الخبرة والنضج والفروق الفردية .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

من خلال نتائج الدراسة الحالية التي تم عرضها ومناقشتها يمكن التوصل الى الاستنتاجات الآتية:-

- 1- أن المدرسات لديهن القدرة على ادارة الانفعالات .
- 2- هناك علاقة دالة احصائيا بين ادارة الانفعالات ومتغيرات البحث .
- 3- ان مادة الرياضة في المدارس الثانوية تلعب دورا مهما في الحفاظ على التوازن الانفعالي لما لها من دور في الحفاظ على الطاقة الحيوية الايجابية .
- 4- تساهم الطاقة الايجابية في تحويل الضغوط النفسية الى انجاز يفيد المدرسات والطلبات .
- 5- تلعب ادارة الانفعالات دورا هاما في الحفاظ على الطاقة داخل الخلية العصبية مما يساهم في تجهيز الخلية العصبية بالطاقة التي تحتاجها للقيام بالمهام المطلوبة .

5-2 التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت اليه هذه الدراسة توصي الباحثة بما يلي :

- 1- اقامة دورات تأهيلية لتدريس وتعليم كيفية السيطرة على ادارة الانفعالات لأهميتها في التحكم الانفعالي العالي من قبل المديريات العامة للتربية .
- 2- اشاعة ثقافة سماع الرأي الآخر والتخلي بالانفتاح ومشاركة الآخرين في جميع المواقف الانفعالية عن طريق اقامة الندوات التلفزيونية والمؤتمرات العلمية .

المصادر العربية

- البسيوني ، محمود ،(2005) : القدرات العقلية وعلاقتها الجدلية بالتحصيل العلمي، جامعة ام القرى ، كلية التربية ، مجلة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والانسانية ، مجلد 15، العدد 2 ، الطائف.
- البسيوني ، نجوى حامد (2008) : ادارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات للمرأة، دراسة مقارنة ، جامعة القاهرة ، القاهرة، (اطروحة دكتوراه غير منشورة).
- جروان ، خميس عبد الرحمن (2002) : الموهبة والتفوق والابداع، ط1، دار الكتاب العربي ، الإمارات العربية المتحدة .
- خيرى ، المغازي عجاج (2002) : الذكاء الوجداني الاسس النظرية والتطبيقات ، مكتبة زهران للنشر ، القاهرة
- داود ، عزيز حنا (1992) : القياس والتقويم، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- راضى، فوقيّة محمد محمد (2001) : الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي و القدرة على التفكير الابتكار لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 45، (اطروحة دكتوراه منشورة) .
- روبنز، بام وسكوت، جان (2000): الذكاء الوجداني، ترجمة: صفاء الأعسر وعلاء الدين كفاي ، دار قباء للطباعة والنشر ،القاهرة .
- زكار ،زاهر (2000) : القدرات العقلية وعلاقتها بالتفكير العلمي، ط1 ، دار الوفاء للطباعة والنشر ، عمان .
- سالوفي ،بيتر (1998) : الذكاء الانفعالي ، ترجمة صفاء الاعسر ،دار الامل ، الاردن .
- السعدوني ، ابراهيم ، (2007) : الذكاء الوجداني (اسسه ، تطبيقاته ، تنميته)، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع ، بيروت .

- عثمان ، فاروق السيد ، محمد عبد السميع رزق (2001) : الذكاء الانفعالي مفهومه و قياسييه، مجلة علم النفس، العدد 58 ، السنة15، القاهرة.
- عوجة ، عبد العال حامد (2003) : قائمة بار-اون للذكاء الوجداني- كراسة الأسئلة و التعليمات ، المكتبة المصرية، الإسكندرية.
- العلوي ، مجتبي (2001): قراءات في الذكاء الانفعالي، دار النهضة العربية ، بيروت .
- كولمان، دانيال (2008) : الذكاء العاطفي وسبب كونه اكثر اهمية من حاصل الذكاء، ط1، ترجمة ليلى الجبالي، مكتبة جرير، دمشق .
- ماير ، جون (2003) : الذكاء الانفعالي، ط1 ، ترجمة صفاء الاعسر، دار المسيرة للطباعة والنشر ، عمان .
- ماير ، جون(1995) : الذكاء الانفعالي ، ط2، ترجمة ، ليلى الجبالي ، مركز الكتاب الاردني ، عمان .
- مبيض ، مأمون (2003) : الذكاء العاطفي والصحة العاطفية ، ط1، الناشر المكتب الاسلامي ، دمشق.
- محمد ، علا عبد الرحمن (2009): الذكاء الوجداني والتفكير الابتكاري عند الاطفال ، ط، الناشر دار الفكر للنشر والتوزيع ، بيروت .
- المخزومي، أمل (2009): الذكاء الانفعالي والسلوك العدواني، دار الفكر، دمشق .
- المشهداني ، محمود حسن وكمال ، علوان(2000): تحليل وتصميم التجارب ، كلية الادارة والاقتصاد ، بغداد .
- المعموري، علي حسن مظلوم(2008): ادارة الانفعالات استقطاب التعبير وعلاقتها بانماط التفكير، الجامعة المستنصرية، كلية التربية ، بغداد، (اطروحة دكتوراه غير منشورة) .
- المصادر باللغة الاجنبية
- Bandura, A. (1977): Self Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change, Journal of Psychological Review, Vol.84, No.2.
- Bandura,A.(1994): Self-Efficacy. In V.S. Ramachaudran, Encyclopedia of Human Behavior, Vol.4. New York, Academic press. /EDUCATION/mfp/BanEncy.
- BarOn, Lyle ,J. R. (2000): BarOn Emotional Quotient – Inventory (Manual), Canada, MHS INC
- Hellriegel, D.; Slocum, J & Woodman, R. (2001): Organizational Behavior, Ohio, South-Western College Publishing
- Mayer ,D,J, salovey, p, Caruso,D and sitarenios, G.(2003) : measuring Emotional intelligence with the MSCEITV 2.0,Emotion , 3.
- Salovy,p.,&Myeres,J.(1997): Theories of personality , editon , California , books locale publishing company.
- Salovy,p.,&Myeres,J.(2002):Emotional Intelligence imagination, cognition and personality,Y.S.A.
- Tucker, Mary; Sojka, J; Barone, F. & Cathy,Ann (2000): Training Tomorrow's Leaders: Enhancing the Emotional Intelligence of Business Graduates, Journal of Education for Business, Jul/ Aug, Vol.72 Issue 6.

ملحق (1) اسماء الخبراء الذين عرض عليهم مقياس ادارة الانفعالات

ت	الاسم	الجامعة	الكلية	التخصص
1	أ.د. حامد سليمان حمد	جامعة الانبار	التربية الرياضية	علم نفس الرياضي
2	أ.د. حسين الياسري	بغداد	التربية للبنات	تربوي
3	أ.د. صاحب عبد مرزوك	بغداد	تربية ابن رشد	ارشاد نفسي
4	أ.د. صفاء طارق حبيب	بغداد	تربية ابن رشد	اختبارات
5	أ.د. عبد الامير شمسي	بغداد	تربية ابن رشد	تربوي
6	أ.د. علوم محمد علي	بغداد	تربية ابن رشد	اختبارات
7	أ.م.د. بيداء كيلان	بغداد	التربية الرياضية	علم النفس الرياضي
8	أ.م.د. عبدالله هزاع	بغداد	التربية الرياضية	علم النفس والادارة
9	أ.م.د. طالب ناصر	بغداد	تربية بنات	معرفي

وزارة التربية العراقية

ملحق (2) مقياس ادارة الانفعالات بصورته النهائية

عزيتي المدرسة الفاضلة

تحية طيبة :

في الصفحات الآتية مجموعة من الفقرات يرجى التفضل بقراءتها بدقة والإجابة عنها، وذلك بوضع علامة () تحت البديل الذي تعتدينه يمثل موقفك من العبارة على سلم متدرج بين تنطبق علي دائما ولا تنطبق علي أبدا، وكما في المثال الآتي :

نرجو تعاونكم معنا والإجابة عن جميع الفقرات علما إن المعلومات تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط .

العمر : () التخصص العلمي : علمي () أدبي ()

الحالة الاجتماعية : متزوجة () غير متزوجة : () أرملة : () مطلقه ()

الباحثة

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق كثيرا	تنطبق أحيانا	تنطبق قليلا	لا تنطبق علي أبدا
1	اعبر بانفتاح عن مشاعري نحو الآخرين بأسلوب لبق وإيجابي عندما يتطلب الموقف					
2	أظهر الاتصال البصري مع الآخرين عند التعبير عن مشاعري .					

				اعد حاجاتي على نفس القدر من الأهمية لحاجات الآخرين .	3
				أشارك الآخرين مشاعرهم بأسلوب ايجابي ومقتع .	4
				أغض النظر عن الجوانب السلبية للمدرسات	5
				عندما اشترك مع فريق عمل أقوم بما كلفت به.	6
				أتفهم معاملة الأخر غير العادلة بان أوجه انتباهه إلى ذلك .	7
				أنصرف بثقة في مهاراتي وقدراتي الانفعالية من دون غرور .	8
				أتفهم وأتعلم من انتقادات الآخرين لي .	9
				امتلك السيطرة على المواقف المثيرة للغضب	10
				اعترف بأخطائي بسهولة.	11
				اخفي مشاعري السلبية تجاه الآخرين .	12
				أحاول في تعاملاتي مع الآخرين أن أجفف منابع الخلافات والتركيز على فرص إنهاؤها بشكل ايجابي .	13
				أشجع الآخرين على الوفاء بالوعد .	14
				اشعر بالتفاؤل مما يجعلني انفتح نحو الحياة	15
				أتعامل مع الآخرين بما يحقق لي ولهم الخير	16
				اطلب المساعدة من الآخرين عندما احتاج لمساعدتهم .	17
				احذر بشكل خفي زميلاتي من التعامل مع أناس يصعب التعامل معهم .	18
				اثني على الآخر جهرا عندما يقوم بأعمال تستحق الثناء .	19
				أفضل أن أكون آخر المتحدثين في أي لقاء حواري .	20
				عندما تتعارض أفكارني مع الآخرين ، اعدّها حالة صحية .	21
				أحاول أن يكون حديثي مع الآخرين ضمن حدود اللياقة الاجتماعية .	22
				استعمل عبارات متواضعة عندما يثني عليّ	23

					الآخرون .
					24 اعد رغباتي على نفس القدر من الأهمية لرغبات الآخرين .
					25 استطيع أن اظهر انفعال الحب نحو شخص لا أحبه.
					26 استطيع أن أشارك الآخرين فرحهم حتى لو كنت غير مرتاحة .
					27 عندما أوجه نصيحة للآخر فيكون بيني وبينه.
					28 أقوم بالإجراءات المناسبة لضمان حقني وجهدني في العمل الذي أنجزته .
					29 أحاول أن أكون هادئة عند تحدثي مع الآخرين .
					30 افهم سلوك الآخرين وأتعامل معهم في كل المواقف بغض النظر عن انطباعاتي السابقة عنهم .
					31 يمكنني استعمال الفكاهة في امتصاص شحنات انفعال الغضب في الحوار مع الآخرين .
					32 أناقش وأدافع عن موقفي من دون ملل عندما تحدث مشكلة مع إحدى زميلاتي.
					33 التمس العذر للغائب .
					34 اعتمد على نفسي في تخطي مشاعر الحزن وانفعالاته .
					35 اظهر مشاعري الايجابية لأكون مقبولة عند الآخرين .
					36 اخفي مشاعري السلبية لأكون محبوبة .
					37 أشرك الآخرين بمشاعري .
					38 أتفهم انفعالاتي مما يدفعني إلى أن أتحاشى الحديث أمام الآخرين .
					39 استطيع إخفاء مشاعر التوتر عند الحديث.
					40 أتعامل بالأسلوب المناسب على وفق الموقف مع من يحاول استفزازي .
					41 أفكر في الجواب قبل أن أتفوه به .

				42	استطيع أن اعبر عن مشاعري الداخلية من دون انفعال .
				43	الشعور بالسعادة الغامرة لا تفقدني توازني وسيطرتي على أفكاري .
				44	أرى ضرورة لوجود التسامح بين الناس.
				45	انزعج عندما يتحدث الآخرون بانفعال.
				46	أميل إلى العفو عن الآخرين .
				47	افهم تماما طبيعة انفعالاتي الداخلية بسهولة.
				48	افهم حقيقة مشاعري وسبب تطورها .
				49	استطيع أن أفسر انفعالاتي للآخرين بسهولة.
				50	الجبأ إلى الاسترخاء للتغلب على حالات انفعالاتي الشديدة .
				51	اتامل مشاعري لتكون واضحة أمامي (مثلا اجري حوار مع نفسي) .
				52	استفيد من معاناتي للسيطرة على انفعالاتي .
				53	اكره غيرة النساء .
				54	اشعر بان مشاعري منفتحة للآخرين .
				55	تأتيني حالات انفعالية اشعر فيها بالإقبال على الآخرين .
				56	استفيد من أخطائي السابقة لتحسين أدائي المستقبلي .
				57	افقد أعصابي بسرعة عندما يستفزني الآخرون .
				58	أشارك الآخرين أحزانهم .
				59	أشارك الآخرين أفراحهم .
				60	أنتبأ بما سيحصل لي .
				61	اجعل من اخطائي السابقة حافزا للنجت
				62	استطيع توجيه طاقاتي لتحقيق اهدافي منعا لهدرها
				63	اشعر ان افكاري متوازنة

أثر تمرينات المقاومة بالمطاط والاسلوب المتعاكس في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز

والانجاز لعدائي 110 م حواجز الشباب

أ.م.د. نادية شاكر جواد/ جامعة كربلاء- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. حاسم عبد الجبار صالح/ جامعة كربلاء- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. ثائرة عبد الجبار صالح/ المعهد التقني -كربلاء

nadya.jwad@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

تعتبر فعالية 110م حواجز من الفعاليات ذات المتعة والتشويق للمتفرجين واللاعبين من حيث المنافسة والأداء الحركي لذا فان هذه الفعالية تتعامل مع أقصى جهد للمسابق مع دقة الأداء المهاري منذ اللحظة الأولى للانطلاقه واجتياز الحاجز الاول إلى الوصول لخط النهاية ، لذا فان الكفاءة البدنية وزمن اجتياز الحواجز وحركة أجزاء الجسم أثناء الأداء تشكل دورا مهما في تحقيق السرعة المثالية كذلك الوصول المبكر للسرعة القصوى وهذا كله ينصب في مجال تطوير الانجاز وبناءً على ما تقدم فإن الاهمية تكمن في وضع اسس علمية صحيحة عند اختيار الاساليب التدريبية الناجحة والمؤثرة والتي تسهم اسهاماً جاداً في تطوير الانجاز بعدد 110م حواجز من خلال تطوير الاداء لمراحله اجتياز الحواجز الثلاث ، بالإضافة الى تحسين مستوى الكفاءة البدنية لذلك اتجه الباحثون الى اعداد تمرينات المقاومة بالحبال المطاطية والاسلوب المتعاكس للوصول الى الهدف المراد تحقيقه وهو الانجاز وقد هدفت الدراسة الى :

- اعداد تمرينات المقاومة بالمطاط وبالأسلوب المتعاكس لتحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز (الحواجز الثلاث الاولى) والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب.
- التعرف على تأثير تمرينات المقاومة المعدة (بالمطاط، الاسلوب المتعاكس) في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز (الحواجز الثلاث الاولى) والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب.
- التعرف على افضلية الاسلوبين (المطاط، الاسلوب المتعاكس) في تحسين الكفاية البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب .

اما فروض البحث فهي :

- هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز ولصالح الاختبارات البعدية .
- هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز ولصالح مجموعة الاسلوب المتعاكس.
- استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات القياس القبلي والبعدى ، حدد مجتمع البحث من عداؤو 110 م حواجز لاندية محافظة كربلاء المقدسة وتم اختيار العينة بأسلوب الحصر الشامل وبقوة 12 عداً ثم قاموا بتقسيمهم عشوائياً بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين وبقوة (6) لاعبين لكل مجموعة، المجموعة الاولى تستخدم تمارين المطاط والمجموعة الثانية تستخدم تمارين الاسلوب المتعاكس.
- ولبيان تجانس افراد عينة البحث تم قياس متغيرات البحث المدروسة بالإضافة الى متغيرات الطول والوزن والعمر التدريبي والانجاز لما لهما من علاقة بمتغيرات البحث قيد الدراسة، وذلك من خلال استخراج معامل الالتواء .

بعد إجراء التجربة الرئيسية على أفراد عينة البحث توصل الى مجموعة من البيانات التي تم معالجتها احصائيا ومن ثم خرج بمجموعة من الاستنتاجات هي :

- لتمرينات الاسلوب المتعكس تأثير في الكفاءة البدنية لعداء 110م حواجز شباب.
- لتمرينات الاسلوب المتعكس افضلية في تحسين زمن خطوات الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز شباب.
- إن الاسلوب المتعكس مناسب لتدريب هذه الفئة العمرية من العدائين .
- ام التوصيات التي خرج بها الباحثون فهي :
- التأكيد على المدربين بالاستفادة من استخدام الاسلوب المتعكس .
- ضرورة إجراء بحوث ودراسات مشابهة على فئات عمرية وفعاليات وعناصر بدنية أخرى.
- التأكيد على استخدام الاسلوب المتعكس في مراحل الإعداد لتطوير القدرات البدنية والحركية وتعميمه على لاعبي الأندية والمنتخبات في العراق في العاب القوى والعباب اخرى .
- حث الباحثين والمدربين والاختصاصيين على اكتشاف وتطوير الاساليب التدريبية باستمرار لأحداث قفزات ملحوظة في مستوى الانجاز لكافة الفعاليات .

The impact of resistance training with rubber and contrast style in improving the efficiency and physical barrier time step and achievement for young runners 110 m hurdles

By

Nadia Jawad Shaker. Ph.D. Prof Associate. Karbala University/ College of Physical Education and Sport Science.

Hsem Abdul Jabbar Saleh. Ph.D. Prof Associate. Karbala University/ College of Physical Education and Sport Science.

Thaera Abdul-Jabbar Saleh. Ph.D. Prof Associate. Karbala Technical Institutes Body

Abstract

The effectiveness of the 110-meter hurdles events with fun and suspense for spectators and players in terms of competition and performance motor. So these are effectively dealing with the maximum effort for the rider with the accuracy of performance skill from the first moment of the start and pass the first barrier to reach the finishing line, so the physical efficiency and the time of passing the barriers and the movement of parts the body during the performance as well as an important role in achieving the ideal speed early to reach maximum speed and all this focus in the development of achievement, the importance lies in the development of scientific foundations of true when choosing a training successful and influential styles and contributing to contribution to serious in the development of achievement 110-meter hurdles through the development of performance of stages to pass three checkpoints, as well as to improve the level of physical efficiency so the researchers turned to the preparation of resistance training with ropes and rubber contrast style to reach the objective to be achieved, a feat The study aimed to:

Preparing resistance exercises with rubber and Almtaaks way to improve the physical efficiency and time step barrier (the first three barriers) and the completion of a hostile 110-meter hurdles young people.

Identify the effect of stomach exercises resistance (rubber, contrast style) to improve the physical efficiency and time step barrier (the first three barriers) and the completion of a hostile 110-meter hurdles young people.

Identify the advantage two modes (rubber, contrast style) in sufficiently improve the physical and time step and achievement barrier to hostile 110-meter hurdles young people.

The hypotheses are:

-there Significant differences were statistically significant differences between tribal and dimensional tests to improve the physical efficiency and time step and achievement barrier to hostile 110-meter hurdles and in favor of a posteriori tests.

-there Significant differences were statistically significant between the two groups to improve the physical efficiency and time step and achievement barrier to hostile 110-meter hurdles and in favor of .

The researchers used the experimental method designed two groups of measuring pre and post, select the research community of marathoners 110 meter hurdles clubs holy city of Karbala was chosen as the sample in a manner comprehensive inventory and by 12 runner then they divided evenly into two experimental randomly and by (6) players for each set, the first set used rubber exercises and the second group used contrast style exercises.

The research sample was measured Find variables studied in addition to height,

weight, age, training and achievement due to their relationship variables Find variables under study, and through the extraction coefficient sprains.

After a major experiment on the research sample reach a set of data that was processed statistically and then took a series of conclusions are:

- To exercise influence in the contrast style physical efficiency of the 110-meter runner youth barriers.
- To exercise contrast style advantage in improving the time I stepped barrier and achievement of a hostile 110-meter hurdles youth.
- Contrast style that the method is suitable for the training of this age group of runners.

Or recommendations that came out, the researchers are:

- Emphasis on the coaches to benefit from the use of contrast style.
- The need to conduct research and studies on similar age groups and events and other physical elements.
- Emphasis on the use of contrast style stages in preparation for the development of physical and motor abilities and circulated to clubs, players and teams in Iraq in athletics and other games.
- Urged researchers, trainers and specialists on the discovery and development of training methods constantly to the events of remarkable leaps in the level of achievement for all events.

1-التعريف بالبحث

1-1مقدمة البحث وأهميته :

تطور مستوى الإنجاز الرياضي في السنوات الأخيرة في الألعاب الرياضية عامة وألعاب القوى خاصة حيث بدأت الفروق في الانجاز ضئيلة جدا (تقارب المستويات) وهذا يعود إلى استثمار جميع العلوم الأخرى في خدمة علم التدريب الرياضي ومنها علم البايوميكانيك وعلم التشريح ومزج هذه العلوم في مجال خدمة الحركة الرياضية والاهتمام بجميع الجوانب التي لها تأثيرا على الإنجاز الرياضي .

والعاب القوى هي احدى الرياضات التي تتميز بتعدد الفعاليات الرياضية باختلاف احتياجاتها من القابليات الحركية وطرائق واساليب التدريب حسب ما تتطلبه خصوصية الفعالية من حيث نظام الطاقة المستخدم ، وتعد فعالية 110م حواجز من الفعاليات ذات المتعة والتشويق للمتفرجين والعدائين من حيث المنافسة والأداء الحركي لذا فان هذه الفعالية تتعامل مع أقصى جهد للعداء مع دقة الأداء المهاري منذ اللحظة الأولى للانطلاق حتى الوصول إلى خط النهاية .

فضلا عن إن التدريب الرياضي هو أحد العلوم المهمة في مجال التربية الرياضية الذي يلعب دورا كبيرا في تطوير الانجاز وخصوصا إدخال وسائل تدريبية جديدة للعدائين مما تزيد من رغبتهم وتشويقهم نحو التدريب وخصوصا الوسائل المبتكرة في تطوير الكفاءة البدنية وزمن اجتياز الحاجز حيث تلعب القوة السريعة والسرعة الانتقالية دورا كبيرا فيه، ذلك فأن لاستخدام تمرينات المطاط والاسلوب المعاكس دورا مهما في تحقيق أفضل سرعة (اقل زمن) كما أكد الكثير من الخبراء في مجال العاب القوى ان عنصر السرعة ذو اهمية كبيرة في ممارسة العديد من الانشطة وخاصة الانشطة التي تحدد نتائجها تبعاً للزمن كمقياس للإنجاز وخاصة في فعاليات عدو المسافات القصيرة ومنها عدو 110م حواجز ومن الوسائل او الاساليب التي تلعب دور فاعل في تطوير السرعة هي تدريبات المقامات

ومنها تدريب الحبال المطاطية التي تؤثر في تطور المجاميع العضلية الخاصة بالرجلين وبالتالي تأثيرها في زمن اجتياز الحاجز الذي له التأثير المباشر في الانجاز .

لذا تكمن أهمية البحث في اعداد تمارينات المقاومة بالمطاط والاسلوب المتعاكس في تحسين مقدار الكفاءة البدنية المتمثلة بالطاقة الميكانيكية والتمثيل الحيوي للعدائين وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز .

1-2 مشكلة البحث :

من اجل الارتقاء بالمستوى الرياضي عموماً وتطوير الإمكانيات القصوية خصوصاً استخدم المدربون العديد من الأساليب والوسائل لتطوير هذه الإمكانيات بشدد وأحمالٍ مختلفة ومتنوعة، ونظرا لكون الباحثون من المطلعين والملمين بألعاب الساحة والميدان لاحظوا عدم الاهتمام الكافي من قبل بعض المدربين العاملين على فئة الشباب بالأساليب الأكثر فاعلية في تحسين المراحل الفنية ومنها مرحلة زمن خطوة الحاجز (للحواجز الثلاث الاولى كذلك عدم الفصل بينها من ناحية التدريب بالإضافة الى اهمال الكفاءة البدنية والتي تعطي معيارا للكفاءة البدنية لعداء 110م حواجز مما اثر سلبا على نتائج انجازهم والذي يشاهد وبشكل ملحوظ تدني مستواه.

لذلك ارتأ الباحثون دراسة هكذا موضوعة للوقوف ومعرفة نتائج هذه الدراسة من خلال التدريبات الخاصة لتنمية القوة العضلية وبأسلوبين مختلفين هما (المطاط، والمتعاكس) وتأثيرهما على زمن اجتياز الحاجز ومعرفة افضلية الاسلوبين في تحسين متغيرات الدراسة ، من خلال التغلب على مقاومة العضلة لغرض زيادة نتاج شغلها العضلي(الطاقة الميكانيكية) وبالتالي تحسن الكفاءة البدنية الداخلية للعداء للوصول بالإنجاز الى المستوى المطلوب .

1-3 أهداف البحث :يهدف البحث إلى :-

-اعداد تمارينات المقاومة بالمطاط وبالأسلوب المتعاكس لتحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز(الحواجز الثلاث الاولى) والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب.

-التعرف على تأثير تمارينات المقاومة المعدة (بالمطاط، الاسلوب المتعاكس) في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز (الحواجز الثلاث الاولى) والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب.

-التعرف على افضلية الاسلوبين (المطاط، الاسلوب المتعاكس) في تحسين الكفاية البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز الشباب .

1-4 فروض البحث :

-هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز ولصالح الاختبارات البعديّة .

-هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في تحسين الكفاءة البدنية وزمن خطوة الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز ولصالح مجموعة الاسلوب المتعاكس.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري :- عداؤو اندية محافظة كربلاء المقدسة بفعالية 110م حواجز فئة الشباب للموسم 2014-2015 .

1-5-2 المجال الزمني :- المدة من 2015/1/2 ولغاية 2015/3/10م .

1-5-3 المجال المكاني : - ملعب كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء وملعب نادي امام المتقين.

6-1 المصطلحات المستخدمة في البحث :

- الكفاءة البدنية : هو مقياس للتأثيرات الخارجية المطبقة على الجسم (كتلة الجسم وعلاقتها بالجاذبية الارضية وسرعة الجسم وعلاقتها بقوة الاحتكاك والمقاومات الاخرى) والتي تستدعي تغييرا" في الحالة الحيوية للجسم (1).
- دليل الكفاءة البدنية = الطاقة الميكانيكية / الطاقة الحيوية .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث استخدم الباحثون المنهج لتجريبي ذو المجموعتين التجريبتين لملائمته طبيعة المشكلة المدروسة، وأدناه التصميم التجريبي الذي استخدم في البحث .

شكل(1) يبين التصميم التجريبي الذي استخدم في البحث

الاختبارات البعدية	التعامل التجريبي	الاختبارات القبلية	المجموعة
الكفاءة البدنية وزمن اجتياز الحاجز والانجاز لفعالية 110م حوجز	تمارين باستخدام المطاط	الكفاءة البدنية وزمن اجتياز الحاجز والانجاز لفعالية 110م حوجز	تجريبية اولى
	تمارين باستخدام الاسلوب المتعاكس	حوجز	تجريبية ثانية

2-2 مجتمع البحث وعينته

حدد الباحثون مجتمع البحث بعدائي اندية محافظة كربلاء الشباب لفعالية 110م حواجز والبالغ عددهم (12) عداء، وتم اختيار العينة بأسلوب الحصر الشامل ثم قاموا بتقسيمهم عشوائيا بالتساوي إلى مجموعتين تجريبتين ويواقع (6) لاعبين لكل مجموعة، المجموعة الاولى تستخدم تمارين المطاط والمجموعة الثانية تستخدم تمارين الاسلوب المتعاكس. ولبيان تجانس افراد عينة البحث تم قياس متغيرات البحث المدروسة بالإضافة الى متغيرات الطول والوزن والعمر التدريبي لما لهما من علاقة بمتغيرات البحث قيد الدراسة، وذلك من خلال استخراج معامل الالتواء، وكما مبين في جدول (1).

جدول (1) يبين التجانس بين افراد عينة البحث

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
0,632-	172,5	7,12	171	سم	الطول
0,202-	70	5,93	69,6	كغم	الوزن
0,775	19	3,87	20	شهر	العمر التدريبي
0,069	0,8350	0,035	0,8358	جول/سرعة	الكفاءة البدنية
0,075-	0,1830	0,004	0,1829	ثا	زمن اجتياز الحاجز
0,58	15,875	0,150	15,904	ثا	الانجاز

¹ (صريح عبد الكريم الفضلي : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي ، ط1 ، عمان ، دار دجلة للطباعة والنشر ، 2010، ص 274.

تبين من الجدول (1) أن معامل الالتواء لمتغيرات (الطول والوزن والعمر التدريبي والكفاءة البدنية وسرعة اجتياز الحاجز والانجاز) محصورة ما بين $(1 \pm)$ مما يدل على تجانس افراد عينة البحث في هذه المتغيرات. ولأجل ضبط المتغيرات البحثية التي تؤثر في التجربة وللانطلاق من نقطة شروع واحدة عمل الباحثون على ايجاد التكافؤ لمجموعتي البحث لنتائج الاختبارات القبلية باستخدام القانون الاحصائي T للعينات المستقلة، وكما مبين في الجدول (2).

الجدول(2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	T المحسوبة	التجريبية الثانية		التجريبية الاولى		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع	س	ع	س		
غير معنوي	0,591	0.554	0,03578	0,8300	0,03710	0,8417	جول/سعة	الكفاءة البدنية
غير معنوي	0,298	-1,098	0,00420	0,1840	0,00240	0,1818	ثا	زمن اجتياز الحاجز
غير معنوي	0,929	0,092-	0,13197	15,9083	0,17889	15,900	ثا	الانجاز

يبين الجدول(2) أن قيم مستويات الدلالة كانت اعلى من مستوى دلالة (0,05) ولجميع متغيرات البحث عند حجم عينة (12)، وبهذا تكون الفروق غير معنوية بين مجموعتي البحث مما يحقق التكافؤ بينها.

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات والاجهزة المستخدمة بالبحث

2-3-1 الادوات البحثية

1- الملاحظة.

2- الاختبار والقياس .

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

1- حواجز صينية الصنع عدد 10.

2- صافرة نوع (FOX) عدد (2) .

3- مسند للانطلاق .

4- اشربة مطاط مختلفة الاطوال.

5- ساعة توقيت عدد 2 .

6- جهاز لقياس التمثيل الغذائي.

7- ميزان طبي لقياس الطول والوزن نوع (Seca) عدد (1) .

8- كاميرا ذات تردد 600 صورة بالثانية نوع (Canon) عدد (2) .

9- لاب توب DELL .

2-4-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-4-1 تحديد كيفية قياس متغيرات البحث المدروسة

قام الباحثون من خلال اختبار الانجاز استخراج المتغيرات قيد الدراسة وهن (الكفاءة البدنية وزمن اجتياز الحاجز ثلاث حواجز والانجاز) بعد الاطلاع على المصادر العلمية.

2-4-4-2 توصيف الاختبارات

- اختبار انجاز عدو 110م حواجز .

الغرض من الاختبار: قياس زمن اجتياز الحاجز، الكفاءة البدنية، الإنجاز .

الأدوات : جهاز توقيت، حواجز، كاميرا، صافرة، جهاز قياس السعة الحيوية.

ادارة الاختبار :- مؤقت، مسجل، مطلق .

وصف الاداء : من وضع البدء المنخفض بعد سماع اشارة المطلق ينطلق اللاعب ليجتاز الحواجز الثلاثة الاولى، ويحسب الوقت لاجتياز الحاجز من بداية النهوض إلى لحظة مس الرجل القائدة الأرض بعد الهبوط، وهكذا للحواجز الثلاثة المختارة، من خلال كاميرتين من نوع كانون ذات تردد (600) صورة / ثانية مثبتة على حامل ثلاثي لكل كاميرا، اذ تم تحديد الإبعاد المناسبة لاماكن الكاميرتين على أماكن تقع عموديا على حركة اللاعب فوق الحاجز وبارتفاع (1,20)م، مع وضع مقياس للرسم على مجال الركض لكل كاميرا على حده، وتم بنفس الوقت احتساب زمن الانجاز الكلي من خلال تثبيت عارضة جهاز التوقيت امام صدر اللاعب ليقوم بضربها على خط نهاية السباق. التسجيل : يتم حساب زمن الانجاز من لحظة الانطلاق الى لحظة تجاوز خط النهاية عن طريق جهاز التوقيت المثبت بدايته عند المطلق الذي يقوم بضغطه اثناء الامر بالإطلاق ونهايته مثبتة على خط النهاية وامام صدر اللاعب والذي يقوم بضربه اثناء تجاوز الخط ليكون اكثر دقة في القياس ويتم القياس بالثانية وأجزائها المئوية . اما زمن اجتياز الحاجز فيتم قياسه عن طريق الكاميرات المثبتة على جانب الحواجز وعموديا على خط حركة اللاعب وكما اسلفنا سابقا ويتم القياس بأجزاء الثانية.

في حين تم احتساب الكفاءة البدنية عن طريق المعادلة الآتية:

الكفاية البدنية = (الطاقة الميكانيكية/ الطاقة التمثيلية)

إذ أن: الطاقة الميكانيكية = 0,5 × الكتلة × (السرعة)²

وتم حساب الطاقة الميكانيكية لأفراد العينة عن طريق احتساب السرعة وتطبيقها في القانون اعلاه، وبعد الانتهاء مباشرة من السباق تم احتساب الطاقة التمثيلية (السرعات الحرارية المصروفة خلال تلك المدة) من خلال الجهاز الخاص بهذا الغرض، وتطبيق المعادلة السابقة الذكر استخراج الباحثون الكفاءة البدنية لأفراد العينة.

2-4-4-3 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحثون التجربة استطلاعية في يوم السبت الموافق 2015/1/3 اذ طبق الباحثون هذه التجربة على مجموعة من اللاعبين وعددهم (4) لاعبين من عينة البحث وكان الغرض منها :

- كيفية التعامل مع الاختبار والتحكم بوضع اجزائه وترتيبها بحسب استخدامها .

- التعرف على المعوقات التي تظهر اثناء استخدام الاختبار لإجراء التعديلات اللازمة عليها لتلافيها اثناء

الاختبار القبلي .

- التعرف على احتياجات التمارين المستخدمة وكيفية تطبيقها والزمن المستغرق لها ووضع الأدوات المستخدمة بها.

2-4-4 الاختبارات القبلية

قام الباحثون بإجراء الاختبار القبلي يوم الخميس الموافق 2015/1/8 على ملعب نادي امام المتقين في كربلاء.

2-4-5 التجربة الرئيسية

تم البدء باستخدام التمارين على عينة البحث يوم الاحد الموافق 2015 /1/11، لمدة ثمان اسابيع وبواقع ثلاث وحدات في الاسبوع وتم الانتهاء من تنفيذ التمارين يوم الخميس الموافق 2015 /3 /5 وتم حسب ما يأتي:

1- كان موعد ابتداء تنفيذ التمرينات يوم (الاحد) الموافق 2015/1/11 .

2- تم تطبيق التمرينات في مرحلة الأعداد الخاص .

3- حددت مدة التجربة بـ(8) أسابيع موزعة على (24) وحدة تدريبية بمعدل ثلاث وحدات في الاسبوع .

4- استخدم الباحثون شدة تتراوح ما بين (85-100 %) .

5- استخدم الباحثون طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة والتكراري.

6- كان موعد انتهاء التجربة يوم (الخميس) الموافق 2015 /3/5 .

2-4-6 الاختبار البعدي

تم إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث يوم الاحد الموافق 2015/3/8 وبعد مضي وانتهاء مدة التطبيق الميداني لوحدات المنهاج التدريبي وحرص الباحثون على تثبيت الظروف نفسها التي استخدمت في الاختبار القبلي من حيث الزمان والمكان والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد.

2-5 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية SPSS واستخرج منها الآتي :

(الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، قانون (t) للعينات المتناظرة والمستقلة).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يحتوي هذا الباب على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها التي توصل إليها الباحثون من خلال إجراء الاختبارات القبلية والبعديتين للتجربيتين، وقد تم جمع البيانات وتنظيمها وتبويبها في جداول توضيحية ومعالجتها إحصائياً للوصول إلى النتائج النهائية لتحقيق أهداف وفرضيات البحث.

3-1 عرض نتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وتحليلها

لغرض اختبار الفرضية الاولى استخدم الباحثون اختبار (t) للعينات المتناظرة لاستخراج معنوية الفروق بين نتائج

الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث، وكما مبين في الجدولين (3) .

جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة التجريبية الاولى والثانية في الاختبارات القبلية والبعدية

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	ع ه	ف المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المجموعة	المتغيرات
					ع	س	ع	س			
معنوي	0.00	- 19,124	0,00558	- 0,10667	0,04622	0,9483	0,03710	0,8417	جول/سعة	ت1	الكفاءة البدنية
معنوي	0.00	- 36,267	0,00749	- 0,27167	0,04665	1,1017	0,03578	0,8300		ت2	
معنوي	0.00	35,259	0,00056	0,01967	0,00232	0,1622	0,00240	0,1818	ثا	ت1	زمن اجتياز الحاجز
معنوي	0.00	19,515	0,00152	0,02967	0,00314	0,1543	0,00420	0,1840		ت2	
معنوي	0.00	10,304	0,01537	0,15833	0,15303	15,7417	0,17889	15,900	ثا	ت1	الانجاز
معنوي	0.00	14,458	0,03516	0,50833	0,19235	15,400	0,13197	15,9083		ت2	

يبين الجدول (3) المؤشرات الإحصائية لنتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمتغيرات البحث التي خضع لها أفراد المجموعة الاولى التي استخدمت اسلوب المطاط.

إذ أظهرت النتائج أن قيم الاوساط الحسابية لجميع المتغيرات كانت اعلى في الاختبار القبلي عن الاختبار البعدي، وحدث فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن هذه المتغيرات تكون قيمتها عكسية اي كلما قل الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل لأننا نتعامل مع عامل الزمن، في ما عدا متغير الكفاءة البدنية إذ كانت اعلى في الاختبار البعدي عن الاختبار القبلي، وحدث تغير معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن كلما زاد الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل، وهذا ما أشارت إليه مستويات الدلالة إذ كانت اقل من مستوى دلالة (0,05) ولجميع متغيرات البحث، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

وتبين من الجدول (3) المؤشرات الإحصائية لنتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمتغيرات البحث التي خضع لها أفراد المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الاسلوب المتعكس.

إذ أظهرت النتائج أن قيم الاوساط الحسابية لجميع المتغيرات كانت اعلى في الاختبار القبلي عن الاختبار البعدي، وحدث فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن هذه المتغيرات تكون قيمتها عكسية اي كلما قل الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل لأننا نتعامل مع عامل الزمن، في ما عدا متغير الكفاءة البدنية إذ كانت اعلى في الاختبار البعدي عن الاختبار القبلي، وحدث تغير معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن كلما زاد الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل، وهذا ما أشارت إليه مستويات الدلالة إذ كانت اقل من مستوى دلالة (0,05) ولجميع متغيرات البحث، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

3-1-2 مناقشة نتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث

يرى الباحثون سبب التطور الحاصل في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبيتين إلى استخدام التمارين المعدة المبنية على أسس علمية والذي ساهمت في رفع المستوى المهاري والبدني نتيجة لفاعليتها والتكرارات المناسبة وفترات الراحة التي تسهم بشكل كبير على تهيئة العضلات الرئيسية والمساعدة في العمل بشكل منتظم وبانسيابية في الأداء، بالإضافة إلى ان بالتكرار والممارسة والشرح والتوضيح تتطور المهارة وتهذب وتترتب نتيجة القدرة على ربط الحركات والمجموعات الحركية مع بعضها وقيادة وتوجيه الحركة والتصرف بها⁽¹⁾.

وكذلك فقد عملت التمرينات التدريبية المعدة التي استخدمتها المجموعتين التجريبيتين ساهمت في تطوير المتغيرات قيد الدراسة من خلال تنمية قوة الانقباض للمجامع العضلية الخاصة، وكذلك في تحسين كفاءة عمل الجهاز العصبي وذلك بزيادة العبء الواقع على هذا الجهاز وهو ما يحدث من تغيرات في العضلات عن طريق تحشيد اكبر عدد من الألياف العضلية وهو ما يؤدي إلى زيادة كفاءة الجهاز العصبي في إرسال الإيعازات العصبية عن طريق الوحدات الحركية الموجودة في كل ليفة عضلية وبالتالي فإنها حسنت من قدرة حركة الرجلين بقوة وبسرعة لاجتياز الحاجز وكذلك اخذ الخطوات المناسبة بين الحواجز من خلال زيادة القوة العضلية المنتجة إضافة إلى سرعة الانقباضات العضلية، وهذا ما أكده عباس عبد الفتاح عن (سيل) " ان تنمية القوة العضلية يصاحبها عدة مظاهر وظيفية مهمة كزيادة النشاط العصبي خلال تجنيد اكبر عدد ممكن من الوحدات الحركية إضافة إلى تزامن انقباض هذه الوحدات مع زيادة القابلية للإثارة العصبية في الخلايا العضلية"⁽²⁾، وكذلك يؤكد (أبو العلا) ذلك ايضا بانه قال "تزداد درجة الانقباض العضلي نتيجة زيادة إشارة الخلايا العصبية الحركية، وهذه الزيادة لا تعني مجرد إشراك وحدات حركية جديدة، ولكن أيضا زيادة سرعة تردد الإشارات العصبية للوحدات الحركية الصغيرة"⁽³⁾.

بالإضافة الى ان التمرينات التي استخدمها الباحثون ساهمت في تحسين سرعة اجتياز الحاجز والانجاز للاعبين، وذلك من خلال استخدام تمرينات المقاومة واستخدام الاشرطة المطاطة للرجلين والجذع والذراعين، وهذا أدى الى اداء حركات متشابهة متتابعة في اقل زمن ممكن بالتحرك باستخدام اكبر قوة واعلى سرعة ممكنة، والتي تتعلق بأكبر تردد للحركة وقطع افضل مسافة بين حركتين متتاليتين (اي قطع اكبر مسافة ممكنة باقل زمن ممكن)، فضلا على ان هذه التمارين ساهمت في تحسين التوافق والانسائية بين مراحل الحركة مما أدى الى اداء الحركات بتناغم وسرعة افضل، (اذ ان استخدام تمرينات المقاومة يساعد وبشكل تمهيدي على زيادة السرعة لدى الرياضي)⁽⁴⁾.

ان التمرينات التي طبقت على أفراد عينة البحث اشتملت على حركات سريعة بشدة عالية وقصوية مع إعطاء فترات راحة تتناسب مع هذه الشدة، اذ أن تبادل فترات العمل والراحة مع الحمل البدني العالي الشدة أحدث تطور في قدرة هذا النظام بالشكل الذي يسمح بإعادة مصادر الطاقة في العضلات مرة أخرى ، وهذا يتفق مع ما جاء به جمال صبري فرج (عند أداء التدريبات ذات الشدد القصوى يكون الرياضي بحاجة إلى ما بين (36-48) ساعة راحة أو تدريب منخفض الشدة قبل أدائها، والسبب في ذلك لأجل استعادة مخزون الطاقة اللازم وجوده في العضلات والكبد لأداء تلك التمارين والتي تتطلب تدريبات ذات شدة قصوى أو شبه قصوى، وكذلك لاستشفاء للجهاز العصبي

¹ - وجيه محجوب: التحليل الحركي، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987، ص87

² - عباس عبد الفتاح الرملي: المبارزة سلاح الشيش، القاهرة، دار الفكر العربي، 993، ص102.

³ - أبو العلا أحمد عبد الفتاح: بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 2000، ص94.

⁴ - أبو العلا أحمد عبد الفتاح: المصدر السابق نفسه، ص199.

المركزي الذي يتلقى العبء الأكبر في مثل هذه التدريبات⁽¹⁾، وهذه الكفاءة في بناء هذه الطاقة انعكس على زيادة معدل سرعة أفراد عينة البحث.

3-2 عرض وتحليل نتائج قياس الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث ومناقشتها

3-2-1 عرض نتائج قياس الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث وتحليلها

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية

الاختبار	وحدة القياس	التجريبية 1		التجريبية 2		قيمة t المحتسبة	مستوى الدلالة	معنوية الفروق
		ع	س-	ع	س-			
الكفاءة البدنية	جول/ سرعة	0,04622	0,9483	0,04665	1,1017	5,719-	0,000	معنوي
زمن اجتياز الحاجز	ثا	0,0032	0,1622	0,00314	0,1543	4,916	0,001	معنوي
الانجاز	ثا	0,15303	15,7417	0,19235	15,400	3,405	0,007	معنوي

يبين الجدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبتين، وعند مراجعة نتائج الاختبارات التي تم التوصل إليها يتضح لنا أن هناك فروقا معنوية بين قياس الاختبارات البعدية ولمصلحة المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الأسلوب المتعاكس كون ان قيم مستوى الدلالة كانت اقل من مستوى خطأ 0,05 وهذا يتفق مع ما جاء في الفرض الثاني للبحث.

3-2-2 مناقشة نتائج قياس الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث

ويعزو الباحثون السبب الى تمارين الاسلوب المتعاكس، لما لها من تأثير مباشر على العضلات المتعاكسة بالعمل، كونها تعمل على توازن وتوافق العمل بينها، بالعمل على زيادة القوة العضلية وكذلك السرعة من خلال زيادة تحشيد عدد الوحدات الحركية العاملة وكمية السيل العصبي الواصل لها، فضلا عن الاقلال من مقاومة العضلات المتعاكسة اثناء عمل العضلات العاملة من خلال اتعابها بالتقلص الثابت، مما يكون الاداء بشكل اسرع فضلا عن سرعة سحب المطاط باتجاه الاداء مما يولد تكيفات عصبية⁽²⁾.

وكذلك ان لعمل الاسلوب المتعاكس من توازن عضلي وقوة وزيادة في السرعة مع عمل توافقات في العمل بالعضلة العاملة نفسها وكذلك فيما بينها وبين العضلات المتعاكسة معها كان له اثر كبير على عمل الجهاز العصبي، كون ان عمل الجهاز العصبي ينقسم إلى قسمين وهما تحسين التوافق الداخلي بين الألياف العضلية ذاتها وتحسين التوافق الخارجي الذي يتم بين عمل العضلات العاملة والمتعاكسة كما انه يجب ان تكون (العضلة مجهزة للقيام بهذه الانقباضات من حيث قدرتها على الانقباض والانطلاق السريع التي تعتمد بشكل كبير على التوافق بين عمل

¹ - جمال صبري فرج : القوة والقدرة والتدريب الرياضي الحديث، عمان، دار دجلة، 2012، ص296 .

² - حسين حسون واخرون: اثر تمارين الاسلوب المتعاكس في تطوير القدرة الانفجارية ومهارة التصويب من القفز عاليا للشباب بكرة اليد، بحث منسور ، مجلة المثى لعلوم التربية الرياضية، العدد الثالث، 2014، ص22.

الوحدات الحركية والانعكاسات العصبية داخل العضلة ذاتها وقدرة العضلة على الانقباض بأعلى سرعة لها كما وان قدرة العضلة على الارتخاء والمطاطية تعد عاملا مهما لتخفيف السرعة العالية والأداء الجيد⁽¹⁾.

بالإضافة الى ان من اهم العوامل التي يتأسس عليها قدرة الرياضي على سرعة اداء الحركات المختلفة بأقصى سرعة، هو عملية التحكم والتوجيه التي يقوم بها الجهاز العصبي نظرا لان مرونة العمليات العصبية التي تكمن في سرعة التغيير من حالات الكف الى حالات الاثارة تعد اساسا لقدرة الرياضي على سرعة اداء الحركات المختلفة، لذلك نجد ان التوافق التام بين الوظائف المتعددة للمراكز العصبية المختلفة من العوامل التي تسهم بدرجة كبيرة في تنمية وتطوير السرعة الحركية، وهذا ما عمل عليه الاسلوب المتعاكس (اذ ان التوتر العضلي وخاصة بالنسبة للعضلات المضادة من العوامل التي تعوق سرعة الاداء الحركي وتؤدي الى بطء الحركات، اذ اثبتت البحوث العلمية في المجال البيولوجي ان الالياف العضلية لها خاصية الامتطاط وان العضلة المنبسطة او الممتدة تستطيع الانقباض بقوة وبسرعة مثلها مثل الحبل المطاط والمقصود هنا قابلية العضلات للامتطاط ليست العضلات المشتركة في الاداء فقط بل ايضا العضلات المانعة او العضلات المعاكسة حتى لا تعمل كعائق وينتج عن ذلك بطء الحركات⁽²⁾.

ومن جانب اخر ان لتمرينات الاسلوب المتعاكس التي استخدمها الباحثون، عملت على تحسين كفاءة عمل الجهاز العصبي وهو الجهاز المسؤول عن اصدار اوامر للعضلات العاملة لكي تعمل في الوقت المناسب والمحدد ويتوافق حركي عالي جدا، اي يقوم بتحديد العضلات الاساسية المسؤولة عن الاداء الحركي فقط دون غيرها حتى لا تشارك في العمل عضلات اخرى ليس لها دور في العمل، مع التقليل في زمن تماس القدم مع الارض وبالتالي عملت على تحسين زمن الانجاز، وهذا ما اكده محمد حسن ومحمد نصر الدين (ان تطوير المجاميع العضلية العاملة تؤدي الى زيادة تردد الخطوات من خلال تقليل زمن تماس القدم مع الارض الذي يعني ان اللاعب بذل قوة كبيرة في زمن قصير جعله يحسن زمن العدو في القياس البعدي، أي الزيادة في معدل سرعته في هذه المسافة، وذلك لان تطور القوة العضلية يعمل على تطور السرعة نسبيا)⁽³⁾.

بالإضافة فان تحسن متطلبات الانقباضات العضلية في أثناء عدو هذه المسافة التي تتطلب من الرياضي ان ينفذها بقوة عالية الشدة ويفترات زمنية قصيرة أدى الى تحسن واضح في نتائج الكفاءة البدنية والتي تعتمد بشكل اساسي مقدار الطاقة المستهلكة، إذ أشار بعض العلماء الى أن أي حمل بدني يؤدي الى وجود تغيرات فسيولوجية في الجسم، وأحد هذه المتغيرات هو مقدار الطاقة المستهلك والذي يرتبط باستهلاك الجسم لمقدار معين منه وفقا لنوع الشدة المستخدمة في الأداء⁽⁴⁾.

بالإضافة الى ان تنمية القوة العضلية يؤثر حتما في تحقيق الإنجاز الجيد وينعكس على الطاقة الحركية والتي لها علاقة منطقية بالكفاءة البدنية والتي تطورت حتما من خلال التدريبات بالشدة القصوى وشبه القصوى، إذ يظهر أن اللاعب الذي يبذل طاقة عالية (حيوية) تنعكس بمقياس الطاقة الحركية والتي لها ارتباط بالتدريبات الجيدة التي حتما ستقود هذا اللاعب الى نتائج ذات مستوى عالٍ من الإنجاز⁽⁵⁾.

¹ - عمرو السكري : دليل المبارزة ، القاهرة ، دار عالم المعرفة ، 1993 ، ص 144 .

² - عادل عبد البصير : التحليل البايوميكانيكي لحركات جسم الإنسان ، ط 1 ، بور سعيد ، المطبعة المتحدة سنتر ، 2000 ، ص 106-107 .

³ - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2007 ، ص 231 .

⁴ - أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 68-72 .

⁵ - Gajer. B, Thepaut, C , Evolution of stride and amplitude during courseot , the 100 m event in Athletiec (Que , Mag I.A.A .F. VOL 14. NO 3). Pp.43-44

ومن جهة ثانية ان التحسن بالطاقة الحركية يتناسب تناسباً طردياً مع التغير الإيجابي للسرعة لذا فان أي تغير وتطور في سرعة الانقباضات العضلية يجب أن يكون مطابقاً في الأداء الحركي الحقيقي للمهارة مع الأخذ بنظر الاعتبار الحركات التوافقية لأجزاء الجسم المختلفة أثناء الأداء مما يحقق التناسق الحركي الصحيح في هذه الأجزاء وبما يخدم الحصول على الاتزان الحركي الصحيح عند نقل زخم هذه الأجزاء باتجاه مسار مركز ثقل الجسم المناسب بهدف الحركة وبما يعزز زيادة القوة المبذولة في كل خطوة ليصبح أكثر طولاً وزيادة سرعة ترددها اللذين يعدان العاملين الأساسيين في معدل السرعة⁽¹⁾.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات:- لقد توصل الباحثون الى بعض الاستنتاجات التي يمكن ان نجملها بالاتي:

- 1- لتمرينات الاسلوب المتعاكس تأثير في الكفاءة البدنية لعداء 110م حواجز شباب.
- 2- لتمرينات الاسلوب المتعاكس افضلية في تحسين زمن خطوات الحاجز والانجاز لعدائي 110م حواجز شباب.
- 3- إن الاسلوب المتعاكس مناسب لتدريب هذه الفئة العمرية من العدائين .

4-2 التوصيات :-يوصي الباحثون بالآتي:

- 1- التأكيد على المدربين بالاستفادة من استخدام الاسلوب المتعاكس .
- 2- ضرورة إجراء بحوث ودراسات مشابهة على فئات عمرية وفعاليات وعناصر بدنية أخرى.
- 3- التأكيد على استخدام الاسلوب المتعاكس في مراحل الإعداد لتطوير القدرات البدنية والحركية وتعميمه على لاعبي الأندية والمنتخبات في العراق في ألعاب القوى وألعاب أخرى .
- 4- حث الباحثين والمدربين والاختصاصيين على اكتشاف وتطوير الاساليب التدريبية باستمرار لأحداث قفزات ملحوظة في مستوى الانجاز لكافة الفعاليات.

المصادر

- أبو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 2000.
- جمال صبري فرج : القوة والقدرة والتدريب الرياضي الحديث، عمان، دار دجلة، 2012.
- حسين حسون وآخرون: اثر تمرينات الأسلوب المتعاكس في تطوير القدرة الانفجارية ومهارة التصويب من القفز عاليا للشباب بكرة اليد، مجلة المثنى لعلم التربية الرياضية، العدد الثالث، 2014 .
- صريح عبد الكريم الفضلي : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي ، ط1 ، عمان ، دار دجلة للطباعة والنشر ، 2010.
- صلاح محسن: العاب القوى،اسس ، تعليم ، تنظيم، طنطا، مركز لغة العصر للطباعة، 1998، ص143.

¹- صلاح محسن: العاب القوى،اسس ، تعليم ، تنظيم، طنطا، مركز لغة العصر للطباعة، 1998، ص143.

- عادل عبد البصير : التحليل البايوميكانيكي لحركات جسم الإنسان، ط1، بور سعيد، المطبعة المتحدة سنتر، 2000.
- عباس عبد الفتاح الرملي : المبارزة سلاح الشيش، القاهرة، دار الفكر العربي، 993.
- عمرو السكري : دليل المبارزة ، القاهرة ، دار عالم المعرفة ، 1993 .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: اختيارات الأداء الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2007.
- وجيه محجوب: التحليل الحركي، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987.
- Gajer. B, Thepaut, C , Evolution of stride and amplitude during courseot , the 100 m event in Athleticc (Que , Mag I.A.A .F. VOL 14. NO 3).

الملاحق

ملحق (1)

نماذج من تمارينات المطاط

- 1- سحب شريط مطاط بالذراع المعاكسة للرجل القائدة للامام والرجوع بالتوافق مع القدم.
 - 2- سحب شريط مطاط بالذراع المعاكسة للرجل القائدة للخلف والرجوع بالتوافق مع القدم.
 - 3- سحب شريط مطاط بالذراع الى الامام (كوضع الطيران فوق الحاجز) والرجوع بأسرع ما يمكن.
 - 4- ضغط شريط مطاط بالقدم للأسفل والارخاء بأسرع ما يمكن .
 - 5- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
 - 6- سحب شريط مطاط بالقدم بثني الساق الى الورك ومدتها بأسرع ما يمكن للامام .
 - 7- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
 - 8- سحب شريط مطاط بالساق الى الامام بالرجل الممدودة والرجوع بأسرع ما يمكن .
 - 9- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
 - 10- العدو الى الامام بسحب الشريط المطاط المثبت بالجسم والرجوع بأسرع ما يمكن .
 - 11- سحب شريط مطاط بالرجل القائدة الى امام اعلى بوضع الشوت والرجوع بأسرع ما يمكن.
 - 12- نفس التمرين السابق ولكن الاداء يكون بالعكس.
 - 13- سحب شريط مطاط بـرجل التغطية الى اسفل خلف بوضع التغطية والرجوع بأسرع ما يمكن .
 - 14- نفس التمرين السابق ولكن الاداء يكون بالعكس.
 - 15- من وضع الوقوف فتحا امام خلف ومسك اشربة مطاطية بالذراعين المثبتتين والمضمومتين الى الذراع عمل الدفع بالقدم الامامية باستخدام الامشاط وصولا الى القفز مع سحب ركبة القدم الخلفية الى الصدر(يجب ان تكون زاوية الركبة الامامية والحوض قبل كل اداء 90).
 - 16- القفز بكتنا القدمين الى الامام بمقاومة الشريط المطاطي.
- نماذج من تمارينات الأسلوب المتعكس

- 1- سحب شريط مطاط بالذراع المعاكسة للرجل القائدة للامام والثبات لمدة معينة ثم السحب للخلف بأسرع ما يمكن بالتوافق مع القدم.
- 2- سحب شريط مطاط بالذراع المعاكسة للرجل القائدة للخلف والثبات لمدة معينة ثم السحب للامام بأسرع ما يمكن بالتوافق مع القدم.
- 3- سحب شريط مطاط بالجذع الى الامام (كوضع الطيران فوق الحاجز) والثبات لمدة معينة ثم رجوع الجذع الى الخلف بأسرع ما يمكن.
- 4- سحب شريط مطاط بالجذع الى الخلف (كوضع الاستعداد للطيران فوق الحاجز) والثبات لمدة معينة ثم انحناء الجذع الى الامام بأسرع ما يمكن.
- 5- ضغط شريط مطاط بالقدم للأسفل والثبات لمدة معينة ثم رفع الركبة بأسرع ما يمكن .
- 6- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
- 7- سحب شريط مطاط بالقدم بثني الساق الى الورك والثبات لمدة معينة ثم مدها بأسرع ما يمكن للأمام .
- 8- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
- 9- سحب شريط مطاط بالساق الى الامام بالرجل الممدودة والثبات لمدة معينة ثم سحب الساق الى الخلف بأسرع ما يمكن .
- 10- نفس التمرين السابق ولكن للجزء الغير مفضل.
- 11- سحب الشريط المطاط المثبت بالجسم بواسطة الرجلين الى الخلف والثبات لمدة معينة ثم العدو الى الامام بأسرع ما يمكن .
- 12- سحب الشريط المطاط المثبت بالجسم بواسطة الرجلين الى الامام والثبات لمدة معينة ثم الرجوع الى الخلف بأسرع ما يمكن .
- 13- سحب شريط مطاط بالرجل القائدة الى امام اعلى بوضع الشوت والثبات لمدة معينة ثم سحب الرجل الى اسفل خلف بأسرع ما يمكن .
- 14- نفس التمرين السابق ولكن الاداء يكون بالعكس.
- 15- سحب شريط مطاط برجل التغطية الى اسفل خلف بوضع التغطية والثبات لمدة معينة ثم سحب الرجل الى امام اعلى بأسرع ما يمكن .
- 16- نفس التمرين السابق ولكن الاداء يكون بالعكس.

ملحق (2)
نماذج من الوحدات التدريبية

الاسبوع : الثاني
الوحدة التدريبية : الرابعة
استخدام اسلوب المطاط
اليوم : الاحد

الزمن الكلي	الراحة بين		زمن الاداء	التكرار × المجموعة	الشدة %	التمارين
	المجاميع	التكرار				
د11	د3	د1	10ثا	2×3	90	ضغط شريط مطاط بالقدم للأسفل والارخاء بأسرع ما يمكن
د13	د3	د1	10ثا	3×2	90	نفس التمرين ولكن للجزء غير المفضل
د16	د3	د1	10ثا	3×3	85	سحب شريط مطاط بالرجل القائدة الى امام اعلى بوضع الشوت والرجوع بأسرع ما يمكن
د13	د3	د1	10ثا	3×2	85	نفس التمرين ولكن للجزء غير المفضل
د 53	مج					

الاسبوع : الثاني

الوحدة التدريبية : الرابعة

استخدام : الاسلوب المتعكس

اليوم : الاحد

الزمن الكلي	الراحة بين		الحجم		الشدة	التمارين
			زمن الاداء	التكرار × المجموعة		
	المجموع	التكرار				
11د	3د	1د	10 ثا	2×3	%90	ضغط شريط مطاط بالقدم للأسفل والثبات لمدة معينة ثم رفع الركبة بأسرع ما يمكن
12,48د	3د	1د	8ثا	3×2	%90	من وضع الوقوف وحمل صدرية مثقلة عمل تبادل بالقدمين مع عمل مناولة واستلام
16,12د	3د	1د	8ثا	3×3	%85	سحب شريط مطاط بالساق الى الامام بالرجل الممدودة والثبات لمدة معينة ثم سحب الساق الى الخلف بأسرع ما يمكن
12,48د	3د	1د	8ثا	3×2	%85	نفس التمرين السابق ولكن للجزء غير المفضل
52,48د	مج					