

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية و المهارية للاعبات كرة القدم للصالات

م.م هادي احمد*

*فرع الالعاب الفردية/كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل/العراق hadi_a_sport@yahoo.com

(الاستلام ٢٣ شباط ٢٠١٢ القبول ٢٦ حزيران ٢٠١٢)

المخلص

هدفا البحث:

- بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات.
- وضع درجات ومستويات معيارية للاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات.

مجالات البحث:

- المجال البشري: لاعبات أندية المنطقة الشمالية (تلسقف، بعشيقية، قرقوش، القوش، باطنايا، دهوك).
- المجال الزمني: ابتداءً من ٢٠١١/٧/٥ و لغاية ٢٠١١/١٠/٢.
- المجال المكاني: ملاعب الأندية المذكورة آنفاً.

اشتمل مجتمع البحث لاعبات اندية المنطقة الشمالية بكرة القدم للصالات والتي ضمت اندية (تلسقف، بعشيقية، قرقوش، القوش، باطنايا، دهوك) اذ بلغت عينة البناء (٥٧) لاعبة في حين بلغت عينة التطبيق (٣٥) لاعبة من اصل (١٠٧) لاعبات.

وقد استخدمت الوسائل الاحصائية الاتية:

الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط ل (بيرسون)، واختبار T للعينات المستقلة، وقانون النسبة المئوية، والدرجة المعيارية المعدلة (6-سكما).
ومن ابرز النتائج التي توصل اليها الباحث ما يأتي:

- تم التوصل إلى بناء اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين للاعبات كرة القدم للصالات.
- تم التوصل الى بناء اختبار لقياس مهارة التهديف للاعبات كرة القدم للصالات.

ومن اهم التوصيات ما ياتي:

- اعتماد اختبار القوة المميزة بالسرعة للاعبات كرة القدم للصالات.
- اعتماد اختبار مهارة التهديف للاعبات كرة القدم للصالات.

الكلمات المفتاحية: بناء وتطبيق - الاختبارات البدنية المهارية - كرة القدم للصالات

Constructing and Applying Some Physical and Skilful Tests for Futsal Female Players

Assit. Lecturer. Hadi Ahmed

Abstract

The Research Objectives :

- *Designing and constructing some physical and skillful tests for futsal females players*
- *Setting standard degrees and levels of the physical and skillful tests for futsal female players.*

The Research Fields :

Man field : *The female players of the Northern region clubs (Tal-Esqaf, Battnaya, Qaraqoush, Bashiqah , Al-Qoush, and Dohuk).*

Time field : *The period from 5/7/2011 – 2/10/2011.*

Place field : *The stadiums of the above mentioned clubs.*

The research community consists of the futsal female players of the Northern region which involves (Tal-Esqaf, Battnaya, Qaraqoush, Bashiqah , Al-Qoush, and Dohuk). So, the sample of the construction consists of (57) female players, while the application sample consists of (35) female players of an origin (107) female players .

The following statistical means have been used :

The arithmetic mean, the standard deviation, simple correlation coefficient (Person) , t-Tests for the independent sample , percentage, and modulated standard degree (6-segma).

The most important results obtained by the research are :

- *Achieving constructing a test for measuring the power distinguished by the speed of the leg muscles of the futsal female players.*
- *Constructing a test of measuring the shooting skills for the futsal female players.*

The most important recommendations are as follows :

- *Adopting the test of power distinguished by the speed for the futsal female players.*
- *Adopting the test of shooting for the futsal female players.*

Keywords: Constructing and Applying - Physical and Skillful Tests - Futsal

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهميه البحث:

إن لعبة كرة القدم من الألعاب التي حظيت باهتمام وافر و دراسات بالغة الأهمية وذلك من اجل الارتقاء بها نحو الأفضل وعلى الرغم من هذا فان البحث ما زال مستمراً في سبيل إيجاد أفضل الصيغ التدريبية التي يمكن من خلالها مجاراة الفرق المتقدمة، سواء على مستوى البطولات المحلية أم الدولية وهي من الألعاب التي لها متطلبات خاصة تميزها عن غيرها من الألعاب، وهذه المتطلبات فرضتها الظروف التي تلعب فيها فهي من ناحية تحتاج إلى اللياقة البدنية التي لها دور مهم في تحقيق متطلبات اللعب ومن ناحية أخرى لها متطلبات كثيرة منها المهارية والخطية والنفسية (الراوي، ١٩٨٩، ١٦).

وفي الفترة الأخيرة ظهر اهتمام واسع بلعبة كرة القدم للصالات وأصبح يمارسها جميع الأفراد صغاراً وكباراً نساءً ورجالاً والذي زاد من الاهتمام واللجوء إلى ممارسة هذه اللعبة هو المتطلبات القليلة التي تحتاجها هذه اللعبة ابتداءً من عدد اللاعبين وانتهاءً بصغر ملعبها مقارنة بمتطلبات لعبة كرة القدم الشعبية التي تلعب في الساحات الكبيرة.

إذ إن لعبة كرة القدم للصالات أصبحت لعبة محبوبة نظراً لصغر مساحة الملعب وقلة متطلبات هذه اللعبة، لكنها بالمقابل تحتاج إلى لياقة بدنية ومهارات فنية عالية نظراً لسرعة هذه اللعبة، فضلاً عن صغر مساحة اللعب فيها فإنها تحتاج إلى سرعة في الأداء من الناحية البدنية وسرعة في أداء المهارات إذ يتطلب من ممارسيها السرعة في التفكير والأداء نتيجة الضغط القريب من اللاعب المنافس الذي عادة يكون قريب جداً من اللاعب المسيطر على الكرة، وفيها أيضاً سرعة الانقضاض لقطع الكرات نظراً لصغر المساحة الموجودة بين كل لاعب ومنافسه.

وتعتمد طبيعة الأداء في كرة القدم للصالات على درجة كفاءة اللاعب لأداء المهارات الأساسية وتوظيف تلك المهارات خطياً، إذ نلاحظ أن طبيعة الأداء المهاري في كرة القدم للصالات يتميز بعدم ثبوت طريقة الأداء من حيث تكرار الحركة وإن حركة اللاعب تتغير وفقاً لمواقف اللعب وتغيرها وسرعة اتخاذ القرار الصحيح (الجبوري، ٢٠٠٨، ١١).

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

٢-١ مشكلة البحث:

نظراً لحدثة لعبة كرة القدم للصالات في العراق والوطن العربي وسيما عند النساء ومن خلال اطلاع الباحث على الأدبيات والكتب والمصادر التي كتبت عن هذه اللعبة وعلى حد علم الباحث لا توجد اختبارات خاصة لقياس عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لهذه اللعبة ومن هنا برزت وتبلورت مشكلة البحث في تصميم وبناء اختبارات بدنية ومهارية للاعبات كرة القدم للصالات.

٣-١ هدفاً البحث:

- بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات
- وضع درجات ومستويات معيارية للاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات.

٤-١ مجالات البحث:

١-٤-١ المجال البشري: لاعبات أندية المنطقة الشمالية (تلسقف، بعشيقه، قرقوش، القوش، باطنايا، دهوك).

١-٤-٢ المجال الزمني: ابتداءً من ٥/٧/٢٠١١ ولغاية ٢/١٠/٢٠١١.

١-٤-٣ المجال المكاني: ملاعب الأندية المذكورة انفاً.

٢- الإطار النظري والبحوث المشابهة:

١-٢ الإطار النظري:

١-٢-١ خطوات بناء الاختبار:

تتفق معظم المصادر الخاصة بالقياس والتقويم على الخطوات أدناه عند بناء الاختبار

- تحديد الغرض من الاختبار.
- تحديد الظاهرة المقيسة (المطلوب قياسها).
- تحليل الظاهرة وإعداد جدول الموصفات.
- تحديد وحدات الاختبار.
- الاختيار النهائي لوحدات الاختبار.
- إعداد شروط وتعليمات تطبيق الاختبار.
- حساب المعاملات العلمية للاختبار.
- تطبيق الاختبار وإعداد المعايير (علاوي ورضوان، ١٩٧٩، ٣٦٠).

٢-١-٢ القوة المميزة بالسرعة:

إن عنصر القوة المميزة بالسرعة واحد من العناصر البدنية المهمة التي يحتاجها كلا الجنسين لممارسة كرة القدم للصالات ويبرز هذا العنصر بشكل واضح خلال عملية التهديف على المرمى، أو عند تشتيت الكرة وكذلك يحتاجها اللاعب أو اللاعبة في عملية الانطلاق ولاسيما الانطلاق المفاجئ في أثناء الهجمات المرتدة أو في عملية الرجوع إلى المرمى في حالة الدفاع.

وترى (الراشدي) "بأنها صفة بدنية مركبة من صفتي القوة والسرعة وتحتاج إليها الكثير من الأنشطة والفعاليات الرياضية التي تتطلب سرعة وقوة في الانقباضات العضلية في آن واحد".

(الراشدي، ٢٠٠٧، ٢٥)

فيما يضيف الربيعي "بأن القوة المميزة بالسرعة تؤدي دوراً مهماً بوصفها إحدى الصفات البدنية الأساسية في تحديد مستوى الأداء في كثير من المنافسات الرياضية" (الربيعي، ٢٠٠٠، ١٧)

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

ويرى الباحث أن عنصر القوة المميزة بالسرعة ضروري جداً للاعبات كرة القدم للصالات نظراً للأداء السريع والقوي والتكرار في أثناء المباراة، وان هذه الصفة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمهارات الأساسية بكرة القدم، ولاسيما التهديف، لأنها الغاية الأخيرة لأجل الوصول إلى تسجيل الأهداف وتحقيق الانجاز.

٢-١-٣ التهديف:

يعد التهديف المهارة الأكثر إثارة في كرة القدم، ومن البديهي أن لا يربح أي فريق من دون التنفيذ الأكيد للتهديف، وزيادة نسبة مقارنته مع الفريق الخصم، وفي تحليل أي مباراة في كرة القدم فانك تجد الفوز بجانب الفريق الذي تزداد نسبة التهديف لديه كلما سنحت الفرصة له.

(المولى، ٢٠٠٠، ١٦١)

فالتهديف ما هو إلا عبارة عن وضع الكرة داخل مرمى الخصم و يحتسب الهدف عندما تتجاوز الكرة بكامل محيطها خط المرمى وما بين القائمين وتحت العارضة بشرط أن لا يكون الفريق الذي سجل الهدف قد ارتكب مخالفة لمواد قانون اللعبة قبل ذلك. (الهيبي، ٢٠٠٨، ٢٧٤)

إذ تعد لعبة كرة القدم للصالات من الالعاب السريعة والخالية من توقف اللاعبين تقريباً ولصغر مساحة الملعب نجد اللاعبين يصلون إلى مرمى خصومهم بشكل سريع وكثير لذلك يجب أن تكون نهاية الهجمات بشكل صحيح لأنها تؤدي إلى الفوز بالمباراة.

(هدايت، ٢٠٠٤، ٤١)

ويرى الباحث أن مهارة التهديف ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعنصر القوة المميزة بالسرعة فالتهديف يتطلب توافراً عصبياً عضلياً فضلاً عن التوفيق بين كل من السرعة ودقة التهديف، إذ يلعب عنصر القوة المميزة بالسرعة دوراً مهماً في دقة التهديف الذي له الدور الأكبر في هذه اللعبة نظراً لصغر حجم الهدف قياساً بلعبة كرة القدم الجماهيرية ذات الأهداف الكبيرة.

٢-٢ البحوث المشابهة:

٢-٢-١ الجبوري (٢٠٠٨):

(تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم)

هدفت الدراسة إلى:

- تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم
 - وضع درجات ومستويات معيارية لاختبارات المهارات الهجومية في لعبة خماسي كرة القدم.
- اشتمل مجتمع البحث على لاعبي خماسي كرة القدم للدرجة الممتازة في المنطقة الشمالية في دوري القطر وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية التي اشتملت على أندية (نينوى، والفتوة، والثورة، وحميرين، والسليمانية، وازمر، وسيروان)، حيث بلغ عدد العينة الفعلية (١١٦) لاعباً من أصل (١٤٩) لاعباً.
- ومن ابرز النتائج التي توصل إليها الباحث:

الحصول على مجموعة من الاختبارات المهارية للاعبين خماسي كرة القدم تتمتع بمعاملات علمية جيدة من صدق وثبات وموضوعية وموزعة توزيعاً طبيعياً وتم رفض مجموعة من الاختبارات لعدم تحقيقها الأسس العلمية للاختبار وتم أيضاً التوصل إلى جداول خاصة بالمستويات المعيارية و إن الاختبارات المعتمدة تتوزع توزيعاً طبيعياً.

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبين.....

٢-٢-٢ الزهيري (٢٠٠٩):

(تصميم وبناء اختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين خماسي كرة القدم)
هدفت الدراسة إلى:

- تصميم وبناء الاختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين خماسي كرة القدم.
 - وضع درجات ومستويات معيارية لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين خماسي كرة القدم.
- اشتمل مجتمع البحث على لاعبي خماسي كرة القدم لأندية الدرجة الممتازة في المنطقة الشمالية لدوري القطر، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية التي اشتملت على أندية (نينوى، والفتوة، والثورة، وحمرين، وازمر، وسيرون، والسليمانية).

إذ بلغت عدد عينة البناء (٣٥) لاعباً في حين بلغت عدد عينة التطبيق (١٠٤) من أصل (١٣٨) لاعباً وتوصلت الدراسة إلى الحصول على عدد من الاختبارات البدنية للاعبين خماسي كرة القدم تتمتع بأسس علمية جيدة من ثبات وصدق و موضوعية وتم التوصل إلى جداول خاصة بالمستويات المعيارية للاختبارات التي قبلت، وان الاختبارات المعتمدة توزعت توزيعاً طبيعياً.

٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على لاعبات أندية المنطقة الشمالية بكرة القدم للصالات التي ضمت أندية (تلسقف، بعشيفة، قرقوش، القوش، باطنايا، دهوك) إذ بلغت عينة البناء (٥٧) لاعبة في حين بلغت عينة التطبيق (٣٥) لاعبة من أصل (١٠٧) لاعبات، حيث تم استبعاد بقية اللاعبات بسبب (عدم الحضور) و(الإصابة) و(حراس المرمى) والجدول رقم (١) يبين توزيع عينة البحث على الأندية المذكورة انفاً.

الجدول (١)

يبين توزيع عينة البحث على الأندية

العدد الفعلي	أسباب الاستبعاد			عينة التطبيق	عينة البناء	النادي
	حراس مرمى	إصابة	عدم الحضور			
١٤	٢	-	-	٥	٩	تلسقف
١٤	٢	-	١	٦	٨	باطنايا
١٧	٢	-	-	٧	١٠	قرقوش
١٨	٢	-	-	٨	١٠	القوش
١٧	٢	-	-	٥	١٢	دهوك
١٢	٢	١	١	٤	٨	بعشيفة
٩٢	١٢	١	٢	٣٥	٥٧	المجموع

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

٣-٣ وسائل جمع المعلومات (البيانات):

إن طبيعة مشكلة البحث تفرض على الباحث استخدام عدد من وسائل جمع المعلومات وللوصول إلى النتائج استخدم الباحث الوسائل الآتية:

٣-٣-١ الاستبيان:

قام الباحث بوضع الاختبارات المقترحة* بصيغتها الأولية على شكل استبيان يبين فيه الاختبارات بأبعادها كافة من حيث الاسم والهدف والأدوات المستخدمة وطريقة الأداء والشروط والتسجيل وعدد المحاولات وبعد استكمال هذا الإجراءات قام الباحث بعرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمختصين* وذلك لإبداء آرائهم ومقترحاتهم وبيان مدى صلاحية الاختبارات فضلاً عن الحصول على نسبة اتفاقهم حول الاختبارات المقترحة كما هو موضح في الجدول (٢).

الجدول (٢)

يبين أسماء الاختبارات المقترحة ونسب الاتفاق

ت	اسم الاختبار	درجة القياس	نسبة الاتفاق
١	تعاقب كلتا الرجلين قفزتين لأبعد مسافة	سنتمتر	%٨٣
٢	التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات	درجة	%٨٣
٣	التهديف من الكرات الثابتة على خمسة تقسيمات	درجة	%٦٧
٤	حجلتين بكل رجل على حده لأبعد مسافة	سنتمتر	%٦٧
٥	الوثب بكلتا الرجلين معاً لقطع مسافة (١٠) م	سنتمتر	%٥٨

يتضح من الجدول (٢) انه تم قبول الاختبارات (١-٢) وذلك لحصولهما على نسب اتفاق أعلى من (٧٥%) كما يشير (بلوم وآخرون) انه على الباحث الحصول على نسب اتفاق (٧٥%) فأكثر لقبول الظاهرة (بلوم وآخرون، ١٩٨٣، ١٢٦) وتستبعد الاختبارات من تسلسل (٣-٥) وذلك لعدم حصولهم على نسب اتفاق مقبولة.

٣-٣-٢ الاختبارات:

بما أن الاختبارات هي إحدى وسائل جمع المعلومات (البيانات) إذ قام الباحث بتصميم عدد من الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات، حيث سيتم لاحقاً شرح هذه الاختبارات بالتفصيل.

٣-٤ تحديد صلاحية الاختبارات:

بعد أن أكمل الباحث تصميم الاختبارات البدنية والمهارية التي تم عرضها على السادة الخبراء والمختصين وحصول الاختبارات (١-٢) على نسب اتفاق مقبولة بدء بإجراء التجربة الاستطلاعية وكما هو موضح أدناه:

٣-٥ التجربة الاستطلاعية:

بعد الحصول على نسب اتفاق حول الاختبارات المقترحة قام الباحث بتطبيق الاختبارات تطبيقاً ميدانياً بتاريخ ٢٠١١/٧/٥ على عينة مكونة (٧) لاعبات من نادي فتاة نينوى ومنتخب كلية التربية الرياضية والتربية بنات في قاعة كلية التربية بنات/جامعة الموصل وذلك للتعرف الى صلاحية الاختبارات من حيث التطبيق وصلاحية الأجهزة والأدوات كذلك لتدريب فريق العمل المساعد*.

* انظر الملحق (١)

* انظر الملحق (٢)

مدرس مساعد كلية التربية الرياضية جامعة الموصل

مدرس مساعد كلية التربية الرياضية جامعة الموصل

مشرفة رياضية

١. ربيع خلف

٢. زيني مشكو

٣. زينة نوري

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

٣-٦ المواصفات العلمية للاختبارات:

٣-٦-١ صدق الاختبار:

"يعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار حيث يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس الشيء أو الظاهرة التي وضع لقياسها". (رضوان، ٢٠٠٦، ١٧٧)

ولأجل الوصول إلى صدق الاختبارات قام الباحث باستخدام عدة أنواع من الصدق وكما يأتي:

٣-٦-١-١ الصدق الظاهري:

تم الحصول على الصدق الظاهري من خلال استطلاع آراء السادة الخبراء والمختصين حول مدى صلاحية الاختبارات وصدقها في قياس ما وضع من اجله، إذ تم شرح هذا الإجراء سابقاً كما هو مبين في الجدول (٢)

٣-٦-١-٢ الصدق الذاتي:

قام الباحث باستخراج الصدق الذاتي إذ تشير المصادر العلمية ان الصدق الذاتي يستخرج من الجذر التربيعي لمعامل الثبات والجدول (٤) يبين ذلك. (حسانين، ١٩٩٨، ١٩٢)

٣-٦-١-٣ الصدق التمييزي (المجموعات المتطرفة):

تم ايجاد الصدق التمييزي من خلال الاجراءات الآتية:

- فرز درجات اللاعبات من الاعلى الى الادنى.

قسمت الدرجات الى قسمين علوي وسفلي بواقع (٥٠%) لتصبح المجموعة العليا (٢٨) لاعبة والدنيا (٢٨) لاعبة وتم استبعاد اللاعبة رقم (٢٩).

ايجاد الفروق بين المجموعة العليا والدنيا عن طريق (t) المستقلة والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣)

يبين الفروق بين المجموعة العليا والدنيا عن طريق (t) المستقلة

اسم الاختبار	العليا		الدنيا		ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
	س-	ع	س-	ع			
القوة المميزة بالسرعة	٥,٩٨	١,١٠	٤,٦١	٠,٩٥	٣,٨٢	٠,٠٠٢	معنوي
التهديف	٦,٧١	١,٢٠	٥,٠١	١,٠٩	٤,١٩	٠,٠٠١	معنوي

من خلال ملاحظتنا للجدول (٣) يتبين أن الاختبارات قيد البحث لها القدرة على التمييز.

٣-٦-٢ ثبات الاختبار:

"يعرف الثبات بأنه: درجة الاتساق أو التجانس بين نتائج مقياسين في تقدير صفة أو سلوك أو قدرة الاختبار على إعطاء نتائج مشابهة تحت ظروف قياس قليلة الاختلاف اذ ما أعيد على نفس الأفراد". (النبهان، ٢٠٠٤، ٢٢٩)

وتم إجراء التطبيق الأول للاختبارات بتاريخ ٢٠١١/٨/٥ وأما التطبيق الثاني للاختبارات بتاريخ ٢٠١١/٨/١٥، وقد راعى الباحث إعطاء مدة (١٠) أيام بين كل تطبيق وآخر، إذ يرى (حسانين) "أن فترة أسبوع كفاصل بين التطبيقين في حال اختبارات الأداء Performance test في التربية البدنية تعتبر إجراء مناسب للحصول على معامل الثبات بهذا الأسلوب". (حسانين، ٢٠٠٤، ١٤٩)

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

قام الباحث بإيجاد الثبات عن طريق الاختبار وإعادة تطبيقه "وتعد هذه الطريقة واحدة من أسهل الطرق للحصول على الثبات وهو عبارة عن تطبيق الاختبار نفسه مرتين على العينة" (ملحم، ٢٠٠٢، ٢٥٢) والجدول (٤) يبين ذلك.

الجدول (٤)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الثبات والصدق الذاتي للاختباريين المستخدمين في البحث

الصدق الذاتي	الثبات	٢ ت		١ ت		المعالجات الاحصائية اسم الاختبار
		ع±	س-	ع±	س-	
٠,٩٤	٠,٨٩	٠,٤١	٥,٤٥	٠,٣٨	٥,٨٠	القوة المميزة بالسرعة
٠,٩١	٠,٨٤	٠,٩٥	٥,٢٢	١,٠٢	٥,١٦	التهدف

٣-٦-٣ الموضوعية:

"يعد الاختبار موضوعياً إذا كان يعطي الدرجات نفسها بغض النظر عن الشخص الذي يصححه و دون تدخل أحكامه الذاتية". (عافل، ١٩٧٩، ٢٣٣)

وللتأكد من موضوعية الاختبارات فقد خصص لكل اختبار حكمين* يقفان متباعدين ليعطي كل منهما النتيجة الخاصة به وبعد ذلك يتم إيجاد معامل الارتباط بين تقدير الحكم الأول و تقدير الحكم الثاني، إذ إن "معامل الارتباط بين تقدير الحكم الأول و تقدير الحكم الثاني هو عامل الموضوعية" (خاطر والبيك، ١٩٨٤، ٢٥) والجدول (٥) يبين ذلك.

جدول (٥)

يبين درجة الموضوعية على وفق درجات الحكمين الأول والثاني

الموضوعية	حكم ٢		حكم ١		المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-	
٠,٩٦	٠,٢٤	٥,٢٠	٠,٢٨	٥,٨٠	القوة المميزة بالسرعة
١	١,٠٢	٥,١٦	١,٠٢	٥,١٦	التهدف

٣-٧ ملاءمة الاختبارات للعمر والجنس والمستوى لعينة البحث

تعد الاختبارات ملاءمة للعمر والجنس والمستوى إذا كان التوزيع الخاص بقيم الدرجات الخام مماثلاً أو اعتيادياً، ويتحقق ذلك عندما تتطابق قيم المتوسط الحسابي والمنوال والوسيط إذ يمثل المتوسط نقطة توازن التوزيع في حين يمثل المنوال القيمة التي تحدث عندها قمية التوزيع، أما الوسيط فيمثل القيمة التي تقسم التوزيع إلى نصفين متساويين (الاطرقجي، ١٩٨٠، ٨٦).

ويشير (التكريتي والعبيدي) إلى أن معامل الالتواء يكون مقبولاً إذا ما تراوح قيمته بين (١±) مما يجعل الاختبار ممكن الاعتماد عليه في تقديم النتائج (التكريتي والعبيدي، ١٩٩٩، ٧٩).

* م.م. عمار شهاب احمد
م.م. ربيع خلف جميل

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

وقد تم التوصل إلى ملائمة الاختبارات لعينة البحث من خلال إيجاد معامل الالتواء (skewness) والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦)

يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية والمنوال وقيمة معامل الالتواء

الالتواء أهداف	المنوال اهداف	±ع أهداف	س- أهداف	الالتواء متر	المنوال متر	±ع متر	س- متر
٠,٨١-	٦	١,١٢	٥,١١	٠,٧٨-	٦,٦	٠,٨٤	٥,٩٤

٨-٣ التطبيق النهائي للاختبار

قام الباحث بأجراء التنفيذ النهائي للاختبار على عينة مؤلفة من (٣٥) لاعبة واللاتي يمثلن أندية (تلسقف، بعشيقه، قرقوش، القوش، باطنايا، دهوك) وابتداءً من ٢٣/٨/٢٠١١ ولغاية ٢/١٠/٢٠١١ .

٩-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة

- كرات قدم للصالات
- شواخص
- ساعات توقيت
- هدف كرة قدم للصالات مقسم
- شريط قياس
- صافرة
- أشرطة لاصقة ملونة
-

١٠-٣ الوسائل الإحصائية:

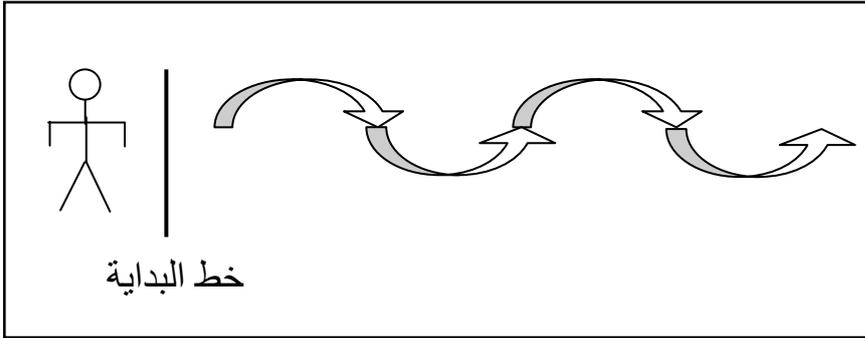
- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط البسيط ل (بيرسون)
- اختبار (T) للعينات المستقلة
- قانون النسب المئوية
- 6-سكما
- معامل الالتواء (علام، ٢٠٠١، ١١٢-٢٦٨)

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

٤- عرض النتائج وتحليلها:

الاختبار الأول

- اسم الاختبار: تعاقب كلتا الرجلين قفزتين لأبعد مسافة.
 - الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.
 - الأدوات المستخدمة: ملعب خماسي كرة القدم، وشريط قياس، وشريط لاصق.
 - طريقة الأداء:
- تقف اللاعبة عند
خط البداية عند سماع إشارة البدء تقوم المختبرة بالقفز بالتعاقب بكلتا الرجلين
لأبعد مسافة كما موضح
في الشكل (١).



الشكل (١) يوضح اختبار تعاقب كلتا الرجلين قفزتين لأبعد مسافة

- شروط الأداء:
- * أن تبدأ اللاعبة الاختبار من وضع الوقوف.
- * تبدأ اللاعبة بالقفز عند سماع إشارة البدء.
- * للاعبة الحرية في البدء بالقفز بأي رجل من الرجلين.
- * على اللاعبة القفز بتعاقب كلتا الرجلين لقطع ابعاد مسافة (يمين، يسار، يمين، يسار) أو (يسار، يمين، يسار، يمين).

- التسجيل:

- * تسجل لـ (اللاعبة) المسافة المقطوعة بالمتر ولأقرب جزء من المتر.

- عدد المحاولات:

- * للاعبة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.

الجدول (٧)

المستويات المعيارية لاختبار القوة المميزة بالسرعة

المستويات	الدرجات الخام
جيد جدا	٧.٦٣- فما فوق
جيد	٦.٧٩-٧.٦٢
متوسط	٥.٩٥-٦.٧٨
مقبول	٥.١١-٥.٩٤
ضعيف	٤.٢٧-٥.١٠
ضعيف جدا	٤.٢٦- فما دون

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

الجدول (٨)

يبين الدرجات الخام والمعيارية لاختبار القوة المميزة بالسرعة

ت	خام	معياري	خام	معياري	خام	معياري	خام	معياري
١	٨.٤٦	١٠٠	٧.٢	٧٥	٥.٩٤	٥٠	٤.٦٨	٢٥
٢	٨.٤١	٩٩	٧.١٥	٧٤	٥.٨٩	٤٩	٤.٦٣	٢٤
٣	٨.٣٦	٩٨	٧.١	٧٣	٥.٨٤	٤٨	٤.٥٨	٢٣
٤	٨.٣١	٩٧	٧.٠٥	٧٢	٥.٧٩	٤٧	٤.٥٣	٢٢
٥	٨.٢٦	٩٦	٧	٧١	٥.٧٤	٤٦	٤.٤٨	٢١
٦	٨.٢١	٩٥	٦.٩٥	٧٠	٥.٦٩	٤٥	٤.٤٣	٢٠
٧	٨.١٦	٩٤	٦.٩	٦٩	٥.٦٤	٤٤	٤.٣٨	١٩
٨	٨.١١	٩٣	٦.٨٥	٦٨	٥.٥٩	٤٣	٤.٣٣	١٨
٩	٨.٠٦	٩٢	٦.٨	٦٧	٥.٥٤	٤٢	٤.٢٨	١٧
١٠	٨.٠١	٩١	٦.٧٥	٦٦	٥.٤٩	٤١	٤.٢٣	١٦
١١	٧.٩٦	٩٠	٦.٧	٦٥	٥.٤٤	٤٠	٤.١٨	١٥
١٢	٧.٩١	٨٩	٦.٦٥	٦٤	٥.٣٩	٣٩	٤.١٣	١٤
١٣	٧.٨٦	٨٨	٦.٦	٦٣	٥.٣٤	٣٨	٤.٠٨	١٣
١٤	٧.٨	٨٧	٦.٥٤	٦٢	٥.٢٨	٣٧	٤.٠٢	١٢
١٥	٧.٧٥	٨٦	٦.٤٩	٦١	٥.٢٣	٣٦	٣.٩٧	١١
١٦	٧.٧	٨٥	٦.٤٤	٦٠	٥.١٨	٣٥	٣.٩٢	١٠
١٧	٧.٦٥	٨٤	٦.٣٩	٥٩	٥.١٣	٣٤	٣.٨٧	٩
١٨	٧.٦	٨٣	٦.٣٤	٥٨	٥.٠٨	٣٣	٣.٨٢	٨
١٩	٧.٥٥	٨٢	٦.٢٩	٥٧	٥.٠٣	٣٢	٣.٧٧	٧
٢٠	٧.٥	٨١	٦.٢٤	٥٦	٤.٩٨	٣١	٣.٧٢	٦
٢١	٧.٤٥	٨٠	٦.١٩	٥٥	٤.٩٣	٣٠	٣.٦٧	٥
٢٢	٧.٤	٧٩	٦.١٤	٥٤	٤.٨٨	٢٩	٣.٦٢	٤
٢٣	٧.٣٥	٧٨	٦.٠٩	٥٣	٤.٨٣	٢٨	٣.٥٧	٣
٢٤	٧.٣	٧٧	٦.٠٤	٥٢	٤.٧٨	٢٧	٣.٥٢	٢
٢٥	٧.٢٥	٧٦	٥.٩٩	٥١	٤.٧٣	٢٦	٣.٤٧	١

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

الاختبار الثاني

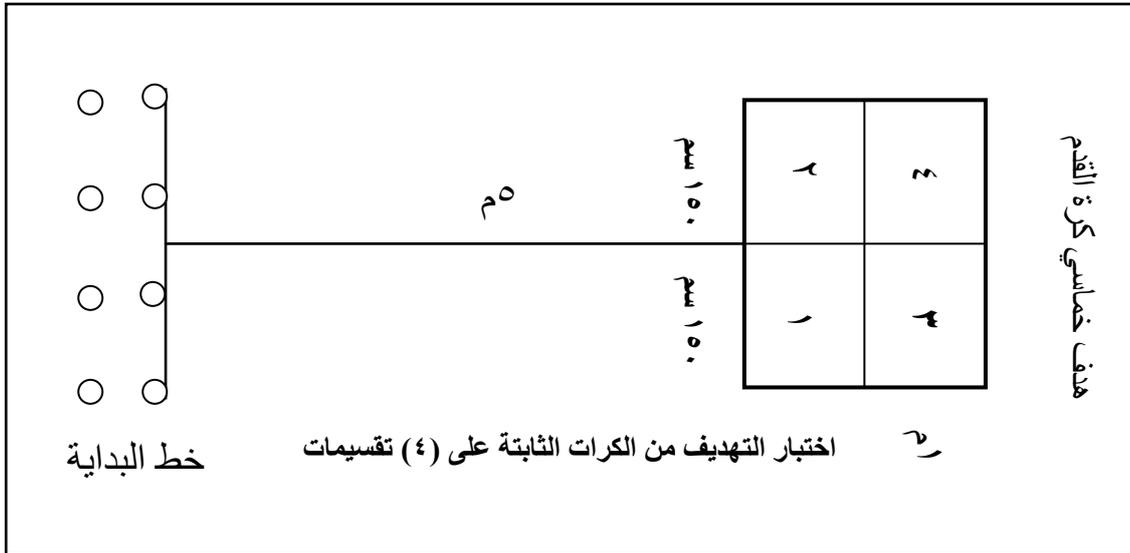
- اسم الاختبار: التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات
- الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات للاعبات صالات كرة القدم.
- الأدوات المستخدمة: كرات خاصة بلعبة كرة القدم، وهدف كرة القدم للصالات.
- طريقة الأداء: تقوم اللاعببة بتصويب (٨) كرات من مسافة (٥) م على التقسيمات المرسومة على الهدف والتي أبعادها كما في الشكل (١) ومن على بعد (٥) م، حيث تقوم المختبرة بتصويب الكرات على التقسيمات بالتسلسل من (١-٤) وإعادة التسلسل مرة أخرى.

شروط الاختبار:

- * يجب أن يكون التهديف من على خط البداية
- * للمختبرة الحرية في استخدام أي من القدمين في التهديف وفي أي جزء من القدم.

التسجيل:

- * تمنح المختبرة (١) درجة إذا لمست الكرة التقسيم المطلوب أو خطوطه
- * تمنح المختبرة (صفر) إذا لم تلمس الكرة التقسيم المطلوب أو أي من التقسيمات الأخرى أو خارجها أو كانت الكرة متدحرجة على الأرض أثناء التهديف.
- * الدرجة الكلية للاختبار هي (٨) درجات.
- عدد المحاولات: للمختبرة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل .



الشكل (٢) يوضح التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

الجدول (٩)

يبين المستويات المعيارية لاختبار التهديف

المستويات	الدرجات الخام
جيد جدا	٨
جيد	٧-٦
متوسط	٦-٥
مقبول	٥-٤
ضعيف	٤-٣
ضعيف جدا	٣- فما دون

الجدول (١٠)

يبين الدرجات الخام والمعيارية لاختبار التهديف

معياري	خام	معياري	خام
٣٣	٤	١٠٠	٨
١٩	٣	٧٨	٧
٤	٢	٦٣	٦
١	١	٤٨	٥

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

- تم التوصل إلى بناء اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين للاعبات كرة القدم للصالات.
- تم التوصل إلى بناء اختبار لقياس مهارة التهديف للاعبات كرة القدم للصالات.

٢-٥ التوصيات

في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث بما يأتي:

- اعتماد اختبار القوة المميزة بالسرعة للاعبات كرة القدم للصالات.
- اعتماد اختبار مهارة التهديف للاعبات كرة القدم للصالات.

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

المصادر

١. الاطرقحي، محمد علي(١٩٨٠):الوسائل التطبيقية الاحصائية ط١، دار الطليعة، بيروت.
٢. التكريتي، وديع ياسين، والعبيدي، حسن محمد عبد(١٩٩٦):التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
٣. جابر، عبد الحميد، وكاظم، احمد خيرى(١٩٧٣): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية، مصر.
٤. الجبوري، عمار شهاب احمد(٢٠٠٨): تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبى خماسي كرة القدم رسالة ماجستير ، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
٥. حسانين، محمد صبحي(٢٠٠٤):القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية،ط٦، دار الفكر العربي للطبع و النشر القاهرة.
٦. حسانين، محمد صبحي،ومعاني، احمد كسرى(١٩٩٨):موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، مركز الكتاب للطباعة والنشر،القاهرة، مصر.
٧. خاطر، احمد محمود والبيك، علي فهمي(١٩٨٤):القياس في المجال الرياضي،ط٣،دار المعارف،مصر.
٨. الراشدي، نغم مؤيد محمد يونس(٢٠٠٧): اثر منهج تدريبي مقترح في بعض الصفات البدنية الخاصة ومستوى الاداء المهاري في الحركات الارضية لدى ناشئات الجمناستك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
٩. الراوي،مكي محمود حسين(١٩٨٩): بعض القياسات الجسمية و علاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم رسالة ماجستير ، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
١٠. الربيعي، نجاح سلمان(٢٠٠٠): تأثير منهج تدريبي في تنمية القوة الانفجارية و القوة المميزة بالسرعة للذراعين على قوة الرمي ودقة التصويب بكرة اليد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
١١. رضوان، محمد نصرالدين(٢٠٠٣): الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية،ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٢. رضوان، محمد نصرالدين(٢٠٠٦):المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية،ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
١٣. الزهيري، ربيع خلف جميل(٢٠٠٩): تصميم وبناء اختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبى خماسي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١٤. عاقل، فاخر(١٩٧٩):اسس البحث العلمي في العلوم السلوكية ،ط١،دار العلم للملايين، بيروت.
١٥. علام، صلاح الدين محمود،(٢٠٠١): تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، دار الفكر العربي،القاهرة.
١٦. علاوي ورضوان، (١٩٧٩): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي،ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٧. ملحم، سامي محمد(٢٠٠٢):القياس والتقويم في التربية وعلم النفس،ط٢،دار المسيرة للنشر والتوزيع و الطباعة، عمان، الاردن.
١٨. المولى، موفق مجيد(٢٠٠٠): الاساليب الحديثة في تدريب كرة القدم،ط١، دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
١٩. النبهان، موسى(٢٠٠٤): اساسيات القياس في العلوم السلوكية ،ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢٠. هدايت،نبراس كامل(٢٠٠٤):تأثير استخدام انواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات الاساسية بخماسي كرة القدم للنساء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.
٢١. الهيتي، موفق اسعد محمود(٢٠٠٨):التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم،ط١،دار دجلة،عمان،الاردن.

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

ملحق (١)

السادة الخبراء

أ.د محمد خضر اسمر	تعلم حركي	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.د هاشم احمد سلمان	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.د ثيلا م يونس علاوي	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.د مكي محمود حسين	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.م.د ضرغام جاسم محمد	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.م.د وليد خالد رجب	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
د. علي زهير صالح النعمان	علم التدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
د. طارق حسين محمد	علم التدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
م.م عمار شهاب احمد	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
م.م ربيع خلف جميل	قياس وتقويم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
م.م محمود حمدون	علم التدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
رياض نوري	مدرب منتخب العراق النسوي للصالات	

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

ملحق (٢)

بسم الله الرحمن الرحيم

م/استمارة استبيان

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة...

في النية إجراء البحث الموسوم (بناء وتطبيق عدد من الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات الصالات بكرة القدم). ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال كرة القدم والقياس والتقييم، يرجى بيان رأيكم في تحديد مدى صلاحية الاختبارات المرفقة طياً علماً انعينة البحث هن من لاعبات كرة القدم للصالات في المنطقة الشمالية .
" ولكم منا فائق الاحترام والتقدير "

الاسم:

اللقب العلمي:

الاختصاص:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي:

الكلية والجامعة:

التاريخ:

التوقيع:

الباحث

م.م هادي احمد

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

الاختبارات البدنية

اختبار رقم (1)

اسم الاختبار: حجلتين بكل رجل على حده لأبعد مسافة.

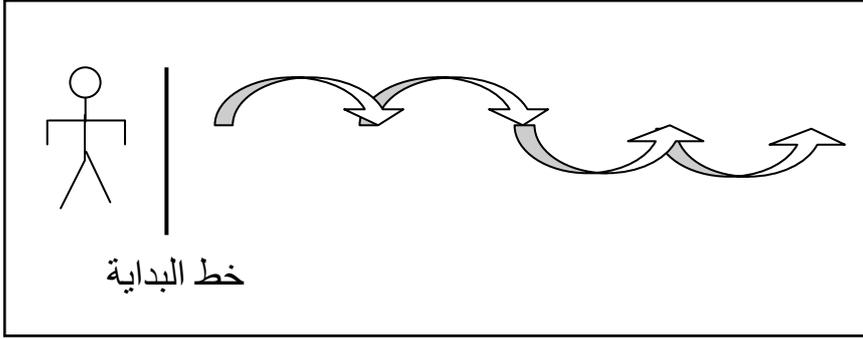
- الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.

- الأدوات المستخدمة: ملعب خماسي كرة القدم، شريط قياس، شريط لاصق

- طريقة الأداء:

تقف المختبرة عند خط البداية عند سماع إشارة البدء تقوم بعمل حجلتين متتاليتين كل رجل على حده لأبعد مسافة

(يمين، يمين ثم يسار، يسار) أو (يسار، يسار ثم يمين، يمين) وكما في الشكل رقم (3).



شكل رقم (3) يوضح اختبار حجلتين بكل رجل على حده لأبعد مسافة

- شروط الاختبار:

* أن تبدأ اللاعبة الاختبار من وضع الوقوف.

* تبدأ اللاعبة بالحجل عند سماع إشارة البدء.

* للاعبة الحرية في البدء بالحجل بأي رجل من الرجلين.

* على اللاعبة الحجل بكل رجل مرتين متتاليتين.

- التسجيل:

* تسجل للاعبة المسافة المقطوعة بالسنتيمتر

- عدد المحاولات:

* للاعبة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.

يصلح بعد التعديل

لا يصلح

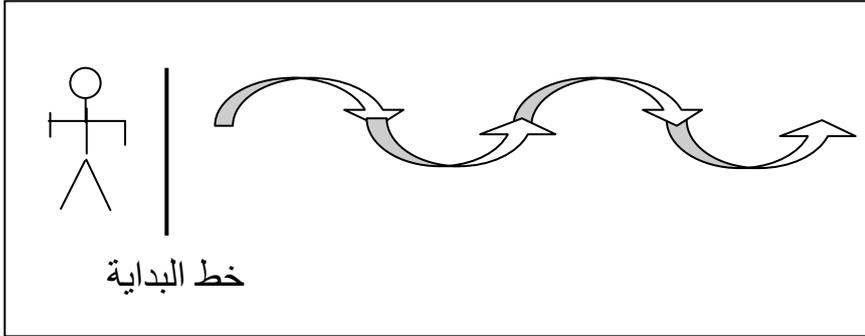
يصلح

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

اختبار رقم (٢)

- اسم الاختبار: تعاقب كلتا الرجلين قفزتين لأبعد مسافة.
- الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.
- الأدوات المستخدمة: ملعب خماسي كرة القدم، شريط قياس، شريط لاصق.
- طريقة الأداء:

تقف اللاعبة عند خط البداية عند سماع إشارة البدء تقوم المختبرة بالقفز بالتعاقب بكلتا الرجلين لأبعد مسافة كما في الشكل رقم (٤).



شكل رقم (٤) يوضح اختبار بتعاقب كلتا الرجلين قفزتين لأبعد مسافة

- شروط الأداء:
 - * أن تبدأ اللاعبة الاختبار من وضع الوقوف.
 - * تبدأ اللاعبة بالقفز عند سماع إشارة البدء.
 - * للاعبة الحرية في البدء بالقفز بأي رجل من الرجلين.
 - * على اللاعبة القفز بتعاقب كلتا الرجلين لقطع ابعده مسافة (يمين، يسار، يمين، يسار) أو (يسار، يمين، يسار، يمين).
- التسجيل:
 - * تسجل للاعبة المسافة المقطوعة بالسنتيمتر
- عدد المحاولات:
 - * للاعبة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.

يصلح بعد التعديل

لا يصلح

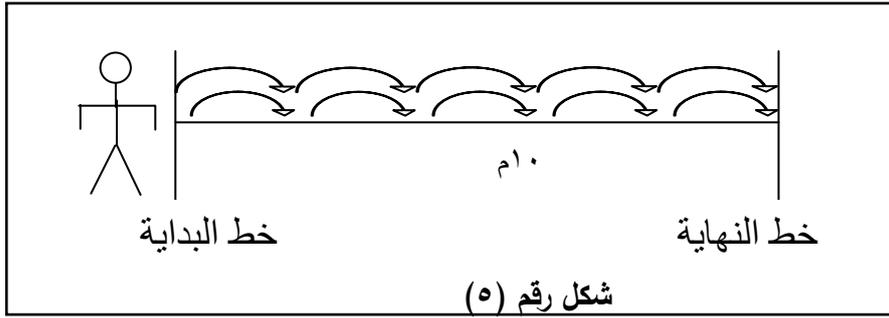
يصلح

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبين....

اختبار رقم (٣)

- اسم الاختبار: الوثب بكلتا الرجلين معاً لقطع مسافة (١٠) م.
- الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.
- الأدوات المستخدمة: ملعب خماسي كرة القدم، شريط قياس، شريط لاصق.
- طريقة الأداء:

تقف اللاعب عند خط البداية عند سماع إشارة البدء تقوم بالوثب بكلتا الرجلين لقطع مسافة (١٠) م بأقل زمن ممكن، كما موضح في الشكل رقم (٥).



- شروط الأداء:

- * أن تبدأ اللاعب الاختبار من وضع الوقوف.
- * تبدأ اللاعب بالوثب عند سماع إشارة البدء.
- * على اللاعب الوثب بكلتا الرجلين معاً لقطع مسافة (١٠) م.
- التسجيل:
- * تسجل للاعب الزمن الذي تستغرقه في الاختبار ولأقرب ١٠/١ ثانية.
- عدد المحاولات:
- * للاعب محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.

يصلح بعد التعديل

لا يصلح

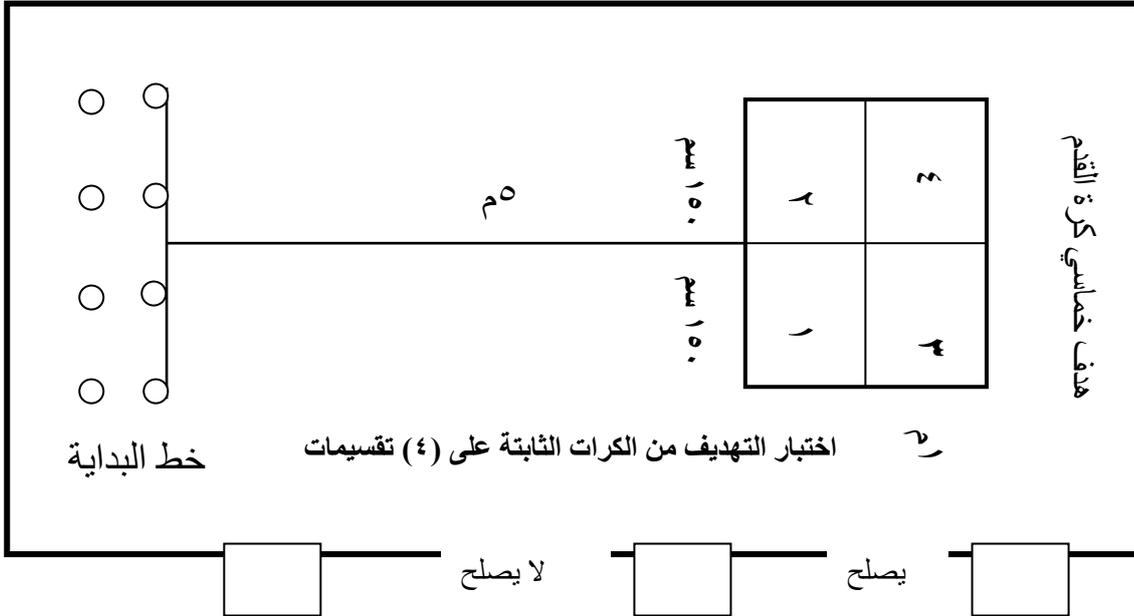
يصلح

بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

اختبار التهديف (اختبار مهاري)

الاختبار الأول

- اسم الاختبار: التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات
- الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف من الكرات الثابتة على أربعة تقسيمات للاعبات خماسي كرة القدم.
- الأدوات المستخدمة: كرات خاصة بخماسي كرة القدم، هدف خماسي كرة القدم.
- طريقة الأداء:
 - تقوم المختبرة بتصويب (٨) كرات من مسافة (٥) م على التقسيمات المرسومة على الهدف والتي أبعادها كما في الشكل (١) من على بعد (٥) م، تقوم المختبرة بتصويب الكرات على التقسيمات بالتسلسل من (١-٤) وإعادة التسلسل مرة أخرى.
- شروط الاختبار:
 - * يجب أن يكون التهديف من على خط البداية
 - * للمختبرة الحرية في استخدام أي من القدمين في التهديف وفي أي جزء من القدم.
- التسجيل:
 - * تمنح المختبرة (١) درجة إذا لمست الكرة التقسيم المطلوب أو خطوطه
 - * تمنح المختبرة (صفر) إذا لم تلمس الكرة التقسيم المطلوب أو أي من التقسيمات الأخرى أو خارجها أو كانت الكرة متدحرجة على الأرض أثناء التهديف.
 - * الدرجة الكلية للاختبار هي (٨) درجات.
- عدد المحاولات: للمختبرة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل .



بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات.....

الاختبار الثاني

- اسم الاختبار :التهديف من الكرات الثابتة على خمسة تقسيمات
- الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف من الكرات الثابتة على خمسة تقسيمات للاعبات خماسي كرة القدم .
- الأدوات المستخدمة: كرات خاصة بخماسي كرة القدم، هدف خماسي كرة القدم.
- طريقة الأداء:
- تقوم المختبرة بتصويب (٦) كرات من مسافة (٧) م على التقسيمات المرسومة على الهدف والتي أبعادها كما في الشكل رقم(٢) على بعد (٧) م، تقوم المختبرة بتصويب الكرات على التقسيمات بالتسلسل من (١-٣) وإعادة التسلسل مرة أخرى.
- شروط الاختبار:
- * يجب أن يكون التهديف من على خط البداية.
- * للمختبرة الحرية في استخدام أي من القدمين في التهديف وفي أي جزء من القدم.
- التسجيل:
- * تمنح المختبرة (١) درجة إذا لمست الكرة التقسيم رقم (١) أو خطوطه.
- * تمنح المختبرة (٢) درجة إذا لمست الكرة التقسيم رقم (٣) أو خطوطه.
- * تمنح المختبرة (٥) درجة إذا لمست الكرة التقسيم رقم (٥) أو خطوطه.
- * تمنح المختبرة (صفر) إذا لم تلمس الكرة التقسيم المطلوب أو أي من التقسيمات الأخرى أو خارجها أو كانت الكرة متدحرجة على الأرض أثناء عملية التهديف.
- * الدرجة الكلية للاختبار هي (٣٠) درجة.
- عدد المحاولات: للمختبرة محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل .

