

علاقة التوافق والتوازن الحركي بالأداء الفني للكلمة المستقيمة اليسار للطلاب المبتدئين بالملاكمة

م. رامي عبد الأمير حسون م.م ابتغاء محمد السيد: عباس محسن عليوي

جامعه ذي قار كلية التربية الرياضية

sn84sn@yahoo.com

ملخص

ان اجراء البحوث والدراسات وإيجاد العلاقات ما بين الجوانب النفسية والعقلية والبدنية والمهارية ما هو الا نتيجته للتقدم العلمي ، ومن خلال ملاحظه الباحثون ومشاهدتهم لطلاب كليه التربيه الرياضيه جامعه ذي قار لوحظ ان معظم الطلاب يفتقرون الى دقه اداء اللكمه المستقيمه اليسار ربما يكون السبب في ذلك وجود ضعف في القدرات الحركيه للطلاب، وتتجلى مشكله البحث في عدم معرفه علاقه التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار كما ان اغلب الدراسات وفق علم الباحثون لم تتطرق الى هذا النوع من العلاقه لذا ارتأى الباحثون الكشف عنها ايماناً منهم بتأثير التوافق والتوازن الحركي على الاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمه.

ويهدف البحث إلى معرفه علاقه التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمه، واستعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة وطبيعة أهداف البحث، وأجري البحث على طلاب المرحلة الثانيه في كلية التربية الرياضية في جامعة ذي قار للعام الدراسي(2013-2014)للمدة من (2013/10/15)ولغاية (2013/12/25)،وقام الباحثون باستعمال اختبارات التوافق والتوازن الحركي واختبار الاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار، وتم إجراء الأسس العلمية للاختبارات، بعدما أجريت تجربة استطلاعية لهم، وجمع النتائج التي تم معالجتها باستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة، وفي ضوء النتائج التي تم الحصول عليها توصل الباحثون إلى استنتاجات عدة كان من أهمها وجود علاقه ارتباط ذات دلالة احصائية معنويه بين اختباري التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار، وفي ضوء الاستنتاجات يوصى الباحثون بضرورة الاهتمام بالقدرات الحركيه ومنها التوافق والتوازن الحركي اثناء تعليم وتدريب المهارات الاساسيه بالملاكمه وكذلك التأكيد على ادخال تمرينات مهاريه خاصه لتطوير التوافق والتوازن الحركي في اثناء الدرس وتخصيص الوقت الكافي لذلك.

الكلمات المفتاحية: التوافق الحركي، التوازن الحركي، اللكمه المستقيمه اليسار، الملاكمه

الباب الأول

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمه البحث وأهميته

شهد العالم تطورا كبيرا في الحضارة والتكنولوجيا بعد الحروب التي خاضها العالم اذ اتجهت كثير من الدول الى التقدم والتطور في كافة الجوانب منها الاقتصادي والاجتماعي وغيرها ومن هذه الجوانب الجانب الرياضي التي سعت من اجله كثير من الدول لتطويره لانه يقوم الرابط الاجتماعي بين ابناء الشعب.

كما ان التطور الهائل الذي طرأ على مستوى الانجاز والاداء بمختلف الالعاب والمسابقات والرياضيه ماهو الا نتيجة للجهود العلميه الكبيره التي سعت الى تطور الرياضه بكافه العابها.

ولقد شهدت المهارات العقلية والحركية والبدنية جانبا كبيرا من اهتمام العلماء من علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلماء التعلم الحركي ادراكا منهم لاهميتها بالنسبه للاعبين في المواقف المختلفه ويعد التوافق والتوازن الحركي من الامور المهمه والواجب مراعاتها في عمليه التعلم الحركي كما لها اهمية في تحسين الاداء والوصول الى المستوى العالي وتحقيق افضل النتائج.

وتعد رياضة لعبه الملاكمه واحده من اقدم الالعاب الرياضيه المعروفة في العالم التي اخذت قاعدة انتشارها تتسع شيئا فشيئا للاهتمام المتزايد بتعليمها وتدريبها، لانها رياضة علم وفن وطريقه الى توافر الصحة والثقة بالنفس. ولان ممارستها تنمي التفكير المتزن وتنشط اجزاء الجسم جميعها.

وتتطلب لعبه الملاكمة عملاً عضلياً كبيراً ليس من اجل تحريك وتوجيه قبضه الملاكم الى الاجزاء المخصصة للكم فحسب وانما من اجل تحقيق قدر كبير جداً من السرعة في عمليه نقل كتلة تفوق في وزنها كثيراً وزن تلك القبضة الا وهي كتلة الجذع ، كما ان لعبه الملاكمة تمتاز بعده مهارات متداخله فيما بينها وتؤدي باجزاء من الثانيه أي عندما يقوم الملاكم بالهجوم او العودة الى وضع الاستعداد ومن ثم اللكم و الهجوم مرة ثانية وهذا ما يجعل الملاكم بحاجة ماسة الى دمج انواع من الحركات في قالب واحد تتسم بالانسيابيه وحسن الاداء وهذا ما يطلق عليه بالتوافق الحركي ويتطلب مكون التوافق تعاوناً كاملاً بين جهازين العضلي والعصبي ليتمكن من اداء الحركات والتمرينات على افضل صورة وكذلك ان لعبه الملاكمة تؤدي فيها اللكمات من الحركة ومن الثبات لذلك توجب على الملاكم ان يتمتع بتوازن حركي جيد يستطيع من خلاله الاحتفاظ بثبات الجسم عند اداء مختلف المهارات والحركات الرياضيه سواء كانت من وضع الثبات او الحركة. ومن خلال ماتقدم تتجلى اهميه البحث دراسة التوافق والتوازن الحركي لانهما تسهمان بشكل كبير في تطوير مستوى الاداء وعلاقتها بالأداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمة.

1-2 مشكلة البحث

ان اجراء البحوث والدراسات وايجاد العلاقات ما بين الجوانب النفسية والعقلية والبدنيه والمهاريه ما هو الا نتيجته للتقدم العلمي ، ومن خلال ملاحظه الباحثون ومشاهدتهم لطلاب كليه التربيه الرياضيه جامعه ذي قار لوحظ ان معظم الطلاب يفتقرون الى دقه اداء اللكمه المستقيمه اليسار ربما يكون السبب في ذلك وجود ضعف في القدرات الحركيه للطلاب مما ادى الباحثون الى دراسته هذه المشكله لان هذه اللكمات تؤدي بكثرة في النزال ويعتمد عليها كثيراً في عمليه فتح الثغرات وقياس المسافه بين الملاكمين وتسجيل النقاط . وتتجلى مشكله البحث في عدم معرفه علاقه التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار كما ان اغلب الدراسات وفق علم الباحثون لم تتطرق الى هذا النوع من العلاقه لذا ارتأى الباحثون الكشف عنها ايماناً منه بتأثير التوافق والتوازن الحركي على الاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمة.

1-3 هدف البحث

يهدف البحث إلى:

- معرفه علاقه التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمة.

1-4 فرض البحث

- هناك علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية بين التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمة.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كليه التربية الرياضية-جامعة ذي قار.

1-5-2 المجال الزمني: الفترة من (2013/10/15) ولغاية (2013/12/25).

1-5-3 المجال المكاني: قاعة الملاكمة في كليه التربية الرياضية-جامعة ذي قار.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 التوافق الحركي

ان التوافق هو قدرة الفرد على ادماج انواع من الحركات في قالب واحد تتسم بالانسيابيه وحسن الاداء ويتطلب مكون التوافق تعاوناً كاملاً بين جهازين العضلي والعصبي لامكان اداء الحركات والتمرينات على افضل صورة.(1) ويرتبط التوافق بكثير من الصفات البدنيه الاخرى مثل السرعة والرشاقه والتوازن والدقه في ضهر ارتباط التوافق بالسرعه في متطلبات الاداء الحركي من الناحيه الزمنيه. كما تظهر صفه الرشاقه والتوازن والدقه في متطلبات الحركة من الناحيه الشكلييه والمكانيه وتحرك الجسم واجزاءه بالدقه المطلوبه خلال الفراغ. وتعتمد كثير من الانشطه الرياضيه على التوافق كأحد العناصر الاساسيه للاعداد الرياضيه للمستويات العاليه.(2)

كما يرتبط التوافق الحركي بعمل الاجهزة الداخليه ومدى قدرتها على تنظيم وتنسيق الجهد المبذول طبقا للهدف من خلال الصفات البدنيه كالقوة والسرعه والمطاولة والرشاقه وغيرها.(3)
لذا فان التوافق يعد جوهر التعلم الحركي فأذا كان التعلم الحركي مفهوما عاما فان التوافق يعد هو المفهوم الخاصه.(4)

2-1-1-2 انواع التوافق الحركي(5)

- 1- التوافق العام والتوافق الخاص.
- 2- توافق الاطراف والتوافق الكلي للجسم.
- 3- توافق الذراع والعين وتوافق القدم والعين.

2-1-1-2 تطوير عنصر التوافق الحركي

لتطوير عنصر التوافق الحركي يتطلب مايلي(6)

- 1- تكرار اداء الحركات يسلكها التكامل وذلك من اجل تعميق المسار الحركي في الجهاز العصبي.
- 2- استخدام التنبيه الصوتي بالكلام والارتفاع وكذلك التنبيه الحركي للضبط الحركي.
- 3- اداء الالعب الصحيحه التي تهدف الى تحقيق التوافق العضلي من خلال تطوير سرعه رد الفعل وذلك لوجود العلاقة الارتباطيه ما بين التوافق وسرعه رد الفعل.
- 4- التدرج في رد الاجزاء مع بعضها البعض عند تعلمها.

- (1) ابو العلاء احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997، ص205.
- (2) عبد المنعم سليمان. محمد خميس: موسوعة التمرينات الرياضييه، ط2، عمان، دار الفكر العربي، 1995، ص205.
- (3) نجاح مهدي شلش. مازن عبد الهادي: مبادئ التعلم الحركي، ط2، النجف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010، ص71.
- (4) وجيه محبوب. احمد البديري: اصول التعلم الحركي، الموصل، دار الجامعه للطباعة والنشر، 2002، ص16.
- (5) محمد صبحي حسنين، القياس والتقويم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995، ص409.
- (6) مهند حسين. احمد ابراهيم الخواجه: مبادئ التدريب الرياضي، ط2، عمان، دار وائل للطباعة والنشر، 2010، ص356.

2-1-2 التوازن الحركي

ان معنى التوازن هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند اداء مختلف المهارات والحركات الرياضييه سواء كانت من وضع الثبات او الحركة والاحتفاظ بمركز ثقل الجسم ضمن خطه الشاقولي عند اداء اللاعب المهارات المعقدة والبسيطه، وان التوازن لايتي اعتباطا وانما من خلال التمرين والممارسه المتكررة لاداء لاداء الحركات المختلفه فهذا مانلاحظه عندما يتعلم الطفل المشي نجدة في البدايه يتعثر بخطواته وذلك لضعف توازنه ولكن بتكرار لمحاولة المشي نجدة يقوم باداء حركات المشي بصورة صحيحة وبثبات وان من شروط التوازن هو كبر قاعده الاستناد.(1)
اذا ضعف التوازن العام الحركي هو عدم مقدرة المتعلم على اداء الحركة وفق الاسلوب الميكانيكي الصحيح بسبب ضعف القوام والسيطرة الجاذبيه والاتزان الامامي والخلفي.

2-1-2 انواع التوازن الحركي (2)

- 1- التوازن المستقر: هو التوازن الذي يحدث في حاله كبر قاعده الارتكاز او اتساعه واقتراب مركز ثقل الجسم من الارض.
- 2- التوازن القلق: هو التوازن الذي يحدث في حاله صغر او ضيق قاعده الارتكاز وابتعاد مركز ثقل الجسم عن الارض.
- 3- التوازن المستمر: هو التوازن الذي يحدث في حاله استمرار الجسم بالحركة كما ان كتله الجسم لها دور كبير في احداث التوازن.

2-1-3 الملاكمة

هي لعبة الفن النبيل قديما وحديثا وهي إحدى الألعاب الاولمبية التي تتميز بالاحتكاك المباشر مع المنافس فيقدم كل منهما مهاراته الهجومية والدفاعية والهجوم المضاد للفوز بالمباراة وفق القواعد الدولية المحددة لها³، ويقصد بها أيضا "هي فن قديم للدفاع عن النفس، وهذه اللعبة تحتاج إلى ذكاء في الهجوم وفي الدفاع لذلك فهي لعبة ينتصر فيها الفن على القوة"⁴.

اللكمة المستقيمة:-

هي "إحدى مهارات الملاكم تؤدي بالجزء الأمامي للقبضة بالقفاز المقفول بحيث يكون الذراع على كامل استقامته وموازي للأرض وتؤدي إلى الرأس أو الجذع وبالذراع الأيمن أو الأيسر"⁵.

وعرفت أيضا بأنها "لكمات تضرب أو توجه للأمام بشكل مستقيم على مستوى النظر وتصيب الوجه أو الجسم أو البطن من الأمام".، ويرى الباحثون بأنها أسهل لكمة في الأداء وأسرعها لذلك تعلم كأول مهارة لكمية تعطى للملاكمين وكلما أديت بشكل جيد وبكثرة في النزال كلما سيطر الملاكم على المنافس وفتح ثغراته وامتلك زمام السيطرة على النزال، وتقسم اللكمة المستقيمة إلى الأتي:-

1-لكمة مستقيمة يسرى في الرأس.

2-لكمة مستقيمة يسرى في الجذع.

3-لكمة مستقيمة يميني في الرأس.

4-لكمة مستقيمة يميني في الجذع.

- (1) وجيه محجوب: التحليل الحركي، جامعه بغداد، كليه التربيه الرياضيه، 1987، ص30.
- (2) فوزيه الاخضر، المدخل الى تعليم ذوي الصعوبات التعليميه والموهبيين، الرياض، دار التوبه، 1993، ص81.
- (3) سامي محب حافظ. المدخل إلى الملاكمة الحديثة: مكتبة شجرة الدر، ب.ت، ص29.
- (4) محسن رمضان علي. الملاكمة للمبتدئين، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999، ص9.
- (5) سامي محب حافظ. المصدر السابق، ب.ت، ص30.

2-2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة ناظم شاكر الوتار (1997) (1)

عنوان الدراسة (التوافق الحركي وعلاقته بدقه الضرب الساق في الكرة الطائرة)

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقه بين التوافق الحركي ودقه الاضرب الساق في الكرة الطائرة. واشتملت عينه البحث على لاعبي منتخب كليه التربيه الرياضيه في جامعه الموصل وبواقع (12) لاعبا المشتركين في دوري كليات التربيه الرياضيه لجامعات القطر. واسفر تنتج البحث عن وجود علاقه ارتباط معنويه مابين التوافق الحركي ودقه الضرب الساق في الكرة الطائرة.

2-2-1-1 مناقشه الدراسة السابقة

من خلال الاطلاع على الدراسه السابقه قام الباحثان باستخلاص بعض المؤشرات العلميه التي افادها في الدراسه الحاليه في معرفه المنهج المستعمل والوسائل الاحصائيه المناسبه والتعرف على بعض المصادر التي ساعدت الباحثان في حل المشكله المراد دراستها. وتم مناقشتها كما ياتي:

- تناولت دراسه ناظم شاكر الوتار التوافق الحركي فقط، اما الدراسه الحاليه فقد تناولت دراسه التوازن والتوافق الحركي.
- تناولت دراسه ناظم شاكر الوتار مهاره الضرب الساق بكره الطائرة، اما الدراسه الحاليه فقد تناولت مهاره اللكمه المستقيمه اليسار.

الباب الثالث

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث:-

استعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته مع طبيعة المشكلة.

- (1) ناظم شاكر الوتار: التوافق الحركي وعلاقته بدقه الضرب الساحق بالكرة الطائرة، بحث منشور في مجله علوم الرافين، المجلد 3، العدد 55، كليه التربية الرياضية، جامعه الموصل، 1997.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية-جامعة ذي قار للعام الدراسي (2013-2014) والبالغ عددهم (45) طالباً. وعلنهذا الأساس تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث الأصلي، وبأسلوب القرعة، وبعدد (30) طالباً، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (66.66%)، وهي نسبة مئوية مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، وقد استبعد الباحثون افراد التجربة الاستطلاعية وعددهم (10 طلاب) والراسبون والمؤجلون وعددهم (5 طلاب).

3-2-1 التجانس

لغرض تقليل الفروقات الى ادنى ما يمكن بين افراد العينة قام الباحثون بعملية تجانس لعينة البحث في متغيرات (الطول، الوزن، العمر) وقد استخدم الباحثون قانون معامل الالتواء لاجراء التجانس بين افراد العينة وكما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين تجانس العينة

المعالم الإحصائية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
المتغيرات					
الطول	سم	172.43	5.97	172	0.39
الوزن	كغم	74.96	7.17	83	0.25
العمر	سنة	22.36	1.22	22	0.88

يظهر الجدول (1) إن قيم معامل الالتواء تنحصر بين ($1 \pm$) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات أي اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم.

3-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستعملة بالبحث:-

استعان الباحثون بالأدوات والوسائل الآتية:-

- المصادر العربية.
- الملاحظة العلمية المباشرة.
- استمارة اختبار لتحديد الاختبارات. (*)
- الاختبارات والقياس.
- جهاز حاسوب من نوع (DEII) وأقراص CD.
- صافرة.
- طباشير.
- شريط ملون.
- ساعه توقيت.
- حبله ملاكمه قانونيه.
- ميزان طبي.
- قفازات ملاكمه.

-آلة تصوير فيديو نوع (SONY) يابانية الصنع ذات سعة تردد 25 صورة/ثانية عدد(2).
- وسادة حائط أبعادها (90 × 50سم) وسمكها (10سم).

4-3 إجراءات البحث

لغرض تحديد الاختبار الأنسب لمتغيرات البحث قيد الدراسة قام الباحثون بعرض استمارة استبيان لتحديد الاختبار المناسب وقام الباحثون بتوزيعها على (11) خبير(**) من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التعلم الحركي والتدريب الرياضي والملاكمة. إذ تم الأخذ بالاختبارات التي حصلت على نسبته (75%) فما فوق وتم إهمال ما هو أدنى من ذلك إذ أنه "على الباحثون الحصول على نسبته (75%) فأكثر من آراء المحكمين"(1) ، وجدول (2) يبين ذلك.

(*) الملحق (1).

(**) الملحق (2).

(1) بلوم وآخرون: تقييم تعلم الطالب التجميعي والتعليمي، (ترجمه) محمد أمين المفتي وآخرون، القاهرة، دار ماكروهيل، 1983، ص121.

جدول (2)

يبين نسب اتفاق الخبراء للاختبارات

المتغيرات	الاختبار	النسبة المئوية
التوافق الحركي	1- اختبار الدوائر المرقمة	81%
	2- رمي واستقبال كرات تنس الارضيه باليد	18.18
التوازن الحركي	1- انتقال فوق العلامات	100%
	2- اختبار الشكل المثلث	صفر
الاداء الفني للكلمه المستقيمه اليسار	1- اختبار اللكم على وسادة الحائط	81%
	2- اختبار الكرة الراقصه	18.18

5-3 التجربة الاستطلاعية

من اجل حصول الباحثون على نتائج موضوعيه بات من الواجب اجراء تجربه استطلاعيه تتطلع بها عده مؤثرات تخدم في تحقيق اهداف البحث على اساس ان تجربه الاستطلاعيه هي "دراسه تجربه اوليه يقوم بها الباحثون على عينه صغيره قبل القيام بالبحث وادواته"(1).

وقام الباحثون بإجرائها بتاريخ (2013/10/30) على عينه من مجتمع البحث الاصلي وعددهم (10) طلاب. وكان الغرض من اجراء هذه تجربه هو :-

- 1- التعرف على اهم المعوقات والصعوبات التي قد تواجه الباحثون في اثناء تطبيقهما الاختبارات
- 2- معرفة مدى تفهم عينه البحث لمفردات الاختبارات قيد البحث.
- 3- معرفه الوقت المستغرق لتطبيق المقياس قيد البحث .
- 4- ايجاد الاسس العلميه للمقياس .
- 5- معرفه مدى ملائمه الادوات واستعمال اسلوب العمل وتنفيذه .
- 6- تدريب فريق العمل المساعد. (*)

(1) مجمع اللغة العربية: معجم علم النفس والتربية، ج1، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984، ص79.

(*) فريق العمل المساعد

- علي شمخي مدرب ألعاب كلية التربية الرياضية - جامعة ذي قار.

- السيد مضفر ناجي عبد مدرب منتخب جامعه ذي قار للملاكمة.

- السيد رعد حسن مدرب منتخب جامعه ذي قار للملاكمة.

3-6 الأسس العلمية للاختبارات

3-6-1 صدق الاختبارات

يقصد بالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس الشيء الذي صمم من أجل قياسه (1) ولإيجاد صدق الاختبارات قام الباحثون باعتماد الصدق الظاهري ، إذ تم عرض الاختبارات قيد البحث على مجموعه من السادة الخبراء والمختصين (ملحق 2) ، وقد اجمعوا على إن هذه الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالي .

3-6-2 ثبات الاختبارات

الاختبار الثابت هو ان "يعطي الاختبار النتائج نفسها اذا ما اعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم تحت الظروف نفسها" (2). وتم تطبيق الاختبار على عينه التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2013/10/30) وتم اعادة تطبيقه بتاريخ (2013/11/7). واستخدم الباحثون ارتباط (بيرسون) وكانت درجة الارتباط عالية. وكما هو مبين في الجدول (3).

3-6-3 موضوعية الاختبارات

يقصد بالموضوعية هو أن " يتصف الاختبار بوضوح في التعليمات وكذلك في إعطاء الدرجة إذ يتصف الاختبار بموضوعية عالية عندما يعطي النتائج نفسها مهما اختلف المقيمون (3) ، وعلى الرغم من ان اختبارات البحث هي اختبارات لها شروط محددة وواضحة ولا يظهر فيها تحيز ذاتي الا ان الباحثون قام بوضع محكمان (*) لتسجيل درجات اختبارات التوافق والتوازن الحركي ومن ثم ايجاد معامل الارتباط بينهما والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

يبين معاملات الثبات والموضوعية للاختبارات المستعملة

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
اختبار الدوائر المرقمة	0.90	0.86
اختبار الانتقال فوق العلامات	0.86	0.88
اختبار اللكم على وسادة الحائط	0.86	0.90

(1) نزار الطالب ومحمود السامرائي: المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص23.

(2) مجمع اللغة العربية: مصدر سبق ذكره، ص79.

(3) ذوقان عبيدات و(آخرون): البحث العلمي مفهومة وادواته واساليبه، عمان، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 1988، ص158.

(*) المحكمان هما:-

1- عامر عدنان طالب دراسات عليا كلية التربية الرياضية - جامعه ذي قار

2- ثائر عواد طالب دراسات عليا كلية التربية الرياضية - جامعه ذي قار

3-7 مواصفات الاختبارات

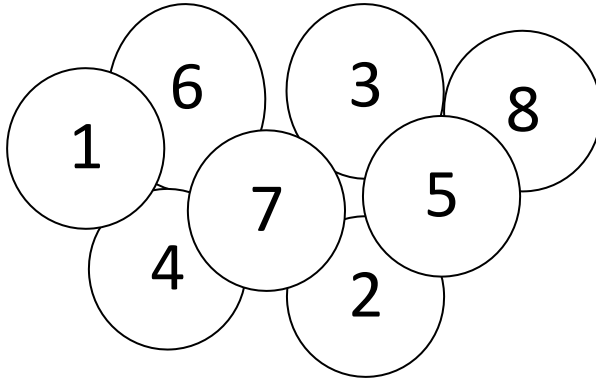
3-7-1 اختبار التوافق الحركي (اختبار الدوائر المرقمة) (1)

الغرض من الاختبار: قياس توافق الرجلين والعينين.

الادوات: ساعة إيقاف – يرسم على الارض ثماني دوائر على ان تكون قطر كل منهما (60) سنتيمتر – ترقيم الدوائر كما هو وارد.

مواصفات الاداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) وعند سماع اشارة اليد يقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة رقم (2) ثم الى الدائرة رقم (3) وهكذا الى ان يصل الى الدائرة رقم (8) ويتم ذلك باقصى سرعه.

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمانية.



شكل (1)

يبين اختبار التوافق الحركي (الدوائر المرقمة)

(1) ريسان خريبط: موسوعة القياسات والاختبارات في التريبيه البدنيه والرياضيه، جامعه البصرة، دار الكتب، 1989، ص183.

3-7-2 اختبار التوازن الحركي

اختبار الانتقال فوق العلامات (1)

الهدف من الاختبار: اختبار القدرة على التوازن اثناء الحركه.

الادوات:

1- ساعة إيقاف.

2- عشر علامات.

3- شريط لاصق ملون.

4- طباشير عادي وملون.

5- شريط لقياس الطول.

مواصفات الاداء

يقف المختبر على علامه البدء بالقدم اليمنى ثم يقفز للوقوف على علامه رقم (1) بمشط القدم اليسرى (يلاحظ تغطيه العلامه بالقدم تماما) ويحاول الثبات في هذا الوضع اطول فترة ممكنه، بحد اقصى 5 ثواني هكذا يصل الى العلامه رقم 10 مستخدما نفس الاسلوب مع ملاحظه تغيير قدم الهبوط في كل وثبه وان تكون المسافه بين العلامات (30) سم. التسجيل

يسجل للمختبر 10 علامات عن كل محاوله وثب ، خمس منها يتم الوثب بصورة سليم هاذ يتطلب ذلك ان يهبط على مشط القدم بحيث يغطي العلامه الموجودة على الارض تماما، اما الخمس درجات الاخرى فتسجل للمختبر عن كا وثبه يستطيع ان يثبت فيها بعد الهبوط، بهذه الصورة تصبح الدرجة الكلية هي (100) درجه.

3-7-3 اختبار الاداء الفني للكمه المستقيمه

اختبار اللكم على وسادة الحائط (2)

الغرض من الاختبار: قياس مستوى الأداء الفني للكمات المستقيمة .
الأدوات المستعملة :

- وسادة حائط أبعادها (90 × 50سم) وسمكها (10سم).

- استمارة تقويم الأداء .

- آلة تصوير فيديو نوع (SONY) يابانية الصنع ذات سعة تردد 25 صورة/ثا عدد(2).

وصف الأداء : يقف المختبر في المكان المخصص له أمام وسائد الحائط وعند سماع إشارة البدء من قبل المدرس يقوم بأداء ثلاث لكمات مستقيمة يسار ثم ثلاث لكمات مستقيمة يمين ، وفي الوقت نفسه يتم تصوير الأداء .

الشروط: العودة إلى وقفة الاستعداد ثم بأداء اللكمة الثانية وهكذا بالنسبة لباقي اللكمات .

التقويم : عن طريق ثلاث مقومين (*) حيث يقوم كل مقوم لوحدة بتقييم كل لكمة من اللكمات ومن خلال إعطاء درجة من (1-10) في استمارة التقويم الموجودة أمام كل مقوم.

(1) ريسان خريبط: المصدر السابق نفسه، ص209.

(2) رامي عبد الأمير. تأثير تمرينات سرعة الاستجابة الحركية في تطوير أهم مظاهر الانتباه وتعلم الأداء الفني للكمة المستقيمة للطلاب المبتدئين بالملكمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2010، ص67.

(*) قام بتقويم الأداء الفني للكمة المستقيمة اليسار السادة المدرجة أسمائهم ادناه:

- 1- ا.دعباس حسين تدريب/ملاكمه كلية التربية الرياضية - جامعة بابل.
- 2- م.م حيدر جاسم ملاكمه كليه التربيه الرياضيه/جامعه المثنى.
- 3- م.م حيدر عبد علي ملاكمه كليه التربيه الرياضيه/جامعه الكوفه.

3-8 اجراءات البحث الميدانيه

تم تطبيق الاختبارات في يومي (الاربعاء والخميس) المصادفان (2013/12/11-2013/12/12) على ملعب كرة السله وقاعه الملاكمه بكليه التربيه الرياضيه جامعه ذي قار.

3-9 الوسائل الإحصائية

استعمل الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية :-

- الوسط الحسابي.
- معامل ارتباط البسيط (بيرسون).
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-4 عرض النتائج وتحليلها

1-1-4 عرض نتائج الارتباط بين التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار وتحليلها

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمه معامل الارتباط البسيط لاختبار التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار

المهارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط		الدلالة الاحصائية
						المحسوبه	الجدوليه	
الاداء الفني	7.78	4.28	التوافق الحركي	7.65	0.88	0.72	0.36	معنوي
			التوازن الحركي	76.42	8.32	0.56		معنوي

قيمه معامل الارتباط الجدوليه (0.36) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجه حريه (28)

يبين الجدول (4) الوسط الحسابي لاختبار الاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار (7.78) وانحراف معياري مقداره (4.28) اما قيمه الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي كانت (7.65) بانحراف معياري قدره (0.88) ، اما قيمه معامل الارتباط البسيط المحسوبه كانت (0.72) وهي اكبر من قيمه معامل الارتباط الجدوليه البالغه (0.36) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجه حريه (28) وهذا يدل على ان هناك ارتباط معنوي بين التوافق الحركي والاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار.

كما بين الجدول (4) ان الوسط الحسابي لاختبار الاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار (7.78) وانحراف معياري (4.28) اما قيمه الوسط الحسابي لاختبار التوازن الحركي كانت (76.42) بانحراف معياري قدره (8.32) ، اما قيمه معامل الارتباط البسيط المحسوبه كانت (0.56) وهي اكبر من قيمه معامل الارتباط الجدوليه البالغه (0.36) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجه حريه (28) وهذا يدل على ان هناك ارتباط معنوي بينهما.

2-4 مناقشه النتائج

لقد ظهر من خلال عرض وتحليل النتائج في الجدول (4) ان هناك علاقه ارتباط معنويه بين التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار. ويعزو الباحثون سبب ذلك الى ان التوافق والتوازن الحركي تعتبران من القدرات المهمه والاساسية التي يعتمد عليها الملاكم ، اذ ان نمو وتطور القدرات الحركية من شأنه ان يساهم في عملية أحداث توازن وتناسق في عمل العضلات ومن ثم توظيف نسب متوازنة من القدرات البدنية كالقوة والسرعة في اداء الواجبات الحركية المختلفة بتوافق وتوازن ورشاقة عالية وهذا ما يحتاجه الملاكم. اضافه الى ذلك يعزو الباحثون سبب ذلك الارتباط الى الارتباط العالي بين التوافق والدقه في الاداء وهذا ما اكده وديع ياسين ومحمد علي في "وجود ارتباط عالي بين الدقه والتوافق" (1).

ومن المعلوم ان للكمه المستقيمه تحتاج الى التوقع الصحيح ما بين لحضه خروج اليد الضاربه باتجاه الهدف وما بين لحظه ظهور وكشف الهدف وهذا يكون من حاسه النظر لاعطاء التقدير السليم الى الجهاز العصبي لايصال الاشارة العصبيه الى العضلات العامله في الذراعين والرجلين فضلا عن توافر عنصر الدقه العاليه في الاداء وهذا كله

يتطلب (قدرات توافق وتوازن) عاليه للجهاز العصبي وهذا ما يؤكد حمادة (1994) بان "الجهاز العصبي يلعب دور مهما في توفير درجه عاليه من التوافق بين الانقباضات العضليه للعضلات المشاركه في الاداء وكذلك تنظيم وتوفير الانقباض والاسترخاء للعضلات المسببه للحركه والعضلات المضادة لها"(2)

(1) وديع ياسين التكريتي ومحمد علي ياسين طه: الاعداد البدني للنساء، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعته الموصل، 1986، ص127.

(2) مفتي ابراهيم حمادة: الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعبي كرة القدم، دار الفكر العربي، 1994، ص81.

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1- وجود علاقه ارتباط ذات دلالة احصائية معنويه بين اختبار التوافق الحركي والاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار للطلاب المبتدئين بالملاكمة.

2- وجود علاقه ارتباط ذات دلالة احصائية معنويه بين اختبار التوازن الحركي والاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار للطلاب المبتدئين بالملاكمة.

2-5 التوصيات

1- ضرورة الاهتمام بالقدرات الحركيه ومنها التوافق والتوازن الحركي اثناء تعليم وتدريب المهارات الاساسيه بالملاكمة.

2- التأكيد على ادخال تمرينات مهاريه خاصه لتطوير التوافق والتوازن الحركي في اثناء الدرس وتخصيص الوقت الكافي لذلك.

3- اجراء دراسات وبحوث مشابهه وعلى قدرات حركيه اخرى قد تكون لها علاقه بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار بالملاكمة.

((Relationship compatibility and balance motor technical performance of the punch straight left to junior students boxing))

Abstract

Conducting research and studies and find a relationship between psychological aspects, mental, physical and skill that is only as a result of scientific progress, and by observing the researchers watched the students of the Faculty of Physical Education University of Dhi Qar is observed that most of the students lacked accuracy performance Bash straight left perhaps the reason for this is a weakness in kinetic capabilities for students, reflects the research problem in the lack of knowledge of relationship harmony and balance motor technical performance of the punch straight left and most of the studies according to science, the researchers did not address this kind of relationship, so the researchers felt disclosed believing the impact of consensus and balance motor on the technical performance of the punch straight left boxing

The research aims to investigate the relationship of harmony and balance motor technical performance of the punch straight left boxing, the researchers used the descriptive manner relational ties to fit the nature of the objectives of the research, and the research was conducted on the second phase of the students in the Faculty of Physical Education at the University of Dhi Qar, for the academic year (2013-2014) for the duration of (15/10/2013) until (12.25.2013.), and the Albagesonon using compatibility tests, balance and locomotor test the technical performance of the punch straight left, has been conducting the scientific basis for the tests, after an exploratory experiment conducted them, and collect the results that have been processed using methods statistical occasion, and in the light of the results obtained, the researchers reached several conclusions, among which was a relationship link statistically significant moral between test compatibility and balance motor technical performance of the punch straight left, and in the light of the findings, the researchers recommended Zerorh attention capabilities kinetic including compatibility and balance motor during education and training of basic boxing skills as well as the emphasis on the introduction of special skill exercises to develop consensus and balance in the motor during a lesson and allocate enough time for that

المصادر

- ابو العلاء احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
- بلوم واخرون: تقييم تعلم الطالب التجميعي والتعليمي، (ترجمه) محمد امين المفتي واخرون، القاهرة، دار ماكروهيل، 1983.
- ذوقان عبيدات و(آخرون): البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه، عمان، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 1988.
- سامي محب حافظ: المدخل إلى الملاكمة الحديثة: مكتبة شجرة الدر، ب.ت.
- رامي عبد الأمير. تأثير تمارين سرعة الاستجابة الحركية في تطوير أهم مظاهر الانتباه وتعلم الأداء الفني للكلمة المستقيمة للطلاب المبتدئين بالملاكمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2010.
- ريسان خريبط: موسوعة القياسات والاختبارات في التدريب البدني والرياضي، جامعة البصرة، دار الكتب، 1989.
- عبد المنعم سليمان. محمد خميس: موسوعة التمارين الرياضية، ط2، عمان، دار الفكر العربي، 1995.
- فوزيه الاخضر، المدخل الى تعليم ذوي الصعوبات التعليمية والموهبيين، الرياض، دار التوبة، 1993.
- محمد صبحي حسنين، القياس والتقويم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995.
- مهند حسين. احمد ابراهيم الخواجه: مبادئ التدريب الرياضي، ط2، عمان، دار وائل للطباعة والنشر، 2010.
- محسن رمضان علي. الملاكمة للمبتدئين، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999.
- مجمع اللغة العربية: معجم علم النفس والتربية، ج1، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية، 1984.
- ناظم شاكر الوتار: التوافق الحركي وعلاقته بدقه الضرب الساق بالكرة الطائرة، بحث منشور في مجله علوم الرافدين، المجلد3، العدد55، كليه التربية الرياضية، جامعه الموصل، 1997.
- نزار الطالب ومحمود السامرائي: المعاملات العلميه بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- نجاح مهدي شلش. مازن عبد الهادي: مبادئ التعلم الحركي، ط2، النجف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010.
- وجيه محبوب. احمد البديري: اصول التعلم الحركي، الموصل، دار الجامعة للطباعة والنشر، 2002.
- وجيه محبوب: التحليل الحركي، جامعه بغداد، كليه التربية الرياضية، 1987.

الملاحق

ملحق رقم (1)

استمارة تحديد الاختبار الانسب للتوافق والتوازن الحركي والاداء الفني للكمه المستقيمه

الاستاذ الفاضلالمحترم

يروم الباحثون اجراء البحث الموسوم بـ(علاقه التوافق والتوازن الحركي بالاداء الفني للكمه المستقيمه اليسار للطلاب بالملاكمة) على طلاب المرحلة الثانيه لكلية التربيه الرياضيه جامعه ذي قار، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في علوم التربيه الرياضيه لذا يرجى اختيار الاختبار الانسب لمتغيرات البحث.

المتغيرات	الاختبار	النسبه المئويه
التوافق الحركي	1-اختبار الدوائر المرقمه	
	2-رمي واستقبال كرات تنس الارضيه باليد	
التوازن الحركي	1-انتقال فوق العلامات	
	2-اختبار الشكل المثلث	
الاداء الفني	1-اختبار اللكم على وساده الحائط	
	2-اختبار الكرة الراقصه	

- اسم الخبير:
- ألامعه والاختصاص
- التوقيع

ملحق رقم (2)

قائمة بأسماء الخبراء والمتخصصين

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
1	د. ناهدة عبد زيد الدليمي	أستاذ	تعلم حركي/ كرة طائرة	كلية التربية الرياضية جامعة بابل
2	د. عادل عودة الغزي	أستاذ	تعلم حركي	كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار
3	د. عايد حسين	أستاذ مساعد	تدريب/ كرة سلة	كلية التربية الرياضية جامعة بابل
4	د. أمين خزل	أستاذ مساعد	فلسفه/ تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار
5	د. صالح جويد	مدرس دكتور	تعلم حركي	كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار
6	د. رشاد طارق يوسف	مدرس دكتور	تعلم حركي/ كرة سلة	كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار
7	د. فراس كسوب	مدرس دكتور	تعلم حركي/ كرة طائرة	كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة
8	حكمت عبد الستار	مدرس مساعد	تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار
9	سامر عبد الهادي	مدرس مساعد	تعلم حركي/ ملاكمه	كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء
10	حيدر محمد	مدرس مساعد	تدريب/ ملاكمه	كلية التربية الرياضية جامعة المثنى
11	حيدر عبد علي	مدرس مساعد	تدريب/ ملاكمه	كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة