

ملخص البحث

أثر استخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية في التعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين

أ.د. فاتن محمد رشيد الجبوري

علي فارس صالح الشاطي

هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على أثر استخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين.
- التعرف على الفروق في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .
- التعرف على الفروق في نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .
- وزعت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبلغت وحدات البحث (12) وحدة تعليمية وقد عولجت البيانات بأستخدام الحقيبة الاحصائية وتم ادراج اهم الاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة وهي :
- ان المنهج التعليمي المستخدم كان له تأثير واضح وايجابي على المتعلم .

Abstract

The Effect of Using External Feedback According to Educational Techniques in Learning Technical Performance for Some Romanian Wrestling Grabs for Beginners

Ali Fares Saleh AL- Shati

Prof.Dr.Fatin Mohammed Rasheed

The study aims at

- Recognizing the effect of Using external feedback according to educational Techniques in learning technical performance for some Romanian wrestling grabs for beginners
- Recognizing differences in the results of the pre and post test for the experimental group and the control group in learning the technical performance of some Romanian wrestling grabs for beginners .
- Recognizing difference in the results of the two dimensional tests for the experimental group and the control group in learning the technical performance of some Romanian wrestling grabs for beginners .
- Sample distributed randomly method to two groups (experimental and control) the unites of the research arrived (12) learning unites for every group the data were dealt with by statistical case using (spss) , and inserted the most important of them conclusions the research arrived to , which are:
- The learning method that was used had a clear effect on the learner .

1- التعريف بالبحث:

1-1- المقدمة واهمية البحث:

تعد لعبة المصارعة من الالعاب الرياضية التي تتطلب إلى بذل جهد متواصل من قبل المدرب والمتعلم من اجل تعلم مسكاتها، خاصة وان الأداء الفني للمسكات في لعبة المصارعة يعد

من الاسس الاولية في المصارعة ،"اذ ان استكمال وتثبيت الأداء الفني (المسكات) المحتوى الرئيس في عملية التدريب،اذ يأخذ مكانة مهمة ضمن بناء المستوى لان تأثير تنفيذه في المنافسة مبني عليه مجمل التدريب،لذلك يعتبر تنفيذ (المسكة الفنية الهدف الاساس في المنافسة"⁽¹⁾،ان لكل مسكة في المصارعة لها خاصية معينة عند تعليمها للمبتدئين،خاصة وان مسكات الوقوف في المصارعة الرومانية تتطلب الوضوح في كافة النواحي الفنية لها،أذ انها تعتمد على النقل الحركي السريع بين اجزاء الجسم وكذلك مركز ثقل الجسم الذي يتغير في كل مرحل من مراحل الأداء الامر الذي يتطلب توفير جميع متطلبات عملية التعلم ومنها التغذية الراجعة، فضلاً عن دور التقنيات الذي لا يقتصر فقط على ايجاد الوضوح الذي يحتاج إليه المتعلم فقط وإنما يقدم له المستوى الذي بلغه من التعلم لهذا تكمن اهمية الدراسة في استخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية فالتقنيات تولد لدى المتعلم التصور والوعي الصحيح عن كيفية القيام بالأداء عند التكرارات اللاحقة، إذ من الصعب على المتعلم المبتدئ في بداية تعلمه أن يكون لديه وضوح عن أخطاء الأداء الفني للمسكات من خلال تلقيه تغذية راجعة من المدرب بشكلها الاعتيادي فقط.

2-1- مشكلة البحث :

من خلال اطلاع الباحث على الدراسات السابقة وكذلك من خلال ملاحظته للوحدات التعليمية في المصارعة الرومانية للمبتدئين في منتدى سامراء وجد أن الأداء الفني للمسكات يتطلب سرعة وربط لأن أية تجزئة في الاداء الحركي بين الاجزاء الفنية للمسكة يؤثر على مستوى أدائها ويرافقها بعض الاخطاء في الأداء التي يدرك المتعلم منها القليل و يجعله يستقبل نسبة ضئيلة من المعلومات الصحيحة التي يعطيها المدرب له ، هذا بالإضافة إلى عدم استخدام التقنيات التعليمية الذي وَلَدَ غياب الوضوح الكافي للمتعلم لفهم الأخطاء وتصحيحها الأمر الذي من شأنه أن يؤثر على مستوى الأداء الفني للمتعلم والذي لايجعله يرتقي إلى المستوى الجيد ومن أجل تعلم بعض من هذه المسكات للمبتدئين بشكل المطلوب، أرتأى الباحث استخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية من أجل إعطاء التصور الصحيح عند تعليم المبتدئ .

1-3- هدافا البحث:

- التعرف على أثر استخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين.
- التعرف على الفروق في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .

(1) حمدان رحيم الكبيسي ؛التعليم والتدريب في المصارعة : (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2008) ص87.

- التعرف على الفروق في نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .

1-4- فرضا البحث:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الاداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .

- وجود فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم الاداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين .

1-5- مجالات البحث:

1-5-5- المجال البشري: عينة من المبتدئين في منتدى شباب سامراء.

1-5-2- المجال الزمني: من 2014/3/16 ولغاية 2014/5/18

1-5-3- المجال المكاني: قاعة المصارعة في منتدى سامراء.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2-1- الدراسات النظرية

2-1-1- مفهوم التغذية الخارجية:

وهي التي لا تأتي من ذات الفرد أو الأعضاء الاخرى وإنما من مصادر خارجية كتعليمات المعلم مثلا ولهذا النوع من التغذية الراجعة الأثر الكبير في تحسين الأنجاز وعلى المعلم في مثل هذه المواقف أن يشير إلى نوع الخطأ مع اعطاء الحلول المناسبة لتحسين الوضع و أنجاز افضل⁽¹⁾.

(1)وجيه محبوب ،احمد بدري؛اصول التعلم الحركي،ط1(الموصل،الدار الجامعية للطبعة والنشر

والترجمة،2002)ص119

2-1-2 مفهوم التقنيات التعليمية

"ان مصطلح التقنيات التعليمية ما هو الا مرادف لمصطلح الوسائل التعليمية ،وان هذا المصطلح هو رغبة المربين في تطوير مصطلح الوسائل التعليمية او الوسائل السمعية او الوسائل البصرية لتنماشى مع الوسائل التعليمية الحديثة للوصول اليها نتيجة التقدم العلمي والتكنولوجي "(1) "ان التقنيات التعليمية عملية متشابهة متداخلة تتضمن المشاركة الفعالة بين عدة عناصر تشمل العنصر البشري واساليب العمل والافكار وغيرها"(2).

2-1-3-2 انواع التقنيات التعليمية :

هناك الكثير من التقنيات التعليمية التي تستخدم في التعلم ، اذ توفر كل تقنية خاصية معينة للتعلم، لذا ان هذه الانواع تخاطب حواس المتعلم لذا فان انواعها تنحصر بأقسام : (3).

2-1-3-1-2 التقنيات البصرية : ان عنصر حاسة البصر في هذه الوسيلة يعد الاساس في الاستلام المثيرات ،وتتمثل في كثير من الوسائل منها (وسائل العرض المختلفة الصماء السينما ،والتلفزيون ،والفيديو، وجهاز عرض الشرائح واللوحات والرسوم والصور والنماذج والمصقات والرسوم البيانية وجهاز الحاسوب.

2-3-1-2 التقنيات السمعية: تكون حاسة السمع هي الاساس في تعيين المثيرات المختلفة التي تتطلب الاستجابة لها ومنها (الاذاعة ،اشرطة التسجيل).

2-3-1-3 التقنيات المختلطة (السمعية البصرية): وتعتمد على البصر والسمع في توفير المثيرات. ويرى الباحث ان هذه الانواع أخذت تلبى الكثير من حاجات الانسان ولاسيما الناحية التعليمية. " أذ انه يمكن ان تستعمل في كثير من الموضع التعليمية في احداث عملية التعلم ونقل واكتساب المهارات ،وتشجع وتحفز المتعلمين على التعلم في الجهد التعليمي الفردي والجماعي"(4). وأشار شمادت (1999) بان استخدام العناصر الحسية السمعية والبصرية في ادخال المعلومات وتنظيم وتنسيق الحركات تعطي معلومات حول هيئة المحيط الذي تتعلم فيه وكذلك عن حالة اجسامنا وحركاتها "(5)

(1) محمود داود الربيعي ؛التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضة، ط1: (لبنان ، دار الكتب العلمية، 2012) ص347.

(2) Titus Aaron. Internet in the Physics classroom Davidson .college carolina,u,s,a,1998) P29

(3) ندى راضي كشاش ؛تأثير استخدام بعض التقنيات البصرية في السرعة الادراكية والحس الحركية للتعلم والاحتفاظ بمهارة التصويب بكرة اليد : (رسالة ماجستير، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية ، 2012) ص29.

(4) Carle. Will Goose, The Curriculum in Physical Edu Caution, Second Edition, Boston University, 1974, p. 152

(5) Schmidt A. Richard. Motor Learning and Performance Human Kinetics Book. Champaign – Illinois, 1999 , p96.

2-1-4- المصارعة الرومانية :

"سميت المصارعة الرومانية بهذه التسمية نسبة إلى الاغريق والرومان حيث يرجع الفضل اليهم في وضع اسس ومبادئ مثل هذا النوع من المصارعة والذي يسمح بالصراع في هذا النوع من قمة الرأس حتى منطقة الخصر وفيه يتصارع مصارعان محاولاً أحدهما طرح منافسه على البساط لوضعه في لمسة كتفين حيث يستمر ملازمة الكتفين للبساط لمدة خمسة ثوان وبهذا يعتبر المصارع مهزوما وهذا النوع من المصارعة لايسمح بمسك اسفل الخصر وكذلك محرم استخدام الارجل في الحركات او استعمال المسكات المؤلمة مثل لي الاصابع او حركة عكس المفصل او الضرب او اللكم او شد الشعر او الخنق كل هذه افعال ممنوعة في هذا النوع وبهذا نجد ان المصارعة الرومانية تعتمد على سهولة في الخطوات والفن في ادائها"⁽¹⁾.

ويكون في المصارعة الرومانية هناك وضعين في النزال هما:⁽²⁾.

1- وضع الصراع وقوفا :

هو وضع التحفيز الذي يتخذه اللاعب اثناء الصراع وقوفا بحيث يوفر له التوازن وسهولة وحرية الحركة ويمكنه من أداء الحركات الهجومية والدفاعية .

2- وضع الصراع أرضا :

وهو الوضع الذي تنفذ منه جميع المهارات للأسفل ويكون المدافع يركز على (6) نقاط الكفين والركبتين والمشطين ويمسك المهاجم منافسه من الوسط ويكون واقفا او مستندا على احدى ركبتيه، ويعتبر التكنيك المفضل لمعظم اللاعبين هو كيفية إجلاس المنافس او حصول المهاجم على فرصة اعتلاء منافسه في وضع الصراع أرضا حتى يعطي لنفسه فرصة أكبر للهجوم لان منافسه يكون جسمه وكتفاه قريبتين من البساط وفرصة تعويضهما لوضع الخطر كبير.

2 - 2 الدراسات السابقة :**2-2-1- دراسة (ابتسام حيدر بكتاش ، 2009)⁽³⁾ :**

((أثر استخدام بعض التقنيات الحديثة كوسيلة تعليمية في تحسين مستوى الأداء الفني بقذف الثقل))

(1) احمد عبد الحميد عمارة ، حسام الدين مصطفى حامد؛ اسس التدريب في المصارعة ، ط1: (عمان، دارالمسيرة ، 2009) ص19.

(2) احمد عبد الحميد عمارة، حسام الدين مصطفى حامد ؛ نفس المصدر ، ص21 .

(3) أبتسام حيدر بكتاش ؛ أثر استخدام بعض التقنيات الحديثة كوسيلة تعليمية في تحسين مستوى الأداء الفني بقذف الثقل : (مجلة الثقافة الرياضية ، المجلد الأول ، العدد الثاني ، 2009) .

هدفت الدراسة إلى ما يأتي :

- التعرف على أثر استخدام التقنيات الحديثة (عارض البيانات الداتا شو والحاسوب المحمول لابتوب والجوال) كوسائل تعليمية في تحسين مستوى الأداء الفني بقذف النقل .
- التعرف على أثر استخدام التقنيات الحديثة (عارض البيانات الداتا شو والحاسوب المحمول لابتوب والجوال) كوسائل تعليمية في تحسين مستوى الأنجاز بقذف النقل.
- التعرف على أفضل الوسائل التقنية ذات التأثير الإيجابي في تحسين مستوى الأداء الفني ومستوى الأنجاز بقذف النقل .

- إجراءات الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي أسلوب المجموعات المتكافئة ، أما عينة البحث فقد تكونت من (40) طالباً من طلاب الصف الأول في كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت للعام الدراسي 2008-2009 وقُسموا إلى أربع مجاميع (ضابطة وثلاث تجريبية) متساوية بالعدد واعتمدت على المنهاج التعليمي المقرر الخاص بقذف النقل وعلى الفلم التعليمي المصمم فيديو الأقراص المدمجة (CD) واستمارة تقويم الأداء الفني بقذف النقل ودرجات المقومين في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات الأربعة ليتم عرضها بالبطيء والاعتيادي على الخبراء المقومين واستخدمت الدراسة التقنيات التعليمية (الداتاشو ، الحاسوب ، الجوال (الموبايل) ولقد طبقت (12) وحدة تعليمية على كل مجموعة وبمعدل وحدتين اسبوعياً وبزمن (90) دقيقة للوحدة التعليمية. واستخدمت الدراسة الوسائل إحصائية (النسبة المئوية ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط بيرسون ، اختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين وغير مرتبطتين ، تحليل التباين باتجاه واحد) .

- واستنتجت الباحثة ما يأتي :

- أن استخدام بعض التقنيات الحديثة كوسيلة تعليمية قد ساهمت في تقديم معلومات إضافية وتعزيزية عن المادة التعليمية مما أثر إيجابيا في مستوى تعلم الأداء الفني التي تمت دراستها للمجموعات التجريبية الثلاثة.
- إن استخدام كل من التقنيات الحديثة كوسائل تعليمية لتقديم معلومات إضافية تعزيزية عن المادة التعليمية قد أثر إيجابيا في تحسين مستوى الأنجاز وللمجموعات التجريبية الثلاثة .
- ساهم استخدام عارض البيانات داتاشو في المجموعة الثالثة في تجزئة المهارة وعرضها بالسرعة البطيئة ولعدة مرات والتي تم دراستها للمجموعة التجريبية الثالثة في زيادة تحسين مستوى الأداء

الفني ومستوى الإنجاز وبدرجة أكبر مما هو عليه عند استخدام الجوال والحاسوب المحمول لايتوب .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1- منهج البحث:

اختار الباحث المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث

3-2- مجتمع البحث وعينه :

أذ تم اختيار مجتمع البحث بطريقة العمدية من المبتدئين من المركز التخصصي للمصارعة فيمبنتدى شباب سامراء لسنة (2013-2014) والبالغ عددهم (17) مبتدئ، أما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية التي قسمت بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) التي بلغ عدد دها (12) مبتدئ تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين (تجريبية وأخرى ضابطة) بواقع (6) مبتدئين لكل مجموعة، بعد ان تم استثناء (5) اثنان منهم لاعبين وثلاثة الاخرين للمشاركة بتنفيذ التجارب الاستطلاعية .

3-3- تصميم التجريبي :

استخدم الباحث "التصميم التجريبي للمجموعات المتكافئة ذات الاختبارات القبلية والبعدية" (1).

3-4- وسائل جمع المعلومات والبيانات :

المقابلات الشخصية ، تحليل محتوى المصادر ، استمارات الاستبيان، الاختبارات والمقاييس، الانترنت ، الملاحظة العلمية، استمارة تقييم الأداء الفني

3-5- الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

3-5-1- الاجهزة المستخدمة في البحث:

- كاميرا نوع (sonny) عدد (1)، (موبايل) نوع (samsung) عدد واحد، كمبيوتر (laptop)

نوع (Dell) عدد (1) (Data show) عدد (1) ، جهاز (iPod) نوع (AOC) عدد واحد

3-5-2- الادوات المستخدمة في البحث : - كرة طبية زنة (3كغم)، كرسي عدد واحد

حزام، مجلدات عاكسة للضوء عدد (25)، ابسطة عدد (12)، ميزان طبي لقياس طول المتعلمين

3-6- تجانس عينة البحث : من اجل تجنب ان يكون هناك تفاوت في العمر والطول والوزن

والتي من شأنها تؤثر في التجربة قام البحث بأجراء التجانس ووجد ان عينة البحث متجانسة في العمر والطول والوزن كما بين جدول (3)

(1) رجاء محمود أبو علام ؛ مناهج البحث العلمي في العلوم النفسية والتربوية (القاهرة، دار

النشر، 2004) ص 209

جدول (3)

يبين تجانس عينة البحث (العمر، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	$\pm$ ع	الوسيط	المنوال	معامل الالتواء
1	الطول	سم	148.8	6.07	146.5	145	0.37
2	العمر	سنة	13.4	0.51	13	13	0.77
3	الوزن	كغم	36	0.27	35	35	0.35

ومن الجدول يتبين ان قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين $(1 \pm)$ وهذا يدل ان العينة متجانسة

3-7- تكافؤ مجموعتي البحث

من اجل عدم التأثير على نتائج البحث ، أجرى الباحث التكافؤ بين المجموعة الضابطة والتجريبية وقد تبين ان المجموعتين متكافئتين في القدرات البدنية، كما هو مبين في جدول (4)

جدول (4)

يبين تكافؤ عيني البحث في بعض القدرات البدنية

الاختبارات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		Sig	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع		
القوة الانفجارية للذراعين والكتفين	م/سم	1.73	0.121	1.69	0.194	0.7	غير معنوي
التحمل العضلي لمنطقة الذراعين والكتفين	تكرارات	5.83	1.470	5.66	1.032	0.08	غير معنوي
قياس مرونة العمود الفقري	سم	37.5	4.59	35.5	3.20	0.40	غير معنوي

* معنوي اذ كان مستوى الدلالة اصغر او يساوي (0.05)

3-8- تحديد بعض المسكات الاساسية في المصارعة الرومانية للمبتدئين :

من خلال المقابلات الشخصية التي اجراها الباحث مع ذوي الاختصاص والخبرة وتحليل محتوى المصادر استطاع ان يحدد مجموعة من المسكات في الاساسية في المصارعة الرومانية قام الباحث بوضعها في استمارة استبيان وعرضها على الخبراء والمختصين وقد تم تفريغ الاستبيانات وارتضى الباحث بالمسكات التي نالت نسبة اتفاق اكثر من 75% "أذيشير بلوم (اخرين) إلى ان على الباحث الحصول على نسبة اتفاق 75% فأكثر من اراء المحكمين"⁽¹⁾

- المسكات التي تم ترشيحه (مسكة الرمي بحجز الرأس والذراع، مسكة سحب الخصم للأسفل، مسكة الرمي بلف الذراع، مسكة رمية الورك، مسكة الرمي بمسك الرأس والذراع البعيدة ، مسكة الدوران بربط الخصر ،مسكة قفل الرقبة ، مسكة الدوران الخلفي بربط الرقبة.

(1) بلوم و(اخرين):تقييم الطالب التجميعي والتكويني ،ترجمة ،محمد المفتي (وأخرون): (القاهرة ،دار ماكجروهيل، 1983)ص126.

الذراع الممدودة، مسكة الكندة (مسكة الرمي من فوق الصدر بالتطويق من الخلف)
- المسكات التي تم ترشيحها من قبل الخبراء (مسكة سحب الخصم للأسفل، مسكة الرمي بلف الذراع، مسكة الدوران بربط الخصر، مسكة الكندة (مسكة الرمي من فوق الصدر من الخلف)

3-9- تحديد العناصر والقدرات البدنية واختبارتها المؤثرة في تعلم الأداء الفني:

من خلال استخدم الباحث اسلوب تحليل محتوى المصادر العلمية وطلّاعه على دراسات السابقة تمكن الباحث من استخلاص مجموعة من القدرات البدنية ووضعها في استبيان ليتم عرضها على الخبراء.
- العناصر والقدرات البدنية التي تم ترشيحها (القوة القصوى للذراعين، القوة الانفجارية للذراعين والكتفين، القوة الانفجارية للذراعين والجذع، القوة الانفجارية للرجلين، التحمل لمنطق الذراعين والكتفين، تحمل قوة لعضلات الذراعين والكتفين، الرشاقة، مرونة الكتفين، مرونة عضلات الظهر، قياس مرونة العمود الفقري، مرونة الجذع).

- الخبراء الذين عرضت عليهم استمارة الاستبيان لتحديد بعض المسكات

أسم الخبراء	الاختصاص	مكان العمل
أ.د.علي سلمان	تدريب / مصارعة	كلية التربية الرياضية / جامعة المستنصرية
أ.د. عبدحمدان رحيم رجا	تدريب / مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة بغداد
أ.م.د. لؤي جود ساطع	تدريب / مصارعة	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. معد سلمان ابراهيم	فسلجة تدريب	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. علي فائق الدوري	تعلم حركي / مصارعة	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية

- المقابلات الشخصية: كان الهدف من المقابلة معرفة أهم المسكات الاساسية

أ.د. حمدان رحيم الكبيسي - تدريب / مصارعة - كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
أ.م.د. لؤي جواد ساطع - تدريب / مصارعة - كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
علي عبد الرزاق محمد صالح - مدرب نادي سامراء للمصارعة

الخبراء الذين عرضت عليهم استمارة الاستبيان لتحديد القدرات البدنية

أسم الخبراء	الاختصاص	مكان العمل
أ.د. عبد الكريم محمود السامرائي	قياس وتقويم / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة سامراء
أ.د. حمدان رحيم رجا	تدريب / مصارعة	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
أ.م.د. معد سلمان ابراهيم	فسلجة تدريب	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. زياد طارق حامد	تعلم حركي / مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل
أ.م.د.سلوان خالد محمود	طرائق تدريس / مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل

- القدرات البدنية التي تم ترشيحها من قبل الخبراء (القوة الانفجارية للذراعين والكتفين⁽¹⁾)، التحمل لمنطقة الذراعين والكتفين⁽²⁾، قياس مرونة العمود الفقري⁽³⁾

- الاختبارات التي تم ترشيحها من قبل الخبراء (دفع الكرة الطبية (3) كغم باليدين، ثني الذراعين من الانبطاح المائل، ثني الجذع خلفاً من الوقوف)

3-10-10- الاسس العلمية لاختبارات القدرات البدنية :

قام الباحث بأيجاد الثبات والصدق والموضوعية لكل اختبار لان الاختبارات التي تم تنفيذها مطبقة على بيئة غير للبيئة العراقية غير فئة البحث .

3-10-1- معامل ثبات الاختبار : قام الباحث باجراء الاختبار الاول في يوم الثلاثاء بتاريخ

2014/3/18 بعد مرور (7) ايام من قام باجراء الاختبار الثاني وعلى نفس العينة ، كما جدول (5)

3-10-2- معامل صدق الاختبار : استخدم الباحث الجذر التربيعي لمعمل الثبات لاستخراج

الصدق كما هو مبين في جدول (5)

3-10-3- معامل موضوعية الاختبار: من اجل التخلص من الاحكام الذاتية وتدخل الذاتي قام محكمين (*) بأعطاء الدرجات للمختبرين، كما هو مبين في جدول (5)

جدول (5)

يبين الاسس العلمية لاختبارات القدرات البدنية

اسم الاختبار	معامل الثبات	معامل الصدق	معامل الموضوعية
1- القوة الانفجارية للذراعين والكتفين	0.98	0.98	0.94
3- التحمل العضلي لمنطقة الذراعين والكتفين.	0.98	0.98	0.93
3- قياس مرونة العمود الفقري	0.97	0.98	0.92

3-11- التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء ثلاثة تجارب أثنان تتعلق باختبارات القدرات البدنية وواحدة خاصة بالمنهج التعليمي كان الهدف منها: -

- معرفة مدى ملائمة الاختبارات للعينة واستخراج الاسس العلمية للاختبارات.

- معرفة الباحث ملائمة المنهاج للعينة.

- معرفة الاخطاء والمعوقات التي تحصل اثناء تنفيذ التجربة الرئيسية

(1) محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان ؛ أختبارات الأداء الحركي : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2001) ص 89.

(2) محمد ابراهيم شحاتة، محمد جابر بريقع؛ القياسات الجسمية وأختبارات الأداء الحركي : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2007) ص 68.

(3) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط6: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2004) ص 268-269.

(*) **المحكمان** - علي عباس ابراهيم - بكالوريوس تربية رياضية

- عزيز خالد محمد - معهد معلمين- قسم التربية الرياضية

12-3- الاختبار القبلي :

بإشراف الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد وبحضور المدرب اجرياً الاختبار القبلي لعينة الباحث في يوم الخميس بتاريخ 2014 /3/29 في قاعة المصارعة /منتدى سامراء .

13-3- تحديد صلاحية المنهج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية :

أجرى الباحث مقابلات شخصية مع عدد من الخبراء والمختصين ثم قام الباحث بأعداد الوحدات التعليمية للمنهج التجريبي وضعها في استبيان ليتم عرضها على السادة الخبراء لبيان صلاحيته.

14-3- التجربة الرئيسية :**1-14-3 - خطوات اجراء التجربة الرئيسية :**

- تم اعطاء وحدتين تعريفيتين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) وكان موعد اول وحدة تعليمية تعريفية بتاريخ (2014/3/27) الموافق يوم(الخميس) التي كان الهدف منها هي معرفة عينة البحث على طبيعة الاداء الفني للمسكات التي يتم تعليمها لكي تتكون لديهم فكرة اولية عن الاداء لكونهم عينة خام لم يتسنى لهم معرفة الاداء بشكل مسبق .
- تم الاتفاق مع مدرب حول تطبيق (12) وحدة تعليمية وفق المنهج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية وفق بعض التقنيات التعليمية .
- استخدمت المجموعة التجريبية التغذية الراجعة الخارجية بعض التقنيات التعليمية والفلم التعليمي المصمم من قبل الباحث

- استخدمت المجموعة التجريبية التقنيات التعليمية(الحاسوب الالكتروني (لاب توب وداتاشو وجهاز اليباد المحمول) أما المجموعة الضابطة اعتمدت على الاسلوب المعتمد من قبل المدرب.
- تم تنفيذ (12) وحدة تعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة من تاريخ 2014/3/30 الموافق

- خبراء الذين عرض عليهم المنهج التعليمي

أسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
أ.د.حمدان رحيم رجا	تدريب /مصارعة	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
أ.د. عامر محمد سعودي	تعلم حركي/جمناسك	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل
أ.م.د.جميل شكري الهلالي	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل
أ.م.فريق فايق قاسم	تدريب/مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل
أ.م.د.زياد طارق حامد	تعلم حركي/مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة الموصل

- المقابلات الشخصية: كان الهدف من المقابلة معرفة الاسس العلمية للمنهج التعليمي .

- نزهان حسين العاصي - تعلم/طرق تدريس - كلية التربية الرياضية/جامعة تكريت
- عبد الكريم محمود السامرائي - قياس وتقويم/كرة قدم - كلية التربية الرياضية/جامعة سامراء
- حمدان رحيم رجا - تدريب /مصارعة- كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
- لؤي جواد ساطع - تدريب /مصارعة - كلية التربية الاساسية/الجامعة المستنصرية

يوم (الاحد) ولغاية 2014/5/12 الموافق يوم (الاثنين) وكان زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة مقسمة الى (6) دقيقة للقسم الاعدادي و(34) للقسم الرئيسي و(5) للقسم الختامي وبمعدل وحدتين تعليميتين في الاسبوع .

تم عرض الفلم التعليمي بالشكل الاعتيادي والبطئى للمجموعة التجريبية في نهاية الاداء التعلم في كل وحدة تعليمية.

- استخدمت التقنية التعليمية لاب توب في (12) وحدة تعليمية بالتمارين الثلاثة الاولى من كل وحدة تعليمية واستخدمت هذه التقنية من اجل عرض الفلم التعليمي والتحكم فيه من خلال عرضه بالسرعة الاعتيادية والبطيئة وكذلك ضبط الاوقات المخصصة للعرض .

- استخدمت التقنية الداتا شو في (12) وحدة تعليمية بالتمارين الثلاثة الاولى من كل وحدة تعليمية واستخدمت هذه التقنية من اجل العرض .

- استخدمت التقنية الايباد في (12) وحدة تعليمية بالتمارين الرابع من كل وحدة تعليمية واستخدمت هذه التقنية من اجل تصوير اداء المتعلمين ومن ثم العرض عليهم مرة اخرى من اجل تصحيح الاخطاء .

- تم عرض الفلم التعليمي للمجموعة التجريبية بالتقنيات المختلفة وبازمنة مختلفة من كل وحدة تعليمية وفي نهاية الوحدة التعليمية.

3-15- الاختبار البعدي :

بعد الانتهاء من تنفيذ (12) وحدة تعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة وحسب خصوصية لكل مجموعة قام الباحث بأجراء الاختبار البعدي لبعض المسكات المصارعة الرومانية في تاريخ (2014/5/19) الموافق يوم (الاثنين)

3-16- استمارة تقييم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين :

استلزمت عملية تقويم الأداء الفني وجود استمارة لتقويم واعطاء الدرجة لكل قسم من اقسام المسكة ، وبعد اطلاع الباحث على دراسات والبحوث السابقة الخاصة (1)(2)(3) وبعد اعداد استمارة استبيان و عرضها على المختصين ،اصبحت درجة القسم التحضيري للمسكات(4) والرئيسي(3) والختامي(3) بعد ان نالت اتفاق 85% فأكثر من أراء الخبراء .

(1)علي فرهاد خشناو ؛ أثر استخدام الوسائل التعليمية في تعلم فن الاداء في المصارعة: (مجلة الرافيدين للعلوم

الرياضية ، المجلد العاشر ، العدد السادس والثلاثين ، 2009)ص55

(2) فائز كريم صالح ؛ تأثير استعمال أسلوب المقاربات والتعلم الذاتي في تعلم بعض مسكات المصارعة الحرة :(رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية /جامعة المستنصرية ،2013)ص117.

(3) عبد الغفور ردام علي؛ تأثير تمارينات خاصة في تطوير الاستقرار النفسي والأداء الفني لبعض مسكات

المصارعة الرومانية أعمار 18-20 سنة :(رسالة ماجستير غير منشورة_، كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى

،2013)ص66.

3-17- احتساب درجات التقييم الاداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين :

أشار (وجيه محجوب ، 1987) إلى انه يمكن تحليل المهارات الرياضية بأحدى الطرق الاتية:
 الطريقة الاولى: اداء الحركة وتقويمها بواسطة الخبراء عن طريق المشاهدة مع التسجيل .
 الطريقة الثانية : اداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صورياً عن طريق (فيلم) سينمائي أو فيديو ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء والمختصين .⁽¹⁾
 ولصعوبة جمع ثلاثة مقومين في يوم واحد ، استعانة الباحث بالطريقة الثانية بواسطة الخبراء (*)
 4-1- عرض النتائج ومناقشتها :

4-1-1- عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية جدول (10) وبين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة جدول (11) وبين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة جدول (12) في تقييم أداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين
جدول (10)

المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع		
مسكة سحب الخصم للأسفل	درجة	5.31	0.41	6.93	0.90	0.02	معنوي
مسكة الرمي بلف الذراع	درجة	4.83	0.40	6.40	0.80	0.01	معنوي
مسكة الدوران بربط الخصر	درجة	5.08	0.33	6.60	0.93	0.03	معنوي
مسكة الرمي من فوق الصدر بالتطويق من الخلف	درجة	5.35	0.22	6.33	0.81	0.01	معنوي

*معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

(1) وجيه محجوب ، نزار مجيد الطالب؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي، 1987) ص 81
 - الخبراء والمختصين الذين قاموا بتحديد درجة كل قسم من اقسام المسكات

أسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
أ.د.علي سلمان عبد	تدريب /مصارعة	كلية التربية الرياضية / جامعة المستنصرية
أ.د. حمدان رحيم رجا	تدريب /مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة بغداد
أ.م.د. لؤي جود ساطع	تدريب /مصارعة	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. معد سلمان ابراهيم	فلسفة تدريب	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. علي فائق الدوري	تعلم حركي/مصارعة	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
عادل عبد الستار احمد	حكم دولي ومدرّب	مدرّب نادي الاعظمية سابقا
علي عبد الرزق محمد	لاعب دولي	مدرّب نادي سامراء
اسماء الخبراء الذين قاموا بعملية تقييم الاداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية		
أسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
أ.د. حمدان رحيم رجا	تدريب /مصارعة	كلية التربية الرياضية / الجامعة بغداد
أ.م.د. لؤي جود ساطع	تدريب /مصارعة	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية
أ.م.د. معد سلمان ابراهيم	فلسفة تدريب	كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية

جدول (11)

المتغيرات الإحصائية المسكات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع±	س	ع±	س		
مسكة سحب الخصم للأسفل	درجة	4.65	0.71	5.43	1.25	0.04	معنوي
مسكة الرمي بلف الذراع	درجة	4.51	0.60	4.66	0.51	0.17	غير معنوي
مسكة الدوران بربط الخصر	درجة	4.071	0.44	5.15	0.07	0.19	غير معنوي
مسكة الرمي من فوق الصدر بالتطويق من الخلف	درجة	4.75	0.66	4.91	0.48	0.08	غير معنوي

*معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

الجدول (12)

المتغيرات الإحصائية المسكات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع±	س	ع±	س		
مسكة سحب الخصم للأسفل	درجة	6.93	0.90	5.43	1.25	0.03	معنوي
مسكة الرمي بلف الذراع	درجة	6.40	0.80	4.66	0.51	0.01	معنوي
الدوران بربط الخصر	درجة	6.60	0.93	5.51	0.70	0.01	معنوي
مسكة الرمي من فوق الصدر بالتطويق من الخلف	درجة	6.33	0.81	4.91	0.84	0.01	معنوي

*معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

4-2 مناقشة النتائج :

4-2-1 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تقييم

الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين:

يتبين لنا من جدول (10) أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تقييم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين لصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحث السبب إلى تأثير التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية إذ أن التغذية الراجعة الخارجية مكنت المتعلم من اكتساب المعلومات الصحيحة وتوظيفها في التطبيق الميداني هذا من ناحية ومن ناحية أخرى يرى الباحث أن التقنيات التعليمية كان لها دور فعال في تعزيز دور التغذية الراجعة، فمن خلال استخدام مدرب للتقنيات تمكن من رصد وتشخيص الأخطاء التي تعيق تنفيذ الأداء الفني بشكل الصحيح أذ بتشخيص تلك الأخطاء أصبحت عملية الاستيعاب للمتعلمين سهلة ووضحة لهم من خلال إيجاد نقاط الضعف في الأداء والعمل على تصحيحها أثناء تنفيذ الأداء كما ويشير (محمد سعد، 2014 نقلاً عن حازم مطرود) "أن استخدام

التقنيات التعليمية في عملية التعلم يثير انتباه المتعلم بدرجة كبيرة ويسهم في زيادة ميل المتعلم نحو المهارة الحركية ودفعهم إلى زيادة بذل الجهد لتحسين .

أدائهم وتساعد على تصحيح الأخطاء وذلك عن طريق المقارنة أدائهم بالأداء الصحيح⁽¹⁾

4-2-2- مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تقييم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين:

يتبين من جدول(11) أن هناك فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمسكة سحب الخصم للأسفل ويعزو الباحث السبب إلى طريقة المدرب المستخدمة في التعلم وخبرته التي ركز بها على تعلم هذه المسكة نظراً لسهولة تعلمها وقلة تعقيد المسار حركي لها مقارنةً بالمسار الحركي للمسكات الأخرى سهل على أفراد المجموعة الضابطة تعلم هذه المسكة "، إذ إن المسكات السهلة هي المسكات التي يكون مسارها الحركي بسيط وخالي من التعقيدات الحركية تقريباً وسهل تعلمها ودائها بسرعة من مختلف المراحل العمرية"⁽²⁾، أما بالنسبة لبقية المسكات الأخرى فكانت هناك فروقاً غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لهذه المسكات ويعزو الباحث السبب إلى اعتماد المدرب على التغذية الراجعة الخارجية الغير مقرونة بالتقنيات التعليمية والتي جعلت المتعلم لا يتمكن من معرفة التفاصيل عن الأخطاء التي تحصل بعد التنفيذ لأن لا يوجد ما يعزز كلام المدرب كصور إيضاحية أو فلم تعليمي لتوضح الأخطاء بدقة للمتعلم

4-2-3- مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في تقييم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين

من خلال الجدول (12) تبين نجد أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في تقييم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية للمبتدئين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ويعزو الباحث السبب إلى تأثير التغذية الراجعة الخارجية وفق التقنيات التعليمية وإمكانيتها في توفير الفرصة للمتعلم في استعادة تركيزه وتوجيه انتباهه إلى المعلومات التي يقدمها المدرب له بعد نهاية كل تكرار "أذ إن الفلم الذي يعرض بالسرعة الاعتيادية للحركة والسرعة البطيئة يجعل أفراد العينة يلاحظون الأجزاء الدقيقة لأداء المهارة خاصة عند عرض الفلم بالسرعة البطيئة مما يساعد على تطور كامل لنتائج الحركة وتسلسل مراحل الحركة."⁽³⁾، كما شكل تصوير أداء المتعلمين ومن ثم عرضه عليهم

(1) محمد سعد جبر خليفة؛ أثر استخدام بعض التقنيات التعليمية في التعلم والاحتفاظ للأداء الفني في فعالية رمي

القرص (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية/ جامعة تكريت، 2013) ص81

(2) حمدان رحيم الكبيسي؛ التعلم والتدريب الرياضي في المصارعة: (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2010) ص88

(3) آزاد حسن عبدالله ؛ تأثير وسائط متعددة في تعلم بعض المهارات والتأصيل المعرفي في كرة اليد لدى

الطلاب المبتدئين: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية /جامعة السليمانية، 2009) ص89.

أهمية عظيمة ونقلة كبيرة في الوصول إلى تعلم الأداء الفني فمن خلال استخدام جهاز الحاسوب الحديث التصميم (ipad نوع AOC) في التصوير قد أسهم في إيجاد الرؤية للمتعلم عن كيفية قيامه بتنفيذ الأداء وبالتالي توفر لدى المتعلم التصور لكيفية معالجة القصور الذي يحصل في الأداء الفني، وهذا ما يؤكد (محمد عثمان، 1987) " إذ يمكن للفرد الحصول على المعلومات من خلال رؤيته لكيفية أدائه الشخصي إذ تتم هذه العملية من خلال التصوير الأداء للفرد وعرضه عليه حتى يتمكن من تحليله والحصول على معلومات اللازمة عن الأخطاء حتى يتمكن من وضع خطة الإصلاح اللازمة" (1).

ويرى الباحث أن التكامل بين التغذية الراجعة الخارجية والتقنيات التعليمية شكل حلقة متصلة وبناءة فكلاهما يكمل بعضهما البعض الآخر في التأثير على المتعلم إذ من خلال استخدام التقنيات التعليمية أمكن توضيح الكثير من المعوقات والمشكلات التي تعترض المسار الحركي للمتعلم واعطاء الانطباع الصحيح للمتعلم عن الأداء

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1- الاستنتاجات:

- ان المنهج التعليمي المستخدم كان له تأثير واضح وإيجابي على المتعلم .
- إن استخدم التغذية الراجعة الخارجية من قبل المدرب سهل نقل المعلومة بشكل واضح للمتعلمين
- ان الدمج بين التغذية الراجعة والتقنيات التعليمية كان سبب واضح في تعلم المبتدئين بصورة صحيحة انعكست ايجابياً على الأداء الفني للمسكات .
- ان استخدام التقنيات التعليمية أسهم في إتقان تعلم المبتدئين من خلال تشخيص الأخطاء الدقيقة
- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في جميع المسكات قيد البحث

5-2- التوصيات :

- اعطاء المعلومات الصحيحة للمتعلم من قبل جميع المدربي والعاملين في لعبة المصارعة الرومانية بعد الانتهاء من الأداء الحركي عند تعليم أي مسكة في المصارع الرومانية .
- ضرورة استخدام المدربين والعاملين في لعبة المصارعة الرومانية (الداتاشو والحاسوب) عند تعليم أي مسكة من المسكات في المصارعة الرومانية .
- ضرورة استخدام التصوير للأداء الفني للمتعلم .
- إجراء دراسات أخرى مشابهة على مسكات أخرى باستخدام نوع آخر من التغذية الراجعة مقرونة بتقنيات تعليمية حديثة .

(1) محمد عثمان ؛ التعلم الحركي والتدريب ، ط1 (الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، 1990) ص86.

المصادر

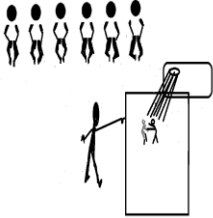
- إبتسام حيدر بكتاش ؛ أثر استخدام بعض التقنيات الحديثة كوسيلة تعليمية في تحسين مستوى الأداء الفني بقذف الثقل (مجلة الثقافة الرياضية ، المجلد الأول ، العدد الثاني ، 2009) .
- أحمد عبد الحميد عمارة ، حسام الدين مصطفى حامد؛ اسس التدريب في المصارعة ، ط1: (عمان، دارالمسيرة، 2009) .
- آزاد حسن عبدالله ؛ تأثير وسائط متعددة في تعلم بعض المهارات والتأصيل المعرفي في كرة اليد لدى الطلاب المبتدئين: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية /جامعة السليمانية ، 2009).
- بلوم و(آخرون) : تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد المفتي (وآخرون): (القاهرة ، دار ماكجروهيل، 1983).
- حمدان رحيم الكبيسي؛ التعليم والتدريب الرياضي في المصارعة: (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2008).
- حمدان رحيم الكبيسي؛ التعلم والتدريب الرياضي في المصارعة: (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2010) .
- رجاء محمود أبو علام ؛ مناهج البحث العلمي في العلوم النفسية والتربوية: (القاهرة ، دار النشر ، 2004).
- فائز كريم صالح ؛ تأثير استعمال أسلوب المقاربات والتعلم الذاتي في تعلم بعض مسكات المصارعة الحرة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية /جامعة المستنصرية ، 2013).
- عبد الغفور ردام علي؛ تأثير تمرينات خاصة في تطوير الاستقرار النفسي والأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الرومانية أعمار 18-20 سنة : (رسالة ماجستير غير منشورة _، كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى ، 2013).
- علي فرهاد خشناو ؛ أثر استخدام الوسائل التعليمية في تعلم فن الأداء في المصارعة: (مجلة الراافدين للعلوم الرياضية ، المجلد العاشر ، العدد السادس والثلاثين ، 2009) .
- محمد ابراهيم شحاتة، محمد جابر بريقع؛ القياسات الجسمية وأختبارات الأداء الحركي : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2007) .
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان ؛ أختبارات الأداء الحركي: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2001).
- محمد سعد جبر خليفة ؛ أثر استخدام بعض التقنيات التعليمية في التعلم والاحتفاظ للأداء الفني في فعالية رمي القرص (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت، 2014).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط6: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2004).

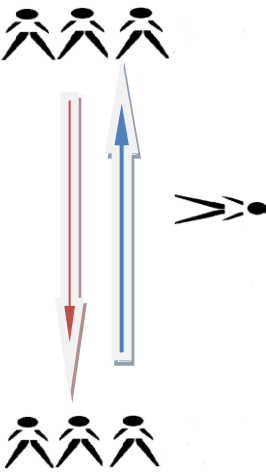
- محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب، ط1 (الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، 1990).
- محمود داود الربيعي؛ التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضة، ط1: (لبنان ، دار الكتب العلمية، 2012).
- ندى راضي كشاش؛ تأثير استخدام بعض التقنيات البصرية في السرعة الإدراكية والحس الحركية للتعلم والاحتفاظ بمهارة التصويب بكرة اليد: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية، 2012).
- وجيه محجوب ، نزار مجيد الطالب؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي، 1987)
- Carle. Will Goose, The Curriculum in Physical EduCation,
Second Edition, Boston University, 1974, p. 152
- Schmidt A. Richard. Motor Learning and Performance Human Kinetics Book. Champaign – Illinois, 1999 , p96.
- *- Titus Aaron. Internet in the Physics classroom Davidson .college
(carolina,u,s,a,1998) P29

نموذج للوحدات التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى زمن الوحدة: (45د.) عدد المتعلمين: 6 التاريخ: 2014/3/30

الأجهزة والأدوات المستخدمة: الداتا شو – حاسبة- أيباد- بساط الهدف التعليمي: تعلم مسكة سحب الخصم للأسفل

الاقسام	الزمن	الفعاليات	التنظيم	الملاحظات
القسم الاعدادي	6د.	النشاط الإداري-الاحماء العام والخاص-تمارين بدنية وفقا للمسكة .		التأكيد على الوقوف والاستماع للمدرب
القسم الرئيسي	34د.	شرح وعرض (مسكة) الرمي بلف الذراع) بشكل علمي و تفصيلي وبالتدرج من قبل المدرب .		يتم الشرح باستخدام نموذج تعليمي(فيديوي) باستخدام الحاسبة وعرضه(بالداتا شو)
النشاط التعليمي	4د.			

- التأكيد على الوقفة الصحيحة - التأكيد على المسك الجيد - التأكيد على التطويق الجيد للذرع الزميل - يتم تصحيح الاخطاء للمتعلمين بالتغذية الراجعة الخارجية من خلال استخدام نموذج تعليمي فيديو ذوسرعة بطيئة - التأكيد على الربط بين التمارين الثلاثة من خلال تصوير اداء المتعلمين وعرضه عليهم باستخدام (الأيبياد)		-وقوف المتعلم الوقفة الصحيحة للمصارع - القبض على معصم الزميل مع السحب إلى الخلف - المسك فوق مفصل المرفق مع الدوران خلف الزميل وتطويق الذراع -تنفيذ وربط ماجاء سابقا وبشكل متسلسل	د.30	النشاط التطبيقي
التأكيد على الهدوء أثناء الانصراف		تهدة الجسم واعادته إلى الوضع الطبيعي ثم الانصراف	د.6	القسم الختامي

زمن النشاط التطبيقي من القسم الرئيسي للوحدة التعليمية لمسكة سحب الخصم للأسفل

التمارين	التكرارات	زمن الأداء لكل تكرار	زمن الأداء الكلي للتكرارات	زمن الراحة بين التكرارات	زمن الراحة الكلية للتكرارات	زمن عرض النموذج التعليمي أو تصوير الأداء للمتعلمين	الزمن الكلي لعرض النموذج التعليمي أو التصوير النهائي لأداء المتعلمين	الزمن الكلي للتمرين
ت1	4	10 ثانية	40 ثانية	12 ثانية	36 ثانية	20 ثانية	60 ثانية	136 ثانية
ت2	7	12 ثانية	84 ثانية	12 ثانية	72 ثانية	25 ثانية	150 ثانية	306 ثانية
ت3	8	15 ثانية	120 ثانية	18 ثانية	126 ثانية	30 ثانية	210 ثانية	456 ثانية
ت4	10	30 ثانية	300 ثانية	30 ثانية	270 ثانية	30 ثانية	270 ثانية	840 ثانية
المجموع	29 تكرار	67 ثانية	544 ثانية	72 ثانية	504 ثانية	105 ثانية	690 ثانية	1738 ثانية

ملاحظة :

- هناك فترة راحة بين تمرين وآخر زمنها (15) ثانية = 45 ثانية .
- تعطى تغذية راجعة متأخرة بعد فترة الراحة للمتعلمين وبشكل جماعي .
- في التمرين الرابع يستخدم جهاز (أبياد) لتصوير أداء المتعلمين ليتم تصحيح الأخطاء من خلاله وبشكل جماعي
- (1738 ثانية + 45 ثانية) = 1783 ثانية وتقرب إلى 29.716 دقيقة زمن النشاط التطبيقي من الوحدة التعليمية

المخلص

أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 5 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين

أ.د عبدالمنعم احمد جاسم الجنابي

شذى حسين محمد فرج

يهدف البحث إلى الكشف عن:

- أثر التدريب الذهني المباشر (5) دقائق في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين.

وللتحقق من اهداف البحث وضعت الباحثة الفرض الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد بكرة القدم للصالات - ناشئين لمجموعة البحث التجريبية التي استخدمت التدريب الذهني المباشر بـ (5) دقائق.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتدى شباب صلاح الدين للموسم الرياضي (2015-2016) والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بعدد (6) لاعباً، واستخدمت الباحثة (المقابلة الشخصية، الاستبيان، الاختبار والقياس) كأدوات لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، وتم تنفيذ البرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر لفترة (5) دقائق).

بواقع (12) وحدة تعليمية، ومدة كل وحدة تعليمية (75) دقيقة وبواقع (2) وحدة تعليمية أسبوعياً ولمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 (التجربة الرئيسية) وذلك في القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين (المجمع السكني- قضاء الدور).

واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطين متساويين بالعدد وتحليل التباين باتجاه واحد Anova one away واختبار اقل فرق معنوي L.S.D.

وقد تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

1- كان للبرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر (5) دقائق) تأثيراً إيجابياً في تحسين الأداء الحركي لمهارة التهديد من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

وأوصت الباحثة بما يأتي:

1- استخدام البرنامج التعليمي الذي وضعته الباحثة والتي استخدمت فيها التدريب الذهني المباشر لفترة (5) دقائق في تعلم وتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

وأقترحت الباحثة ما يأتي:

1- إجراء دراسات مماثلة على مهارات أخرى في كرة القدم للصالات باستخدام التدريب الذهني المباشر.

2- إجراء دراسة مماثلة طبقاً لمتغيرات (الجنس، العمر).

3- إجراء دراسات مماثلة على العينة نفسها باستخدام أسلوب التدريب الذهني الغير المباشر.

Abstract

The effect of direct mental training for a period of 5 minutes in improving the motor performance of some types of scoring of the stability of football halls - emerging

Researcher

Supervised

Shatha H. Mohammed Faraj Dr. prof Abdul Moneim A. J. Al Janabi

The research aims to reveal:

- The impact of direct mental training (5) minutes in improving the motor performance of the skills of scoring from the stability of the football halls - the two.

To investigate the research objectives, the researcher hypothesized the following:

-There were significant differences between the results of tribal and remote tests in the motor performance of the forms of football scoring skills of the gymnasiums - a group of experimental research group that used direct mental training (5 minutes)

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the research. The research society was chosen by the intentional manner of the players of the Salah al-Din youth forum for the sports season (2015-2016). The total number of (30) players was randomly selected by (6) players. , Questionnaire, test and measurement) as tools for collecting research data, and the educational program (direct mental training for a period of 5 minutes) was implemented.

(12)educational units, duration of each educational unit (75) minutes and the existence of (2) units of education per week and for the period from 19/10/2016 to 3/12/2016 (the main experiment) in the inner room of the Forum Salahadin Youth Forum - Elimination of the role.(

The researcher used the following statistical means:

The mean, standard deviation, percentage, simple correlation coefficient (Pearson), and test (T) for two connected arithmetical equal numbers and one-way variance analysis and the least significant difference test.

The following conclusions were reached:

- 1- The training program (direct mental training (5 minutes) had a positive effect on improving the motor performance of the scoring skill of the stability of the youth football players.

The researcher recommended the following:

- 1- Use of the educational program developed by the researcher, which used direct mental training for a period of (5) minutes to learn and improve the dynamic performance of forms of skill scoring of the stability of the players of the football - gymnasiums.

The researcher suggested the following:

- 1- Conduct similar studies on other skills in the football halls using direct mental training.
- 2- Conduct a similar study according to the variables (sex, age)
- 3- Conduct similar studies on the same sample using the method of indirect mental training.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يسعى الباحثون والمهتمون في مجال التعلم إلى محاولة استخدام الطرق والأساليب المؤثرة في مختلف المجالات ولما كانت التربية الرياضية إحدى هذه المجالات المهمة لذا فقد سعى

الباحثون إلى محاولة إيجاد كل ما هو جديد من أجل أن تتسم عملية التعلم وخاصة للمهارات الحركية بأبعاد حركية جديدة متمثلة بجودة التعلم وسرعته.

إنَّ عملية حسن اختيار الطريقة التعليمية ووضعها بأسلوب علمي دقيق يكون غير ذي جدوى إذا لم تدعم بالوسائل والاساليب التعليمية المناسبة تبعاً لمستوى المتعلم ومما يتوفر من إمكانيات، وكرة القدم للصالات تزخر بالعديد من المهارات ومنها مهارة التهديف من الثبات والتي تحتاج إلى اختيار الطريقة المناسبة لإيصال المادة التعليمية إلى المتعلمين.

يعد التدريب الذهني من الوسائل المستخدمة في تعلم المهارات الحركية على نطاق واسع في جميع الألعاب تقريباً إذ يعتمد على التصور الذهني للأداء المهاري الفعلي، والتدريب الذهني "من الوسائل التعليمية المهمة التي تساعد على تعلم المهارات الحركية وتطويرها وذلك من خلال تصور أداء الحركة وتكرارها ذهنياً دون الأداء الفعلي لها مما يؤدي إلى تثبيتها عند المتعلم كما يساعد التدريب الذهني على التحكم وتركيز الانتباه"⁽¹⁾، كما أن للتدريب الذهني يعمل على تحسين تعلم المهارات الحركية في حالة الجمع بين التدريب الذهني والأداء العملي بالإضافة أنه يؤدي إلى تقليل زمن التعلم وتثبيت القدرات الحركية⁽²⁾ والتدريب الذهني يهدف إلى الوصول إلى حالة الأداء المثالية من خلال تطوير وتنمية القدرات العقلية مع زيادة القدرة على اعداد التكرار لتثبيت التحكم في الأداء وتركيز الانتباه وتطوير نوعية نظام التدريب مع تطوير القدرة على الاسترخاء⁽³⁾.

والتدريب الذهني المباشر باعتباره احد انواع التدريب الذهني "هو عملية استحضار الصورة الذهنية (العقلية) لأداء مهارات او احداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها، وفي هذا النوع يستطيع الرياضي انتقاء ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارة"⁽⁴⁾

وقد اجريت دراسات عديدة استخدمت التدريب الذهني وبأنواعه المختلفة كدراسة (مراد احمد ياس صالح الجبوري، 2015)⁽⁵⁾، (سلامي عبدالرحيم، 2002)⁽⁶⁾، (جميل محمود حسن عبدالواحد، 2008)⁽⁷⁾، وقد استخدمت هذه الدراسات اوقات التدريب الذهني قد تصل 10 دقائق، ويختلف موقع التدريب الذهني ضمن الوحدة التعليمية فقد يعطى في نهاية الجزء التعليمي أو في الجزء التطبيقي بين التكرارات إذ أن موقع التدريب الذهني ضمن الوحدة التعليمية يمكن أن يعطى قبل البدء بالقسم الرئيس أو من خلاله أو بعد الانتهاء منه (قبل الانتهاء الوحدة التعليمية) وأحياناً

- (1) محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996) ص31.
- (2) محمد عبدالغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي : (الكويت، مطابع دار العلم، 1987) ص189.
- (3) احمد حامد احمد السويدي؛ أثر استخدام اسلوبي التحريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض نواحي الوضعية والمهارة بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه غير منشورة : (مجلة التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004) ص11.
- (4) احمد حامد احمد السويدي؛ المصدر السابق، ص32.
- (5) مراد احمد ياس صالح الجبوري؛ تأثير جدولة الممارسة المتسلسلة والعشوائية والعمدية بالتدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تعلم الاحتفاظ بالأداء الفني ومستوى الانجاز في الوثبة الثلاثية ، اطروحة دكتوراه غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2015)
- (6) سلامي عبدالرحيم؛ أثر برنامج مقترح لاسلوبيين في التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية والرضا الحركي بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002)
- (7) جميل محمود حسن عبدالواحد؛ أثر استخدام التدريب الذهني العمدي بجدولة الممارسة العشوائية والمتسلسلة في تطوير بعض المهارات الاساسية لدى حراس المرمى بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007).

يستخدم عند الإصابة وعدم امكانية اللاعب على الاداء، كما تختلف فترة التدريب الذهني قد تصل فترته (3) إلى (10) دقائق. اي فترة هي التي تعطي أفضل نتائج في التعلم.

ويعد التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات من المهارات الاساسية التي يجب الإهتمام بها، وهو احد المفردات التي تقوم كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بتدريسها وتعلمها في مادة كرة القدم للصالات.

ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي بـ:

1- استثمار أسلوب التدريب الذهني المباشر في فترة (5) دقائق من أجل تحقيق وتحسين الأداء الحركي لمهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات.

2- إيجاد بيئة تعليمية جديدة لاستثمار الوقت والجهد وصولاً إلى سرعة وجودة التعلم.

2-1 مشكلة البحث:

تشير الكثير من الدراسات في مجال التعلم الحركي في التربية الرياضية وتعلم مهارات كرة القدم خاصة إلى أهمية التدريب الذهني وبشكل كبير في وصول المتعلم إلى حالة مرضية من الأداء مما يزيد من الأثر التعليمي الذي يؤدي المختصين في مجال التعلم الحركي بالوصول إليه.

ومن خلال ما تقدم تبرز مشكلة البحث في التساؤل الآتي:

هل إن استخدام التدريب الذهني المباشر وبفترة (5) دقائق سيكون له تأثير في تحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بأشكاله المختلفة للاعبين كرة القدم للصالات – الناشئين.

3-1 أهداف البحث:

الكشف عن:

- أثر التدريب الذهني المباشر (5) دقائق في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين.

4-1 فروض البحث:

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد بكرة القدم للصالات – ناشئين لمجموعة البحث التجريبية التي استخدمت التدريب الذهني المباشر بـ(5) دقائق.

5-1 مجالات البحث:

- المجال البشري: لاعبو كرة القدم فئة الناشئين في منتدى شباب صلاح الدين.
- المجال الزماني: للمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3.
- المجال المكاني: القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين المجمع السكني في قضاء الدور – محافظة صلاح الدين.

6-1 تحديد المصطلحات:

- التدريب الذهني المباشر:- استحضار الصور الذهنية (العقلية) لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها⁽¹⁾.
- التدريب الذهني (إجرائياً):- هو عملية تكرار التصور الذهني للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات والتي سبق أن تعلمها.

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التدريب الذهني:

1-1-1-2 انواع التدريب الذهني:

يمكن تقسيم التدريب الذهني إلى⁽¹⁾:

(1) احمد حامد احمد السويدي؛ مصدر سبق ذكره، 2004، ص32.

1- التدريب الذهني المباشر ويقسم إلى:

- أ- التصور الذهني.
- ب- الانتباه (انتقاء الانتباه، تركيز الانتباه، توزيع الانتباه، تحويل الانتباه).

2- التدريب الذهني غير المباشر:

- أ- قراءة الوصف الفني للمهارة.
 - ب- مشاهدة الأفلام والصور.
 - ت- الاستماع إلى الوصف الفني للمهارات.
 - ث- مشاهدة نماذج الأداء.
 - ج- الحديث عن المهارة مع اللاعب.
 - ح- الدمج بين الوسائل السمعية والبصرية.
- كما يقسم التدريب الذهني إلى:

- 1- **التدريب الذهني الداخلي:** وهو تصور الأداء للمتعلم⁽²⁾ والذي يرى فيه اللاعب نفسه كما لو كان يشاهد فيلماً سينمائياً واللاعب الذي يستخدم هذا النوع من التصور يسترجع جميع الجوانب المرتبطة بالأداء في محاولة لأيجاد العلاقات لتوظيفها في طريق الأداء المناسب⁽³⁾.
 - 2- **التدريب الذهني الخارجي:** يتم من خلال مراقبة نموذج ويقوم بالأداء وبمشاركة فعالة لحاسة النظر في التفكير بالمهارة يتصورها الداخلي⁽⁴⁾ وهو الذي يرى اللاعب نفسه كما لو كان هناك آلة تصوير مثبتة فوق رأسه صوراً لكل الأشياء التي يراها أثناء الأداء واللاعب الذي يستخدم هذا النوع من التصور يسترجع الصور بهدف ممارسة خبرة المواقف⁽⁵⁾.
- "ويرجع اختيار النوع إلى عدة ظروف ترتبط بالهدف المراد تحقيقه ويتم اختيارها بحيث تتناسب مع ظروف كل لاعب"⁽⁶⁾ وتبعاً لذلك فقد استخدمت الباحثة التدريب الذهني المباشر (الداخلي).

2-1-3 التهديد بكرة القدم للصالات:

يعتبر التهديد بكرة القدم للصالات من أهم مهارات هذه اللعبة، بل هي النتيجة النهائية التي يسعى جميع لاعبي الفريق إلى تحقيقه، والتهديد "هو عملية وضع الكرة داخل مرمى المنافس ويحتسب الهدف عندما تتجاوز الكرة بكاملها خط المرمى وما بين القائمين وتحت العارضة بشرط ألا يكون الفريق الذي سجل الهدف قد ارتكب مخالفة لمواد قانون اللعبة قبل ذلك"⁽⁷⁾.

وإن لعبة كرة القدم للصالات "هي لعبة سريعة وخالية من توقف اللاعبين تقريباً ولصغر مساحة الملعب نجد أن اللاعبين يصلون إلى مرمى خصومهم بشكل سريع وكثير لذلك يجب أن تكون نهاية الهجمات بشكل صحيح لأنها تؤدي إلى الفوز بالمباراة"⁽⁸⁾ وأن هذه المهارة "ما هي

- (1) محمد العربي شمعون؛ مصدر سيق ذكره، ص33.
- (2) محمد العربي شمعون؛ المصدر السابق، ص33.
- (3) عبد الستار جبار الضمد والصادق سالم الخبولي؛ علم النفس الرياضي: (ليبيا، مطبعة جامعة الفاتح، 2007) ص316.
- (4) خليل إبراهيم سليمان الحديثي؛ مصدر سيق ذكره، ص119.
- (5) عبد الستار جبار الضمد والصادق سالم الخبولي؛ مصدر سيق ذكره، ص316.
- (6) محمد العربي شمعون؛ مصدر سيق ذكره، ص46.
- (7) موفق أسعد محمد الهيتي؛ التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، ط1: (عمان، دار دجلة، 2008) ص274.
- (8) نبراس كامل هدايت؛ تأثير استخدام أنواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم للنساء، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، 2004) ص41.

إلا ختام ونهاية العمليات الهجومية، إذ أن هذه المهارة هي التي تحدد نجاح أو فشل الخطط الهجومية وبالتالي هي التي تحدد فوز أو خسارة الفريق⁽¹⁾.

وهناك نوعين من التهديد وهما: **التهديد من الحركة، والتهديد من الثبات.** وكلاهما ينبغي إجادتهما وإتقانتهما حتى يستطيع اللاعب أن يتصرف حسبما تقتضيه الظروف

ولمهارة التهديد عدد من الأنواع وأن هذه الأنواع حسب ما ذكره (قاسم لزوم وأخران، 2005)⁽²⁾

ضرب الكرة بباطن القدم (الجزء الداخلي من القدم)، وضرب الكرة بوجه القدم، وضرب الكرة بالجزء الخارجي من القدم، وضرب الكرة بمقدمة القدم. وعلى الرغم من اختلاف هذه الأنواع لكن جميعها تتشابه في المراحل الأساسية للمهارة كأى مهارة رياضية.

وترى الباحثة أنه على الرغم من اختلاف هذه الأنواع كمسميات إلا أنها جميعاً تشترك في بقية أداء المراحل الأساسية لها كأى مهارة رياضية أخرى وهنا ارتأت الباحثة أن تطلق عليها أشكال أداء مهارة التهديد من الثبات تبعاً لشكل الأداء الظاهري وحسب جزء القدم الضارب للكرة.

2-2 الدراسات السابقة:

1-2-2 دراسة (فرات جبار سعد الله احمد العزاوي، 2002)⁽³⁾

"تأثير استخدام اساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة القدم"

هدفت الدراسة للتعرف على:

- 1- بناء اختبار معرفي للناحية المعرفية لفئة الشباب بكرة القدم.
- 2- التعرف على مستوى فئة الشباب في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة القدم.
- 3- التعرف على تأثير التدريب العقلي بأساليبه المتنوعة في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة القدم.
- 4- التعرف على أفضل أسلوب متنوع للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة القدم.

تكونت عينة البحث من (32) لاعباً من نادي القوة الجوية لفئة الشباب بكرة القدم بعمر (17-19) سنة تم اختيارهم بالطريقة العمدية، ووزعت عينة البحث على ثلاث مجموعات تجريبية ومجموعة ضابطة، بحيث بلغت كل مجموعة (8) لاعبين.

تم تطبيق البرنامج المقترح لمدة (12) أسبوعاً وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، زمن الوحدة التدريبية الواحدة (15) دقيقة وكل وحدة تحتوي على (جانب نظري، الجزء الخاص بالتدريب العقلي).

واستنتج الباحث ما يأتي:

(1) علي عبدالعليم محمد صابر النقيب؛ دراسة مقارنة لأثر جدولة الممارسة الموزع والمكثف المدعمة بالتعلم المبرمج في تعلم بعض المهارات في كرة القدم للصالات طالبات، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة تكريت، كلية التربية الرياضية، 2013) ص29.

(2) قاسم لزوم وأخران؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة، 2005) ص97.

(3) فرات جبار سعد الله العزاوي؛ تأثير استخدام اساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة القدم، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001).

- 1- التدريب البدني فقط لبعض متغيرات الناحية المهارية والخطية يكفي لتطوير هذه المهارات والخطط.
- 2- التدريب العقلي بأساليبه المتنوعة يعد عاملاً مهماً يضيف فاعليته في تطوير متغيرات الناحية المهارية والخطية بكرة القدم.
- 3- أسلوب المجموعة التجريبية الثالثة ذات الأسلوب المختلط هي الأفضل في جميع متغيرات البحث (الناحية المعرفية، مظاهر الانتباه، محاور التصور، الناحية المهارية، الناحية الخطية).

1-3 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعته مشكلة البحث. والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بعدد (6) لاعباً، واستخدمت الباحثة (المقابلة الشخصية، الاستبيان، الاختبار والقياس) كأدوات لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، وتم تنفيذ البرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر لفترة (5) دقائق). بواقع (12) وحدة تعليمية، ومدة كل وحدة تعليمية (75) دقيقة وبواقع (2) وحدة تعليمية أسبوعياً وللمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 (التجربة الرئيسية) وذلك في القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين (المجمع السكني- قضاء الدور).

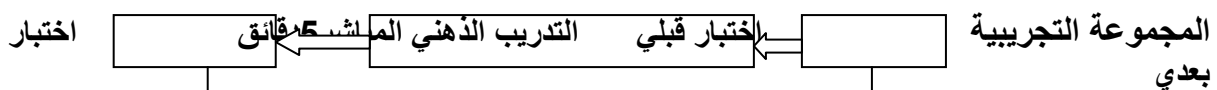
2-3 مجتمع البحث وعينته:

حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتدى صلاح الدين الناشئين بكرة القدم للصالات بأعمار (تحت 16 سنة) للموسم الرياضي (2016-2017) والبالغ عددهم (30) لاعبا ، أما عينة البحث فقد تكونت من (6) لاعبين وقد تم استبعاد عدد من اللاعبين وذلك للأسباب الآتية:

- حراس المرمى وعددهم (2) حراس للمرمى .
- عينة الثبات والتجارب الاستطلاعية وعددهم (10) لاعبين.

3-3 التصميم التجريبي:

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعدية)⁽¹⁾، ويمكن تمثيل التصميم التجريبي بالشكل الآتي:



مقارنة

الشكل (1)

التصميم التجريبي المستخدم في البحث

4-3 وسائل جمع المعلومات:

1-4-3 المقابلات الشخصية:

تمت المقابلات الشخصية مع السادة ذوي الخبرة والاختصاص الذين يمكن الاستفادة من أرائهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع البحث الملحق (6) .

(1) محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب ، الاتجاهات الحديثة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية

والرياضية: (القاهرة، دار الفكر العربي ، للطباعة والنشر ، 2017) ص 243.

(*) الاختبارين القبلي والبعدى يكون في الاداء الحركى لأشكال مهارة التهديف من الثبات.

3-4-2 استمارات الاستبيان:

3-4-2-1 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين:

بعد اطلاع الباحثة على المصادر العلمية ذات العلاقة بالبحث ، تم إعداد استمارة استبيان ، الملحق (1) ، وذلك من أجل تحديد أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين، وتضمنت استمارة الاستبيان مجموعة من القدرات العقلية واختباراتها تم عرضها على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6) وبعد جمع آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حصلت الباحثة على أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

النسب المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
			المتفقين	الكلي	
1	التصور العقلي	مقياس التصور العقلي الرياضي أعداد (رينرمارتنز) واحد صورته للعربية أسامة كامل راتب ويتضمن	16	19	%84,21
		التصور العقلي (البعد البصري)			
		التصور العقلي (البعد السمعي)			
		التصور العقلي (البعد الحركي)			
2	الانتباه	التصور العقلي (البعد الانفعالي)	17	18	%89,47
		مظاهر الانتباه (حدة الانتباه)			
3	الذكاء	مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه)	13	19	%68,45
		اختبار رافن للمصفوفات المتتابعة			

وعلى هذا الأساس تم اعتماد القدرات العقلية التي حصلت على نسبة اتفاق زادت عن 75% وهي ((التصور العقلي ، بعض مظاهر الانتباه (حدة الانتباه - تركيز الانتباه)) في البحث، إذ يشير (بلوم وآخرون) "أنه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة 75 % فاكثر من آراء المحكمين" (1)

3-4-2-2 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين:

تم إعداد استمارة الاستبيان الملحق (2) وتم توزيعها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ، ملحق (5) وذلك لتحديد أهم الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين ، وعلى هذا الأساس تم اعتماد الصفات البدنية التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من 75% وهي (القوة الانفجارية للرجلين، السرعة الانتقالية، التوافق، الرشاقة)، والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول تحديد أهم الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

ت	الصفات البدنية والحركية	الاختبارات	عدد المختصين	نسبة الاتفاق %
---	-------------------------	------------	--------------	----------------

(1) بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983) ص 126.

		المتفقيين	الكلية		
1	القوة الانفجارية للرجلين	2	14	الوثب العمودي من الثبات	14,28%
		12		الوثب العريض من الثبات	85,71%
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	8	14	الحجل لأقصى مسافة ل10 ثوان	57,14%
		6		ثلاث حجلات لأكبر مسافة ممكنة	42,85%
3	السرعة الانتقالية	13	14	ركض (30م) من بداية متحركة	92,85%
		1		ركض (20م) من الوقوف	7,14%
4	المرونة	7	14	اختبار فتحة البرجل	50%
		7		من وضع الجلوس فتحا ومد الركبتين - العمل على تباعد القدمين لأقصى مدى	50%
5	الرشاقة	3	14	الجري المكوكي (4×10م)	21,42%
		11		اختبار بارو (3×4.5م)	78,57%
6	التوافق	12	14	الدوائر المرقمة	85,71%
		2		الجر على شكل (∞) تحت عارضة القفز العالي	14,28%

3-2-4-3 استثمار الاستبيان الخاصة بتحديد اختبار التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين:

قامت الباحثة بإعداد استثمار استبيان الملحق (3) وتوزيعها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6) وذلك لتحديد اختبار لمهارة التهديف من الثبات بأشكالها المختلفة للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين، وبعد جمع الاستثمارات حصلت الباحثة على أنسب اختيار لقياس أشكال مهارة التهديف من الثبات، والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

يبين النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول تحديد التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين

ت	المهارة الحركية	الاختبارات	عدد المختصين		نسبةالاتفاق %
			الكلية	المتفقيين	
1	التهديف من الثبات	التهديف بالقدم من الكرات الثابتة على الارض	7	1	14,28%
		التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات	2	6	85,71%

حيث حصل اختبار (التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات) على أعلى نسبة اتفاق لذا تم اعتماده لقياس الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات.

3-2-4-4 استثمار الاستبيان الخاصة بتحديد مدى صلاحية البرامج التعليمية المقترحة:

تم وضع البرنامج التعليمي لتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات باستخدام فترة التدريب الذهني (5) دقيقة ، وتم عرضها في استثمار استبيان الملحق (4) اعد لهذا الغرض على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6)، لبيان رأيهم في مدى صلاحية البرنامج التعليمي وتعديل أو إضافة ما يروونه مناسباً من حيث (المدة الزمنية للبرنامج وعدد الوحدات التعليمية والتمارين المستخدمة والتكرارات وغيرها) ، تم بعدها الاتفاق على صلاحية البرنامج التعليمي من قبل السادة ذوي الخبرة والاختصاص، والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4)

النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول صلاحية البرامج التعليمية

ت	البرامج	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
		الكلية	المتفقيين	
1	البرنامج التعليمي	12	11	91,66%

3-4-3 المقاييس والاختبارات المستخدمة في البحث:1- قياس العمر الزمني، الطول الكلي للجسم، الكتلة⁽¹⁾.

2- قياس عدد من القدرات العقلية

- مقياس التصور العقلي⁽²⁾.- اختبار (بوردين - انفيموف) لقياس بعض مظاهر الانتباه⁽³⁾.

3- قياس عدد من الصفات البدنية

- اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس (القوة الانفجارية للساقين)⁽⁴⁾.- اختبار ركض 30 متر من بداية متحركة لقياس (السرعة الانتقالية)⁽⁵⁾.- اختبار الدوائر المرقمة لقياس (التوافق)⁽⁶⁾.- اختبار بارو (3×4م) لقياس (الرشاقة)⁽⁷⁾.- اختبار التهديد من الكرات الثابتة على ست تقسيمات⁽⁸⁾.**3-5 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:**

جهاز قياس الطول والوزن، وجهاز حاسوب لابتوب نوع (HP)، وساعات توقيت، وكرات قدم للصالات قانونية، وأشرطة قياس مختلفة الأطوال، وحبال وأشرطة ملونة، وشواخص بلاستيكية.

3-6 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

استخدمت الباحثة عدد من الاختبارات والمقاييس للتوصل الى البيانات المتعلقة بالبحث والتي حصلت على اتفاق السادة ذوي الخبرة والاختصاص ، ولغرض التأكد من صلاحية هذه الاختبارات وملائمتها لعينة البحث ، فقد تم التحقق من الأسس العلمية لها لاختبار التهديد بالقدم من الكرات الثابتة على ست تقسيمات وذلك كون باقي المقاييس والاختبارات تتمتع بمعاملات (صدق وثبات وموضوعية) عالية كونها مستخدمة من قبل عدة باحثين على عينة مشابهة لعينة البحث. وتضمنت الأسس العلمية ما يأتي:

- الصدق:

تم التأكد من صدق اختبار التهديد بالقدم من الكرات الثابتة على ست تقسيمات ظاهرياً بعرضها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص كما تم الإشارة اليه سابقاً فضلاً عن حساب الصدق الذاتي والذي = $\sqrt{\text{التبث}}$ والجدول (5) يبين ذلك.

(1) محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010) ص78.

(2) اسامة كامل راتب؛ علم النفس الرياضي - المفاهيم والتطبيقات ، ط4: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2007) ص

(3) احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي : (القاهرة، دار المعارف، 1978) ص492.

(4) كمال عبدالحميد اسماعيل؛ اختبارات قياس وتقييم الأداء المصاحبة لعلم حركة الانسان: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2016) ص13.

(5) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004) ص292.

(6) محمد صبحي حسانين؛ نموذج الكفاية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004) ص426.

(7) كمال حميد اسماعيل؛ مصدر سبق ذكره، ص309.

(8) عمار شهاب احمد الجبوري؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2008) ص55.

- الثبات:

للتأكد من ثبات اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات قامت الباحثة بذلك بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار حيث طبقت الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية المؤلفة من (10) لاعبين بتاريخ 21/ 8/ 2016 ، ثم أعيد تطبيق الاختبارات بتاريخ 5/ 9/ 2016 على العينة نفسها، و بحساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات التطبيقين تم إيجاد معامل الثبات، والجدول (5) يبين ذلك .

- الموضوعية

قامت الباحثة بالتحقق من موضوعية (اختبار التهديد على ست تقسيمات)، وذلك بتسجيل نتائج اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات من قبل حكمين (*) يقومون بتسجيل نتائج الاختبار في آن واحد وعلى عينة التجربة الاستطلاعية المؤلفة من (10) لاعبين، بعدها تم حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الحكمين ، وتبين أن هناك معامل ارتباط عالٍ في تقييم الحكمين ، مما يدل على موضوعيتها . والجدول (5) يبين الأسس العلمية للاختبارات المختارة .

الجدول (5)

يبين معاملات الصدق والثبات والموضوعية لاختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات

ت	المعالم الإحصائية	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		الأسس العلمية	
		س -	ع ±	ت	ع ±	معامل الثبات	الصدق الذاتي
1	اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات	4,400	0,843	4,600	0,966	0,90	0,94
						0,95	

يتبين من الجدول (5) تمتع اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات بمعاملات صدق وثبات وموضوعية عالية.

3-7 البرنامج التعليمي المقترحة:

من خلال اطلاع الباحثة على مجموعة من المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال التدريب الذهني، والمذكورة انفاً تم وضع البرنامج التعليمي لتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات ، إذ تم وضع برنامج باستخدام التدريب الذهني المباشر لفترة (5 دقائق) وتم عرض هذا البرنامج في استبيان أعد لهذا الغرض على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الاختصاص ،الملحق (4) ، لبيان رأيهم في مدى صلاحية هذا البرنامج التعليمي وتعديل أو إضافة ما يرونه مناسباً من حيث (المدة الزمنية للبرنامج والوحدات التعليمية المقترحة والتمارين المهارية والذهنية والتكرارات وغيرها) ، إذ تم بعدها إجراء بعض التعديلات وتحديد المدة الزمنية للبرنامج والوحدات التعليمية وكذلك عدد التكرارات الخاصة بكل تمرين ، والملحق (4 - أ) يوضح نماذج من الوحدات الخاصة بالبرنامج التعليمي المقترح ، أما الملحق (4- ب) فيوضح نموذج الوحدة التعليمية الخاص بالتدريب الذهني المباشر لفترة للتدريب الذهني (5 دقيقة) ، وقد استغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (6) أسابيع تضمنت (12) وحدة تعليمية (3 وحدات تعليمية لكل شكل من أشكال مهارة التهديد من الثبات) ، وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد، زمن كل منها (75) دقيقة. علماً إن الوحدة التعليمية تضمنت الجزء الاعدادي والتنظيمي، الإحماء بنوعيه العام والخاص، ثم الجزء التعليمي (شرح

(*) الحكمين :-

1- أركان إبراهيم محمد مدرب كرة قدم

2- وائل أسماعيل عمر بكالوريوس تربية رياضية

وعرض المهارة واداء نموذج للمهارة) ، بعدها تدريب ذهني (مباشر) للفترة الزمنية (5 دقائق) يليها النشاط التطبيقي ، ثم الجزء الختامي.

3-8 الإجراءات الميدانية للبحث:

3-8-1 التجربتان الاستطلاعتان:

3-8-1-1 تجربة استطلاعية أولى للاختبارات البدنية والحركية:

أجرت الباحثة مع فريق العمل المساعد ملحق (7) تجربة استطلاعية على (10) لاعبين من مجتمع البحث وقد تم استبعادهم عند تنفيذ إجراءات البحث الرئيسة وتمت هذه التجربة بتاريخ 2016/8/21 وكان الغرض من هذه التجربة ما يأتي :

- 1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
- 2- التأكد من قدرة فريق العمل المساعد على تنفيذ القياسات والاختبارات.
- 3- التأكد من التسلسل المنطقي لأداء اختبارات القدرات الحركية والبدنية والاختبار المهاري.
- 4- معرفة الزمن اللازم لتنفيذ كل اختبار على حدة .
- 5- تحديد أماكن وأبعاد ومسافات كل اختبار .
- 6- التطبيق الاول لايجاد الثبات للاختبار المهاري لدقة.

3-8-1-2 التجربة الاستطلاعية الثانية (للبرامج التعليمية المقترحة):

بإشراف الأستاذ المشرف والباحثة وفريق العمل المساعد تم إجراء تجربة استطلاعية للبرنامج التعليمي المقترح بتاريخ 2016/9/11، على عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددها (10) عدا حراس مرمى والذين تم استبعادهم من تجربة البحث الرئيسة ، وكان الغرض من هذه التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- 1- التأكد من تنفيذ الوحدة التعليمية والتمرينات الخاصة بالوقت المحدد لها.
- 2- التأكد من فترة وموقع التدريب الذهني ومدى تأثيره على عينة البحث.
- 3- التأكد من مدى ملائمة الوحدات التعليمية وأسلوب تنفيذها على عينة البحث .
- 4- اختبار صلاحية وكفاية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الوحدات التعليمية المقترحة .
- 5- اطلاع المدربين على محتوى البرنامج التعليمي وعلى كيفية تطبيق التدريب الذهني خلال الوحدة التعليمية.
- 6- التأكد من كفاية وقت الراحة بين التكرارات وبين التمارين وذلك تفادياً لحدوث التعب.

وكان من نتائج التجربتين الاستطلاعتين مايتي:

- تكوين صورة واضحة لدى الباحثة وفريق العمل المساعد عن المعوقات والصعوبات التي قد تواجههم أثناء تطبيق التجربة الرئيسة للبحث وكيفية معالجتها ، وكذلك التعرف على طبيعة العمل وإمكانية تطبيقه أثناء التجربة الرئيسة للبحث .

3-9 إجراءات الاختبارات القبليّة والتجربة الرئيسة والاختبارات البعدية:

3-9-1 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لمجموعة البحث لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبي كرة القدم للصالات الناشئين يومي (السبت والاحد) الموافق (15 و 16/10/2016) وبحضور السيد المشرف، علماً أن الباحثة وبالتعاون مع فريق العمل المساعد قاموا بشرح وعرض الاختبار المهاري لأشكال مهارة التهديف من الثبات وكذلك مقياس الذكاء الجسمي الحركي (*) قبل البدء بالاختبارات القبليّة من أجل تكوين صورة واضحة لكل اختبار أمام عينة البحث.

3-9-2 التجربة الرئيسة:

تم تنفيذ البرنامج التعليمي على مجموعة البحث للمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 وبواقع ثلاثة أيام في الأسبوع الواحد إذ تم تطبيق الاختبار يومي الاحد والخميس من كل اسبوع.

(*) قامت عينة البحث بالإجابة على مقياس الذكاء الجسمي - الحركي أولاً ثم تطبيق اختبار أشكال مهارة التهديف من الثبات.

- عينة البحث التي نفذت البرنامج التعليمي:

نفذت أسلوب التدريب الذهني المباشر لمدة (5 دقائق) وبواقع (12) وحدة تعليمية ، وقام المدرب وبإشراف الباحثة بتنفيذ وحدات البرنامج التعليمي ، حيث يتم شرح المهارة بالأسلوب اللفظي ثم عرضها بنموذج من قبل المدرب ، ثم التدريب الذهني (المباشر لمدة 5 دقائق) ، ويتم بعدها التطبيق العملي للمهارة من قبل اللاعبين، وذلك بأداء المهارة المطلوب تحسين ادائها أثناء الوحدة التعليمية.

3-9-3 الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية لمجموعة البحث التجريبية لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين يومي (الخميس والجمعة) الموافق (3 و 4/12/2016) من قبل الباحثة وبالتعاون مع فريق العمل المساعد وبحضور السيد المشرف.

3-10 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية :
الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون)، واختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين متساويين بالعدد، وتحليل التباين باتجاه واحد *Anova* *one away*، اختبار اقل فرق معنوي *L.S.D*.

استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي (*SPSS*) لمعالجة البيانات الخاصة بالبحث للتوصل إلى النتائج.

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين:**4-1-1 عرض وتحليل نتائج الفروق في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين لفترة (5) دقائق في الاختبارين القبلي والبعدى:**

الجدول (6)

القيم الاحصائية للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين في الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثلاث التي استخدمت التدريب الذهني لفترة (5دقائق)

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة(ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		س	ع±	س	ع±		
التهديف بالجزء الداخلي من القدم	درجة	4,500	0,547	7,666	1,505	5,836	*0,002
التهديف من الثبات بمقدمة القدم	درجة	4,500	0,836	7,833	0,752	6,742	*0,001
التهديف من الثبات بوجه القدم	درجة	4,333	0,516	8,166	0,983	9,550	*0,000
التهديف من الثبات بالجزء الخارجي من القدم	درجة	3,833	1,169	7,333	1,211	7	*0,001

- معنوي اذا كانت قيمة مستوى الاحتمالية $0,05 \geq$ ومن خلال الجدول (6) يتبين ان نتائج المجموعة التجريبية الثالثة التي استخدمت التدريب الذهني لفترة (5دقائق) دلت على ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدى في جميع أشكال مهارة التهديف من الثبات إذا بلغت قيم (ت) المحسوبة لأشكال مهارة التهديف من الثبات (5,836، 6,742، 9,550، 7) على التوالي عند مستويات احتمالية (0,002، 0,001، 0,000، 0,001) على التوالي وهي أقل من 0,05.

4-1-2 مناقشة نتائج الفروق في الأداء الحركي لبعض أشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات-ناشئين لفترة (4) دقائق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى:

من خلال الجدول (6) اذتي تم الحصول عليه أنفأ ظهر أن هناك تطوراً ارتقى إلى مستوى المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات لفترة (5) دقائق ولصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثة التقدم الحاصل والواضح في الفرق المعنوي الذي ظهر بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي إلى التأثيرات الإيجابية للبرنامج التعليمي والذي اعتمد على الأسلوب العلمي والتخطيط السليم والتي تضمن استخدام التدريب الذهني بفترة (5) دقائق وكذلك التمارين التي تحتويها كل وحدة تعليمية إذا كان لأسلوب التدريب الذهني طابع خاص من التأثير على الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين انطلاقاً من إن "التدريب الذهني إذا ما اندمج مع التدريب والتعلم المهاري يحقق فاعلية عالية عند ممارسته خلال مراحل التعلم والتدريب ولا سيما عند إتقانه"⁽¹⁾.

إذ أنه لكي يتم نجاح أي تطوير لأي عملية تعلم وهنا هي تحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف لابد وأن يوضع المتعلم في مواقف تعليمية لتحفز لديه الاستعداد الذهني والنفسي لأكتساب المهارة التعليمية وبما يناسب قدراته وأستعداداته، إذ يشير (سلامي عبد الرحيم سلامي، 2012) إلى أن "التدريب الذهني المباشر زاد من دافعية اللاعبين في ممارسة المهارات الحركية وذلك عن طريق تصورها وتكرارها ذهنياً مما ساعد على فهم طبيعة المهارات وكيفية أدائها والذي بعث لديهم الرغبة في... تنمية الجانب المهاري وتطويره لديهم"⁽²⁾.

كما أن استخدام التدريب الذهني بعد نهاية الجزء التعليمي من الوحدة التعليمية ولفترة زمنية (5) دقائق من خلال استخدام تمارين الاسترخاء للعضلات في الجسم والعضلات العاملة على المهارة الخاصة يعقبها عملية التصور العقلي للمهارة المعطاة ساعد وبشكل كبير على تحسين الأداء الحركي لأشكال هذه المهارة إذ أن "برنامج التدريب الذهني الذي يحتوي على الاسترخاء العضلي يساعد اللاعب على أن يصبح أقل توتراً كما أنه يحتوي على تدريبات للتحكم بالتنفس مما يساعد على سهولة الأداء وكذلك التدريبات الذهنية ساعدت على التحكم في الاستجابات الانفعالية وكل هذا ساعد في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة الأداء الفني للمهارات"⁽³⁾.

كما أن استخدام التدريب الذهني يجعل اللاعبين مقارنة استجاباتهم أثناء الوحدة التعليمية مع الأداء الأمثل الذي تم شرحه في الجزء التعليمي من الوحدة التعليمية ومن ثم محاولة تصحيح الاستجابات غير الصحيحة، إذ أن "التدريب الذهني لا يقتصر على مجرد استدعاء أو استرجاع الخبرات وإنما يعمل على إنشاء وحدات وافكار وخبرات جديدة أي أن الفرد لا يسترجع في الذهن أو العقل الخبرات القديمة فقط، وإنما يمكن أن يستبدلها بالتعديل أو التغيير وإنتاج صور وافكار جديدة"⁽⁴⁾ كما إن "التكرار الذهني يمكن أن يساهم في تعزيز التفاصيل المحددة للحركة، مما كان سيمنع نسيان هذه التفاصيل الهامة"⁽⁵⁾.

(1) بسمة شريف حيدر؛ فاعلية برنامج للتدريب العقلي على مستوى الأداء المهاري باستخدام الطوق، رسالة ماجستير غير منشورة: (القاهرة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، 1995) ص23.

(2) سلامي عبد الرحيم سلامي؛ مصدر سيق ذكره، ص91.

(3) اشرف محمد علي جابر ومحمد ابراهيم محمود سلطان؛ تأثير برنامج للتدريب الذهني على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم، بحث منشور مجلة اسبوط لعلوم وفنون الرياضة (العدد 14، ج1) ص113-114.

(4) محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص252.

(5) محمود عبدالفتاح عنان ومصطفى حسين باهي؛ قراءات متقدمة في علم نفس الرياضة نظريات - تطبيقات تحليلات: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2001) ص172.

وان "التدريب الذهني يساعد على تثبيت الأداء الصحيح لدى المتعلم واستيعابه، ويزيد من السيطرة والتحكم بمحيط الأداء واعطاء فرصة لتركيز الانتباه حول الاماكن الصعبة في الأداء قبل تنفيذها وتكرارها بالوسائل البدنية"⁽¹⁾.

وترى الباحثة ان استخدام التدريب الذهني المباشر المعتمد على تصور المهارة داخلياً من قبل اللاعبين وبشكل علمي منتظم متمثلاً بأستخدامه في الوحدة التعليمية وبفترة (5) دقائق طبقت هذه الوحدات التعليمية على عينة البحث وأستخدام الفترة أنفة الذكر بعد الانتهاء من الجزء التعليمي اعتماداً على مبدأ التكرار في عدد من التمارين التي تم وضعها وتطبيقها في الجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية، إذ ينتج من التدريب الذهني المباشر نتائج حسية داخلية وخارجية ساعدت على حدوث تحسن في عملية التعلم لأشكال مهارة التهديف من الثباتن وعلى الرغم من أن التكرارات التي تم اعطاؤها في الجزء التطبيقي دوراً بارزاً في تنقيح وزيادة أداء هذه الأشكال للمهارة إلا أننا هنا يجب أن ندرك جيداً أهمية العقل في التخطيط والسيطرة على الجوانب الفنية لأداء هذه المهارة.

وهذه النتائج تتفق مع النتائج التي توصل إليها كال من (سلامي عبدالرحيم سلامي، 2002)⁽²⁾ و(احمد حامد احمد السويدي، 2004)⁽³⁾ و(محمد عبدالحسين عطية المالكي، 1998)⁽⁴⁾.

1-5 الاستنتاجات:

1- كان للبرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر (5) دقائق) تأثيراً إيجابياً في تحسين الأداء الحركي لمهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

2-5 التوصيات:

1- استخدام البرنامج التعليمي الذي وضعته الباحثة والتي استخدمت فيها التدريب الذهني المباشر لفترة (5) دقائق في تعلم وتحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

3-5 المقترحات:

1- إجراء دراسات مماثلة على مهارات أخرى في كرة القدم للصالات بأستخدام التدريب الذهني المباشر.

2- إجراء دراسة مماثلة طبقاً لمتغيرات (الجنس، العمر).

3- إجراء دراسات مماثلة على العينة نفسها بأستخدام أسلوب التدريب الذهني الغير المباشر.

المصادر

- احمد حامد احمد السويدي؛ أثر استخدام اسلوبي التجريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض نواحي الوضعية والمهارة بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه غير منشورة:(مجلة التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004).
- احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي:(القاهرة، دار المعارف، 1978).
- اسامة كامل راتب؛ علم النفس الرياضي – المفاهيم والتطبيقات ، ط4:(القاهرة، دار الفكر العربي، 2007).
- اشرف محمد علي جابر ومحمد ابراهيم محمود سلطان؛ تأثير برنامج للتدريب الذهني على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم، بحث منشور مجلة اسبوط لعلوم وفنون الرياضة(العدد14، ج1).

(1) محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير

غير منشورة:(جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998) ص66.

(2) سلامي عبدالرحيم سلامي؛ مصدر سبق ذكره.

(3) احمد حامد احمد السويدي؛ مصدر سبق ذكره.

(4) محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ مصدر سبق ذكره.

- بسمه شريف حيدر؛ فاعلية برنامج للتدريب العقلي على مستوى الأداء المهاري باستخدام الطوق، رسالة ماجستير غير منشورة: (القاهرة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، 1995).
- بنيامين بلوم واخرون؛ تقيم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة، محمد أمين المفتي وآخرون: (القاهرة، دار ماكروهيل، 1983).
- جميل محمود حسن عبدالواحد؛ أثر استخدام التدريب الذهني العمدي بجدولة الممارسة العشوائية والمتسلسلة في تطوير بعض المهارات الاساسية لدى حراس المرمى بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007).
- سلامي عبدالرحيم؛ أثر برنامج مقترح لاسلوبين في التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية والرضا الحركي بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002).
- عبدالستار جبار الضمد والصادق سالم الخبولي؛ علم النفس الرياضي: (ليبيا، مطبعة جامعة الفاتح، 2007).
- علي عبدالعليم محمد صابر النقيب؛ دراسة مقارنة لأثر جدولة الممارسة الموزع والمكثف المدعمة بالتعلم المبرمج في تعلم بعض المهارات في كرة القدم للصالات طالبات، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة تكريت، كلية التربية الرياضية، 2013).
- عمار شهاب احمد الجبوري؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2008).
- فرات جبار سعاد الله العزاوي؛ تأثير استخدام اساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطية بكرة القدم، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001).
- قاسم لزام وأخران؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة، 2005).
- كمال عبدالحميد اسماعيل؛ اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحبة لعلم حركة الانسان: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2016).
- محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996).
- محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010).
- محمد حسن علاوي، اسامة كامل راتب، الاتجاهات الحديثة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية: (القاهرة، دار الفكر العربي، للطباعة والنشر، 2017).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- محمد صبحي حسانين؛ نموذج الكفاية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998).
- محمد عبدالغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي: (الكويت، مطابع دار العلم، 1987).
- محمود عبدالفتاح عنان ومصطفى حسين باهي؛ قراءات متقدمة في علم نفس الرياضة نظريات - تطبيقات تحليلات: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2001).

- مراد احمد ياس صالح الجبوري؛ تأثير جدولة الممارسة المتسلسلة والعشوائية والعمدية بالتدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تعلم الاحتفاظ بالأداء الفني ومستوى الانجاز في الوثبة الثلاثية، اطروحة دكتوراه غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2015).
- موفق أسعد محمد الهيتي؛ التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، ط1: (عمان، دار دجلة، 2008).
- نبراس كامل هدايت؛ تأثير استخدام انواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم للنساء، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، 2004).

الملاحق

(1) الملحق

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 5 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف والذكاء الجسمي- الحركي للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين لغرض إجراء عملية التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث .

مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها .

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	موافق	غير موافق
1	التصور العقلي	مقياس التصور العقلي الرياضي أعداد (رينزمارتنز) واعد صورته للعربية أسامة كامل راتب ويتضمن التصور العقلي (البعد البصري) التصور العقلي (البعد السمعي) التصور العقلي (البعد الحركي) التصور العقلي (البعد الانفعالي)		
2	الانتباه	مظاهر الانتباه (حدة الانتباه) مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه)		
3	الذكاء	اختبار رأفن للمصفوفات المتتابة		
		اي قدرات عقلية اخرى واختباراتها ترون انها مناسبة وتودون اضافتها		

(2) الملحق

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 5 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمتطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف والذكاء الجسمي- الحركي للاعبي كرة القدم للصالات- ناشئين لغرض إجراء عملية التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث .
مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها .

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات -ناشئين

الملحق (3)

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد صلاحية اختبار التهديف من الثبات لقياس الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل -----المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 5 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمتطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد الاختبار المناسب لقياس الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات للناشئين .

ت	الصفات البدنية والحركية	الاختبارات	موافق	غير موافق
1	القوة الانفجارية للرجلين	الوثب العمودي من الثبات الوثب العريض من الثبات		
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	الحجل لأقصى مسافة ل 10 ثوان ثلاث جولات لأكبر مسافة ممكنة		
3	السرعة الانتقالية	ركض (30م) من بداية متحركة ركض (20م) من الوقوف اختبار فتحة البرجل		
4	المرونة	من وضع الجلوس قفحا ومد الركبتين - العمل على تباعد القدمين لأقصى مدى		
5	الرشاقة	الجري المكوكي (4×10م) اختبار بارو (3×4.5م)		
6	التوافق	الدوائر المرقمة الجر على شكل () تحت عارضة القفز العالي		
اي صفات بدنية اخرى واختباراتها ترون انها مناسبة وتودون اضافتها				

مع فائق الشكر والتقدير

المرفات :

- استمارة تحديد بعض الاختبار الاصلي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين
- الاسم الثلاثي :
- الشهادة :
- اللقب العلمي :
- تاريخ الحصول عليه :
- مكان العمل :
- التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

اختبارات التهديف من الثبات لقياس الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الملحق (4)جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول مدى صلاحية الوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني في تطوير

الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم الناشئين

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة القيام بأجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 5 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض

المهارة	الاختبارات	موافق	غير موافق
التهديف من الثبات	التهديف بالقدم من الكرات الثابتة على الارض		
	التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات		
اي اختبار اخر ترونه مناسباً وتودون اضافته			

انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) على عينة من لاعبي نادي (سعد) الناشئين ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس وكرة القدم ، لذا يرجى من سيادتكم بيان رأيكم في مدى صلاحية الوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني في تطوير الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين ، وتعديل أو تغيير أو إضافة ما ترونه مناسباً .
مع فائق الشكر والتقدير

المرفات :

- نماذج للوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني وعلى وفق الآتي :

1- الملحق (أ4) يمثل وحدات البرنامج التعليمي المقترح لمهارة التهديف من الثبات (12) وحدة تعليمية

3- الملحق (ب4) يمثل نموذج الوحدة التعليمية والخاصة بالتدريب الذهني بفترة (5) دقائق.

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

الملحق (أ4)

يمثل وحدات البرنامج التعليمي المقترح لتطوير مهارة التهديف من الثبات

الأسبوع	الوحدة التعليمية	الوحدة التعليمية
الأسبوع الأول	الاولى	1- تعليم مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم
	الثانية	2- تعليم مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم
الأسبوع الثاني	الثالثة	أعادة تعليم مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم
	الرابعة	
الأسبوع الثالث	الخامسة	1- تعليم مهارة التهديف من الثبات بوجه القدم
	السادسة	2- تعليم مهارة التهديف من الثبات بوجه القدم
الأسبوع الرابع	السابعة	أعادة تعليم مهارة التهديف من الثبات بوجه القدم مع الربط مع التهديف من الثبات بباطن القدم
	الثامنة	
الأسبوع الخامس	التاسعة	1- تعليم مهارة التهديف من الثبات بالجزء الخارجي من القدم
	العاشرة	2- تعليم مهارة التهديف من الثبات بالجزء الخارجي من القدم
الأسبوع السادس	الحادية عشر	أعادة تعليم مهارة التهديف من الثبات بالجزء الخارجي من القدم مع الربط مع التهديف من الثبات بباطن القدم ووجه القدم
	الثانية عشر	

ملاحظة: هناك ست وحدات تعليمية لكل مجموعة في الأسبوع الواحد مقسمة كالآتي :-

1- وحدتين تعليميتين لفترة تدريب ذهني (4) دقائق .

الملحق (4ب1)

نموذج الوحدة التعليمية للمجموعة التدريبية الثالثة والخاص بفترة التدريب الذهني (5) دقيقة

التاريخ :

عدد

الوحدة التعليمية (الاولى)

الاسبوع : الاول

اللاعبين : 6

الوقت 75 دقيقة

الهدف من الوحدة التعليمية : تطوير مهارة التهديف من الثبات بالجزء الداخلي من القدم

القسم	النشاط	الزمن	الفعاليات	الملاحظات
القسم الإعدادي 15 د	المقدمة	3 د	تهيئة كافة الأدوات وتسجيل الحضور	
	إحماء عام	5 د	- السير العادي ثم الهرولة الخفيفة لإحماء الذراعين والرجلين - الهرولة وتمارين مرونة المفاصل وتمطيه العضلات - إجراء لعبة التمريرات العشرة بالقدمين داخل مربع (10×10) م	- التدرج بتمارين المرونة والتمطية ولكافة مفاصل الجسم
	إحماء خاص	7 د	- ركض مسافات قصيرة (10) م وهرولة (20) م - تمارين الاحساس بالكرة - تمارين مناولة بسيطة	- كل لاعب يقابل اللاعب والمسافة بينهما (3) م
القسم الرئيسي 50 د	النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم وإعطاء نموذج من قبل المدرب أو لاعب متميز	- يتم الاسترخاء تحت إشراف المدرب
	التدريب الذهني	5 د	----- ينظر المرفق الخاص به	
	النشاط التطبيقي	40 د	تطبيق مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم ----- ينظر المرفق الخاص به	
القسم الختامي 10 د		5 د	- تمارين تهدئة وتنفس - الانصراف	

الملحق (4ب2)

نموذج الوحدة التعليمية للمجموعة التدريبية الاولى لتعلم مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم لفترة التدريب الذهني (5) دقائق (الجزء

التطبيقي فقط)

الزمن: (2358) ثانية (39,3) دقيقة - الوحدة التعليمية الاولى

*يستقطع زمن التدريب الذهني من زمن الجزء الختامي

المهارة	التمرينات التطويرية	عدد التكرارات	زمن التكرار الواحد (ث)	الزمن الكلي للتكرارات (ث)	الراحة بين التكرارات	زمن الراحة الكلية (ث)	زمن الانتقال بين تمرين وآخر	الزمن الكلي للتمرين (ث)	الزمن الكلي للتمرين (د)
التهيئة من التبات	ت1:	22	3	66	9	189	100	303	40
	ت2:	22	3	66	9	189	100	327	
	ت3:	20	4	80	9	228	100	327	
	ت4:	20	4	80	12	228	100	428	
	ت5:	18	4	90	12	255	100	428	
	ت6:	16	5	90	15	225	100	545	
	المجموع			462		1314	600	2376	

الملحق (3ب4)

التدريب الذهني المباشر للمجموعة التجريبية الثالثة لفترة (5) دقائق

الملحق (5)

المواصفات التفصيلية للمقاييس والاختبارات المستخدمة في البحث

اولاً: اختبارات القدرات العقلية

- (مقياس التصور العقلي الرياضي)

قبل ان تبدأ الاجابة عن هذا المقياس تذكر ان التصور العقلي اكثر من مجرد الرؤية لشيء ..انه يتطلب استخدام الحواس المتعددة مثل : (السمع ، اللمس ، الشم ، التذوق) فضلاً عن الحالة الانفعالية المصاحبة للموقف ، ويتضمن هذا الموقف اربعة مواقف رياضية (الممارسة بمفردك ، الممارسة مع الاخرين ، مشاهدة الزميل ، الاداء في المسابقة (المنافسة)).

المطلوب منك ان تتصور الموقف الموضح لك وتستجيب لكل موقف وفقاً لميزان تقدير من خمسة ابعاد على النحو

التمرين الكلي (د)	الزمن الكلي للتمرين (ث)	زمن الانتقال بين تمرين وآخر	زمن الراحة الكلية (ث)	الراحة بين التكرارات	الزمن الكلي للتكرارات (ث)	زمن التكرار الواحد (ث)	عدد التكرارات	التدريب الذهني	التمرين الكلي (د)
5 دقائق	39	3	16	4	20	4	5	تمارين الاسترخاء - الاهتمام بعمليتي الشهييق والزفير اذا يجلس اللاعب ثم يرقد والذراعين بجانب الجسم ثم يغلق العينين بحيث يكون التركيز على عمليتي الشهييق والزفير ببطء ويكون الاسترخاء عند الزفير	الاسترخاء
								- البدء بعملية الاسترخاء الثاني حيث يتم استرخاء المجموعات العضلية بالجسم وبإعاز من الشخص المسؤول عن ذلك .	
								- تطبيق التمرين نفسه ولكن بدون إعاز الشخص المسؤول	
								- بتصور اللاعب الملعب الذي سوف يقوم بالاداء فيه	
								التركيز التفكير ثم تصور وضعية الجسم اثناء ضرب الكرة من حيث موقع قدم الارتكاز والقدم الضاربة للكرة ووضعية الجذع والراس	
								- تصور مرحلة ضرب الكرة ووضعية القدم الضاربة للكرة وقدم الارتكاز والجسم والراس	
								المجموع	
303	18		144		141				

الاتي :

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

- عدم وجود صورة للموقف .
 - وجود صورة ولكن غير واضحة .
 - صورة واضحة بدرجة متوسطة .
 - صورة واضحة بدرجة كبيرة .
 - صورة واضحة بدرجة كبيرة جداً .
- وفيما يأتي المواقف الرياضية المطلوب ان تستجيب عليها 1:
- موقف (1) : الممارسة بمفردك**
- اختر مهارة من مهارات الكرة الطائرة .

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

الان تصور ذاتك وانت تؤدي هذه المهارة في المكان الذي عادة ما تتدرب عليه (ملعب الكرة الطائرة) ، دون وجود أي شخص آخر ، اغلق عينيك لدقيقة واحدة وحاول ان ترى ذاتك في المكان ، اسمع الاصوات اشعر بجسمك يؤدي النشاط ، واعياً لحالتك الذهنية أو المزاجية .

- كيف تجيد رؤية نفسك وانت تؤدي المباراة .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات المصاحبة للاداء .
- كيف تشعر بجسمك يؤدي المهارة .
- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية المصاحبة .

موقف (2) : الممارسة مع الآخرين

اداء التصور العقلي لنفس المهارة السابقة ، ولكن في حضور مدربك وزملائك في الفريق ، في هذه اللحظة ارتكبت خطأ واضحاً . اغلق العينين حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ والمواقف الذي يحدث بعده مباشرة .

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

- كيف تجيد رؤية نفسك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تجيد الاحساس الحركي .
- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية .

موقف (3) : مشاهدة الزميل

التفكير في زميل لك يفشل في اداء مهارة سهلة . اغلق العينين حوالي دقيقة . استحضر الصورة العقلية بنشاط وواقعية لاداء زميلك وهو يفشل في اداء هذه المهارة في احدى المسابقات او المنافسات الرياضية .

- كيف تجيد رؤية زميلك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تشعر بجسمك .
- كيف تجيد الشعور بالانفعالات .

موقف (4) : الاداء في المسابقة

التصور العقلي النفسي تقوم بالاداء في احدى المسابقات (المباريات) وانت تلعب بمهارة فائقة ، ويوجد جمهور وزملاء يعبرون عن تقديرهم لك . الان اغلق العينين حوالي دقيقة ، وتصور هذا الموقف بواقعية ونشاط كلما امكنك ذلك .

- كيف تجيد رؤية نفسك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تجيد للاحساس بالاداء الحركي .
- كيف تجيد الشعور بالانفعالات .

تقدير درجاتك للتصور العقلي :

- التصور البصري = جمع الدرجات في العبارة (1) للمواقف الاربعة =
- التصور السمعي = جمع الدرجات في العبارة (2) للمواقف الاربعة =
- الاحساس الحركي = جمع الدرجات في العبارة (3) للمواقف الاربعة =
- الحالة الانفعالية المصاحبة = جمع الدرجات في العبارة (4) للمواقف الاربعة =

تتراوح الدرجات لكل (بعد) بين 4 درجات كحد ادنى و 20 درجة كحد اقصى . وكلما زادت الدرجة يبين ذلك كفاءتك في القدرة على التصور العقلي والدرجة المنخفضة تعني انك تحتاج الى المزيد من التدريب لتطوير هذا البعد للتصور العقلي .

- (اختبار (بوردين - انفيموف) المعدل للانتباه)

استخدمت الباحث اختبار (بوردين - انفيموف) للانتباه المعدل (ويعد هذا الاختبار احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين المستخدم لقياس (5) من مظاهر الانتباه (ألحده ، التوزيع ، الثبات ، التحويل والتركيز) . يتكون مقياس (بوردين - انفيموف) من مجاميع من الأرقام ، كل مجموعة من (3 - 5) أرقام ، بحيث تحتوي الاستمارة على (31) سطرأ ، وفي كل سطر (10) مجاميع وفي كل سطر (40) رقما ، أي أن الاختبار يحتوي على (1240) رقما ، وقد وضعت أرقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقننين ، كما روعي في وضعها أن تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضا لتفادي احتمالات الحفظ .

تطبيق الاختبار : يتم شرح الاختبار (*) للمختبرين عن طريق ملاحظتهم لاستمارة الاختبار كما يأتي :

انظر إلى الاستمارة التي بين يديك بحيث تلاحظ أرقاماً على شكل مجاميع مرتبة على عدة اسطر ، حاول أن تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الرصاص وعليك أن تراعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لأن مدة الاختبار دقيقة واحدة فقط يقوم بشطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) أي الرقم على اليمين وتبدأ من اليسار إلى اليمين بالسطر الواحد بعد الآخر ، أما الرقم الذي على اليسار أو في الوسط يهمل لأنهما يعدان خطأً على سبيل المثال ولغرض التوضيح الرقم (2945) صحيح فيشطب ، أما الرقم (72456) فيهمل لأنه في الوسط والرقم (4529) على اليسار يهمل أيضاً . يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ (المختبر) الاستمارة الموضوعه أمامه بصورة مقلوبة بيد والقلم الرصاص باليد الأخرى بعدها تعطي كلمة (ابدأ) فيقوم الطالب بشطب الأرقام المطلوبة (وهو الرقم 97) وعند انتهاء وقت الاختبار (دقيقة واحدة) تعطى كلمة (قف) فيقوم المختبر بوضع علامة (X) عند آخر رقم شطب أو وصل إليه . يؤدي المختبر هذا الاختبار مرتين :

في المرة الأولى (اختبار حدة الانتباه) يؤدي في مكان هادئ . في المرة الثانية (اختبار تركيز الانتباه) فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقنن ، بحيث يشغل الجهاز عند إعطاء كلمة (ابدأ) فيقوم الجهاز بإطلاق ومضة كل (خمس ثواني) علما أن الجهاز يوضع في مجال رؤية الطالب وعلى مسافة متر واحد من مكان الاختبار يصدر هذا الجهاز (المترونوم) مثيراً صوتياً بواقع (60 دقة/دقيقة) . وبما أن هذا الجهاز المستخدم لا توجد فيه ومضة تم تعويضها بـ(مصباح (لايت)) لأداء مثير ضوئي.

طريقة تصحيح اختبار (بوردين - انفيموف) للانتباه :

الخطوة الأولى : يتم تعيين الحجم العام المنظور (كمية الأرقام التي نظرت) أي من المجموعة الأولى في السطر الأول حتى آخر مجموعة توقف عندها الطالب ، ويرمز لها بالرمز (ع) .

الخطوة الثانية : تحديد عدد الأرقام (97) المفروض شطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (ط) التي يتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار الذي صممه الباحث (انظر إلى مفتاح التصحيح للاختبار) .

الخطوة الثالثة : يتم تعيين عدد الأخطاء (عدد الأرقام (97) التي لم يتم شطبها مضافة إليها الأرقام التي شطبنا خطأ) ، ويرمز لها بالرمز (خ) .

الخطوة الرابعة : يتم تطبيق المعادلة الآتية :

$$هـ = 1 ق \times ع$$

$$ق = \frac{ط - خ}{100} \times 100$$

معامل صحة العمل :

بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويرمز لها بـ (هـ 1) :

وبعد احتساب الحدة بالاختبارين (في حالة الهدوء وفي حالة المثيرين) نبدأ باحتساب درجة تركيز الانتباه حيث :

هـ 1 : هي صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في حالة الهدوء (من دون مثير) .

هـ 2 : هي صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في حالة المواقف المعوقة والمشتتة للانتباه .

وبطرح (هـ 1) من (هـ 2) نحصل على (ت) التي هي درجة تركيز الانتباه بالمعادلة الآتية

$$ت = هـ 1 - هـ 2$$

استمارة اختبار (بوردين - انفيموف) المعدل للانتباه

الاسم :	العمر :	المجموعة :
التاريخ :	مظهر الاختبار :	وقت إجراء الاختبار :

(*) استخدمت الباحثة عند الشرح استمارة تحوي المكونات أنفسها ولكن بترتيب وأرقام تختلف عن استمارة الاختبار الأصلي .

ملحق (6)

*طبيعة الاستشارة :

- { 44 }

17	نجلاء عباس الزهيدى	أ.د.	طرائق	بغداد- تربية بنات- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*				
18	ضياء جابر محمد	أ.د.	تعليم- قدم	بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة		*			*
19	سعاد سبتي عبود العبادي	أ.د.	علم النفس	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
20	مؤيد عبد علي الطائي	أ.د.	فلسفة تدريب	بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*		*		
21	حمودي عصام نعمان	أ.م.د.	تدريب- يد	تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
22	حيدر عبدالرضا كرار	أ.د.	علم النفس	بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
23	حسين سعدي ابراهيم	أ.د.	طرائق	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	*				
24	أزاد حسن قادر	أ.د.	تعليم	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	*				
25	سرمد احمد موسى	أ.م.د.	تعليم- قدم	تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
26	كاظم عبد الربيعي	أ.م.د.	تدريب- قدم	متقاعد- جامعة بغداد		*	*	*	*
27	يوسف عبدالامير عبد	أ.م.د.	تدريب- قدم	متقاعد- جامعة بغداد	*		*	*	
28	سامان حمد سليمان	أ.م.د.	فلسفة تدريب	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية			*		
29	شيماء عبد مطر	أ.م.د.	طرائق	المستنصرية- كلية التربية الاساسية					
30	محسن علي نصيف المرسومي	أ.م.د.	علم النفس	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*				
31	حسين هادي عطية	أ.م.د.	اصابات- قدم	المستنصرية- كلية التربية الاساسية	*				
32	أمنة فاضل محمود	أ.م.د.	قياس وتقويم- ساحة وميدان	بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
33	ثالان قادر رسول	أ.م.د.	علم النفس	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية					
34	اسعد لازم علي	أ.م.د.	اختبارات- قدم	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة					
35	بسيم عيسى يونس	أ.م.د.	تعليم- طائرة	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	*				
36	جاسم عباس علي	أ.م.د.	علم النفس	تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة		*			
37	ابراهيم محمد عزيز	أ.م.د.	تعليم- قدم	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية			*		
38	نسرين بهجت عبدالله	أ.م.د.	قياس واختبارات	صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	*				
39	محب حامد رجا	أ.م.د.	تعليم	تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*			
40	وميض شامل كامل	أ.م.د.	تدريب- صالات	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*				
41	جاسم صالح معجون	أ.م.	طرائق	تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*		*		
42	يحيى علوان منهل	م.د.	تدريب- قدم	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة		*	*	*	
43	قصي حاتم خلف	م.د.	تعليم- قدم	ديالى- كلية التربية الاساسية	*	*			
44	نزار اشرف سليمان	م.م.	تدريب- قدم	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*	*	
المجموع									
12	7	14	19	18					

ملحق (7)

فريق العمل المساعد

ت	الاسم الكامل	الشهادة	مكان العمل
1	عمار حاتم محمد	ماجستير / علم النفس	حكم صالات
2	مرفوع ناجي كليب	ماجستير تربية رياضية / صالات	معلم جامعي / تكريت
3	وائل اسماعيل عمر	بكالوريوس تربية رياضية	نائب رئيس اتحاد كرة القدم سابق
4	اركان محمد ابراهيم	بكالوريوس تربية رياضية	مدرب / فئة B كرة القدم
5	محمد اكرم كردي	بكالوريوس	مدرب / فئة C كرة القدم
6	علاء عبدالودود احمد	بكالوريوس علوم بايولوجي	حكم صالات
7	محمد خطاب	بكالوريوس تربية رياضية	مدرب ألعاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

ملحق (8)

التمارين التطبيقية المستخدمة في الجزء التطبيقي من الوحدات التعليمية

التمرين الاول :

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (50سم) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (50سم) أيضا الجزء المتبقي من الهدف هو (2م) ، يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الجانبية للهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الثاني :

- نفس التمرين الاول ولكن يتم زيادة المسافة الى (6م).

التمرين الثالث:

- نفس التمرين الاول ولكن يتم زيادة المسافة الى (7م).

التمرين الرابع:

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام متساوية بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (1م) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (1م) وبذلك يكون الجزء المتبقي من الهدف هو (1م) ، ثم يقسم الجزء الوسط الى نصفين علوي وسفلي يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الوسطية للجزء الثاني من الهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الخامس :

- نفس التمرين الرابع مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين السادس :

- نفس التمرين الرابع مع زيادة المسافة ا

التمرين السابع :

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام متساوية بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (1م) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (1م) وبذلك يكون الجزء المتبقي من الهدف هو (1م) ، ثم يقسم الجزء الوسط ثلاثة اقسام العلوي (50سم) والسفلي (50سم) ليكون الجزء الاوسط (1م) يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الوسطية (1م) من الهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الثامن :

- نفس التمرين الثامن مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين التاسع :

- نفس التمرين الثامن مع زيادة المسافة الى 7م.

التمرين العاشر :

- نفس التمرين الاول ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن او الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين الحادي عشر :

- نفس التمرين الرابع ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن أو الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين الثاني عشر :

- نفس التمرين الثامن ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن أو الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

المخلص

أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 4 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين

أ.د. عبدالمنعم احمد جاسم الجنابي

شذى حسين محمد فرج

يهدف البحث إلى الكشف عن:

- أثر التدريب الذهني المباشر (4) دقائق في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين.

وللتحقق من اهداف البحث وضعت الباحثة الفرض الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد بكرة القدم للصالات- ناشئين لمجموعة البحث التجريبية التي استخدمت التدريب الذهني المباشر بـ(4) دقائق.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتدى شباب صلاح الدين للموسم الرياضي (2015-2016) والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بعدد (6) لاعباً، واستخدمت الباحثة (المقابلة الشخصية، الاستبيان، الاختبار والقياس) كأدوات لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، وتم تنفيذ البرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر لفترة (4) دقائق).

بواقع (12) وحدة تعليمية، ومدة كل وحدة تعليمية (75) دقيقة وبواقع (2) وحدة تعليمية أسبوعياً ولمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 (التجربة الرئيسية) وذلك في القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين (المجمع السكني- قضاء الدور).

واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطين متساويين بالعدد وتحليل التباين باتجاه واحد Anova one away واختبار اقل فرق معنوي L.S.D.

وقد تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

1- كان للبرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر (4) دقائق) تأثيراً إيجابياً في تحسين الأداء الحركي لمهارة التهديد من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

وأوصت الباحثة بما يأتي:

1- استخدام البرنامج التعليمي الذي وضعته الباحثة والتي استخدمت فيها التدريب الذهني المباشر لفترة (4) دقائق في تعلم وتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

وأقترحت الباحثة ما يأتي:

1- إجراء دراسات مماثلة على مهارات أخرى في كرة القدم للصالات باستخدام التدريب الذهني المباشر.

2- إجراء دراسة مماثلة طبقاً لمتغيرات (الجنس، العمر).

3- إجراء دراسات مماثلة على العينة نفسها باستخدام أسلوب التدريب الذهني الغير المباشر.

Abstract

The effect of direct mental training for a period of 4minutes in improving the motor performance of some types of scoring of the stability of football halls - emerging

Shatha H. Mohammed Faraj Dr. prof Abdul Moneim A. J. Al Janabi

The research aims to reveal:

-The effect of direct mental training (4) minutes in improving the motor performance of the skills of scoring from the stability of football to the halls - the two.

To investigate the research objectives, the researcher hypothesized the following:

-There were significant differences between the results of tribal and remote tests in the motor performance of the skills of scoring football for the gymnasiums - a group of experimental research that used direct mental training (4) minutes.

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the research. The research society was chosen by the intentional manner of the players of the Salah al-Din youth forum for the sports season (2016-2015). The total number of (30) players was randomly selected by (6) players. , Questionnaire, testing and measurement) as tools for collecting research data, and the educational program (direct mental training for a period of 4 minutes) was implemented.

(12)educational units, duration of each educational unit (75) minutes and the existence of (2) units of education per week and for the period from 2016/10/19to 2016/12/3(the main experiment) in the inner room of the Forum Salahadin Youth Forum - Elimination of the role.(

The researcher used the following statistical means:

The mean, standard deviation, percentage, simple correlation coefficient (Pearson), and test (T) for two connected arithmetical equal numbers and one-way variance analysis and the least significant difference test.

The following conclusions were reached:

- 1- The training program (direct mental training (4minutes) had a positive effect on improving the motor performance of the scoring skill of the stability of the football players of the gymnasiums.

The researcher recommended the following:

- 1- Use of the educational program developed by the researcher, which used direct mental training for a period of (4) minutes to learn and improve the dynamic performance of the forms of skill scoring of the stability of the players of the football - youth.

The researcher suggested the following:

- 1- Conduct similar studies on other skills in the football halls using direct mental training.
- 2- Conduct a similar study according to the variables (sex, age.(
- 3- Conduct similar studies on the same sample using the method of indirect mental training.

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يسعى الباحثون والمهتمون في مجال التعلم إلى محاولة استخدام الطرق والأساليب المؤثرة في مختلف المجالات ولما كانت التربية الرياضية إحدى هذه المجالات المهمة لذا فقد سعى الباحثون إلى محاولة إيجاد كل ما هو جديد من أجل أن تتسم عملية التعلم وخاصة للمهارات الحركية بأبعاد حركية جديدة متمثلة بجودة التعلم وسرعته.

إنَّ عملية حسن اختيار الطريقة التعليمية ووضعها بأسلوب علمي دقيق يكون غير ذي جدوى إذا لم تدعم بالوسائل والاساليب التعليمية المناسبة تبعاً لمستوى المتعلم ومما يتوفر من إمكانيات، وكرة القدم للصالات تزرع بالعديد من المهارات ومنها مهارة التهديف من الثبات والتي تحتاج إلى اختيار الطريقة المناسبة لإيصال المادة التعليمية إلى المتعلمين.

يعد التدريب الذهني من الوسائل المستخدمة في تعلم المهارات الحركية على نطاق واسع في جميع الألعاب تقريباً إذ يعتمد على التصور الذهني للأداء المهاري الفعلي، والتدريب الذهني "من الوسائل التعليمية المهمة التي تساعد على تعلم المهارات الحركية وتطويرها وذلك من خلال تصور أداء الحركة وتكرارها ذهنياً دون الأداء الفعلي لها مما يؤدي إلى تثبيتها عند المتعلم كما يساعد التدريب الذهني على التحكم وتركيز الانتباه"⁽¹⁾، كما أن للتدريب الذهني يعمل على تحسين تعلم المهارات الحركية في حالة الجمع بين التدريب الذهني والاداء العملي بالإضافة أنه يؤدي إلى تقليل زمن التعلم وتثبيت القدرات الحركية⁽²⁾ والتدريب الذهني يهدف إلى الوصول إلى حالة الأداء المثالية من خلال تطوير وتنمية القدرات العقلية مع زيادة القدرة على اعداد التكرار لتثبيت التحكم في الأداء وتركيز الانتباه وتطوير نوعية نظام التدريب مع تطوير القدرة على الاسترخاء⁽³⁾.

والتدريب الذهني المباشر باعتباره احد انواع التدريب الذهني "هو عملية استحضار الصورة الذهنية (العقلية) لأداء مهارات او احداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها، وفي هذا النوع يستطيع الرياضي انتقاء ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارة"⁽⁴⁾ وقد اجريت دراسات عديدة استخدمت التدريب الذهني وبأنواعه المختلفة كدراسة (مراد احمد ياس صالح الجبوري، 2015)⁽⁵⁾، (سلامي عبدالرحيم، 2002)⁽⁶⁾، (جميل محمود حسن عبدالواحد، 2008)⁽⁷⁾، وقد استخدمت هذه الدراسات اوقات التدريب الذهني قد تصل 10 دقائق، ويختلف موقع التدريب الذهني ضمن الوحدة التعليمية فقد يعطى في نهاية الجزء التعليمي أو في الجزء التطبيقي بين التكرارات إذ أن موقع التدريب الذهني ضمن الوحدة التعليمية يمكن أن يعطى قبل البدء بالقسم الرئيس أو من خلاله أو بعد الانتهاء منه (قبل الانتهاء الوحدة التعليمية) وأحياناً يستخدم عند الأصابة وعدم امكانية اللاعب على الاداء، كما تختلف فترة التدريب الذهني قد تصل فترته (3) إلى (10) دقائق. اي فترة هي التي تعطي أفضل نتائج في التعلم.

- (1) محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي؛ (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996) ص31.
- (2) محمد عبدالغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي؛ (الكويت، مطابع دار العلم، 1987) ص189.
- (3) احمد حامد احمد السويدي؛ أثر استخدام اسلوبي التدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض نواحي الوضعية والمهارية بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه غير منشورة؛ (مجلة التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004) ص11.
- (4) احمد حامد احمد السويدي؛ المصدر السابق، ص32.
- (5) مراد احمد ياس صالح الجبوري؛ تأثير جدولة الممارسة المتسلسلة والعشوائية والعمدية بالتدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تعلم الاحتفاظ بالأداء الفني ومستوى الانجاز في الوثبة الثلاثية، اطروحة دكتوراه غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2015).
- (6) سلامي عبدالرحيم؛ أثر برنامج مقترح لاسلوبين في التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية والرضا الحركي بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002).
- (7) جميل محمود حسن عبدالواحد؛ أثر استخدام التدريب الذهني العمدي بجدولة الممارسة العشوائية والمتسلسلة في تطوير بعض المهارات الاساسية لدى حراس المرمى بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007).

ويعد التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات من المهارات الاساسية التي يجب الإهتمام بها، وهو احد المفردات التي تقوم كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بتدريسها وتعلمها في مادة كرة القدم للصالات.

ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي بـ:

- 1- استثمار أسلوب التدريب الذهني المباشر في فترة (4) دقائق من أجل تحقيق وتحسين الأداء الحركي لمهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات.
- 2- إيجاد بيئة تعليمية جديدة لاستثمار الوقت والجهد وصولاً إلى سرعة جودة التعلم.

2-1 مشكلة البحث:

تشير الكثير من الدراسات في مجال التعلم الحركي في التربية الرياضية وتعلم مهارات كرة القدم خاصة إلى أهمية التدريب الذهني وبشكل كبير في وصول المتعلم إلى حالة مرضية من الأداء مما يزيد من الأثر التعليمي الذي يؤدي المختصين في مجال التعلم الحركي بالوصول إليه. ومن خلال ما تقدم تبرز مشكلة البحث في التساؤل الآتي:

- هل إن استخدام التدريب الذهني المباشر وبفترة (4) دقائق سيكون له تأثير في تحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بأشكاله المختلفة للاعب كرة القدم للصالات – الناشئين.

3-1 أهداف البحث:

الكشف عن:

- أثر التدريب الذهني المباشر (4) دقائق في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين.

4-1 فروض البحث:

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد بكرة القدم للصالات – ناشئين لمجموعة البحث التجريبية التي استخدمت التدريب الذهني المباشر بـ(4) دقائق.

5-1 مجالات البحث:

- المجال البشري: لاعبو كرة القدم فئة الناشئين في منتدى شباب صلاح الدين.
- المجال الزماني: للمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3.
- المجال المكاني: القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين المجمع السكني في قضاء الدور – محافظة صلاح الدين.

6-1 تحديد المصطلحات:

- التدريب الذهني المباشر:- استحضار الصور الذهنية (العقلية) لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها⁽¹⁾.
- التدريب الذهني (إجرائياً):- هو عملية تكرار التصور الذهني للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات والتي سبق أن تعلمها.

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التدريب الذهني:

1-1-1-2 التدريب الذهني (المفهوم والأهمية):

يُعد التدريبُ الذهني أسلوباً من أساليب التعلم الحركي إذ يساعد في تعلم اللاعب على استخدام طرق متعددة تساعد في التحكم في الأفكار والمواقف أو تعديل السلوك بما يناسب الموقف الرياضي وذلك للوصول إلى مستوى أفضل⁽¹⁾

(1) احمد حامد احمد السويدي؛ مصدر سبق ذكره، 2004، ص32.

والتدريب الذهني يعني اداء الفعالية بكاملها وبسرعتها المطلوبة في مخيلة المؤدي وهو في حالة الاسترخاء التام دون القيام بأي مجهود بدني يعني إن المجهود يكون ذهنياً على حد سواء. إن تأثير التدريب الذهني يرجع إلى قدرة الجهاز العصبي على تسجيل الانماط الحركية والحسية وقدرته على التذكر وإعادة تنظيم الصور⁽²⁾ والتدريب الذهني هو عملية تكرار التصور الذاتي الارادي لنمط سير حركة رياضية معينة⁽³⁾ أو هو الأداء الكامل للمهارة مع عدم ظهور الحركة علي الرغم من وصول الإشارات الحسية للعضلات المنفذة لتلك المهارة⁽⁴⁾. كما أنه عبارة عن حلول ذاتية لبرنامج رسوم من اللاعب أو المتعلم أو حلول ذاتية للتغلب على برنامج مع برنامج اللاعب والمتعلم المنافس وكذلك أنه عملية تكرار⁽⁵⁾. وأن التدريب الذهني كما يراه (عدنان علوان مكطوف العميري، 2005) هو "عملية مبرمجة تعتمد بدرجة كبيرة على العمليات العقلية مع الاقتصاد بالجهد البدني للوصول إلى درجة عالية من مستوى الأداء المهاري"⁽⁶⁾

3-1 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعته مشكلة البحث. والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بعدد (6) لاعباً، واستخدمت الباحثة (المقابلة الشخصية، الاستبيان، الاختبار والقياس) كأدوات لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، وتم تنفيذ البرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر لفترة (4) دقائق). بواقع (12) وحدة تعليمية، ومدة كل وحدة تعليمية (75) دقيقة وبواقع (2) وحدة تعليمية أسبوعياً وللمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 (التجربة الرئيسية) وذلك في القاعة الداخلية لمنتدى شباب صلاح الدين (المجمع السكني- قضاء الدور).

3-2 مجتمع البحث وعينته:

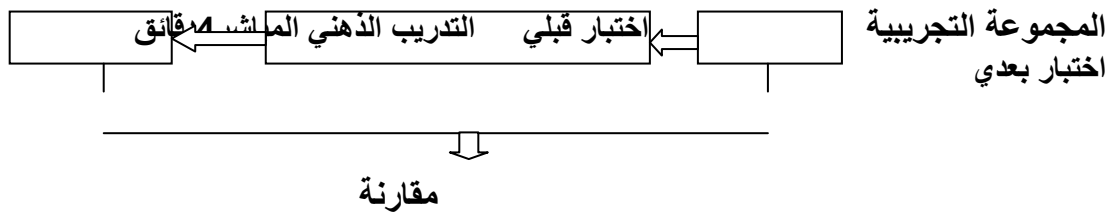
حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتدى صلاح الدين الناشئين بكرة القدم للصالات بأعمار (تحت 16 سنة) للموسم الرياضي (2016-2017) والبالغ عددهم (30) لاعباً، أما عينة البحث فقد تكونت من (6) لاعبين وقد تم استبعاد عدد من اللاعبين وذلك لأسباب الآتية:

حراس المرمى وعددهم (2) حراس للمرمى، وعينة الثبات والتجارب الاستطلاعية وعددهم (10) لاعبين.

3-3 التصميم التجريبي:

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعدية)⁽⁷⁾، ويمكن تمثيل التصميم التجريبي بالشكل الآتي:

- (1) محمد العربي شمعون وعبدالله جمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996) ص79.
- (2) احمد حامد احمد السويدي؛ مصدر سيق ذكره، ص15.
- (3) محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي، طذ: (الكويت، دار القلم، 1987) ص188.
- (4) خليل ابراهيم سليمان الحديثي؛ التعلم الحركي: (الأردن، دار العرب ودار النور للدراسات والنشر والترجمة، 2013) ص119.
- (5) ناهدة عبد زيد؛ اساسيات في التعلم الحركي، ط1: (النجف، دار الضياء للطباعة، 2008) ص133.
- (6) عدنان علوان مكطوف العميري؛ تأثير برنامج مقترح للتدريب الذهني المصاحب لمهارة تنفيذ بعض الحالات الثابتة بكرة القدم، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2005) ص27.
- (7) محمد حسن علاوي، اسامة كامل راتب، الاتجاهات الحديثة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية: (القاهرة، دار الفكر العربي، للطباعة والنشر، 2017) ص243.



الشكل (1)
التصميم التجريبي المستخدم في البحث

4-3 وسائل جمع المعلومات:

1-4-3 المقابلات الشخصية:

تمت المقابلات الشخصية مع السادة ذوي الخبرة والاختصاص الذين يمكن الاستفادة من آرائهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع البحث الملحق (6) .

2-4-3 استمارات الاستبيان:

1-2-4-3 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين:

بعد اطلاع الباحثة على المصادر العلمية ذات العلاقة بالبحث ، تم إعداد استمارة استبيان ، الملحق (1) ، وذلك من اجل تحديد أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين، وتضمنت استمارة الاستبيان مجموعة من القدرات العقلية واختباراتها تم عرضها على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6) وبعد جمع آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حصلت الباحثة على أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

النسب المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد أهم القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
			المتفقين	الكل	
1	التصور العقلي	مقياس التصور العقلي الرياضي أعداد (رينرمارتنز) واعد صورته للعربية أسامة كامل راتب ويتضمن	16	19	%84,21
		التصور العقلي (البعد البصري)			
		التصور العقلي (البعد السمعي)			
		التصور العقلي (البعد الحركي)			
		التصور العقلي (البعد الانفعالي)			
2	الانتباه	مظاهر الانتباه (حدة الانتباه)	17	18	%89,47
		مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه)			
3	الذكاء	اختبار رأفن للمصفوفات المتتابعة	13	19	%68,45

وعلى هذا الأساس تم اعتماد القدرات العقلية التي حصلت على نسبة اتفاق زادت عن 75% وهي ((التصور العقلي ، بعض مظاهر الانتباه (حدة الانتباه تركيز الانتباه)) في البحث،

(*) الاختبارين القبلي والبعدي يكون في الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات.

إذ يشير (بلوم وآخرون) "أنه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة 75 % فاكتر من آراء المحكمين"⁽¹⁾

3-2-4-3 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات-ناشئين:

تم إعداد استمارة الاستبيان الملحق (2) وتم توزيعها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ، ملحق(5) وذلك لتحديد أهم الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين ، وعلى هذا الأساس تم اعتماد الصفات البدنية التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من 75% وهي (القوة الانفجارية للرجلين، السرعة الانتقالية، التوافق، الرشاقة)، والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول تحديد أهم الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

ت	الصفات البدنية والحركية	الاختبارات	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
			الكلية	المتفقين	
1	القوة الانفجارية للرجلين	الوثب العمودي من الثبات	14	2	14,28 %
		الوثب العريض من الثبات		12	85,71 %
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	الحجل لأقصى مسافة ل 10 ثوان	14	8	57,14 %
		ثلاث حجلات لأكبر مسافة ممكنة		6	42,85 %
3	السرعة الانتقالية	ركض (30م) من بداية متحركة	14	13	92,85 %
		ركض (20م) من الوقوف		1	7,14 %
4	المرونة	اختبار فتحة الرجل	14	7	50 %
		من وضع الجلوس فتحاً ومد الركبتين - العمل على تباعد القدمين لأقصى مدى		7	50 %
5	الرشاقة	الجري المكوكي (4×10م)	14	3	21,42 %
		اختبار بارو (3×4.5م)		11	78,57 %
6	التوافق	الدوائر المرقمة	14	12	85,71 %
		الجر على شكل (∞) تحت عارضة القفز العالي		2	14,28 %

3-2-4-3 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد اختبار التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين:

قامت الباحثة بإعداد استمارة استبيان الملحق (3) وتوزيعها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6) وذلك لتحديد اختبار لمهارة التهديف من الثبات بأشكالها المختلفة للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين، وبعد جمع الاستمارات حصلت الباحثة على أنسب اختبار لقياس أشكال مهارة التهديف من الثبات، والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

يبين النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول تحديد التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين

ت	المهارة الحركية	الاختبارات	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
			الكلية	المتفقين	
	التهديف من	التهديف بالقدم من الكرات الثابتة على الارض	7	1	14,28 %

(1) بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983) ص 126.

1	الثبات	التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات	2	6	%85,71
---	--------	--	---	---	--------

حيث حصل اختبار (التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات) على أعلى نسبة اتفاق لذا تم اعتماده لقياس الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات.

3-4-2-4 استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد مدى صلاحية البرامج التعليمية المقترحة:

تم وضع البرنامج التعليمي لتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات باستخدام فترة التدريب الذهني (4) دقيقة ، وتم عرضها في استمارة استبيان الملحق (4) اعد لهذا الغرض على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (6)، لبيان رأيهم في مدى صلاحية البرنامج التعليمي وتعديل أو إضافة ما يرونه مناسباً من حيث (المدة الزمنية للبرنامج وعدد الوحدات التعليمية والتمارين المستخدمة والتكرارات وغيرها) ، تم بعدها الاتفاق على صلاحية البرنامج التعليمي من قبل السادة ذوي الخبرة والاختصاص، والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4)

النسبة المئوية لاتفاق آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول صلاحية البرامج التعليمية

ت	البرامج	عدد المختصين		نسبة الاتفاق %
		المتفقين	الكلي	
1	البرنامج التعليمي	11	12	%91,66

3-4-3 المقاييس والاختبارات المستخدمة في البحث:

- 1- قياس العمر الزمني، الطول الكلي للجسم، الكتلة⁽¹⁾.
- قياس عدد من القدرات العقلية: مقياس التصور العقلي⁽²⁾، اختبار (بوردين - انفيموف) لقياس بعض مظاهر الانتباه⁽³⁾.
- قياس عدد من الصفات البدنية: اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس (القوة الانفجارية للسائقين)⁽⁴⁾، اختبار ركض 30 متر من بداية متحركة لقياس (السرعة الانتقالية)⁽⁵⁾، اختبار الدوائر المرقمة لقياس (التوافق)⁽⁶⁾، اختبار بارو (3×4,5م) لقياس (الرشاقة)⁽⁷⁾، اختبار التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات⁽⁸⁾.

- (1) محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010) ص78.
- (2) اسامة كامل راتب؛ علم النفس الرياضي - المفاهيم والتطبيقات ، ط4: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2007) ص
- (3) احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي : (القاهرة، دار المعارف، 1978) ص492.
- (4) كمال عبدالحاميد اسماعيل؛ اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحبة لعلم حركة الانسان: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2016) ص13.
- (5) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004) ص292.
- (6) محمد صبحي حسانين؛ نموذج الكفاية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004) ص426.
- (7) كمال حميد اسماعيل؛ مصدر سبق ذكره، ص309.
- (8) عمار شهاب احمد الجبوري؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2008) ص55.

5-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز قياس الطول والوزن ، جهاز حاسوب لابتوب نوع (HP)، ساعات توقيت، كرات قدم للصالات قانونية، أشرطة قياس مختلفة الأطوال، حبال وأشرطة ملونة، شواخص بلاستيكية.

6-3 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

استخدمت الباحثة عدد من الاختبارات والمقاييس للتوصل الى البيانات المتعلقة بالبحث والتي حصلت على اتفاق السادة ذوي الخبرة والاختصاص ، ولغرض التأكد من صلاحية هذه الاختبارات وملائمتها لعينة البحث ، فقد تم التحقق من الأسس العلمية لها لاختبار التهديد بالقدم من الكرات الثابتة على ست تقسيمات وذلك كون باقي المقاييس والاختبارات تتمتع بمعاملات (صدق وثبات وموضوعية) عالية كونها مستخدمة من قبل عدة باحثين على عينة مشابهة لعينة البحث. وتضمنت الأسس العلمية ما يأتي:

- الصدق:

تم التأكد من صدق اختبار التهديد بالقدم من الكرات الثابتة على ست تقسيمات ظاهرياً بعرضها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص كما تم الإشارة اليه سابقاً فضلاً عن حساب

الصدق الذاتي والذي $\sqrt{\text{الثبات}} =$ والجدول (5) يبين ذلك.

- الثبات:

للتأكد من ثبات اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات قامت الباحثة بذلك بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار حيث طبقت الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية المؤلفة من (10) لاعبين بتاريخ 21/ 8/ 2016 ، ثم أعيد تطبيق الاختبارات بتاريخ 5/ 9/ 2016 على العينة نفسها، و بحساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات التطبيقين تم إيجاد معامل الثبات، والجدول (5) يبين ذلك .

- الموضوعية

قامت الباحثة بالتحقق من موضوعية (اختبار التهديد على ست تقسيمات)، وذلك بتسجيل نتائج اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات من قبل حكمين (*) يقومون بتسجيل نتائج الاختبار في آن واحد وعلى عينة التجربة الاستطلاعية المؤلفة من (10) لاعبين، بعدها تم حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الحكمين ، وتبين أن هناك معامل ارتباط عالٍ في تقييم الحكمين ، مما يدل على موضوعيتها . والجدول (5) يبين الأسس العلمية للاختبارات المختارة .

الجدول (5)

يبين معاملات الصدق والثبات والموضوعية لاختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات ومقاييس الذكاء الجسمي- الحركي

ت	المعالم الإحصائية	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		الأسس العلمية	
		± ع	س	± ع	ت	معامل الثبات	الصدق الذاتي
1	اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات	4,400	0,843	0,966	4,600	0,90	0,94
							0,95

(*) الحكمين :-

1- أركان أبراهيم محمد مدرب كرة قدم

2- وائل أسماعيل عمر بكالوريوس تربية رياضية

يتبين من الجدول (5) تمتع اختبار التهديد من الثبات على ست تقسيمات بمعاملات صدق وثبات وموضوعية عالية.

3-7 البرنامج التعليمي المقترحة:

من خلال اطلاع الباحثة على مجموعة من المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال التدريب الذهني، والمذكورة انفاً تم وضع البرنامج التعليمي لتحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات ، إذ تم وضع برنامج باستخدام التدريب الذهني المباشر لفترة (4 دقائق) وتم عرض هذا البرنامج في استبيان أعد لهذا الغرض على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الاختصاص ،الملحق (4) ، لبيان رأيهم في مدى صلاحية هذا البرنامج التعليمي وتعديل أو إضافة ما يروونه مناسباً من حيث (المدة الزمنية للبرنامج والوحدات التعليمية المقترحة والتمارين المهارية والذهنية والتكرارات وغيرها) ، إذ تم بعدها إجراء بعض التعديلات وتحديد المدة الزمنية للبرنامج والوحدات التعليمية وكذلك عدد التكرارات الخاصة بكل تمرين ، والملحق (4 - أ) يوضح نماذج من الوحدات الخاصة بالبرنامج التعليمي المقترح ، أما الملحق (4- ب) فيوضح نموذج الوحدة التعليمية الخاص بالتدريب الذهني المباشر لفترة للتدريب الذهني (4 دقيقة) ، وقد استغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (6) أسابيع تضمنت (12) وحدة تعليمية (3 وحدات تعليمية لكل شكل من أشكال مهارة التهديد من الثبات) ، وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد ، زمن كل منها (75) دقيقة. علماً إن الوحدة التعليمية تضمنت الجزء الاعدادي والتنظيمي ،الإحماء بنوعيه العام والخاص، ثم الجزء التعليمي (شرح وعرض المهارة واداء نموذج للمهارة) ، بعدها تدريب ذهني (مباشر) للفترة الزمنية (4 دقائق) يليها النشاط التطبيقي ، ثم الجزء الختامي.

3-8 الإجراءات الميدانية للبحث:

3-8-1 تجربتان الاستطلاعية:

3-8-1-1 تجربة استطلاعية أولى للاختبارات البدنية والحركية:

أجرت الباحثة مع فريق العمل المساعد ملحق (7) تجربة استطلاعية على (10) لاعبين من مجتمع البحث وقد تم استبعادهم عند تنفيذ إجراءات البحث الرئيسة وتمت هذه التجربة بتاريخ 2016/8/21 وكان الغرض من هذه التجربة ما يأتي :

- 1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
- 2- التأكد من قدرة فريق العمل المساعد على تنفيذ القياسات والاختبارات.
- 3- التأكد من التسلسل المنطقي لأداء اختبارات القدرات الحركية والبدنية والاختبار المهاري.
- 4- معرفة الزمن اللازم لتنفيذ كل اختبار على حدة .
- 5- تحديد أماكن وأبعاد ومسافات كل اختبار .
- 6- التطبيق الاول لايجاد الثبات للاختبار المهاري لدقة.

3-8-1-2 التجربة الاستطلاعية الثانية (للبرامج التعليمية المقترحة):

بإشراف الأستاذ المشرف والباحثة وفريق العمل المساعد تم إجراء تجربة استطلاعية للبرنامج التعليمي المقترح بتاريخ 2016/9/11، على عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددها (10) عدا حراس مرمى والذين تم استبعادهم من تجربة البحث الرئيسة ، وكان الغرض من هذه التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- 1- التأكد من تنفيذ الوحدة التعليمية والتمارين الخاصة بالوقت المحدد لها.
- 2- التأكد من فترة وموقع التدريب الذهني ومدى تأثيره على عينة البحث.
- 3- التأكد من مدى ملائمة الوحدات التعليمية وأسلوب تنفيذها على عينة البحث .
- 4- اختبار صلاحية وكفاية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الوحدات التعليمية المقترحة .
- 5- اطلاع المدربين على محتوى البرنامج التعليمي وعلى كيفية تطبيق التدريب الذهني خلال الوحدة التعليمية.

6- التأكد من كفاية وقت الراحة بين التكرارات وبين التمارين وذلك تفادياً لحدوث التعب.

وكان من نتائج التجريبتين الاستطلاعتين مايتي:

- تكوين صورة واضحة لدى الباحثة وفريق العمل المساعد عن المعوقات والصعوبات التي قد تواجههم أثناء تطبيق التجربة الرئيسة للبحث وكيفية معالجتها ، وكذلك التعرف على طبيعة العمل وإمكانية تطبيقه أثناء التجربة الرئيسة للبحث .

9-3 إجراء الاختبارات القبلية والتجربة الرئيسة والاختبارات البعدية:

9-3-1 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية لمجموعة البحث لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين يومي (السبت والاحد) الموافق (15 و 16/10/2016) وبحضور السيد المشرف، علماً أن الباحثة وبالتعاون مع فريق العمل المساعد قاموا بشرح وعرض الاختبار المهاري لأشكال مهارة التهديف من الثبات وكذلك مقياس الذكاء الجسمي الحركي (*) قبل البدء بالاختبارات القبلية من أجل تكوين صورة واضحة لكل اختبار أمام عينة البحث.

9-3-2 التجربة الرئيسة:

تم تنفيذ البرنامج التعليمي على مجموعة البحث للمدة من 2016/10/19 ولغاية 2016/12/3 وبواقع ثلاثة أيام في الأسبوع الواحد إذ تم تطبيق الاختبار يومي الاحد والخميس من كل اسبوع.

- عينة البحث التي نفذت البرنامج التعليمي:

نفذت أسلوب التدريب الذهني المباشر لمدة (4 دقائق) وبواقع (12) وحدة تعليمية ، وقام المدرب وبإشراف الباحثة بتنفيذ وحدات البرنامج التعليمي ، حيث يتم شرح المهارة بالأسلوب اللفظي ثم عرضها بنموذج من قبل المدرب ، ثم التدريب الذهني (المباشر لمدة 4 دقائق) ، ويتم بعدها التطبيق العملي للمهارة من قبل اللاعبين، وذلك بأداء المهارة المطلوب تحسين ادائها أثناء الوحدة التعليمية.

9-3-3 الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية لمجموعة البحث التجريبية لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين يومي (الخميس والجمعة) الموافق (3 و 4/12/2016) من قبل الباحثة وبالتعاون مع فريق العمل المساعد وبحضور السيد المشرف.

10-3 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية :

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، اختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطين متساويين بالعدد، تحليل التباين باتجاه واحد Anova one away، اختبار اقل فرق معنوي L.S.D.

استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات الخاصة بالبحث للتوصل إلى النتائج.

1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين:

1-1-4 عرض وتحليل نتائج الفروق في الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين لفترة (4) دقائق في الاختبارين القبلي والبدي:

الجدول (6)

القيم الإحصائية للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين في الاختبارين القبلي والبدي لفترة (4دقائق)

(*) قامت عينة البحث بالإجابة على مقياس الذكاء الجسمي- الحركي أولاً ثم تطبيق اختبار أشكال مهارة التهديف من الثبات.

المهارات الأساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		س	ع±	س	ع±		
التهديف بالجزء الداخلي من القدم	درجة	4,833	0,752	10,166	0,408	16	*0,000
التهديف من الثبات بمقدمة القدم	درجة	4,833	0,752	10,333	1,366	7,65	*0,001
التهديف من الثبات بوجه القدم	درجة	4,500	0,836	10,166	1,169	17	*0,000
التهديف من الثبات بالجزء الخارجي من القدم	درجة	5	0,894	9,333	1,211	6,061	*0,002

• معنوي اذا كانت قيمة مستوى الاحتمالية $0,05 \geq$

ومن خلال الجدول (6) يتبين أن نتائج التدريب الذهني لفترة (4 دقائق) دلت على ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع أشكال مهارة التهديف من الثبات إذا بلغت قيم (ت) المحسوبة لأشكال مهارة التهديف من الثبات (16، 7,65، 17، 6,061) على التوالي عند مستويات احتمالية (0,000، 0,001، 0,000، 0,002) على التوالي وهي أقل من 0,05.

4-1-2 مناقشة نتائج الفروق في الأداء الحركي لبعض أشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات-ناشئين لفترة (4 دقائق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي):

من خلال الجدول (6) ادتي تم الحصول عليه أنفاً ظهر أن هناك تطوراً ارتقى إلى مستوى المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات لفترة (4 دقائق) ولصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثة التقدم الحاصل والواضح في الفرق المعنوي الذي ظهر بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي إلى التأثيرات الإيجابية للبرنامج التعليمي والذي اعتمد على الأسلوب العلمي والتخطيط السليم والتي تضمن استخدام التدريب الذهني بفترة (4 دقائق) وكذلك التمارين التي تحتويها كل وحدة تعليمية إذا كان لأسلوب التدريب الذهني طابع خاص من التأثير على الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين انطلاقاً من إن "التدريب الذهني إذا ما اندمج مع التدريب والتعلم المهاري يحقق فاعلية عالية عند ممارسته خلال مراحل التعلم والتدريب ولا سيما عند إتقانه"⁽¹⁾.

إذ أنه لكي يتم نجاح أي تطوير لأي عملية تعلم وهنا هي تحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف لابد وأن يوضع المتعلم في مواقف تعليمية لتحفز لديه الاستعداد الذهني والنفسي لاكتساب المهارة التعليمية وبما يناسب قدراته وأستعداداته، إذ يشير (سلامي عبد الرحيم سلامي، 2012) إلى أن "التدريب الذهني المباشر زاد من دافعية اللاعبين في ممارسة المهارات الحركية وذلك عن طريق تصورهما وتكرارها ذهنياً مما ساعد على فهم طبيعة المهارات وكيفية أدائها والذي بعث لديهم الرغبة في... تنمية الجانب المهاري وتطويره لديهم"⁽²⁾.

كما أن استخدام التدريب الذهني بعد نهاية الجزء التعليمي من الوحدة التعليمية ولفترة زمنية (4 دقائق) من خلال استخدام تمارين الاسترخاء للعضلات في الجسم والعضلات العاملة على المهارة الخاصة يعقبها عملية التصور العقلي للمهارة المعطاة ساعد وبشكل كبير على تحسين الأداء الحركي لأشكال هذه المهارة إذ أن "برنامج التدريب الذهني الذي يحتوي على الاسترخاء العضلي يساعد اللاعب على أن يصبح أقل توتراً كما أنه يحتوي على تدريبات للتحكم بالتنفس مما

(1) بسمة شريف حيدر؛ فاعلية برنامج للتدريب العقلي على مستوى الأداء المهاري باستخدام الطوق، رسالة ماجستير غير

منشورة: (القاهرة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، 1995) ص23.

(2) سلامي عبد الرحيم سلامي؛ مصدر سبق ذكره، ص91.

يساعد على سهولة الأداء وكذلك التدريبات الذهنية ساعدت على التحكم في الاستجابات الانفعالية وكل هذا ساعد في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة الأداء الفني للمهارات⁽¹⁾.

كما أن استخدام التدريب الذهني يجعل اللاعبين مقارنة استجاباتهم أثناء الوحدة التعليمية مع الأداء الأمثل الذي تم شرحه في الجزء التعليمي من الوحدة التعليمية ومن ثم محاولة تصحيح الاستجابات غير الصحيحة، إذ أن "التدريب الذهني لا يقتصر على مجرد استدعاء أو استرجاع الخبرات وإنما يعمل على إنشاء وحدات وأفكار وخبرات جديدة أي أن الفرد لا يسترجع في الذهن أو العقل الخبرات القديمة فقط، وإنما يمكن أن يستبدلها بالتعديل أو التغيير وإنتاج صور وأفكار جديدة"⁽²⁾ كما إن "التكرار الذهني يمكن أن يساهم في تعزيز التفاصيل المحددة للحركة، مما كان سيمنع نسيان هذه التفاصيل الهامة"⁽³⁾، وأن "التدريب الذهني يساعد على تثبيت الأداء الصحيح لدى المتعلم واستيعابه، ويزيد من السيطرة والتحكم بمحيط الأداء واعطاء فرصة لتركيز الانتباه حول الأماكن الصعبة في الأداء قبل تنفيذها وتكرارها بالوسائل البدنية"⁽⁴⁾.

وترى الباحثة ان استخدام التدريب الذهني المباشر المعتمد على تصور المهارة داخلياً من قبل اللاعبين وبشكل علمي منتظم متمثلاً بأستخدامه في الوحدة التعليمية وبفترة (4) دقائق طبقت هذه الوحدات التعليمية على عينة البحث وبأستخدام الفترة أنفة الذكر بعد الانتهاء من الجزء التعليمي اعتماداً على مبدأ التكرار في عدد من التمارين التي تم وضعها وتطبيقها في الجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية، إذ ينتج من التدريب الذهني المباشر نتائج حسية داخلية وخارجية ساعدت على حدوث تحسن في عملية التعلم لأشكال مهارة التهديف من التباتن وعلى الرغم من أن التكرارات التي تم اعطاؤها في الجزء التطبيقي دوراً بارزاً في تنقيح وزيادة أداء هذه الأشكال للمهارة إلا أننا هنا يجب أن ندرك جيداً أهمية العقل في التخطيط والسيطرة على الجوانب الفنية لأداء هذه المهارة.

وهذه النتائج تتفق مع النتائج التي توصل إليها كال من (سلامي عبدالرحيم سلامي، 2002)⁽⁵⁾ و(احمد حامد احمد السويدي، 2004)⁽⁶⁾ و(محمد عبدالحسين عطية المالكي، 1998)⁽⁷⁾.

1-5 الاستنتاجات:

1- كان للبرنامج التعليمي (التدريب الذهني المباشر (4) دقائق) تأثيراً إيجابياً في تحسين الأداء الحركي لمهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

1-5 التوصيات:

- (1) اشرف محمد علي جابر ومحمد ابراهيم محمود سلطان؛ تأثير برنامج للتدريب الذهني على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم، بحث منشور مجلة اسبوت لعلوم وفنون الرياضة(العدد14، ج1) ص113-114.
- (2) محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي:(القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص252.
- (3) محمود عبدالفتاح عنان ومصطفى حسين باهي؛ قراءات متقدمة في علم نفس الرياضة نظريات- تطبيقات تحليلات:(القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2001) ص172.
- (4) محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة:(جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998) ص66.
- (5) سلامي عبدالرحيم سلامي؛ مصدر سبق ذكره.
- (6) احمد حامد احمد السويدي؛ مصدر سبق ذكره.
- (7) محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ مصدر سبق ذكره.

- 1- استخدام البرنامج التعليمي الذي وضعته الباحثة والتي استخدمت فيها التدريب الذهني المباشر لفترة (4) دقائق في تعلم وتحسين الأداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين.

3-5 المقترحات:

- 1- إجراء دراسات مماثلة على مهارات أخرى في كرة القدم للصالات باستخدام التدريب الذهني المباشر.
- 2- إجراء دراسة مماثلة طبقاً لمتغيرات (الجنس، العمر).
- 3- إجراء دراسات مماثلة على العينة نفسها باستخدام أسلوب التدريب الذهني الغير المباشر.

المصادر

- احمد حامد احمد السويدي؛ أثر استخدام اسلوبى التجريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض نواحي الوضعية والمهارية بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (مجلة التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004).
- احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي : (القاهرة، دار المعارف، 1978).
- اسامة كامل راتب؛ علم النفس الرياضي – المفاهيم والتطبيقات ، ط4: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2007).
- اشرف محمد علي جابر ومحمد ابراهيم محمود سلطان؛ تأثير برنامج للتدريب الذهني على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخطي لناشئي كرة القدم، بحث منشور مجلة اسيوط لعلوم وفنون الرياضة (العدد 14، ج1).
- بسمة شريف حيدر؛ فاعلية برنامج للتدريب العقلي على مستوى الأداء المهاري باستخدام الطوق، رسالة ماجستير غير منشورة : (القاهرة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، 1995).
- بنيامين بلوم واخرون ؛ تقيم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون: (القاهرة، دار ماكروهيل، 1983).
- جميل محمود حسن عبدالواحد؛ أثر استخدام التدريب الذهني العمدي بجدولة الممارسة العشوائية والمتسلسلة في تطوير بعض المهارات الاساسية لدى حراس المرمى بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007).
- خليل ابراهيم سليمان الحديثي؛ التعلم الحركي : (الاردن، دار العرب ودار النور للدراسات والنشر والترجمة، 2013).
- سلامي عبدالرحيم؛ أثر برنامج مقترح لاسلوبين في التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية والرضا الحركي بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002).
- عدنان علوان مكطوف العميري؛ تأثير برنامج مقترح للتدريب الذهني المصاحب لمهارة تنفيذ بعض الحالات الثابتة بكرة القدم، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2005).
- عمار شهاب احمد الجبوري؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2008).
- كمال عبدالحميد اسماعيل؛ اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحبة لعلم حركة الانسان: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2016).
- محمد العربي شمعون وعبدالله جمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996).
- محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996).
- محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2010).
- محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب ، الاتجاهات الحديثة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية: (القاهرة، دار الفكر العربي، للطباعة والنشر ، 2017).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004) ص292.
- محمد صبحي حسانين؛ نموذج الكفاية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).

- محمد عبدالحسين عطية المالكي؛ أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998).
- محمد عبدالغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي: (الكويت، مطابع دار العلم، 1987).
- محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط1: (الكويت، دار القلم، 1987).
- محمود عبدالفتاح عنان ومصطفى حسين باهي؛ قراءات متقدمة في علم نفس الرياضة نظريات- تطبيقات تحليلات: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2001).
- مراد احمد ياس صالح الجبوري؛ تأثير جدولة الممارسة المتسلسلة والعشوائية والعمدية بالتدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تعلم الاحتفاظ بالأداء الفني ومستوى الانجاز في الوثبة الثلاثية، أطروحة دكتوراه غير منشورة (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2015).
- ناهدة عبد زيد؛ اساسيات في التعلم الحركي، ط1: (النجف، دار الضياء للطباعة، 2008).

الملاحق

الملحق (1)

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل -----المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 4 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف والذكاء الجسمي- الحركي للاعبين كرة القدم للصالات- ناشئين لغرض إجراء عملية التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث .
مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض القدرات العقلية واختباراتها .

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

ت	القدرات العقلية	الاختبارات	موافق	غير موافق
1	التصور العقلي	مقاييس التصور العقلي الرياضي أعداد (رينرمارتنز) واعد صورته للعربية أسامة كامل راتب ويتضمن		
		التصور العقلي (البعد البصري)		
		التصور العقلي (البعد السمعي)		
		التصور العقلي (البعد الحركي)		
		التصور العقلي (البعد الانفعالي)		
2	الانتباه	مظاهر الانتباه (حدة الانتباه)		
		مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه)		

3	الذكاء	اختبار رأفن للمصفوفات المتتابعة		
		اي قدرات عقلية اخرى واختباراتها ترون انها مناسبة وتودون اضافتها		

الملحق (2)

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء

الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل -----المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 4 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض

انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمتطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين

الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد بعض

الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف والذكاء الجسمي- الحركي للاعبين كرة

القدم للصالات- ناشئين لغرض إجراء عملية التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث .

مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض الصفات البدنية واختباراتها .

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول على :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

	الصفات البدنية والحركية	الاختبارات	موافق	غير موافق
1	القوة الانفجارية للرجلين	الوثب العمودي من الثبات الوثب العريض من الثبات		
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	الحجل لأقصى مسافة ل10 ثوان ثلاث جولات لأكبر مسافة ممكنة		

شذى حسين محمد

3	السرعة الانتقالية	ركض (30م) من بداية متحركة ركض (20م) من الوقوف
4	المرونة	اختبار فتحة الرجل من وضع الجلوس فتحاً ومد الركبتين – العمل على تباعد القدمين لأقصى مدى
5	الرشاقة	الجري المكوكي (4×10م) اختبار بارو (3×4.5م)
6	التوافق	الدوائر المرقمة الجر على شكل () تحت عارضة القفز العالي
	اي صفات بدنية اخرى واختباراتها ترون انها مناسبة وتودون اضافتها	

الصفات البدنية واختباراتها المؤثرة في تحسين الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات - ناشئين

الملحق (3)

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص لتحديد صلاحية اختبار التهديف من الثبات لقياس الاداء الحركي لأشكال

مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الأستاذ الفاضل -----المحترم

تحية طيبة ..

تروم الباحثة أجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 4 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض

انواع التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) كمتطلب للحصول على درجة الدكتوراه على عينة من اللاعبين

الناشئين بكرة القدم للصالات ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد

الاختبار المناسب لقياس الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات للناشئين .

مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض الاختبار الاصلي لأشكال مهارة التهديف من الثبات بكرة القدم للصالات – ناشئين

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

اختبارات التهديف من الثبات لقياس الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات للناشئين

الملحق (4)

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا - الدكتوراه

استبيان آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص حول مدى صلاحية الوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني في تطوير

الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديف من الثبات للاعبين كرة القدم الناشئين

الأستاذ الفاضل -----المحترم

تحية طيبة ..

المهارة	الاختبارات	موافق	غير موافق
التهديف من الثبات	التهديف بالقدم من الكرات الثابتة على الارض		
	التهديف من الكرات الثابتة على ست تقسيمات		
اي اختبار اخر ترونه مناسباً وتودون اضافته			

تروم الباحثة القيام بأجراء البحث الموسوم (أثر التدريب الذهني المباشر لفترة 4 دقائق في تحسين الاداء الحركي لبعض انواع التهديد من الثبات بكرة القدم للصالات- ناشئين) على عينة من لاعبي نادي (سعد) الناشئين ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس وكرة القدم ، لذا يرجى من سيادتكم بيان رأيكم في مدى صلاحية الوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني في تطوير الاداء الحركي لأشكال مهارة التهديد من الثبات للاعبين كرة القدم للصالات الناشئين ، وتعديل أو تغيير أو إضافة ما ترونه مناسباً .
مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- نماذج للوحدات التعليمية المقترحة للتدريب الذهني وعلى وفق الآتي :

1- الملحق (15) يمثل وحدات البرنامج التعليمي المقترح لمهارة التهديد من الثبات (12) وحدة تعليمية

3- الملحق (5ب) يمثل نموذج الوحدة التعليمية والخاصة بالتدريب الذهني بفترة (4) دقائق.

الاسم الثلاثي :

الشهادة :

اللقب العلمي :

تاريخ الحصول عليه :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثة

شذى حسين محمد

الملحق (14)

يمثل وحدات البرنامج التعليمي المقترح لتطوير مهارة التهديد من الثبات

الأسبوع	الوحدة التعليمية	الوحدة التعليمية
الأسبوع الأول	1- تعليم مهارة التهديد من الثبات بباطن القدم 2- تعليم مهارة التهديد من الثبات بباطن القدم	الاولى الثانية
الأسبوع الثاني	أعادة تعليم مهارة التهديد من الثبات بباطن القدم	الثالثة الرابعة
الأسبوع الثالث	1- تعليم مهارة التهديد من الثبات بوجه القدم 2- تعليم مهارة التهديد من الثبات بوجه القدم	الخامسة السادسة
الأسبوع الرابع	أعادة تعليم مهارة التهديد من الثبات بوجه القدم مع الربط مع التهديد من الثبات بباطن القدم	السابعة الثامنة
الأسبوع الخامس	1- تعليم مهارة التهديد من الثبات بالجزء الخارجي من القدم 2- تعليم مهارة التهديد من الثبات بالجزء الخارجي من القدم	التاسعة العاشرة
الأسبوع السادس	أعادة تعليم مهارة التهديد من الثبات بالجزء الخارجي من القدم مع الربط مع التهديد من الثبات بباطن القدم ووجه القدم	الحادية عشر الثانية عشر

ملاحظة: هناك ست وحدات تعليمية لكل مجموعة في الأسبوع الواحد مقسمة كالآتي :-

1- وحدتين تعليميتين لفترة تدريب ذهني (4) دقائق .

الملحق (4ب1)

نموذج الوحدة التعليمية والخاص بفترة التدريب الذهني (4) دقيقة

التاريخ :

عدد

الوحدة التعليمية (الاولى)

الاسبوع : الاول

اللاعبين : 6

الوقت 75 دقيقة

الهدف من الوحدة التعليمية : تطوير مهارة التهديد من الثبات بالجزء الداخلي من القدم

القسم	النشاط	الزمن	الفعاليات	الملاحظات
القسم الاعدادي 15 د	المقدمة	3 د	تهيئة كافة الأدوات وتسجيل الحضور	
	إحماء عام	5 د	- السير العادي ثم الهرولة الخفيفة لإحماء الذراعين والرجلين - الهرولة وتمارين مرونة المفاصل وتمطية العضلات - إجراء لعبة التمريرات العشرة بالقدمين داخل مربع (10×10) م	- التدرج بتمارين المرونة والتمطية ولكافة مفاصل الجسم
	إحماء	7 د	- ركض مسافات قصيرة (10) م وهرولة (20) م	- كل لاعب يقابل اللاعب

خاص		تمارين الاحساس بالكرة - تمارين مناولة بسيطة	والمسافة بينهما (3م)
القسم الرئيسي 50 د	النشاط التعليمي	10 د شرح وعرض مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم وإعطاء نموذج من قبل المدرب أو لاعب متميز	يتم الاسترخاء تحت إشراف المدرب
التدريب الذهني	4 د	-----ينظر المرفق الخاص به	
النشاط التطبيقي	40 د	تطبيق مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم ----- ينظر المرفق الخاص به	
القسم الختامي 10 د		6 د - تمارين تهدئة وتنفس - الانصراف	

الملحق (4ب2)

نموذج الوحدة التعليمية لتعلم مهارة التهديف من الثبات بباطن القدم لفترة التدريب الذهني (4 دقائق) الجزء التطبيقي فقط

- الوحدة التعليمية الاولى الزمن: (2358) ثانية (39,3) دقيقة

المهارة	التمرينات التطويرية	عدد التكرار ات	زمن التكرار الواحد (ث)	الزمن الكلي للتكرارات (ث)	الراحة بين التكرار ات	زمن الراحة الكلية (ث)	زمن الانتقال بين تمرين واخر	الزمن الكلي للتمرين (ث)	الزمن الكلي للتمرين (د)
التهديف من الثبات	ت1:	22	3	66	9	189	100	303	40
	ت 2 :	22	3	66	9	189	100	327	
	ت3	20	4	80	9	228	100	327	
	ت 4 :	20	4	80	12	228	100	428	
	ت 5 :	18	4	90	12	255	100	428	
	ت6:	16	5	90	15	225	100	545	
		المجموع			462		1314	600	2376

الملحق (4ب3)

التدريب الذهني المباشر لفترة (4 دقائق)

التدريب الذهني	عدد التكرارات	زمن التكرار الواحد (ث)	الزمن الكلي للتكرارات (ث)	الراحة بين التكرارات	زمن الراحة الكلية (ث)	زمن الانتقال بين تمرين وآخر	الزمن الكلي للتمرين (ث)	الزمن الكلي للتمرين (د)
الاسترخاء	5	3	15	3	12	3	30	4 دقيقة
	5	3	15	3	12	3	30	

*يستقطع زمن التدريب الذهني من زمن الجزء الختامي

30	3	12	3	15	3	5	- تطبيق التمرين نفسه ولكن بدون أيعاز الشخص المسؤول	التصور الذهني
57	4	21	3	32	4	8	- يتصور اللاعب الملعب الذي سوف يقوم بالأداء فيه	
57	4	21	3	32	4	8	التركيز التفكير ثم تصور وضعية الجسم اثناء ضرب الكرة من حيث موقع قدم الارتكاز والقدم الضاربة للكرة ووضعية الجذع والراس	
36	4	12	3	20	4	5	- تصور مرحلة ضرب الكرة ووضعية القدم الضاربة للكرة وقدم الارتكاز والجسم والراس	
240	21	90		129			المجموع	

الملحق (5)

المواصفات التفصيلية للمقاييس والاختبارات المستخدمة في البحث

أولاً: اختبارات القدرات العقلية

- (مقياس التصور العقلي الرياضي)

قبل ان تبدا الاجابة عن هذا المقياس تذكر ان التصور العقلي اكثر من مجرد الرؤية لشيء ..انه يتطلب استخدام الحواس المتعددة مثل : (السمع ، اللمس ، الشم ، التذوق) فضلا عن الحالة الانفعالية المصاحبة للموقف ، ويتضمن هذا الموقف اربعة مواقف رياضية (الممارسة بمفردك ، الممارسة مع الاخرين ، مشاهدة الزميل ، الاداء في المسابقة (المنافسة)).

المطلوب منك ان تتصور الموقف الموضح لك وتستجيب لكل موقف وفقا لميزان تقدير من خمسة ابعاد على النحو

الاتي :

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

وفيما ياتي المواقف الرياضية المطلوب ان تستجيب عليها .
موقف (1) : الممارسة بمفردك
اختر مهارة من مهارات الكرة الطائرة .
الان تصور ذاتك وانت تؤدي هذه المهارة في المكان الذي عادة ما تتدرب عليه (ملعب الكرة الطائرة) ، كون وجود أي شخص آخر ، اغلق عينيك لدقيقة واحدة وحاول ان ترى ذاتك في المكان ، اسمع الاصوات اشعر بجسمك يؤدي النشاط ، واعياً لحالتك الذهنية أو المزاجية .

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

- كيف تجيد رؤية نفسك وانت تؤدي المباراة .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات المصاحبة للاداء .
- كيف تشعر بجسمك يؤدي المهارة .
- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية المصاحبة .

موقف (2) : الممارسة مع الاخرين

اداء التصور العقلي لنفس المهارة السابقة ، ولكن في حضور مدربك وزملائك في الفريق ، في هذه اللحظة ارتكبت خطأ واضحا . اغلق العينين حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ والمواقف الذي يحدث بعده مباشرة .

- كيف تجيد رؤية نفسك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تجيد الاحساس الحركي .
- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية .

موقف (3) : مشاهدة الزميل

التفكير في زميل لك يفشل في اداء مهارة سهلة . اغلق العينين حوالي دقيقة . استحضر الصورة العقلية بنشاط وواقعية لاداء زميلك وهو يفشل في اداء هذه المهارة في احدى المسابقات او المنافسات الرياضية .

- كيف تجيد رؤية زميلك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تشعر بجسمك .
- كيف تجيد الشعور بالانفعالات .

موقف (4) : الاداء في المسابقة .

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

التصور العقلي النفسي تقوم بالاداء في احدى المسابقات (المباريات) وانت تلعب بمهارة فائقة ، ويوجد جمهور وزملاء يعبرون عن تقديرهم لك . الان اغلق العينين حوالي دقيقة ، وتصور هذا الموقف بواقعية ونشاط كلما امكنك ذلك .

- كيف تجيد رؤية نفسك .
- كيف تجيد الاستماع للاصوات .
- كيف تجيد للاحاساس بالاداء الحركي .
- كيف تجيد الشعور بالانفعالات .

5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1
5	4	3	2	1

تقدير درجاتك للتصور العقلي :

- التصور البصري = جمع الدرجات في العبارة (1) للمواقف الاربعة =
- التصور السمعي = جمع الدرجات في العبارة (2) للمواقف الاربعة =
- الاحساس الحركي = جمع الدرجات في العبارة (3) للمواقف الاربعة =
- الحالة الانفعالية المصاحبة = جمع الدرجات في العبارة (4) للمواقف الاربعة =

تتراوح الدرجات لكل (بعد) بين 4 درجات كحد ادنى و 20 درجة كحد اقصى . وكلما زادت الدرجة يبين ذلك كفاءتك في القدرة على التصور العقلي والدرجة المنخفضة تعني انك تحتاج الى المزيد من التدريب لتطويع هذا البعد للتصور العقلي .

- (اختبار (بوردين - انفيوموف) المعدل للانتباه)

استخدمت الباحث اختبار (بوردين - انفيوموف) للانتباه المعدل (ويعد هذا الاختبار احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين المستخدم لقياس (5) من مظاهر الانتباه (ألحده ، التوزيع ، الثبات ، التحويل والتركيز) . يتكون مقياس (بوردين - انفيوموف) من مجاميع من الأرقام ، كل مجموعة من (3 - 5) أرقام ، بحيث تحتوي الاستمارة على (31) سطراً ، وفي كل سطر (10) مجاميع وفي كل سطر (40) رقماً ، أي أن الاختبار يحتوي على (1240) رقماً ، وقد وضعت أرقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقتنين ، كما روعي في وضعها أن تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضاً لتفادي احتمالات الحفظ .

تطبيق الاختبار : يتم شرح الاختبار (*) للمختبرين عن طريق ملاحظتهم لاستمارة الاختبار كما يأتي :

انظر إلى الاستمارة التي بين يديك بحيث تلاحظ أرقاماً على شكل مجاميع مرتبة على عدة اسطر ، حاول أن تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الرصاص وعليك أن تراعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لأن مدة الاختبار دقيقة واحدة فقط يقوم بشطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) أي الرقم على اليمين وتبدأ من اليسار إلى اليمين بالسطر الواحد بعد الآخر ، أما الرقم الذي على اليسار أو في الوسط يهمل لأنهما يعدان خطأً على سبيل المثال ولغرض التوضيح الرقم (2945) صحيح فيشطب ، أما الرقم (72456) فيهمل لأنه في الوسط والرقم (4529) على اليسار يهمل أيضاً . يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ (المختبر) الاستمارة الموضوعة أمامه بصورة مقلوبة بيد والقلم الرصاص باليد الأخرى بعدها تعطي كلمة (ابدأ) فيقوم الطالب بشطب الأرقام المطلوبة (وهو الرقم 97) وعند انتهاء وقت الاختبار (دقيقة واحدة) تعطي كلمة (قف) فيقوم المختبر بوضع علامة (X) عند آخر رقم شطب أو وصل إليه .

يؤدي المختبر هذا الاختبار مرتين :

في المرة الأولى (اختبار حدة الانتباه) يؤدي في مكان هادئ . في المرة الثانية (اختبار تركيز الانتباه) فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقنن ، بحيث يشغل الجهاز عند إعطاء كلمة (ابدأ) فيقوم الجهاز بإطلاق ومضة كل (خمس ثواني) علماً أن الجهاز يوضع في مجال رؤية الطالب وعلى مسافة متر واحد من مكان الاختبار يصدر هذا الجهاز (المترونوم) مثيراً صوتياً بواقع (60 دقة/دقيقة) . وبما أن هذا الجهاز المستخدم لا توجد فيه ومضة تم تعويضها بـ (مصباح (لايت)) لأداء مثير ضوئي.

طريقة تصحيح اختبار (بوردين - انفيوموف) للانتباه :

الخطوة الأولى : يتم تعيين الحجم العام المنظور (كمية الأرقام التي نظرت) أي من المجموعة الأولى في السطر الأول حتى آخر مجموعة توقف عندها الطالب ، ويرمز لها بالرمز (ع) .

الخطوة الثانية : تحديد عدد الأرقام (97) المفروض شطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (ط) التي يتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار الذي صممه الباحث (انظر إلى مفتاح التصحيح للاختبار) .

(*) استخدمت الباحثة عند الشرح استمارة تحوي المكونات أنفسها ولكن بترتيب وأرقام تختلف عن استمارة الاختبار الأصلي .

معامل صحة العمل :

هـ 1 = ق × ع

ق $100 \times \frac{\text{ط} - \text{خ}}{\text{ط}}$

بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويرمز لها بـ (هـ 1) :

هـ 1 : هي صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في حالة الهدوء (من دون مثير).

ت = 1هـ - 2هـ

هـ 2: هي صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في حالة المواقف المعوقة والمشتتة للانتباه.

وبطرح (هـ 1) من (هـ 2) نحصل على (ت) التي هي درجة تركيز الانتباه بالمعادلة الآتية

استمارة اختبار (بوردين - انفيموف) المعدل للانتباه

الاسم :	العمر :	المجموعة :
التاريخ :	مظهر الاختبار :	وقت إجراء الاختبار :

T T E V T A E T O A T J E T V A T V E A T E A T T A O J T E V A J E A T T A E V
A T E V T O T A T E A T T A E V O A T J E A T T A E T T A V E T E A V J V E T A
T A O T E A V J E A T J V T E A T E A T T A E V T A O T V E A T A E V T A E V
T E A T T E A T O A T T E A V J V E T A T A E V T E A T T A E V T A E T T E A V
J E A V J V T E A T E A V T V E A T A E V J E T V A J E A T T A O T E A T T A O
J T E V A T A E V J E A T O A T T E A V A T E V T A O T E A T O A T J V E T
O A T T E A T J V T E A T E A T T A E T O A T J E T V A T A O T E A V A T E V
J E A T T A E V J A E T J V E T A O A T T E A V T O A T A V E J V T E A T A E T
T A O T E A T O A T J E T V A T A O J V T E A A T E V J J T E V A T A O T E A T
J V E T A O A T J E A T O A T J T E V A T A E V T A O J T E V A J E T V A T V O
J A E T T A O J E T V A T A E V J E A T O A T T E A V T E A T T A E V J T E V A
J A E T A T A E O T A T A E V J T E A T T A E T T A E V O A T T E A V J E T A
T A O T V E A T A E V T E A T J V T E A O A T T E A T T E A T A T E V J T A E V
T A E T T A T A T A O T E A T T E A V T E A T J E A T T E A V J V E T A T A E V T E A T
V E A T J V T E A T E A V T A E V T V E A J E T V A T A O J E A T T A O T E A V
A T E V J T E A T J E A T O A T T A E V J V E T A T A O T E A T J T E V A O A T
O A T J V T A T E A T J E A T O A T T E A V J E T V A T A E V T A O A T E V J
J V E T A J A E T T A E V T A E T T A E T J V T E A T A V E T A O T E A V O A T
T E I T T A O J T E V A J T E V A T A O T E A V O A T A T E V J J V T E A T A O
T A E V J T E V A J E A T T O A J V E T A T A O O A T J T E V A O A T J E T A
J E A T T A E V J T E V A T A O T E A T T V E A J E T V A A O T J E T A T E A V
J V E T A T E A V T A V E T A E T J E A T O A T T A E V T E A T O T A A T E V
T A O T A E V T E A T J V T E A J E A T T E A V T A O A T E V J T A E V T V E A
T E A T T A E T T E A V T E A T T A E V J V E T A T E A V O A T T E A T J E A T
T A O T E A T T A O J E A T J E T V A T A E V T V E A T E A T J V T E A T E A V
J V E T A O A T T E A T T A O A T E V J T A E V O A T J E A T T A E V J T E V A
A T E V J T E A V T A O J E V A O T A T A E V J E A T J V T E A T E A T O A T
T A E T J V T E A T A V E T O A T E A V O A T O V E T A J A E T T A E V J E A T
T E A V T A O J T E V A A T E V J J V T E A T A O J E T V A O A T T E A T T A O
O A T J E T V A J T E V A T O A T A E V J T E V A O A T T E A T T A O J V E T A
J T E V J T A E V T E A T T E A V O A T J E A T T A E V J E T V A T A O J E A T

ملحق (6)

أسماء السادة ذوى الخبرة والاختصاص اللذين تم اخذ آراءهم حول البحث

ت	أسماء السادة ذوي الخبرة	اللقب	الاختصاص الدقيق	عنوان الوظيفة	طبيعة الاستشارة ¹
---	-------------------------	-------	-----------------	---------------	------------------------------

*طبعة الاستشارة :

- 1- المقابلات الشخصية
- 2- تحديد القدرات العقلية واختباراتها .
- 3- عناصر اللياقة البدنية واختباراتها
- 4- صلاحية اختبار التهديد من الثبات
- 5- صلاحية الوحدات التعليمية للتدريب الذهني

5	4	3	2	1		العلمي	والاختصاص	
			*	*	متقاعد - جامعة تكريت	طرائق تعلم	أ.د. نزهان حسين علي العاصي	1
					الانبار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم	أ.د. خليل ابراهيم سليمان	2
*			*		بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم	أ.د. جنان سلمان محمد	3
	*	*	*	*	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم- قدم	أ.د. قاسم لزام صابر	4
			*		بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	قياس وتقويم- طائرة	أ.د. إيمان حسين علي الطائي	5
*	*	*	*	*	بغداد- تربية بنات- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم	أ.د. عايدة علي حسين	6
*					بغداد- تربية بنات- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.د. خالدة ابراهيم احمد	7
			*		بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.د. علي يوسف حسين	8
*		*	*	*	بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم- طائرة	أ.د. ناهدة عبد زيد الدليمي	9
	*	*	*	*	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب- قدم	أ.د. صالح راضي اميش	10
			*	*	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق-مناهج	أ.د. اسماعيل محمد رضا	11
*		*	*	*	ديالى- كلية التربية الاساسية	تعلم- قدم	أ.د. فرات جبار سعدالله	12
				*	بغداد- تربية بنات- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس	أ.د. منال عبود عبدالمجيد	13
*					بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم- يد	أ.د. سامر يوسف متعب	14
		*	*		تكريت_ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.د. عبدالودود احمد خطاب	15
*			*		صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	تعلم- قدم	أ.د. فداء اكرم سليم	16
				*	بغداد- تربية بنات- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق	أ.د. نجلاء عباس الزهيد	17
*		*			بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم- قدم	أ.د. ضياء جابر محمد	18
					بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.د. سعاد سبني عبود العبادي	19
		*	*		بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	فلسجة تدريب	أ.د. مؤيد عبد علي الطائي	20
					تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب- يد	أ.م.د. حمودي عصام نعمان	21
					بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.د. حيدر عبدالرضا كرار	22
			*		صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	طرائق	أ.د. حسين سعدي ابراهيم	23
			*		صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	تعلم	أ.د. آزاد حسن قادر	24
					تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم- قدم	أ.م.د. سرمد احمد موسى	25
*		*	*		متقاعد- جامعة بغداد	تدريب- قدم	أ.م.د. كاظم عبد الربيعي	26
	*	*	*	*	متقاعد- جامعة بغداد	تدريب- قدم	أ.م.د. يوسف عبدالامير عبد	27
		*			صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	فلسجة تدريب	أ.م.د. سامان حمد سليمان	28
					المستنصرية- كلية التربية الاساسية	طرائق	أ.م.د. شيما عبد مطر	29
			*		بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.م.د. محسن علي نصيف	30
				*	المستنصرية- كلية التربية الاساسية	اصابات- قدم	أ.م.د. حسين هادي عطية	31
					بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	قياس وتقويم- ساحة وميدان	أ.م.د. أمينة فاضل محمود	32
					صلاح الدين_ كلية التربية الرياضية	علم النفس	أ.م.د. نالان قادر رسول	33
					بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	اختبارات- قدم	أ.م.د. اسعد لازم علي	34
		*			صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	تعلم- طائرة	أ.م.د. بسيم عيسى يونس	35
	*				تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس	أ.م.د. جاسم عباس علي	36
		*			صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	تعلم- قدم	أ.م.د. ابراهيم محمد عزيز	37
		*			صلاح الدين- كلية التربية الرياضية	قياس واختبارات	أ.م.د. نسرین بهجت عبدالله	38
		*	*		تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم	أ.م.د. محب حامد رجا	39
*					بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب-صالات	أ.م.د. وميض شامل كامل	40
*			*		تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق	أ.م.د. جاسم صالح معجون	41
	*	*	*	*	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب- قدم	م.د. يحيى علوان منهل	42
			*	*	ديالى- كلية التربية الاساسية	تعلم- قدم	م.د. قصي حاتم خلف	43
*	*	*	*	*	بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تدريب- قدم	م.م. نزار اشرف سليمان	44

ملحق (7)
فريق العمل المساعد

ت	الاسم الكامل	الشهادة	مكان العمل
1	عمار حاتم محمد	ماجستير / علم النفس	حكم صالات
2	مرفوع ناجي كليب	ماجستير تربية رياضية/ صالات	معلم جامعي/ تكريت
3	وائل اسماعيل عمر	بكالوريوس تربية رياضية	نائب رئيس اتحاد كرة القدم سابق
4	اركان محمد ابراهيم	بكالوريوس تربية رياضية	مدرب/ فئة B كرة القدم
5	محمد اكرم كردي	بكالوريوس	مدرب/ فئة C كرة القدم
6	علاء عبدالودود احمد	بكالوريوس علوم بايولوجي	حكم صالات
7	محمد خطاب	بكالوريوس تربية رياضية	مدرب العاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

ملحق (8)

التمارين التطبيقية المستخدمة في الجزء التطبيقي من الوحدات التعليمية

التمرين الاول :

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (50سم) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (50سم) ايضا الجزء المتبقي من الهدف هو (2م) ، يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الجانبية للهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الثاني :

- نفس التمرين الاول ولكن يتم زيادة المسافة الى (6م).

التمرين الثالث:

- نفس التمرين الاول ولكن يتم زيادة المسافة الى (7م).

التمرين الرابع:

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام متساوية بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (1م) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (1م) وبذلك يكون الجزء المتبقي من الهدف هو (1م) ، ثم يقسم الجزء الوسط الى نصفين علوي وسفلي يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الوسطية للجزء الثاني من الهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الخامس :

- نفس التمرين الرابع مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين السادس :

- نفس التمرين الرابع مع زيادة المسافة ا

التمرين السابع :

- يقف اللاعبان امام هدف لكرة القدم للصالات مقسم الى ثلاثة اقسام متساوية بواسطة شريط ملون من العارضة الى الارض يبعد الشريط الاول عن العمود الايمن (1م) والشريط الثاني يبعد عن العمود الايسر (1م) وبذلك يكون الجزء المتبقي من الهدف هو (1م) ، ثم يقسم الجزء الوسط ثلاثة اقسام العلوي (50سم) والسفلي (50سم) ليكون الجزء الاوسط (1م) يسدد اللاعب الكرة الثابتة بباطن القدم من مسافة (5م) على أحد التقسيمات الوسطية (1م) من الهدف وبالرجل المفضلة .

التمرين الثامن :

- نفس التمرين الثامن مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين التاسع :

- نفس التمرين الثامن مع زيادة المسافة الى 7م.

التمرين العاشر :

- نفس التمرين الاول ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن او الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين الحادي عشر :

- نفس التمرين الرابع ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن أو الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

التمرين الثاني عشر :

- نفس التمرين الثامن ولكن التهديد يكون من الجانب الايمن أو الايسر مع زيادة المسافة الى 6م.

ملخص البحث

تأثير تمارينات خاصة لتطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة

م . عدي محمود زهمر

جامعة تكريت/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

هدفت الدراسة إلى التعرف عما يأتي :

- التعرف على تأثير التمارينات الخاصة في تطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

- التعرف على الفروق بين المتوسطات في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

وافترض الباحث :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسط نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسط الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة ومشكلته البحث ، وتكونت عينة البحث من لاعبو المركز التخصصي بكرة السلة لفئة الشباب والبالغ عددهم (24) لاعباً ، حيث تم استبعاد (4) لاعبين وذلك لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية، حيث تكونت عينة البحث من (20) لاعب قسموا عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وتكونت كل مجموعة من (10) لاعبين ، حيث استخدمت المجموعة الضابطة المنهج الذي يستخدمه المدرب أما المجموعة التجريبية فقد استخدمت التمارينات الخاصة التي أعدها الباحث لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة السلة وتم استخدام التمارينات في الجزء الرئيسي من البرنامج التدريبي واستغرقت هذه التمارينات (9) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع .

وتوصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- أظهرت المجموعة التجريبية تطوراً ملحوظاً وبشكل أفضل من المجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات البعدية لمهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والمناولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة ، وكذلك شكل ونوع التمارينات كان له التأثير الكبير في تطوير المسار الحركي للمهارات المذكورة .

ومن خلال الاستنتاجات أوصى الباحث بما يأتي :

- ضرورة التأكيد على تمارينات الأداء المهاري أثناء الوحدات التدريبية لما لها دور فعال في تطوير مهارات كرة السلة وكذلك الاهتمام باستخدام تمارينات متنوعة وبتكرارات مناسبة لتطوير المهارات الأساسية بكرة السلة .

- الاهتمام في استخدام تمارين متنوعة وبتكرارات مناسبة لتطوير بعض القدرات البدنية والحركية وتأثيرها على عدد من المهارات الأساسية بكرة السلة .

**The impact of special exercises to develop speed the performance of
-some of the basic skills of basketball with the young players ages (17
. years (18**

The study aimed to identify what comes:

Identify the impact of exercises for the development speed of the performance of some of the basic skills of basketball with the young players 17) (18-years.

Identify the differences between the averages in the post tests of the)control and experimental groups with young players ages (18-17years

I suppose Researcher

The existence of significant differences in the average results of the pre and post tests of the experimental and control groups in the speed of the performance of some of the basic skills of basketball with young players aged differences (17 (18-years.

And there were significant differences in the average Badaan tests of experimental and control groups in the speed of the performance of some of the basic skills of basketball with the young players ages (17 (18-years.

The researcher used the experimental method for suitability to the nature of the problem research, sample consisted search of players Center Club Specialist basketball for the youth and adult population (24) players, where were excluded (4) players for their involvement in the exploratory experiment, where the sample consisted research (20) player They divided randomly into two groups, a control and experimental Each group consisted of 10 players, which used the control method used by the coach while the experimental group were used for exercises prepared by the researcher to develop some basic skills of basketball has been the use of exercise in the main part of the training program and took this group Exercise (9) weeks and by (3) training units per week.

: The researcher reached the following conclusions

The experimental group showed a remarkable development and better than the control group in the results of the post tests of skills clapotement change the direction and handling thoracic and scoring by jumping from under the basket, as well as the shape and type of exercise had a significant influence in the development of motor skills mentioned track.

: Through conclusions researcher recommended the following

Emphasis on the need to exercise skill performance during the training units because of its active role in the development of basketball skills, as well as interest in using a variety of exercises and Petkrarat suitable for the development of the basic skills of basketball.

Interest in the use of a variety of exercises and Petkrarat suitable for the development of some physical and motor abilities and their impact on the number of basic basketball skills.

1 - التعريف بالبحث .

1 - المقدمة وأهمية البحث .

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية التي يمارسها الكثير من الناس في جميع انحاء العالم وهي تأتي في المرتبة الثانية شعبياً بعد لعبة كرة القدم ، وأن لعبة كرة السلة أصبحت من الألعاب المتميزة التي تمارس بشكل أوسع لكونها مشوقة وتحتوي على مهارات متعددة هجومية ودفاعية ، ينبغي على كل لاعب تعلمها أو أدائها بشكل متقن في المباراة ، إذ أن نجاح الفريق يعتمد على ما يمتلكه اللاعبون من هذه المهارات ، وتعد فئة الشباب بأعمار (17 - 18) سنة واحدة من الفئات العمرية المهمة التي يعتمد عليها في تحقيق الطموحات الرياضية ، ولما كانت لعبة كرة السلة تعتمد الفوز والخسارة كأسلوب لتحديد الفريق الفائز في المباراة ، وهذا ناتج عن عدد النقاط التي يحرزها الفريق في سلة المنافس وهذا يعتمد على إتقان وتطوير المهارات الأساسية بكرة السلة من طبطة ومناولة وتهدف وتحرك داخل الملعب طول فترة المباراة ، فكل هذه المهارات تحتاج من اللاعب إلى سرعة عالية في التنفيذ لما لهل من خصوصية في زمن الهجمة وفي الأداء المهاري الذي يتضمن التحرك بالكرة والمناولات وغيرها من الأمور لتنفيذ خطط اللعب ، وأن كل ذلك يفرض أن يكون للاعب سرعة في الأداء لتنفيذ المهارات داخل الملعب ، ومن هنا تبرز أهمية البحث في معرفة تأثير التمرينات الخاصة لتطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

1 - 2 مشكلة البحث .

أن التطور العلمي الذي تشهده الألعاب الرياضية بصورة عامة وكرة السلة بصورة خاصة ، ولما تمتاز هذه اللعبة من سرعة وإثارة في الأداء واللعب السريع هجومياً ودفاعياً ، مما يجعل المهتم بفكرة السلة أن يبحث عن أفضل السبل والحلول لكثير من المشاكل التي يلاحظها في بعض الفرق ، ومن خلال خبرة الباحث كلاعب ومدرس لمادة كرة السلة ، لاحظ أن هناك ضعف في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين ، ومن أجل الحصول على سرعة أداء أفضل للمهارات قد دفع الباحث في إيجاد بعض التمارين لتطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

1 - 3 هدف البحث :

- التعرف على تأثير التمرينات الخاصة لتطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .
- التعرف على الفروق بين المتوسطات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

1 - 4 فرضا البحث :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسط نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسط الاختبارات البدنية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : لاعبو المركز التخصصي بكرة السلة لفئة الشباب بأعمار (17 - 18) سنة .

1 - 5 - 2 المجال الزماني : المدة من 25 / 9 / 2015 - 28 / 11 / 2015 م

1 - 5 - 3 المجال المكاني : القاعة المغلقة في قضاء الطوز .

2 - الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2 - 1 الدراسات النظرية .

2 - 1 - 1 مفهوم السرعة .

تعد السرعة واحدة من عناصر اللياقة البدنية المهمة والتي يحتاجها اللاعبين في أغلب الأنشطة الرياضية ، وتعد السرعة أحد عوامل الأداء الناجح في كثير من الأنشطة الحركية ، وتعرف السرعة بأنها مقدرة اللاعب على أداء حركة معينة في أقصر زمن ممكن⁽¹⁾ .

ويعرفها (محمد عبد الحسن) بأنها عبارة عن حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن⁽²⁾ . ولعبة كرة السلة من الألعاب التي يتحتم على لاعبيها أن يتوافر فيهم عنصر السرعة إذ أصبحت سرعة الأداء للمهارات في المباراة وسرعة تطبيق الخطط الانية من أهم العوامل التي يتميز بها لاعب كرة السلة⁽³⁾ . وأن فريق كرة السلة المتميز هو الذي يستطيع أفراداه أن يؤدوا التمريزات بسرعة وأحكام وتوقيت مضبوط ، وأن يصوبوا نحو السلة بدقة وسرعة وأن يتحركوا بالكرة بخفه وتحكم داخل الملعب ، حيث أن كرة السلة سريعة اللاعب فهي تستلزم سرعة في الأداء وسرعة في تقدير الموقف وسرعة في التصرف⁽⁴⁾ .

1- موفق اسعد الهيتي ؛ أساسيات التدريب الرياضي ، ط1: (دمشق ، دار العرب للدراسة والنشر والترجمة

، 2011) ص181-182

2- محمد عبد الحسن ؛ علم التدريب الرياضي ، ط1: (بغداد ، منشورات المكتبة الرياضية ، 2010) ص96-97

3- ياسر احمد سيد مرسي ؛ تأثير برنامج مقترح لتنمية المتطلبات البدنية الخاصة للاعبين كرة السلة : (رسالة ماجستير ،

جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 2000) ص11

4- مصطفى محمد زيدان ؛ كرة السلة للمدرسين والمدربين (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1988) ص26

2-1-1-1 أنواع السرعة الحركية

تقسم السرعة حسب اغلب المصادر الى ثلاث انواع رئيسية وهي

1- السرعة الانتقالية

2- السرعة الحركية

3- سرعة الاستجابة(1)

وسوف يتطرق الباحث على السرعة الانتقالية والسرعة الحركية التي أعتمدها في البحث .

1 - السرعة الانتقالية .

يقصد بالسرعة الانتقالية الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة أو محاولة التغلب على مسافة معينة في أقصر زمن ممكن⁽²⁾ . وأن السرعة الانتقالية مهمة في لعبة كرة السلة حيث تلعب السرعة دوراً مهماً وكبيراً مع طبيعة اللعبة لما تتطلبه من سرعة في الهجوم السريع والعودة إلى وضع الدفاع ، كما أن قدرة اللاعب على تنفيذ أي عمل حركي تحت ظرف زمني في أقصر وقت وتكرار الحركات في أقل زمن سواء أكان ذلك انتقالياً أم حركياً تظهر لنا قابلية اللاعب على ما يمتلكه من سرعة .

2 - السرعة الحركية .

(تعد السرعة الحركية واحدة من الصفات البدنية الخاصة والمهمة للاعب كرة السلة خاصاً أثناء اللعب ونتيجة لحاجة اللاعب إلى تأدية حركات وترددات متكررة وأن مجمل الحركات تعتمد على سرعة الحركات وترددها مع رد فعل سريع للاستجابة الحركية بواسطة الحركات السريعة ولا سيما أننا نرى هذه الحركات في الألعاب المنظمة في تغيير الاتجاه والتكنيك الذي يحتاج إلى سرعة نقل حركي عال)⁽³⁾ .

1- محمد عبد الحسن ؛ مصدر سبق ذكره ، ص98

2- قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ط1: (عمان ، دار الفكر العربي ، 1998) 468

3- وجيه محبوب ؛ علم الحركة : (بغداد ، بيت الحكمة ، 1989 ص112

وتعرف السرعة الحركية بأنها أداء حركي أو عدة حركات مركبة في أقل زمن ممكن ⁽¹⁾ وأن السرعة الحركية تسمى ايضاً سرعة الأداء وفي كرة السلة تعد حركة اللاعب من متطلبات نجاح أداء المهارات ومنها سرعة أستلام الكرة ومناولتها أو سرعة الطبطبة أو التصويب وسرعة أداء حركة الخداع ، وأن لاعب كرة السلة الذي يمتلك السرعة الحركية الجيدة يكون قادراً على مواجهة المتغيرات كافة أثناء المباراة ⁽²⁾ .

2 - 1 - 2 المهارات الأساسية بكرة السلة :

تقسم أغلب المصادر العلمية المهارات بكرة السلة إلى مهارات هجومية ومهارات دفاعية ، وسوف يتم التطرق إلى شرح مبسط لعدد من المهارات التي أعتمدها الباحث في البحث .

2 - 1 - 2 - 1 الطبطبة بتغيير الاتجاه .

تعد الطبطبة بتغيير الاتجاه من المهارات الأساسية الهامة التي يجب استعمالها بدرجة عالية من الكفاءة في المباراة ، وهي واحدة من أهم الوسائل للتقدم والتحرك بالكرة جزءاً مكماً وأساسياً من هجوم الفريق ، والطبطبة بتغيير الاتجاه هي نوع من أنواع الطبطبة بكرة السلة ومبدؤها العام هو انتقال أو تحويل الكرة من اليد إلى اليد الأخرى مع تغيير في اتجاه سير اللاعب وذلك لخداع المدافع وإخلال توازنه الدفاعي لغرض اجتيازه والتخلص منه ، هذا من جانب ومن جانب آخر هو حماية الكرة من خلال وضع جسم اللاعب المهاجم بين الخصم والكرة ⁽³⁾ .

2 - 2 - 2 المناولة الصدرية .

(أن المناولة الصدرية هي أكثر المناولات استعمالاً في اللعب وتؤدي بكلتا اليدين وفي أي مكان في الملعب وكثيراً ما تستعمل في المسافات القصيرة والمتوسطة ، وتؤدي بدفع الكرة باليدين من أمام الصدر باتجاه اللاعب الزميل ، وذلك بمد سريع لمفصلي المرفقين مع استعمال قوة وسرعة الأصابع والرسخين في الدفع وكذلك سرعة في الأداء) ⁽⁴⁾ .

1-مفتي إبراهيم حمادة ؛ التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة ، ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) ص159

2- ياسر احمد سيد مرسى ؛ مصدر سبق ذكره ، ص18

3- حسام الدين محمد الصيفي ؛ منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية في كرة السلة (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2005) ص36

4-عدي محمود زهمر ؛ تأثير تمارينات البليومترك في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والمهارات الاساسية للاعبي

الشباب بكرة السلة : (رسالة ماجستير ، جامعة تكريت /كلية التربية الرياضية ، 2011) ص22

2 - 1 - 3 التهديف بالقفز من تحت السلة .

أن التصويب يحوي على نسبة نجاح وفي الوقت نفسه يحوي نسبة فشل وعليه يجب على لاعبي الإرتكاز الفريبيين من السلة محاولة تحويل هذا التصويب الفاشل إلى نجاح وذلك عن طريق مهارة هجومية تسمى (المتابعة الهجومية) وتلخص المتابعة الهجومية بعملية القفز لمسك الكرة المرتدة من الحلقة في أعلى نقطة ومحاولة تصويبها مرة أخرى إلى الحلقة وقد يتم مسك الكرة بكلتا اليدين أو بعملية دفعها دفعة بسيطة فقط وحسب الموقف ، وأهم ما يجب أن يقوم به اللاعب المهاجم لكي نسميه مميزاً في هذه المهارة هو التقدير الجيد لمكان ارتداد الكرة ⁽²⁾ .

2 - 2 الدراسات السابقة :

لم يجد الباحث دراسات سابقة أو مشابهة لهذا البحث

3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :**3 - 1 منهج البحث .**

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث .

3 - 2 عينة البحث .

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، وهم لاعبي المركز التخصصي بكرة السلة في قضاء الطوز ، وكذلك لقرب المسافة وسهولة التواصل مع أفراد عينة البحث وتعاون كادر المركز مع الباحث ، وبلغ عدد افراد عينة البحث (24) لاعباً ، حيث تم استبعاد (4) لاعبين لاشتراكهم بالتجربة الاستطلاعية حيث تكونت عينة البحث من (20) لاعباً ، قسموا عشوائياً إلى مجموعتين كل منهما تكونت من (10) لاعبين

3 - 3 تجانس وتكافؤ العينة .

لغرض أن تكون العينة متجانسة قام الباحث بأجراء عملية التجانس لأفراد العينة ككل في متغيرات (الطول والوزن والعمر) والجدول (1) يوضح ذلك ، وكذلك التكافؤ بين المجموعتين في الاختبارات والمهارية والجدول (2) يوضح ذلك .

2- مؤيد عبدالله الديوه جي ، فائز بشير حمودات ؛ كرة السلة ، ط2: (الموصل ، مكتب المريد، 1999) ص31

جدول (1)

ت	المتغيرات	وسيلة القياس	س ⁻	ع	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول	سم	177	0,81	174	0,47
2	الوزن	كغم	66,21	8,918	66	1,96
3	العمر	سنة	17,23	0.409	17,2	0,87

● قيمة معامل الالتواء المحصورة بين $3 \pm$

جدول (2)

ت	الاختبارات	النوع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	درجة الدلالة
1	الطبطبة بتغيير الاتجاه	ضابطة	7,68	1,96	1,76	2,10	غير معنوي
2	المناوله الصدرية	تجريبية	7,99	1,79	0,78	2,10	غير معنوي
2	المناوله الصدرية	ضابطة	9,74	0,31	0,78	2,10	غير معنوي
2	المناوله الصدرية	تجريبية	9,89	0,31	0,78	2,10	غير معنوي
3	التهديف بالقفز من تحت السلة	ضابطة	13,87	1,29	1,88	2,10	غير معنوي
3	التهديف بالقفز من تحت السلة	تجريبية	14,21	0,74	1,88	2,10	غير معنوي

3 - 4 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .

- جهاز الكتروني لقياس الطول لأقرب (سم) والوزن لأقرب (50) غم
- صافرة عدد (2) .
- أهداف سلة قانونية عدد (4) بارتفاع (305) سم
- كرات سلة عدد (10) .
- شريط قياس .
- شواخص عدد (5) .
- ساعة توقيت عدد (2) .
- حائط أملس .
- شريط لاصق .

3 - 5 وسائل جمع البيانات .

- الاختبارات والقياس .
- المصادر والمراجع العلمية .
- المقابلات الشخصية *

3 - 6 الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث .

قام الباحث بالاطلاع على محتوى المصادر العلمية والدراسات السابقة لغرض تحديد أهم الاختبارات ، وبعد إجراء تحليل المحتوى لمصادر البحوث فقد اتفقت معظم الدراسات والمصادر على الاختبارات التالية :

3 - 6 - 2 - 1 اختبار الطبطبة بتغيير الاتجاه⁽¹⁾.

- **الهدف من الاختبار :** قياس سرعة الطبطبة بين مجموعة من الشواخص .
- **الأدوات المستخدمة :** كرة سلة ، ساعة توقيت ، (6) شواخص ، رسم خط البداية والنهاية يبعد عن الشاخص الأول (150) سم في حين أن المسافة بين شاخص وآخر (240) سم وأن المسافة الكلية للاختبار (8,5) م.
- **طريقة الأداء :** يقف المختبر خلف خط البداية ومعه الكرة ، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري المتعرج بين الشواخص مع الطبطبة المستمرة بالكرة على أن يؤدي هذا العمل ذهاباً وإياباً إلى أن يتجاوز خط البداية .
- **الشروط : 1-** للمختبر الحق في استخدام أي من اليدين في الطبطبة
- 2- يجب ان تكون الطبطبة صحيحة وحسب القانون
- 3- يسمح للمختبر بأداء محاولتين وتحسب له الأفضل
- **التسجيل :** يحسب الزمن الذي يستغرقه المختبر من لحظة إشارة البدء وحتى تجاوزه لخط البداية بعد أداء المحاولة .

3 - 6 - 2 - 2 اختبار مناولة الكرة واستلامها نحو حائط من مسافة (2,70) م (المناولة الصدرية)⁽¹⁾.

- **الغرض من الاختبار :** قياس سرعة المناولة الصدرية .
- **الأدوات اللازمة :** حائط أملس ، شريط قياس ، كرة سلة ، ساعة توقيت ، طباشير ، صافرة .
- **الإجراءات :** رسم خط على الحائط الأملس وعلى بعد (90) سم من سطح الأرض ورسم خط البدء بصورة موازية للحائط على الأرض وعلى بعد (2,70) م .
- **وصف الأداء :** يقف اللاعب خلف خط البدء مباشرة وهو ممسك بالكرة وعند سماع إشارة البدء يقوم بمناولة الكرة (المناولة الصدرية) بسرعة نحو الحائط الأملس واستلامها بعد ارتدادها ويستمر بالأداء هذا لـ (10) مناولات متتالية ويجب عدم لمس الكرة للأرض خلال المناولات العشرة وعدم تجاوز اللاعب خط البدء أثناء الأداء.
- **التسجيل :** يسجل للاعب الزمن الذي يستغرقه في أداء الاختبار منذ لحظة ملامسة الكرة للحائط في المناولة الأولى وحتى ملامسة الكرة في المناولة العاشرة .
- 3 - 6 - 3 اختبار التهديد بالقفز من تحت السلة⁽¹⁾.**
- **هدف الاختبار :** قياس القدرة على تعاقب التهديد تحت ضغط عنصر الوقت .
- **الأدوات :** هدف كرة سلة ، كرة سلة ، ساعة توقيت ، صافرة .
- **طريقة الأداء :** يقف المختبر في أي مكان أسفل السلة ثم يقوم بالتهديد لأكبر عدد ممكن من المرات في (30) ثانية ، وللمختبر أن يصوب بأية طريقة يريدونها من طرائق التهديد .
- **الشروط :** يسمح للمختبر بمحاولتين وتحسب له الأفضل .
- **التسجيل :** يحسب للمختبر درجة واحدة لكل هدف صحيح يحققه من خلال المدة الزمنية المحددة للاختبار (30) ثانية .

1- عدي محمود زهمر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص33

* كانت المقابلة مع السيد (مجيد عبدالحميد) مدرب نادي الثورة بكرة السلة

- مقابلة مع السيد (محمد رحيم) مدرب نادي سولاف الجديد الرياضي بكرة السلة

3- 7 الخطوات والإجراءات الميدانية :**3- 7- 1 التجربة الاستطلاعية :**

قام الباحث مع فريق العمل المساعد^(*) بأجراء التجربة الاستطلاعية على (4) لاعبين من عينة البحث والذين أستبعدوا عند تنفيذ إجراءات البحث الأساسية ، وقد أجريت التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق (22 / 9 / 2015) وتم خلالها إجراء الاختبارات وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :

- التعرف على الأخطاء والمعوقات التي ترافق التجربة الرئيسية .
- التأكد من صلاحية الأدوات التي تستخدم في التجربة الرئيسية .
- معرفة مدى استجابة اللاعبين للتمارين .
- تدريب فريق العمل المساعد .
- حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات .

3- 7- 2 الاختبارات القبليّة :

أجريت الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم الجمعة (25 / 9 / 2015) وذلك لتحديد مستوى العينة وشملت الاختبارات (الطبطة بتغيير الاتجاه ، المناولة الصدرية ، التهديف بالقفز من تحت السلة) .

3- 7- 3 تنفيذ التمرينات في البحث :

قام الباحث بأعداد تمرينات لتطوير سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لدى اللاعبين الشباب بأعمار (17 - 18) سنة ، وبدأ تنفيذ التدريب على المهارات يوم الاحد الموافق (27/ 9/ 2015) وقد استغرقت التمرينات (9) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعياً ، وبلغ عدد الوحدات (27) وحدة تدريبية والملحق (1) يبين بعض الوحدات للتمرينات لتطوير مهارة الطبطة بتغيير الاتجاه والمناولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة .

• ملاحظات حول هذه التمرينات :

• استغرقت التجربة الرئيسية (9) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع ونفذت أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) وبلغ عدد الوحدات التدريبية (27) وحدة تدريبية ، وهي كافية لإحداث تطوير في المهارات المعتمدة في البحث .

• استغرقت زمن أداء هذه التمرينات في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية بين (16, 32 - 33, 39) دقيقة عمل + راحة .

• رفع درجة صعوبة التمرينات في الوحدات التدريبية من خلال الزيادة في الحجم أو الشدة أو استخدام أدوات مساعدة في تصعيب التمرين كوضع عائق في الأداء أو الزيادة في المسافة وغيرها .

• تم تحدد عدد التكرارات وعدد المجاميع من خلال تحليل محتوى المصادر العلمية والأخذ بأراء السادة الخبراء والمختصين .

• كان معدل ضربات القلب مؤشر لمعرفة شدة أداء اللاعب للتمرينات و بما أن الراحة ضرورية جداً بين تمرين وآخر لأجل استعادة اللاعب بعضاً من نشاطه كتعويض للطاقة المصروفة لذلك تم استخدام مؤشر معدل ضربات القلب بمراقبة حالة اللاعب ووضع الراحة المناسبة من خلال التجربة الاستطلاعية.

• تم توزيع اللاعبين على شكل مجاميع كل مجموعة تتكون من لاعبين اثنين لتنفيذ التمرينات .

7- تم تثبيت الجانب البدني لكلا المجموعتين التجريبيّة والضابطة .

1- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004) ص178

3 - 7 - 4 الاختبارات البعدية :

أجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث يوم السبت (28/11/2015) وبعد الانتهاء من التمرينات لتطوير المهارات المعتمدة في البحث ، وقد أتبع الباحث الطريقة نفسها التي أديت بها الاختبارات القبلية .

3 - 8 الوسائل الإحصائية :

أستخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية (spss) للوصول إلى النتائج

4 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

4 - 1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في ضوء البيانات الإحصائية التي يتم الحصول عليها والجدول (3) يوضح ذلك .

الجدول (3)

يبين نتائج قيمة (ت) للاختبارات البعدية والقبلية للمجموعة الضابطة

ت	الاختبارات الطبطة بتغيير الاتجاه (ثانية)	قبلي		بعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الفروق
		س	ع	س	ع			
1	الطبطة بتغيير الاتجاه (ثانية)	7,68	1,96	7,91	0,59	1,26	1,83	غير معنوي
2	المنولة الصدرية (ثانية)	9,74	0,31	9,87	0,87	1,57	1,83	غير معنوي
3	التهدف بالقفز من تحت السلة (عدد)	13,87	1,29	14,71	1,12	1,78	1,83	غير معنوي

فروق ذات دلالة معنوية عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0,05)

يتضح من خلال الجدول (3) بأن الوسط الحسابي لاختبار مهارة الطبطة بتغيير الاتجاه القبلي كان (7,68) وللختبار البعدي (7,91) والانحراف المعياري كان (1,96) و (0,59) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (1,26) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) وبذلك لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي .

أما بالنسبة لاختبار مهارة المنولة الصدرية فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (9,74) وللختبار البعدي (9,87) والانحراف المعياري فقد كان (0,31) و (0,87) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (1,57) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) ، وبذلك لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المنولة الصدرية للمجموعة الضابطة .

ولاختبار مهارة التهدف بالقفز من تحت السلة فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (13,87) وللختبار البعدي كان (14,71) والانحراف المعياري (1,29) و (1,12) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (1,78) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) وبذلك لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة التهدف بالقفز من تحت السلة للمجموعة الضابطة .

ويتبين لنا من خلال ما تقدم في الجدول (3) بعدم وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ، ويعزو الباحث ذلك إلى أن التمرينات المستخدمة من قبل المدرب لم تكن ذات تأثير على المهارات الأساسية للاعب كرة السلة ولم تحدث تغيير في السلوك الحركي لتلك المهارات مما يؤثر على تكتيك الأداء لتلك المهارات .

4 - 2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية.**الجدول (4)**

يبين نتائج قيمة (ت) للاختبارات البعدية والقبلية للمجموعة التجريبية

ت	الاختبارات الطبطة بتغيير الاتجاه (ثانية)	قبلي		بعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الفروق
		س	ع	س	ع			

ت	الاختبارات	س	ع	س	ع	المحتسبة	الجدولية	معنوي
1	الطبطة بتغيير الاتجاه (ثانية)	7,99	1,79	5,88	0,49	5,09	1,83	معنوي
2	المنولة الصدرية (ثانية)	9,89	0,31	7,97	0,98	2,57	1,83	معنوي
3	التهديف بالقفز من تحت السلة (عدد)	14,21	0,74	18,27	0,87	5,27	1,83	معنوي

فروق ذات دلالة معنوية عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0,05)

يتضح من خلال الجدول (4) بأن الوسط الحسابي لاختبار مهارة الطبطة بتغيير الاتجاه القبلي كان (7,99) وللأختبار البعدي (5,88) والانحراف المعياري كان (1,79) و (0,49) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (5,09) وهي ألى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) وبذلك تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

أما بالنسبة لاختبار مهارة المنولة الصدرية فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (9,89) وللأختبار البعدي (7,97) والانحراف المعياري فقد كان (0,31) و (0,98) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (2,57) وهي أعلى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) ، وبذلك تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

ولأختبار مهارة التهديف بالقفز من تحت السلة فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (14,21) وللأختبار البعدي كان (18,27) والانحراف المعياري (0,74) و (0,86) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (5,27) وهي أعلى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,83) وبذلك تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحث سبب التطور في مهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والمنولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة لدى المجموعة التدريبية إلى التدريب على مهارات الطبطة والمنولة والتهديف في الوحدات التدريبية إلى التمرينات التي أعدها لهم الباحث في المنهج التدريبي مما أدى ذلك إلى تطوير المهارات الأساسية المعتمدة في البحث عند أفراد المجموعة التدريبية لأن التدريب على المهارة نفسها يؤدي إلى تطوير الأداء ، وكذلك عدد التكرارات التي يؤديها اللاعب أثناء التدريب في الوحدات التدريبية كل ذلك أدى إلى تطوير بعض المهارات الأساسية المعتمدة في البحث ، وهذا يتفق مع ما ذكره (عصام محمد) بأن أداء التكرار والتدريب على المهارة يؤدي إلى زيادة الإتقان لتلك المهارة⁽¹⁾ .

كما يعزو الباحث سبب التطور في المهارات المعتمدة في البحث بأن التمرينات المعدة من قبل الباحث كانت تمرينات منظمة بشكل علمي ومتنوعة لتحقيق الهدف ، ويكون تأثيره أكثر فاعلية من المنهج والتمرينات الغير المنظمة ، لأن المنهج التدريبي يعد الوسيلة الفاعلة لتطوير المستوى ، لذلك نجد أن هناك تباين من مدرب وآخر في تحقيق التطور لدى اللاعبين .

4 - 3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

الجدول (5)

يبين نتائج قيمة (ت) للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

ت	الاختبارات	النوع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الفروق
1	الطبطة بتغيير الاتجاه (ثانية)	ضابطة	7,91	0,59	10,98	2,10	معنوي
		تجريبية	5,87	0,49			
2	المنولة الصدرية (ثانية)	ضابطة	9,87	0,87	11,11	2,10	معنوي
		تجريبية	7,97	0,98			

3	التهديف بالقفز من تحت السلة (زمن)	ضابطة	14,71	1,12	7,67	2,10	معنوي
	تجريبية		18,27	0,87			

فروق ذات دلالة معنوية عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0,05)

يتضح من خلال الجدول (5) بأن الوسط الحسابي لاختبار مهارة الطبطبة بتغيير الاتجاه للمجموعة الضابطة كان (7,91) وللمجموعة التجريبية (5,87) والانحراف المعياري كان (0,59) و (0,49) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (10,98) وهي أعلى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2,10) وبذلك ظهرت فروق ذات دلالة معنوية ولصالح المجموعة التجريبية.

أما بالنسبة لاختبار مهارة المناولة الصدرية فقد بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (9,87) وللمجموعة التجريبية (7,97) والانحراف المعياري فقد كان (0,87) و (0,98) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (11,11) وهي أعلى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2,10) ، وبذلك ظهرت فروق ذات دلالة معنوية ولصالح المجموعة التجريبية ولأختبار مهارة التهديف بالقفز من تحت السلة فقد بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (14,71) وللمجموعة التجريبية كان (18,27) والانحراف المعياري (1,12) و (0,87) على التوالي ، وكانت قيمة (ت) المحتسبة (7,67) وهي أعلى من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2,10) وبذلك ظهرت فروق ذات دلالة معنوية ولصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث أن الفروق التي ظهرت ولصالح المجموعة التجريبية أن هناك تأثير واضح للتمرينات التي أعدها الباحث ، وأن هذه التمرينات تضمنت تدريبات متسلسلة في أداء المهارات الأساسية ، وكذلك توزيع فترات الراحة بين التكرارات عند أداء التمرينات للمهارات وكثرة التكرارات والتدريب المستمر في أداء التمرينات للمهارات أدى إلى ربط التكنيك في مهارات الطبطبة بتغيير الاتجاه والمناولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة ، وهذا يتفق مع ما ذكره (وجيه محبوب) بأن تطوير الأداء وتحسينه يعتمد أساساً على تكرار المهارة وعدد مرات الفشل والنجاح وصولاً إلى أعلى توافق يستطيع من خلاله اللاعب النجاح في محاولة أداء المهارة بشكل ينسجم مع هدفها⁽¹⁾ .

وأن فاعلية تأثير التمرينات المناسبة للعينة في الحجم متمثل بالزمن والتكرارات والتي تؤدي إلى الوصول إلى حالة من الثبات في الأداء الحركي من خلال رفع شدة التمرين وتعقيد التمرينات في الوحدات التدريبية ، وكذلك الراحة المناسبة بين تمرين وآخر ، وهذا ما أشار إليه (محمد عثمان) بأن تأثير الأداء الفني وبشكل واضح ووصول المهارات إلى الأداء الأفضل يكون من خلال استخدام الحمل التدريبي للتمرينات المبنية على أسس علمية من خلال الشدة والحجم والراحة⁽²⁾ .

وكذلك التكرارات التي أعطيت للتمرينات كانت مناسبة بحيث أدت إلى حدوث تكيف لدى المجموعة التجريبية كما أدت إلى تطوير مستوى أدائهم وسرعة في الأداء فضلاً عن اختيار الراحة المناسبة بين التمرينات وكذلك التدريب على المهارة نفسها من خلال الإعادات والتكرارات يؤدي إلى حدوث تطوير في المهارة وتثبيتها من خلال ضبط التكنيك ، وهذا يتفق مع ما ذكره (أمر الله البساطي) بأن التدريب على المهارة نفسها يهدف إلى حدوث تغيير إيجابي في السلوك الحركي من خلال تعلم وإتقان وتثبيت الأداء المهاري⁽³⁾ .

1- عصام محمد أمين؛ بيولوجية تدريب السباحة : (القاهرة ، دار الكتب ، 1977) ص97

2- وجيه محبوب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص56

3- محمد عثمان ؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي : (الكويت ، دار العلم ، 1987) ص151

أمر الله البساطي ؛ أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته : (الاسكندرية ، دار المعارف للطباعة ، 1998)

5 - الاستنتاجات والتوصيات .**5 - 1 الاستنتاجات .**

- أظهرت المجموعة التجريبية تطوراً ملحوظاً وبشكل أفضل من المجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات البعدية لمهارات الطبطبة بتغيير الاتجاه والمناولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة .
- شكل ونوع التمرينات كان له التأثير الكبير في تطوير المسار الحركي لمهارات الطبطبة بتغيير الاتجاه والمناولة الصدرية والتهديف بالقفز من تحت السلة .

5 - 2 التوصيات .

- 1 - ضرورة التأكيد على تمرينات الأداء المهاري أثناء الوحدات التدريبية لما لها دور فعال في تطوير مهارات كرة السلة .
- 2 - الاهتمام في استخدام تمرينات متنوعة وبتكرارات مناسبة لتطوير المهارات الأساسية بكرة السلة
- 3 - إجراء بحوث أخرى على فئات عمرية مختلفة وفق المتغيرات قيد البحث .
- 4 - ضرورة إجراء بحوث مشابهة لفعاليات رياضية أخرى في متغيرات البحث .

المصادر

- أمر الله البساطي ؛ أسس وقواعد التدريب الرياضي تطبيقاته : (الاسكندرية ، دار المعارف للطباعة ، 1998)
- حسام الدين محمد الصيفي ، منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية في كرة السلة : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2005)
- عدي محمود زهمر ؛ تأثير تمرينات البليومترك في تطوير أنواع القوة العضلية والمهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة السلة : (رسالة ماجستير ، جامعة تكريت ، كلية التربية الرياضية ، 2011)
- عصام محمد أمين ؛ بيولوجية تدريب السباحة : (القاهرة ، دار الكتب ، 1977)
- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004)
- قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط 1 : (عمان ، دار الفكر العربي للطباعة ، 1998)
- محمد عثمان ؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي : (الكويت ، دار العلم ، 1987)
- مصطفى محمد زيدان ؛ كرة السلة للمدرس والمدرّب : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1988)
- مفتي إبراهيم حمادة ، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة ، ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996)
- موفق أسعد الهيتي ؛ أساسيات التدريب الرياضي ، ط 1 : (دمشق ، دار العرب للدراسات والنشر والترجمة ، 2011)
- مؤيد عبدالله ، فائز بشير حمودات ؛ كرة السلة ، ط 2 : (الموصل مكتب المريد ، 1999)
- ياسر أحمد سيد موسى ؛ تأثير برنامج مقترح لتنمية المتطلبات البدنية الخاصة للاعبين كرة السلة : (رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 2000)
- محمد عبد الحسن ؛ علم التدريب الرياضي ، ط 1 : (بغداد ، منشورات المكتبة الرياضية ، 2010)
- وجيه محبوب ؛ علم الحركة : (بغداد ، بيت الحكمة ، 1989)

ملخص البحث

أثر استخدام استراتيجيتي وودز والتعلم المتمركز على المشكلة في تنمية الذكاءات المتعددة

لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. زياد سالم عبد

ا.د. فائق محمد رشيد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة تكريت

جامعة تكريت

ziyadsport@tu.edu.iq

هدف البحث الى التعرف على :

- اثر استراتيجية وودز في تنمية الذكاءات المتعددة لطلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت.
- اثر استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة في تنمية الذكاءات المتعددة لطلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت .
- اي الاستراتيجيتين افضل في تنمية الذكاءات المتعددة لطلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت.
- ولتحقيق اهداف البحث افترض الباحثان :
- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجية وودز.
- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الثانية حسب استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة .
- هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي للذكاءات المتعددة بين المجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة والمجموعة التجريبية الثانية حسب استراتيجية وودز

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث واشتملت عينة البحث على (42) طالبا من طلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت بواقع (20) طالبا للمجموعة الاولى التي استخدمت استراتيجية وودز و (22) طالبا للمجموعة الثانية التي استخدمت استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة . وتم اختيار التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبارات القبلي والبعدي وتم تحقيق التكافؤ بينهم في متغيرات التحصيل لمادة الطرائق والذكاءات المتعددة ، قام الباحثان بإعداد الخطط التدريسية وفق الاستراتيجيتين المقترحتين وعرضها على الخبراء لبيان صلاحيتها للتطبيق كما قام الباحثان بإعداد اختبار الذكاءات المتعددة بعد اجراء المعاملات العلمية عليه ثم قاما بإجراء التجربة الرئيسة المتكونة من (12) خطة تدريسية لكل نموذج بواقع وحدتين في

الأسبوع في الفترة من (2016/3/1) ولغاية (2016/4/17) وأجري الاختبار البعدي (الذكاءات المتعددة) بعد الانتهاء من التجربة مباشرة ، وبعد جمع البيانات وتفرغها عولجت إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) اختبار (ت) للعينات المرتبطة وغير المرتبطة والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) و معادلة سبيرمان - براون .

بعد المعالجة الإحصائية وظهور النتائج استنتج الباحثان ما يلي :

- فاعلية كلا الاستراتيجيتين في تنمية الذكاءات المتعددة لدى عينة البحث .
- عملت استراتيجية وودز على تنمية الذكاء اللغوي والاجتماعي اكثر من غيره من الذكاءات المتعددة .
- تقسيم الطلاب الى مجاميع متعاونة وذات وظائف محددة ساهم في تحفيزهم وتفاعلهم في الوحدات التعليمية وأزال عنهم الجمود وأزاح الملل ، الأمر الذي انعكس إيجابياً في النتائج
- عملت استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة على تنمية كل انواع الذكاءات المتعددة بنسبة كبيرة (معنوية) باستثناء الذكاء الحركي لدى عينة البحث .

واوصى الباحثان بما يلي :

- اعتماد استراتيجيتي وودز و التعلم المتمركز على المشكلة في تدريس الدروس النظرية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لما لها من اثر في تنمية الذكاءات المتعددة للطلاب .
- اعداد دليل ارشادي للتدريسيين حول كيفية استخدام كلا الاستراتيجيتين تطويراً لطرائق واساليب التدريس المستخدمة .

The Impact Of The Use Of Problem-based Learning Strategies And Woods In Development Of Multiple Intelligences For The Collage Of Physical Education and Sports Sciences' Students

Abstract

the research aimed to identify:

- The impact of problem-based learning strategy in the development of multiple intelligences for third class students at the collage of Physical Education and Sport Sciences at the University of Tikrit.- The impact of Woods strategy in the development of multiple intelligences for students of the third class in the collage of Physical Education and Sports Sciences at the University of Tikrit.
- Which strategies are best in the development of multiple intelligences for students of the third class in the collage of Physical Education and Sports Sciences at the University of Tikrit
- To achieve the research objectives, the researchers hypothesized:

- There are statistically significant differences between the marks of students in the before and after tests in the multiple intelligences of the first experimental group according to the Woods strategy.
- There are statistically significant differences between students' grades in the before and after test in multiple intelligences of the second experimental group according to problem-based learning strategy.
- There were statistically significant differences in the after test of multiple intelligences between the first experimental group according to the problem-based learning strategy and the second experimental group according to the Woods strategy.
- The researchers used the experimental method to suitability and the nature of the research. The sample included (42) students of the third year of school in the collage of Physical Education and Sports Sciences at the University of Tikrit and (20) students for the first group that used the Woods model and 22 students for the second group that used the model. The experimental design which is called the design of equal groups with before and after tests. and The equivalence between them was achieved in the collection variables of the method of the methods and the multiple intelligences. The researchers prepared the teaching plans according to the proposed models and presented them to the experts to determine the validity of the application as the researchers codified the test achievement after conducting scientific transactions and then conducted the main experiment consisting of (12) teaching plans for each model, two units per week in the period from (1/3/2016 to 17/4/2016) The test was carried out the experiment after the end of the experiment completed immediately, and after the data collection and write it were dealt with statistically using the program.
- Statistical (spss) Test (T) of the associated and non-associated samples, mean, standard deviation, simple correlation coefficient (Pearson) and Spearman-Brown equation.
- After the statistical processing and the appearance of the results, the researchers concluded the following:
 - The effectiveness of both strategies in the development of multiple intelligences in the research sample.
 - The Woods strategy worked to develop linguistic and social intelligence more than other intelligences.
 - The division of students into groups of cooperatives and specific jobs contributed to the stimulation and interaction in the educational units and removed the stalemate and removed boredom, which was reflected positively in the results.

- The problem-based learning strategy was based on the development of all types of multiple intelligences with a significant (except for) mental intelligence in the research sample.
- The researchers recommended the following:
- Adopting Woods strategies and problem-based learning in the teaching of theoretical courses in faculties of physical education and sports sciences because of their impact on the development of multiple intelligences of students.
- Preparation of a guide for teachers on how to use both strategies to develop the methods and methods of teaching used.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تشهد الألفية الثالثة التي نعيش فيها الثورة التكنولوجية وثورة الاتصالات والمعلومات ،إن هذه الثورات بجوانبها المختلفة أدت إلى تغيرات في مجالات الحياة المختلفة كالمجال الاقتصادي والسياسي والاجتماعي والتربوي وفي ظل هذه المعطيات ومتطلبات الواقع وتحديات المستقبل ، فرض علينا الاهتمام بأساسيات المعرفة كالمفاهيم والمبادئ والقوانين والنظريات ، والعلوم الرياضية كجزء من هذه المجالات بل من اهمها وهي ليست مجرد عمليات بديهية منفصلة أو مهارات بل هي أبنية محكمة يتصل بعضها ببعض اتصالاً وثيقاً مشكلة في النهاية بنيانا متكاملًا واللبنات الأساسية لهذا البناء هي المفاهيم والمعارف الرياضية إذ إن المبادئ والتعميمات والمهارات الرياضية تعتمد اعتمادا كبيرا على المفاهيم في تكوينها واستيعابها أو اكتسابها.

لذلك فرضت علينا الخطوة الثانية من التغيرات الضرورية التي اثرت وما زالت تؤثر في العملية التعليمية أن تعيد المؤسسات التعليمية والتربوية النظر من جديد في مناهجها وطرائق تدريسها ووسائلها التعليمية وأساليبها التقويمية وأنشطتها العلمية في إطار شامل متكامل مستمر بما يؤهلها لمواجهة الجديد والمتطور في هذا العالم المتغير .

ان من اولويات هذه المرحلة ان مسؤولية وواجبات المدرس لم تعد نقله للمعرفة التي كانت مؤشر على تميزه وتفوقه إلى المتعلمين باستخدام طرائق تدريسية تقوم على أساس أن المدرس محور العملية التعليمية التعلمية فهو ملقن وشارح ومفسر ومستنتج للمعرفة في حين يكون المتعلم ساكناً منقلاً لها وما عليه إلا حفظها و تخزينها في ذاكرته العقلية إلى أن يحين وقت الاختبار ، فيقوم بتفريغ هذا المخزون المعرفي في كراسة الإجابة ، بل أصبح دور المدرس في عصر التقدم العلمي والتكنولوجي والثورة المعلوماتية موجهاً وميسراً لعملية تعلم المتعلمين وتدريبهم على كيفية الحصول على المعرفة العلمية وبنائها ومعالجتها ، بحيث تصبح عنصراً رئيساً من عناصر شخصيته المعرفية وفي ضوء ذلك تغير دور المتعلم، فأصبح يبحث ويفكر وينقب ويمارس

الأنشطة ويستقصي المعرفة من خلال سياقات فردية وأخرى جماعية ، يبحث عن المعرفة ويعالجها ليكون بنى معرفية تقوم على أساس منظومات مفاهيمية ترتبط بها عناصر المعرفة من مفاهيم وقواعد وقوانين بعلاقات تكسبها قوة ومعنى تربط التعلم السابق بالتعلم الحالي والتعلم الحالي يمهّد للتعلم اللاحق ، تعلم قائم على بناء المعرفة وتطويرها لمواجهة تغيرات العصر وتحدياته.

ولم يقتصر التغيير على دور المعلم والمتعلم في العملية التعليمية التعلمية ، وإنما امتد إلى المناهج وطرق التدريس وأساليبها واستراتيجياتها ، فظهرت النظرية البنائية بنماذجها المتعددة التي تقوم على أساس بناء المعرفة لدى المتعلمين ، في هذا الصدد أشار (Wheatly , 1991) الى ان النظرية البنائية تعتمد على مبدئين اساسيين هما المعرفة لا تستقبل بجمود ولكنها تبني بفعالية ادراك الموضوع عن طريق مفاهيمه والمبدأ الآخر ان المعرفة تكتسب بالخبرات . (زيتون ، 2007 ، 38)

ان فلسفة النظرية البنائية التي تدعو الى ان يبني المتعلم معرفته بنفسه من خلال التفاعل المباشر مع الموقف التعليمي ومع المعرفة الجديدة وربطها بخبراته السابقة في ضوء توجيهات المعلم ، كما تهتم بكيفية حدوث التعلم في عقل المتعلم وما يحدث داخل حجرات الدراسة وما يفعله المتعلم لتعليم المتعلم .

وقد انبثقت عن النظرية البنائية العديد من النماذج والاستراتيجيات التدريسية كنموذج وودز الذي تكمن خصوصيته في توظيف مهارات عقلية يمكن تنميتها لدى المتعلمين في المراحل الدراسية المختلفة وفي المواد التي فيها ربط بين الجانبين النظري والعملية كمادة طرائق التدريس، ويتكون هذا الاستراتيجية من ثلاث مراحل اساسية هي (التنبؤ والملاحظة والتفسير) .

فالتنبؤ هو إحدى المهارات العقلية والتي تظهر قدرة المتعلمين على استخدام خبراتهم أو معلوماتهم السابقة للتنبؤ بالظاهرة المراد دراستها ، وهذا يتم في ضوء المعلومات المتوفرة أو الأحداث الجزئية المتصلة بالظاهرة أو الحادثة أو موضوع الدراسة ، أما الملاحظة فتعني الانتباه المقصود والمضبوط للأحداث أو للظواهر بهدف اكتشاف اسباب ظهورها من خلال استخدام حاسة أو أكثر، (عبد الهادي وعياد ، ٢٠٠٩ ، ١٥٣) والتفسير هو مهارة عقلية تعمل على إضفاء معنى للخبرات الحياتية واستخلاص معنى آخر منها فعندما نقدم تفسيراً لخبرة ما إنما نقوم بشرح المعنى الذي أوحى به إلينا ، وعندما نسأل عن كيفية توصلنا لمعنى معين من خبرتنا فإننا نقوم بإعطاء تفصيلات تدعم تفسيرنا لتلك الخبرة . (جروان ، ٢٠١٠ ، 167)

وقد تناول تجريب هذا الاستراتيجية العديد من الباحثين لما وجدوا فيه الايجابية في تحقيق التعلم المنشود ومنهم (woods,1994) الدايني (2001) العبيدي (2004) المعاضيدي (2010) العميري (2011) المجمع (2015) .

اما التعلم المتمركز على المشكلة فقد اشار زيتون(2007) الى انه بالرغم من وجود استراتيجيات تعليمية_تعليمية تستخدم المشكلات الا ان التعلم المتمركز على المشكلة يتميز بانه اكثر فاعلية في تحقيق الاهداف المنشودة ويتكون هذا الاستراتيجية من ثلاث مراحل اساسية هي : المهام والمجموعات المتعاونة والمشاركة ، وتمثل مهام التعلم مجموعة المشكلات التي يعد لها المعلم ويخططها خلال اوراق العمل المقدمة للمتعلمين، اما المجموعات المتعاونة فهو المبدأ المهم الذي يبنه الاستراتيجية بالاعتماد على التعلم التعاوني في تقسيم طلاب الفصل الدراسي، والمشاركة هو المكون الاخير حيث يعرض المتعلمين حلولهم و الطرق التي توصلوا اليها مع باقي المجموعات وتدور المناقشات بينهم تحت اشراف المعلم .(زيتون،460،2007) وقد اشار العديد من الباحثين بنجاح الاستراتيجية في تحقيق التعلم الافضل للمتعلمين مقارنة بالطرائق التقليدية للتعلم مثل الجندي (2003) الحذيفي (2003) حمادة (2005) الراوي(2006) فؤاد(2008)المخزومي (2011) الزعبي(2013) . .

وتعد مادة طرائق التدريس ركنا اساسيا من اركان العملية التعليمية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضية لتحقيق اهم مخرجات اهدافها وهي تخريج كوادر رياضية قادرة على قيادة الحركة الرياضية في المدارس والمجتمع. لذلك يرى الباحث ان الاهتمام بهذه المادة من الضروريات التي بجب الوقوف عليها وتحديثها .

و بناءً على ما تقدم فإن استخدام استراتيجيات ونماذج حديثة في تدريس علوم التربية الرياضية يشكل ضرورة للارتقاء بمستوى التحصيل المعرفي لطلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين يرجى لهم قيادة العملية التعليمية والرياضية في المستقبل القريب . وبذلك تكمن أهمية البحث الحالي فيما يلي :

- 1- يعد محاولة متواضعة لتطوير التعليم ورفع مستوى التحصيل لدى عينة البحث .
- 2- انطلاقاً للباحثين في مجال طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة لفتح افاق جديدة ومستقبلية في هذا المجال.
- 3- يتماشى هذا البحث مع الاتجاهات التي تدعو الى اختبار نماذج تدريسية حديثة وتوظيفها في عملية التدريس والتي قد تسهم في رفع المستوى المعرفي للطلاب .
- 4- يستمد البحث اهميته من خلال اعطاء المتعلمين دورا اكبر في استثمار خبراتهم السابقة وطاقاتهم الكامنة واعادة بناء المعرفة لديهم من جديد .
- 5- تناول البحث استراتيجيتين حديثتين من نماذج النظرية البنائية وهما وودز و التعلم المتمركز على المشكلة .

2-1 مشكلة البحث :

ومن خلال عمل الباحثين في مجال تدريس طرائق التدريس واستنارتها بأراء عدد من مدرسي هذه المادة في الجامعات الاخرى شخّصا أن طرائق التدريس المستخدمة حالياً من الطرق التقليدية التي تدعم التلقين والحفظ والاستظهار وتشجع الانفراد و المنافسة في التعلم ، فهي بمثابة المصنع الذي يهدف إلى جعل المتعلمين يتخذون أسلوباً واحداً في تعلم العلوم الرياضية ، وهذا ما سينعكس سلباً على فهمهم واستيعابهم لها وتوظيفها لمعلومات لاحقة تخص المادة .

لذلك كانت الفكرة الى الانتقال الى طرائق تدريس تثير التفكير ما وراء المعرفة وتعتمد على التعلم بالنظرية البنائية التي هي عبارة عن عملية إيجابية نشطة يتعلم فيها المتعلم أفكاراً جديدة مبنية على معارف وخبرات سابقة وهذا التعلم يتم عن طريق دمج المعلومات الجديدة في المعرفة القديمة المتوفرة عند المتعلم ومن ثم يجري تعديل المفاهيم والتصورات السابقة لاستيعاب الخبرات الجديدة .

لذلك يرى الباحثان أن هنالك حاجة لاستخدام نماذج تدريسية تناسب تدريس مادة طرائق تدريس التربية الرياضية سعياً لاستمرارية التطوير والمعالجة والارتقاء بمستوى قدرتهم على التعلم والتعليم وذلك باستخدام استراتيجيتين من نماذج النظرية البنائية الحديثة وهما استراتيجيتي وودز والتعلم المتمركز على المشكلة التي يتوقع لها ان تسهم بمشاركة الطلبة في العملية التعليمية ومساعدتهم على اكتساب المعارف الضرورية لهم ، وبذلك يمكن تحديد مشكلة البحث بالسؤال الآتي:

ما اثر استخدام استراتيجيتي وودز و التعلم المتمركز على المشكلة في تنمية الذكاءات المتعددة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ؟

3-1 اهداف البحث :

يهدف البحث الى الكشف عن :

- 1 - اثر استراتيجية وودز في تنمية الذكاءات المتعددة لدى طلبة السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت .
- 2- اثر استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة في تنمية الذكاءات المتعددة لدى طلبة السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت .
- 3- المقارنة بين اثر استراتيجيتي وودز و التعلم المتمركز على المشكلة في تنمية الذكاءات المتعددة لدى طلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت .

4-1 فرض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجية وودز

- . هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الثانية حسب استراتيجيات التعلم المتمركز على المشكلة .
- هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي للذكاءات المتعددة بين المجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجيات التعلم المتمركز على المشكلة والمجموعة التجريبية الثانية حسب استراتيجيات وودز 1-5 مجالات البحث :
- 1 - 5 - 1 المجال البشري : طلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت.
- 1 - 5 - 2 المجال المكاني : القاعات الدراسية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت .
- 1 - 5 - 3 المجال الزمني : 2016/3/1 _ 2016/4/19 .
- 1 - 6 تحديد المصطلحات :

❖ استراتيجيات وودز (Woods Model)

عرفه (Woods ، 1994) بأنه " استراتيجيات تدريسي يتضمن ثلاث مراحل متتابعة هي : التنبؤ والملاحظة والتفسير تنفذ من قبل المتعلمين ويتم العمل بها ضمن مجموعات صغيرة وإرشاد وتوجيه من قبل المعلم " (woods ، 1994 : 34)

وعرفه (العبيدي ، 2004) : " مجموعة من الخطط التي يصممها المدرس والتي تضم ثلاث عمليات عقلية : التنبؤ ، الملاحظة ، التفسير ، والإشراف على عملية تطبيق هذه العمليات من قبل الطلاب من خلال طرح مجموعة من الاسئلة المتعلقة بموضوع الدرس للوصول الى اهداف محددة (العبيدي ، 2004 ، 19) "

التعريف الإجرائي لاستراتيجيات وودز : هو مجموعة الإجراءات المتتابعة اللازمة لتنفيذ الخطط التدريسية لمادة طرائق تدريس التربية الرياضية للسنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً لثلاث مراحل ومهارات عقلية محددة في استراتيجيات وودز وهي (التنبؤ ، الملاحظة ، التفسير) وذلك ضمن مجموعات طلابية صغيرة متعاونة وإشراف مدرس المادة .

❖ التعلم المتمركز على المشكلة

عرفه برغوث 2008 : " أنها إحدى استراتيجيات النظرية البنائية والتي تعتمد على العمل الجماعي، فهي تتيح للتعلم صنع فهم ذي معنى من خلال ربط المعرفة السابقة ودمجها مع ما تم تعلمه، حيث تبدأ هذه الاستراتيجيات بتقديم مشكلة حقيقية يواجهها الطلاب، ويقومون بتحليلها والعمل على إيجاد الحلول المناسبة لها من خلال المعرفة والمهارات التي يتم اكتسابها وتتكون هذه

الاستراتيجية من ثلاثة عناصر أساسية هي : المهام، والمجموعات الصغيرة والمشاركة". (برغوث ، 2008 ، 6)

والتعريف الإجرائي لاستراتيجية وتلي : هو مجموعة الإجراءات المتتابعة اللازمة لتنفيذ الخطط التدريسية لمادة طرائق تدريس التربية الرياضية للسنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً لثلاث مهارات محددة في استراتيجية وتلي وهي (المهام ، المجموعات التعاونية ، المشاركة) وبإشراف مدرس المادة .

❖ الذكاءات المتعددة

ويعرفها جابر (٢٠٠٣) : " أن الذكاءات المتعددة هي : المهارات العقلية القابلة للتنمية والتي توصل إليها هوارد جاردنر والمتمثلة في : الذكاء اللغوي ، الذكاء المنطقي الرياضي ، الذكاء المكاني ، الذكاء الجسمي الحركي ، الذكاء الموسيقي ، الذكاء الاجتماعي ، الذكاء شخصي ، الذكاء الطبيعي " .

(جابر ، ٢٠٠٣ ، 9)

التعريف الاجرائي: هي الدرجات التي يحصل عليها الطالب في المجموعة التجريبية الاولى والثانية في اختبار الذكاءات المتعددة الذي اعده الباحث لتحقيق هدف البحث .

2- الجانب النظري :

2-1 استراتيجية وودز

صمم وودز (Woods) عام 1991 استراتيجيةً تدريسيةً تم تنفيذه في مختبر الفيزياء وكانت الغاية منه مساعدة المتعلمين على اكتساب المفاهيم الصحيحة والتخلي عن مفاهيمهم الخاطئة ، ورفع مستواهم التعليمي ، فضلاً عن اكتساب بعض المهارات العقلية ، ويتم العمل فيه ضمن مجموعات صغيرة داخل المختبر .

ويتضمن هذا الاستراتيجية ثلاث مراحل متتابعة هي :

المرحلة الأولى / التنبؤ : ويطلب فيها من المتعلمين التنبؤ بالنتائج .

المرحلة الثانية / الملاحظة : ويطلب فيها من المتعلمين أداء التجربة العلمية وتسجيل

الملاحظات والوصول إلى النتائج .

المرحلة الثالثة / التفسير : ويطلب فيها من المتعلمين تفسير النتائج في ضوء ملاحظاتهم

وأفكارهم السابقة ثم الوصول إلى التفسير العلمي السليم . (Woods, 1994: 34)

2-2 استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة

وهو احد الاستراتيجيات القائمة على الفلسفة البنائية في التعليم والتعلم وهو استراتيجية

للتعلم المتمركز حول المشكلة واصل هذا التدريس يتكون من وجود الطلبة في مواقف مشكلة

حقيقية وذات معنى والتي يمكن ان تستخدم كنقطة انطلاق للاستقصاء والاكتشاف. (النجدي وآخرون، 2005: 421)

يتكون هذا الاستراتيجية من ثلاثة عناصر أساسية هي : المهام Tasks ، والمجموعات المتعاونة Cooperative Groups ، والمشاركة Sharing .

فالتدريس بهذا الاستراتيجية يبدأ بمهمة تتضمن موقفاً مشكلاً يجعل المتعلمين يستشعرون وجود مشكلة ما، ثم يلي ذلك بحث المتعلمين عن حلول لهذه المشكلة من خلال مجموعات صغيرة كل على حده، ويختتم التعلم بمشاركة المجموعات بعضها البعض في مناقشة ما تم التوصل إليه.

(برغوت ، 2008 ، 23)

أولاً: مهام التعلم Tasks Learning :

تعتبر هذه المهام الأساس في استراتيجية التعلم المتمركز حول المشكلة (نموذج التعلم المتمركز على المشكلة)، ويتوقف نجاحها علي الاختيار الدقيق لتلك المهام من قبل المعلمين الأمر الذي يتطلب أن تتوفر في هذه المهام مجموعة من الشروط حتى تؤدي الاستراتيجية ثمارها ولخصها (الحذيفي 2002) في انها :

- تكون بسيطة وليست معقدة .
- تحث المتعلمين على البحث الحر لوضع افتراضات وحلول متعددة .
- تشجع المتعلمين على صنع القرارات .
- تشجع المتعلمين على طرح أسئلة من النوع المسمى ماذا لو؟.
- تسمح بالمناقشة والحوار والاتصال .
- تكون شيقة وممتعة ويتوفر فيها عنصر المفاجأة . (الحذيفي ، 2002 ، 142-143)

ثانياً: المجموعات المتعاونة Cooperative Groups :

يتبنى هذا النموذج في المكون الثاني (المجموعات المتعاونة) مبدأ التعلم التعاوني، ويتم تقسيم تلاميذ طلاب الفصل طبقاً لذلك لعدة مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-7) طلاب شريطة - أن يكون هؤلاء الطلاب غير متكافئين في التحصيل .

ثالثاً: المشاركة Sharing :

يمثل هذا المكون المرحلة الأخيرة من مكونات نموذج التعلم المتمركز على المشكلة حيث يعرض التلاميذ لحلولهم والطرق التي توصلوا بها إلي هذه الحلول علي باقي المجموعات وتطور المناقشات فيما بينهم تحت قيادة المعلم ، حيث يتحول الفصل إلي مجموعة واحدة كبيرة.

٣ -إجراءات البحث:

3- منهجية البحث:

1-3 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث ،

3-2 مجتمع وعينة البحث : تكون مجتمع البحث من طلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت للعام الدراسي (2015-2016) والبالغ عددهم (75) طالب وطالبة موزعين على شعبتين (أ ، ب) . وتم وبطريقة القرعة اختيار شعبة (أ) لتكون المجموعة التجريبية الاولى والتي تدرس وفق استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة وتم استبعاد الطالبات تجنباً لعامل الجنس والطلاب الذين تكررت غياباتهم والذين لم يحضروا اختبار الذكاءات النهائي لتصبح عينة البحث مكونة

. من (42) طالباً يمثلون (56%) من مجتمع البحث بواقع (20) طالب للمجموعة التجريبية الاولى و (22) طالب للمجموعة التجريبية الثانية ، وكما موضح في الجدول (1) .

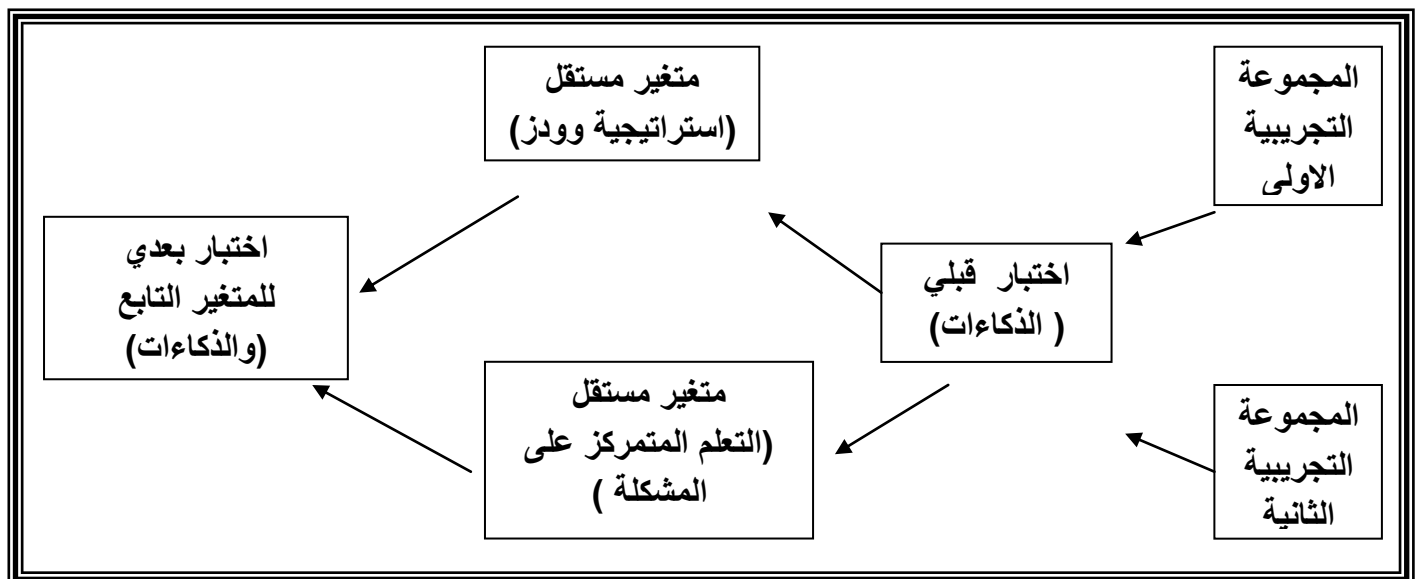
الجدول (1)

يبين مواصفات العينة

الشعبة	مجاميع البحث	العدد الكلي	المستبعد من العينة	العدد النهائي للعينة	النسبة
أ	المجموعة التجريبية الاولى	40	20	20	50%
ب	المجموعة التجريبية الثانية	35	13	22	62.8%
	المجموع	75	33	42	56%

3-3 التصميم التجريبي :

لذلك استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة القبليّة والبعدية المحكمة) . وكما موضح في الشكل (1)



الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي

3-4 تكافؤ مجموعتي البحث :

ان ضبط المتغيرات ذات العلاقة بالبحث واحداً من اهم الاجراءات في البحوث التجريبية لانها تحقق صدقاً داخلياً للتصميم التجريبي مما يجعل التصميم خالياً من التأثيرات الجانبية للمتغيرات الداخلية ، وبالتالي يتمكن الباحثان من عزو التغير في المتغيرات التابعة الى تأثير المتغير المستقل وليس الى تأثير متغيرات اخرى . لذلك لجأ الى التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث عن طريق المتغيرات الاتية :

- التحصيل الدراسي لمادة طرائق التدريس للسنة الماضية .
 - اختبار الذكاءات المتعددة الذي اعده الباحثان .
- وكما موضح في الجدول (2) :

الجدول (2)

يبين تكافؤ العينة

الدلالة	قيمة مستوى المعنوية	قيمة (t)	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة المتغيرات
			ع+	س	ع+	س	
غير معنوي	0,480	0.31	3.94	54	13.06	54.9	التحصيل (درجة)
غير معنوي	0,504	0.45	2.927	29	3,082	29,150	الذكاءات المتعددة (درجة)

تكون الفروق معنوية اذا كانت قيمة مستوى المعنوية $0,05 \geq$

يتبين من الجدول (2) ان قيم مستوى المعنوية كانت اكبر من (0,05) وان دلالة الفروق كانت غير معنوية بين مجموعتي البحث في المتغيرات المذكورة مما يدل على تكافؤ المجموعتين . اما تجانس العينة من حيث العمر الزمني فقد اعتمد الباحث على كون العينة جميعاً من طلاب الصف الثالث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

3-5- ادوات البحث :

2-5-1 اعداد الخطط التدريسية وفق استراتيجيتي وودز و التعلم المتمركز على

المشكلة :

الخططة التدريسية هي عبارة عن إطار ومجموعة من الإجراءات أو هي الخطوات المنظمة والمتربطة التي يضعها المدرس لنجاح عملية التدريس وتحقيقاً للأهداف التعليمية التي يسعى لتحقيقها.

(عبد السلام، 2001، : 72)

لذلك اعد الباحثان الخطط التدريسية لكل من مجموعتي البحث التجريبيتين و ضمن مفردات المادة المقررة، بحسب الخطوات التدريسية المحددة باستراتيجيتي وودز والتعلم المتمركز على المشكلة . ثم عرضا استراتيجياً من كل خطة تدريسية ملحق (1) على السادة الخبراء في مجال التربية وطرائق التدريس ملحق (2) لبيان آرائهم حول مدى صلاحيتها وملائمتها وعدلت وفقاً لما أقره واقترحه الخبراء وقد أخذت صيغتها النهائية كما في الملحق (3)

3-5-2 اختبار الذكاءات المتعددة .

لتحقيق اهداف البحث في قياس قدرة أفراد عينة البحث في الذكاءات المتعددة تطلب ذلك اختبارا خاصا لهذا الغرض وقد اطلع الباحث على العديد من الاختبارات والمقاييس في هذا المجال ولاحظ انه لا يوجد بينهما ما يحقق هدف البحث لذا ارتأى الباحث إعداد اختباراً خاصاً يناسب عينته حيث تم إعداده ضمن الخطوات الآتية:-

1- الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة في الذكاءات المتعددة كدراسة كل من ابراهيم (2011) و الخزندار (2002) ونوفل (2007) وماسون (2006) و الدمرداش (2008) ورشيد (2005) و جابر (2003) .

2- توجيه استبانة إلى ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة الملحق (2) لتحديد اهم الذكاءات المناسبة لطلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة الملحق (3) .

3- في ضوء الدراسات السابقة والأدبيات وآراء الخبراء وضع الباحث مجموعة من الفقرات لكل نوع من انواع الذكاءات المختارة .

4 - بعد ذلك تم عرض اختبار الذكاءات المتعددة بصيغته الاولى ملحق (4) على السادة الخبراء في التربية وعلم النفس وطرائق التدريس لبيان رأيهم فيها ، وقد اخذ الباحث نسبة اتفاق (80%) فأكثر من آرائهم لقبول هذه الفقرات وقد حصلت معظمها على هذه النسبة و أكثر و أصبحت بالصياغة النهائية ملحق (5) .

المعاملات العلمية لاختبار الذكاءات المتعددة :

صدق الاختبار :

"ان الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس فعلا الصفة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه" . (عباس ، 1996، 23) وللتحقق من صدق الاختبار اعتمد الصدق الظاهري : "ويقصد به مدى تمثيل بنود الاختبار للمحتوى المراد قياسه" . (العساف ، 1995، 43) ،

وقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما عرضت فقرات الاختبار على مجموعة من الخبراء وحصل الباحث على نسبة اتفاق (100%) وبهذا عدّ الاختبار ذا صدق ظاهري .

ثبات الاختبار :

نعني بالثبات "مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها ، فدرجة الاختبار تكون ثابتة اذا كان الاختبار يقيس سمة معينة قياساً متسقاً في الظروف المتباينة التي قد تؤدي إلى أخطاء قياس فالثبات بهذا المعنى يعني الاتساق أو الدقة في القياس" . (علام ، 131،2000)

ولتعدد طرائق استخراج معامل الثبات والغاية منها ، اعتمد الباحث طريقة التجزئة النصفية، حيث وزع الاختبار على عينة مكونة من (100) طالب من طلاب السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك . وبعد تصحيح الإجابات تم جمع درجات الفقرات الفردية من الاختبار في مجموعة واحدة وجمع الفقرات الزوجية من الاختبار في مجموعة ثانية ، وتم استخراج معامل الارتباط وقد بلغ (0.89) ، ثم عولجت نتيجة معامل الثبات بواسطة معادلة سبيرمان - براون وذلك لان النتيجة ستظهر نصف الثبات وبذلك بلغ معامل الثبات (0.94) .

والى ذلك يشير عودة (1998) الى ان معاملات ثبات معظم الاختبارات المقننة تقع بين (0.85) فأكثر" . (عودة ، 1998 ، 367)

وبناءً على ذلك عدّ الاختبار ثابتاً .

3-6 الاجراءات الميدانية للبحث :

3-6-1 التجربة الاستطلاعية الاولى لاستراتيجية وودز المقترحة : قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية للنماذج المقترحة على 15 طالبة من مجتمع البحث وهي غير العينة و بتاريخ 2016/2/22 وكان الهدف منها :

- التأكد من إمكانية الباحثين بتنفيذ البرنامج وبالنماذج المقترحة .
- اختبار كفاءة الأدوات المستخدمة في البحث .
- التعرف على الصعوبات المتوقعة في التنفيذ .
- التأكد من صلاحية البرنامج للتطبيق .
- اعطاء صورة واضحة للباحثين للقيام بما هو مطلوب .

3-6-2 التجربة الاستطلاعية الثانية لاستراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة

المقترحة : قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية للاستراتيجيات المقترحة على 15 طالبة من مجتمع البحث وهي غير العينة و بتاريخ 2016/2/23 .

3-6-3 التجربة الرئيسية : قام الباحثان بتطبيق البرنامج المقترح المعد وفق استراتيجية وودز و وتلي البنائين والمكون من (12) وحدة تعليمية لكل استراتيجية مقترح في الفترة من 2016/3/1 ولغاية 2016/4/17 . ووفق المنهاج المركزي المعد من قبل الكلية ، وكان عمل المجموعات كالتالي :

- المجموعة التجريبية الاولى : وفق استراتيجية وودز المقترح وكما يلي :
بداية يقوم المدرس بتوزيع الطلاب داخل القاعة الدراسية (وهي قاعة خاصة قام الباحث بأعدادها وترتيبها بما يتناسب ومتطلبات التجربة من حيث اماكن الجلوس وتوزيع المجموعات والقرطاسية) بشكل مجاميع تضم كل مجموعة من (4-5) طلاب غير متجانسين تحصيلياً وذلك بالاعتماد على درجات مادة الطرائق للعام الدراسي السابق وبشكل عشوائي ومن ثم يخصص لكل مجموعة الأدوات اللازمة للعمل وورقة عمل تتضمن تعليمات وأسئلة معينة ، ثم يقوم المدرس بإعطاء مقدمة قصيرة حول موضوع الدرس المقرر ويثير عدد من الأسئلة التحفيزية أمام الطلاب إما بشكل شفوي أو مكتوبة على السبورة ، وبعد ذلك ينتقل المدرس إلى عرض الموضوع وفقاً لاستراتيجية وودز والذي يشمل ثلاث مراحل (تم شرحها سابقاً) وهي:

١ - التنبؤ .

٢ - الملاحظة .

٣ - التفسير .

- المجموعة التجريبية الثانية : وفق استراتيجية وتلي المقترح وكما يلي :
تقسيم الطلاب إلى مجموعات ، بحيث تتكون كل مجموعة من (4-5) يزود الطلاب بالأنشطة والوسائل والأدوات التي تساعدهم على إنجاز العمل ، يوضح المدرس مهام كل مجموعة من خلال الشرح وورقة العمل ثم يبدأ الدرس بمحاولة جذب انتباه الطلاب صياغة المهام وطرحها على المجموعات على شكل مشكلة علمية أو سؤال أو استفسار ، يتم إعطاء الوقت الكافي للمجموعات لتنفيذ الأنشطة المختلفة و إجراء الاستنباطات أو الاستقراءات اللازمة حول المشكلة المطروحة ، يقدم مساعدته للمجموعات عند اللزوم بالأفكار والحلول وتعديلها وتطويرها سعياً للوصول إلى أدق الحلول ، يطلب من المجموعات تدوين الأفكار التي توصلوا إليها لمناقشتها مع المجموعات الأخرى ، تعرض كل مجموعة ما توصلت إليه من أفكار وحلول واستنباطات ،

3-6-4 الاختبارات البعدية : تم اجراء الاختبارات البعدية في يوم الثلاثاء الموافق 4/19

لمجموعتي البحث في الاختبار التحصيلي ويوم الابعاء 2016/4/ 20

3-7 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية (spss) والوسائل الاحصائية التالية :

الوسط الحسابي . الانحراف المعياري . اختبار (t) للعينات المرتبطة .

اختبار (t) للعينات غير المرتبطة . النسبة المئوية .

معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

معادلة سبيرمان - براون . (الحكيم، 2004، 269-310)

4- عرض النتائج ومناقشتها :

بعد تفريغ البيانات التي حصل عليه الباحث ، وللتحقق من صحة فرضيات البحث ، تم

تحليل البيانات إحصائياً باستخدام الوسائل الإحصائية الملائمة على برنامج (SPSS)

الإحصائي

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية الاولى في الاختبارين القبلي والبدي

يتبين من الجدول (3) ان قيم الاوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الاولى الذكاءات المتعددة

الذكاءات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحسوبة	قيم مستوى المعنوية	الدالة
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
الذكاءات الكلي	درجة	29	2.927	31,045	1,703	4,465	0,000	معنوي
الذكاء المكاني	درجة	3,409	1,053	4,136	0,833	2,460	0,032	معنوي
الذكاء اللغوي	درجة	4,090	1,108	6,090	0,811	5,961	0,000	معنوي
الذكاء الموسيقي	درجة	4,445	0,962	3,727	0,882	2,748	0,012	معنوي
الذكاء الحركي	درجة	6,318	0,646	5,636	0,902	3,382	5,03	غير معنوي
الذكاء الشخصي	درجة	5,500	0,801	4,954	0,785	2,421	0,025	معنوي
الذكاء الاجتماعي	درجة	5,409	0,666	6,318	0,646	4,004	0,001	معنوي

الكلي والذكاء المكاني والذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي والذكاء الحركي والذكاء الشخصي والذكاء

الذكاءات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحسوبة	قيم مستوى المعنوية	الدالة
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
الذكاءات الكلي	درجة	29,150	3,082	31,300	2,187	3,287	0,004	معنوي
الذكاء المكاني	درجة	4,150	1,182	4,600	0,680	1,831	0,083	غير معنوي
الذكاء اللغوي	درجة	4,600	0,940	5,950	0,825	6,110	0,000	معنوي
الذكاء الموسيقي	درجة	3,950	1,431	3,850	1,268	0,357	0,725	غير معنوي
الذكاء الحركي	درجة	5,400	0,940	5,450	0,887	1	0,330	غير معنوي
الذكاء الشخصي	درجة	5,800	0,894	5,700	1,174	0,302	0,766	غير معنوي
الذكاء الاجتماعي	درجة	5,150	1,182	5,700	0,656	2,342	0,030	معنوي

الاجتماعي في الاختبار القبلي كانت (29,150) (4,150) (4,600) (3,950) (5,400) (5,800) (5,150) على التوالي بينما كانت قيم الانحرافات المعيارية كالتالي (3,082) و (1,182) و (0,940) و (1,431) و (0,940) و (0,894) و (1,182) على التوالي وكانت قيم الاوساط الحسابية في الاختبار البعدي (31,300) (4,600) (5,950) (3,850) (5,450) (5,700) (5,700) على التوالي وبلغت قيم الانحرافات المعيارية كالتالي (2,187) (0,680) (0,825) (1,268) (0,887) (1,174) (0,656) على التوالي وكانت قيمة (t) المحسوبة كالتالي (3,287) (1,831) (6,110) (0,357) (1) (0,357) (2,342) على التوالي بينما بلغت قيم مستوى الدلالة (0,004) (0,083) (0,000) (0,725) (0,330) (0,766) (0,030) على التوالي ويدل هذا على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبار البعدي في متغير الذكاءات المتعددة الكلي والذكاء اللغوي والذكاء الاجتماعي للمجموعة التي درست وفق استراتيجية وودز البنائي وبذلك تتحقق الفرضية الاولى وهي (هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجية وودز) .

الجدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارين القبلي والبعدي يتبين من الجدول (4) ان قيم الاوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الثانية لقيم الذكاءات المتعددة الكلي والذكاء المكاني والذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي والذكاء الحركي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي في الاختبار القبلي كانت (29) (3,409) (4,090) (4,445) (6,318) (5,500) (5,409) على التوالي بينما كانت قيم الانحرافات المعيارية كالتالي (2,927) (1,053) (1,108) (0,962) (0,646) (0,801) (0,666) على التوالي وكانت قيم الاوساط الحسابية في الاختبار البعدي (31,045) (4,136) (6,090) (3,727) (5,636) (4,954) (6,318) على التوالي وبلغت قيمة الانحرافات المعيارية كالتالي (1,703) (0,833) (0,811) (0,882) (0,902) (0,785) (0,646) على التوالي وكانت قيمة (t) المحسوبة كالتالي (4,465) (2,460) (5,961) (2,748) (3,382) (2,421) (4,004) على التوالي وبلغت قيم مستوى الدلالة (0,000) (0,032) (0,000) (0,012) (5,03) (0,025) (0,001) على التوالي وتدل هذه النتائج على وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي في القيمة الكلية للذكاءات المتعددة والذكاء المكاني والذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي وبذلك تتحقق الفرضية الثانية وهي (هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في الاختبار القبلي والبعدي في الذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية الاولى حسب التعلم المتمركز على المشكلة) .

الجدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للمجموعتين التجريبية الاولى والثانية في الاختبار البعدي للذكاءات المتعددة

الذكاءات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (t) المحسوبة	قيم مستوى المعنوية	الدلالة
		ع ±	س ⁻	ع ±	س ⁻			
الذكاءات الكلي	درجة	31,300	2,187	31,045	1,703	0,424	0,674	غير معنوي
الذكاء المكاني	درجة	4,600	0,680	4,136	0,833	1,962	0,057	غير معنوي
الذكاء اللغوي	درجة	5,950	0,825	6,090	0,811	0,558	0,580	غير معنوي
الذكاء الموسيقي	درجة	3,850	1,268	3,727	0,882	0,367	0,716	غير معنوي
الذكاء الحركي	درجة	5,450	0,887	5,636	0,902	0,674	0,504	غير معنوي
الذكاء الشخصي	درجة	5,700	1,174	4,954	0,785	2,439	0,019	معنوي
الذكاء الاجتماعي	درجة	5,700	0,656	6,318	0,646	3,072	0,004	معنوي

يتبين من الجدول (5) ان قيم الاوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الاولى للذكاءات المتعددة الكلي والذكاء المكاني والذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي والذكاء الحركي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي في الاختبار البعدي كانت (31,300) (4,600) (5,950) (3,850) (5,450) (5,700) (5,700) على التوالي وكانت الانحرافات المعيارية لها (2,187) (0,680) (0,825) (1,268) (0,887) (1,174) (0,656) على التوالي بينما كانت قيم الاوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الثانية للذكاءات المتعددة الكلي والذكاء المكاني والذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي والذكاء الحركي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي في الاختبار البعدي (31,045) (4,136) (6,090) (3,727) (5,636) (4,954) (6,318) على التوالي وكانت الانحرافات المعيارية (1,703) (0,833) (0,811) (0,882) (0,902) (0,785) (0,646) على التوالي وكانت قيمة (t) المحسوبة كالتالي (0,424) (1,962) (0,558) (0,367) (0,674) (2,439) (3,072) على التوالي وبلغت قيم مستوى الدلالة (3,072) (0,057) (0,580) (0,716) (0,504) (0,019) (0,004) على التوالي وبذل هذا على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين درجات الطلاب في المجموعتين الاولى والثانية في متغير الذكاءات المتعددة في الاختبار البعدي وبالتالي عدم تحقق الفرض الثالث وهو (هناك فروق ذات

دلالة احصائية في الاختبار البعدي للذكاءات المتعددة بين المجموعة التجريبية الاولى حسب استراتيجية وودز والمجموعة التجريبية الثانية حسب التعلم المتمركز على المشكلة () .

2-4 مناقشة النتائج

اظهرت نتائج الجدول (3) للمجموعة التجريبية الاولى التي درست باستراتيجية وودز تنمية للذكاءات المتعددة بقيمتها الكلية وكذلك بالنسبة للذكاء اللغوي والاجتماعي ويعزو الباحثان ذلك الى ما يلي :

- تميز استراتيجية وودز بمراحلها الثلاث (التنبؤ ، الملاحظة ، التفسير) والتي تجعل الطلاب في مجاميعهم في حالة تنافس فيما بينهم لمعرفة نتائج ما تنبؤوا به وذلك من خلال ملاحظتهم ومتابعتهم لصحة ما تنبؤوا به حينما يفسر الطلاب اجاباتهم بمساعدة المدرس وربط معلوماتهم الجديدة مع ما عندهم من خبرات سابقة حول الموضوع .
- استقلالية كل خطوة من خطوات استراتيجية وودز وترابطها مع بعضها أدى إلى اكتمال الصورة حول الموضوع وبالتالي مقدرة الطلاب على التفاعل والحوار للوصول الى حلول للمشكلة والتساؤل المطروح في كل وحدة تعليمية .
- توظيف استراتيجية وودز لبعض الاساليب التعليمية منها التعلم التعاوني في تقسيم المجموعات والعصف الذهني في العمل داخل المجموعة أدى الى تفوق واضح في الذكاء اللغوي والاجتماعي في الاختبار البعدي .
- اهتمام استراتيجية وودز بشكل اساسي بالطلاب فجعله محور العملية التعليمية داخل غرفة الصف في حين اقتصر دور المدرس على التوجيه والارشاد .
- ان تقسيم الطلاب الى مجموعات صغيرة (5-6) طلاب ساعدهم على سهولة تبادل المعلومات ومعالجة المواقف التي يمرون بها في الدرس وزيادة التفاعل لديهم حيث يرى (الخطيب 1992) "ان المجموعات التعاونية لها اثر كبير في اثارة الدافعية والنشاط وزيادة التفاعل بين المتعلمين¹ "

ان طريقة التدريس المتبعة في استراتيجية وودز وفاعليتها لتدريب الطلاب للعمل ضمن مجموعاتهم على التفسير الصحيح من خلال تبادل الآراء والمناقشة وتقبل الرأي الاخر ومحاولة الوصول الى الاجابات الصحيحة عززت لديهم الفهم السليم للمفاهيم الموجودة ضمن المادة وبالتالي زيادة في

¹ - قاسم مد الخطيب ؛ اثر استراتيجيتين للتغير المفاهيمي لبعض المفاهيم الفيزيائية لدى الطلبة في الصف الاول الثانوي العلمي: رسالة ماجستير غير منشورة / جامعة اليرموك / الأردن / 1992 / ص8

التحصيل المعرفي ويتفق في ذلك مع الدايني (2001) و العبيدي (2004) و المعاضيدي (2010) والعميري (2011) والمجمعي (2015) .

واظهرت نتائج الجدول (4) للمجموعة التجريبية الثانية التي درست بالتعلم المتمركز على المشكلة تنمية للذكاءات المتعددة بقيمتها الكلية وكذلك بالنسبة للذكاء المكاني واللغوي والموسيقي والشخصي والاجتماعي ويعزو الباحثان ذلك الى ما يلي :

- ما يتمتع به التعلم المتمركز على المشكلة من خطوات ومراحل بناءه ترتقي بتفكير الطلاب الى أعلى المستويات وذلك من خلال مراحل (المهام ، المجموعات المتعاونة ، المشاركة) اذ يقوم الطلاب بتحليل المشكلة الى عناصرها وابتكار خطوات للحل وتحديد المعلومات المعطاة فيها والتوصل الى النتيجة المطلوبة ثم مقارنتها ومشاركتها مع نتائج المجموعات الاخرى لاختيار انسب الحلول وهذا ادى الى رفع قيم لذكاءات المتعددة لدى الطلاب .
 - تحمل الطلاب المسؤولية الاساسية اثناء التعلم في كيفية حل المشكلات التي تواجههم بانشطة استقصائية للوصول الى الحل ، اما المدرس فهو المساعد والموجه والناصح للطلاب .
 - يشجع هذا الاستراتيجية على التفكير في الانشطة والحلول ويحدث ذلك اثناء العمل في لمجموعات المتعاونة او اثناء المشاركة مما يؤدي الى زيادة وتنمية ذكاءاتهم المتعددة .
 - التعاون هو السمة الرئيسة في هذا النوع من التعلم وبالتالي يعمل على تنمية الذكاء الاجتماعي والشخصي واللغوي والتحصيل من خلال العمل في المجموعات الصغيرة .
- وتتفق هذه النتيجة مع كل من دراسة الجندي (2003) الحذيفي (2003) حمادة (2005) الراوي(2006) فؤاد(2008) المخزومي (2011) الزعبي(2013).

واظهرت نتائج الجدول (5) على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الطلاب في المجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية في الاختبار البعدي لمتغير الذكاءات المتعددة ويعزي الباحثان ذلك الى :

- انبثاق استراتيجيتي وودز والتعلم المتمركز على المشكلة من النظرية البنائية نفسها والتي تؤكد على ان التعلم عملية نشطة تتم بجو من العمل الجماعي .
- اعتماد كلا الاستراتيجيتين على تقديم الموضوع بصيغة مشكلة حياتية واتاحة الفرصة للطلاب للتعرف على طريقة حلها .
- اعتماد كلا الاستراتيجيتين على ثلاث مراحل وفيها مجموعات العمل التعاونية وتبادل الافكار والحلول المقترحة .

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات :

- فاعلية كلا الاستراتيجيتين في تنمية الذكاءات المتعددة لدى عينة البحث .

- عملت استراتيجية وودز على تنمية الذكاء اللغوي والاجتماعي اكثر من غيره من الذكاءات المتعددة .
- تقسيم الطلاب الى مجاميع متعاونة وذات وظائف محددة ساهمت في تحفيزهم وتفاعلمهم في الوحدات التعليمية وأزال عنهم الجمود وأزاح الملل ، الأمر الذي انعكس إيجابياً في النتائج .
- عملت استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة على تنمية كل انواع الذكاءات المتعددة بنسبة كبيرة (معنوية) باستثناء الذكاء الحركي لدى عينة البحث .
- تميز استراتيجية وودز في تنمية الذكاء الشخصي والاجتماعي اكثر من استراتيجية التعلم المتمركز على المشكلة لدى عينة البحث .

2-5 التوصيات :

- اعتماد استراتيجيتي وودز والتعلم المتمركز على المشكلة في تدريس مادة طرائق التدريس والدروس النظرية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لما لها من اثر في تحصيل الطلاب .
- اعداد دليل ارشادي للتدريسيين حول كيفية استخدام كلا الاستراتيجيتين تطويرا لطرائق واساليب التدريس المستخدمة .
- ضرورة احتواء مناهج مادة طرائق التدريس في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على طرائق التدريس الحديثة ومنها القائمة على اسس النظرية البنائية .
- ضرورة اشراك تدريسيي كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بدورات تطويرية في كيفية اعداد هذه النماذج الحديثة وكيفية استعمالها .
- اجراء دراسات مماثلة لكلا الاستراتيجيتين وودز و والتعلم المتمركز على المشكلة في تنمية متغيرات (التفكير الابداعي والتفكير العلمي والدافعية والمفاهيم والاتجاهات) ومواد دراسية

اخرى

المصادر

- اميو ، عبد الله سعيدي (2002) : فاعلية استراتيجية التعلم المبني على المشكلة في تدريس الاحياء على التحصيل الدراسي والاحتفاظ بالتعلم لدى طالبات الصف العاشر ، مجلة العلوم التربوية ، العدد 13 لسنة 2007 .

- برغوث ، محمود (2008) : اثر استخدام استراتيجيات التعلم المتمركز حول المشكلة على تنمية بعض المهارات في التكنولوجيا لطلاب الصف السادس الاساسي بغزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الجامعة الاسلامية غزة فلسطين .
- جروان، فتحي عبد الرحمن (2010)، تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات ، ط5 ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- الجندي ، أمينة السيد (2003) اثر استخدام نموذج وبتلي في تنمية التحصيل ومهارات عمليات العلم الأساسية والتفكير العلمي لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي(في مادة العموم"، مجلة التربية العلمية، مجلد 6، العدد 1 .
- الحذيفي ، خالد (2003) فاعلية استخدام التعليم المتمركز على المشكلة في تنمية التحصيل الدراسي والاتجاه نحو مادة العلوم لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس ، العدد (44) .
- حمادة ، فايز (2005) فعالية استخدام نموذج وبتلي البنائي المعدل في تنمية مهارة حل المشكلة والتفكير الابداعي في الرياضيات لدى طلبة المرحلة الابتدائية ،مجلة كلية التربية جامعة اسيوط ، العدد (44) .
- الدايني، بتول محمد جاسم (2001م)، اثر استخدام انموذج وودز في تحصيل تلامذة الصف الخامس الابتدائي في مادة العلوم العامة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية المعلمين، جامعة ديالى .
- الراوي ، ضمياء سالم داود (2006) . "اثر استخدام أنموذجي درايفر وويتلي في التحصيل والتفضيل المعرفي لدى طلبة كلية التربية ابن الهيثم ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ابن الهيثم، جامعة بغداد .
- الزعبي ، زكريا عبد الرزاق(2013) فاعلية استخدام نموذج وبتلي البنائي في التحصيل الدراسي والاتجاهات نحو مادة علم الاحياء لدى تلاميذ الصف الثامن الاساسي ، مجلة ديالى العدد 59.
- الزغلول ، عماد عبد الرحيم (٢٠٠٢)، مبادئ علم النفس التربوي ، ط ٢، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الإمارات العربية المتحدة .
- زيتون، عايش (2007) النظرية البنائية واستراتيجيات تدريس العلوم. ط1. دار الشروق. عمان. الأردن.
- صبري، ماهر اسماعيل وإبراهيم محمد تاج الدين (2000)، فعالية استراتيجية مقترحة قائمة على بعض نماذج التعلم البنائي وخرائط أساليب التعلم في تعديل الأفكار البديلة حول مفاهيم ميكانيكا الكم وأثرها

على أساليب التعلم لدى معلمات العلوم قبل الخدمة بالمملكة العربية السعودية، مجلة رسالة الخليج العربي، ع (77)، السنة (21)

• عبد الهادي، نبيل و عياد، وليد (2009)، استراتيجيات تعلم مهارات التفكير بين النظرية والتطبيق ، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .

• العبيدي، إسراء عبد الرحمن خضير (2004)، أثر استخدام أنموذج وودز في تحصيل طالبات الصف الرابع العام في مادة الجغرافية العامة ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة ديالى .

• العميري ، قاسم محمد عبود (2013) أثر أنموذج وودز في اكتساب المفاهيم البلاغية وتنمية التفكير الناقد عند طلاب الصف الخامس الأدبي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة ديالى .

• فؤاد ، محمود محمد (2008) اثر استخدام استراتيجية التعلم المتمركز حول المشكلة على تنمية بعض المهارات في التكنولوجيا لطلاب الصف السادس الاساسي في غزة ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية ، غزة .

• قطامي، يوسف و قطامي ، نايفة (١٩٩٨)، نماذج التدريس الصفي ، ط ٢ ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن .

• المجمعى ، قيس نياض (2015) أثر أنموذج وودز في اكتساب المفاهيم البلاغية عند طلاب الصف الخامس الأدبي وتنمية تفكيرهم الأدبي، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، جامعة تكريت .

• المخزومي ،ناصر (2011) اثر استخدام استراتيجيتي كيلر و ويتلي في تنمية مهارات النقد الادبي والتفكير الناقد لدى طلبة المرحلة الثانوية في الاردن ، مجلة دراسات تربوية ونفسية كلية التربية بالزقازيق ، العدد (70).

المصادر

• المعاضبيدي ،رضوان محمد (2010) أثر استخدام أنموذج وودز في تحصيل طلاب الصف الخامس العلمي في مادة الفيزياء وتنمية تفكيرهم الناقد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة الموصل .

• النجدي، أحمد وآخرون (2005) اتجاهات حديثة في تعليم العلوم في ضوء المعايير العالمية وتنمية التفكير والنظرية البنائية. ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر. القاهرة.

مستخلص البحث

أثر أسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية في الجمناستك الفني رجال

شهد صفاء حامد أ. د فئاتن محمد رشيد

هدفت الدراسة الى: التعرف على تأثير استخدام أسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية في الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة.

وافترضت الدراسة:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والمجموعة التجريبية بأسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية لطلاب المرحلة الثالثة.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية بأسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية لطلاب المرحلة الثالثة.
- استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته وطبيعة البحث، وتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثالثة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت للعام الدراسي 2016 - 2017 والبالغ عددهم (88) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وأما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتكونت من (20) طالباً يمثلون نسبة (25%) من مجتمع البحث . قسموا إلى مجموعتين المجموعة الضابطة المتمثلة بشعبة (ب) والمجموعة التجريبية والمتمثلة بشعبة (أ) حيث استخدمت المجموعة الضابطة أسلوب التدريسي (الأمري)، والمجموعة التجريبية أسلوب فحص النفس. واستخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعتين المتكافئتين العشوائيتين الاختيار ذات الاختبار القبلي والبدي، وقد توصلت الباحثان إلى عدد من الاستنتاجات أهمها: أسلوب التدريس فحص النفس ذو فاعلية مؤثرة في تعلم مهارة القفزة العربية، وتحسن المجموعة التجريبية بشكل أفضل بأداء مهارة القفزة العربية في الاختبار البدي، وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في أسلوب فحص النفس، وقد أوصت الباحثان: حث التدريسيين على استخدام أساليب أخرى ضمن المنهاج التعليمي وتزويدهم بالمعلومات كافة لما لها من مردود في الناحيتين المعرفية والمهارية التي تخصصها، واستخدام أسلوب التدريس فحص النفس على عينة ومهارات أخرى غير العينة والمهارات التي استخدمها الباحثان، وضرورة تزويد الطلاب بالمعلومات المعرفية عند تعليمهم مهارة القفزة العربية لأنها تشكل جانباً مهماً في الأداء المهاري.

Abstract

"The effect of the method of self - examination in the learning of the Arab jump in the technical gymnastics men"

a. Dr. Faten Mohammed Rasheed

Shahad Safa Hamed

Aim of the research

The aim of the study was to identify the effect of the use of self-examination technique in learning the Arabic jump skill in the gymnasium for the third stage students.

The study assumed:

- There were statistically significant differences between the tribal and remote tests of the control groups and the experimental group in a self-examination method in learning the Arab leap skill for the third stage students.
- There are statistically significant differences between the remote tests of the control groups and the experimental group in the self-examination method in learning the skill of the Arab jump for the students of the third stage.

The researchers used the experimental approach in the two groups for the suitability and nature of the research. The research society consisted of students of the third stage / Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Tikrit University for the academic year 2016-2017, of which 88 students were chosen by deliberate method. (20) students representing 25% of the research community. Were divided into two groups of control group (B) and experimental group (A) where the control group used the teaching method and the experimental group the self-examination method. **The two researchers used a number of conclusions, the most important of which were:** The method of teaching self-examination was effective in learning the skill of the Arab jump, and the experimental group improved better by performing the Arabic jump skill in the test And the experimental group is superior to the control group in the method of self-examination. **The two researchers recommended:** urging the teachers to use other methods within the curriculum and provide them with all the information because of its return in terms of knowledge and And the use of the method of teaching self-examination on the sample and skills other than the sample and skills used by the researchers, and the need to provide students with knowledge of knowledge when teaching the skill of the jump because they constitute an important aspect of the performance of skills.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعد قطاع التعليم واحداً من القطاعات التي تتأثر بعناية في المجتمعات الحديثة للنهوض إلى مستوى أفضل مما كانت عليه سابقاً ولقد فاق هذا التعليم الكثير من التصورات ودخل في جميع الاختصاصات وفي كل زاوية من زوايا الحياة وإن طرائق وأساليب التدريس والتعليم لها أهمية كبيرة في العملية التعليمية والتربوية وإنها تلعب دوراً أساسياً في تنظيم الدرس وتناول المادة العلمية ولا يستطيع أي معلم الاستغناء عنه لأنه من دون طريقة أو أسلوب تعليمي لا يمكن تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية الخاصة والعامّة⁽¹⁾.

وأسلوب التدريس (فحص النفس) من الأساليب المهمة في تعليم المهارات الأساسية لجميع الألعاب والفعاليات الرياضية ومنها فعالية الجمناستك التي تعتمد على ما يستخدم من طرائق واساليب حديثة والتي تعددت أهدافها وتوسعت مجالاتها لأنها هي التي تحدد دور كل من التدريسي والمتعلم والبيئة التعليمية، ولأهمية فعالية الجمناستك كونها تحتل المرتبة الأولى في العالم وتأخذ في أعمار صغيرة مقارنة بالفعاليات الرياضية الأخرى فقد برزت أهمية هذه الفعالية في وضع برامج خاصة لتحسين وتطوير هذه الفعالية وخاصة في بداية أعمارهم وإن المفاصل الرئيسية لهذا التحسين هو الجانب المهاري الذي يعد العامل الأساس في نجاح هذه اللعبة وبالتالي يتم الكشف عن الموهوبين بوقت مبكر وانضمام الطلاب بالأندية والاتحادات الجيدة⁽²⁾.

1-2 مشكلة البحث

إن تطور العملية التعليمية ومأصباها من تقدم تكنولوجي لم يأت إلا من خلال إجراء البحوث والدراسات العملية من خلال المختصين وإجراء وتطبيق للنتائج التي توصلوا إليها ، وإن فن استخدام التعليم في اظهار الطرائق والأساليب في نظم جيدة يمكن من الوصول إلى الأداء الأمثل في جهد ووقت أقل ، ومن خلال اطلاع الباحثين على العمل الميداني أكدت الدراسات السابقة قلة استعمال اسلوب (فحص النفس) في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمناستك للطلاب ، وعلى الرغم من تعدد أساليب التعلم يمكننا معرفة اختيار الأسلوب المناسب للطلبة من خلال مستواه ولكون مستوى الطلبة في مادة الجمناستك ضعيف (بدنياً -مهاريًا).

(1) حسام عبد محي ؛ تأثير تمرينات خاصة باستخدام اسلوبي فحص التضمين والتعاوني في تعلم بعض المهارات بكرة اليد لطلقات معهد أعداد المعلمات : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة تكريت/ كلية التربية الرياضية ، 2011)ص2.

(2) علي شامل حسين علي ؛ أثر الاسلوبين التبادلي والتدريبي في تعلم مهارة قفزة اليدين الأمامية على منصة القفز للرجال (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة تكريت ،2012) ص3.

من هنا تأتي مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي هل للأسلوب فحص النفس تأثير في تعلم مهارة القفزة العربية في الجمناستك لطلاب الصف الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟.

3-1 هدفا البحث

- التعرف على تأثير استخدام اسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية في الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة.

4-1 فرضا البحث

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعي البحث الضابطة والمجموعة التجريبية بأسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية لطلاب المرحلة الثالثة.

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية لمجموعي البحث المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية بأسلوب فحص النفس في تعلم مهارة القفزة العربية لطلاب المرحلة الثالثة.

5-1 مجالات البحث :-

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة تكريت للعام الدراسي 2016-2017 .

2-5-1 المجال الزمني : المدة من 2017/4/10 ولغاية 2017/5/27.

3-5-1 المجال المكاني: قاعة الجمناستك للطلاب- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة تكريت.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التدريس:

2-1-2 الأساليب التدريسية:

شهدت السنوات الأخيرة تحولاً وتطوراً كبيرين وشاملين في ميادين التربية الرياضية في العالم ولكون التربية الرياضية جزءاً مهماً من التربية العاملة ولأهمية درس التربية في المؤسسات التعليمية والتربوية أصبحت عملية إعداد الدرس من القضايا المهمة بسبب الدور الذي يقوم به في المجتمع

ولأن المجتمع دائماً في حالة تحرك وتغير ينعكس هذا على فلسفة تدريس التربية الرياضية التي من أهم مميزاتها التغير السريع المقرون بتقنية عالية لمعالجة المشاكل⁽¹⁾.

ويعرف الأسلوب بأنه "النمط الدراسي الذي يفضلهُ معلم أو مدرس ما"⁽²⁾، أو هو "الكيفية التي يتناول بها المدرس طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس"⁽³⁾.

ويعرفهُ (الحيلة، 1995) بأنه "النمط الذي يتبعهُ المدرس في توظيف أو تنفيذ طرائق تدريس بفعالية تميزهُ عن غيره من المدرسين الذين يستخدمون نفس الطريقة"⁽⁴⁾، ومن ثم فإن أسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمدرس فالأساليب التدريسية لها عدد من الأهداف والخصائص المعينة التي تختلف من أسلوب لآخر والتي تركز على اكتساب التعلم وتطوير الأداء وعدد آخر يركز على تطوير النواحي الاجتماعية كالتفاعل الإيجابي والتعاوني وغيرهما يشجع على الاكتشاف وتسلسل خطوات التعلم والاتجاه المعرفي ومعظمها يرمي إلى التوصل إلى إحداث تعليم مؤثر وهذا ما يصل إليه مدرس التربية الرياضية في اختيار أفضل الأساليب التي تلائم البيئة التعليمية⁽⁵⁾.

2-1-2 أساليب موستن التدريسية:

2-1-2-1 أسلوب فحص النفس:

في هذا سيأتي التعليم عن طريق نشاط الطالب نفسه وتفاعله مع الموقف التدريسي ويكون الطالب أكثر تحملاً لمسؤولية تعلمه، بحيث تقدم به خطوة أخرى نحو هدف الفرد المنتقل ينبغي من الطالب اتخاذ قرارات بالتغذية الراجعة وقرارات التقويم أي يعمل بمفرده ويكون التقويم ذاتياً من قبل الطالب نفسه وكذلك يكون الطلاب قادرين على أن يخوضوا عمليات المقارنة بين أدائهم وورقة الواجب بعدها يشرح أو يوضح المدرس كيفية استعمال ورقة الواجب بنشر المتعلمين في الملعب أو القاعة الرياضية، ويبدأون بالعمل ويتوقفون من حين إلى آخر للنظر في ورقة الواجب ويقارنون

(1) لمياء حسن الديوان، حسين فرحان الشيخ علي؛ أصول تدريس التربية البدنية، ط1: (العراق، مكتبة البصائر للطباعة والنشر، 2016) ص186.

(2) مصطفى زين العابدين وآخرون؛ تقويم عملية تطبيق المرحلة الرابعة في كلية التربية جامعة البصرة: (مجلة كلية التربية جامعة البصرة، العدد 7، 1982) ص272.

(3) عبدالكريم علي اليماني، علاء عبد الصاحب عسكر؛ طرائق تدريس العامة أساليب التدريس وتطبيقاتها العملية، ط1: (عمان، الأردن، دار النور للطباعة، 2010) ص22-23.

(4) محمد محمود الحيلة؛ طرق التدريس واستراتيجياته، ط1: (الإمارات العربية المتحدة، دار الكتب الجامعي، 2003) ص180.

(5) عباس أحمد، عبدالكريم محمود؛ الكفايات التدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية: (جامعة البصرة، مطبعة دار الحكمة، 1991) ص73.

أدائهم بالمحك ثم يتحركون ثانية فهم إما يكررون العمل لتصحيح الأداء أو الاحتفاظ به أو ينقلون إلى عمل جديد وهذا أول أسلوب يسمح بإتاحة الوقت لهذه المنوعات من القرارات ويتوقف لقراءة ورقة الواجب واستيعابه والتفكير في الأداء بعد انتهاء العمل⁽¹⁾.

ويعرف أسلوب فحص النفس بأنه "هو الأسلوب الذي يكون امتداداً للأساليب السابقة حيث يكتب المتعلم القدرة على تقويم نفسه تقويماً ذاتياً"⁽²⁾.

2-1-1-2 مضمون أسلوب فحص النفس:

يتضمن هذا الأسلوب الدلالات الآتية⁽³⁾:

- 1- يقدر المعلم اعتماد المتعلم على نفسه.
- 2- يقدر المعلم قدرة المتعلم على تنمية التوجيه الذاتي.
- 3- يثق المعلم في أمانة المتعلم أثناء هذه العملية.
- 4- يتحلى المتعلم بالصبر وسعة الصدر ليسأل أسئلة تركز على تنمية التوجيه الذاتي وعلى أداء عمل المتعلم.
- 5- يمارس المتعلم عملاً بمفرده وينشغل في عملية التوجيه الذاتي.
- 6- يتعرف المتعلم على حدود قدراته ودرجة نجاحه أو فشله.
- 7- يستخدم المتعلم التوجيه الذاتي كتغذية راجعة لتحسين أدائه.

2-1-3-1 مهارة القفزة العربية ومفهومها:

"تعد مهارة القفزة العربية من الحركات الأساسية والمهمة في لعبة الجمناستيك وأهميتها ترجع إلى كونها حركة ربط لكثير من الحركات، مثل قفزة اليدين الخلفية والقلبة الهوائية الخلفية بأنواعها المتكورة والمنحنية والمستقيمة والقلبات الجانبية والقلبات الهوائية الأمامية والقفزة الطائرة بعد نصف دورة كلها تؤدي بعد حركة القفزة العربية"⁽⁴⁾

2-1-3-2 الخطوات التدريجية لمهارة القفزة العربية⁽⁵⁾:

(1) محمد خميس، نايف اسعد؛ التربية الرياضية وطرائق تدريسها: (القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 2009) ص159.

(2) قاسم لزام صبر؛ أثر بعض طرائق تدريس في الوقت المستثمر لدرس التربية الرياضية: (بحث منشور في كلية التربية الرياضية، مجلة الرافيدين، جامعة بغداد، العدد الثاني) ص152.

(3) عباس أحمد، عبد الكريم السامرائي؛ مصدر سبق ذكره، ص69.

(4) صائب عطية أحمد، عبدالسلام عبدالرزاق؛ مصدر سبق ذكره، ص56.

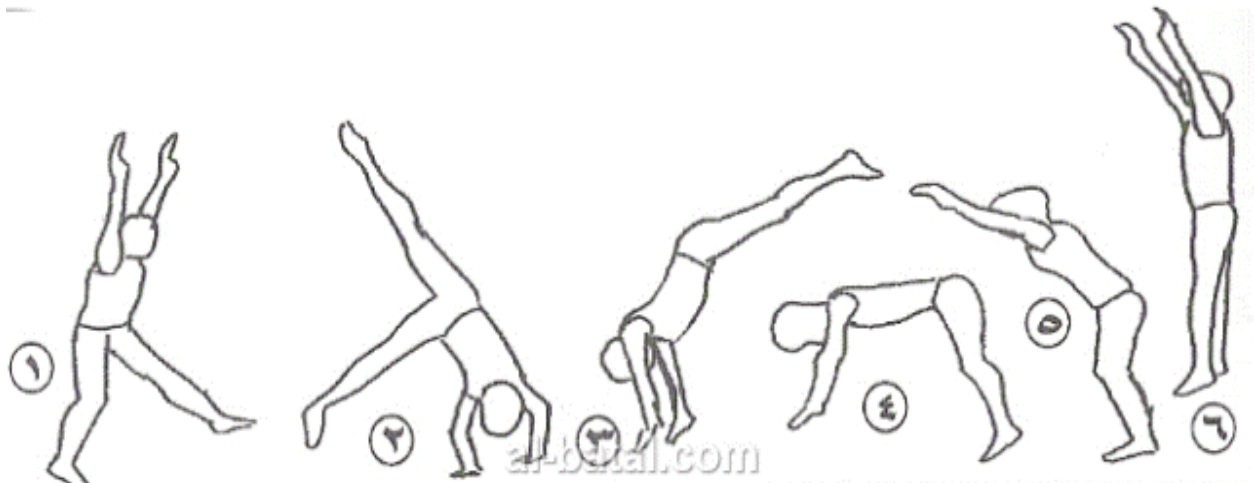
(5) معيوف دنون حنتوش وآخرون؛ جهاز الأجهزة للبنات: (جامعة الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1985) ص96.

- 1- من متطلبات هذه الحركة أن يتقن اللاعب حركة العجلة البشرية.
- 2- الوقوف على اليدين بالمساعدة ثم عمل نصف دورة وخطف الرجلين للأسفل.
- 3- أداء نفس التمرين السابق (2) ولكن عمل نصف دورة يكون مباشرة بعد المرور بالوقوف على اليدين بالمساعدة.
- 4- أداء الوقوف على اليدين مع نصف دورة أثناء المرور به على البساط الموضوع على الجدار، والقسم الأمامي من الجسم يرتكز على البساط.
- 5- الوقوف على اليدين في بداية البساط الأسفنجي، ثم خطف الرجلين للأسفل والدفع باليدين.
- 6- أداء الحركة بالمساعدة.
- 7- أداء الحركة بدون مساعدة بين الخططين المتوازيين المرسومين على الأرض.
- 8- أداء الحركة على خط مستقيم مرسوم على الأرض.

2-1-3-1-3 النواحي الفنية لمهارة القفزة العربية⁽¹⁾:

- 1- وضع اليدين على الأرض وضم الرجلين قبل الوصول إلى مرحلة الوقوف على اليدين ثم خطفهما للأسفل بحركة ثني من الورك مع دفع الأرض باليدين.
- 2- تأرجح الذراعين للأمام والأسفل مع أرجحة الرجل القائدة للخلف الأعلى من فوق الرأس.
- 3- النهوض بالرجل الثانية (الناهضة) وإحداها بالرجل الأولى مباشرة قبل الوصول إلى مرحلة المرور بالوقوف على اليدين.
- 4- يتم قتل الجسم نصف دورة مع خطف الرجلين للأسفل بسرعة ودفع الأرض باليدين ووضع اليدين على الأرض تكون واحدة بعد الأخرى ويعد مناسب للرجل الناهضة.
- 5- وتوضع اليد الأولى على الاتجاه المعاكس لخط سير الرجلين والأخرى على الجانب الثاني.
- 6- وفي جميع الحالات تكون أصابع اليدين مؤشرة بالاتجاه المعاكس لسير الحركة تقريباً وذلك لتسهيل عملية قتل الجسم والدفع بينهما.
- 7- بعد مرور الجسم بالوقوف على اليدين تخطف الرجلان للأسفل بقوة وثني مفصل الورك ودفع الأرض باليدين في الوقت نفسه ووضع القدمين على الأرض بعد خطف الرجلين للأسفل.

(¹) صائب عطية أحمد، عبدالسلام عبدالرزاق؛ مصدر سبق ذكره، ص 58.



الشكل (1)

يوضح النواحي الفنية لمهارة القفزة العربية

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته وطبيعة البحث، "حيث يعد المنهج التجريبي أقرب مناهج البحث لحل المشكلات بالطريقة العلمية"⁽¹⁾ وأكثر الوسائل الموصلة لأدق النتائج فهو محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد⁽²⁾.

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثالثة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت للعام الدراسي 2016 - 2017 والبالغ عددهم (88) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وأما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتكونت من (20) طالباً يمثلون نسبة (25%) من مجتمع البحث . قسموا إلى مجموعتين المجموعة الضابطة المتمثلة بشعبة (ب) والمجموعة التجريبية والمتمثلة بشعبة (أ) حيث استخدمت المجموعة الضابطة أسلوب التدريس (الأمري)، والمجموعة التجريبية أسلوب فحص النفس.

(1) نوري ابراهيم الشوك ، رافع صالح فتحي الكبيسي ؛ دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، (بغداد ، مطبعة بزم ، 2004) ص 85 .

(2) ديوبولد فاندالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس (ترجمة) محمد نبيل ونوفل وآخرون : (القاهرة ، مطبعة الأنجلو المصرية ، 1991) ص 248 .

الجدول (1)

يبين عدد العينة من المجموعتين

ت	مجموعات البحث	حجم العينة	الاسلوب المستخدم	المستبعدون
1	الضابطة	10	اسلوب التدريسي (الأمري)	16
2	التجريبية الأولى	10	أسلوب فحص النفس	17

3-3 التصميم التجريبي:

هناك الكثير من التصميمات التجريبية ومن الأمور التي ينبغي للباحث القيام بها قبل إجراء بحثه تم اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختيار النتائج المستنبطة من فروضه⁽¹⁾ ويتوقف اختيار التصميم على طبيعة الدراسة أو الشروط أو الظروف، وعليه استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي .

3-4 تجانس وتكافؤ عينة البحث:

قام الباحثان بالتحقق من تجانس المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية من حيث الكتلة والطول والعمر وتم التحقق من التكافؤ بين عينة البحث في بعض عناصر اللياقة البدنية التي تؤثر في تعلم المهارات قيد البحث، والتي تم تحديدها من قبل ذوي الخبرة والاختصاص في مادة القياس والتقويم وتحديد الاختبارات البدنية المناسبة لهذه العناصر، حيث بلغ معامل الالتواء بين $(3 \pm)$ مما يدل على تجانس العينة والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين تجانس عينة البحث من حيث الطول والكتلة والعمر

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الطول	سم	172.900	172.000	6.121	0.001
2	الكتلة	كغم	69.100	66.500	8.527	0.581
3	العمر	السنة	24.833	23.000	1.724	-0.590

3-5 إجراءات البحث:

3-5-1 ضبط متغيرات:

(1) إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي ؛ طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2002) ص119.

- " إن أهم واجب يواجه الباحثة هو قدرتها على ضبط جميع العوامل التي تؤثر في المتغير التابع ، فإذا لم يتعرف عليها ، ويضبطها لا يمكن بأية حال أن تتأكد ما إذا كان تأثير المتغير المستقل أو أي عامل آخر هو الذي أنتج الأثر المعين" ⁽¹⁾ . إن حددت المتغيرات على نحو التالي
- المتغير التجريبي (المستقل) ويتمثل في
 - * (تأثير برنامج تعليمي باستعمال أسلوب فحص النفس)
 - المتغير التابع ويتمثل في
 - * (تعلم مهارة القفزة العربية في الجمناستك للطلاب)
 - المتغيرات غير التجريبية (الدخيلة) والتي تؤثر في سلامة التجربة، إذ يعد ضبط المتغيرات الدخيلة واحداً من الإجراءات الهامة في البحث التجريبي لتوفير درجة مقبولة من صدق التصميم التجريبي ⁽²⁾ .

3-5-2 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة للبحث :

توافر مجموعة من الأجهزة والأدوات الضرورية لغرض استخدامها لحل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات ⁽³⁾، وعليه استخدم الباحثان الأجهزة والأدوات التي ساعدتهن على إجراء بحثهن .

3-5-3 التجربة الاستطلاعية :

" تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يتسنى الاخذ بنتائجها " ⁽⁴⁾ .

- (1) جابر عبد الحميد وأحمد خيرى؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس : (القاهرة، مطبعة دار التأليف، 1973) ص 194.
 - (2) أحمد سليمان عودة، فتحي حسن ملكاوي؛ أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية : (الأردن، مكتبة المدار، 1987) ص 119.
 - (3) وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993) ص 179.
 - (4) قيس ناجي عبد الجبار، بسطوي أحمد بسطوي؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1984) ص 59.
- * قام بالتصوير (ايهم فارس حمزة) والمساعد له (الحمزة علي خليل) بالتصوير الاختبارات القبلية (المهارية - البدنية) والوحدات التعليمية والاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والمجموعتين التجريبيتين.
- ** الحكام الذين قاموا بتقييم الأداء:

- 1-م.د حيدر غازي كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل /تدريب- جمناستك/حكم دولي
- 2-أ.م.د عبد الجبار عبد الرزاق كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل / تدريب- جمناستك/حكم دولي
- 3- خالد أمين حكم درجة اولى / حكم معتمد لدى الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك
- 4-عبد الرحمن آدم حكم درجة اولى / حكم معتمد لدى الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك
- 5- خالد حمد ناصر حكم درجة اولى / حكم معتمد لدى الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين المصادف 2017/4/10 في الساعة التاسعة صباحاً في قاعة الجمناسك للطلاب /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت على عينة من طلاب المرحلة الثالثة مكونة من (13) طالب من هم خارج عينة التجربة الرئيسية التي طبقت عليها الوحدات التعليمية التي وضعها الباحثان.

3-5-4 الاختبارات القبليّة:

لقد قام الباحثان وبمساعدة فريق العمل بإجراء الاختبارات القبليّة في تمام الساعة التاسعة صباحاً من يومي الأربعاء والخميس المصادف (12-13 / 2017/4) قبل البدء بتطبيق البرنامج ، وقد تم تحضير كافة المستلزمات الضرورية والظروف اللازمة للتأكد من إجراء الاختبارات والمهارات وبشكل دقيق ، علماً بأن هذه الاختبارات والمهارات أجريت على نفس القاعة التي سيتم تنفيذ البرنامج التعليمي عليها وقد تم إعطاء محاولتين لكل طالب، وقد تم تصوير هذه الاختبارات والمهارات* من الجانبين.

بعد الانتهاء من تصوير الأداء القبلي نقل التصوير من الشريط إلى الأقراص وعرضت على المحكمين لتقويم الأداء وعرض التصوير على (5) محكمين**

3-5-5 البرنامج التعليمي :

بعد الاطلاع على منهج المرحلة الثالثة تم وضع البرنامج التعليمي للمهارات الأساسية للطلاب، تم عرضه على مجموعة من المختصين في مجال طرائق التدريس والجمناسك، وحصل على نسبة اتفاق (94,4 %) وقد تضمن البرنامج التعليمي (10) وحدات تعليمية بواقع وحدتين في الأسبوع في يومين (الاثنين، الأربعاء) للمجموعة التجريبية، مع مراعاة وضع المهارات الأساسية في الوحدات التعليمية من السهل إلى الصعب والتكرارات لكل مهارة في البرنامج التعليمي، وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة .

3-5-6 استمارة تقويم الأداء:

من أجل إعداد استمارة تقييم الأداء المهارات الأساسية للحركات الأرضية بالجمناسك ، قامت الباحثة بعرض الاستمارة على خبراء من ذوي الخبرة والاختصاص وقد حددوا الشكل الظاهري لكل مهارة وحسب أقسامها (التحضيرية _ الرئيسي _ الختامي)، وقد تم احتساب الدرجة بحذف الدرجة الأعلى والدرجة الأدنى مع تقسيم على عدد الحكام.

3-6 تجربة البحث الرئيسية:

تم تنفيذ (10) وحدات تعليمية لتعليم مهارة القفزة العربية في الجمناسك على بساط الحركات الأرضية للمجموعة التجريبية وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع في يومين (الاثنين، الأربعاء) حيث كان تطبيق الوحدات ليوم الاثنين في الساعة الثامنة والنصف

لشعبة (ب) وفي الساعة العاشرة للشعبة (أ)، أما يوم (الاربعاء) في تمام الساعة الثامنة والنصف لشعبة (أ) وفي الساعة العاشرة والنصف لشعبة (ب) وتم تطبيق أسلوب التدريس (الأمري) على المجموعة الضابطة الواقعة في شعبة (ب) أما مجموعة البحث التجريبية فقد استخدمت أسلوب التدريس فحص النفس الواقع في شعبة (أ)، حيث كان تطبيق البرنامج بأداء كل طالب للمهارة وبعد الإنتهاء من أدائها يشاهد أداءه على الحاسوب المستخدم والمرتبط بشكل مباشر بكاميرة التصوير للمهارات وتم تنفيذ الوحدة التعليمية الأولى ابتداءً من (2017/ 4/17) ولغاية (2017/5/24). وتم تصوير الوحدات التعليمية ونقلها على أقراص .

3-7 الاختبار البعدي

تم إجراء اختبار البعدي لمهارة القفزة العربية لعينة البحث في يوم الاثنين المصادف (2017/5/29) في تمام الساعة صباحاً في قاعة الجمناسك للطلاب / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة تكريت واعطيت محاولة واحدة فقط لكل طالب وكان الاختبار في نفس الظروف التي اجريت فيها الاختبارات القبلية، وكان التصوير من الوضع الأمامي لأداء الطالب وتسلسل الطلاب نفسه في التصوير القبلي وبعد الانتهاء من التصوير البعدي للأداء نقل التصوير من الشريط الى الاقراص وعرضت على المحكمين أنفسهم لتقويم الأداء.

3- 8 الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة البرنامج الاحصائي spss لمعالجة البيانات احصائياً.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل نتائج الفروق بين مجموعتي البحث (التجريبية ،الضابطة) لمهارة القفزة العربية

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمهارة القفزة العربية .

الجدول (3)

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		س	±ع	س	±ع			
مهارة القفزة العربية	درجة	2,38	0,675	1,003	3,88	4,984	0,00	معنوي

معنوي عند مستوى الدلالة (0,05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (0,05).

من الجدول (3) يتبين:

- في اختبار مهارة القفزة العربية: بلغ الوسط الحسابي (2,38) في الاختبار القبلي بانحراف معياري (675). في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي (3,88) بانحراف معياري (1,003) في حين بلغت (T) المحسوبة (4,984) عند مستوى خطأ (0,00) ولصالح الاختبار البعدي .

2-1-4 عرض وتحليل نتائج الفروق لمهارة القفزة العربية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الجدول (4)

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة المحسوبة (t)	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
مهارة القفزة العربية	درجة	2,38	0,689	5,95	1,917	5,603	0,00	معنوي

معنوي عند مستوى الدلالة (0,05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (0,05).

- في اختبار مهارة القفزة العربية: بلغ الوسط الحسابي (2,93) في الاختبار القبلي بانحراف معياري (68900). في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي (5,95) بانحراف معياري (1,719) في حين بلغت (T) المحسوبة (5,603) عند مستوى خطأ (0,00) ولصالح الاختبار البعدي .

3-1-4 عرض وتحليل نتائج الفروق ت بين الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة القفزة العربية

الجدول (5)

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		قيمة المحسوبة (t)	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
مهارة القفزة العربية	درجة	5,95	1,719	3,88	1,003	5,603	0,00	معنوي

معنوي عند مستوى الدلالة (0,05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (0,05).

في اختبار مهارة القفزة العربية: بلغ الوسط الحسابي (5,95) في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بانحراف معياري (1,719). في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (3,88) بانحراف معياري (1,003) ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

4-1-4 مناقشة النتائج :-

يتبين من نتائج الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين البعدين للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تقييم أداء مهارة القفزة ولصالح الاختبار البعدي

للمجموعة التجريبية وتعزو الباحثان سبب ذلك إلى فاعلية المنهاج التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية وما يتضمنه من طريقة عرض مميزة للمادة التعليمية، وبأسلوب تطبيق يختلف عنه في المجموعة الضابطة والتي أدت إلى تحقيق نتائج أفضل في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وتعزو الباحثان سبب تحسن المجموعة التجريبية إلى استخدام المدرس أسلوباً خاصاً به، إذ إن الشرح والعرض والتمرين على المهارات وتكرارها أو تدرجها من السهل إلى الصعب والتغذية الراجعة قد جاءت منسجمة مع استراتيجية التعلم، لأن التدرج لعدد من المحاولات يثبت الأداء المهاري وصولاً إلى التعلم المؤثر الفعال⁽¹⁾، وكذلك تعد هذه المهارة من المهارات المغلقة وأداؤها في محيط ثابت⁽²⁾. كما إن أساليب التدريس ليست محكمة الخطوات ولا تسير وفق شروط أو معايير محدودة فأسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بشخصية المدرس وسماته وخصائصه ولا يمكننا تفضيل أي أسلوب عما سواه من الأساليب وإن مسألة تفضيل أسلوب تدريسي على غيره يبقى مرهوناً بالمدرس نفسه وبما يفضلهُ هو فضلاً عن ذلك فإن أسلوب التدريس لا يمكن الحكم عليه إلا من خلال الأثر الذي يظهر على التحصيل لدى الطلاب⁽³⁾.

ويتبين من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة في تقييم أداء المهارة القفزة العربية ولصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثان إلى التأثير الفعال للبرنامج التعليمي المتمثل باستخدام هذا الأسلوب وما احتوته الوحدات التعليمية من تمارين متناهية الدقة والتدرج وكذلك معلومات معرفية أدت بالتالي إلى وصف دقيق للأداء الفني للحركة والدور الذي يثقله المدرس من إعطاء الملاحظات والتوجيهات والثناء على الطلاب أداء التمارين مهارية والتغذية الراجعة عند أداء المهارات الحركية والدور الفعال الذي يلعبه الطلاب أثناء المشاركة بالأداء وأيضاً ابداء ملاحظاتهم الذاتية كل هذا أدى إلى تحسن الأداء الفني للطلاب وانعكس ذلك على التحسن الذي حصل عليه في الاختبار البعدي، إذ إنه كلما كان أدائهم جيداً كلما كانت النتائج أفضل وهذا بدوره يؤدي إلى التركيز على الجهد الحاصل الذي يخدم الأداء الفني للمهارة قيد البحث، إذ إن الشرح والعرض المتواصل والتمرين على المهارة يساعد على الوصول إلى التعلم المؤثر والفعال مما أدى إلى إتقان الأداء الفني للمهارات⁽⁴⁾.

(1) جمال صالح، وآخرون؛ تدريس التربية الرياضية : (الموصل دار الطباعة للنشر، 1991) ص102.

(2) عنايات محمد أحمد؛ مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية، ط1: (القاهرة، 1983) ص170.

(3) عنايات محمد أحمد؛ نفس المصدر ، ص170.

(4) قيس جميل أحمد الكربولي؛ أثر الأسلوب الفردي الإرشادي في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لتحسين

بعض فعاليات القوة في درس التربية الرياضية: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة

الأنبار، 2010) ص42.

وهذا ما أكدّه (محمد محمود، 1999) بأنه "عند تنفيذ المنهاج بشكل فعال فإن الأداء العام للطلاب يتحسن كثيراً ومن ثم يمكن الطالب أن يكتسب فائدة إضافية وهي تطوير تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات"⁽¹⁾، إن إعطاء التغذية الراجعة عند أداء المهارات الحركية وإعطاء التوجيهات والثناء على الطلاب أثناء أداء التمارين المهارية كان له دور كبير في تحسين الأداء الفني للطلاب والذي حصلوا عليه.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

- 1- أسلوب التدريس فحص النفس ذو فاعلية مؤثرة في تعلم مهارة القفزة العربية.
- 2- تحسن المجموعة التجريبية بشكل أفضل بأداء مهارة القفزة العربية في الاختبار البعدي.
- 3- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في أسلوب فحص النفس.

5-2 التوصيات:

- 1- حث التدريسيين على استخدام اساليب أخرى ضمن المنهاج التعليمي وتزويدهم بالمعلومات كافة لما لها من مردود في الناحيتين المعرفية والمهارية التي تخصها.
- 2- استخدام أسلوب التدريس فحص النفس على عينة ومهارات أخرى غير العينة والمهارات التي استخدمها الباحثان.
- 3- ضرورة تزويد الطلاب بالمعلومات المعرفية عند تعليمهم لمهارة القفزة العربية لأنها تشكل جانباً مهماً في الأداء المهاري.

المصادر العربية

- القرآن الكريم
- أحمد سليمان عودة، فتحي حسن ملكاوي؛ أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية : (الأردن، مكتبة المدار، 1987).
 - إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي ؛ طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2002).
 - جابر عبد الحميد وأحمد خيرى؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس : (القاهرة، مطبعة دار التأليف، 1973).
 - جمال صالح، وآخرون؛ تدريس التربية الرياضية : (الموصل دار الطباعة للنشر، 1991).
 - حسام عبد محي ؛ تأثير تمرينات خاصة باستخدام اسلوبي فحص التضمين والتعاوني في تعلم بعض المهارات بكرة اليد لطلبات معهد أعداد المعلمات : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة تكريت/ كلية التربية الرياضية ، 2011).

(1) محمد محمود الحيلة؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة، ط1: (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع، 1999) ص63.

- ديوبولد فاندالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس (ترجمة) محمد نبيل ونوفل وآخرون : (القاهرة ، مطبعة الأنجلو المصرية ، 1991).
- عباس أحمد، عبدالكريم محمود؛ الكفايات التدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية : (جامعة البصرة، مطبعة دار الحكمة، 1991).
- عبدالكريم علي اليماني، علاء عبد الصاحب عسكر؛ طرائق تدريس العامة أساليب التدريس وتطبيقاتها العملية، ط1: (عمان، الأردن، دار النور للطباعة، 2010).
- علي شامل حسين علي ؛ أثر الاسلوبين التبادلي والتدريبي في تعلم مهارة قفزة اليدين الأمامية على منصة القفز للرجال (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة تكريت ،2012).
- عنايات محمد أحمد؛ مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية ،ط1: (القاهرة، 1983).
- قاسم لزام صبر؛ أثر بعض طرائق تدريس في الوقت المستثمر لدرس التربية الرياضية : (بحث منشور في كلية التربية الرياضية، مجلة الرافدين، جامعة بغداد، العدد الثاني).
- قيس جميل أحمد الكربولي؛ أثر الأسلوب الفردي الإرشادي في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لتحسين بعض فعاليات القوة في درس التربية الرياضية: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الأنبار، 2010).
- قيس ناجي عبد الجبار، بسطويطي أحمد بسطويطي؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1984).
- لمياء حسن الديوان، حسين فرحان الشيخ علي؛ أصول تدريس التربية البدنية، ط1: (العراق، مكتبة البصائر للطباعة والنشر، 2016).
- محمد خميس، نايف اسعد؛ التربية الرياضية وطرائق تدريسها : (القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 2009).
- محمد محمود الحيلة؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة ،ط1: (عمان، دار المبصرة للنشر والتوزيع، 1999).
- محمد محمود الحيلة؛ طرق التدريس واستراتيجياته، ط1: (الإمارات العربية المتحدة، دار الكتب الجامعي، 2003).
- مصطفى زين العابدين وآخرون؛ تقويم عملية تطبيق المرحلة الرابعة في كلية التربية جامعة البصرة : (مجلة كلية التربية جامعة البصرة، العدد 7، 1982).
- معيوف ذنون حنتوش وآخرون؛ جوائز الأجهزة للنبات : (جامعة الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1985).
- نوري ابراهيم الشوك، رافع صالح فتحي الكبيسي ؛ دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، (بغداد، مطبعة بزم، 2004).
- وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993).

مستخلص البحث

بناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم المتقدمين في إقليم كردستان العراق

أ. د مثنى احمد خلف

احمد صبحي شكور

2018م

1439هـ

هدفت الدراسة إلى :

- بناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة .

- التعرف على الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة .

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وقد بلغ مجتمع البحث (303) لاعباً يمثلون (14) نادياً من لاعبي كرة القدم للدرجة الممتازة في إقليم كردستان العراق ، تم تقسيم مجتمع البحث إلى عينة البناء وتكونت من (192) لاعباً ونسبة (63.36%) من مجتمع البحث، اما عينة التطبيق فتكونت من (86) لاعباً ونسبة (28.38) من مجتمع البحث .

وبالنسبة للعينة الاستطلاعية فقد بلغت (15) لاعبا من الدرجة الممتازة ونسبة (4.95)، وتم استبعاد (10) لاعبين من اندية الدرجة الممتازة بسبب (عدم الحضور ، لا يقرأ و لا يكتب) وشكلوا نسبة (3.30%) ، بلغ مجموعة فقرات المقياس بصورتها الأولية (52) فقرة للمقياس أما طريقة الإجابة والتصحيح حيث عمد الباحث في طريقة القياس إلى استخدام طريقة (ليكرت) على أن يسجل اللاعب موافقته وعدم موافقته على كل فقرة من خلال اختيار بديل من بدائل الإجابة أمام كل فقرة ، وعليه اقترح الباحث البدائل الاتية (موافق بشدة ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق بشدة) وتحمل أوزان (5، 4، 3، 2، 1) وبعد عرضها على الخبراء والمختصين واستخراج الصدق واصبح المقياس (41) فقرة واستخرج الباحث القوة التمييزية للفقرات واصبح المقياس بشكله النهائي يتكون من (34) فقرة وبلغت عينة البناء (192) لاعب أما عينة التطبيق فبلغت (86) لاعباً واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء ومعامل الفا كرونباخ ومعامل الارتباط البسيط ومعادلة سبيرمان - براون ومعامل الارتباط المتعدد.

تم التوصل إلى أهم الاستنتاجات :

1. استخدام المقياس للكشف عن مستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة .

2. توضح من خلال استخدام المقياس إن لاعبي الدرجة الممتازة يمتلكون الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي .

Abstract

Creating a Personal Culture Scale of Sport Injuries and Kinetic Rehabilitation for Advanced Players

in Kurdistan- Iraq

Ahmed Subhi Shakur

Prof. Dr. Muthanna Ahmed Khalif

The Objectives of Study:-

1. Building a rehabilitation and therapy knowledge scale for soccer players in Kurdistan region for first and excellent class.
2. Identifying the rehabilitation and therapy knowledge for soccer players in Kurdistan region for excellent class.

The researcher used the descriptive approach . The number of the sample was (303) excellent class players (14) clubs in Kurdistan region for the league 2016-2017.

The Sample of the study was divided into a building sample which consists of (192) players and percentage(63.36 %) of excellent class. While the application sample consists of (86) players and percentage(28.38 %). For the pilot sample which is consists of (15) players and percentage (4.95 %) of the research sample to players from (10) players from the excellent class clubs with a percentage (3.30 %) excluded because (not attending, incapable of writing and reading).

The initial scale items were (52) , and the researcher depends on Legart Method during the measuring, in which the player has to tick his agreement or disagreement on each item by ticking a choice for each item. The researcher suggested alternatives such as (strongly agree, strongly, neutral, disagree, and strongly disagree) and each one has it its weight (5,4,3,2,1). After it was reviewed by the experts and specialists and check its reliability, the scale became consisting of (34) items and the number of building sample is (192) players and the application sample is (86) players. The researcher used the statistical means, the means, median, the standard deviation, skewness coefficient, Alpha Kornbach formula, simple correlation coefficient, Spearman- Brown equilibrium and multi connection coefficient.

Conclusion:

1. Building a rehabilitation and therapy knowledge scale for soccer players in Kurdistan region for excellent class.
2. It was clear by using the scale that the players of the excellent class have more rehabilitation and therapy knowledge .

1-التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

إن للتطور والنهوض العلمي أثر واضح وكبير في كافة المجالات ومنها المجال الرياضي والذي أدى إلى فتح آفاق جديدة باستعمال كافة الوسائل لخدمة الرياضيين والوصول بهم إلى أعلى المستويات في جميع الألعاب ومنها لعبة كرة القدم .

حيث أن العصر الذي نعيش فيه هو عصر التغير النفسي السريع المتطور وتعتبر الثقافة الشخصية جزءاً "مهماً" من هذا التطور الحاصل ، حيث أن الثقافة الشخصية هي مظهر من مظاهر المجتمع وكذلك تعد الثقافة الشخصية جزءاً من الثقافة العامة بوجه عام ويعتبر الاهتمام به من مؤشرات الدالة على ارتفاع المستوى الثقافي والتقدم في المجتمع كما وأنه له أثر واضح على الجانب الصحي والاجتماعي والتربوي والثقافي للإنسان .

وعلى الرغم من أن الرياضة أخذت مكانة مرموقة وعالية في الدول المتقدمة إلا أن طبيعة ممارسة الرياضة لا تخلو من حدوث الإصابات الرياضية والتي تعد من أخطر المعوقات التي تواجه الرياضيين والذي قد يتسبب في إبعادهم عن الملاعب وهم في قمة العطاء الرياضي أو الاعتزال المبكر والابتعاد عن المنافسات الرياضية وفي بعض الحالات تكون السبب في الهبوط المفاجئ في مستوى الأداء البدني أو المهاري أو حتى النفسي بالنسبة لمستوى اللاعبين الآخرين من غير المصابين إذ تعد الإصابات من المشكلات الأساسية التي تواجه عملية تقدم المستويات الرياضية وانتقالها من مستوى إلى آخر، ويتعرض الرياضيون للإصابة عندما لا تراعى الشروط العلمية والفنية في التدريب أو أثناء المنافسات وذلك جراء الجهد المستمر على أعضاء الجسم وأجهزته المختلفة، وتحدث معظم الإصابات الرياضية نتيجة تعرض جزء من الجسم أو الجسم ككل لقوة تفوق قدرته الفسيولوجية الطبيعية على التحمل⁽¹⁾.

مما دعا القائمين على الجوانب العلاجية والتأهيلية للإصابات الرياضية باستخدام أحدث الوسائل والأساليب المختلفة للإسراع بعملية العلاج والتأهيل الرياضي لضمان سرعة إعادة اللاعبين

(1) حازم النهار (وآخرون) ؛ الرياضة والصحة في حياتنا : (عمان ، دار اليازوري العلمية، 2010) ص106.

المصابين إلى الملاعب وبشكل المطلوب ،إذ تعد عملية التأهيل "هي المسؤولة عن مساعدة اللاعب المصاب إلى استعادة ما قد يفقده من قدرة حركية ومهارية نتيجة الإصابة (1).

ولضمان نجاح عملية التأهيل يتطلب من اللاعب المصاب امتلاك الخبرة في الجوانب العلاجية والتأهيلية ،إذ إن الخبرة بأنواع الإصابات الرياضية وطرق الاسعاف والعلاج والتأهيل قبل وبعد الإصابة من العوامل المهمة التي تسرع من عملية الشفاء اللاعب نفسه أو الزميل من الإصابة .

ومن هذا المنطلق تكمن أهمية البحث في معرفة مقدار ما يمتلكه لاعبي كرة القدم المشاركين في الدوري الكردستاني للدرجة الممتازة من الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للإسهام في تقادي وقوع الإصابة وإن حدثت فيكون اللاعب على وعي كبير لكيفية علاجها وإعادة تأهيلها وبالتالي عودته للملاعب بشكل أسرع ، ويتم ذلك من خلال استخدام الأسلوب العلمي والموضوعي والمتمثل ببناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان وللدرجة الممتازة لمساعدة اللاعبين في تقييم ما يمتلكونه من الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي في مجال لعبة كرة قدم .

1-2 مشكلة البحث :-

من خلال كون الباحث ممارس لعمل المعالج الرياضي لأكثر من ثلاثة سنوات مع عدة فرق في الدوري الكردستاني الممتازة لكرة القدم والاتصال المباشر مع اللاعبين المتقدمين ، وجد إن عدد كبير من اللاعبين لا يمتلكون إلا قدرًا قليلًا من الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي وهم لا يبحثون عن ذلك إلا عندما يتعرضون إلى الإصابات الرياضية المتنوعة وفي حدود الإصابة التي يتعرضون لها، ولعدم وجود مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي على حسب علم الباحث لذا ارتأى دراسة هذه المشكلة والوقوف على إمكانية الإسهام في حلها من خلال اتباع الأسس العلمية والموضوعية المتمثلة ببناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم المشاركين في الدوري الكردستاني للدرجة الممتازة .

1-3 اهداف البحث :-

- بناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان العراق للدرجة الممتازة .
- التعرف على مستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي لدى لاعبي كرة القدم في إقليم كردستان العراق للدرجة الممتازة.

(1) عبد الفتاح التباع رمضان؛ اهم الإصابات الرياضية وطرق علاجها؛(الشام، دارطارق بن زياد،2000) ص133.

1-4 مجالات البحث :-

المجال البشري : لاعبي كرة القدم في دوري إقليم كردستان للدرجة الممتازة للموسم الرياضي 2016/2017.

المجال الزماني : للمدة من 21 / 5 / 2017 ولغاية 10 / 9 / 2017 .

المجال المكاني : الساحات المكشوفة للأندية الدرجة الممتازة.

1-5 تعريف المصطلحات :-

الثقافة :- بأنها " هي مجموعة من القيم المعرفية الاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية"⁽¹⁾.

الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي : يعرفها الباحث اجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها لاعبي كرة القدم المشاركين في الدوري الكردستاني للدرجة الممتازة في مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي المعد من قبل الباحث.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :**2 - 1 الدراسات النظرية :****2- الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم :-**

تعد لعبة الكرة القدم واحدة من الألعاب الرياضية التي يعتمد نجاح اللاعب على البناء النظري والعملية فيها إذ إن تزويد اللاعب بالمعلومات العلاجية والتأهيلية له دور مهم في ضمان سلامة الفرد الرياضي من الوقوع في خطر الإصابات الرياضية أو الوقاية منها ولا سيما إن إيقاع اللعب متغير ولذلك يتطلب " تضافر ما يمتلكه اللاعب من معلومات نظرية مع الأداء الحركي بغية تكوين استجابة صحيحة للمواقف المختلفة "⁽¹⁾ ، إذ تعمل على الوصول باللاعب إلى الاقتصاد بالجهد والزمن وصولاً إلى الهدف المطلوب وهو التفوق ، وهذا ما أكدته (محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم ، 1988) بأن النجاح الحقيقي للرياضي في الجمع بين الممارس للنشاط والمعرفة وإنه من الضروري أن يلم كل رياضي بالمعلومات والمعارف الرياضية المختلفة التي تخص اللعبة [ومنها الثقافة العلاجية والتأهيلية] التي يمارسها ، وأنه ليس من المعقول أن يمارس

⁽¹⁾ محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي : (القاهرة ، دار المعارف ، 1998) ص120.

⁽¹⁾ قحطان فاضل محمد العزاوي ؛ تأثير منهج (معرفي ، بدني) في تطوير المعرفة القانونية وبعض القدرات البدنية وعلاقتها بدقة القرارات لحكام الدرجة الثانية بكرة اليد : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، 2013) ص29.

الفرد النشاط وبثقة دون ذخيرة من المعارف تساعد على ذلك ، وقد يكون الجانب المعرفي البعد الحاسم بين فرد وآخر (2) ، فلم تعد المعلومات العلاجية والتأهيلية ناتجاً فرعياً مصاحباً أو مرتبطاً في المنهج التدريبي وإنما أصبحت ركناً أساسياً لا بد للفرد الرياضي أن يدرك ويستوعب ويتفهم ويعرف أولاً الأساس النظري للجوانب العلاجية والتأهيلية سواء قبل أو بعد الإصابة ثم يمارس النشاط الرياضي .

فتطوير اللاعب لا يقف عند اكتسابه لياقة بدنية وكيفية التنقل داخل الملعب فقط ، بل يتعدى ذلك إلى حصوله على معلومات علاجية وتأهيلية تسهم في إسعاف وعلاج وتأهيل نفسه ، وذلك يخلق حالة من الترابط بين الإدراك المعرفي وبين القدرة على التطبيق العملي ، فمثلاً أثناء إصابة اللاعب بتمزق عضلي أثناء ممارسة النشاط الرياضي يجب أن يعرف أنه من الضروري استخدام الثلج لما له من فوائد كثيرة في بداية الإصابة ، ومن خلال كل ما ذكر يتضح بأن الاهتمام بالجانب المعرفي من أهم الأسباب لإنجاح الفرد الرياضي والارتقاء به للمستوى المطلوب.

2-1-3 التأهيل:

تشير المصادر إلى أن " العرب والصينيين واليونانيين القدماء اهتموا بهذا الضرب من العلاج ولو لم يكن بخصوصية وتوسع كالذي نراه اليوم ولكن كانت هناك اهتمامات تصب بالنهاية في اتجاه التأهيل "(1).

وبناءً على ما تقدم فإن عملية التأهيل أصبحت تدار من فريق من مختصي العلوم الطبية وغير الطبية . أما من حيث ديناميكية عمل الفريق التأهيلي فإن " أعضاء الفريق يشتركون معاً في تقييم حالة المريض وبالتالي تحديد أهداف المنهج التأهيلي التي يحتاجها ومن ثم المشاركة في وضع مفردات ذلك المنهج وتثبيت مفردات المنهج التأهيلي يتفاعل أعضاء الفريق بشكل متكامل ومنسجم في تنفيذ مفرداتها وتقييم نتائجها واتخاذ التوصيات اللازمة بشأنها " (2) .

يرى (J. L. Micheli) أن التأهيل هو عملية استعمال التمارين العلاجية والأساليب الحديثة للعلاج لإعادة الشخص المصاب للنشاط(3) وتذكر (سميعة خليل) التأهيل " على أنها الاستخدام

(2) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق تدريسها : (القاهرة ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، 1988) ص257.

(1) سميعة خليل ؛ الرياضة العلاجية : (كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ،مطبعة جامعة بغداد، 1990). ص13.

(2) فرقد عطا رؤوف الزبيدي؛ دراسة مقارنة بين منهجين مقترحين لإعادة تأهيل إصابة الأنسجة الرخوة لمفص الكاحل وتأثيرهما في بعض المتغيرات البايوميكانيكية : (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ، 2005) ص29 ، ص30.

(3) Michel . L. J ; Orthopaedics surgery , 5th edition:(USA, Arnold publishing.Inc.1984)p.61.

الصحيح للمبادئ الأساسية للعمل الحسي والحركي التي تعمل في التأثير في قابلية العضلات والأعصاب وذلك باختيار حركات معينة " (4) .

ومن خلال ذلك يعرف الباحث (التأهيل) على إنه مجموعة من الخدمات والمناهج التدريبية التأهيلية والأنشطة المبرمجة تقدم للأفراد أو الرياضيين المصابين لمساعدتهم على إعادة قدراتهم وطاقاتهم ومواهبهم لخلق فرص أفضل لهم في المستقبل كما أن الهدف الرئيس لعملية التأهيل يتجسد في إعداد الفرد وإعادته إلى الأداء الصحيح وممارسته لواجباته كأقرانه من الأسوياء وعليه فإن انسجام المناهج التأهيلية في مواجهة ظروف واحتياجات الفرد ونجاحها في تحقيق الفرص منها سيكون كفيلاً باعتقاد الباحث بإرجاع الفرد لحالته الطبيعية وبأقصر وقت ممكن .

2-2 الدراسة السابقة

2-2-1 دراسة (منيب عبدالله فتحي ، 2012) (1) :-

(دراسة تحليلية لمستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي وعلاقته بالتحصيل العلمي لدى طلبة كلية التربية الرياضية) .

هدف البحث إلى ما يأتي :-

- 1- إعداد استمارة استبيان لقياس مستوى المعرفة العلاجية والتأهيلية لدى عينة البحث .
- 2- التعرف على العلاقة بين مستوى المعرفة العلاجية والتأهيلية ودرجة التحصيل العلمي النهائية لمادة الطب الرياضي ذات العلاقة .

واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة ، اختار الباحث عينة البحث من مجتمع طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل وبالطريقة العمدية وتم اختيار طلبة السنة الدارسية الرابعة للعام الدراسي (2009-2010) وعددهم (135) طالباً وطالبة استبعد منهم (7) طلاب كانوا قد تعرضوا لإجراءات إعادة الاختبار لاستخراج معامل الثبات لاستمارة الاستبيان وجميع أفراد العينة كانوا قد اكتملو دراستهم لمادة الطب الرياضي في السنة الدارسية الثالثة وأصبح لديهم انتقال لأثر التعلم واكتساب المعرفة والمؤكدة باجتيازهم الامتحان النهائي بنجاح، علماً إن طبيعة مفردات هذه المادة تدور حول المعرفة العلاجية والتأهيلية وهما متغيران يهدف البحث قياسهما ، أما وسائل جمع البيانات استخدم الباحث الاستبيان والتحليل وجمع المعلومات كوسيلة لجمع البيانات ، واقتصرت الوسائل الإحصائية على الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و

(4) سميرة خليل محمد ؛ مصدر سبق ذكره ، ص13.

(1) منيب عبدالله فتحي ؛ دراسة تحليلية لمستوى المعرفة العلاجية والتأهيلية وعلاقتها بالتحصيل العلمي لدى طلبة كلية التربية الرياضية : (بحث منشور ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، مجلد 17 ، العدد 57، 2011).

متوسط الانحراف ومستويات التوزيع الطبيعي للعينة و النسبة المئوية و معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

ومن أبرز الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث :

١- وجود اكتساب معرفة علاجية وتأهيلية إيجابي من قبل عينة البحث وبمستويات متفاوتة ما بين المقبول والمتوسط والجيد .

٢- إن أكثر نسبة من العينة في المستوى المتوسط ثم المقبول وإخيراً المستوى الجيد.

٣- إن للمعرفة العلاجية والتأهيلية أثر ايجابي في التحصيل العلمي المتمثل بالدرجة النهائية لمادة الطب الرياضي لدى عينة البحث.

2-2-2 دلالات ومؤشرات من الدراسة السابقة ومدى الاستفادة من الدراسة السابقة:

بعد استعراض الدراسة السابقة حاول الباحث تشخيص عدد من المؤشرات التي يمكن أن تفيد البحث الحالي وخاصةً في الجوانب الإجرائية وسنتناول بعض تلك المؤشرات وكما يلي :

- المنهج :

استخدمت الدراسة السابقة والدراسة الحالية المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والمقارن والارتباطي فقد استخدمت دراسة (منيب عبدالله فتحي ، 2012) أعداد مقياس ، أما الدراسة الحالية فقد استخدمت بناء مقياس .

عينة الدراسة:

تباينت الدراسة السابقة في عينة البحث عن الدراسة الحالية ، فدراسة (منيب عبدالله فتحي ، 2012) أجريت على عينة من طلبة كليات التربية الرياضية لجامعة الموصل ، أما الدراسة الحالية فقد اشتملت على عينة من لاعبي كرة القدم المشاركين في الدوري الكردستاني وللدرجة الممتازة وهذا ما يميز الدراسة الحالية.

حجم العينة:

تباينت الدراسة السابقة بحجم العينة والمرحلة العمرية طبقاً للظروف المتاحة ومتطلبات كل دراسة ووفق المتغيرات في دراسة (منيب عبدالله فتحي ، 2012) فقد بلغ عدد افراد العينة (135) طالبا وطالبة في حين اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في حجم العينة فقد بلغ عدد أفراد العينة الحالية (303) لاعبا وللدرجة الممتازة .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

1-3 منهج البحث.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث ، إذ يعد " أحد المناهج التي تنقضي الحقائق وتستخلص النتائج اللازمة لحل مشاكل في مجتمع معين " (1) .

2-3 مجتمع البحث وعيناته:

بلغ مجتمع البحث (303) لاعباً يمثلون (14) نادياً من لاعبي كرة القدم لاندية الدرجة الممتازة في إقليم كردستان للموسم الرياضي 2017/2016 تم تقسيم مجتمع البحث إلى عينة البناء وتكونت من (192) لاعباً ونسبة (63.36%) من مجتمع البحث إما عينة التطبيق فتكونت من (86) لاعباً ونسبة (28.38%) من مجتمع البحث ، وبالنسبة للعينة الاستطلاعية فقد بلغت (15) لاعبا من الدرجة الممتازة ونسبة (4.95) ، وتم استبعاد (10) لاعباً بسبب (عدم الحضور ، لا يقرأ ولا يكتب) من أندية الدرجة الممتازة وشكلوا نسبة (3.30%) ، والجدول (1) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعيناته ونسبها المئوية.

تفاصيل مجتمع البحث وعيناته	اعداد اللاعبين	النسبة المئوية
عينة البناء	192	63.36
التجربة الاستطلاعية	15	4.95
المستبعدين	10	3.30
عينة التطبيق النهائي	86	28.38
المجموع	303	%100

3-2-1 عينة البناء:

اشتملت عينة البناء على (192) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة المشاركة في الدوري الكردستاني من تاريخ 2017/7/2 ولغاية 2017 / 8/15 وذلك من أجل تحقيق هدف البحث الأول (بناء المقياس)، ولعدم وجود قانون مطلق أوقاعدة عامة تضبط نسب تقسيم عينة البحث على عينة بناء وعينة تطبيق إذ إن هناك عدة تقسيمات مختلفة لعينة البحث بحسب طبيعة البحث والذي تم استخدامه في بعض الدراسات والبحوث السابقة في هذا المجال منها دراسة (يونس، 2012) ودراسة (الجميل، 2005) ودراسة (العبيدي، 2007) إذ ترأّحت نسب تحديد عينة

(1) وجيه محجوب جاسم وآخرون؛ طرق البحث العلمي ومناهجه في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي، 1988) ص51.

البناء فيها بين (40-70 %) ⁽¹⁾ ، واعتمد الباحث نسبة عينة البناء ضمن هذه الحدود وهي (64.29%) .

3-2-2 عينة التطبيق:

اشتملت عينة التطبيق النهائي على (86) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة ، وشكلت عينة التطبيق مامقداره (28.38) من مجموع مجتمع البحث الكلي .

3-3 أدوات البحث:

ويقصد بها " الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الادوات أو البيانات أو عينات أو اجهزة " ⁽²⁾، لذا اعتمد الباحث على الأدوات الآتية:

- المصادر والمراجع العلمية .
- استمارة الاستبيان.

3-4 إجراءات بناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي :

3-4-1 صياغة وجمع فقرات المقياس:

بعد مراجعة الأدبيات السابقة من مراجع الطب الرياضي والإصابات الرياضية والتأهيل أمكن صياغة مجموعة من الفقرات إضافة إلى فقرات أضافها الباحث والمشرف بحكم الخبرة وقد بلغ مجموعة فقرات المقياس بصورتها الأولية (52) فقرة .

3-4-2 تحديد طريقة القياس (الإجابة عن الفقرات):

لقد عمد الباحث في طريقة القياس إلى استخدام طريقة (ليكرت (Lekart) المطور وهو شبيه بأسلوب الاختيار من متعدد ، إذ يقدم للمستجيب فقرات ويطلب منه تحديد اجابته باختيار بديل من عدة بدائل لها أوزان مختلفة، إذ انها إحدى الطرق العلمية المتبعة في بناء المقاييس وذلك للأسباب الآتية ⁽¹⁾ :

- سهولة البناء والتصحيح.
- توفر مقياس أكثر تجانساً.
- تسمح للمستجيب بأن يؤشر درجة أو شدة معرفته.

⁽¹⁾ محمد خير الدين صالح؛ إثر استخدام التدخل السلوكي المعرفي على الاستجابات الانفعالية السلبية ومخاوف الحضور الذاتي لدى لاعبي الاحتياط في كرة القدم: (اطروحة دكتوراه غير منشورة ،جامعة الموصل ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،2016) ص 59.

⁽²⁾ وجيه محبوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002) ص163.

⁽¹⁾ كامل عبود حسين العزاوي؛ بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردية في العراق : (رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ، 2004) ص61.

- تجمع عدداً أكبر من الفقرات ذات الصلة بالظاهرة السلوكية المراد قياسها .
- تساعد الباحث في التأكد من أن الفقرات تقيس شيئاً واحداً.
- تمتعها بصدق وثبات عاليين.

لذا صيغت بدائل الإجابة وفق هذا الطريقة ، إذ يطلب من المستجيب أن يسجل موافقته وعدم موافقته على كل فقرة من خلال اختيار بديل من بدائل الإجابة أمام كل فقرة ، وعليه اقترح الباحث البدائل الاتية (موافق بشدة ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق بشدة) وتحمل أوزان (1، 2، 3، 4، 5) .

3-4-3 ترجمة المقياس:

تمت ترجمة المقياس من اللغة العربية إلى اللغة الكردية في إقليم كردستان العراق من قبل مكتب متخصص في الترجمة القانونية في اللغة الكردية وللتأكد من صلاحية ترجمة المقياس تم عرضها على خبير في اللغة الكردية (**) ، وبناء على ذلك أصبح المقياس صادق من حيث الترجمة .

3-5 الأسس العلمية لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي

3-5-1 الصدق الظاهري للمقياس (صدق المحكمين) .

أشار (ايبل, Eble) إلى أن أفضل طريقة للتأكد من الصدق الظاهري للفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمختصين بتقويم صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها (1) . واستناداً إلى ذلك وبعد صياغة فقرات مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم البالغ عددها (52) فقرة قام الباحث بعرضها على (23) خبيراً ومحكماً (ملحق 5) من المختصين في علم النفس الرياضي والاختبار والقياس وتأهيل الإصابات الرياضية وفلسجة التدريب وقد طلب من الخبراء أن يدرسوا كل فقرة من فقرات المقياس ويدلوا بأرائهم في مدى صلاحيتها في قياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي ، بوضع علامة (√) تحت حقل كلمة تصلح إذا كانت الفقرة صالحة وعلامة (√) تحت حقل لاتصلح إذا كانت الفقرة غير صالحة وذكر أي تعديل يراه الخبير ضرورياً للفقرات تحت حقل تصلح بعد التعديل . أما البدائل فأقترح الباحث (خمسة) بدائل وللحكم على صلاحية الفقرات من وجهة نظر الخبراء والمختصين لاختيار ما يراه مناسباً منهما استخدم الباحث مربع كاي وكذلك النسبة المئوية، وبعد جمع آراء الخبراء والمحكمين اخذ الباحث بالفقرة التي أثبتت صلاحيتها من خلال درجة مربع كاي

(**) ا.د نجم خالد نجم الذين /تدريسي /كلية اللغات /جامعة صلاح الدين .

(1) Eble , R .L.; Essential of Educational Measurement , 2nd Edition:(New york , MC-Hill , 1972). P. 555.

الحسوبة والتي يجب أن تكون أكبر من الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)، والتي بلغت قيمتها (3.84) وكذلك اعتماد نسبة (75%) فأكثر على أنها فقرة صالحة إذا يشير بلوم " أنه يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء بنسبة (75%) فأكثر في مثل هذا النوع من الصديق ⁽²⁾، وبذلك أصبح عدد الفقرات (41) فقرة بعد أن تم استبعاد (11) فقرة وذلك لأن نسبة اتفاق الخبراء عليها كانت (75%)، هذا فضلاً عن التزام الباحث بالتعديلات اللغوية التي اقترحها الخبراء الذين أبدوا موافقتهم على كل التعليمات والمكونات والبدايل الخمسة عليه وكما هو مبين في الجدول (2) .

جدول (2)

نتائج (مربع كا²) لآراء الخبراء حول صلاحية فقرات المقياس

ت	رقم الفقرة	عدد الخبراء	الموافقون	غير الموافون	قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
1	38 ، 34 ، 46	23	23	23	23	3.84	دالة
2	41 ، 40 ، 35 ، 27 ، 21 ، 25 ، 52 ، 50		22	1	19.17		دالة
3	19 ، 17 ، 16 ، 15 ، 8 ، 4 ، 1 ، 51 ، 20		21	2	15.69		دالة
4	36 ، 29 ، 10 ، 6		20	3	12.56		دالة
5	33 ، 23 ، 22 ، 13 ، 12 ، 11 ، 48 ، 45 ، 43 ، 39		19	4	9.78		دالة
6	47 ، 44 ، 42 ، 32 ، 18 ، 14 ، 49		18	5	7.35		دالة
7	3 ، 2		17	6	3.26		غير دالة
8	26 ، 7 ، 5		16	7	3.25		غير دالة
9	24 ، 9		15	8	2.13		غير دالة
10	37 ، 31 ، 30 ، 28		13	10	0.39		غير دالة

قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (1) ونسبة خطأ (0,05) تساوي (3,84).

يبين الجدول (4) الفقرات المقبولة والفقرات المستبعدة وقد توزعت الفقرات على النحو

الآتي:

- الفقرات المقبولة (1 ، 4 ، 6 ، 8 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ، 23 ، 25 ، 27 ، 28 ، 29 ، 32 ، 33 ، 34 ، 35 ، 36 ، 38 ، 39 ، 40 ، 41 ، 42 ، 43 ، 44 ، 45 ، 46 ، 47 ، 48 ، 49 ، 50 ، 51 ، 52).

(2) بلوم (آخرون) ؛ تقييم الطالب التجمعي والتكويني ، ترجمة ، محمد امين مفتي (آخرون) : (القاهرة ، دار ماكجروهيل ، 1983) ص 126

- الفقرات المستبعدة وهي (2، 3، 5، 7، 9، 24، 26، 28، 30، 31، 37).

3-5-2 التجربة الاستطلاعية للمقياس:

إن أفضل طريقة لاستكشاف مدى ملائمة أداة البحث المهمة هو اختبارها قبل تنفيذها حيث ان التجربة الاستطلاعية "تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الأساسية إذ لا يجوز إجراء التجربة الاستطلاعية على أفراد العينة أنفسهم لأنهم سوف يتأثرون بالتدريب في التجربة الاستطلاعية مما يؤثر على نتيجة الاختبار أو القياس (1).

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية على عينة قوامها (15) لاعب من لاعبي نادي كركوك للدرجة الممتازة من غير عينة البحث حيث تم اختيارهم من مجتمع البحث. تم تطبيق التجربة الاستطلاعية بتاريخ 28-29/5/2017.

لجأ الباحث إلى هذا الإجراء للتحقق من:

- مدى وضوح الفقرات ودرجة استجابتهم لها .
- التأكد من مدى وضوح تعليمات المقياس .
- الإجابة عن التساؤلات والاستفسارات ان وجدت .
- تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف الباحث .
- الوقت الذي يستغرقه المستجيب في الإجابة عن المقياس .
- اتخاذ الاجراءات المناسبة من حيث الصياغة اللغوية (العربية والكردية) لإعداد صورة المقياس بحيث يكون ملائماً للاعبين من اجل الإجابة عنه.
- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.

وقد أظهرت نتيجة التجربة الاستطلاعية الآتي :-

- أ- وضوح الفقرات وعدم وجود أي غموض حول فقرات المقياس .
- ب- احتساب الزمن المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس فقد تراوح بين (14-21) دقيقة بمتوسط بلغ (16) دقيقة.
- ج- إعداد صورة لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبي كرة القدم وللدرجة الممتازة ليتم توزيعها على عينة البناء.

3-5-3 صدق بناء المقياس:

بعد ان تم ايجاد الصدق الظاهري كما تم ذكر ذلك ثم ايجاد (الصدق التكويني) ، ويسمى هذا الإجراء بصدق المفهوم والتكويني ، ويقصد به "مدى قياس الاختبار لتكوين فرض أو سمة

(1) وجه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 82.

معينة " وقد تم الكشف عن صدق البناء المفرد (القوة التمييزية لل فقرات) ومعامل الاتساق الداخلي للمقياس ، وتعد هذه الطرائق مؤشرات احصائية لصدق البناء⁽¹⁾ .
وفي أدناه وصف لأساليب التحليل الإحصائي المستخدمة في التحقق من صدق البناء لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي لدى للاعبي كرة القدم للدرجة الممتازة في إقليم كردستان .

3-5-3 أسلوب المجموعتين المتطرفتين :

يعني قدرة الفقرات على التمييز بين الأفراد ذوي المستويات العليا والأفراد ذوي المستويات الدنيا بالنسبة للسمة التي تقيسها الفقرة ، وهذه تعد دليلاً على صدق البناء⁽²⁾ .

ان الهدف من تحليل الفقرات هو التأكد من كفاءتها في تحقيق مبدا الفروق الفردية الذي يقوم عليه المقياس ، فيتم حساب القوة التمييزية لل فقرات لغرض الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة .

وقد اتبع الباحث الخطوات الآتية في حساب القوة التمييزية :

1- تم استخراج درجة كل فقرة ليتم في ضوء ذلك استخراج الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات عينة صدق البناء والبالغة (405) مع إهمال استمارة واحدة لإجراءات التقسيم الى الفردي والزوجي بشكل متساوي.

2- ترتيب الاستمارات تنازلياً على وفق المجموع الكلي لدرجات كل استمارة .

3- تحديد المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا وبواقع (27%) لكل منها ، وبذلك بلغت استمارات المجموعة العليا (109) استمارة وكذلك المجموعة الدنيا (109) استمارة ، إذ " بالإمكان أخذ نسبة (27 %) من الدرجات العليا و (27%) من الدرجات الدنيا "⁽¹⁾ .

4- إيجاد القيم الثنائية لكل فقرة من فقرات المقياس بين المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا ، والجدول (6) يبين ذلك.

(1) مصطفى القمش وآخرون؛ المقياس والتقويم في التربية الخاصة : (عمان ، دار الفكر للطبع والنشر والتوزيع، 2000) ص 135.

(2) رشا دريد حنا ؛ استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في تطبيقات تدفق المعرفة نموذج برمجي لعدد من المجالات في الموصل-: (رسالة ماجستير في نظام المعلومات الادارية غير منشورة ، كلية الادارة والاقتصاد/جامعة الموصل ، 2011) ص 55.

(1) محمد مصطفى العبيسي ؛ التقويم الواقعي في العملية التدريسية : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2010) ص 206

يتبين من الجدول (6) إن قيم (ت) لفقرات المقياس تراوحت بين (0.89-36.37) وبلغ مستوى الدلالة لها (0.000) وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) باستثناء (36، 37، 38، 41) فقرات غير مميزة بلغت مستوى الدلالة لها أعلى من مستوى الدلالة (0.05) مما استدعى حذفها من المقياس كما مبينة في الجدول (4).

الجدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة وقيم مستوى الدلالة لمجموعتي العليا والدنيا

الدلالة	قيمة الدلالة	قيم (ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا = 109		المجموعة العليا = 109		
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ت
معنوي	0.000	4,43	1,14	2,59	0,87	4,11	1
معنوي	0.000	9.11	0.67	2.65	0.25	4.33	2
معنوي	0.000	4,02	0,83	2,38	0,83	3,64	3
معنوي	0.000	4,43	1,14	2,59	0,87	4,11	4
معنوي	0.000	9.37	0.55	2.25	0.75	3.77	5
معنوي	0.000	11.45	0.97	2.23	0.99	3.78	6
معنوي	0.000	6.86	0.84	2.69	0.68	3.41	7
معنوي	0.000	5,20	1,14	2,37	0,95	3,58	8
معنوي	0.000	3,89	1,19	2,54	0,70	4,40	9
معنوي	0.000	5,72	0,96	2,61	0,91	4,69	10
معنوي	0.000	17.31	0.487	1.36	0.876	3.98	11
معنوي	0.000	27.84	0.49	1.64	0.50	4.57	12
معنوي	0.000	6,06	1,10	2,47	0,98	4,53	13
معنوي	0.000	5,20	1,14	2,37	0,95	3,58	14
معنوي	0.000	9.37	0.55	2.25	0.75	3.77	15
معنوي	0.000	11.45	0.97	2.23	0.99	3.78	16
معنوي	0.000	18.55	0.34	2.34	0.38	3.90	17
معنوي	0.000	17.78	0.57	2.79	0.68	3.79	18
معنوي	0.000	9.37	0.55	2.25	0.75	3.77	19
معنوي	0.000	27.97	0.451	1.73	0.501	4.57	20
معنوي	0.000	36.37	0.506	1.50	0.347	4.46	21
معنوي	0.000	43.86	0.479	1.34	0.26	4.93	22
معنوي	0.000	35.36	0.49	1.39	0.41	4.80	23
معنوي	0.000	27.84	0.49	1.64	0.50	4.57	24
معنوي	0.000	29.50	0.69	1.73	0.21	4.95	25
معنوي	0.000	28.30	0.51	1.50	0.50	4.55	26
معنوي	0.000	22.28	0.62	2.11	0.48	4.70	27
معنوي	0.000	25.59	0.78	2.00	0.00	5.00	28
معنوي	0.000	4,23	1,04	3,12	0,85	4,78	29
معنوي	0.000	2,51	0,92	2,42	1,11	3,87	30
معنوي	0.000	31.87	0.50	1.43	0.46	4.70	31
معنوي	0.000	24.30	0.47	1.68	0.51	4.57	32
معنوي	0.000	19.22	0.73	1.93	0.51	4.50	33
معنوي	0.000	30.94	0.49	1.61	0.45	4.73	34

معنوي	0.000	34.92	0.41	1.20	0.49	4.59	35
حذفت بالتميز	0.081	1,54 ^(*)	1,12	3,39	1,22	4,13	36
حذفت بالتميز	0.093	1,82 ^(*)	1,14	3,73	1,31	4,30	37
حذفت بالتميز	0.530	0,89 ^(*)	1.08	3,58	1,14	4,25	38
معنوي	0.000	11.58	0.84	2.69	0.28	3.91	39
معنوي	0.000	17.78	0.57	2.79	0.68	3.79	40
حذفت بالتميز	0.201	0,95 ^(*)	1,28	3,68	0,80	4,23	41

(*) فقرة ضعيفة التمييز

من الجدول (4) يتبين إن هناك (4) فقرات ذات التسلسل (36، 37، 38، 41) هي فقرات ضعيفة التمييز لأن قيمة مستوى الدلالة المعنوية لها أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبذلك استبعدت من المقياس.

3-5-2 الاتساق الداخلي:

يشير معامل الاتساق الداخلي إلى مدى تجانس الفقرات في قياسها للصفة ، إذ يعد المجموع الكلي للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية من خلال ارتباطها بدرجات اللاعبين على الفقرات ، ومن ثم فإن ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني إن الفقرة تقيس نفس المفهوم الذي تقيسه الدرجة الكلية ⁽¹⁾ .

وبعد استبعاد الفقرات غير المميزة من المقياس اعتمد الباحث في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط البسيط (بيرسون) يبين درجات كل فقرة والدرجة الكلية، والجدول (7) يبين ذلك.

جدول (5)

يبين معامل الارتباط بين درجة كل فقرة بالمجموع الكلي لعينة البناء لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة*
1	.635**	معنوي	22	.683**	معنوي
2	.542**	معنوي	23	.600**	معنوي
3	.620**	معنوي	24	.646**	معنوي
4	.656**	معنوي	25	.665**	معنوي
5	.610**	معنوي	26	.632**	معنوي

(1) اميرة حنا ؛ بناء وتعتين مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد : (اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2001) ص5.

(*) قيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة حرية (403) ومستوى الدلالة (0.05) = (0.098) ومستوى دلالة (0.01) = (0.128).

معنوي	.643**	27	معنوي	.652**	6
معنوي	.677**	28	معنوي	.700**	7
معنوي	.710**	29	معنوي	.700**	8
معنوي	.694**	30	معنوي	.653**	9
معنوي	.720**	31	معنوي	.681**	10
معنوي	.671**	32	معنوي	.700**	11
معنوي	.658**	33	غير معنوي	.092	12
معنوي	.652**	34	معنوي	.575**	13
معنوي	.674**	35	معنوي	.606**	14
----	----	36	معنوي	.605**	15
----	----	37	معنوي	.559**	16
----	----	38	معنوي	.667**	17
غير معنوي	.087	39	معنوي	.687**	18
معنوي	.721**	40	معنوي	.625**	19
----	----	41	معنوي	.677**	20
			غير معنوي	.095	21

من الجدول (7) يتبين إن الفقرات الدالة إحصائياً هي (34) فقرة وقد حصلت (3) فقرات على قيمة معامل الارتباط فيها أقل من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.098) وبذلك استقر المقياس بصورة النهائية عند (34) فقرة الملحق (4) على لأن معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية أكبر من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (403).

3-5-4 ثبات المقياس:

يُعد ثبات الاختبار أحد المؤشرات المهمة لاتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه بدرجة مقبولة من الدقة⁽¹⁾ ، كما إن ثبات الاختبار يعني " دقة المقياس في الملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات على سلوك الفرد ، وهناك عدة طرائق لحساب ثبات الاختبار ومن هذه الطرائق هي:

3-5-4-1 طريقة التجزئة النصفية:

وهي من أكثر طرائق الثبات استخداماً لأنها تتلافى عيوب بعض الطرائق كطريقة إعادة الاختبار وتتميز هذه الطريقة بأقتصادها بالجهد والوقت، كما إن طريقة التجزئة النصفية تقيس التجانس الداخلي لفقرات المقياس إذ إن تجانس الفقرات "يدل على مدى اتساق أداء المفحوصين على جميع الفقرات التي يتكون منها المقياس"⁽²⁾ ، وهناك عدة طرائق لتجزئة الاختبار، فقد يستخدم النصف الأول من الاختبار في مقابل النصف الثاني أو قد تستخدم طريقة الدرجات الفردية في مقابل الدرجات الزوجية وقد استخدم الباحث في إيجاد الثبات على جميع الفقرات

(1) احمد سليمان وآخرون؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية : (الاردين، دار الامل، 1993) ص235.

(2) صفوت فرج ؛ القياس النفسي : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، 2007) ص314.

والعلاقة بين الدرجات الفردية والزوجية، من خلال الاعتماد على بيانات عينة التجربة الأساسية والبالغة (405) استمارة (*) إذ قسمت فقرات مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي إلى نصفين وتم استخراج معامل الثبات بين مجموع درجات النصفين (الفقرات الفردية والفقرات الزوجية) ثم أُستخرج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين بطريقة (بيرسون) من القيم الخام، وقد بلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.85) إلا إن هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار ، لذلك يتعين تعديل معامل الثبات أو تصحيحه حتى نحصل على معامل ثبات الاختبار ككل ، وعليه استخدم الباحث معادلة (سبيرمان _ براون) (**) لتصحيح معامل الارتباط ، وبعد التصحيح أصبح معامل الثبات (0.92) وهو معامل ثبات عال ، ويمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار .

3-5-4-2 معامل ألفا كرونباخ:

إن هذا النوع من الثبات يدعى التجانس الداخلي ويُعد من أكثر معاملات الثبات شيوعاً وأكثرها ملاءمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج ويشير إلى " قوة الارتباطات بين الفقرات في المقياس " (1)، إن فكرة هذه الطريقة تعتمد على مدى ارتباط الفقرات مع بعضها البعض داخل المقياس كذلك تعتمد على ارتباط كل فقرة مع المقياس ككل (2).

ولحساب الثبات بهذه الطريقة لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي اعتمد الباحث على عينة بناء المقياس والبالغة (405) لاعب، وعند حساب قيمة معامل الثبات اتضح إنها تبلغ (0.89) وهو معامل ثبات جيد ومقبول ويمكن الاعتماد عليه .

3-6 وصف المقياس بصورته النهائية :

بعد أن أكمل الباحث المعاملات العلمية اللازمة لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي من خلال الإجراءات السابقة ، أصبح المقياس جاهزاً بفقراته البالغة (34) فقرة) التي كُتبت بشكل مجتمع بدون ذكر اسم المحاور ، وقد حددت أمام كل فقرة (موافق بشدة ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق بشدة) وتحمل أوزان (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي للعبارات ، وترأوت الدرجة الكلية للمقياس ما بين أقل درجة وأعلى درجة (34-170) بمتوسط فرضي بلغ (102) ويشير هذا الى انه كلما ارتفعت درجة المجيب على المقياس كأنه يشير إلى وجود الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي لدى لاعبي كرة القدم للدرجة الممتازة

(*) تم اعتماد (404) استمارة وذلك لتقسيم المقياس بشكل متساوي الى فقرات زوجية وفردية.

(1) احمد سلمان عودة وقتحي حسن ملكاوي؛ اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية: (عمان، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، 1987) ص 161.

(2) اميرة حنا؛ المصدر السابق، ص 78

(**) معادلة سبيرمان - براون = $(2 \times \text{معامل نصف الثبات}) \div (1 + \text{معامل نصف الثبات})$.

في إقليم كردستان ، وكلما انخفضت درجة المجيب فإنه يشير إلى انخفاض الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي لدى لاعبي كرة القدم للدرجة الممتازة في إقليم كردستان ، وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية (باللغتين العربية والكردية) جاهزا للتطبيق على عينة الدراسة ، كما في الملحقين (6،7) .

3-7 التطبيق النهائي لمقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي (التجربة الميدانية الرئيسية)

تم تطبيق مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي على عينة التطبيق البالغة (86) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتاريخ (26/8/2017) ولغاية (10/9/2017) وشكلت عينة التطبيق مأمقاره (28.38) من مجموع مجتمع البحث الكلي.

3-8 الوسائل الإحصائية :

تحقيقاً لأغراض البحث الحالي استخدم الباحث الوسائل الإحصائية والتي تم حسابها باستخدام برنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) وهي :

1. معادلة مربع كاي (χ^2) لعينة واحدة - Square one sample test Chi : لمعرفة دلالة الفروق في عدد الخبراء الذين وافقوا على مجالات وفقرات المقياس والذين لم يوافقوا عليها.
2. الوسط الحسابي Mean : لمعرفة متوسط القيم.
3. الانحراف المعياري Standard Deviation : لمعرفة مدى تشتت القيم عن وسطها.
4. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين t.test for independent sample : لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس.
5. معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient : لحساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس split-half
6. معامل الفاكرونباخ Alpha Cronbach Formula : لحساب ثبات درجات المقياس .
7. الاختبار التائي لعينة واحدة One sample t.test : للتعرف على دلالة الفروق بين المتوسطات لحساب صدق التميز لفقرات المقياس .
8. النسبة المئوية.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

4-1 بناء مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة.

تم تحقيق هذا الهدف من خلال بناء المقياس والذي استوفى الشروط اللازمة لهذا النوع وكما موضح بشكل تفصيلي في الباب الثالث من هذا البحث ويعد هذا المقياس احد الأدوات المهمة والمكملة لتحقيق أهداف البحث الأخرى.

2-4 عرض نتائج الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي لدى لاعبي كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة وتحليلها.

الجدول (6)

نتائج اختبار (ت) للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين للدرجة الممتازة

مستوى الدلالة عند 0.05	قيمة (ت)		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
معنوي	1.99	16.13	102	21.33	139.10	86

يتبين من الجدول (6) القيم الإحصائية للعينة من لاعبي الدرجة الممتازة في مقياس الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي وبعد تطبيق المقياس بصيغته النهائية على عينة التطبيق من لاعبي الدرجة الممتازة والبالغة عددهم (86) لاعباً ، وتحليل استجابات اللاعبين في ضوء بدائل الإجابة تبين إن المتوسط الحسابي يساوي (139.10) بإنحراف معياري (21.33) درجة ، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (102) درجة باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة تبين إن قيمة (ت) المحسوبة (16.13) هي أكبر من الدرجة الجدولية (1.99)، وهو معنوي عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (85) وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي، وهذه النتيجة تشير إلى إن اللاعبين لديهم ارتفاع في مستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي .

3-4 مناقشة النتائج:

و في ضوء النتائج المعروضة في الجدول (6) والخاص بنتائج اختبار (ت) للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين الدرجة الممتازة ظهر لنا وجود فروق معنوية بين لاعبي الدرجة الممتازة في الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي ، ويعزو الباحث السبب إلى امتلاك اللاعبين المعلومات الخاصة بالطرق العلاجية والتأهيلية والمأمهم بها وهذا يتفق مع ما ذكرته سميرة خليل إن المعلومات لدى الرياضيين حول كيفية تطوير الوسائل الوقائية لديهم تعمل على تجنب الإصابات وكذلك الإلمام بالطرق العلاجية الصحيحة عند الإصابة مما يقلل من مدة غياب اللاعب عن النشاط الرياضي الممارس⁽²⁾، فضلاً عن ذلك فإن لعبة كرة القدم من الألعاب التي يعتمد فيها

(2) سميرة خليل ؛ مصدر سبق ذكره ، ص7.

نجاح اللاعب على الجانب النظري والعملية إذ إن تزويد اللاعب بالمعارف والمعلومات المطلوبة في الجانب العلاجي والتأهيلي له دور في وقاية اللاعب من التعرض للإصابة إذ يؤكد (محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم، 1988) "إن النجاح الحقيقي للرياضي يكمن في الجمع بين الممارسة للنشاط والمعرفة وأنه من الضروري أن يلم كل رياضي بالمعلومات الرياضية التي تخص اللعبة [ومن هنا الجانب العلاجي والتأهيلي] التي يمارسها فليس من المعقول إن يمارس الفرد النشاط وبنقّة دون ذخيرة من المعارف تساعد على ذلك وقد يكون الجانب المعرفي البعد الحاسم بين فرد وآخر" (3).

5- الاستنتاجات:

5-1 الاستنتاجات :

1. استخدام المقياس للكشف عن مستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي للاعبين كرة القدم في إقليم كردستان للدرجة الممتازة .
2. توضح من خلال استخدام المقياس إن لاعبي الدرجة الممتازة يمتلكون الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي.

المراجع العربية

- احمد سلمان عودة وفتحي حسن ملكاوي؛ اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية: (عمان، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، 1987).
- احمد سليمان واخرون؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية: (الاردن، دار الامل، 1993).
- اميرة حنا ؛ بناء وتقييم مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد : (اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2001)
- بلوم (واخرون) ؛ تقييم الطالب التجمعي والتكويني ، ترجمة ، محمد امين مفتي (واخرون) : (القاهرة ، دار ماكجروهيل ، 1983) .
- حازم النهار (واخرون)؛ الرياضة والصحة في حياتنا: (عمان ، دار اليازوري العلمية، 2010).
- زكريا محمد الظاهر واخرون ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية : (عمان ، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، 1999).
- رشا دريد حنا ؛ استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في تطبيقات تدفق المعرفة نموذج برمجي لعدد من المجالات في الموصل: (رسالة ماجستير في نظام المعلومات الادارية غير منشورة ، كلية الادارة والاقتصاد / جامعة الموصل ، 2011).

(3) محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم؛ مصدر سبق ذكره ، ص 257.

- سميرة خليل ؛ الرياضة العلاجية : (كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ،مطبعة جامعة بغداد 1990).
- صفوت فرج؛ القياس النفسي ، (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، 2007).
- عبد الفتاح التباع رمضان؛ اهم الاصابات الرياضية وطرق علاجها:(الشام، دار طارق بن زياد،2000).
- فرقد عطا رؤوف الزبيدي؛ دراسة مقارنة بين منهجين مقترحين لإعادة تأهيل إصابة الأنسجة الرخوة لمفص الكاحل وتأثيرهما في بعض المتغيرات البايوميكانيكية : (اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ، 2005).
- قحطان فاضل محمد العزاوي ؛ تأثير منهج (معرفي ، بدني) في تطوير المعرفة القانونية وبعض القدرات البدنية وعلاقتها بدقة القرارات لحكام الدرجة الثانية بكرة اليد : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، 2013) .
- كامل عبود حسين ؛بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الاولى لبعض اللاعبين الفردية في العراق:(رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد ، 2004).
- محمد خير الدين صالح ؛ اثر استخدام التدخل السلوكي المعرفي على الاستجابات الانفعالية السلبية ومخاوف الحضور الذاتي لدى لاعبي الاحتياط في كرة القدم:(اطروحة دكتوراه غير منشورة ،جامعة الموصل ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،2016).
- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي: (القاهرة ، دار المعارف ،1998).
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق تدريسها : (القاهرة ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، 1988).
- محمد مصطفى العبسي ؛التقويم الواقعي في العملية التدريسية : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،2010).
- مصطفى القمش وآخرون ؛القياس والتقويم في التربية الخاصة : (عمان ، دار الفكر للطبع والنشر والتوزيع،2000).
- منيب عبدالله فتحي ؛ دراسة تحليلية لمستوى الثقافة الشخصية للإصابات الرياضية والتأهيل الحركي وعلاقتها بالتحصيل العلمي لدى طلبة كلية التربية الرياضية : (بحث منشور، مجلة الراصد للعلوم الرياضية ،مجلد 17 ،العدد57، 2011).
- وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه:(بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002
- وجيه محجوب جاسم وآخرون؛ طرق البحث العلمي ومناهجه في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1988) .
- Eble , R .L.; **Essential of Educational Measurement** , 2nd Edition: (New york , MC– Hill , 1972).
- Michel . L. J ; **Orthopaedics surgery** , 5th edition:(USA, Arnold publishing.Inc.1984).

المستخلص

بناء بطارية لتقييم اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت
سحر ابراهيم علي
أ.د عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي

للياقة البدنية ارتباطاً وثيقاً بالنشاط الرياضي ترويحياً كان أم تنافسياً مثلما لها ارتباط وثيق بالجانب الصحي للفرد ممارساً كان أم غير ممارس للنشاط الرياضي لذا فإن هذا البحث سيتناول توفير عدد من الوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت للاسترشاد فيها في وضع البرامج التدريبية الخاصة بالنشاط الرياضي التنافسي والترويحي.

يهدف البحث إلى:

- بناء بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.
- وضع المعايير والمستويات خاصة بوحدة بطارية اللياقة البدنية المستخلصة لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

أما إجراءات البحث فقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته وطبيعة مشكلة البحث، وقد أجرى الباحثان تجربتين استطلاعتين مختلفتين الأغراض شملت عينات البحث على (عينة التجربة الاستطلاعية الأولى وعددها 15 طالبات، عينة التجربة الاستطلاعية الثانية وعددها 30 طالبة، وعينة البناء العاملي وعددها 300 طالبة، وعينة التقنين وعددها 500 طالبة) جميع العينات اختيرت بالأسلوب الطبقي العشوائي، تم جمع البيانات بالاعتماد على (24) اختباراً بدنياً بعد أخذ آراء السادة ذوي الاختصاص وترشيحها للتحليل العاملي وشملت الاختبارات البدنية ما يلي:

(ركض (20م، 30م، 25م)، ثني الجذع من الوقوف، ثني الجذع أماماً من الجلوس الطويل، رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة، رمي الكرة الطبية زنة (1كغم، 2كغم، 3كغم)، الوثب الطويل، القفز العمودي، الجري المكوكي، الجري المتعرج، الجري الإرتدادي الجانبي، الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 30ثا، الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30ثا، رفع الرجلين من الاستلقاء 30 ثا، الجلوس والنهوض والذراعان خلف الرقبة 30ثا، ركض مشي (300م حول مربع، 400م حول مربع، 540م حول مربع، الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 10ثا، الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 10ثا، رفع الرجلين من الإستلقاء 10ثا).

استعملت الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية:

النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، المنوال، معامل الالتواء، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، الدرجة المعيارية $\delta-6$ ، التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية باستخدام التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين لكايذر.

وقد أجرت الباحثان التحليل العاملي للمصفوفات الارتباطات البينية بين المتغيرات (البدنية) بوصفها حلاً ثم لجأت الباحثان إلى التدوير المتعامد.

خلص التحليل العاملي للاختبارات البدنية إلى (10) عوامل تم قبول (6) منها.

وتوصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:

1- التحليل العاملي باستخدام التدوير المتعامد الذي تم إجرائه على (24) اختباراً بدنياً خلص إلى (10 عوامل) تم قبول (6) منها على ضوء شروط قبول العوامل.

2- العوامل التي تم التوصل لها ووحداتها (اختباراتها) المرشحة عنها والتي تمثل أعلى التشبعات عليها وهي:

رقم العامل	اسم العامل	الاختبار المرشح لها
العامل الأول	مرونة أجزاء الجسم	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة
العامل الثاني	سرعة الانتقال بأسرع وقت	ركض 25م
العامل الثالث	القوة الانفجارية للأطراف العليا	رمي كرة طبية 3كغم
العامل الرابع	التحمل العضلي	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا

العامل الخامس	التحمل الدوري والتنفسي	ركض - مشي 300م حول مربع
العامل السادس	الرشاقة العامة	الركض الارتدادي الجانبي

3- عوامل الوحدات الست المرشحة عن العوامل تعد اختبارات نفية، إذ إن تشبعاتها كل العوامل الأخرى هي صفرية أو قريبة من الصفر، ويؤكد ذلك انخفاض الارتباطات البينية بينها.

وقد أوصى الباحثان بما يلي:

- 1- اعتماد الوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية بمعاييرها ومستوياتها.
- 2- اعتماد المستويات المعيارية والدرجات المعيارية التي تم التوصل إليها عند تقويم عناصر اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة.

Abstract

"Building a battery to assess fitness for middle school students in Tikrit"

The researchers

Sahar Ibrahim Ali

Dr.prof. Abdel Moneim Ahmed

Fitness is closely related to sports activity recreational or competitive as it is closely related to the health aspect of the individual practitioner or non-practitioner of sports activity, so this research will address the provision of a number of units nominated for the fitness battery for middle school students in the city of Tikrit to guide the development of training programs Of competitive and recreational sports activity.

The research aims to:

- Building a fitness battery for middle school students in Tikrit.
- Setting standards and standards for battery units for the middle school students in Tikrit.

The researchers used the descriptive approach in the method of correlative relations to suit the nature of the research problem. The researchers conducted two different experiments. The research samples included (sample of the first pilot experiment, 15 students, the sample of the second exploratory experiment, 30 female students, All the samples were randomly selected. The data were collected based on (24) physical tests after taking the opinions of the competent specialists and their nomination for the global analysis. The physical tests included the following:

(1 kg, 2 kg, 3 kg), long jump, vertical jump, shuttle run, running (20m, 30m, 25m), bend the trunk of the stand, bend the trunk in front of the long sitting, lift the chin and arms behind the neck Sitting from the back of the position of bending the two men 30 tha, sitting from the back of the position of the two legs 30 tha, lifting the two legs from lying 30 tha, sitting and advancing and the arms behind the neck 30 tha, ran walk (300 m around square, 400 m around square, 540 m Around the box, sit down from the supine position of the D-legs 10 tha, sit out of the supine position of bending the two men 10 tha, lift the two legs of lying 10 tha).

The researchers used the following statistical means:

Standard, standard deviation, variance, torsion, simple correlation (Pearson), standard--6, fundamental analysis of the basic components using orthogonal rotation in a way to maximize the variation of Keizer.

The researchers analyzed the matrix of correlations between variables (physical) as a solution and then resorted to the researchers to rotate orthogonal.

The physical analysis of physical tests concluded that (10) factors were accepted (6).

The researchers reached the following conclusions:

1. The orthogonal analysis using orthogonal rotation, which was conducted on (24) physical tests concluded (10 factors) were accepted (6) of them in light of the conditions of acceptance of factors.

2 - The factors that have been reached and the units (tests) nominated, which represent the highest implications on them:

The worker number is the name of the candidate test agent

The first factor elastic body parts lift the chin and the arms behind the neck

The second factor is the speed of moving as quickly as 25 m

The third factor explosive force of the upper limbs throw a medical ball 3 kg

Factor IV Muscular Endurance Sit from the supine position of D-knees 30 tha

Factor V periodic and respiratory endurance ran - 300 m walk around the square

Factor 6 General agility

3. The factors of the six factor-nominated units are pure tests, as their determinants are all zero or close to zero, and this is confirmed by the low inter-linkages between them.

The researchers recommended the following:

1 - The adoption of units nominated for the battery fitness standards and levels.

2. Adopting the standard levels and benchmarks reached when evaluating the fitness components of middle school students.

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن التربية وبمختلف فروعها ومنها التربية الرياضية من الأمور المهمة التي دأبت الدول التي تحاول أن ترتقي بشعوبها إلى مراحل متقدمة من الحضارة، أن تهتم بها بشكل سليم من حيث التخطيط والتنفيذ للبرامج الخاصة بذلك والمرحلة المتوسطة من المراحل الدراسية التي تعقب مرحلة التعليم الأولى (المرحلة الابتدائية) في العراق والتي يتأسس عليها الكثير من الأمور كونها بداية الإدراك الصحيح للأمور وبداية مرحلة جديدة من النمو ألا وهي مرحلة المراهقة لذا كان لزاماً على العاملين في مجال التربية والتعليم العمل على البحث والتقصي عن كل ما من شأنه أن يعمل على زيادة الاهتمام بهذه المرحلة نظراً لأن النشاط الرياضي وبمختلف أنواعه أخذ يمارس من قبل الإناث (الطالبات) إسوة بالذكور (الطلاب) وإن عماد هذا النشاط هو الجانب البدني الذي يتمثل باللياقة البدنية والتي أصبحت أحد الأهداف التي يسعى مدرس التربية الرياضية إلى تحقيقها كونها أحد أهم مكونات اللياقة الشاملة إذ إن "اللياقة البدنية كمظهر من مظاهر اللياقة الكاملة يجب أن توضع في المكان اللائق باعتبارها هي وسيلة وليست غاية في حد ذاتها"⁽¹⁾، واللياقة البدنية من الأمور التي يجب أن تتوفر ولو بدرجات متفاوتة عند هذه الشريحة من المجتمع نظراً لارتباطها

(¹) إبراهيم أحمد سلامة؛ المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية: (القاهرة، منشأة دار المعارف، 2000) ص21.

بنواحي الحياة المختلفة وارتباطها بالجانب المهاري هذا من جهة ومن جهة ثانية لإرتباطها بالجانب الصحي إذ إن "صحة البدن تنعكس من خلال ما يمتلكه الشخص من لياقة بدنية ولو بجزء يسير"، ويستخدم مصطلح اللياقة البدنية للدلالة على الحالة الصحية والوظيفية للفرد في أداء عمل معين⁽¹⁾.

إن أي فرد يحتاج اللياقة البدنية بشكل أساسي فيما يخص الممارسة الرياضية ويحتاج الطالب الممارس للنشاط الرياضي هذه اللياقة من أجل إنجاح هذه الممارسة⁽²⁾. كما أن قياس اللياقة البدنية للطلّابات تساعدنا على تطوير اتجاههم نحو درس التربية الرياضية وتوجههم نحو ممارسة النشاط الرياضي الذي يخدم اتجاهاتهن وميولهن، كما أن قياس اللياقة البدنية للطلّابات يساعدن على تطوير اتجاهن الإيجابي نحو نمو أجسامهن وأيضاً يمكنه من تحقيق أدراكهن الذاتي نحو حالتهم البدنية⁽³⁾.

لذا دعت الحاجة من قبل مدرس التربية الرياضية والمهتمين بالرياضة المدرسية إلى تقويم اللياقة البدنية تقويماً كمياً وموضوعياً وهذا يأتي من خلال توفر وسائل قياس (اختبارات بدنية) وجمعها وتلخيصها في بطارية اختبار لكي توضح لنا الدور الذي تلعبه هذه الوسائل لذا فإن أهمية البحث تبرز من خلال الآتي:

- الحاجة إلى توفير وسيلة قياس وتقويم لتوضيح الدور الذي تلعبه الجوانب البدنية لطلّابات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت من خلال إيجاد بطارية لياقة بدنية لهذه الفئة العمرية نظراً لعدم توفرها.
- بناء معايير ومستويات لبطارية اللياقة البدنية لطلّابات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.
- من خلال هذا تأمل الباحثان بالتوصل إلى نتائج تخدم هذه الفئة المهمة من المجتمع.

2-1 مشكلة البحث

من خلال إطلاع الباحثة على الأدبيات الخاصة بموضوع دراستها وجدت الدراسة واحدة تناولت هذه الفئة العمرية فهي دراسة (النعمي، 2002)⁽⁴⁾ والتي تناولت الجانب البدني لهذه الفئة العمرية في مدينة الموصل وانطلاقاً من أن لكل مجتمع معايير خاصة التي تميزه عن المجتمع الآخر والذي يختلف قطعاً في مميزاته البدنية لذا تبرز مشكلة البحث بعدم وجود وسيلة قياس للياقة البدنية لطلّابات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت هذا من جهة ومن جهة ثانية هل يمكن أن تتوفر لدينا بطارية اختبارات بدنية لهذه الفئة بالإضافة إلى المعايير والمستويات المشتقة من هذه البطارية.

وهذا ما سوف يأخذه الباحثان على عاتقهم بالبحث والدراسة.

3-1 أهداف البحث

- بناء بطارية اللياقة البدنية لطلّابات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.
- وضع المعايير والمستويات خاصة بوحدات بطارية اللياقة البدنية المستخلصة لطلّابات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1 مجالات البحث

(1) هويدا عبدالحميد اسماعيل؛ دراسة عاملية لخصائص النمو والتكوين الجسمي والقدرات البدنية كمدخل لانتقاء الموهوبين رياضياً في المرحلة السنية (6-12) سنة في بعض الأنشطة الجماعية ، بحث منشور، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 26، ج 1، يناير 2011، ص 440.

(2) سلام شكور حميد الزهاوي؛ مؤشرات التكوين الجسمي ومساهمتها ببعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب المدارس المتوسطة بأعمار (13-15) سنة في قضاء الطوز، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة تكريت، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2015) ص 38.

(3) مصطفى السايح محمد وصالح أنس محمد؛ اختبار الأوربي للياقة البدنية (بورفيس) : (الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2009) ص 341.

(4) غيداء سالم عزيز علاوي النعمي؛ بناء بطارية عاملية لاختبارات اللياقة البدنية ومؤشرات النمو الجسمي لطلّابات المرحلة المتوسطة في مدينة الموصل، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002).

- **المجال البشري:** طالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.
- **المجال الزماني:** للمدة من 2017/4/2 ولغاية 2017/9/28.
- **المجال المكاني:** ساحات وغرف المدارس المتوسطة والثانوية في مدينة تكريت.

1-5 تحديد المصطلحات

- **بطارية الاختبار:** "هي مجموعة من الاختبارات المقننة على الأشخاص أنفسهم ومعاييرها مشتقة تسمح بالمقارنة أو هي اختباران أو أكثر أعطيا للأشخاص أنفسهم سواء قننا أو لم يقننا معاً"⁽¹⁾.
- **بطارية الاختبار (إجرائياً):** هي مجموعة من الاختبارات المقننة التي يتم تطبيقها على طالبات المدارس المتوسطة بقصد الحصول على مجموعة من الوحدات المرشحة عن هذه البطارية.

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 بطارية الاختبار:

شائع استخدام مصطلح (بطارية الاختبار) كثيراً في دراسات التربية الرياضية وتناول عدد كبير من الباحثين هذا المصطلح بالبحث والدراسة، وإننا نشق بطارية الاختبار عندما يكون لدينا صفات معقدة يمكن أن نطلق عليها مصطلح الصفة العامة (العامل العام) والتي يمكن أن يتم تحليلها إلى مكونات أولية أقل تركيباً وذلك للتمكن من قياسها بشكل دقيق⁽²⁾. إن عملية بناء بطارية الاختبار يركز على ناحيتين هما⁽³⁾، أولاً: خطوات بناء وحدات الاختبار وهذه الخطوة لها شروط وقواعد تنتهي بعملية التقنين، ثانياً: كيفية الربط بين وحدات الاختبار المختلفة في هيئة بطارية الاختبار. وإن عملية الربط هذه تحتاج إلى توفر مجموعة من الشروط والتي من الواجب مراعاتها وهي⁽⁴⁾:

- أن تتضمن أقل عدد ممكن من الوحدات ويفضل أن يقرب هذا العدد من (3-5) وحدات فقط.
- أن تكون معاملات الارتباط الداخلية بين الوحدات أقل ما يمكن من معاملات الارتباط المحسوبة بين الوحدات التجريبية المختلفة.
- أن تحصل كل وحدة من وحداتها على معامل ارتباط مع المحك وهذا يمكن أن نجده في البناء البسيط للعوامل.

ويبرز التحليل العاملي بوصفه أحد الأساليب الرياضية الهامة والذي يستخدم في تناول بيانات متعددة ارتبطت فيما بينها بدرجات مختلفة من الارتباط ليتم تخليصها إلى تصنيفات مستقلة قائمة على أسس نوعية للتصنيف والذي يقوم الباحث وفق ذلك بدوره بفحص هذه الأسس التصنيفية والتعرف على الخصائص المشتركة فيما بينها وفقاً للاطار النظري والمنطق العملي الذي بدأ به⁽⁵⁾.

(1) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط5، ج1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003) ص358.

(2) مجيد خدا يخش؛ بناء بطاريتي اختبارات بدنية ومهارية في خماسي كرة القدم للاعبين فرق المدارس الابتدائية بأعمار (9-12) سنة، ط1: (عمان، دار غيداء للنشر والتوزيع، 2011) ص34.

(3) ريسان مجيد خريبط وثائر داود سلمان؛ طرق تصميم وبناء بطاريات الاختبارات والقياس في التربية الرياضية: (جامعة البصرة، دار الحكمة، 1992) ص332.

(4) محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2008) ص319-320.

(5) ثائر داود سلمان؛ التحليل العاملي الاستكشافي: (النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2015) ص30.

وإن أهمية بطارية الاختبار تكمن في⁽¹⁾: تحليل قدرات الفرد وتشخيصه، والتعرف على المستوى الراهن، وإيجاد الدرجات المعيارية والمستويات.

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملائمته وطبيعة الدراسة إذ يهتم هذا الأسلوب بـ "محاولة تحديد العلاقة بين متغيرين قابلين للقياس أو أكثر من متغيرين ودرجة هذه العلاقة"⁽²⁾.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد مجتمع البحث بطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت بعد أن إستعان الباحثان بالإحصائيات الموجودة في قسم تربية تكريت – مديرية محافظة تربية صلاح الدين والبالغ عددهن (3428) طالبة مثلت المدارس المتوسطة والثانوية في هذه المدينة بعد استبعادها للمدارس التي لا يوجد فيها صف ثالث متوسط وهي (ثانوية المتميزات ومتوسطة الديوم التكميلية) والجدول (1) يبين أسماء المدارس وأعداد الطالبات في كل صف دراسي.

الجدول (1)

مجتمع البحث الكلي

ت	المرسة	الصف			المجموع	النسبة المئوية
		الأول	الثاني	الثالث		
1	ثانوية البارودي	195	102	105	402	11,72%
2	أم المؤمنين	165	141	145	451	13,15%
3	العقيدة	95	91	95	281	8,19%
4	المستصرية	80	83	97	260	7,58%
5	المرجان	30	31	40	101	2,94%
6	الزهور	119	89	144	352	10,26%
7	الجامعة	20	20	17	57	1,66%
8	م. الأسيل	340	215	190	745	21,37%
9	م. اليسر	120	115	135	370	10,79%
10	م. الصفا	163	101	145	409	11,93%
المجموع		1327	988	1113	3428	100%

وبناءً على ذلك قامت الباحثان بتحديد عينات دراستها وكالاتي:

3-2-1 عينتا التجربتان الاستطلاعتان:

– **عينة التجربة الاستطلاعية الأولى:** حددت هذه العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي إذ تكونت من (15) طالبة بواقع (5) طالبات من كل صف دراسي من متوسطة الصفا للبنات.

– **عينة التجربة الاستطلاعية الثانية:** حددت هذه العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي إذ تكونت من (30) طالبة بواقع (10) طالبات من كل صف دراسي من متوسطة الأسيل للبنات.

3-2-2 عينة البناء العاملي:

من أجل تحديد هذه العينة اتبع الباحثان الأسلوب الطبقي العشوائي إذ تم تحديد حجم العينة بـ (300) طالبة سحبت من مجتمع البحث إذ تم سحب (30) طالبة من (10) مدارس وبواقع (10) طالبات من كل صف دراسي.

3-2-3 عينة التقنين:

(1) نوزاد حسين درويش؛ نموذج تصنيف النمو الجسمي السائد وبناء بطارية القدرات البدنية للاعبين الكرة الطائرة بأعمار (15-17) سنة في محافظة أربيل، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة كويا، كلية التربية الرياضية، 2012) ص37.

(2) محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2017) ص219.

لغرض إيجاد المعايير والمستويات المعيارية للوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية، تم اختيار عينة قوامها (500) طالبة بالأسلوب الطبقي العشوائي من العدد المتبقي من مجتمع البحث بعد سحب (عينتا التجربتان الاستطلاعتان) وعينة البناء العاملي.

3-3 وسائل جمع البيانات:

لغرض التوصل إلى البيانات المتعلقة بالدراسة استخدم الباحثان عدد من وسائل جمع البيانات

وهي:

تحليل المصادر والمراجع العلمية المتخصصة، والاستبانة، والاختبارات البدنية.

3-3-1 تحديد مكونات اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

بناءً على ما جاء في الإطار النظري وتحليل المصادر والمراجع العلمية المختصة حدد الباحثان مكونات اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت وقاما بتصميم استمارة استبانة وعرضها على السادة ذوي الاختصاص من أجل تحديد أهم هذه المكونات وبعد تفريغ البيانات تم التوصل إلى المكونات الآتية:

(السرعة القصوى، المرونة، القوة الانفجارية، الرشاقة، التحمل العضلي، التحمل الدوري والتنفسي، القوة المميزة بالسرعة)، إذ حصلت هذه المكونات على نسبة اتفاق أكثر من 75% ، إذ يشير (بلوم وآخرون) "أنه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة 75% فاكثر من آراء المحكمين"⁽¹⁾.

3-3-2 تحديد اختبارات اللياقة البدنية:

بعد تحديد مكونات اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت ومن أجل تحديد اختبارات اللياقة البدنية قام الباحثان بتحليل عدد من المصادر والمراجع العلمية وتم ترشيح عدد من الاختبارات بحيث لا يقل عدد الاختبارات المرشحة لكل مكون عن (3) اختبارات وتم تصميم استمارة استبانة وعرضها على السادة ذوي الاختصاص.

أن الاختبارات التي حصلت على نسبة الاتفاق المطلوبة بلغ (24) اختباراً بدنياً وهي:

- المكون الأول (السرعة القصوى) تقيسها اختبارات الآتية: ركض (20م، 30م، 25م)
- المكون الثاني (المرونة) تقيسها الاختبارات الآتية: (ثني الجذع من الوقوف، ثني الجذع أماماً من الجلوس الطويل، رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة).
- المكون الثالث (القوة الانفجارية) تقيسها الاختبارات الآتية: (رمي الكرة الطبية زنة (1كغم، 2كغم، 3كغم) ، الوثب الطويل، القفز العمودي).
- المكون الرابع (الرشاقة) تقيسها الاختبارات الآتية: (الجري المكوكي، الجري المتعرج، الجري الارتدادي الجانبي)
- المكون الخامس (التحمل العضلي) تقيسها الاختبارات الآتية: (الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 30ثا، الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30ثا، رفع الرجلين من الاستلقاء 30 ثا، الجلوس والنهوض والذراعان خلف الرقبة 30ثا)
- المكون السادس (التحمل الدوري والتنفسي) تقيسها الاختبارات الآتية: (ركض مشي (300م حول مربع، 400م حول مربع، 540م حول مربع).
- المكون السابع (القوة المميزة بالسرعة) تقيسها الاختبارات الآتية: (الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 10ثا، الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 10ثا، رفع الرجلين من الاستلقاء 10ثا)

3-3-2-1 المواصفات التفصيلية لوحدات بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة:

- الوحدة الأولى:

(¹) بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983 ، ص 126 .

رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة:

- **أسم الاختبار:** رفع الذقن مرونة الجذع من حركة المد.
- **الغرض من الاختبار:** قياس مرونة الجذع.
- **الأدوات:** شريط قياس أو مسطرة مدرجة.
- **مواصفات الأداء:** تنبسط الطالبة على الأرض وتشابك أصابع كفيها خلف رقبتها بينما تساعد زميلتها الأولى في تثبيت الورك وعد السماح لجسمها بالحركة من أسفل الحزام وتضع الأخرى شريط القياس أو المسطرة بوضع عمودي على الأرض، تقوم الطالبة المنبسطة برفع جذعها لأقصى مد حركي ممكن بحيث تثبت في الوضع ثلاث ثوانٍ.
- **التسجيل:** يقاس ارتفاع الذقن عن الأرض بالسنتيمتر ليعطينا بعد المرونة المطلوبة⁽¹⁾.

الوحدة الثانية:**اختبار ركض 25م**

- **أسم الاختبار:** ركض 25م.
- **الغرض من الاختبار:** قياس السرعة الانتقالية القصوى.
- **الأدوات:** ساعة إيقاف، أرض منبسطة.
- **مواصفات الأداء:** تقف الطالبة خلف خط البداية المحدد وخط النهاية الذي على بعد 25م وعند سماع الإشارة تبدأ بالركض بأقصى سرعة من وضع البدء العالي.
- **التسجيل:** يسجل للطالبة الزمن الذي تستغرقه في قطع المسافة⁽²⁾.

الوحدة الثالثة:**اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغم من الجلوس**

- **أسم الاختبار:** رمي كرة طبية 3 كغم من الجلوس.
- **الغرض من الاختبار:** قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين.
- **الأدوات:** فضاء مستوي، كرة طبية 3كغم، كرسي، شريط قياس.
- **مواصفات الأداء:** تجلس الطالبة المختبرة على الكرسي والظهر مستقيم، يمسك الكرة الطبية باليدين امام الصدر وأسفل الذقن، ثم يتم ربط المختبرة بالحبل حول صدرها وتمسك من خلف الكرسي وذلك لمنع حركة الجسم للأمام مع الكرة، ثم تقوم الطالبة بدفع الكرة للأمام باليدين.
- **التسجيل:** تسجل المسافة التي تقطعها الكرة في اتجاه امام الكرسي لأحسن 3محاولات وتسجل المسافة لأقرب سنتمتر⁽³⁾.

الوحدة الرابعة:**اختبار الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا**

- **أسم الاختبار:** الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين (30ثا).
- **الغرض من الاختبار:** قياس التحمل العضلي لعضلات البطن.
- **الأدوات:** بساط، أرض مستوية، ساعة توقيت.
- **مواصفات الأداء:** ترقد المختبرة على ظهرها فوق البساط مع فتح قدميها بمقدار (30سم) بحيث تلامس الكفان الرقبة من الخلف المرفقان مثبتان (تقوم زميلة الطالبة بتثبيت الرجلين) فور

(1) وديع ياسين محمود التكريتي وياسين طه الحجار؛ مصدر سبق ذكره، ص181.

(2) وديع ياسين محمود التكريتي وياسين طه الحجار؛ مصدر سبق ذكره، ص181.

(3) ليلي السيد فرحات؛ القياس والاختبار في التربية الرياضية؛ (القاهرة، مركز الكتاب، 2001) ص235.

سماع إشارة البدء تقوم المختبرة بثني الجذع للوصول إلى وضع الجلوس طويلاً، ثم يكرر العمل لأكبر عدد من المرات خلال (30ثا).

- **التسجيل:** يسجل عدد المرات الصحيحة للأداء خلال (30ثا)⁽¹⁾.

- **الوحدة الخامسة:**

اختبار ركض - مشي 300م حول مربع

- **أسم الاختبار:** ركض - مشي 300م حول مربع.

- **الغرض من الاختبار:** قياس التحمل الدوري التنفسي.

- **الأدوات:** ملعب للركض أو أرض مقسومة على شكل مربع (25م)، ساعة توقيت، شريط قياس، شواخص.

- **مواصفات الأداء:** تقف المختبرة خلف خط البداية متخذة وضع البدء العالي وعند سماع إشارة البدء من الحكم تجري لقطع المسافة المحددة (300م) في تجاوز خط النهاية.

- **التسجيل:** يسجل الزمن الذي تستغرقه المختبرة لقطع المسافة المحددة بالثانية⁽²⁾.

- **الوحدة السادسة:**

اختبار الركض الارتدادي الجانبي

- **أسم الاختبار:** الركض الارتدادي الجانبي.

- **الغرض من الاختبار:** قياس الرشاقة.

- **الأدوات:** ساعة إيقاف، أرض مستوية تقسم بثلاثة خطوط متوازية المسافة بين الخط الذي في المنتصف والخطين الآخرين أربعة أقدام.

- **مواصفات الأداء:** تقف الطالبة على خط المنتصف، وعند سماع إشارة البدء تتحرك في خطوات جانبية جهة اليمين ثم تتجاوز الخط الآخر بكلتا القدمين، ثم تتحرك جهة اليسار إلى أن تتجاوز الخط الآخر بكلتا القدمين أيضاً وهكذا لمدة 10 ثوان.

- **التسجيل:** يسجل للطالبة عدد الخطوات التي تقطعها خلال 10ثا.

4-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- ساعات توقيت الكترونية لأقرب (0,01) من الثانية، وكرات طبية زنة (1,2,3) كغم، شواخص وأعلام عدد (10).

5-3 التجريبتان الاستطلاعتان:

5-3-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

أجريت هذه التجربة للمدة من 2017/4/2 ولغاية 2017/4/4 على عينة قوامها (15) طالبة اختيرت بالطريقة العشوائية من متوسطة الصفا للبنات بواقع (5) طالبات من كل صف دراسي وكانت لهذه التجربة عدة أهداف هي: تنظيم سير عمل الباحثان وفريق العمل المساعد، وتدريب فريق العمل المساعد على أداء الاختبارات، وفحص صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الدراسة، والتعرف على المدة الزمنية اللازمة لإجراء الاختبارات لكل طالبة، والتعرف على مدى مناسبة الاختبارات لعينة الدراسة.

5-3-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجريت هذه التجربة للمدة من 2017/4/6 ولغاية 2017/4/12 على عينة قوامها (30) طالبة اختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية وبواقع (10) طالبات من كل صف دراسي من متوسطة

(1) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية الرياضية، ط3، ج1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995) ص316.

(2) محمد صبحي حسانين ومحمد نصر الدين رضوان؛ مصدر سبق ذكره، ص372.

الأسيل للنبات وكان هدف هذه التجربة الحصول على التطبيق الأول والثاني للثبات والجدول (2) يبين تفاصيل ذلك.

الجدول (2)

معاملات الثبات والصدق الذاتي لاختبارات مكونات اللياقة البدنية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]		
1	ركض 20م	ثا	5,93	1,56	6,84	1,86	0,739	0,849
2	ركض 25م	ثا	7,15	2,05	7,05	1,63	0,765	0,874
3	ركض 30م	ثا	7,19	1,40	7,18	1,28	0,829	0,910
4	ثني الجذع من الوقوف	سم	4,54	3,09	4,74	3,04	0,935	0,966
5	ثني الجذع أماماً من الجلوس الطويل	سم	5,46	2,35	5,30	2,30	0,791	0,889
6	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة	سم	6	2,20	5,35	2,35	0,821	0,906
7	رمي كرة طبية 1كغم	م	5,43	1,51	5,10	1,56	0,979	0,989
8	رمي كرة طبية 2كغم	م	4,49	1,07	4,05	1,05	0,952	0,975
9	رمي كرة طبية 3كغم	م	3,99	1,55	3,40	1,50	0,947	0,973
10	القفز العريض من الثبات	م	1,32	0,19	1,35	0,22	0,798	0,893
11	الوثب العمودي	سم	11,23	3,48	10,80	3,24	0,936	0,967
12	الجري المكوكي	ثا	13,38	0,96	13,19	1,01	0,913	0,955
13	جري الزكراك	ثا	9,82	2,18	9,61	2,16	0,989	0,994
14	الجري الإرتدادي الجانبي	ثا	6,93	1,20	6,43	1,38	0,766	0,875
15	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين 30ثا	تكرار	15,93	3,18	15,06	3,45	0,960	0,979

6-3 التجربة الرئيسية (إجراء الاختبارات)

بعد أن أتم الباحثان جميع الإجراءات المتعلقة بالتهيئة للتجربة الرئيسية قامت الباحثان بتنفيذ تجربتها الرئيسية للمدة من 2017/4/13 ولغاية 2017/5/17

- تم تقسيم تنفيذ الاختبارات بواقع خمسة مجاميع بعد الأخذ بأراء السادة الخبراء:

- اليوم الأول:

وتشمل إجراء اختبارات: الجري المكوكي، ورمي كرة طبية زنة (1كغم)، وركض 20م، والجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 30ثا، وركض - مشي 300 م حول مربع.

- اليوم الثاني:

و تشمل إجراء اختبارات: الجري المتعرج، ورمي كرة طبية زنة (2كغم)، والجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين 10ثا، وثني الجذع للأمام من وضع الوقوف، والجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30ثا.

- اليوم الثالث:

تشمل إجراء اختبارات: الجري الإرتدادي الجانبي، ورمي كرة طبية زنة (3كغم)، ورفع الرجلين من وضع الاستلقاء 10ثا، والجلوس والنهوض والذراعان خلف الرقبة حتى التعب، وركض - مشي 400 م حول مربع.

- اليوم الرابع:

تشمل إجراء اختبارات: ركض 25م، والوثب العريض من الثبات، وثني الجذع أماماً من الجلوس الطويل، ورفع الرجلين من وضع الإستلقاء 30ثا، وركض - مشي 540 م حول مربع.

- اليوم الخامس:

تشمل إجراء اختبارات: جري الزكراك، والوثب العمودي، ورفع الذقن والذراعان خلف الرقبة، وركض 30م، والجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 10ثا.

أما عملية التقنين لإيجاد المستويات والمعايير فقد تم تطبيق الوحدات المرشحة عن البطارية على عينة قوامها (500) طالبة للمدة من 2017/5/18 ولغاية 2017/5/25.

7-3 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية.

تم إيجاد المستويات المعيارية باستخدام ثلاثة مستويات وهي (المستوى العالي والمتوسط والواطي) وتم حسابها كما يأتي⁽¹⁾:

- **المستوى المتوسط:** وهو الأساس الذي نبتدأ منه ويتكون من حدين هما :
(أ) الحد الأدنى : ويمثل المتوسط الحسابي مطروحاً منه نصف الانحراف المعياري.
(أ) الحد الأعلى : ويمثل المتوسط الحسابي مضافاً إليه نصف الانحراف المعياري.
- **المستوى المرتفع:** ويتكون من حدين ، أحدهما ثابت والآخر مفتوح ، أما الحد الثابت فهو عبارة عن الحد الأعلى للمستوى المتوسط مضافاً إليه (0,01) ، أما الحد المفتوح فهو ممثل بعبارة فما فوق تعبيراً عن الإرتفاع أو الإنخفاض الرقمي في القياس المعني .
- المستوى المنخفض:** ويتكون من حدين ، أحدهما ثابت والآخر مفتوح ، أما الحد الثابت فهو عبارة عن الحد الأعلى للمستوى المتوسط مطروحاً منه (0,01) ، أما الحد المفتوح فهو ممثل بعبارة فما دون تعبيراً عن الإرتفاع أو الإنخفاض الرقمي في القياس المعني .

3-8 الوسائل الإحصائية:

عولجت البيانات إحصائياً باستخدام النظام الإحصائي (SPSS) مستخدماً الوسائل الآتية:
 النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمنوال، ومعامل الالتواء، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون)، والدرجة المعيارية 6-8، والتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية باستخدام التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين لكايذر.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

بعد استكمال جمع البيانات سيتم معالجتها إحصائياً بالوسائل المناسبة، وسيتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على مرحلتين تتضمن المرحلة الأولى ما يتعلق بالبناء العاملي للاختبارات البدنية (بطارية اللياقة البدنية).

4-1 البناء العاملي للاختبارات البدنية (بطارية اللياقة البدنية):

4-1-1 الوصف الإحصائي للاختبارات البدنية المرشحة للتحليل العاملي:

يتضح من الجدول (3) أن جميع قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين (± 1) ، وهذا يدل على أن المتغيرات المستخدمة تتميز بالإعتدال، "تميل البيانات إلى التوزيع المعتدل أي أن الاختبار له القدرة على إظهار الفروق بين الجماعات عندما يمتد الالتواء من (-1) في الالتواء السالب إلى (+1) في الالتواء الموجب"⁽²⁾⁽³⁾، كما "يجب أن تكون الاختبارات المرشحة في مستوى واحد من الصعوبة فالاختلافات الكبيرة في مستوى صعوبة الاختبارات المرشحة يقلل من الارتباط فيما بينها"⁽⁴⁾.

فضلاً عن أن قيم الأوساط الحسابية لجميع المتغيرات تتجاوز قيم الانحرافات المعيارية، وهذا يثبت ملائمة متغيرات البحث للعينة وصلاحيتهما للإدخال ضمن مصفوفة الارتباطات المعدة للتحليل العاملي.

الجدول (3)

الوصف الإحصائي للمتغيرات البدنية المرشحة للتحليل العاملي

المؤشرات الإحصائية	وحدة القياس	رمز المتغير*	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
ركض 20م	ثا	X ₁	5,66	1,45	5	0,45

(¹) محمود صلاح الدين علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى اساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2006) ص113.

(²) مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999) ص38.

(³) صلاح الدين محمود علام؛ تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2000) ص750.

(⁴) صلاح الدين محمود علام؛ نفس المصدر، ص710.

0,36	6	1,52	6,55	X ₂	ثا	ركض 25م
0,30	7	1,33	7,41	X ₃	ثا	ركض 30م
0,12	4	2,98	4,36	X ₄	سم	ثني الجذع من الوقوف
0,08	5	3,12	5,28	X ₅	سم	ثني الجذع أماماً من الجلوس الطويل
0,34	22	5,29	23,80	X ₆	سم	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة
0,32	5	1,36	5,44	X ₇	م	رمي كرة طبية 1كغم
0,07	4	1,00	4,07	X ₈	م	رمي كرة طبية 2كغم
0,34	3	0,69	3,24	X ₉	م	رمي كرة طبية 3كغم
0,31	1,5	0,61	1,31	X ₁₀	م	الفقار العريض من الثبات
0,29	11,2	4,24	12,45	X ₁₁	سم	الوثب العمودي
0,54	13	1,37	13,75	X ₁₂	ثا	الجري المكوكي
0,83	8	0,87	8,73	X ₁₃	ثا	جري الزكراك
0,48	6	1,70	6,83	X ₁₄	تكرار	الجري الارتدادي الجانبي
0,56	13	3,06	14,73	X ₁₅	تكرار	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين 30ثا
0,51	19	3,59	20,86	X ₁₆	تكرار	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30 ثا
0,30	81	4,74	19,46	X ₁₇	تكرار	رفع الرجلين من وضع الاستلقاء 30ثا
0,20	15	6,11	16,24	X ₁₈	تكرار	الجلوس والنهوض والذراعان خلف الرقبة حتى التعب
0,11	95	7,55	91,87	X ₁₉	ثا	ركض - مشي 300م حول مربع
0,19	151	9,25	152,80	X ₂₀	ثا	ركض - مشي 400م حول مربع
0,47	211	10,63	216,10	X ₂₁	ثا	ركض - مشي 540م حول مربع
0,77	5	1,09	5,84	X ₂₂	تكرار	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين 10ثا
0,22	6	2,44	6,54	X ₂₃	تكرار	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 10ثا
0,84	10	2,92	12,47	X ₂₄	تكرار	رفع الرجلين من وضع الاستلقاء 10ثا

• المتغيرات تأخذ نفس التسلسل في الجداول اللاحقة.

4-1-2 مصفوفة الارتباطات للاختبارات البدنية المرشحة للتحليل العاملي:

تم استخدام الدرجات الخام في الحصول على الارتباطات البينية للمتغيرات بواسطة معادلة الارتباط البسيط بيرسون وحيث أن عدد أفراد العينة المشمولين بالدراسة (300) طالبة، لذا فإن معامل الارتباط يصبح ذا دلالة معنوية إذا كانت قيمته تساوي أو تزيد عن (0,148) عند مستوى معنوية (0,01)، وذا دلالة معنوية إذا كانت قيمته تساوي أو تزيد عن (0,113) عند مستوى معنوية (0,05)⁽¹⁾ والجدول (6) يمثل مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات المستخدمة، إذ نلاحظ ما يلي:

- تضمنت مصفوفة الارتباطات (276) معامل ارتباط (لم تحسب الخلايا القطرية)، منها (156) ارتباطاً موجباً و(12) ارتباطاً سالباً، فيما بلغت الارتباطات الدالة معنوياً (36) معامل ارتباط، في حين بلغت الارتباطات غير المعنوية (240) معامل ارتباط.
- بلغت معاملات الارتباط الدالة معنوياً عند مستوى (0,01) (21) معامل ارتباط.
- بلغت معاملات الارتباطات الدالة معنوياً عند مستوى (0,05) (15) معامل ارتباط.

4-1-3 التحليل العاملي للاختبارات البدنية

4-1-3-1 الجذور الكامنة ونسب التباين وتباين المجتمع للعوامل:

من الجدول (5) نلاحظ إن قيم الجذور الكامنة* التي تزيد عن واحد الصحيح أو تساويه عددها (عشرة عوامل) وهذا يعني مؤشراً على عدد العوامل المستخلصة المقبولة في هذه الدراسة إذا "تقبل العوامل التي تزيد جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح وتعد عوامل عامة"⁽²⁾، وقد

(1) وديع ياسين محمد التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1997) ص435.

• الجذر الكامن: هو مجموع مربعات تشعبات كل المتغيرات على كل عامل على حدة من عوامل المصفوفة.

(2) ثائر داود سلمان مصدر سبق ذكره، ص54.

تراوحت قيم الجذور الكامنة بين (2,155 – 1,023) وبلغ مجموعها (13,967) وتراوحت نسبة التباين ما بين (4,261 – 8,980) فسرت ما قيمته (58,195%) من قيم تباين المجتمع.

الجدول (5)

قيم الجذور الكامنة ونسب التباين والتباين المتجمع للعوامل

العوامل	قيم الجذور الكامنة	نسب التباين	التباين المتجمع
1.	2,155	8,890	8,980
2.	1,670	6,959	15,940
3.	1,641	6,836	22,776
4.	1,447	6,027	28,803
5.	1,374	5,726	34,529
6.	1,284	5,352	39,881
7.	1,190	4,960	44,841
8.	1,121	4,669	49,510
9.	1,062	4,425	53,935
10.	1,023	4,261	58,195
11.	0,976	4,067	
12.	0,959	3,997	
13.	0,875	-3,644	
14.	0,861	3,586	
15.	0,838	3,492	
16.	0,823	3,429	
17.	0,748	3,115	
18.	0,709	2,956	
19.	0,683	2,845	
20.	0,627	2,613	
21.	0,575	2,397	
22.	0,544	2,266	
23.	0,524	2,183	
24.	0,291	1,214	

● مجموع الجذور الكامنة المقبولة = 13,967

4-3-1-2 الحل الأولي للتحليل العاملي للاختبارات البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت (قبل التدوير)

تم تحليل مصفوفة الارتباطات جدول (4) تحليلاً عاملياً باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهولنج والتي تعد من أفضل الطرق المستخدمة في التحليل العاملي والتي تمتاز بقبولها لمحك كاييز الذي اقترحه (جوتمان) وهو محك يوقف استخلاص العوامل التي يقل جذرها الكامن عن الواحد الصحيح⁽¹⁾⁽²⁾.

والجدول (6) يبين بأن التحليل العاملي خلص إلى (عشرة عوامل) وهي نتائج تعد حلولاً مباشرة وبما أن "الحلول المباشرة التي تتوصل إليها من تحليل إلى آخر تؤدي بنا إلى عوامل معينة وقد تختلف باختلاف الطريقة المستخدمة"⁽³⁾.

وبما أن معامل التركيب العاملي البسيط تقترب من الإطار النظري لذا سوف تقوم الباحثان بإجراء التدوير المتعامد* للعوامل فضلاً على أن هناك دراسات كثيرة استخدمت التدوير المتعامد منها دراسة (شهاب أحمد محيسن حمد الجنابي، 2014)⁽⁴⁾، ودراسة (نوزاد حسين درويش

● التدوير المتعامد: عملية تتعلق بتحريك مواقع المحاور بحيث تظل هذه المحاور متعامدة (حيث يعكس ذلك استقلالية العوامل) أي أن كل عامل مستخلص في مصفوفة النموذج لارتباط يغيره من العوامل⁽¹⁾.

⁽¹⁾ ثائر داود سلمان؛ مصدر سبق ذكره، ص 43.

⁽²⁾ محمد نصر الدين رضوان؛ عامل الدرجات العليا في القدرة الحركية في مجال التربية الرياضية: (بحث منشور، الإسكندرية، مجلة الدراسات والبحوث، المجلد 3، العدد 1، 1980) ص 166.

⁽³⁾ صفوت فرج؛ التحليل العاملي في العلوم السلوكية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1980) ص 128.

⁽⁴⁾ شهاب أحمد محيسن حمد الجنابي؛ بناء بطارية اللياقة البدنية الخاصة والنمو الجسمي كمحدد لانتقاء الرياضي للاعب كرة القدم في محافظة صلاح الدين، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة تكريت، كلية التربية الرياضية، 2014).

2012⁽¹⁾، ودراسة (ليث عبدالمطلب عبدالحمزة، 2011)⁽²⁾، ودراسة (سعد باسم جميل اسماعيل الوزان، 2005)⁽³⁾.

الجدول (6)
مصفوفة العوامل لمتغيرات اللياقة البدنية قبل التدوير

رمز المتغير	التشبع العامل 1	التشبع العامل 2	التشبع العامل 3	التشبع العامل 4	التشبع العامل 5	التشبع العامل 6	التشبع العامل 7	التشبع العامل 8	التشبع العامل 9	التشبع العامل 10	الشيوع
X ₁	-0.397	-0.177	0.492	0.088	-0.160	-0.032	-0.068	0.068	0.148	-0.273	0.574
X ₂	-0.266	-0.293	0.445	0.424	-0.042	-0.039	0.091	0.080	0.243	0.070	0.693
X ₃	0.057	0.006	0.608	0.162	0.064	-0.263	-0.050	0.125	-0.015	0.233	0.545
X ₄	-0.020	0.154	-0.029	-0.291	-0.004	-0.458	-0.157	0.081	0.494	0.260	0.750
X ₅	0.017	-0.041	-0.056	0.138	0.341	0.303	0.032	-0.436	0.505	0.231	0.788
X ₆	0.732	-0.249	0.225	-0.232	-0.123	0.165	-0.156	-0.001	0.108	-0.018	1.005
X ₇	-0.186	-0.227	0.106	-0.598	0.133	0.124	0.136	-0.284	-0.077	-0.069	0.463
X ₈	0.065	0.519	-0.046	-0.119	0.222	-0.239	0.128	-0.071	0.017	-0.262	0.648
X ₉	0.009	0.441	0.389	-0.229	0.138	0.001	0.369	0.021	0.148	-0.110	0.710
X ₁₀	-0.196	0.242	-0.261	0.154	0.159	-0.022	-0.498	0.087	-0.033	0.317	0.539
X ₁₁	0.292	0.218	-0.055	-0.049	0.200	0.138	-0.237	0.214	0.035	-0.262	0.733
X ₁₂	-0.080	-0.247	0.019	-0.133	0.419	-0.162	0.140	0.451	-0.233	0.165	0.352
X ₁₃	-0.382	-0.001	0.159	-0.137	0.042	0.340	-0.187	0.421	0.153	-0.084	0.704
X ₁₄	-0.107	0.046	-0.237	0.316	-0.484	0.144	0.252	-0.072	-0.202	0.102	0.499
X ₁₅	-0.296	0.078	-0.051	-0.161	-0.261	0.173	0.504	0.104	0.206	0.183	0.596
X ₁₆	0.468	0.121	0.053	0.344	0.172	-0.028	0.249	0.081	-0.010	0.376	0.728
X ₁₇	-0.005	0.307	0.140	0.385	-0.046	0.286	-0.179	0.093	0.080	-0.296	0.697
X ₁₈	0.322	0.565	-0.027	0.082	-0.227	-0.089	0.136	0.110	0.165	-0.091	0.413
X ₁₉	0.204	-0.305	-0.274	0.081	0.016	-0.371	0.267	0.330	0.056	-0.217	0.597
X ₂₀	0.725	-0.244	0.160	-0.164	-0.208	0.254	-0.058	0.117	0.071	0.082	0.090
X ₂₁	0.253	-0.324	-0.043	0.376	0.310	-0.142	0.153	-0.184	0.104	-0.335	0.621
X ₂₂	0.026	0.083	-0.123	0.013	0.277	0.523	0.242	0.357	-0.006	0.094	0.573
X ₂₃	-0.001	-0.175	-0.352	-0.086	-0.447	-0.094	-0.076	0.210	0.349	-0.046	0.526
X ₂₄	0.136	0.227	0.438	-0.083	-0.284	-0.068	-0.045	-0.076	-0.324	0.144	0.465

3-3-1-4 الحل الثاني لمصفوفة العوامل للاختبارات البدنية (بعد التدوير):

قامت الباحثان باستخدام التدوير المتعامد كما ذكرنا انفاً لمصفوفة العوامل الأولية بطريقة تعظيم التباين للوصول إلى الحل الأمثل ومن الجدول (7) الذي يبين مصفوفة العوامل بعد التدوير نلاحظ التغير في التشبعات للاختبارات في العوامل نتيجة إعادة توزيع التباين المشترك إذ تنتج عن التحليل (عشرة عوامل) أيضاً.

وتم مراعاة الشروط الأتية في تفسير العوامل وتحديد هويتها⁽⁴⁾

- اتباع تعليمات ثرستون (thurstone) التي تتضمن الإقتصاد في الوصف العاملي، للنواحي الغريبة واختلاف تشبعات العوامل، التفسيرات التي لها معنى.

(1) نوزاد حسين درويش؛ مصدر سبق ذكره.

(2) ليث عبدالمطلب عبدالحمزة؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختبار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14-16) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2011).

(3) سعد باسم جميل اسماعيل الوزان؛ الاتساق لعوامل بطارية اللياقة البدنية الخاصة وعوامل بطارية المهارات الأساسية لناشئين بكرة اليد، اطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2005).

(4) محمد صبحي حسانين؛ طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1982) ص137.

* التشبع: مجموع مربعات تشبعات المتغير على جميع العوامل.

- اتباع تعليمات كاتل (cattle) التي تتضمن تقبل العوامل التي تتفق مع الحقائق الأكلينكية المعروفة، والعوام المستخلصة من الدراسات السابقة.
- يقبل العامل الذي يتشبع عليه ثلاثة قياسات على القل، بحيث لا تقل تشبعات القياسات عن (0,4).
- اعتماد مصفوفة العوامل بعد التدوير في تفسير النتائج.
- وقد تم التوصل إلى (عشرة عوامل) تزيد قيم الجذور الكامنة فيها عن الواحد الصحيح فسرت ما نسبته (59,619%) من التباين الارتباطي واسترشاداً بشروط قبول العامل.

الجدول (7)

مصفوفة العوامل للمتغيرات البدنية بعد التدوير المتعامد

رمز المتغير	التشبع العامل 1	التشبع العامل 2	التشبع العامل 3	التشبع العامل 4	التشبع العامل 5	التشبع العامل 6	التشبع العامل 7	التشبع العامل 8	التشبع العامل 9	التشبع العامل 10	الشيوع
X ₁	-0.065	0.630	0.05	0.064	-0.393	-0.022	0.009	-0.003	-0.038	-0.099	0.574
X ₂	-0.072	0.744	-0.109	0.052	0.284	0.091	0.11	0.029	-0.033	0.129	0.693
X ₃	0.071	0.556	0.119	-0.052	0.321	-0.183	-0.196	-0.072	0.095	-0.157	0.545
X ₄	0.785	0.023	0.131	-0.09	0.215	-0.016	0.111	-0.096	0.198	0.022	0.750
X ₅	0.846	0.016	-0.005	-0.021	0.104	-0.043	-0.008	0.029	-0.235	0.054	0.788
X ₆	0.857	-0.046	-0.018	-0.01	0.052	0.003	-0.187	-0.067	0.356	0.315	1.005
X ₇	0.089	-0.085	-0.589	0.178	-0.036	-0.13	0.152	0.012	-0.112	0.122	0.463
X ₈	0.112	-0.249	0.553	0.13	0.024	0.053	-0.182	-0.108	0.369	-0.257	0.648
X ₉	0.016	0.113	0.734	-0.011	0.236	-0.132	0.235	0.117	0.028	0.125	0.710
X ₁₀	-0.371	-0.174	-0.349	0.183	0.142	0.053	-0.255	0.12	0.255	0.221	0.539
X ₁₁	0.169	-0.225	0.129	0.292	0.054	0.521	-0.368	0.216	0.211	-0.225	0.733
X ₁₂	-0.127	0.082	-0.038	0.01	0.228	0.009	-0.204	0.402	0.019	-0.268	0.352
X ₁₃	-0.064	0.222	-0.044	0.089	0.332	0.001	-0.035	0.573	0.322	0.312	0.704
X ₁₄	-0.118	-0.088	0.012	0.213	0.103	-0.035	-0.137	0.578	-0.232	-0.114	0.499
X ₁₅	-0.081	0.044	0.021	-0.121	0.221	0.652	-0.034	0.234	0.118	0.169	0.596
X ₁₆	0.163	0.006	0.073	0.735	0.088	0.064	0.222	0.028	0.291	0.095	0.728
X ₁₇	0.011	0.129	0.073	0.612	-0.073	-0.086	0.351	0.127	-0.201	-0.329	0.697
X ₁₈	0.169	-0.184	0.035	0.48	0.202	-0.011	0.143	-0.088	0.189	-0.119	0.413
X ₁₉	-0.127	-0.034	-0.036	-0.063	0.106	0.699	0.043	-0.005	0.111	-0.246	0.597
X ₂₀	-0.064	-0.064	-0.083	0.029	0.148	0.003	-0.021	0.046	0.221	-0.028	0.090
X ₂₁	-0.118	0.123	0.001	0.038	0.115	0.578	-0.228	-0.211	-0.278	0.263	0.621
X ₂₂	-0.081	-0.154	0.064	0.036	0.167	0.025	0.665	0.106	-0.199	0.125	0.573
X ₂₃	0.163	-0.098	-0.266	0.161	-0.246	0.014	0.314	-0.013	0.426	0.229	0.526
X ₂₄	0.044	0.138	0.166	0.006	-0.461	0.006	0.023	-0.233	0.191	-0.336	0.465
*	2.433	1.614	1.502	1.432	1.370	1.349	1.261	1.123	1.220	1.003	14.308
**	10.137	6.726	6.260	5.968	5.708	5.620	5.255	4.679	5.085	4.181	59.619

* الجذر الكامن

** النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر

4-1-4 تفسير العوامل المستخلصة لبطارية اللياقة البدنية لطالبات:

4-1-4-1 تفسير العامل الأول:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات الاختبارات البدنية بالعامل الأول يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة (4±) فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته (12,5%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (2,433) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الأول (10,137)، ولقد تشبع على هذا العامل ثلاثة اختبارات لقياس المرونة الحركية وهي (ثني الجذع من الوقوف، ثني الجذع اماماً من الجلوس الطويل، رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة) لذا يمكن أن نطلق على هذا العامل عامل (مرونة أجزاء الجسم) ويعد هذا العامل عاملاً أولياً إذ تعد المرونة الحركية واحدة من الصفات البدنية المهمة التي تمكن الفرد رياضياً كان أم هاوياً من ممارسة النشاط الرياضي بشكل سليم "والمرونة

من مكونا اللياقة الأساسية وهي تعني المدى الحركي للمفصل أو مجموعة المفاصل⁽¹⁾، وإن للمرونة ارتباط مع القدرات البدنية الأخرى كالسرعة والقوة والعمل بمبدأ التكامل لضمان التنمية المتوازنة للجهاز العضلي والحركي⁽²⁾.

وإن المرونة الحركية تزيد من قدرة الفرد على تحريك الجسم أو أجزائه من خلال أوسع مدى ممكن للحرك دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق العضلات والأربطة⁽³⁾.

ويرى الباحثان إن صفة المرونة من الصفات البدنية الحركية التي لا يمكن تجاهلها لا سيما عند إعطاء دروس التربية الرياضية أو عند التدريب للمنافسة الرياضية هذا من جهة، ومن جهة ثانية إن توفر المرونة وبدرجات معينة يقي الطالبات الممارسات للنشاط الرياضي المدرسي من الإصابات نظراً لإمتلاك مفصلهن درجة من المرونة ويشبه هذا العامل، العامل الذي توصل إليه (شهاب أحمد محيسن حمد الجنابي، 2014)⁽⁴⁾ وأسماء عامل (المرونة الحركية)، والعامل الذي توصل إليه (أحمد عبدالمطلب محمد الحديدي، 2012)⁽⁵⁾ وأسماء (عامل المرونة)، والعامل الذي توصل إليه (عايد علي عذاب، 2008)⁽⁶⁾ وأسماء (عامل المرونة).

ونظراً لحصول اختبار (رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة) على أعلى تشبع على هذا العامل لذا فإنّه وضع ضمن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-2 تفسير العامل الثاني:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية وبالعامل الثاني يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته (12,5%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,614) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الثاني (6,726) ولقد تشبع على هذا العامل ثلاثة اختبارات لقياس السرعة الانتقالية القصوى وهي اختبارات (20م، 25م، 30م) وهذا العامل يعد عاملاً أولاً ويمكن أن نطلق عليه (عامل سرعة الانتقال بأسرع وقت) لأن جميع الاختبارات على هذا العامل هي اختبارات تتطلب أداء حركات تعاقبية متكررة لقطع مسافات مختلفة وبأقل وقت ممكن. ومن المعروف إن هذه الصفة البدنية هي من مكونات اللياقة البدنية المهمة والتي تضمن عملية الانتقال بأسرع وقت لقطع مسافات يتطلبها أداء الأنشطة الرياضية.

والسرعة الانتقالية تعني "الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة وهذا يعني قطع مسافات معينة في أقصى زمن ممكن"⁽⁷⁾. أو هي تلك "المكونات الوظيفية الحركية التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن"⁽⁸⁾.

(1) أحمد أبو العلا عبد الفتاح و محمد نصر الدين رضوان؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003) ص49.

(2) فائز أبو عريضة وعماد عبد الخالق؛ أثر ممارسة رياضة الجيمباز على تنمية صفة المرونة لدى طلاب المرحلة العمرية (10-13) سنة، بحث منشور: (مجلة النظريات والتطبيقات، جامعة الإسكندرية، مجلة التربية الرياضية، العدد33، 1999) ص180.

(3) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الأداء الحركي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003) ص54.

(4) شهاب أحمد محيسن حمد الجنابي؛ مصدر سبق ذكره، ص54.

(5) أحمد عبدالمطلب محمد الحديدي؛ بناء بطارية اختبار بدنية - مهارية للاعبين كرة اليد للمنطقة الشمالية، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2012) ص77.

(6) عايد علي عذاب؛ القدرات البدنية والحركية مؤشراً لانتقاء ناشئي كرة القدم بأعمار (14-16) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، 2008) ص84.

(7) قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، ط1: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998) ص172.

(8) أبو العلا أحمد عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص32.

ويرى الباحثان أن السرعة الحركية الانتقالية واحدة من مكونات اللياقة البدنية التي لها دور كبير في عملية ممارسة النشاط الرياضي الترويجي أو التنافسي لأنها تضمن عملية انتقال الطالبة الرياضية من مكان إلى آخر بأقل وقت مما يخلق جو من المنافسة خاصة في الألعاب الرياضية التي تحتاج إلى هذا المكون ومنها ألعاب الكرة بمختلف مسمياتها وهذا العامل مشابه للعامل الذي توصل إليه (أحمد هشام أحمد الهلالي، 2011)⁽¹⁾ وأسماء (عامل السرعة) والعامل الذي توصلت إليه (غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي، 2008)⁽²⁾ وأسته (عامل السرعة الانتقالية) وكذلك العامل الذي توصل إليه (عبدالمعظم أحمد جاسم الجنابي، 2007)⁽³⁾ وأسماء (عامل السرعة الانتقالية) والعامل الذي توصل إليه (محمد جاسم أحمد الياسري، 1995)⁽⁴⁾ ونظراً لحصول اختبار ركض (25م) على أعلى تشبع على هذا العامل لذا فإنه يرشح ضمن بطارية اللياقة البدنية للطالبات المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-4 تفسير العامل الثالث:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل الثالث يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته (12,5%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,502) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الثالث (6,260) ولقد تشبعت على هذا العامل اختبارات القوة الانفجارية للذراعين الثلاث وهي رمي كرة طبية (1كغم، 2كغم، 3كغم) وهو عامل أولي ويمكن أن نطلق على هذا العامل (عامل القوة الانفجارية للأطراف العليا) والملاحظ على الاختبارات المرشحة عن هذا العامل إنها تتطلب رمي الكرة الطبية لأبعد مسافة أي ارتباط هذه الاختبارات بالتغلب على المقاومة والرمي لأبعد مسافة بالإضافة إلى اشتراكها بوحدة القياس وهي المتر والقوة الانفجارية من مكونات اللياقة البدنية المهمة التي تلعب دوراً مهماً في ممارسة النشاط الرياضي وخاصة الألعاب الرياضية التي تستخدم فيها الأطراف العليا بنسبة كبيرة مثل ألعاب (كرة السلة وكرة اليد والكرة الطائرة) وألعاب الرمي في الساحة والميدان.

والقوة الانفجارية هي "أقصر مدة زمنية يتمكن فيها الرياضي من إنتاج أقصى قوة ممكنة لإتمام الأداء الحركي"⁽⁵⁾، وتعد من أهم مكونات اللياقة البدنية ارتباطاً بالأداء المهاري فهي الأساس في تطوير الأداء⁽⁶⁾.

وهذا العامل مشابه للعامل الذي توصل إليه (أحمد هشام أحمد الهلالي، 2012)⁽⁷⁾ وأسماء (عامل القوة الانفجارية) والعامل الذي توصلت إليه (غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي، 2008)⁽⁸⁾ وأسمته (عامل القوة الانفجارية للذراعين).

ويرى الباحثان أنه على الطالبة الممارسة للنشاط الرياضي أن تمتلك قدرة كبيرة من القوة الانفجارية للذراعين لتتمكن من ممارسة الأنشطة الرياضية الخاصة إذا عرفنا إن أكثر الألعاب

(1) أحمد هشام أحمد الهلالي؛ مصدر سبق ذكره، ص72.

(2) غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي؛ مصدر سبق ذكره، ص75.

(3) عبدالمعظم أحمد جاسم الجنابي؛ بناء حقيبة اختبارات لاختيار لاعبي المدارس بكرة القدم لأعمار (10-12) سنة في مدينة تكريت، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007) ص102.

(4) محمد جاسم أحمد الياسري؛ بناء وتقييم بطارية اللياقة البدنية لانتقاء الاشئين بأعمار (10-12) سنة، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1995) ص144.

(5) مروان شفيق طاهر؛ بعض القدرات البدنية الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية والمهارات الأساسية وعلاقتها بترتيب الفرق في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة عداد، كلية التربية الرياضية، 2005) ص32.

(6) محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي، ط1: (القاهرة، دار المعارف، 1994) ص91.

(7) أحمد هشام أحمد الهلالي؛ مصدر سبق ذكره، ص103.

(8) غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي؛ مصدر سبق ذكره، ص80.

ممارسة في المدارس هي العاب الكرة الطائرة وكرة السلة وهي تحتاج بدرجة كبيرة إلى هذه الصفة البدنية.

ونظراً لحصول اختبار (رمي الكرة الطبية 3كغم) على أعلى تشبع لذا يرشح ضمن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-4-1-4 تفسير العامل الرابع:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل الرابع يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته (12,5%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,432) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الرابع (5,968) ولقد تشبعت على هذا العامل ثلاثة اختبارات لقياس التحمل العضلي وهي (الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين 30ثا، الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا، رفع الرجلين من وضع الاستلقاء 30ثا) وهو عامل أولي ويمكن أن نطلق على هذا العامل (عامل التحمل العضلي) وجميع هذه الاختبارات تشترك بكونها اختبارات تتطلب بذل مجهود خلال فترة زمنية للتغلب على مقاومة ولها وحدة قياس واحدة وهي تكرار الأداء ويعتبر التحمل العضلي من مكونات اللياقة البدنية، والتحمل العضلي يعني "قدرة الجهاز العصبي على مقاومة معينة لأطول فترة ممكنة في مواجهة التعب"⁽¹⁾.

ويحدد مستوى التحمل العضلي من خلال⁽²⁾

- الكفاءة الوظيفية لأجهزة الفرد الحيوية.
 - مدى الاقتصاد في العمل الوظيفي للجسم.
- وهذا العامل مشابه للعامل الذي توصل إليه (أحمد هشام أحمد الهلالي، 2012)⁽³⁾ وأسماه (عامل التحمل العضلي) والعامل الذي توصلت إليه (غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي، 2008)⁽⁴⁾ وأسمته (عامل تحمل عضلات البطن).
- وترى الباحثان إن الأداء الرياضي المتنوع للطالبات في درس التربية الرياضية أدى إلى أن تُعتمد هؤلاء الطالبات في هذا الأداء على التحمل العضلي للمجاميع العضلية المختلفة لنجاح هذا النشاط.

ونظراً لحصول اختبار (الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين خلال 30ثا) على أعلى تشبع لذا يرشح ضمن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-4-1-5 تفسير العامل الخامس:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل الخامس يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (2) متغيرات مثلت ما نسبته (8,33%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,370) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الخامس (5,708)، ولقد تشبع على هذا العامل اختباري (الوثب العمودي، رفع الرجلين من وضع الاستلقاء 10ثا) ولكون التشبعات المشاهدة على هذا العامل لم تحقق المستوى والعدد المحدد لقبول العامل لذلك تم إهماله وعدم تمثيله في بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

⁽¹⁾ أبو العلا أحمد عبدالفتاح ومحمد نصر الدين رضوان؛ مصدر سبق ذكره، ص79.

⁽²⁾ عصام عبدالخالق؛ التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، ط9: (الإسكندرية، دار الكتب الجامعية، 1999) ص145.

⁽³⁾ أحمد هشام أحمد الهلالي؛ مصدر سبق ذكره، ص70.

⁽⁴⁾ غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي؛ مصدر سبق ذكره، ص69.

4-1-6 تفسير العامل السادس:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل السادس يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته $(12,5\%)$ من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,349) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل السادس (5,620) ولقد تشبع على هذا العامل اختبارين لقياس مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي وهما (ركض - مشي 300م حول مربع، ركض - مشي 540م حول مربع) واختبار لقياس التحمل العضلي وهو (الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين 30ثا) ويبدو أن هذا العامل طائفي التكوين لاشتراك صفتين بدنيتين وهما التحمل العضلي والتحمل الدوري والتنفسي في تكوينه ويمكن أن نطلق على هذا العامل (عامل مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي) وتشترك الاختبارات الثلاثة في كونها اختبارات لقياس التحمل فالاختبارين الأوليين التحمل الدوري والتنفسي والاختبار الآخر يقيس التحمل العضلي. ويعرف التحمل الدوري والتنفسي بأنه "كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي في مد العضلات العاملة بالوقوف اللازم للعمل مع سرعة التخلص من الفضلات الناتجة عن المجهود المبذول"⁽¹⁾.

ويتحدد مستوى هذا التحمل تبعاً لمستوى القلب وجهاز التنفسي⁽²⁾.
والتحمل هو من العناصر الأساسية التي تحدد الأداء الرياضي في العديد من الألعاب الرياضية فكل أداء بدني يتطلب تحمل يعتمد على آليات تنظيمية معتمدة أبرزها على توفير الطاقة⁽³⁾.

ويرى الباحثان إن كفاءة الأداء للنشاط الرياضي الممارس يعتمد بدرجة عالية على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي ومدى امدادهما للعضلات وأجهزة الجسم بالطاقة اللازمة لمثل هذا الأداء.

وهذا العامل مشابه للعامل الذي توصل إليه (زياد طارق سلمان الطائي، 2004)⁽⁴⁾ وأسماه (عامل التحمل الدوري والتنفسي) وكذلك العامل الذي توصل إليه (ثائر عبدالاله أوغسطين، 2004)⁽⁵⁾ وأسماه أيضاً (عامل التحمل الدوري والتنفسي).
ونظراً لحصول اختبار (ركض - مشي 300م حول مربع) على أعلى تشبع لذا يرشح ضمن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-7 تفسير العامل السابع:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل السابع يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة $(4 \pm)$ فأكثر بلغ (متغير واحد) متغيرات مثلت ما نسبته $(4,16\%)$ من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,261) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل السابع (5,255)، ولقد تشبع على هذا العامل اختبار (الجلوس من الوقوف وضع ثني الركبتين 30 ثا) ولكون التشبعات

(1) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين؛ اللياقة البدنية ومكوناتها، ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص70.

(2) عادل عبد السعيد؛ التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق : (القاهرة، المكتبة المتحدة، 1996) ص79.

(3) أحمد هشام أحمد الهاللي؛ مصدر سبق ذكره، ص69.

(4) زياد طارق سلمان الطائي؛ البناء العاملي للقياسات الجسم - وظيفية ومدى مساهمته في كفاءة الأداء بكرة السلة، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2004) ص64.

(5) ثائر عبدالاله أوغسطين؛ بناء بطارية اختبار اللياقة البدنية وقدرتها على التنبؤ بمستوى التحصيل العملي في بعض الدروس لكلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، 2004) ص58.

المشاهدة على هذا العامل لم تحقق المستوى والعدد المحدد لقبول العامل لذلك تم اهماله وعدم تمثيله في بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-8 تفسير العامل الثامن:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل الثامن يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة ($4 \pm$) فأكثر بلغ (3) متغيرات مثلت ما نسبته (12,5%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,123) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل الثامن (4,679) ولقد تشبع على هذا العامل الاختبارات المرشحة لقياس مكون الرشاقة وهي اختبارات (الجري المكوكي، جري الزكزاك، الجري الارتدادي الجانبي) لذا يمكن أن نطلق على هذا العامل (عامل الرشاقة العامة) وهو عامل أولي التكوين وتشترك هذه الاختبارات في طبيعة الأداء وكذلك في وحدة القياس ذا تطلب انخفاض زمن الأداء وقطع مسافة تعتمد بالأساس على رشاقة الجسم.

وتعد الرشاقة من أكثر المكونات البدنية أهمية بالنسبة للأنشطة الرياضية وهي تعني "سرعة تغير أوضاع الجسم أو السرعة في تغير الاتجاه أو هي القدرة على سرعة التحكم في أداء حركة جديدة والتعديل السريع الصحيح للعمل الحركي"⁽¹⁾، والرشاقة تلعب دوراً مهماً في دمج حركات الجسم المختلفة وكلما كانت العلاقة سليمة بين الجهازين العضلي والعصبي كانت الرشاقة سليمة وكانت الحركة اقتصادية وتوافقية وجيدة⁽²⁾.

ويشبه هذا العامل العامل الذي توصل إليه (أحمد هشام أحمد الهالين 2012)⁽³⁾ وأسماه (عامل الرشاقة)، وكذلك العامل الذي توصل إليه (شهاب أحمد محيسن أحمد، 2014)⁽⁴⁾ وأسماه (عامل الرشاقة).

ويرى الباحثان إن مكون الرشاقة من المكونات المهمة لأداء النشاط الرياضي التروحي أو التنافسي في المدارس نظراً لأهميته في نجاح هذا الأداء من خلال قابلية الطالبات الممارسات على تنفيذ أوضاع أجسامهن من اتجاه لآخر مما يضمن عملية نجاح هذا الأداء. ونظراً لحصول اختبار (الجري الارتدادي الجانبي) على أعلى تشبع لذا يرشح ضمن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-9 تفسير العامل التاسع:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل التاسع يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة ($4 \pm$) فأكثر بلغ (متغير واحد) متغيرات مثلت ما نسبته (4,16%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,220) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل التاسع (5,085)، ولقد تشبع على هذا العامل اختبار (الجلوس من الرقود وضع مد الركبتين 30 ثا) ولكون التشبعات المشاهدة على هذا العامل لم تحقق المستوى والعدد المحدد لقبول العامل لذلك تم اهماله وعدم تمثيله في بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-10 تفسير العامل العاشر:

من خلال الجدول (7) الذي يتضمن تشبعات المتغيرات البدنية بالعامل العاشر يتبين أن عدد المتغيرات التي تشبعت على هذا العامل بعد التدوير المتعامد بطريقة تعظيم التباين وبقيمة ($4 \pm$)

(1) عصام عبدالخالق؛ مصدر سبق ذكره، ص 163.

(2) هاشم درويش جبرائيل؛ تأثير تمارين خطية في مراكز اللعب المختلفة على بعض القدرات التوافقية والحركية وتحمل الأداء للاعب كرة القدم المتقدمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة الأنبار، كلية التربية الرياضية، 2016) ص 34.

(3) أحمد هشام أحمد الهاللي؛ مصدر سبق ذكره، ص 74.

(4) شهاب أحمد محيسن أحمد؛ مصدر سبق ذكره، ص 56.

فأكثر لم يتشبع عليه أي متغير مثلث ما نسبته (صفر%) من المجموع الكلي للمتغيرات المرشحة للتحليل العاملي وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل بعد التدوير المتعامد (1,003) فيما بلغت النسبة المئوية للتباين العاملي المفسر للعامل العاشر (4,181)، لم يتشبع على هذا العامل أي اختبار ونظراً لكون التشبعات المشاهدة على هذا العامل لم تحقق المستوى العدد المحدد لقبول العامل لذلك تم اهماله وعدم تمثيله في بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

4-1-5 وحدات بطارية اللياقة البدنية:

استرشاداً بالمعايير الموضوعية من قبل فليشمان لإختيار وحدات البطارية واعتماداً على نتائج التحليل العاملي للاختبارات البدنية لذا تم اختيار وحدات البطارية من ضمن العوامل المقبولة وفقاً للشروط الموضوعية⁽¹⁾.

- أن تمثل وحدات البطارية المختارة العوامل المستخلصة التي تم قبولها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري للدراسة.
 - تتكون البطارية المستخلصة من عدد من الوحدات تمثل كل منها أحد العوامل المستخلصة المقبولة كحد أدنى، وفي هذه الحالة فإن الوحدة المختارة لتمثل العامل يجب أن يكون لها تشبع عالٍ على العامل الذي يمثلته.
 - البطارية المناسبة يجب أن تمثل وحداتها معظم العوامل المستخلصة المقبولة والتي تم تفسيرها في ضوء الإطار النظري.
 - إن وحدات البطارية المستخلصة هي التي تمثل عاملاً ما وحقت عليه أعلى تشبع ويجب أن تكون تشبعاتها على العوامل الأخرى قريبة من الصفر.
 - يجب أن تكون الارتباطات البينية بين وحدات البطارية منخفضة، إذ يشير ذلك إلى أن كل اختبار فيها يقيس ظاهرة مستقلة لا يقيس غيرها.
 - يجب أن تكون وحدات البطارية ذات معامل ثبات عالٍ، فالاختبارات والقياسات المستقرة أفضل بكثير من غيرها.
- وعلى هذا الأساس تم ترشيح وحدات الاختبار والتي حققت أعلى التشبعات المشاهدة على العوامل الناتجة عن التحليل العاملي، والجدول (8) يبين ذلك.

الجدول (8)

الوحدات المرشحة عن عوامل بطارية اللياقة البدنية لطالبات

ت	اسم العامل	اسم الاختبار	رقم الاختبار	التشبع لكل عامل										الشروع
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	مرونة أجزاء الجسم	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة	6	0,857	0,046	0,018	0,001	0,052	0,003	0,187	0,067	0,356	0,315	1,005
2	سرعة الانتقال بأسرع وقت	ركض 25م	2	0,072	0,744	0,109	0,052	0,284	0,091	0,11	0,029	0,033	0,129	0,693
3	القوة الانفجارية للأطراف العليا	رمي كرة طبية 3كغم	9	0,016	0,113	0,734	0,011	0,236	0,132	0,235	0,117	0,028	0,125	0,710
4	التحمل العضلي	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا	16	0,163	0,006	0,073	0,753	0,088	0,064	0,222	0,028	0,291	0,095	0,728

(1) محمد صبحي حسانين؛ مصدر سبق ذكره، 1987، ص163-164.

5	التحمل الدوري والتنفسي	ركض - مشي 300م حول مربع	19	-0,127	-0,034	-0,036	-0,063	0,106	0,699	0,043	-0,005	0,111	-0,246	0,597
6	الرشاقة العامة	الركض الارتدادي الجانبي	14	-0,188	-0,088	0,012	0,213	0,103	-0,035	-0,137	0,578	-0,232	-0,114	0,499

أما الجدول (9) فيبين الارتباطات البينية لاختبارات البطارية المستخلصة، إذ تبين لنا أن كل اختبار يقيس ظاهرة لا يقيسها الاختبار الآخر وهذا يأتي متفقاً مع المعايير التي تخص الارتباطات البينية التي أشار إليها فليشمان والتي تم ذكرها آنفاً.

الجدول (9)

الارتباطات البينية لاختبارات بطارية اللياقة البدنية لطالبات

رقم الاختبار	اسماء الاختبارات	6	2	9	16	19	14
6	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة	×	-0,074	-0,008	*-0,124	-0,040	*0,131
2	ركض 25م		×	-0,001	0,005	0,014	0,057
9	رمي كرة طبية 3كغم			×	0,074	*-0,130	0,092
16	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا				×	0,064	0,001
19	ركض - مشي 300م حول مربع					×	
14	الركض الارتدادي الجانبي						×

• الارتباطات المعنوية لا تشير إلى التلازم الحقيقي لأنه معامل الاغتراب بين متغيرات أكبر من الارتباط⁽¹⁾

4-1-6 تقنين الوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت:

تم تقنين الوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت على عينة قوامها (500) طالبة وكالاتي:

4-1-6-1 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-8) لبطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة سنة في مدينة تكريت:

الجدول (10)

الوصف الإحصائي لوحدات بطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت

ت	اسم الاختبار	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أوطى قيمة
1	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة	عدد	24	4,73	23	0,211	39	11
2	ركض 25م	ثا	6,82	2,19	6	0,37	13,40	4
3	رمي كرة طبية 3كغم	م	3,21	1,22	3	0,17	6,40	1,20
4	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30ثا	عدد	20,34	3,53	21	0,18	28	11
5	ركض - مشي 300م حول مربع	ثا	91,89	7,53	89	0,18	109,5	80,20
6	الجري الارتدادي الجانبي	عدد	6,87	1,74	6	0,5	7	4,00

(1) وديع ياسين محمد التكريتي وحسن محمد عبد التكريتي؛ مصدر سبق ذكره، ص 238.

1-1-6-1-4 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة:

الجدول (11)

المستويات المعيارية لاختبار رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	28- فما فوق	120	%24
متوسط	22-27	300	%60
منخفض	21- فما دون	80	%16

الجدول (12)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة مقاساً بالسنتيمتر

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8
10	0,393	20	35,826	30	71,260
11	3,936	21	39,369	31	74,803
12	7,479	22	42,913	32	78,346
13	11,023	23	46,456	33	81,890
14	14,566	24	50	34	85,433
15	18,010	25	53,543	35	89,606
16	21,653	26	57,086		
17	25,196	27	60,630		
18	28,739	28	64,173		
19	32,283	29	67,716		

2-1-6-1-4 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار ركض 25م:

الجدول (13)

المستويات المعيارية لاختبار ركض 25م

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	5,72- فما دون	120	%24
متوسط	5,73-7,91	250	%50
منخفض	7,92- فما فوق	130	%26

الجدول (14)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار ركض 25م مقاساً بالثانية

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8
4,5	67,754	7,5	44,795	10,5	21,837
5	63,928	8	40,696	11	18,010
5,5	60,101	8,5	37,143	11,5	14,184
6	56,275	9	33,316	12	10,358
6,5	52,448	9,5	29,490	12,5	6,531
7	48,622	10	25,663	13	2,704

3-1-6-1-4 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار رمي كرة طبية 3 كغم:

الجدول (15)

المستويات المعيارية لاختبار رمي كرة طبية 3 كغم

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	3,83- فما فوق	97	%19,4
متوسط	2,6-3,82	310	%62
منخفض	2,59- فما دون	93	%18,6

الجدول (16)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-8) لاختبار رمي كرة طبية 3كغم مقاساً بالمتر

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-8
1,20	22,378	3,00	47,115	4,80	71,842

73,216	4,90	48,488	3,10	23,760	1,30
74,590	5,00	49,862	3,20	25,134	1,40
75,964	5,10	51,236	3,30	26,508	1,50
77,338	5,20	52,610	3,40	27,882	1,60
78,711	5,30	53,983	3,50	29,256	1,70
80,085	5,40	55,357	3,60	30,629	1,80
81,459	5,50	56,731	3,70	32,003	1,90
82,833	5,60	58,105	3,80	33,377	2,00
84,206	5,70	59,479	3,90	34,751	2,10
85,580	5,80	60,852	4,00	36,124	2,20
86,954	5,90	62,226	4,10	37,498	2,30
88,328	6,00	63,600	4,20	38,872	2,40
89,701	6,10	64,974	4,30	40,246	2,50
91,075	6,20	66,347	4,40	41,62	2,60
92,449	6,30	67,721	4,50	42,193	2,70
93,823	6,40	69,095	4,60	44,367	2,80
		40,469	4,70	45,741	2,90

4-1-6-1-4 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-5) لاختبار الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30 ثا:

الجدول (17)

المستويات المعيارية لاختبار الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30 ثا

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	23- فما فوق	105	21%
متوسط	19 - 22	280	56%
منخفض	18- فما دون	115	23%

الجدول (18)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-5) لاختبار الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين 30 ثا مقاساً بالتكرار

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5
10	1,906	17	34,124	24	67,377
11	5,654	18	38,889	25	72,125
12	10,402	19	43,637	26	76,872
13	15,150	20	48,385	27	81,620
14	18,898	21	53,133	28	86,368
15	24,646	22	57,881		
16	29,394	23	62,629		

4-1-6-1-5 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-5) لاختبار ركض - مشي 300م حول مربع:

الجدول (19)

المستويات المعيارية لاختبار ركض - مشي 300م حول مربع

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	88,12- فما دون	93	18,6%
متوسط	88,13 - 96,05	305	61%
منخفض	96,06- فما فوق	102	20,4%

الجدول (20)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-5) لاختبار ركض - مشي 300م حول مربع مقاساً بالثانية

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-5
80	76,464	9	54,206	10	31,949
80,1	76,241	9,10	53,984	10,10	31,726
80,2	76,019	9,20	53,761	10,20	31,503
80,3	75,796	9,30	53,533	10,30	31,281
80,4	75,574	9,40	53,316	10,40	31,058

30,835	10,50	53,093	9,50	75,351	80,5
--------	-------	--------	------	--------	------

4-1-6-1-6 المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (6-δ) لاختبار الجري الارتدادي الجانبي:

الجدول (21)

المستويات المعيارية لاختبار الجري الارتدادي الجانبي

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	6,39- فما دون	97	19,4%
متوسط	6,40- 8,14	295	59%
منخفض	8,15- فما فوق	108	21,6%

الجدول (22)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (6-δ) لاختبار الجري الارتدادي الجانبي مقاساً بالتكرار

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-δ	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية 6-δ
4	77,644	6	58,38
5	68,102	7	48,747

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

فيما يخص الاستنتاجات الخاصة ببطارية اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت:

- 1- التحليل العاملي باستخدام التدوير المتعامد الذي تم إجرائه على (24) اختباراً بدنياً خلص إلى (10 عوامل) تم قبول (6) منها على ضوء شروط قبول العوامل.
- 2- العوامل التي تم التوصل لها ووحداتها (اختباراتها) المرشحة عنها والتي تمثل أعلى التشبعات عليها وهي:

رقم العامل	اسم العامل	الاختبار المرشح لها
العامل الأول	مرونة أجزاء الجسم	رفع الذقن والذراعان خلف الرقبة
العامل الثاني	سرعة الانتقال بأسرع وقت	ركض 25م
العامل الثالث	القوة الانفجارية للاطراف العليا	رمي كرة طبية 3كغم
العامل الرابع	التحمل العضلي	الجلوس من الرقود من وضع مد الركبتين 30ثا
العامل الخامس	التحمل الدوري والتنفسي	ركض - مشي 300م حول مربع
العامل السادس	الرشاقة العامة	الركض الارتدادي الجانبي

- 3- عوامل الوحدات الست المرشحة عن العوامل تعد اختبارات نفية، إذ إن تشبعاتها كل العوامل الأخرى هي صفيرية أو قريبة من الصفر، ويؤكد ذلك انخفاض الارتباطات البينية بينها.
- 4- تم وضع المستويات المعيارية والدرجات المعيارية لوحدات بطارية اللياقة البدنية المستخلصة لطالبات المدارس المتوسطة في مدينة تكريت.

5-2 التوصيات:

- 1- اعتماد الوحدات المرشحة عن بطارية اللياقة البدنية بمعاييرها ومستوياتها.
- 2- اعتماد المستويات المعيارية والدرجات المعيارية التي تم التوصل إليها عند تقويم عناصر اللياقة البدنية لطالبات المدارس المتوسطة.
- 3- إجراء دراسات مشابهة لمراحل دراسية أخرى وفئات عمرية أخرى استكمالاً لهذه الدراسة.
- 4- إجراء دراسات مشابهة لنفس المرحلة العمرية في المحافظات الأخرى في العراق.

المصادر

القرآن الكريم

- إبراهيم أحمد سلامة؛ المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية: (القاهرة، منشأة دار المعارف، 2000).
- أبو العلا أحمد عبدالفتاح؛ التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997).
- أحمد أبو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003).

- أحمد عبدالمطلب محمد الحديدي؛ بناء بطارية اختبار بدنية – مهارة للاعب كرة اليد للمنطقة الشمالية، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2012).
- بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقيم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983).
- ثائر داود سلمان؛ التحليل العاملي الاستكشافي : (النجم الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2015).
- ثائر عبدالاله أوغسطين؛ بناء بطارية اختبار اللياقة البدنية وقدرتها على التنبؤ بمستوى التحصيل العملي في بعض الدروس لكلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، 2004).
- ريسان مجيد خريبط وثائر داود سلمان؛ طرق تصميم وبناء بطاريات الاختبارات والقياس في التربية الرياضية : (جامعة البصرة، دار الحكمة، 1992).
- زياد طارق سلمان الطائي؛ البناء العاملي للقياسات الجسم – وظيفية ومدى مساهمته في كفاءة الأداء بكرة السلة، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2004).
- سعد باسم جميل اسماعيل الوزان؛ الاتساق لعوامل بطارية اللياقة البدنية الخاصة وعوامل بطارية المهارات الأساسية لناشئين بكرة اليد، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2005).
- سلام شكور حميد الزهاوي؛ مؤشرات التكوين الجسمي ومساهمتها ببعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب المدارس المتوسطة بأعمار (13-15) سنة في قضاء الطوز، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة تكريت، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2015).
- شهاب أحمد محيسن حمد الجنابي؛ بناء بطارية اللياقة البدنية الخاصة والنمو الجسمي كمحدد لانتقاء الرياضي للاعب كرة القدم في محافظة صلاح الدين، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة تكريت، كلية التربية الرياضية، 2014).
- صفوت فرج؛ التحليل العاملي في العلوم السلوكية : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1980).
- صلاح الدين محمود علام؛ تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2000).
- عادل عبد السعيد؛ التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق : (القاهرة، المكتبة المتحدة، 1996).
- عايد علي عذاب؛ القدرات البدنية والحركية مؤشراً لانتقاء ناشئي كرة القدم بأعمار (14-16) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، 2008).
- عبدالمعزم أحمد جاسم الجنابي؛ بناء حقيبة اختبارات لاختيار لاعبي المدارس بكرة القدم لأعمار (10-12) سنة في مدينة تكريت، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2007).
- عصام عبدالخالق؛ التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، ط9 : (الإسكندرية، دار الكتب الجامعية، 1999).
- غيداء سالم عزيز علاوي النعيمي؛ بناء بطارية عاملية لاختبارات اللياقة البدنية ومؤشرات النمو الجسمي لطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الموصل، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2002).
- فائز أبو عريضة وعماذ عبدالخالق؛ أثر ممارسة رياضة الجمباز على تنمية صفة المرونة لدى طلاب المرحلة العمرية (10-13) سنة، بحث منشور: (مجلة النظريات والتطبيقات، جامعة الإسكندرية، مجلة التربية الرياضية، العدد 33، 1999).
- قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، ط1: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998).
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين؛ اللياقة البدنية ومكوناتها، ط3 : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997).
- ليث عبدالمطلب عبدالحزمة؛ تصميم وتقتين بطاريتي اختبار (بدنية – مهارة) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14-16) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة : (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2011).
- ليلي السيد فرحات؛ القياس والاختبار في التربية الرياضية : (القاهرة، مركز الكتاب، 2001).
- مجيد خدا يخش؛ بناء بطاريتي اختبارات بدنية ومهارة في خماسي كرة القدم للاعبين فرق المدارس الابتدائية بأعمار (9-12) سنة، ط1 : (عمان، دار غيداء للنشر والتوزيع، 2011).
- محمد جاسم أحمد الياسري؛ بناء وتقتين بطارية اللياقة البدنية لانتقاء الاشئين بأعمار (10-12) سنة، أطروحة دكتوراه غير منشورة : (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1995).

- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2008).
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الأداء الحركي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003).
- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2017).
- محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي، ط1: (القاهرة، دار المعارف، 1994).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية الرياضية، ط3، ج1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط5، ج1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003).
- محمد صبحي حسانين؛ طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1982).
- محمد نصر الدين رضوان؛ عامل الدرجات العليا في القدرة الحركية في مجال التربية الرياضية: (بحث منشور، الإسكندرية، مجلة الدراسات والبحوث، المجلد3، العدد1، 1980).
- محمود صلاح الدين علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى اساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2006).
- مروان شفيق طاهر؛ بعض القدرات البدنية الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية والمهارات الأساسية وعلاقتها بترتيب الفرق في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة: (جامعة غداد، كلية التربية الرياضية، 2005).
- مصطفى السايح محمد وصلاح أنس محمد؛ اختبار الأوربي للياقة البدنية (بورفيس): (الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2009).
- مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- نوزاد حسين درويش؛ انموذج تصنيف النمو الجسمي السائد وبناء بطارية القدرات البدنية للاعبين الكرة الطائرة بأعمار (15-17) سنة في محافظة أربيل، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة كويا، كلية التربية الرياضية، 2012).
- هاشم درويش جبرائيل؛ تأثير تمرينات خطية في مراكز اللعب المختلفة على بعض القدرات التوافقية والحركية وتحمل الأداء للاعبين كرة القدم المتقدمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة: (جامعة الأنبار، كلية التربية الرياضية، 2016).
- هويدا عبد الحميد اسماعيل؛ دراسة عاملية لخصائص النمو والتكوين الجسمي والقدرات البدنية كمدخل لانتقاء الموهوبين رياضياً في المرحلة السنية (6-12) سنة في بعض الأنشطة الجماعية، بحث منشور، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد26، ج1، يناير2011.
- وديع ياسين محمد التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1997).

ملخص البحث

تحليل التغيرات الكهربائية في جهد الفعل العضلي للذراع الضاربة في الارسال

بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي وعلاقته بالدقة في تنس الطاولة

أ.م.د. علاء الدين فيصل خطاب الزيدي / جامعة الموصل / كلية التربية للبنات

السيدة مروة مازن محمد

السيدة زينة عدنان محمود

alaaaldeenf@yahoo.com

هدف البحث الى

1- التعرف على متغيرات جهد الفعل لعضلات الذراع الضاربة في الارسال بوجه و ظهر اليد بالدوران الجانبي في تنس الطاولة.

2- التعرف على دقة الارسال بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي في تنس الطاولة.

3- إيجاد العلاقة بين بعض متغيرات جهد الفعل لعضلات الذراع الضاربة للارسال بوجه و ظهر اليد والدقة في تنس الطاولة.

4- المقارنة في متغيرات جهد الفعل العضلي بين العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية والعضلة ذات الرأسين العضدية فضلا عن المقارنة بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في نفس المتغيرات للعضلتين.

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث. اما عينة البحث فتكونت من لاعبي منتخب جامعة الموصل بتنس الطاولة وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وعددهم (5) لاعبين . وسائل لجمع البيانات الاستبيان ، القياس ، الاختبار ، التحليل.

اما اهم الاستنتاجات هي:

1- تم التوصل الى ان الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد يختلف بطبيعة العمل من عضلة الى اخرى حسب شدة النقل 2- تبين وجود اختلاف في طبيعة تقلص العضلة ذات الرأسين العضدية في الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد 3- تبين انه كلما زاد تقلص العضلة ذات الرأسين العضدية قلت دقة الارسال بوجه اليد فضلا عن ان عمل هذه العضلة يؤثر بشكل سلبي على الدقة في حالة النقل القوي .

Abstract

Analyzing changes electrical in action potential to the arm strike in the transmission to general, appeared hand to turnover side ,and its relationship to accurate in table tennis **The Research aims to :**

1-Explaining the variables action potential through the analysis of Electromyography(EMG) of the Muscles arm strike in the transmission to general , appeared hand to turnover side in table tennis, Have been selected to the way intended

- 2- Explaining the accuracy of transmission to general, appeared hand to turnover side in table tennis
 - 3- Finding out a relation between some action potential variables in the transmission to general, appeared hand and accuracy in table tennis
 - 4-Comparing in variables action potential between muscle triceps and biceps as well as Comparing between transmission to general, the hand and transmission noon hand at the same variables.
- Use the researchers approach descriptive for its suitability with the study .the sample consisted of players elected the university of mausal in table tennis and their number five players. Means of data collection, questionnaire, measurement, test, the analysis.

The most important conclusions

- 1-Reached that the transmitter general ,the hand transmission noon hand is different nature of the work of muscle to other by the intensity of contraction
- 2- Shows a difference in the nature of contraction biceps in the transmitter general, the hand transmission noon hand.
- 3-Shows that higher contraction biceps I said the accuracy of transmitter general, the hand. As well as to the work of this muscle affects negatively accuracy in the case of contraction strong.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

لقد شهد العالم في السنوات الأخيرة تطوراً واضحاً في العلوم الرياضية وفي الأجهزة العلمية والتي تقيس متغيرات مختلفة والتي بفضلها ساهمت بشكل فعال في رفع وتطور المستوى الرياضي وأصبح العمل أكثر يسر وسهولة بوجود تلك الأجهزة .إذ أصبحت التطورات الأخيرة تحتم علينا المتابعة حتى نستطيع مواكبة التقدم الحاصل من خلال استخدام تلك الأجهزة العلمية الحديثة إذ أن ظهورها ساهم في الكشف عن مكامن الخلل والضعف في الأداء الحركي وهي بذلك تسهم في الوقوف على مدى نجاح العملية التدريبية وتوفير مؤشراً "معيناً" لما وصل له الرياضي ، وإن البايوميكانيك الرياضي يتطلب اتباع الاساليب العلمية الدقيقة والموضوعية بشكل سليم ومخطط لها فضلاً عن تطبيق تقنيات جديدة لمواكبة الاتجاهات الحديثة في تحقيق النتائج الجيدة للوصول الى المستويات العالية ، إذ تخضع جميع الحركات والمهارات الرياضية في ادائها الى شروط فسلجية وميكانيكية وفنية خاصة وفقاً لطبيعة الحركة (عبد الرضا ، 361,2010).

ويعد جهاز قياس الجهد الكهربائي للعضلات (Electromyography) ومختصره (EMG) أحد تلك الأجهزة التي نستطيع بواسطتها معرفة النشاط الكهربائي للعضلات عند أداء الحركة الرياضية من خلال دراسة خصائص نشاط الجهاز العصبي العضلي إذ يعتمد هذا الأسلوب أساساً على تسجيل وقياس الجهد الكهربائي للعضلات خلال انقباضها وإمكانية ربطها بآلة تصوير ومن ثم

إيصال المعلومات إلى الحاسوب عن طريق استخدام الاسلاك الكهربائية (سليمان ومحمد، 2011، 4).

وقد أجريت العديد من الدراسات على جهاز قياس الجهد الكهربائي للعضلات وفي العديد من الألعاب الرياضية مثل دراسة (محمود، 2010) ودراسة (حسون، 2009) ودراسة (عبد السلام، 2000) إلا أن الدراسة الحالية تناولت دراسة نشاط العضلات في لعبة كرة تنس الطاولة. ومن هنا وتكمن أهمية البحث في محاولة لتأشير وتحديد مواقع ارتفاع وانخفاض كهربائية العضلتين ذات الراسين وذات الثلاث رؤوس العضديتين خلال أداء مهارة الارسال، إذ أصبح من الضروري دراسة الكفاية الوظيفية للعضلات من خلال طبيعة الاداء والتحكم بالأداء واعطاء صورة واضحة ودقيقة ومباشرة عن الية الجهد الكهربائي للعضلات اثناء الاداء لدى لاعبي كرة الطاولة لان معرفة حجم النشاط الكهربائي للعضلة ودرجة شدته مع ارتفاع صعوبة الحركة يعطينا تصور عن مدى تكيف العضلة وكلما زاد تكيف العضلة ، عكس ذلك الارتفاع بمستوى الرياضي للوصول الى تحقيق افضل ارتفاع من اجل تسديد الكرة بشكل مؤثر.

1-2 مشكلة البحث

تعد طريقة دراسة الجهد الكهربائي للعضلة من احدى الوسائل الفعالة والحديثة في مراقبة التقدم في وظيفة العضلة ، ولقد لاحظت الباحثتان ان الاداء الحركي لمهارة الارسال في كرة الطاولة لم يكن بمستوى عال بالرغم من أهمية هذه المهارة كمتطلب اساسي ويستطيع اللاعب في ادائها اكثر من مرة اثناء الشوط الواحد ومع تغير في الاداء يؤدي الى الارتفاع بدرجة الصعوبة مما يزيد من فرصة حصول اللاعب على المحسنات واذ تلعب الجوانب البيوميكانيكية دورا مهما في تنفيذ الاداء الجيد الامر الذي يجعل اتقان هذه المهارة يستغرق وقتا طويلا في التدريب لإتقان المهارات المطلوبة الاخرى وكلما تقدم اللاعب بالأداء المهارى الاكثر صعوبة كانت الاخطاء دقيقة اذ لا يستطيع المدرب من تشخيصها الا عن طريق التصوير الفيديوي للحركة والتحليل الكهربائي العضلي ومن هنا استخدم الباحثون التحليل بالتقنيات الحديثة باستخدام جهاز الالكترومايكروفي (EMG) القادر على كشف وخرن النشاط الكهربائي للعضلات العاملة على الذراع اثناء اداء مهارة الارسال والوقوف على اهم المعوقات التدريبية التي يجب التركيز عليها من خلال تحسين عمل العضلات العاملة على المهارة للإسراع في اتقان المهارة وتقدم اللاعب.

1-3 اهداف البحث

1- التعرف على متغيرات جهد الفعل لعضلات الذراع الضاربة في الارسال بوجه و ظهر اليد بالدوران الجانبي.

2- التعرف على دقة الارسال بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي في تنس الطاولة.

3- أيجاد العلاقة بين بعض متغيرات جهد الفعل لعضلات الذراع الضارية للأرسال بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي والدقة في تنس الطاولة.

4- المقارنة في متغيرات جهد الفعل العضلي بين العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية وبين العضلة ذات الراسين العضدية فضلا عن المقارنة بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في نفس المتغيرات للعضلتين.

1-4 فرض البحث هناك علاقه ذات دلالة معنوية بين بعض متغيرات جهد الفعل لعضلات الذراع الضارية للرسال بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي و الدقة في تنس الطاولة

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبي منتخب جامعة الموصل في لعبة كرة تنس الطاولة.

1-5-2 المجال المكاني: قاعة الالعب الفردية /كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل .

1-5-3 المجال الزمني: للمدة 2017/1/19 ولغاية 2017/11/21

1-6-1 المصطلحات الواردة في البحث

1-6-1-1 جهد الفعل العضلي Action potential / هي الموجة المشكلة من التفريغ الكهربائي التي تنتقل من منطقة الى مجاورتها على طول الغشاء الخلوي لاي خلية خصوصا على محوار الخلية العصبية ، ويحدث جهد الحركة من جذر الخلية وتمتد طوليا خلال الليفة على شكل موجات متعاقبة عند اشارة الليف العضلي للانقباض" (cambll,1984,24-29) نقلا عن (الربيعي، 2007، 246).

1-6-1-2 التخطيط الكهربائي العضلي Electromyography (EMG)

"هو تسجيل ودراسة النشاط الكهربائي للعضلة الداخلي والتلقائي والإرادي للعضلة . فهو اختبار لسلامة الجهاز الحركي الذي يتألف من الأعصاب الحركية العليا والسفلى والاتصالات العصبية العضلية والعضلات (الوائلي ، 2002 ، 29).

1-6-1-3 الدوران الجانبي / هو الدوان الحاصل بالكرة نتيجة تحريك المضرب على جانب الكرة من اليمين الى اليسار يكسبها دوران نحو اليسار او ضربها من اليسار الى اليمين وهذا يكسبها دوران نحو اليمين (الهالي، 1999، 26).

1-6-1-4 الدقة / مقدرة الفرد في السيطرة على حركاته الارادية لتوجيه شيء ما نحو شيء اخر (العائدي، 2011، 355).

1-6-1-5 اعلى قمة للموجة Max of Wave form(MA)

وهي ارتفاع أعلى قمة للفولتية بالاتجاه الايجابي وكلما زاد التمدد بالارتفاع للأعلى كلما كانت قاعلية ونشاط العضلات أكثر.(الصميدعي ، 1987 ، 148) ويقاس بـ (ملي.فولت) (m.v)

1-6-1-6 الطول الموجي Amplitude(AM) /تمثل سعة الاستجابة الكهربائية

(الطول الموجي) ويقاس بـ (ملي.فولت) (m.v) (المشهداني ، 2000 ، 39) وهي الفولتية من القمة الايجابية الأعلى إلى القمة السلبية الأعلى ، وأن سعة الاستجابة تتناسب مع عدد وحجم الألياف المزال استقطابها لذا فهي تعطينا تخمين واستنتاج لمقدار كمية النسيج المنشط كهربائياً ، وتعتمد سعة الاستجابة على المسافة بين القطب الكهربائي المسجل والمولد.

(Aminoff , 1999 , 255)

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 التحليل الحركي

يعتمد هذا العلم بالدرجة الاساس على استخدام القوانين الميكانيكية والفيزيائية والرياضيات بغرض دراسة الحركة وتحليلها تشريحياً وميكانيكياً ، وهو يعني بدراسة الظاهرة الحركية دراسة موضعية على اساس استخدام القوانين والاسس الميكانيكية في التحليل الحركي (مفيد وشلش، 1992، 28). التحليل الحركي يدرس العناصر المكونة للحركة فضلاً عن دراسة الحركة كوحدة متكاملة مترابطة، إذ ان فاعلية اداء الرياضيين تتعلق بدرجة اكتمال التكنيك المستخدم ودراسة الخصائص الكينيماتيكية تسمح بالحكم على مستوى اتقان الاداء الحركي (حسين ومحمود، 1998، 15).

2-1-2 التحليل الكينتيكي

ان هذا النوع من التحليل يهدف الى دراسة اسباب حدوث الحركة اي الاخذ بنظر الاعتبار القوى الداخلية والخارجية المحيطة بالحركة (الهاشمي، 1991، 46) على اعتبار ان الحركة التي تحدث في المجال الرياضي او في الحياة الاعتيادية هي عبارة عن تأثير متبادل بين القوى الداخلية (القوى العضلية) والقوى الخارجية (الجاذبية الارضية - الاحتكاك الخ) وغيرها من القوى المحيطة بالفرد والتي تؤثر بشكل مباشر في الاداء (حسين ومحمود، 1998، 235).

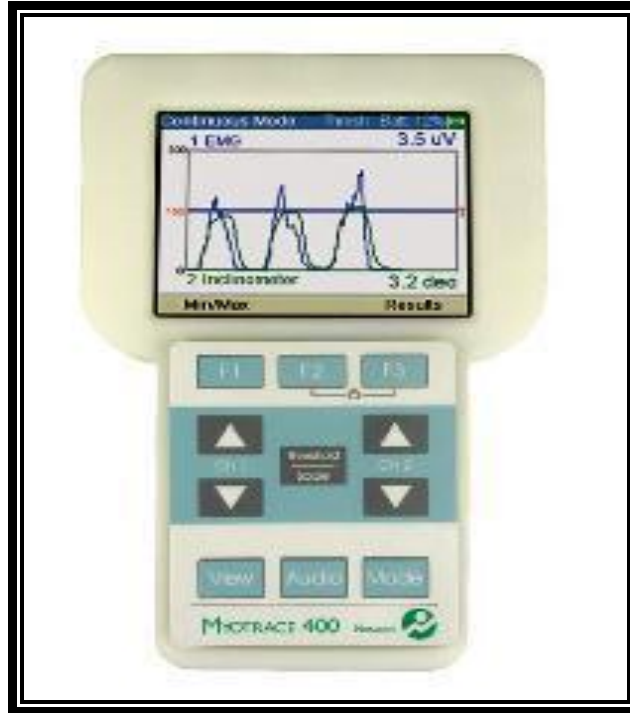
تتم طريقة التحليل البايوكينيتيكي للمهارات الحركية والرياضية في البحث عن الارتباط الشرطي بين تأثير القوة والانواع المختلفة من الحركات ، فضلاً عن البحث في الشروط التي يمكن ان تنشأ تأثيرات القوة في ظروفها ويطلق على هذا النوع من التحليل (الكينتك) والذي يُعنى بالأساليب الفيزيائية للحركة (حسن، 2006، 3).

2-1-3 جهد الفعل العضلي وإشارة (EMG)

يستخدم جهاز الالكترومايكروفي (EMG) لتسجيل فاعلية او النشاط الكهربائي المصاحب للعضلة خلال الانقباض ، وهو يصور ويسجل التردد والمدى خلال الانقباض والتقلص العضلي ، اذ تظهر العضلة نشاطاً كهربائياً بتردد ومديات ضعيفة عندما تثار وحدات حركيه قليلة وبعكسه عندما تثار اكبر عدد من الوحدات الحركية وإشارة (EMG) لها خصائص معينه للدلالة على توقيت العضلة وقوتها وتعبها، تمتلك العضلة القابلية على توصيل الجهد الكهربائي بطريقة تشبه توصيل العصب

ويطلق على هذه الإشارة الكهربائية بجهد فعل العضلة ، وتسجل إشارة (EMG) اسلوب لجمع المعلومات الموجودة في جهد فعل العضلة وتمثل هذه الإشارة ايضا سلسلة من جهد فعل الوحدة الحركية للإظهار استجابة العضلة للحافز العصبي (عبد السلام، 2000، 5).

أن جهاز الالكترومايكروفي استثنائي في اظهار ما الذي تفعله العضلة في اية لحظه خلال ثبات الجسم وحركته وحالة الجهاز العصبي الذي يغذي العضلة كما يظهر بموضوعية التفاعل الدقيق او التناسق بين العضلات وهذا غير ممكن تحقيقه بالأساليب الاخرى ويعتمد اسلوب تخطيط رسم العضلات الكهربائي على تسجيل العلاقة بين عمل كل من الجهاز العصبي والعضلي ومن خلال تسجيل التغيرات الكهربائية التي تحدث وتظهر في العضلة في أثناء الانقباض فمن المعروف أن الانقباض العضلي يحدث نتيجة لاستثارة من الجهاز العصبي العضلي بواسطة الاعصاب الحركية التي بدورها توصل الإشارة الى سطح العضلة ومن ثم يحدث فرق جهد على طرفي الغشاء نتيجة النفاذية في الغشاء ويتمثل هذا التغير في شكل مقدار الاستقطاب الذي يظهر في شكل خط يتجه لأعلى بمقدار درجة التغير الكهربائي ثم يعود هذا الخط في الرجوع الى المستوى الاعتيادي عندما تعود حالة الخلية الى حالتها الطبيعية وبهذا فأن هذا المخطط يتحدد بمتغيرين الاول (السيني) الزمن بوحدة الملي ثانية (msec) والثاني (الصادي) قوة الإشارة وبوحدة المايكرو فولت (uv). ان جهاز (EMG) يعمل على مستوى ترددات بين (1HZ - 20HZ) من خلال عبور الإشارة بمرشح مرور عالي (High Pass Filter) لأزاله الضوضاء الصادرة من خطوط الطاقة الكهربائية ومن الأجهزة المحيطة . والشكل يوضح جهاز (EMG) وتسجيل الإشارة (محمود، 2010، 34).



الشكل (1) يوضح جهاز (EMG)

2-1-4 تركيب العضلة:

تتكون العضلة في جسم النسان من مجموعة من الوحدات الحركية حيث تتكون كل وحدة حركية من مجموعة من الالياف العضلية ، ويختلف مقدار طول الالياف العضلية بحسب وجود مكانها في العضلات التي تغطيها حيث يتراوح طولها من 1 ملم الى 30 سم وان عدد الالياف العضلية حوالي 250 مليون ليف عضلي اما قطرها فبتراوح بين 10-100 ميكرون تختلف الالياف العضلية في الجسم وتختلف من شخص لأخر، فهناك نوعين من الالياف العضلية الاول الالياف البيضاء او السريعة الانقباض وهي تتميز كما يدل اسمها بسرعة الانقباض وقوة الانقباض وهذا النوع مسؤول عن اداء الحركات المتميزة بالقوة والسرعة. كما في العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية التي تقع خلف العضد حيث تحتوي على 6-80% من الالياف البيضاء. بينما يدعى النوع الاخر بالألياف الحمراء او بطيئة الانقباض والتقلص او الالياف الغامقة وتكون استجاباتها ابطأ بصورة كبيرة بالمقارنة بالخلايا سريعة الانقباض كما في العضلة ذات الرأسين العضدية، وتتكون الالياف العضلية من لييفات عضلية ، وتتكون العضلة بدورها من نوعين من الخيوط البروتينية الدقيقة والغليظة (السميكة) او ما يسمى بالأكتين والميوسين (عبدالمقصود، 1997، 81).

2-1-5 عضلات العضد تتكون عضلات العضد من منطقتين امامية وخلفية :

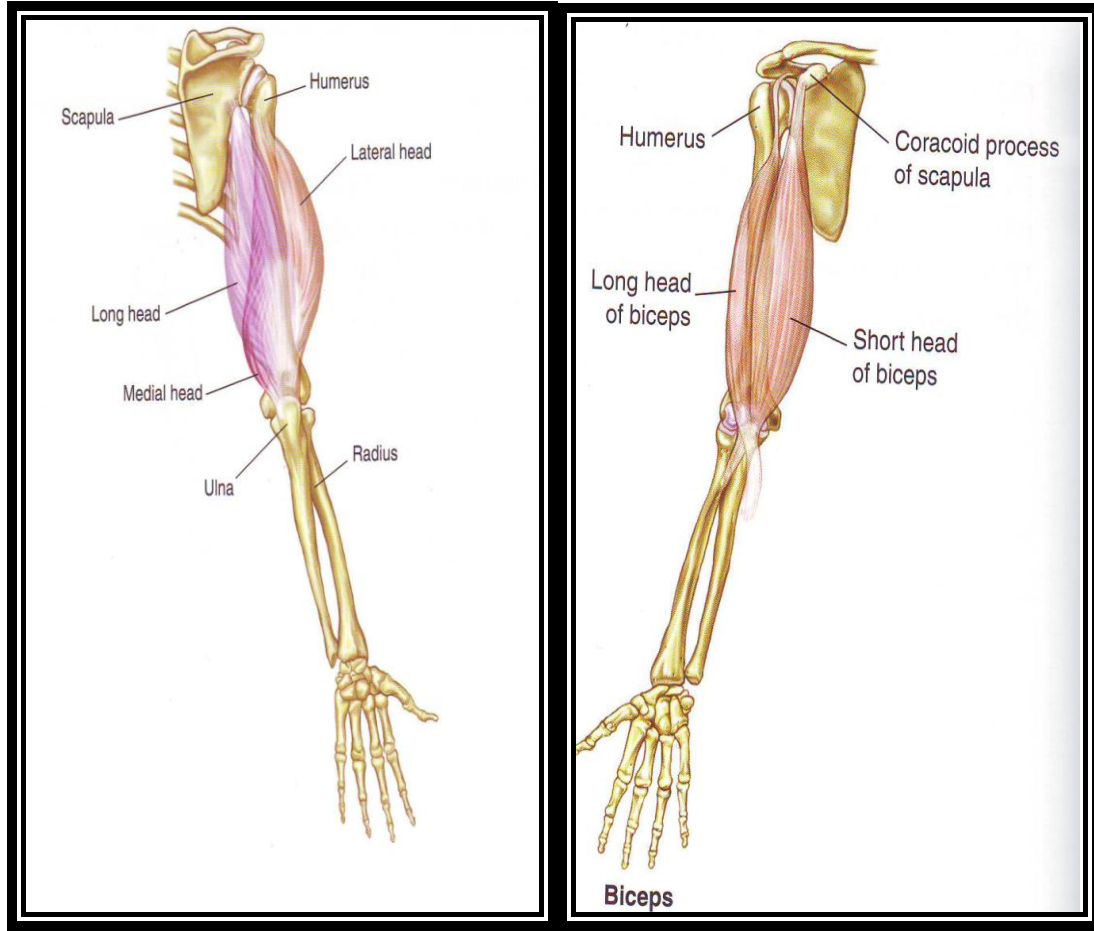
1- عضلات المنطقة الامامية وهي العضلة ذات الرأسين العضدية والعضلة العضدية الكعبرية وهذه العضلة تعمل على ثني الساعده . 2- عضلات المنطقة الخلفية تقتصر عضلات المنطقة الخلفية على العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية والعضلة المرفقية والعضلة الرئيسية المسؤولة عن بسط المرفق هي العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية. (زاهر ، 2011 ، 452-453)

2-1-6 العضلة ذات الرأسين العضدية

تقع هذه العضلة في المنطقة الامامية من الذراع امام عظم العضد، وقد سميت ذات الرأسين العضدية لانها تنشأ برأسين ثم يتحدان ليكونا عضلة واحدة . وتنشأ برأسين احدهما يسمى الرأس الطويل الذي ينشأ من اعلى الحفرة الحقية لعظم لوح الكتف والثاني يسمى بالرأس القصير الذي ينشأ من النتوء الغرابي لعظم لوح الكتف وتتغرز في الحدة الكعبرية لعظم الكعبرة. حيث يعتبر وتر هذه العضلة مفصل المرفق ليصل الى مكان المغرز وتعمل على ثني مفصل المرفق وطرح الساعد كما تساعد قليلا في ثني الذراع عند مفصل الكتف (انظر الشكل 2).

2-1-7 العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية/ وتقع في معظم المنطقة الخلفية من عظم العضد وهي من العضلات الكبيرة في المنطقة وقد سميت كذلك لأنها تنشأ بثلاث رؤوس الرأس الطويل ينشأ من المنطقة تحت الحفرة الحقية لعظم لوح الكتف ورأس وحشي ينشأ من النصف العلوي للسطح الخلفي لعظم العضد ورأس انسي ينشأ من النصف السطح الخلفي لعظم العضد ، تتحد

الرؤوس الثلاثة بوتر واحد تتغرز في النتوء المرفقي لعظم الزند وهي عضلة باسطة تبسط الساعد عند مفصل المرفق (قبع، 2010، 81-82).



الشكل (2) يوضح الوضع التشريحي للعضلة ذات الرأسين العضدية (biceps) والعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية (triceps)

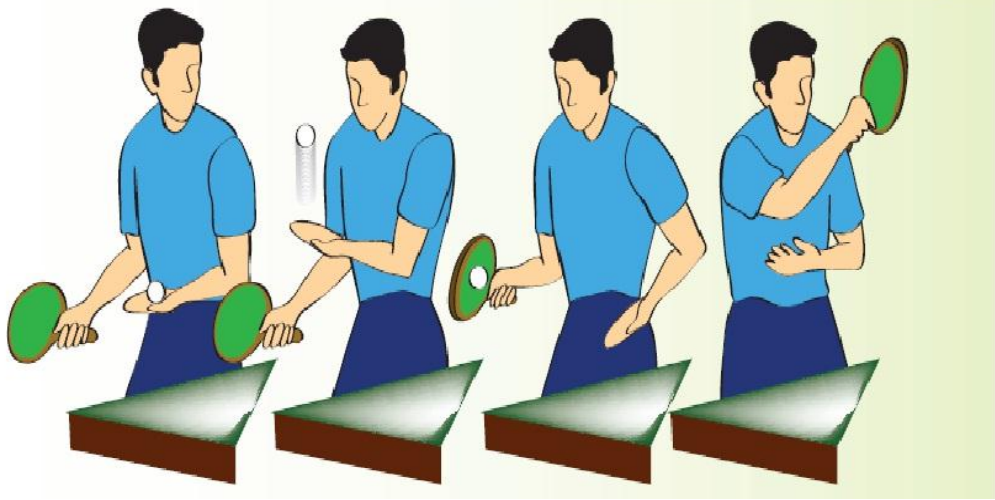
8-1-2 تنس الطاولة

تعد رياضة تنس الطاولة من الأنشطة الرياضية التي تمتاز بمهارات اساسية متنوعة نتيجة لتعامل اللاعب مع المضرب وكرة الطاولة مستخدما في ذلك المهارات الاساسية التي يداولها لإظهار الطابع المميز لهذه اللعبة ، واصبحت هذه الرياضة من الالعاب الشعبية المحببة لدى معظم المجتمعات العربية والدولية لمناسبتها مع كافة الاعمار والاجناس ولعدم حاجتها الى مساحات واسعة لممارستها او امكانات مادية باهظة التكاليف فالتقدم التكنولوجي الذي واكب هذا العصر

9-1-2 الارسال

يعد الارسال في كرة الطاولة هو مفتاح اللعب وايضا على بقية العاب المضرب (التنس، الريشة: السكواش) . وتعد الضربات المستخدمة والشائعة الاستعمال هي الضربة الامامية التي تحدث حركة دوران الى اعلى في الكرة ،والامامية القاطعة، والضربة الخلفية التي تحدث حركة دوران الى اعلى في الكرة ،والخلفية القاطعة وهناك ثلاث عوامل تحدث تغيرا في ضربة الارسال.

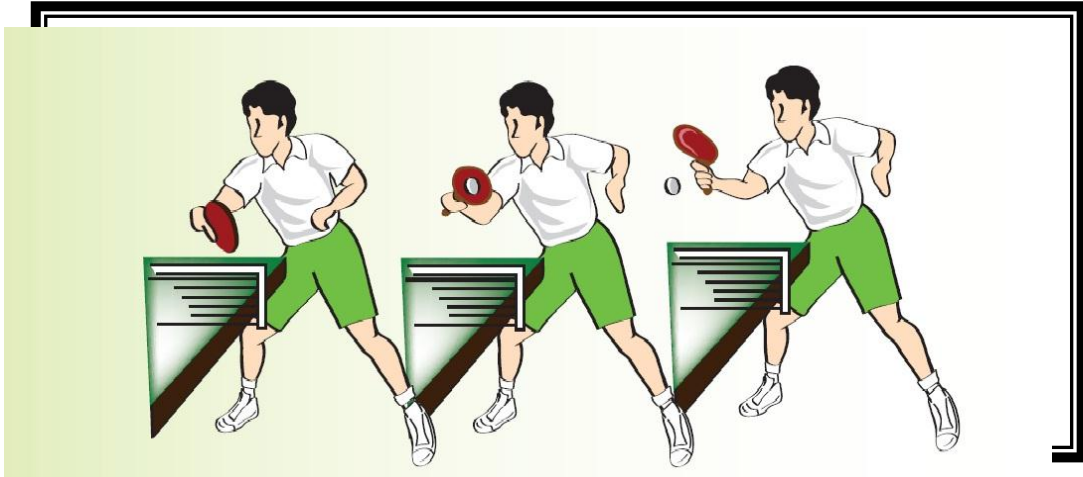
- الوضع - نوع الضربة - السرعة (مهوس، 2002، 14).
- 2-1-10 الارسل بوجه اليد وطريقة الاداء - الوقوف خلف الطاولة بمسافة تتراوح ما بين 50-60سم واحد القدمين متقدمة على الاخرى في ثني الركبتين وميل الجذع الى الامام قليلا
- مسك المضرب باليد المؤدية ويكون فوق سطح الطاولة وخارجها
- وضع الكرة عموديا مع تحريك اليد الحاملة للمضرب خلفا ثم اماما لأداء ضربة الارسل ومد الذراع كاملا بعد ضربة الارسل



الشكل (3) يوضح الارسل بوجه اليد

2-1-11 الارسل بظهر اليد وطريقة الاداء

- يقف المؤدي خلف الطاولة بمسافة ما بين 50-60سم مواجه للطاولة مع تباعد الرجلين بأتساع الصدر وثني الركبتين وميل الجذع قليلا للأمام
- مسك المضرب باليد المؤدية بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجها.
- يؤدي الارسل برمي الكرة الى الاعلى قليلا لضرب الكرة من اسفل ومد الذراع كاملا بعد اداء الارسل (الخولي، 2007، 30). والشكل التالي (4) يوضح الارسل بظهر اليد



2- 2 الدراسات السابقة :

2-2-1 دراسة (علي والزهرى، 1998)

الموسومة ((تحديد درجات الصعوبة لمناطق استقبال الارسال لكرة الطاولة))

هدفت الدراسة الى تحديد درجات الصعوبة للكرات المرسله الى مناطق استقبال الارسال، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بطريقة المسح ، وتكونت عينة الدراسة من لاعبي اندية القطر للدرجة الممتازة وعددهم 16 لاعبا يمثلون أندية (الكرخ، الشباب، الفتوة، النهضة، الارمني) تتراوح اعمارهم ما بين (20-27) سنة اختيروا بالطريقة العمدية. واستنتجت الدراسة:

- ان المنطقة المجاورة خلف الشبكة مباشرة هي أصعب المناطق على المستقبل.
- يحقق المرسل اكثر نقاطه في منطقة المجاورة خلف الشبكة اذ يتفوق على المستقبل ب 90% مقابل 10% من النقاط للمستقبل (الهالي، 1990، 39)

3- اجراءات البحث

3-1 منهج البحث استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث 0

3-2 مجتمع البحث وعينته / تم اختيار عينة البحث من لاعبين منتخب جامعة الموصل بتنس الطاولة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (5) من بين سبعة لاعبين وهم يمثلون افضل اللاعبين من مجتمع البحث والبالغ عددهم سبعة لاعبين

الجدول (1) يبين مواصفات عينة البحث

ت	أفراد العينة	العمر/السنة	الطول/سم	الكتلة/كغم
1	مؤمن سعد	19	178	74
2	مؤيد فراس	18	164	62
3	خالد حميد	21	171	58
4	فواز توفيق	20	168	60
5	وانل قيس	23	178	64
الوسط الحسابي س-		20.2	171.8	63.6
الانحراف المعياري $\pm$ ع		2.56	5.52	5.57

3-3 الاجهزة والادوات

تم استخدام الاجهزة والادوات الاتية من اجل الحصول على افضل دقة للبيانات :

- جهاز الالكترومايكروفي (EMG). • آلة تصوير فيديو عدد (1) نوع (اكسبيريا). • شريط قياس.
- شريط لاصق. • ميزان لقياس كتلة الجسم. • طاولة منضدة وملحقاتها. • ماكينة حلاقة. • قطن وشاش. • حاسوب.

3-4 وسائل جمع البيانات/ استخدم الباحثون تحليل محتوى المصادر العلمية وهي الاستبيان والقياس والاختبار والملاحظة العلمية التقنية والتحليل وسائل للحصول على بيانات البحث .

3-5 القياسات 3-5-1 قياس كتلة الجسم/ يقف اللاعب بوضع معتدل فوق الميزان ويكون حافي القدمين وبعد ان يستقر المؤشر تماما نحسب كتلة الجسم.

3-5-2 قياس طول القامة/ يقف اللاعب باستقامة حافي القدمين على حائط مرقم بالقياس بواسطة شريط قياس وبعدها توضع مسطرة على اعلى الرأس للاعب ويقرأ القياس.

3-6 اختيار متغيرات البحث

تم اعداد استبيان خاص بالمتغيرات الخاصة بمتغيرات النشاط الكهربائي العضلي (EMG) وهي متغيرات جهد الفعل العضلي، وتم عرضه على الخبراء * وذلك من اجل بيان آرائهم حول اهم المتغيرات فضلا عن الاطلاع على ملاحظاتهم وتعديلاتهم لهذه المتغيرات وملائمتها لعينة البحث لغرض تحليلها ودراستها. وتم اخذ المتغيرات التي كانت نسبة اتفاق الخبراء عليها اكثر من 80% (بلوم واخرون) علما انه كانت نسبة الاتفاق على المتغيرات 100%

3-7 اختبار تحديد درجات الصعوبة لمناطق استقبال الارسال العالي والواطئ بالدوران الجانبي بوجه اليد / اعتمد الباحثون في تصميم الاختبار على اراء الخبراء * في مجال التربية الرياضية واللعبة وعلى المقابلات الشخصية والمصادر في تقسيم مناطق الاستقبال حسب درجة صعوبتها ، وقد قسمت المناطق الى خمس مناطق وكما يأتي :

- المنطقة (1) الواقعة على الجانب الايسر لسطح الطاولة بمسافة 112سم × 15سم عرض .
- المنطقة (2) الواقعة في الزاوية اليسرى من الطاولة بطول ضلع 25سم .
- المنطقة (3) الواقعة على الجانب الايمن لسطح الطاولة بمسافة 112سم × 15سم عرض
- المنطقة (4) الواقعة في الزاوية اليمنى من الطاولة بطول ضلع 25سم
- المنطقة (5) المحصورة بخطوط المناطق السابقة .انظر (الشكل 6) الذي يبين درجات الصعوبة

* أسماء السادة الخبراء والمختصين في مجال الفلسفة والبايوميكانيك

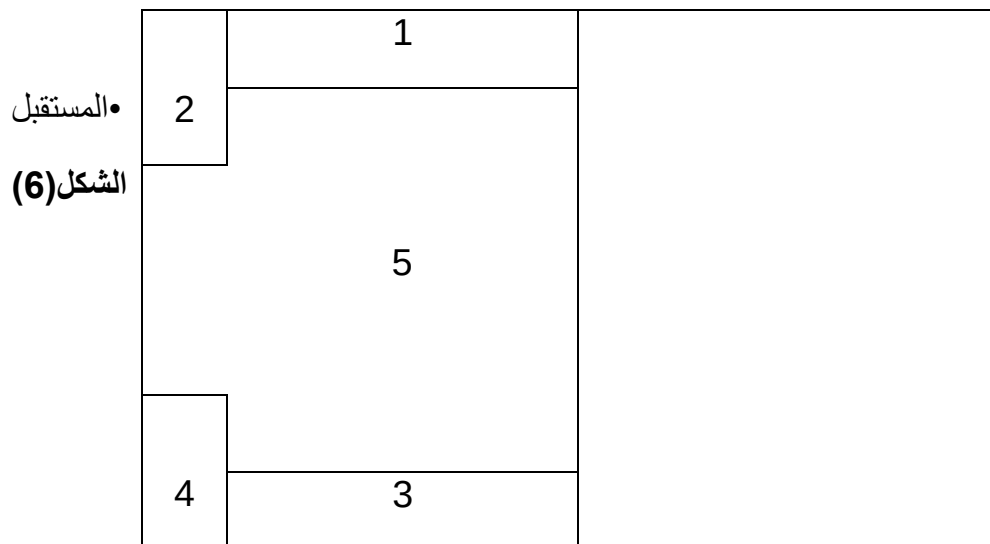
أ.د. وديع ياسين محمد خليل	كلية القلم الجامعة / كركوك / بايوميكانيك
أ.د. ريان عبد الرزاق الحسو	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / فلسفة
أ.د. عمار علي احسان	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / بايوميكانيك
أ.د. ثائر غانم حمدون	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / بايوميكانيك
أ.د. ليث اسماعيل	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / بايوميكانيك
أ.د. عمار عبد الرحمن قبع	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / طب رياضي
أ.م.د. نشوان ابراهيم عبد الله	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / فلسفة
أ.م.د. محمد توفيق	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / فلسفة
أ.م.د. احمد عبد الغني	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / فلسفة/ خبير على عمل الجهاز
أ.م.د. ابي رامز	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / بايوميكانيك

اسم الاختبار / اختبار تحديد درجات الصعوبة لمناطق استقبال الارسال العالي والواطئ بالدوران الجانبي بوجه اليد

الهدف من الاختبار / قياس دقة الارسال بوجه اليد في تنس الطاولة من خلال تحديد درجات الصعوبة

الادوات المستخدمة / منضدة تنس الطاولة ، كرات تنس الطاولة ، مضارب تنس الطاولة ، شبكة منضدة تنس الطاولة

وصف الاختبار وشروطه / يقف اللاعب في المكان المخصص الذي يبدأ منه اللعب في الارسال خلف الطاولة ، مسك المضرب باليد المؤدية بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجها ، يؤدي الارسال برمي الكرة الى الاعلى قليلا لضرب الكرة بطريقة الارسال بوجه اليد، لكل مختبر 3 محاولات في كل نوع ومنطقة، يلزم ان يكون الاعداد جيدا في كل محاولة ، تحتسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة



3-7-1 الاسس العلمية للاختبار

3-7-1-1 صدق الاختبار

تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء * * والمختصين في التربية الرياضية واللعبة واتفق جميعهم

على صدق الاختبار كونه يحقق الغرض الموضوع من اجله

3-7-1-2 ثبات الاختبار / تم تطبيق الاختبار على اثنين من اللاعبين اختيروا عشوائيا من مجتمع البحث

* * أسماء السادة الخبراء والمختصين

أ.د. ايثار عبد الكريم غزال	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / العاب مضرب
أ.م.د. سبهان محمود	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / العاب مضرب
م. عمار محمد خليل	جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية / العاب مضرب
م. ايناس بهنام نقولا	جامعة الموصل / كلية التربية للنبات / العاب مضرب

الاصلي وبعد خمسة ايام اعيد الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها وبحساب معامل الارتباط ظهر ان هناك ارتباطا بلغ 0,89 مما يؤكد ثبات الاختبار .

3-8 اختبار تحديد الصعوبة لمناطق استقبال الارسال العالي والواطئ بالدوران الجانبي ظهر اليد

اعتمد الباحثون في تصميم الاختبار على اراء الخبراء * في مجال التربية الرياضية واللعبة وعلى المقابلات الشخصية والمصادر في تقسيم مناطق الاستقبال حسب درجة صعوبتها ، وقد قسمت المناطق الى خمس المنطقة (1) الواقعة على يمين سطح الطاولة بمسافة 112سم $\times$ 15سم عرض المنطقة (2) الواقعة في الزاوية اليمنى للطاولة بطول ضلع 25 سم المنطقة (3) الواقعة في الزاوية اليسرى للطاولة بطول ضلع 25سم المنطقة (4) الواقعة على يسار سطح الطاولة بمسافة 112سم $\times$ 15سم عرض المنطقة (5) المحصورة بخطوط المناطق السابقة

3	4	
	5	
2		
	1	

•المستقل

الشكل (7) يوضح درجات الصعوبة لمناطق الارسال العالي والواطئ بالدوران الجانبي ظهر اليد

3-9-1 الاسس العلمية للاختبار 3-8-1-1 صدق الاختبار

تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء ** والمختصين في التربية الرياضية واللعبة واتفق جميعهم على صدق الاختبار كونه يحقق الغرض الذي وضع من اجله .

3-8-1-2 ثبات الاختبار

تم تطبيق الاختبار على اثنين من اللاعبين اختبروا عشوائيا من مجتمع البحث الاصلي وبعد خمسة ايام اعيد الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها وبحساب معامل الارتباط ظهر ان هناك ارتباطا بلغ 0.83 مما يؤكد الاختبار بالثبات (الهالي، 1990، 52-53).

3-9 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على اثنين من اللاعبين من مجتمع البحث في يوم الاربعاء الموافق 2017/11/1، وأجري الاختبار على العضلتين ذات الرأسين وذات الثلاث الرؤوس العضديتين عند اداء مهارة الارسال بوجه وظهر اليد في يوم الخميس في قاعة الألعاب الفردية في كلية التربية الرياضية، وكان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية: - إظهار اشارة (EMG) على الحاسوب. - تحديد موقع اللاقطات. - التأكد من جميع الاجهزة المستخدمة خلال التجربة الرئيسية. - التأكد من تثبيت اقطاب التسجيل على العضلات. - تثبيت درجة حرارة مكان اجراء التجربة. - التأكد من الانارة المتوفرة في مكان اجراء التجربة. - التعرف على اي خطأ او معوقات قد ترافق التجربة وكيفية وضع الحلول المناسبة لها.

3-10 التجربة الرئيسية

اجريت التجربة الرئيسية في يوم الثلاثاء الموافق 2017/11/7 في قاعة الالعاب الفردية في التربية الرياضية على خمسة لاعبين من لاعبي منتخب جامعة الموصل وتم تسجيل الاشارة الكهربائية بواسطة جهاز (EMG) وبعد تنظيف منطقة سطح العضلة المراد قياسها بواسطة الكحول وذلك لإزالة المواد العازلة على الجلد قبل وضع اقطاب التسجيل، وتوضع مادة جيلاتينية موصلة للكهرباء قبل لصقها على الجلد، وكذلك إزالة الشعر الموجود على سطح العضلة المختارة، وتم تحديد مستوى التردد (نوع الاشارة) في جهاز (EMG) من قبل المتخصص اذ يعمل على مستوى ترددات بين (1HZ - 20HZ).

وضع جهاز (EMG) على بعد (1,5 م) خلف اللاعب اثناء اداء الارسال وتم التوصيل بوساطة اسلاك بطول (3 م) ويوصل رأس السلك بوساطة قطب تسجيل على العضلة المختارة، وكان البدء بالتسجيل في اثناء اداء الارسال بوجه وظهر اليد، ومن ثم تسجل البيانات مباشرة على جهاز (EMG) وبعدها تم معالجتها إحصائياً.

3-11 المعالجات الاحصائية

استخدم الباحثون للمعالجات الاحصائية الآتية:- الوسط الحسابي س- الانحراف المعياري $\pm$ ع - اختبار (ت) للعينات المرتبطة - معامل الارتباط البسيط (ر) ، وعولجت البيانات احصائياً باستخدام الحزمة الاحصائية (spss) (باهي وآخرون، 1999، 101-102).

3-12 فريق العمل تكون فريق العمل من السادة المدرجة اسماؤهم ادناه:

- أ.د. ليث اسماعيل العبيدي/جامعة الموصل/كلية التربية الرياضية /بايوميكانيك.
- أ.م.د. أبي رامز البكري/جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية /بايوميكانيك.
- أ.م.د. علاء الدين فيصل/جامعة الموصل/ كلية التربية للبنات /بايوميكانيك/ الباحث.
- م.د. مازن احمد / جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية/ فلسجة /خبير على عمل الجهاز

- م.م اياد علي محمود /جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية /قياس وتقويم
- م.د عمار محمد خليل /جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية /تدريب ألعاب مضرب
- م احمد طلال احمد /جامعة الموصل/ كلية الادارة والاقتصاد/ المصور .
- السيد مؤمن مهند جاسم /جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية /المصور .
- زينة عدنان محمود /الباحثة - مروة مازن محمد عادل/الباحثة

4- عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض نتائج البحث

بعد إجراء التجربة النهائية تم الحصول على نتائج البحث فيما يتعلق بنشاط العضلة ذات الرأسين العضدين (biceps) والعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية (Triceps) من خلال قياس جهاز التخطيط الكهربائي العضلي (EMG) والذي يسجل الإشارة ويخزنها مباشرة في الجهاز وأثناء أوامر أداء حركة الارسال بوجه وظهر اليد في تنس الطاولة.

4-1-1 عرض قيم متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) للعضلة ذات الرأسين العضدية والعضلة ذات الثلاث الرؤوس العضدية في الارسال بوجه اليد في تنس الطاولة والجدول التالي يبين ذلك.

الجدول (2) يبين متغيرات الـ (EMG) في الارسال بوجه اليد

العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية			العضلة ذات الرأسين العضدية			المتغيرات اسم اللاعب
Av الطول الموجي	Min ادنى ارتفاع للموجة	Max قيمة الموجة	Av الطول الموجي	Min ادنى ارتفاع للموجة	Max قيمة الموجة	
2,8	4,3	15,9	6,6	10,4	21,4	مؤمن سعد
91,1	118,9	118,9	21,8	283,6	283,6	مؤيد فراس
16,5	37,8	62	22,7	44,9	149,3	خالد حميد
82,8	35,1	586,6	85,4	43,5	618,2	فواز توفيق
9,4	23,5	32,7	21,4	36,5	103,2	وائل قيس
40,52	43,98	163,22	31,58	83,78	235,14	الوسط الحسابي س
38,24	39,335	214,57	27,56	100,67	234,45	الانحراف المعياري ع

الجدول (3) يبين متغيرات (EMG) في الارسال بظهر اليد

العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية			العضلة ذات الرأسين العضدية			المتغيرات
Av	Min	Max	Av	Min	Max	اسم اللاعب
2,1	4,3	6,1	4,8	9,2	13,2	مؤمن سعد
1,7	21,5	21,5	5	65,2	65,2	مؤيد فراس
1,8	22,8	22,8	3,8	49,4	49,4	خالد حميد
6,5	15,7	35,1	15,1	23,3	108,2	فواز توفيق
15,1	13,6	72,2	20,9	26,6	93,7	وانل قيس
5,44	15,58	31,54	9,92	34,74	65,94	الوسط الحسابي س-
5.15	6.60	22.31	6.85	19.96	33.50	الانحراف المعياري $\pm$ ع

من الجدول (2) - بلغ أقصى ارتفاع للموجة (Max) للعضلة ذات الرأسين العضدية ما بين (21.4-618.2) ، في حين بلغت ادنى قيمة للموجة (Min) ما بين (10.4-283.6) ، وبلغ معدل الطول الموجي (Av) ما بين (6.6-85.4) . - بلغ أقصى ارتفاع للموجة (Max) للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية ما بين (15.9-586.6) في حين بلغت ادنى قيمة للموجة (Min) ما بين (4.6-118.9)، وبلغ معدل الطول الموجي (Av) ما بين (2.8-91.1) .

من الجدول (3) - بلغ أقصى ارتفاع للموجة (Max) ما بين (13.2_108.2) في حين بلغ ادنى ارتفاع للموجة (Min) بين (9.2_65.2) وبلغ معدل الطول الموجي (Av) بين (3.8_20.9)

- بلغ أقصى ارتفاع للموجة (Max) ما بين (6.1_35.1) في حين بلغ ادنى ارتفاع للموجة (Min) ما بين (4.3_22.8) وبلغ معدل الطول الموجي (Av) ما بين (2.1_15.1) .

الجدول(4)يبين متغيرات الدقة للأرسال بوجه وظهر اليد

الارسال بوجه اليد				الارسال بظهر اليد				مناطق الدقة اسم اللاعب
منطقة يسار	منطقة يمين	مربع يسار	مربع يمين	منطقة يسار	منطقة يمين	مربع يسار	مربع يمين	
9	9	8	7	9	8	7	8	مؤمن سعد
7	7	7	6	9	6	5	6	مؤيد فراس
6	8	6	7	5	7	5	8	خالد حميد
8	6	4	6	4	5	4	5	فواز توفيق
7	7	3	5	7	6	5	5	وانل قيس
7.4	7.4	5.6	6.2	6.8	6.4	5.2	6.4	الوسط الحسابي س-
1.019	1.019	1.854	0.748	2.039	1.019	0.979	1.356	الانحراف المعياري $\pm$ ع

الجدول (5)

يبين الفروق بين نشاط العضلة ذات الرأسين العضدية و العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية في الأرسال بوجه اليد في تنس الطاولة

قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري $\pm$ ع	الوسط الحسابي س-	المتغيرات
			المعالم الاحصائية
*2,64	234,45	235,14	(pisepts)Max
	214,57	163,22	(Trisps)Max
1,28	100,67	83,78	(Pisepts)Min
	39,33	43,98	(Trisps)Min
-0.59	27,56	31,5	(pisepts)Av
	38,246	40,52	(Trisps)Av

(*) معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ امام درجة حرية (4)، قيمة (ت) الجدولية (2.132)

من الجدول (4)

- بلغت قيمة الدقة في الارسال بوجه اليد في مناطق (مربع يمين ، مربع يسار) ما بين (4_8) اما قيمة الدقة لمنطقة (اليمين ، اليسار) ما بين (4_9)
- بلغت قيمة الدقة في الارسال بظهر اليد في مناطق (مربع يمين ، مربع يسار) ما بين (3_8) اما قيمة الدقة لمنطقة (اليمين ، اليسار) ما بين (6_9)

من الجدول (5) الذي يبين الفروق بين العضلة ذات الرأسين العضدية والعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية في الارسال بوجه اليد دلت نتائج البحث ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير اقصى ارتفاع (Max) بين العضلتين ذات الرأسين العضدية والثلاث رؤوس العضدية ويعزو الباحث الى هذه الفروق في انه في الارسال بوجه اليد يكون تقلص العضلة ذات الرأسين اكبر من تقلص العضلة ذات الثلاث رؤوس وكلما زاد تقلص العضلة زاد ارتفاع الموجة على جهاز قياس نشاط العضلات (سعيد ، 2006 ، 52)

الجدول (6)

يبين فروق النشاط الكهربائي للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في تنس الطاولة

المتغيرات المعالم الاحصائية	الوسط الحسابي س	الانحراف المعياري $\pm$	قيمة ت المحسوبة
(piseps)Max	65,94	33.50	*3,04
(Trisps)Max	31,54	22.31	
(Piseps)Min	34,74	19.96	*2,67
(Trisps)Min	15,58	6.60	
(piseps)Av	9,92	6.85	*3,69
(Trisps)Av	5,44	5.15	

(*) معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ امام درجة حرية (4) ، قيمة (ت) الجدولية (2.132) ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3,04 ، 2,67 ، 3,69) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية.

من الجدول (6) دلت نتائج البحث ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير اقصى ارتفاع للموجة (Max) ومتغير معدل الطول الموجي (Av) بين العضلتين ذات الرأسين العضدية وذات الثلاث الرؤوس العضدية ويعزو الباحثون ذلك الى طبيعة نشاط العضلتين اثناء اداء الارسال يكون هناك امتداد للذراع بظهر اليد اذ انه اثناء اداء الارسال يكون هناك امتداد للذراع من مفصل المرفق وهذا بدوره يؤدي الى تقلص العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية اثناء مد مفصل المرفق لأنها العضلة التي تعمل على بسط مفصل المرفق (قبع ، 2010 ، 81-82) وهذا ادى الى الفروق بين نشاط العضلتين.

الجدول (7) يبين فروق النشاط الكهربائي للعضلة ذات الرأسين العضدية بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في تنس الطاولة

قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري $\pm$ ع	الوسط الحسابي س-	المعالم الاحصائية متغيرات
1,81	234,45	235,14	Max للارسال بوجه اليد
	33,50	65,94	Max للارسال بظهر اليد
1,15	100,67	83,78	Min للارسال بوجه اليد
	19,96	34,74	Min للارسال بظهر اليد
1,70	27,56	31,58	Av للارسال بوجه اليد
	6,85	9,92	Av للارسال بظهر اليد

من الجدول (7) دلت نتائج البحث ماييلي:- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في النشاط الكهربائي للعضلة ذات الرأسين العضدية إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (1.15 - 1.81) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.132) امام درجة حرية (4) يعزو الباحث ذلك الى ان طبيعة عمل العضلة ذات الرأسين العضدية اذ تعمل هذه العضلة على القوة بنفس الوقت بالنسبة للارسال بوجه وظهر اليد (سلامة، 102,2000)

الجدول (8) يبين الفروق بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في نشاط العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية

قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري $\pm$ ع	الوسط الحسابي س-	المعالم احصائية متغيرات
1,23	214,57	163,22	Max للارسال بوجه اليد
	24,95	31,54	Max للارسال بظهر اليد
1,61	39,33	43,98	Min للارسال بوجه اليد
	7,39	15,58	Min للارسال بظهر اليد
1,76	38,24	40,52	Av للارسال بوجه اليد
	5,76	5,44	Av للارسال بظهر اليد

من الجدول (8) دلت نتائج البحث ماييلي:-

-عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد في النشاط الكهربائي للعضلة ذات الرأسين العضدية إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (1.23-1.76) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.132) امام درجة حرية (4) ويعزو الباحث ذلك الى ان طبيعة عمل العضلة ذات الرأسين العضدية اذ تعمل هذه العضلة على القوة بنفس الوقت بالنسبة للرسال بوجه وظهر اليد. (الصميدعي، 2002، 53)

الجدول (9)

يبين قيم الارتباطات بين بعض متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) للعضلتين (ذات الرأسين العضدية وذات الثلاث رؤوس العضدية) والدقة في الارسال بوجه اليد

العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية			العضلة ذات الرأسين العضدية			متغيرات EMG
Av	Min	Max	Av	Min	Max	متغيرات الدقة
-0.73	-0.38	-0.75	-0.80	-0.28	*-0.84	منطقة يمين خلفي
-0.05	-0.41	0.21	0.09	-0.29	0.04	منطقة يسار خلفي
-0.21	-0.17	-0.15	-0.23	-0.17	-0.21	مربع يمين خلفي
-0.05	0.21	-0.40	-0.54	0.29	-0.39	مربع يسار خلفي
-0.73	-0.38	-0.75	-0.80	-0.28	*-0.84	منطقة يمين امامي
-0.14	0.27	-0.66	-0.76	0.44	-0.61	منطقة يسار امامي
-0.52	-0.23	-0.54	-0.60	-0.20	-0.60	مربع يمين امامي
-0.63	-0.37	-0.68	-0.77	-0.22	-0.79	مربع يسار امامي

*معنوي عند نسبة خطأ $0.05 \geq$ امام درجة حرية (4) ، قيمة (ر) الجدولية (0.811)، حيث بلغت قيمة (ر) المحسوبة (-0.84 ، 0.84) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية.

من الجدول (9) دلت نتائج البحث مايلي:- وجود ارتباط معنوي بين الدقة لمنطقة اليمين الخلفي والدقة لمنطقة اليمين الامامي مع اقصى ارتفاع للموجة (Max) للعضلة ذات الرأسين العضدية ويعزو الباحث ذلك الى ان نشاط العضلة وقوتها له تأثير على دقة الارسال بوجه اليد حيث عمل هذه العضلة على ثني مفصل المرفق (عبد المقصود، 1997، 32) وبالتالي يوتر قوة تقلص العضلة على الدقة.

الجدول (10)

يبين قيم الارتباطات بين بعض متغيرات النشاط الكهربائي العضلي (EMG) للعضلتين (ذات الراسين العضدية وذات الثلاث رؤوس العضدية) والدقة في الارسال بظهر اليد

العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية			العضلة ذات الراسين العضدية			متغيرات EMG متغيرات الدقة
Av	Min	Max	Av	Min	Max	
-0.43	-0.46	-0.56	-0.62	-0.25	-0.96*	منطقة يمين خلفي
-0.08	-0.88*	-0.34	0.03	-0.76	-0.27	منطقة يسار خلفي
-0.86*	-0.08	-0.89*	-0.87*	-0.04	-0.77	مربع يمين خلفي
-0.87*	-0.18	-0.22*	-0.92*	0.14	-0.88*	مربع يسار خلفي
-0.43	-0.46	-0.56	-0.62	-0.25	-0.96*	منطقة يمين امامي
-0.19	-0.38	-0.28	-0.33	0.07	-0.59	منطقة يسار امامي
-0.71	-0.14	-0.74	-0.83*	-0.02	-0.22*	مربع يمين امامي
-0.31	-0.70	-0.53	-0.46	-0.40	-0.90*	مربع يسار امامي

*معنوي عند نسبة خطأ ≥ 0.05 أما م درجة حرية (4) ، قيمة (ر) الجدولية (0.811)

من الجدول (10) دلت نتائج البحث مايلي:-

- وجود ارتباط معنوي سالب بين الدقة لمنطقة اليمين (خلفي) ومربع يسار (خلفي) ومنطقة يمين (أمامي) ومربع يمين (أمامي) ومربع يسار (أمامي) مع أقصى ارتفاع للموجه للعضلة ذات الراسين العضدية ويعزو الباحث ذلك الى ان العضلة ذات الراسين العضدية تعمل على ثني مفصل المرفق (موسى، 2007، 1) وان طبيعة حركه الارسال بظهر اليد هو بمد مفصل المرفق.

- وجود ارتباط سالب بين الدقة لمنطقه مربع يمين (خلفي) ومربع يسار (خلفي) ومربع يمين (أمامي) مع معدل الطول الموجي للعضلة ذات الراسين العضدية ، ويعزو الباحث ذلك الى ان زيادة معدل الطول الموجي يؤدي الى زيادة شد التقلص (علي وعلي، 2007، 273) وهذا التقلص لا يؤثر الا بشكل سلبي على الدقة للسبب الذي ذكر في الفقرة السابقة.

- وجود ارتباط معنوي سالب بين الدقة لمنطقة مربع يمين (خلفي) ومربع يسار (خلفي) مع أقصى ارتفاع للموجه للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية ، فضلاً عن وجود ارتباط معنوي سالب بين الدقة لمنطقة يسار (خلفي) مع ادنى ارتفاع للموجه ، ووجود ارتباط معنوي سالب بين الدقة لمنطقة يمين (خلفي) ومربع يسار خلفي مع معدل الطول الموجي للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية ويعزو الباحث ذلك الى ان زيادة تقلص العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية له تأثير سلبي على الدقة وذلك بسبب قوة تقلص ومد مفصل المرفق مما يؤثر على التركيز على الدقة .(عبد الفتاح و نصر الدين، 2003، 52).

5- الاستنتاجات والتوصيات**5-1 الاستنتاجات**

- 1- تم التوصل الى ان الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد يختلف بطبيعة عمل العضلات من عضلة الى اخرى حسب شدة تقلص
- 2- تبين وجود اختلاف في طبيعة تقلص العضلة ذات الرأسين العضدية في الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد
- 3- تم التوصل الى ان التأثير قليل لشدة التقلص على دقة وطبيعة الارسال بوجه اليد من خلال متغيرات الطول الموجي واعلى ارتفاع للموجة للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية
- 4- تبين انه كلما زاد تقلص العضلة ذات الرأسين العضدية من خلال متغيرات اقصى ارتفاع والطول الموجي قلت دقة الارسال بوجه اليد فضلا عن ان عمل هذه العضلة يؤثر بشكل سلبي على الدقة في حالة التقلص الكبير الذي يظهره جهاز (EMG) لان الارتباط ظهر سالبا
- 5- وجود ارتباط معنوي بين اعلى ارتفاع للموجة (MAX) ومتغيرات الدقة (منطقة يمين خلفي ، مربع يسار خلفي ،منطقة يمين امامي) فضلا عن وجود ارتباط بين معدل الطول الموجي (AV) مع مربع يمين خلفي ومربع يسار خلفي في العضلة ذات الرأسين العضدية
- 6- وجود ارتباط معنوي بين اعلى ارتفاع للموجة (MAX) مع مربع يمين خلفي ومربع يسار خلفي ، فضلا عن وجود ارتباط معنوي بين ادنى ارتفاع للموجة (Min) مع منطقة يسار خلفي ، ووجود ارتباط معنوي بين معدل الطول الموجي (AV) مع مربع يمين خلفي ومربع يسار خلفي للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية

5-2 التوصيات

- التأكيد على تطوير عمل العضلة ذات الرأسين العضدية والعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية اثناء التمارين
- 2- التأكد من مراعات شدة تقلص العضلة واعطاء تمارين لتلك العضلات بشكل متدرج وبشدة خفيفة او متوسطة
- 3- اعطاء تمارين مقاومات باستخدام مقاومات خفيفة او متوسطة الشدة توضع على الذراع اثناء اداء الارسال بوجه اليد والارسال بظهر اليد
- 4- تنويع وسائل تطوير القوة للذراع باستخدام وسائل مختلفة مثل الانتقال وغيرها على ان تكون الشدة متوسطة وخفيفة
- 5- عدم استخدام الشدد العالية في التمرين بالمقاومات لتطوير العضلتين ذات الرأسين العضدية وذات الثلاث رؤوس العضدية لانه يؤثر بشكل سلبي على الدقة.

المصادر العربية والأجنبية :

- 1- باهي، وآخرون (2006) :الاحصاء التطبيقي باستخدام الحزم الجاهزة spss and stat ، مكتبة الانجلو المصرية.القاهرة
- 2- حسن، عدي جاسم (2006): التحليل البايوميكانيكي للمهارات الرياضية، الاكاديمية الرياضية العراقية، (www.iraqacad.org).
- 3- حسين، قاسم حسن ومحمود، ايمان شاكر (1998): طرق البحث في التحليل الحركي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- 4- حسون، وهبي علوان (2009): دراسة النشاط الكهربائي (EMG) لعضلات الرجلين لمرحلتين الحجلة والخطوة وعلاقتها ببعض المتغيرات البايوميكانيكية والانجاز في الوثبة الثلاثية، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 5- الخولي، امين انور (2007):العاب المضرب (اعداد فني وتربوي) ، دار الفكر العربي، الطبعة الاولى، القاهرة ، مصر .
- 6- الربيعي، محمد كاظم خلف (2007) التعرف على مستوى التعب العصبي العضلي بواسطة استخدام جهاز EMG من خلال اختبار التحفيز الطويل المتعدد Long Train stimulation ،بحث منشور في مجلة التربية الرياضية ، المجلد الثامن عشر ، العدد الثالث ، جامعة بغداد.
- 7- زاهر، عبد الرحمن (2011): موسوعة فسيولوجيا الرياضة، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الاولى ، القاهرة ، مصر .
- 8- سعيد، ندى عبد السلام صبري (2006): انحدار بعض المتغيرات الفسلجية والبايوميكانيكية بمؤشر النقل الحركي لمرحلة النهوض وأثره في بعض المتغيرات البايوميكانيكية والدقة للتصويب بالقفز عاليا بكرة اليد ، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد
- 9- سلامة، بهاء الدين ابراهيم(2000):فسيولوجيا الرياضة والاداء البدني،ط،دار الفكر العربي،القاهرة ، مصر .
- 10- سليمان ، مهند فيصل و محمد ، صادف يوسف (2011): النشاط الكهربائي EMG للعضلة ذات الرأسين العضدية للاعب الايمن والاعسر عند اداء تمرين الكيرل بالأثقال ،بحث منشور في مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة ذي قار .
- 11- الصميدعي ، لؤي غانم (1987) البايو ميكانيك والرياضة ، مديرية دار الكنب للطباعة والنشر، الطبعة الاولى، جامعة الموصل.
- 1-الصميدعي، لؤي غانم(2002):رشاقة القوام ، الطبعة الاولى، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، عمان
- 13-العائذي، صالح سامي (2011): التدريب الرياضي افكاره وتطبيقاته، دار العرب للدراسات والنشر، الطبعة الاولى ، القاهرة

- 14- عبد الرضا، بشرى كاظم (2010): دراسة النشاط الكهربائي (EMG) للعضلة ذات الرؤوس الثلاث أثناء اداء مهارة المرجحة والوقوف على اليدين فتحا وعلاقته ببعض المتغيرات البيوميكانيكية على جهاز المتوازي، بحث منشور في مجلة القادسية للعلوم الرياضية، مجلد (11)، ا لعدد (1).
- 15- عبد الفتاح، ابو العلا احمد ونصر الدين، احمد (2003): فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 16- عبد السلام، ندى (2000): تأثير التحفيز الكهربائي والتمارين العلاجية على استجابة العضلات العاملة على مفصل الركبة المصابة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد.
- 17- عبد المقصود، السيد (1997): نظريات التدريب الرياضي تدريب وفسيولوجيا القوة ، الطبعة الاولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- 18- علي، عادل عبد البصير وعلي، ايهاب عادل عبد البصير (2007): التحليل البايوميكانيكي والتكامل بين النظرية والتطبيق في المجال الرياضي، الطبعة الاولى، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع ، الاسكندرية
- 19- علي، وليد وعد الله والزهيرى، سبهان محمود (1998): تحديد الصعوبة لمناطق استقبال الارسال لكرة الطاولة. بحث منشور في مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد 12 ، العدد41، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل
- 20- قبع، عماد عبد الرحمن علي (2010): اساسيات التشريح البشري لطلبة كلية التربية الرياضية، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- 21- مجيد، ريسان خريبط وشلش، نجاح مهدي (2002): التحليل الحركي، الطبعة الاولى، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- 22- محمود، عذراء عدنان (2010): اثر مرحلة ما قبل المنافسة في بعض متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) ودقة المهارات الهجومية في كرة الطائرة للمعاقين حركيا - جلوس، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
- 23- المشهداني، محمد يونس (2000) اثر استخدام التمرينات البليومترية في القوة اللاهوائية وبعض متغيرات الية التقلص العضلي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- 24- موسى، حسنين علي (2007) التخطيط الكهربائي للعضلات ، ملتقى المهندسين العرب ، كلية الهندسة والتكنولوجيا ، فلسطين.
- 25- مهوس، رائد (2002): بعض مؤشرات القدرة الهوائية واللاهوائية وعلاقتها بدقة اداء المهارات الاساسية المشتركة في العاب المضرب، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل.
- 26- الهاشمي، سمير مسلط (1991): البايوميكانيك الرياضي، الطبعة الثانية ، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

27- الهلالي ، عمار محمد خليل (1999): اثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير الارسال العالي والواطي للدوران الجانبي والخلفي على الهجوم بالضربة الثالثة بكرة الطاولة، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.

28- الوائلي ، كريمة حسين عليوي محمد (2002): استخدام بعض متغيرات التخطيط الكهربائي لتحديد اثر تمارين الاطراف السفلى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد

29- Aminoff Michanel J.(1999) Electro diagnosis in clinical neurology, 4th ed Churchill living stone, New York.

31- Cambll E.ed(1984)Clinical physiology ,5th ed W.M.C New York

الملحق (1)

استمارة استبيان

جامعة الموصل

كلية التربية للبنات

قسم التربية الرياضية

الاستاذ الفاضلالمحترم

تحية طيبة:

في النية اجراء البحث الموسوم ((تحليل التغيرات الكهربائية في جهد الفعل العضلي للذراع الضاربة في الارسال بوجه وظهر اليد بالدوران الجانبي وعلاقته بالدقة في تنس الطاولة))ومن خلال مسح المصادر العلمية والدراسات التي تناولت التخطيط الكهربائي العضلي تم اختيار اهم المتغيرات الخاصة بالبحث ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص كان من الضروري الرجوع الى ارائكم القيمة في تحديد اهم المتغيرات الواردة ادناه والتي سيقع اختياركم عليها ، شاكرين تعاونكم.

الاختصاص /

اللقب العلمي /

سنوات الخدمة /

مكان العمل /

جدول يبين بعض متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) للذراع الضاربة للأرسال
في لعبة تنس الطاولة

ت	المتغيرات	تصلح	لا تصلح
1	أعلى ارتفاع للموجة (Max) للعضلة ذات الرأسين العضدية		
2	أدنى ارتفاع للموجة (Min) للعضلة ذات الرأسين العضدية		
3	سعة الاستجابة (Amplitude) للعضلة ذات الرأسين العضدية		
4	زمن الاستجابة (Time) للعضلة ذات الرأسين العضدية		
5	أعلى ارتفاع للموجة (Max) للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية		
6	أدنى ارتفاع للموجة (Min) للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية		
7	سعة الاستجابة (Amplitude) للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية		
8	زمن الاستجابة (Time) للعضلة ذات الثلاث الرؤوس العضدية		

دراسة مقارنة لمشاركة طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى
م.د ثابت إحسان احمد

thabit_hamodat@yahoo.com

جامعة الموصل / كلية التربية للبنات / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

هدف البحث التعرف على:

- 1- التعرف على دور طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية.
- 2- التعرف على الفروق في دور طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية على وفق متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، الخبرة). استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتم اختيار عينة البحث بطريقة الحصر الشامل العمدية، حيث اشتمل البحث على طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة (البنين، البنات) في جامعة الموصل الذين لديهم انتماء للأندية الرياضية في محافظة نينوى والبالغ (89) طالب (74) بنين و(15) بنات، استخدم الباحث استبيان تطوير الاندية الرياضية والمعد من قبل (مجيد والدباغ، 2007)، حيث تكون الاستبيان من (14) فقرة، وتتم الإجابة على فقرات الاستبيان وفق ثلاثة بدائل هي (نعم، أحياناً، كلا)، وتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ألفا (Alpha) واختبار (T) لعينتين مستقلتين وتحليل التباين باتجاه واحد اختبار واقل فرق معنوي L.S.D . والمتوسط الفرضي. وتوصل الباحث إلى ما يأتي:
- 1- وجود دور لطلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى.
- 2- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية وفق متغير الجنس (البنين، البنات) بين طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى.
- 3- وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير السنة الدراسية بين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والثالثة ولصالح الثالثة، وبين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والرابعة ولصالح الرابعة.
- 4- وجود فرق ذات دلالة غير معنوية في تطوير الاندية الرياضية بين مجاميع السنين الدراسية الأولى والثانية، الثالثة والرابعة، الثانية والثالثة، الثانية والرابعة.
- 5- وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير الخبرة بين مجموعتي (1- 5 سنة) و(6- 10 سنة) و(11- 15 سنة) ولصالح (1- 5 سنة)، وبين مجموعتي (6- 10 سنة) و(11- 15 سنة) ولصالح (6- 10 سنة).
- 6- عدم وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير الخبرة بين مجموعتي (1- 5 سنة) و(6- 10 سنة).

A comparative study of the participation of students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul in the development of sports clubs in the province of Nineveh

Dr.Thabit Ehsan Ahmed

Mosul University - College of Education for Girls

Department of Physical Education

Abstract

Research aims to identify:

- 1- To recognize the role of students of physical education and sports sciences at the University of Mosul in the development of sports clubs.
- 2- Identification of differences in the role of students of physical education and sports sciences at the University of Mosul in the development of sports clubs according to variables (gender, school year, experience).

Used Researchers descriptive approach style survey , was chosen as the research sample in a comprehensive inventory intentional , where A search on the students of the Faculty and Departments of Physical Education (boys, girls) at the University of Mosul, who have the affiliation of the sports clubs in the province of Nineveh and adult (89) Student (74) Boys and (15) girls, used researchers questionnaire development of sports clubs, prepared by the (glorious and Skinner , 2007), where the questionnaire (14) paragraph, is the answer to paragraphs questionnaires according to the three alternatives are (yes, sometimes , both), was addressing data statistically using ratio Almaah and the mean, standard deviation and coefficient alpha (Alpha) and test (T) for two independent samples and analysis of variance test in one direction and less significant difference LSD. , Medium

The researchers found the following:

- 1-a role for students of Physical Education at the University of Mosul in the development of sports clubs in the province of Nineveh
- 2- The lack of significant differences according to sex variable spirits (boys , girls) between the students of colleges and departments of physical education at the University of Mosul in the development of sports clubs in the province of Nineveh.
- 3- a significant difference in the development of sports clubs variable according to the school year between the two groups first and third studies, and in favor of the third , and between the two sets of two studies, the first and fourth and in favor of the fourth.
- 4- there is no significant difference in the development of sports clubs between the years of study groups first, second, third, fourth , second and third , second and fourth.
- 5- a significant difference in the development of sports clubs, according to a variable experience between the two groups (1-5 years old) and (11 - over) and for (1-5 years), and between the two groups (6 - 10 years) and (11 - over) and in favor of (6 – 10) years.
- 6 - there is no significant difference in the development of sports clubs, according to a variable experience between the two groups (1-5 years old) and (6 - 10 years).

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التطوير التنظيمي من الظواهر الصحية في المنظمات الإدارية وقد تناوله الكتاب والباحثين تحت مسميات عديدة منها التغيير والتحديث والتطوير. (اللوزي ، 2003 ، 49). فالتغيير والتطوير من المعاني المرتبطة بالسلوك التنظيمي لأنها ترى ان اساس التطوير الاداري هو فهم السلوك الفردي والجماعي ومن ثم محاولة تعديل هذا السلوك بما يخدم اهداف التنظيم وتنميته او تغييره نحو الافضل الى احداث تغيرات ايجابية في سلوك العاملين فكثير ما يتسأل الناس عن دواعي التغيير على اعتبار ان الثبات عامل استقرار والتغيير عامل عدم استقرار وبالتالي فان التغيير ظاهرة غير ذلك اذ ان التغيير هو قانون الحياة وليس الثبات فالإنسان والمجتمع والطبيعة في تغيرات مستمرة (القريوتي، 2000، 322-327)

وتهدف عمليات التطوير التنظيمي لأية منظمة مهما كانت فلسفة وأسلوب عملية التطور فيها إلى زيادة الفاعلية التنظيمية بالدرجة الأولى وحل المشاكل والأزمات الإدارية التي تواجه المنظمات وتحسين مستوى أداء الأفراد على اعتبار أنه لا توجد منظمة إدارية خالية من معوقات العمل أو مشكلات إدارية تعيق تنفيذ البرامج والأهداف، وهذه المشكلات يمكن أن تكون على المستوى الإداري أو الفني، وهنا تكمن قدرة وتصميم المنظمة على التطوير والتغيير من أجل التخلص من معوقات العمل (نشوان ونشوان، 2004، 160-161).

ومن خصائص التطوير انه ذو طابع عملي يعتمد على المعلومات الحية والدقيقة، كما يقوم على تشخيص معوقات التطوير وتحديد مشاكله وصياغة معالجته (الكواز وآخران، 2010، 170). لقد أصبح التغيير والتطوير الشغل الشاغل لمنظمات اليوم الطامحة للمحافظة على موقعها الحالي وتطويره (داغر وصالح، 2000، 535)، ومن هذه المنظمات الأندية الرياضية التي تعد من المنظمات التي تعمل في امداد المنتخبات الرياضية باللاعبين والتي تعد الواجهة التي تعبر عن المستوى الرياضي للقطر، إذ تعمل الأندية الرياضية على إعداد الفرق لإشراكهم في المباريات التي يسعى الاتحاد المركزي لإقامتها (الخطيب والمشهداني، 1989، 244).

عليه فان الأندية الرياضية يجب أن تواكب التغيرات والتطورات الحاصلة في الرياضة المحلية والخارجية من خلال تبني سياسة مستقبلية قائمة على الكوادر الشبابية المشاركة في الأندية الرياضية لإحداث التغيير المطلوب، وذلك يتطلب من القائمين على الأنشطة الرياضية تبني الطاقات البشرية ومنهم طلبة التربية البدنية في الجامعات لما يتمتعون به من قدرات وكفاءات على أحداث التغيير والتطوير المخطط من خلال إصلاح ما يمكن إصلاحه في بيئة الأندية الرياضية بكل مقوماتها وعناصرها المختلفة والبحث عن الأفضل بما يسهم بإثارة كوامن الإبداع لدى الطلبة. وتظهر أهمية البحث الحالي من أهمية طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الأندية الرياضية لكون النادي الرياضي المفصل الحيوي الذي يلعب دورا مهما

في تنمية الشباب والمجتمع بدنيا وخلقيا والذي من خلال نتائج البحث الحالي يمكن معرفة دور طلبة التربية البدنية في تطوير النادي الرياضي والتي يمكن أن تساعد المهتمين بتطوير الأندية الرياضية من معالجة جوانب الضعف والمحافظة على جوانب القوة مما يساعد على بناء جوانبها التنظيمية بناء علميا متينا يساعد من مجارة التطورات الخارجية بثبات والوصول إلى أفضل النتائج وتحقيق أهدافها.

1-2 مشكلة البحث:

يعد الطلبة في كل مجتمع القوة الفاعلة التي تلعب دوراً بارزاً في عمليات التغيير والتطوير لأنهم قادة المستقبل، حيث تأمل كثير من المنظمات التربوية في أن الدور سيكون حتماً في خدمة المجتمع وتطوره اذا ما تم اعدادهم بشكل تربوي وبدني سليم ووفق أسس علمية وبرامج تنموية لتحقيق الأهداف العامة (مجيد والدباغ، 2007، 1).

وقد تشكو معظم الاندية الرياضية في محافظة نينوى من نقص في الكفاءات والطاقات الرياضية وتنحو باللائمة على قلة تواجد وفاعلية العناصر والكوادر الرياضية وخاصة من طلبة التربية البدنية في الأندية الرياضية.

ويعزو الباحث بأن واحد من الاهداف الاساسية للأندية الرياضية التي تسعى الى التغيير والتطوير باستمرار هو استقطاب الشباب وطلبة كلية وأقسام التربية البدنية للعمل في الأندية الرياضية والعمل على تطوير الحركة الرياضية لجميع الأنشطة الرياضية المتنوعة.

لذلك فأن مشكلة البحث تكمن في معرفة دور طلبة كلية وأقسام التربية البدنية على اختلاف أجناسهم وفترة دراستهم وخبراتهم في تطوير الأندية الرياضية حيث لم يأخذ هذا الموضوع حصة كافية من الدراسات والبحوث العلمية على حد علم الباحث.

1-3 هدف البحث:

1- التعرف على دور طلبة كلية وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى.

2- التعرف على الفروق في دور طلبة كلية وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية على وفق متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، الخبرة).

1-4 فرضا البحث :

1- لطلبة كلية وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل دور في تطوير الاندية الرياضية.

2- وجود فروق ذات دلالة معنوية على وفق متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، الخبرة) في دور طلبة كلية وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية.

1-5 مجالات البحث :

- المجال البشري: طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- المجال المكاني: كلية وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- المجال الزمني: 2017/11/8 لغاية 2017/12/10.

1-6 تحديد المصطلحات :

- التطوير: كما يعرف أنه مجموعة من النظريات العلمية السلوكية والقيم والاستراتيجيات، والاساليب التي تستهدف أحداث تغيير مخطط لموقع عمل المنظمة بغرض تدعم تطوير الافراد وتحسين اداء المنظمة اثناء العمل (كنج واندرسون، 2004، 256).
- الأندية الرياضية: يعرف النادي الرياضي بأنه يتكون من جماعة تربطهم فكرة رياضية واجتماعية بهدف نشر التربية الرياضية والاجتماعية الشبابية ويتمتع كل ذا بشخصية معنوية وباستغلال مادي او اداري ويمارس حقوقه القانونية كافة وتعد اصغر نواة او اصغر هيئه رياضية على مستوى المنظمات والهيئات (سمو، 2011، 72-73).

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

2-1 مفهوم التطوير:

ترتبط مفاهيم التطوير والتغيير بالسلوك التنظيمي، لأنها ترى ان اساس التطوير الاداري هو فهم السلوك الفردي والجماعي، ومن ثم محاولة تعديل هذا السلوك بما يخدم اهداف التنظيم، وتهدف تنمية التنظيم او تغيير نحو الافضل الى احداث تغييرات ايجابية في سلوك العاملين (جرينبرج وبارون، 2004، 779).

والتطوير ظاهرة طبيعية تخضع لها جميع مظاهر الكون انبثاقا من البعد الحركي والزمني الذين يشكلاها في تلك الحالة، ولا تتوقف حالة التطوير على البعد المادي في الكون فالتغيير يشمل البعد المعنوي في حركة الحياة ثقافيا واجتماعيا وتاريخيا فإذا كان الإنسان في عمق الحركة الكونية فانه لاشك يتفاعل مع حركة المتغيرات ليقول لنفسه سلوكا جديدا يتناسب مع واقعه الجديد فالتطوير سنة ثابتة من السنن تفرض نفسها على حياة الإنسان بحيث لا يمكن أن يخرق هذا القانون الإلهي ويقاومه ويختار الجمود والبقاء على نفس حالته (معاشي، 2004، 3).

كذلك فان المنظمات لا تستطيع عزل نفسها عن بيئتها أو تفرض قيودا على أنماط التفكير واتجاهات أفرادها بحيث تجعلهم ساكنين وثابتين عند نقطة واحدة لا تتغير (الصفار، 2004، 2).

2-1-1 أسباب التطوير:

تواجه منظمات اليوم مزيدا من الضغوط تنأتى من مصادر البيئة الخارجية للمنظمة أو من داخل المنظمة أو من كليهما معا، على هذا الأساس تصنف قوى التغيير إلى قوى خارجية وقوى داخلية (kreitner&kinicki,1995,226).

1- القوى الخارجية: وهي القوى والمسببات الناشئة من خارج المنظمة بسبب التفاعل المستمر بين المنظمة وبيئتها (العوالمه ، 1992 ، 193). ومن أهم القوى الخارجية التي تدعو الى للتغيير التنظيمي إصدار قوانين وتشريعات حكومية جديدة، اذ أن سياسات الدولة كثيرا ما تضغط على المنظمات وتجبرها على إدخال الكثير من التغييرات المختلفة، والتغيرات السريعة في أسعار المواد، والمنافسة الشديدة، وحدثت أزمة خارجية طارئة ، كالكوارث والحروب (Robbins,1990,269).

ويرى (لوثانز،1989) أن أهم القوى الخارجية هي :

أ. التنافس الحاد بين المنظمات: إن زيادة التنافس يجبر المنظمات على البحث عن بدائل تزيد من قدرتها وفعاليتها لإثبات وجودها. وظاهرة التنافس دائمة في الأندية الرياضية، مثلا هناك تنافس بين نادي الموصل ونادي الفتوة من حيث الإنجازات وتحقيق السمعة الجيدة... الخ.

ب. الأوضاع الاقتصادية: وتعد القوة الرئيسية بصورة دائمة للتغيير، لأن زيادة رؤوس الأموال وسرعة حركتها أدى إلى تغيير أساليب وسياسات العديد من المنظمات بسبب زيادة المنافسة، الأمر الذي يسلط ضغطا على المنظمات باتجاه التغيير.

ج. ظاهرة العولمة/الكوكبة: ان انتشار العولمة من الظواهر المهمة التي تدفع المنظمات إلى إتباع استراتيجيات جديدة مثل اندماج الشركات (Luthans,1989,397-398)، مثلا جوائز اللوتو المستخدمة في الدول الأوروبية التي باتت تستخدم في معظم الدول العربية والتي تجبر الأندية إلى تكريس اهتمامها في لعبة كرة القدم على حساب الفعاليات الأخرى التي قد ترهق ميزانية النادي الرياضي.

2- القوى الداخلية: إن قوى التغيير الداخلية نوعان هما :

أ . مشاكل تتعلق بالموارد البشرية: إذ قد يؤدي عدم رضا العاملين عن معاملة الإدارة لهم إلى مظاهر سلوكية يمكن أن تكون سلبية على المنظمة الأمر الذي يدفع بالإدارة إلى تغيير بعض الاستراتيجيات والأساليب لرفع مستوى الرضا للعاملين. مثلا إتباع سياسة العقوبات المستمرة من قبل إدارة النادي يؤدي إلى حالة من التوتر وعدم الرضا بين أعضاء النادي الذي قد ينعكس سلبا على أداء الأعضاء لذا يتوجب على إدارة النادي تغيير سياستها لرفع مستوى الرضا بين العاملين.

ب. سلوك الإدارة: إن كثرة الصراعات بين المرؤوسين والرؤساء يتطلب تغيير وتنمية مهارات الجانبين (الرؤساء والمرؤوسين) لتحسين علاقاتهم، أو قد يتطلب الأمر تغييرا في تصميم العمل أو إعادة توزيع الصلاحيات والمسؤوليات وغيرها من الإجراءات الإدارية اللازمة لتقليل الصراعات (kreitner&kinicki,1995,632). فقد يؤدي عدم توزيع الصلاحيات توزيعا جيدا إلى تدخل الإدارة في عمل المدربين مثلا، أو الانحياز إلى أحد الفعاليات الرياضية على حساب الفعاليات الأخرى.

2-1-2 مراحل التطوير:

يعد نموذج كيرت لوين Kurt Lewen لمراحل التطوير التنظيمي من أقدم النماذج وأكثرها شيوعاً، ويقترح لوين إن أي تغيير مخطط يمر بثلاث مراحل هي:

1- الإذابة:

وتتضمن هذه المرحلة اضعاف الاتجاهات والقيم والعادات والممارسات السلوكية الحالية (القديمة) نظراً لكونها غير فاعلة أو مناسبة للمواقف الجديدة (Schermerhorn,1991,469). ويمكن إنجاز هذه المرحلة من خلال إيجاد شعور لدى العاملين بعدم الرضا عن الأساليب والطرائق والممارسات الحالية للعمل وخلق الدافعية والرغبة في تعلم أشياء جديدة (Fulmer,1991,362).

2- التغيير: وتتمثل هذه المرحلة بتغيير الوضع الحالي، ويمكن أن تبدأ هذه المرحلة بإصدار أوامر بتنفيذ فكرة التغيير (كاظم ، 1991 ، 324-325). وتتقضي هذه المرحلة تزويد العاملين بمعلومات ومعارف جديدة وأساليب و آراء وأفكار جديدة وتتضمن هذه المرحلة: ارتباط العاملين بالجهات المبادرة بالتغيير وتقمص دور الوسيط وان يدمجوا في ذاتهم منافع التطوير (حريم، 2003، 285).

3- إعادة التجميد: أي ترسيخ التغيير وهي تمثل الإجراء الأخير ويستلزم تجميد الصلاحيات والمسؤوليات الجديدة والتأكيد على تقسيم العمل الذي تحقق عن طريق التغيير (دقاسمة ، 2002 ، 88). غالباً ما يجري ذلك من خلال مكافأة الأداء والتدريب وتوفير المواد اللازمة لدعم التغيير بحيث تصبح الممارسات الجديدة جزءاً من الثقافة التنظيمية والعادات لسائدة في المنظمة، ومن الضروري هنا توفير التغذية الراجعة أي الأشخاص المعنيين لتقويم النتائج. عندما لا تنجز هذه المرحلة بشكل صحيح يكون التغيير عرضة لعدم الاستمرار أو عدم الاستقرار (داغر وصالح ، 200 ، 545).

2- 2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة مجيد والدباغ (2007)

دور طلبة كلية التربية الرياضية الاختصاص في تطوير الاندية الرياضية

هدف البحث إلى التعرف على واقع الدور الذي يقوم به الطلبة الاختصاص في تطوير الأندية الرياضية والتعرف على الفروقات بين طلبة الاختصاص للأعوام الدراسية 1999-2000 و 2000-2001. وتم استخدام المنهج الوصفي، اقتصر البحث على عينات عشوائية من طلبة المرحلة الرابعة ومن اختصاصات مختلفة للأعوام الدراسية 1999-2000 و 2000-2001. ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام لقد تم استخدام النسبة المئوية وتحليل التباين. وكانت أهم الاستنتاجات متمثلة في ضعف انتماء طلبة المرحلة الرابعة بشكل عام (لكافة الاختصاصات) الى الاندية الرياضية لأسباب شتى واقتصار انتماء الرياضيين منهم للعب ضمن الفرق الرياضية. وقلة ممارسة طلبة المرحلة الرابعة الرياضة بشكل منتظم في الاندية الرياضية. وشحة الدعم المادي أو المعنوي المقدم للطلبة الاندية الرياضية.

2-2-2 دراسة الكواز (2004)

"مقاومة التغيير التنظيمي في ضوء القيم الإدارية في الأندية الرياضية للمنطقة الشمالية في العراق"

هدف البحث إلى التعرف على مقاومة التغيير لدى أعضاء الملاك الإداري والتدريبي في الأندية الرياضية للمنطقة الشمالية على وفق العلاقة بين نوع الملاك (الإداري- التدريبي) وكل من أسباب مقاومة التغيير، وأشكال مقاومة التغيير، وأساليب تقليل مقاومة التغيير. وبناء مقياس للقيم الإدارية لأعضاء الملاك الإداري والتدريبي في الأندية الرياضية للمنطقة الشمالية. والتعرف على العلاقة بين مقاومة التغيير والقيم الإدارية.

تم استخدام المنهج الوصفي، وتألّفت العينة من قسمين، القسم الأول شمل عينة البناء التي بلغ عددها (124) عضواً ادارياً و(56) مدرباً، في حين شمل القسم الثاني عينة التطبيق التي بلغ عددها (99) عضواً ادارياً و (41) مدرباً من أندية المنطقة الشمالية. ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام أداتين هما مقياس مقاومة التغيير G-R-S الذي أعده ريدن وبوويل W.J.Reedin&Powell بعد تعديله والتحقق من صدقه وثباته، ومقياس القيم الإدارية الذي بناه الباحث بناء عاملياً. وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام التحليل العاملي وقانون النسبة المئوية والمتوسط الفرضي ومعامل ارتباط بيرسون ومربع كاي. ومن أهم الاستنتاجات ما يأتي :

1. لا توجد علاقة معنوية بين نوع الملاك (الإداري-التدريبي) وكل من أسباب مقاومة التغيير وأشكال مقاومة التغيير وأساليب تقليل مقاومة التغيير.
2. رتب أعضاء الملاك الإداري القيم الى (القيم التنظيمية، القيم الإنسانية، القيم الترويجية، قيم أخلاقيات العمل، قيم المشاركة الجماعية، قيم موضوعية الإدارة)، فيما رتب أعضاء الملاك التدريبي الى (قيم المشاركة الجماعية، القيم الإنسانية، القيم التنظيمية، القيم الترويجية، قيم أخلاقيات العمل، قيم موضوعية الإدارة)..
3. وجود علاقة ارتباط معنوية سلبية بين مجالات القيم الإدارية وبين اغلب العوامل المسببة لمقاومة التغيير (الكواز، 2004).

3- إجراءات البحث**3-1 منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة لكونه يلاءم نوع الدراسة وأهدافها.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار مجتمع البحث وعينته بطريقة الحصر الشامل العمدية، حيث اشتمل البحث على طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة (البنين، البنات) في جامعة الموصل الذين لديهم انتماء للأندية الرياضية في محافظة نينوى والبالغ عددهم (100)، (79) بنين و(21) بنات، وحصل

الباحث على (89) استمارة قابلة للتحليل الاحصائي (74) بنين و(15) بنات، وهي تشكل نسبة (89 %) من مجتمع البحث* وكما مبين في الجدول (1)

الجدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته ووفق متغيرات السنة الدراسية والجنس

المجموع	عينة البحث		المجموع	مجتمع البحث		السنة الدراسية	المتغيرات
	الجنس			الجنس			
	البنات	البنين		البنات	البنين		
31	3	28	31	3	28	الأولى	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
15	6	9	21	9	12	الثانية	
14	-	14	17	3	14	الثالثة	
9	1	8	11	1	10	الرابعة	
3	-	3	3	-	3	الأولى	كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	-	3	3	-	3	الثانية	
4	-	4	4	-	4	الثالثة	
5	-	5	5	-	5	الرابعة	
-	-	-	-	-	-	الأولى	كلية التربية للبنات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
-	-	-	-	-	-	الثانية	
2	2	-	2	2	-	الثالثة	
3	3	-	3	3	-	الرابعة	
89	15	74	100	21	79		المجموع

3-3 أداة البحث:

لتحقيق هدفنا البحث طور الباحث مقياس تطوير الأندية الرياضية والمعد من قبل (مجيد والدباغ، 2007)، حيث تكون الاستبيان من (14) فقرة، وتتم الإجابة على فقرات المقياس وفق ثلاثة بدائل هي (نعم، أحياناً، كلا). وتم إجراء بعض التعديلات الطفيفة عليه بما يناسب عمل طلبة الجامعة في الاندية الرياضية ومن ثم التحقق من صدقه الظاهري وثباته وكالاتي:

3-3-1 الصدق الظاهري:

ويعد اتفاق المحكمين نوعاً من أنواع الصدق الظاهري. ويشير (عويس) إلى انه "يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه، يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء" (عويس، 1999، 55)، ويعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس لذا قام الباحث بعرض المقياس على عدد من الخبراء * المختصين في الإدارة الرياضية للحكم على

* استبعد الباحث (11) استمارة لعدم اتمام الاجابات.

* أسماء السادة الخبراء

أ.د. راشد حمدون	إدارة وتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل
أ.د. وليد خالد همام	إدارة وتنظيم	التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الأساسية - جامعة الموصل
أ.د. رياض أحمد إسماعيل	إدارة وتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل
أ.م.د. عدي غانم الكواز	إدارة وتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل
أ.م.د. محمد ذاكر سالم	إدارة وتنظيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل

فقرات المقياس، وطلب من كل واحد منهم إبداء ملاحظاته في كل فقرة من فقرات المقياس كونها صالحة أو غير صالحة في المجال المخصص كما طلب منهم إبداء آرائهم حول وضوح الفقرات ومناسبتها للعينة، فضلاً عن مدى صلاحية البدائل، وقد أسفر التحليل عن حذف الفقرة (6) لعدم الحصول على نسبة لاتفاق الخبراء وتعديل بعض الفقرات، وقد أضاف الخبراء عدد من الفقرات لإغناء المقياس، وحصل الباحث على نسبة تراوحت ما بين (85 - 100%) من اتفاق الخبراء لبقية فقرات المقياس، وقد تم إجراء التعديلات بعد حصول الباحث على اتفاق (7) خبراء لأنها تمثل أكثر من نسبة (75%) إذ يشير بلوم إلى أنه على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (75%) فأكثر من آراء المحكمين في هذا النوع من الصدق (بلوم وآخرون ، 1986 ، 126). وبذلك تشكلت الصيغة النهائية للمقياس والتي سيعتمدها الباحث في اتمام إجراءات بحثهم والموضحة في الملحق (1).

3-3-2 اصدق البناء:

وبما أنه تم اضافة (9) فقرات للمقياس من قبل الخبراء أي ما يقارب نصف عدد الفقرات لذا قام الباحث بإيجاد صدق البناء وذلك بالاعتماد على أسلوبين، الأول بإيجاد صدق الفقرات عن طريق حساب قوة التمييز للفقرات والأسلوب الثاني عن طريق إيجاد قوة الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس والتي تسمى بالاتساق الداخلي أو ما يسمى بصدق الفقرات، وفي أدناه وصف لأساليب التحليل الإحصائي المستخدمة في التحقق من صدق بناء المقياس.

3-3-2-1 أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

يفيد معامل التمييز في توضيح الفروق بين الأفراد في إيجاد صدق الاختبار الداخلي والخارجي (الأمام وآخرون، 1990، 114)، إذ تم إيجاد المجموع الكلي لكل استثمار ولجميع أفراد عينة البناء البالغة (89) استثماراً للمقياس وترتيب الاستثمارات على أساس المجموع الكلي تنازلياً، ويشير (Beuchert & Mendoza، 1990) إلى " أن نتائج معامل تمييز الفقرة المحسوب على نسبة مئوية (27%) لا تختلف عن تلك المحسوبة على نسبة (30%) أو (50%) عندما يكون عدد المفحوصين بواقع (100) أو أكثر (108-109، 1990، Beuchert & Mendoza)، وبما أن عينة البناء بلغت (89)، لذلك قام الباحث باختيار (50%) من المجموعة العليا و(50%) من المجموعة الدنيا بعد الترتيب التنازلي للاستثمارات واستبعاد الاستثمارات التي في الوسط للغرض الإحصائي، وتم استخراج قيمة (ت) بين المجموعتين العليا والدنيا، وتبين أن (88) استثماراً تميز بين المجموعتين المتطرفتين، إذ تراوحت القيمة التائية المحتسبة للمقياس ما بين (5.22 -

2.239)، وبلغ مستوى الدلالة لها ما بين (0.016 - 0.000) وهو أصغر من مستوى الدلالة المعتمد البالغ (0.05)، وكما مبين في الجدول (2).
الجدول (2) قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ومستوى الدلالة (sig) لفقرات مقياس تطوير الأندية الرياضية

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		ت المحسوبة	الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	2.795	0.408	2.272	0.788	3.906	0.000
2	1.795	0.794	1.25	0.533	3.779	0.000
3	2.885	0.321	2.522	0.664	3.269	0.002
4	2.818	0.39	2.522	0.698	2.45	0.016
5	2.886	0.321	2.636	0.532	2.668	0.009
6	2.977	0.15	2.681	0.561	3.372	0.001
7	2.409	0.542	1.863	0.632	4.345	0.000
8	2.59	0.542	2	0.747	4.246	0.000
9	2.636	0.574	2.227	0.831	2.685	0.009
10	2.250	0.686	1.863	0.632	2.747	0.007
11	2.74	0.628	2.44	0.68	2.239	0.015
12	2.75	0.488	2.368	0.654	2.953	0.004
13	2.84	0.369	2.368	0.722	3.715	0.000
14	2.727	0.585	2.704	0.631	2.275	0.000
15	2.545	0.503	2.113	0.579	3.731	0.000
16	2.954	0.21	2.545	0.729	3.572	0.001
17	2.681	0.518	1.977	0.731	5.216	0.000
18	2.59	0.497	1.909	0.709	5.22	0.000
19	2.909	0.362	2.477	0.664	3.785	0.000
20	2.659	0.568	2.045	0.68	4.591	0.000
21	2.568	0.545	2.227	0.71	2.524	0.013
22	2.045	0.745	1.613	0.618	2.957	0.004

3-2-2-3 الاتساق الداخلي عن طريق ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

تم حساب معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية باستخدام معامل ارتباط بيرسون (أبو زينة وآخرون، 1984، 216)، وذلك للكشف عما إذا كان الارتباط القائم بين المتغيرين حقيقياً أم لا، وبهذا تم إيجاد معامل الاتساق الداخلي لـ (88) استمارة ولـ (22) عبارة للمقياس، وتبين أن

جميع العبارات متسقة داخلياً، إذ تراوحت قيم الارتباط ما بين (0.64 - 0.211)، وبلغ مستوى الدلالة لها ما بين (0.013 - 0.000) وهو أصغر من مستوى الدلالة المعتمد البالغ (0.05)، والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3) قيم معاملات الارتباط ومستوى الدلالة لعبارات المقياس بالدرجة الكلية لمقياس تطوير الأندية الرياضية

ت	الارتباط	الدلالة	ت	الارتباط	الدلالة	ت	الارتباط	الدلالة	ت	الارتباط	الدلالة
1	0.487	0.000	7	0.53	0.000	13	0.604	0.000	19	0.617	0.000
2	0.352	0.001	8	0.546	0.000	14	0.267	0.012	20	0.64	0.000
3	0.377	0.002	9	0.355	0.001	15	0.413	0.000	21	0.478	0.000
4	0.324	0.000	10	0.268	0.011	16	0.395	0.000	22	0.503	0.000
5	0.501	0.002	11	0.211	0.013	17	0.619	0.000			
6	0.325	0.000	12	0.373	0.000	18	0.634	0.000			

3-3-3 ثبات المقياس:

للحصول على ثبات الاستبيان تم استخدام طريقة معامل ألفا (Alpha)، فمن الجدير بالذكر أن طريقة (ألفا) تتمتع بأهمية خاصة كونها تستخدم في حساب معامل ثبات الاختبارات المقالية والموضوعية (النبهان ، 2004 ، 248)، وفقرات الاستبيانات التي تتطلب إجابتها الاختيار من بين بدائل متعددة " (علام، 2006، 100)، إذ بلغت قيمة معامل الثبات ألفا (0.89). وبهذا تعد معاملات الثبات جيدة، إذ يشير (أبو حويج وآخرون) إلى أنه "يتراوح معامل الارتباط لثبات الاختبار ما بين 0.70 إلى 0.90" (أبو حويج، 2002، 68).

3-3-4 وصف المقياس بصورته النهائية:

تكون مقياس تطوير الأندية الرياضية من (22) فقرة، كما وضع أمام كل فقرة ثلاثة بدائل هي (نعم، أحياناً، كلا) تحمل الأوزان (3، 2، 1) على التوالي، كما بلغت الدرجة الكلية للمقياس (66) والدرجة الصغرى (22).

3-4 الوسائل الإحصائية:

- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ألفا (Alpha)، اختبار (T) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين باتجاه واحد، اختبار اقل فرق معنوي L.S.D، باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS في تحليل البيانات، المتوسط الفرضي (علاوي ، 1998 ، 146) .

4- عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للناتج ومناقشتها على وفق فروض البحث وكالاتي :
الفرضية الأولى: لطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل دور في تطوير الاندية الرياضية.

الجدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي لتطوير الاندية الرياضية لطلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة (البنين، البنات) في جامعة الموصل

الوصف الاحصائي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي
طلبة كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة	2,53	22,6	44

وللتحقق من الفرض الأول تم إيجاد المتوسط الفرضي* لتطوير الاندية الرياضية بوصفه معياراً يمكن المقارنة به وإصدار الحكم.

يتبين من الجدول (4) وجود شعور ودور لطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى، إذ كان المتوسط الفعلي (2,53) وانحراف معياري قدره (22,6) وهو أعلى من المتوسط الفرضي المقابل لها والبالغ (44)، وقد يكون السبب الى أن طلبة التربية البدنية يحملون القيم الإنسانية والاجتماعية ويكون من خلال اهتمامهم وشعورهم بإشباع الحاجات الإنسانية وتحقيق الذات أكثر من الحاجات المادية، ويشير (علي، 1992) إلى أن "القيم الإنسانية تسمح للأفراد باكتشاف ذاتهم الإنسانية وتمنحهم شعوراً عالياً بالإنجاز كما تحت على ضرورة إعداد العمل ليكون ممتعاً للنفس لا مملاً وان يتيح الفرصة لاكتساب خبرات جديدة واستخدام قابلياته الإنسانية بالشكل الملائم" (علي، 1995، 14).

الفرضية الثانية: وجود فروق ذات دلالة معنوية على وفق متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، الخبرة) في دور طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية.

الجدول (5) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لعينتي البنين والبنات

* المتوسط الفرضي = مجموع أوزان البدائل × عدد الفقرات / عدد البدائل (علاوي، 1998، 146) .

الوصف الاحصائي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	قيمة الدلالة
البنين	53,135	6,08	0,225	0,823
البنات	53,53	7,11		

يبين الجدول رقم (5) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية لصالح الأوساط الحسابية لطلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة (البنين، البنات) في جامعة الموصل، إذ بلغت قيمة (ت) (0.225) وقيمة مستوى المعنوية (0,823) وهي أكبر من قيمة الدلالة المعتمدة البالغة (0.05)، لذا تم رفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية.

الجدول رقم (6) يبين نتائج تحليل التباين لمستويات متغير السنة الدراسية بين مجاميع طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموعة المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة Sig
مجاميع الطلبة	بين المجموعات	407,778	3	135,926	3,845	0,012
	داخل المجموعات	3004,582	85	35,348		
	المجموع	3412,360	88	171,274		

* معنوي عند نسبة خطأ $> (0.05)$.

يتبين من الجدول رقم (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستويات متغير السنة الدراسية بين مجاميع طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية إذ كانت قيمة مستوى المعنوية (Sig) (0,012)، ومقارنة بمستوى الدلالة (0,05) عليه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد العينة في تطوير الأندية الرياضية على وفق متغير السنة الدراسية.

ولغرض اختبار معنوية الفروق بين المتوسطات لمجموعات المستويات الأربع ولتحديد أي من المجاميع تتفوق عن الأخرى، تم استخدام اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D) والجدول رقم (5) يبين ذلك.

الجدول (7) يبين نتائج LSD الفروق في المستويات للسنة الدراسية على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية

السنة الدراسية	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة Sig
الأولى - الثانية	20 - 34	52,77 - 50,82	7,13 - 6,67	1,954	0,263
الثالثة - الرابعة	17 - 18	55,7 - 55,5	4,85 - 3,92	0,205	0,917

0,006	*4,676	3,92 -6,67	55,5 -50,82	18 -34	الأولى - الثالثة
0,149	2,92	4,85 -7,13	55,7 -52,77	17 -20	الثانية - الرابعة
0,007	*4,88	4,85 -6,67	55,7 -50,82	17 -34	الأولى - الرابعة
0,162	2,722	3,92 -7,13	55,5 -52,77	18 -20	الثانية - الثالثة

* معنوي عند نسبة خطأ $> (0.05)$.

يتبين من الجدول رقم (7):

- وجود فرق معنوي في تطوير الأندية الرياضية بين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والثالثة ولصالح الثالثة.

- وجود فرق معنوي في تطوير الأندية الرياضية بين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والرابعة ولصالح الرابعة.

يرى الباحث أن وجود التباين لصالح المرحلتين الثالثة والرابعة قد يعود الى كونهما مرحلتين متقدمتين. وكما يمكن ملاحظة أن مستوى تطوير الأندية الرياضية كان متفاوتاً لمصلحة متغير السنة الدراسية، فكانت مرة لمصلحة السنة الدراسية الثالثة ومرة لمصلحة السنة الدراسية الرابعة، بمعنى أن متغير السنة الدراسية ليس له تأثير على مستوى تطوير الأندية الرياضية، وقد يرجع السبب في ذلك اهتمام طلبة التربية البدنية بدورهم في تطوير النادي الرياضي بغض النظر عن المرحلة الدراسية التي يمرون بها، وتعكس هذه النتيجة مدى تمسكهم واهتمامهم بعملهم والمهام الموكلة اليهم في النادي، إذ يشير (Steers,1991) إلى أن التمسك بالأعمال والمهام في المنظمة يدل على اهتمام الفرد الشديد للاستمرار عضواً في المنظمة واستعداده لبذل مجهود عال لخدمتها كما يوصف بأنه عملية مستمرة يقوم العاملون من خلالها بالتعبير عن اهتمامهم وحرصهم على المنظمة واستمرار نجاحها وبقائها (Steers,1991,128).

كما تبين من الجدول رقم (7) وجود فرق ذات دلالة غير معنوية في تطوير الأندية الرياضية بين مجاميع السنين الدراسية الأولى والثانية، الثالثة والرابعة، الثانية والثالثة، الثانية والرابعة

الجدول رقم (8) يبين نتائج تحليل التباين لمستويات متغير الخبرة بين مجاميع طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم

الرياضة على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموعة المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة Sig
مجاميع الطلبة	بين المجموعات	335,042	2	167,521	4,741	0,011
	داخل المجموعات	3038,508	86	35,331		
	المجموع	3373,551	88	202,852		

* معنوي عند نسبة خطأ $> (0.05)$.

يتبين من الجدول رقم (8) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستويات متغير الخبرة بين مجاميع طلبة كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية إذ كانت قيمة مستوى المعنوية (Sig) (0,00)، ومقارنة بمستوى الدلالة (0,05) عليه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد العينة في تطوير الأندية الرياضية على وفق متغير الخبرة. ولغرض اختبار معنوية الفروق بين المتوسطات لمجموعات المستويات الثلاث ولتحديد أي من المجاميع تتفوق عن الأخرى، تم استخدام اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D) والجدول رقم (7) يبين ذلك.

الجدول (9) يبين نتائج LSD الفروق في المستويات للخبرة على وفق مقياس تطوير الأندية الرياضية

مستويات الخبرة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة Sig
(5-1) - (10-6) سنة	18 - 66	54,111 - 53,712	6,27 - 5,7	0,801	0,648
(5-1) - (11- فما فوق) سنة	5 - 66	45,4 - 53,712	7,92 - 5,7	*0,003	0,00
(10-6) - (11- فما فوق) سنة	5 - 18	45,4 - 54,111	7,92 - 6,27	*0,005	0,00

* معنوي عند نسبة خطأ $> (0.05)$.

يتبين من الجدول رقم (9):

- وجود فرق معنوي في تطوير الأندية الرياضية بين مجموعتي (1- 5 سنة) و(11- فما فوق) ولصالح (1- 5 سنة).

- وجود فرق معنوي في تطوير الأندية الرياضية بين مجموعتي (6- 10 سنة) و(11- فما فوق) ولصالح (6- 10 سنة).

يمكن ملاحظة أن مستوى تطوير الأندية الرياضية كان متفاوتاً لمصلحة متغير الخبرة السنوية، فكانت مرة لمصلحة الفئة العمرية الأولى ومرة لمصلحة الفئة العمرية الثانية، بمعنى أن متغير الخبرة ليس له تأثير على مستوى تطوير الأندية الرياضية فيمكن أن يكون طلبة التربية البدنية راضين عن عملهم، نتيجة لقناعتهم الشخصية بغض النظر عن مدة خدمتهم، وهذا قد ينتج من خلال درجة توافق وتكيف الفرد مع بيئة العمل في النادي، حيث أفاد كل من (Greaen & Weiss) بأن تطوير الأندية الرياضية هو محصلة التوافق أو التكيف الفعال للفرد في إطار العمل، ويتضح ذلك من شعوره بالقناعة والاستقرار الوظيفي (العديلي، 1983، 36).

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

- 1- وجود دور لطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى.
- 2- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية وفق متغير الجنس (البنين، البنات) بين طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى.
- 3- وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير السنة الدراسية بين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والثالثة ولصالح الثالثة، وبين مجموعتي السنتين الدراسيتين الأولى والرابعة ولصالح الرابعة.
- 4- وجود فرق ذات دلالة غير معنوية في تطوير الاندية الرياضية بين مجاميع السنين الدراسية الأولى والثانية، الثالثة والرابعة، الثانية والثالثة، الثانية والرابعة.
- 5- وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير الخبرة بين مجموعتي (1-5 سنة) و(11- فما فوق) ولصالح (1-5 سنة)، وبين مجموعتي (6-10 سنة) و(11- فما فوق) ولصالح (6-10 سنة).
- 6- عدم وجود فرق معنوي في تطوير الاندية الرياضية وفق متغير الخبرة بين مجموعتي (1-5 سنة) و(6-10 سنة).

5-2 التوصيات :

- 1- تطوير العلاقة بين كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة والاندية الرياضية وتشكيل لجان تنسيقية لحل كثير من المشكلات التي تعاني منها الاندية أدارياً ورياضياً.
- 2- وضع نظام للحوافز المادية والمعنوية من اجل استقطاب طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة للاندية الرياضية وتكليفهم بمهام رياضية أو ادارية.
- 3- توجيه اساتذة كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة لحث الطلبة وترغيبهم على الانتماء الى الاندية الرياضية واخذ دورهم الريادي في تطويرها.
- 4- قيام حث طلبة الدراسات العليا (ماجستير- دكتوراه) في الاقسام العلمية لكلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على اختيار رسائل وأطاريح تعنى بتطوير الاندية الرياضية بكافة جوانبها الادارية والرياضية
- 5- توجيه الهيئة المسؤولة عن الاندية الرياضية في اللجنة الاولمبية بتكليف الطلبة المقبولين من خلال مقاعدها المخصصة في كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بمسؤوليات ادارية ورياضية في الاندية.
- 6- اجراء دراسات وبحوث علمية في محاور ادارية ورياضية اخرى لتطوير عمل الاندية الرياضية

المصادر العربية والأجنبية :

- 1- إبراهيم ، الدسوقي عبده (2005) : التغيير الاجتماعي والوعي الطبقي (تحليل نظري) ، ط1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية.
- 2- أبو حويج ، مروان وآخران (2002) : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1 ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، عمان.
- 3- أبو زينة، زيد، وآخرون (1984): الطرق الإحصائية للتربية والعلوم الإنسانية، ج1، دار الفرقان للنشر، عمان، الأردن.
- 4- بلوم ، بنيامين وآخرون (1986) : تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون، مطابع المكتب المصري الحديث، القاهرة.
- 5- جرينبرج، جيرالد وبارون، روبرت (2004): إدارة السلوك في المنظمات، ترجمة رفاعي محمد رفاعي واسماعيل علي بسيوني، دار المريخ للنشر، الرياض.
- 6- حريم ، حسين (2003) : إدارة المنظمات ، منظور كلي ، ط1 ، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.
- 7- الخزامي، عبد الحكم أحمد (1999): تكنولوجيا الأداء من التقييم الى التحسين: ادارة الأداء والتكنولوجيا ادارة الاداء، مكتبة سينا، القاهرة.
- 8- الخطيب، منذر هاشم، والمشهداني، عبد الله إبراهيم (1989) : التنظيمات الرياضية، مطبعة التعليم العالي، الموصل.
- 9- داغر ، منقذ محمد وصالح ، عادل حرحوش (2000) : نظرية المنظمة والسلوك التنظيمي، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد
- 10- دقاسمة، مأمون احمد سليم (2002) : التغيير التنظيمي ، دراسة ميدانية لاتجاهات المديرين في الإدارات الحكومية في محافظة اربد/الأردن نحو دوافع وسمات ومعوقات ومتطلبات نجاح جهود التغيير التنظيمي، مجلة الإداري، العدد(88).
- 11- زيد، محمد ابراهيم (1992): الاستراتيجية الامنية العربية خلال العقد القادم: نظرة مستقبلية، مؤتمر مسيرة التعاون الشرطي الامني العربي خلال الفترة من 1972 الى 1992: الانجاز والتطلعات المنعقد في الشارقة.
- 12- سمو، شاكر احمد (2011) : الثقافة التنظيمية الرياضية وعلاقتها بالكفاءة التنظيمية في المنظمات الرياضية في إقليم كردستان، دار العرب ودار نور للدراسات والنشر والترجمة، ط1، دمشق، سوريا .
- 13- الصرن، رعد حسن (2002): صناعة التنمية الادارية في القرن الحادي والعشرين، دار الرضا للنشر، دمشق.
- 14- الصفار، فاضل (2004): التغيير الإداري، fadil@annaba.org.

- 15- الطجم، عبد الله بن عبد الغني (2000): التطوير التنظيمي: المفاهيم، النماذج، الاستراتيجيات، دار البلاد للطباعة والنشر، جدة.
- 16- العديلي، ناصر (1983): الرضا الوظيفي، معهد الإدارة العامة، الرياض.
- 17- العساف ، صالح بن حمد (1995) : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط1، مطبعة شركة العبيكان
- 18- علام، صلاح الدين محمود (2006) : الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.
- 19- علاوي، محمد حسن (1998) : سيكولوجية القيادة الرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر .
- 20- علي، عبد الخالق (1995) : ظاهرة الاغتراب وصداها في الشعر المعاصر بمنطقة الخليج ، مجلة مركز الوثائق والدراسات الإنسانية ، العدد (7) ، جامعة قطر .
- 21- العوالمه، نائل (1992) : التغيير والتطوير التنظيمي في أجهزة الإدارة العامة في الأردن، مجلة أبحاث اليرموك ، مجلد(8) ، عدد(2).
- 22- عويس ، خير الدين علي احمد (1999) : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- 23- القريوتي ، محمد قاسم(2000):السلوك التنظيمي دراسة للسلوك الإنساني الفردي والجماعي في المنظمات المختلفة، دار الشروق ،الأردن.
- 24- القريوتي، محمد قاسم(2008): نظرية المنظمة والتنظيم، ط3، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
- 25- كاظم ، عبد الحسين صالح (1991) : " التغيير في المنشآت بين مسببات الإخفاق وعوامل النجاح" ، مجلة الإداري ، عدد (47).
- 26- الكبيسي، عامر بن خضير (2007): الدور الاستراتيجي لإدارة الموارد البشرية في قيادة التغيير والتعامل مع مقوماته، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- 27- كنج، نيجيل واندرسون، نيل (2004): كتاب ادارة أنشطة الابتكار والتعبير دليل انتقادي للمنظمات.
- 28- الكواز، عدي غانم وآخران (2010) : تشخيص الخصائص التنظيمية مدخلا للتطوير التنظيمي في الاتحادات الرياضية الفرعية في محافظة نينوى، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية ، المجلد 16 العدد 55
- 29- اللوزي ، موسى (2003) : التطوير التنظيمي ، أساسيات ومفاهيم حديثة ، ط2 ، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان.

30- مجيد، عبد الوهاب والدباغ، احمد سعيد (2007) : دور طلبة كلية التربية الرياضية الاختصاص في تطوير الاندية الرياضية، مجلة التربية الرياضية، المجلد العاشر ، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

31- معاشي ، مرتضى (2004) : سنن التغيير وملاحمه ، mortada@annaba.org.

32- النبهان، موسى (2004) : أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، الأردن .

33- نشوان ، يعقوب حسين ونشوان ، جميل عمر (2004) : السلوك التنظيمي في الإدارة والإشراف التربوي ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان.

34- Beuchert. A.K.& Mendoza, J.L. (1990): Amount carlo, comparison of ten items discrimination indices, Journal of Educational Measurement, Vol. 16, No.11.

35- Fulmer (1991): The new Management, Reforming Organization, Jossey Bass Publishers, New York.

36- Luthans, Fred (1995): Organization Behavior. (5th. Ed). Mc Graw-Hill Co, New York

37- Kreitner, Robert & Kinicki, Angelo (1995): Organization Behavior, Chicago Irwin Inc, Chicago.

38- Robbins, Stephen (1990): Organization Theory, structure, design and Application, (3rd. Ed), Englewood Cliffs, Prentice-Hall, NJ

39- Schermerhorn. John & others (1991): Managing Organizational Behavior, (3ed. Ed), John Wiley and Sons, New York.

40- Steers, Richard (1991): Introduction to Organization Behavior, (2nd. Ed) Harper Collins Publishers, New York.

الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

الملحق (1)

الصيغة النهائية لمقياس مشاركة طلبة كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل في تطوير الاندية الرياضية في محافظة نينوى

عزيزي الطالب.....المحترم

يرجى الإطلاع على فقرات مقياس " مشاركة طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل في تطوير الأندية الرياضية في محافظة نينوى " والإجابة عليها بدقة وحيادية بوضع علامة (√) في المجال المخصص خدمة للبحث العلمي فقط ، ولا داعي لذكر الاسم

الباحثون

شاكرين تعاونكم

اسم النادي:..... نوع العمل (المركز الوظيفي) في النادي:

الخبرة (مدة العمل في النادي) : شهر سنة

السنة الدراسية في الجامعة

الجنس : ذكر..... أنثى العمر

ت	الفقرة	نعم	أحيانا	كلا
1	أمارس الأنشطة الرياضية بشكل منتظم في النادي			
2	أتلقي دعما ماديا من النادي			
3	أعتقد بأن انتمائي الى النادي سيسهم في تطويره رياضيا			
4	ألعب ضمن إحدى الفرق الرياضية بالنادي			
5	أشعر بأهمية الدور الذي أقوم به في النادي			
6	أشعر بسعادة عندما أقدم خدمة في مجال عملي للنادي			
7	آرائي تلقى الرعاية والاهتمام من قبل إدارة النادي			
8	أعتقد ان بإمكانني المساهمة في تطوير النادي إداريا ورياضيا			
9	يساهم مدرسو التربية الرياضية بتوجيهي الى الانتماء للنادي			

ت	الفقرة	نعم	أحيانا	كلا
10	أكلف من قبل مدرسي التربية الرياضية بواجبات ومهام في النادي			
11	يتضمن منهاج دراستي في الجامعة موضوعات تخص عمل وتطوير الأندية الرياضية			
12	أتلقي الدعم والتشجيع من زملائي على الانتماء للأندية			
13	أتلقي الدعم والتشجيع من عائلتي على الانتماء للأندية			
14	أحرص على عكس صورة حسنة خلال وجودي في النادي			
15	أعمل على ابداء الآراء والمقترحات العلمية			
16	أعمل على تشجيع اللاعبين الناشئين في النادي			
17	أسعى الى تعديل الأخطاء الفنية في النادي			
18	أعمل على تحديث المعلومات والأفكار داخل النادي			
19	أزرع روح الثقة والمثابرة والعمل الجماعي للاعبين في النادي			
20	أحرص على المشاركة في القرارات التي يصدرها النادي			
21	أحرص على المشاركة في الدورات والندوات والمهرجانات التي يقيمها النادي			
22	أشارك في وضع الخطط التدريبية والمنهاج في النادي			

ملخص البحث

أثر تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي في

الاداء الحركي لمهارة التهديف بكرة القدم للصالات - طالبات

أ. د عبد المنعم احمد جاسم م. د علي عبد العليم محمد صابر

هدف البحث إلى :-

- إعداد تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى) (الحركى)) في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

- التعرف على أثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى) (الحركى)) في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها بكرة القدم للصالات - طالبات .

- التعرف على الفروق في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى) (الحركى)) في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

و افترض الباحثان ما يأتي :-

- للتمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى) (الحركى)) أثر في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

- هناك فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى) (الحركى)) في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

و استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة مشكلة البحث ، بالتصميم التجريبي " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " و قد أجري البحث على عينة من طالبات المرحلة الاولى لكلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة كركوك للعام الدراسى (2015 - 2016) والبالغ عددهن (54) طالبة ، و بواقع (8) طالبات لكل مجموعة ، و استغرق تنفيذ البرنامجين التعليميين مدة (6) أسابيع (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة و بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً ، زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة ، وللمدة من 2012/3/31 ولغاية 2016/ 5/12 وذلك في القاعة المغلقة للنشاط الرياضى في محافظة كركوك .

و استنتج الباحثان ما يأتي :-

- ان مجاميع البحث الثلاثة ذات التفضيل الحسي (السمعى ، البصرى ، اللمسى) أحدثت تحسناً ملحوظاً في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي و البعدي .

- أحدثت المجموعة التجريبية الثلاثة ذات التفضيل الحسي (اللمسى) تحسناً ملحوظاً أكثر من مثيلاتها الأولى ذات التفضيل الحسي السمعى و الثانية ذات التفضيل الحسي البصرى في الأداء الحركى لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

و يوصي الباحثان بما يأتي :-

- التأكيد على تدريس مادة كرة القدم للصالات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة في العراق معززة باستخدام أنظمة التفضيل الحسي لتسهيل عملية التعلم انطلاقاً من مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين .

- التأكيد على استخدام التمارين النوعية في تعلم مهارة التهديف بأشكالها المختلفة عند تعليم الطالبات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة بكرة القدم للصالات.
- اجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى و في فعاليات أخرى .

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

ان الحياة البشرية مستمرة من الماضي الى الحاضر والمستقبل و هناك امور قد تدوم لفترة ومن ثم تنتهي وتزول وهناك امور تستمر باستمرار الحياة ومنها العملية التعليمية وهي واحدة من العمليات التي تحتاج الى ان تسعى جميعها كعاملون في مجال التعلم الى الاهتمام بها و تطويرها ، وتعد الأساليب التعليمية التي تستخدم لإيصال المادة التعليمية من الامور التي تؤدي دورا مهما في حالة إتقانها في إنجاح العملية التعليمية وهذا يتحقق من خلال المدرس و المتعلم و اسلوب التعلم و المنهاج التعليمي.

وتعد كرة القدم للصالات ومهاراتها إحدى الدروس العملية في كليات و أقسام التربية الرياضية بالجامعات العراقية و التي تسعى جميعها الى ايجاد افضل الاساليب التعليمية لغرض إيصال المادة التعليمية الخاصة بها الى المتعلمين ، فالتعلم الحركي لهذه المهارات يعتمد بالدرجة الأساس على مدى نجاح الأساليب التعليمية المستخدمة في تعلمها للوصول الى المستوى المقبول من الأداء الحركي ضمن الخطة الزمنية المحددة لعملية التعلم ، إنطلاقاً من أن التعلم الحركي هو " التغيير في السلوك الحركي او قابلية الاداء نتيجة التدريب أو التكرار أو التصحيح و الذي سوف يؤدي إلى إجادة المهارة الحركية و إتقانها " (1) . و إن تعلم أي مهارة حركية يتطلب توفر عدة عوامل ومنها التمارين التعليمية التي تعطي للمتعلمين إذ أن " تعلم المهارة لا يمكن أن يكون الا عن طريق التمرين و التجربة " (2) . وتعد التمارين النوعية أحد أنماط التمارين المستخدمة في تعلم المهارات الأساسية ، بالإضافة إلى إختيار نمط التمارين فإن هذه التمارين تحتاج إلى تنظيمها وفق أساليب تعليمية علمية و دقيقة كأساليب جدولة الممارسة و التي تستخدم لتنظيم التمارين المستخدمة في الوحدة التعليمية ومن ضمن هذه الأساليب أسلوب جدولة الممارسة الموزعة و تعني " أداء تكرارات بأوقات راحة قد تساوي أحيانا مدة الأداء أو تزيد عليه " (3) . و إستخدام هذا الاسلوب يؤدي الى تحقيق الأهداف المرجوه والإقتصاد بالوقت و الجهد و بمايتلائم مع نوع المهارات المتعلمة .

و بالنظر لوجود الفروق الفردية بين المتعلمات من الطالبات و اللاتي يصدرن سلوكيات مختلفة في أثناء عملية التعلم نتيجة لإختلاف تفضيلاتهن الحسية في إستقبالهن للمعلومات ضمن القنوات الحسية (الحواس المستخدمة) في إستيعاب المعلومات ومعالجتها وبالتالي فهمها وتتضمن " القنوات الحسية ثلاث مجالات (بصرية و سمعية و لمسية) و يرجع تنوع هذه الأساليب إلى أنماط التعلم التي يفضلها ويستخدمها المتعلمون على نحو مميز " (4) . و إن أنظمة التفضيل الحسي تعكس الفروق بين الأفراد في توافقهم مع العالم الخارجي و يكمن هذا النظام في ثلاث أشكال فالأول يفضل أن يتلقى المعلومات عن طريق حاسة السمع والثاني يفضل فيه المتعلم إستقبال المعلومات عن طريق حاسة البصر أما الثالث فيفضل فيه إستقبال المعلومات من خلال نشاط او حركة أي يستقبل المعلومة بالممارسة العملية أو إن هذه الحواس تمكن المتعلم من أن يستخدم أيها منها و حسب تفضيله خلال عمليات التعلم . وتعد عملية تعلم مهارة التهديف إحدى عمليات التعلم الحركي التي تتطلب الأخذ بنظر الإعتبار نوعية التمارين و الاسلوب المستخدم في أدائها و تنفيذها (جدولة ممارستها) بالإضافة

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ مختارات في التعلم الحركي : (النجف ، دار الضياء للطباعة و النشر ، 2011) ، ص 20.

(2) وجيه محبوب ؛ (موسوعة علم الحركة) التعلم و جدولة التدريب : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000) ، ص 168.

(3) خليل إبراهيم سليمان الحديثي ؛ التعلم الحركي : (دمشق ، دار العرب ، 2013) ، ص 116 .

(4) محمد خضر أسمر و زياد طارق محمد ؛ إعداد مقياس للتفضيلات الحسية لطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل : (بحث منشور ، مجلة الراصد للعلوم الرياضية ، المجلد 19 ، العدد 61 ، 2013) ، ص 61.

إلى الإهتمام بالتفضيل الحسي الخاص بكل متعلمة لإستقبالها للمعلومات و خاصة إذا كانت العينة من , لذا فان أهمية البحث تبرز في النقاط الآتية :

- أنها ذات أهمية خاصة فعلى الرغم من تطرق العديد من الباحثين إلى التمارين النوعية و إلى جدولة الممارسة الموزعة و كذلك الى التفضيلات الحسية الا أن أي من الباحثين لم يستثمر التمارين النوعية المدعمة بجدولة الممارسة الموزعة إعتقادا على التفضيل الحسي .
- تعد محاولة جادة للوصول إلى أسلوب جديد في تعلم مهارة التهديف بأشكالهما المختلفة* بكرة القدم للصالات.
- إيجاد ظروف تعليمية جيدة تعتمد بالأساس على مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمات إعتقادا على التفضيلات الحسية .

2-1 مشكلة البحث :

- من خلال خبره الباحثان كمارسين و تدريسين لمادة كرة القدم للصالات وجد أن هناك صعوبة في تعلم مهارات هذه اللعبة وخاصة للطلبات المبتدئات قد يرجع هذا إلى عدم مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمات وفقا لتفضيلاتهن الحسية و هذا دفع الباحث إلى محاولة خلق بيئة تعليمية مناسبة تعتمد بالاساس على إيجاد التفضيل الحسي لكل متعلمة للتمكن من وضع إستراتيجيات دراسية أفضل و البدء في إستخدام قوة نظام التعلم الخاص بكل تفضيل حسي . و مما تقدم تبرز مشكلة البحث في الإجابة عن التساولين الآتيين :
- هل إن إستخدام برامج تعليمية تتضمن التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة سيؤدي إلى نتائج أفضل في الأداء الحركي لمهارة التهديف بكرة القدم للصالات طالبات .
- أي من هذه البرامج التعليمية هي الأفضل في الأداء الحركي لمهارة التهديف بكرة القدم للصالات طالبات .

2-3 أهداف البحث :

- إعداد تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي)(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات -طالبات .
- التعرف على أثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي و البصري و اللمسي)(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها بكرة القدم للصالات - طالبات .
- التعرف على الفروق في الإختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي و البصري و اللمسي)(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

2-4 فروض البحث :

- للتمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعي و البصري و اللمسي)(الحركي)) أثرٌ في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.
- هناك فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعي و البصري و اللمسي)(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

2-5 مجالات البحث :

- المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الأولى في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة كركوك ، للعام الدراسي (2015 - 2016) .
- المجال الزمني : للمدة من 31 / 3 / 2016 و لغاية 12 / 5 / 2016 .

- المجال المكاني : قاعة النشاط الرياضي و الكشفى – مديرية تربية كركوك * .

1 - 6 تحديد المصطلحات :

- التمارين النوعية : " أقصى درجات التخصص في تنمية الأداء المهاري كما و نوعا و توقيتا وفقا للإستخدامات اللحظية للعضلات أو المجموعات العضلية المشتركة في الأداء المهارى " (1)

- إجرائيا : تمارينات خاصة على درجة عالية من الخصوصية نوعا و توقيتا من أجل تعلم الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة .

- جدولة الممارسة الموزعة : وهي " فترات الراحة بين محاولات التمرين مساوية أو اكبر من الوقت المستغرق لإنجاز كل محاولة " (2) .

- إجرائياً : التطبيق العملي للتمارين الخاصة بتعلم مهارة التهديف بأشكالها بكرة القدم الصالات للطلالبات بتكرارات معينة و بوجود فترات راحة كافية بين تكرار وآخر .

- التفضيل الحسي : " وسائل إنتزاع المعلومات من البيئة عن طريق الآليات الحسية المتمثلة بالإحساسات البصرية والسمعية واللمسية هي تفضيلات يمكن أن يستخدمها الفرد في مجال التعلم والعمل و هي مخزون بسيط و قصير مستلم بشكل جيد من قبل الأفراد و حسب قدراتهم الحسية و ملكاتهم العقلية (3) .

- إجرائياً : قدرة المتعلمات على اكتساب مهارة التهديف عن طريق حواسهن (السمع ، البصر ، اللمس (الحركة)) اعتمادا على الحاسة المفضلة لديهن لاستقبال تلك المعلومات.

- الدراسات النظرية و السابقة:

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 التمرين :

التمرين " هو أداء او انجاز او واجب معين بصورة متكررة لغرض اكتساب المهارة بصورة تامة ، وكذلك هو كل تعلم منتظم يكون هدفه التقدم السريع لكل من الجوانب الجسمية والعقلية وزيادة التعلم الحركي (الأداء المهاري) للاعب او المتعلم ، وفي تعريف اخر للتمرين هو عبارة عن حركات عدة او تكرار أداء حركي يؤدي بغرض معين تحت أسس عملية (فسيولوجية _ تشريحية _ تربوية ... الخ) " (5)

1-1-2 1 التمارين (النوعية) :

لقد ذكرت (ليلي زهران) إن التمارين ذوات الهدف الخاص هي عبارة عن تمارين تهدف لأعداد و تنمية المهارات الحركية الخاصة لمختلف أنواع الانشطة الرياضية و هي عامل مساعد يهدف لأعداد المتعلم و تنمية مستواه في نوع النشاط الرياضي الذي تخصص فيه . (6)

و يرى الباحثان إن التمارين النوعية هي تمارين تؤدي على وفق المسارات الحركية التي تشابه المسارات الحركية لمهارة التهديف بكرة القدم للصالات – طالبات التي يجري التمرين عليها حيث تعمل فيها العضلة أو المجاميع العضلية بشكل مماثل للمهارة الرئيسة من حيث الزمان والمجال والمسار الحركي .

1-1-2 2 استخدامات التمارين (النوعية) :

* المكان الذي تؤدي فيه الدروس العلمية لطلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة – جامعة كركوك .

(1) فايد علي فايد ؛ أثر برنامج خاص لتطوير بعض الحركات الأساسية للمكفوفين : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 1997) ، ص 44 .

(2) وجيه محبوب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 215.

(1) Fleming, N. D. ; the v a k inventory of learning : (cs ، military academy ، 1988) ، P383.

(2) ناهدة عبد زيد ؛ أساسيات في التعليم الحركي : ط 1 : (النجف ، دار الضياء للطباعة و التصميم ، 2008) ، ص 117 .

(6) ليلي زهران ؛ الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية : (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997) ، ص 40.

إن استخدام التمارين النوعية في التعلم يعد من الأساليب التي تخدم الوصول إلى تحقيق هدف العملية بأقل جهد ووقت فضلاً عن رفع مستوى الأداء المهاري وتحقيق الانجاز العالي وهذا يعد من الواجبات الأساسية لعملية التعلم.⁽¹⁾

إذ إن اختيار التمارين الخاصة واستخدامها في التعلم يجري بحسب نوعية المهارة والفعالية الرياضية، حيث وجد إن لها تأثيراً فعالاً في تطوير المسارات الحركية لمختلف المهارات الرياضية كونها تقترب من تمارين المنافسة.⁽²⁾

ويرى الباحثان إن التمارين الخاصة تكتسب أهمية في تعلم مهارة التهديف بكرة القدم للصالات - للطالبات وذلك للأسباب الآتية:

- تعمل على تحسين الجانب التكنيكي الخاص بمهارة التهديف بكرة القدم للصالات - للطالبات.
- تسهم في تحسين وتطوير المسارات الحركية الخاصة بمهارة التهديف بكرة القدم للصالات - للطالبات.

- تثبت المسار الحركي للمهارة إذ تصل إلى درجة الآلية وهذا يحقق الهدف الرئيسي للتمارين الخاصة (النوعية)

2-1-2 جدولة الممارسة:

1-2-1-2 أسلوب جدولة الممارسة الموزعة:

أثناء أداء التمارين التعليمية داخل الوحدات التعليمية تستخدم أساليب متعددة و منها على وجه الخصوص أسلوب جدولة الممارسة الموزعة إذ ذكر (ميسر مصطفى) نقلاً عن (شمدة) أن التمرين الموزع هو ذلك التمرين الذي يعطي نسبة راحة أكثر بين محاولات الممارسة وقد تكون نسبتها بمقدار وقت أداء التمرين أو أكثر فمثلاً إذا كانت مدة التمرين (30 ثانية) يعطى وقت للراحة مقدار (30 ثانية) أو قد تكون أكثر من ذلك بقليل.⁽³⁾

و يرى الباحثان بأن الممارسة الموزعة يعني وجود فترات راحة كافية بين التكرارات عند الممارسة على تعلم كل مهارة على حده من مهارة التهديف بكرة القدم للصالات طالبات .

3-1-2 التفضيلات الحسية و أساليب التعلم الحركي :

نحن نجمع المعلومات من محيطنا بواسطة الحواس ، ثم ندرك هذه المعلومات من أجل فهم العالم الذي حولنا ، فأننا ربما نستلم معلوماتنا من خلال مجموعة من الحواس في وقت واحد ، فمثلاً عندما نصغي أو نشاهد شخصاً ما يتحدث إلينا وعلى الرغم من استطاعتنا ان نتسلم المعلومات من خلال مجموعة من الحواس في الوقت نفسه فإننا نميل الى استخدام حاسة واحدة بشكل فعال .

"فالبصري يستلم ويعالج المعلومات بشكل افضل بصرياً من خلال القراءة والمشاهدة. والسمعي يتعلم أفضل واسرع من خلال السمع وان اشربة التسجيل والحوارات والمناقشات هي الأدوات المفضلة للمتعلمين السمعيين. اما افراد الإحساس الحركي فأنهم يتعلمون بشكل افضل من خلال الإحساس او الشعور ، فالأفراد الحركيون يديرون قرص الهاتف في الهواء عندما يحاولون تذكر رقم الهاتف ، وبناءً على ذلك فالبصريون يحبون ان يروا ما تعني و السمعيون يحبون سماع فكرتك و أفراد الإحساس الحركي يحبون لمس أو الشعور بما انت تتحدث عنه"⁽⁴⁾.

(1) صباح نوري حافظ ؛ تأثير التمارين الخاصة في تعلم بعض المهارات الرياضية للعبة المبارزة بسلاح الشيش : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1988) ص 18-19.

(2) عبد علي نصيف؛ التدريب في المصارعة: (جامعة الموصل، الموصل، 1987)، ص 39.

(2) ميسر مصطفى اسماعيل الحميري؛ تأثير برنامج تمهيدي - تعليمي باستخدام أسلوب التمرين المكثف والمتوزع في اكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998) ، ص 41.

(1) حازم بدرى احمد العبيدي ؛ اثر الاسلوبين الادراكين تفضيل النمذجة الحسية وتفضيل السيطرة المخية في الذاكرة الحسية للعاملين في مجال التقييس والسيطرة النوعية للمؤسسات الإنتاجية : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، كلية الآداب ، 2004 ، ص 222-223 .)

2-1-4 أنظمة التفضيل الحسي :

يعرف نظام التفضيل الحسي بأنه " الجزء من الخبرة الذي ينتبه له الوعي " (1) ، و هو " يمثل الإحساس المتولد من كل حاسة من الحواس الخمس نمطاً خاصاً للأدراك عن رؤية شيء وهو نمط بصوري نسبة الى الصور ، والادراك الناتج من سماع الصوت هو النمط السمعي ، والادراك الناتج من الإحساس هو النمط الحسي " (2) .

2-1-4-1 المتعلمون ذوو النمط السمعي :

ان النمط السمعي هو الادراك الناتج من السمع او الكلام الذي يكون في الحال او من الذاكرة او منشأ بطريقة جديدة لم يسبق لك سماعها مثل سماع صوت المذيع وهو يتحدث فهو سمع حقيقي خارجي وعندما تخزنه في ذاكرتك ثم تتذكر ذلك الصوت فإنه يصبح صوتاً منشأ أي لم تسمع بهذا الصوت من قبل كأن تسمع صوتك وانت تحت الماء مثلاً ، اما أنواع السمع فهي :
سمع قوي : و هو الصوت الذي تسمعه في التو واللحظة على الحقيقة امامك .
سمع تذكري : و هو الصوت الذي نخزنه في عقولنا بعد سماعه ، ونذكره بعد مدة من الزمن وقد يستدعي بكمة او موقف او رمز معين .

سمع انشائي : و هو الصوت الذي لم يسبق لنا سماعه او تخزينه في الذاكرة كأنشاء صوت نبي الله ادم عليه السلام وهو اننا لم نسمعه فننشئ له صوتاً معيناً .

فالأشخاص السمعيون هم الذين يتميزون بنظام تمثيلي أساسي سمعي ويميلون الى التنفس المعتدل والتحدث بهدوء دون مقاطعة غيرهم ويتحدثون بنغمة وإيقاع متباينة وتكون حركاتهم الجسدية اقل من الشخص البصري ويتذكرون ما سمعوه اكثر مما شاهدوه ويتخذون قرارات مبنية على التحليل الدقيق (3).

2-1-4-2 المتعلمون ذوو النمط البصري :

و هم الذين يتميزون بنظام تمثيلي أساسي بصري و يتحدثون بسرعة و يعتمدون على الحركات لدعم اقوالهم ، تحب هذه الفئة التعلم من خلال المشاهدة فتراقب وترى ما يفعله الآخرون ويتذكرون الوجوه اكثر من الأسماء ، يفيضون بالطاقة ، ويتحدثون بصوت مرتفع كما انهم سريعو التطابق ، ويتخذون قرارات فورية مبنية على ما يرونه مما يدفعهم الى المخاطرة والمجازفة بأنفسهم ، كما ان عملية التذكر عندهم ترتبط بتجسيم الصور ويواجهون صعوبة في تذكر التعليمات اللفظية وان الشخص البصري يهتم جداً بالشكل الظاهري للأشياء . و كذلك هو الادراك الناتج من الرؤية و هي الصورة المشاهدة ، او من الذاكرة او متخيلة منشأة باستخدام حاسة البصر (4).

2-1-4-3 المتعلمون ذوو النمط اللمسي :

بوجه عام يميل الأشخاص الذين يتبنون الأسلوب الحسي بتمثيل أفكارهم في شكل احاسيس في التفكير او احاسيس مادية (مثل اللمس) فيتعلمون بالأداء والمشاركة الفعلية بالمهام التعليمية ويميلون غالباً الى التحدث ببطء شديد وبنبيرة منخفضة ومفخمة اكثر منها متوسطة الارتفاع ، وعادة ما يتخلل الحديث العديد من الوقفات المتكررة الملحوظة ، وعادة ما تصاحب الإشارات و الايماءات المنفذة استجابة حسية (5) .

(2) جوزيف أوكانور؛ ترجمة، محمد الوالد : التخطط اللغوي العصبي: (سورية، منشورات دار علاء الدين، 2008) ص 66

(3) شوقي سليم حمادة ؛ برمجة العقل (NLP البرمجة اللغوية العصبية) : (عمان ، دار البارودي العلمية للنشر و التوزيع ، 2008) ، ص 192 - 193

(4) إبراهيم الفقي ؛ البرمجة اللغوية العصبية وفن الاتصال بالامحدود ، ط1: (مصر ، مطبعة جريز ، 2000) ص 18 .

(1) ابراهيم الفقي؛ البرمجة اللغوية العصبية و فن الاتصال بالامحدود، ط2: (سوريا، دار الراية للنشر و التوزيع، 2009)، ص 85

(2) مدحت أبو النصر ؛ تنمية القدرات الابتكارية لدى الفرد و المنظمة ، ط1 : (القاهرة ، مجموعة النيل العربية ، 2004)، ص 67.

فعليه ارتأى الباحثان بأنه من الضروري عند تقديم مادة تعليمية الاخذ بنظر الاعتبار قابلية المتعلمات لاستقبال المعلومات من حيث تفضيلاتهن الحسية (السمعية ، البصرية ، اللمسية (الحركي)) لضمان وصول المعلومة الى المتعلمات بشكل موحد لتحقيق الهدف الرئيسي للواجب الحركي بالشكل المطلوب

2-1-5 المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات

ان المهارات الأساسية تعد القاعدة الرئيسية للنجاح في أي لعبة رياضية، وخاصة في الألعاب الجماعية ، ومنها كرة القدم ، وبدونها لا يمكن لأي لاعب أو فريق أن يؤدي الواجبات المطلوبة منه . لذلك يزداد التركيز عليها من قبل المدربين عند تدريب المبتدئين من الذكور والإناث. ويجب على اللاعب أن تمتلك جميع المهارات في كرة القدم الجماهيرية أو كرة قدم الصالات ، لكي تستطيع أن تؤدي مهامها على أكمل وجه (1).

2-1-5-2 التهديد :

" يعد التهديد المهارة الأكثر إثارة في كرة قدم الصالات، ومن البديهي أن لا يربح أي فريق دون تسجيل أكبر عدد من الأهداف ، و زيادة نسبة مقارنته مع الفريق المنافس و في تحليل أي مباراة في كرة قدم الصالات فإنك تجد الفوز بجانب الفريق الذي تجد نسبة تسجيل الأهداف لديه أكثر كلما سنحت له الفرصة " (2). و كذلك يعد من أهم المهارات و التي عن طريقها تحسم نتائج المباريات ، و كل شيء يفعله اللاعبون داخل الملعب يصب في اتجاه خلق فرصة مناسبة للتهديد (3) .

2-2 الدراسات السابقة :

2 - 2 - 1 الدراسات المتعلقة بالتمارين النوعية :

2 - 2 - 1 - 1 أحمد محمد عبدالفتاح (2011) (4)

(فاعلية استخدام التمرينات النوعية للإدراك "الحس حركي" على تحسن أداء مهارة الوثب الطويل للمكفوفين جزئيا) هدفت الدراسة الى :

التعرف على مدى تأثير البرنامج باستخدام التمرينات النوعية للإدراك الحس - حركي على مستوى تحسن أداء مهارة الوثب الطويل للمكفوفين جزئيا .

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لطريقة المجموعة التجريبية الواحدة و بلغت حجم العينة (10) (5 بالمرحلة الابتدائية - 5 بالمرحلة الإعدادية) من المكفوفين جزئيا و هم يمثلون 25 % تقريبا من العدد الكلي و قد تم تطبيق البرنامج المقترح عليهم ، وتمت معالجة النتائج إحصائياً عن طريق استخدام الحقيبة الإحصائية نظام الـ SPSS واستخدام القوانين المناسبة لاستخراج النتائج. و توصلت الدراسة الى الاستنتاجات الآتية :

- ممارسة المكفوفين جزئيا لبرنامج التمرينات النوعية تؤدي الى تحسين الإدراك الحس - حركي .
- برنامج التمرينات النوعية المقترح قد أدى إلى تنمية الصفات البدنية من توافق عضلي - عصبي و توازن و اكتساب حركات الانتقال و حركات السيطرة و الاتزان الحركي و كذلك تنمية الاحساس بالاتجاه و المسافة و الزمن .

- تحسن مستوى أداء مهارة الوثب الطويل لفئة المكفوفين جزئيا .

2 - 2 - 2 الدراسات المتعلقة بجدولة الممارسة :

(3) كاوه عمر نقار؛ علاقة بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية بأهم المهارات الأساسية للاعبين خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة كوية - كلية التربية الرياضية ، 2006) ، ص 11.

(4) موفق مجيد المولى؛ الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، ط 1 : (دار الفكر للطباعة والنشر و التوزيع ، 2000) ، ص 161.

(5) نوفل فاضل رشيد ؛ تأثير استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في المستوى البدني و المهارى والتحصيل المعرفي في مادة كرة القدم :

(أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة موصل ، كلية التربية الرياضية ، 2005) ، ص 75.

(1) أحمد محمد عبدالفتاح ؛ فاعلية استخدام التمرينات النوعية للإدراك "الحس حركي" على تحسن أداء مهارة الوثب الطويل للمكفوفين جزئيا : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد 62 ، الجزء 2 ، 2011) ، ص 127 .

2 - 2 - 1 دراسة جبريل اجريد محمد العودات (2004) (1)

(أثر استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في تعلم الأداء الفني وتحسين الإنجاز لبعض مسابقات الرمي)

هدفت الدراسة الى :

- الكشف عن أثر استخدام أساليب الجدولة المختلفة للتمرين والأسلوب التقليدي في تعلم الأداء الفني والإنجاز في فعاليتي قذف الثقل ورمي الرمح في الاختبار البعدي لطلبة كلية العلوم الرياضية في جامعة مؤتة وحسب الجنس .

- المقارنة بين الطلاب والطالبات في تأثير استخدام أساليب الجدولة المختلفة للتمرين والأسلوب التقليدي في تعلم الأداء الفني في فعاليتي قذف الثقل ورمي الرمح في الاختبار البعدي .

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وتكونت عينة البحث من طلبة السنة الأولى في كلية العلوم الرياضية في جامعة مؤتة للعام الدراسي (2002-2003) المسجلين لمادة الساحة والميدان وبلغ عدد الطلبة (70) بواقع (14) طالب وطالبة لكل مجموعة من المجموعات التجريبية الأربعة والمجموعة الخامسة الضابطة .

وتم التحقق من تكافؤ المجموعات بمتغيرات العمر والطول والوزن وعناصر اللياقة البدنية والحركية و الأداء الفني والانجاز في فعاليتي قذف الثقل ورمي الرمح في الاختبار القبلي واستخدم الباحث تصميم المجموعات التجريبية المتكافئة ذات الضبط المحكم ذو الاختبار القبلي والبعدي .

أما وسائل جمع البيانات فكانت المقابلات الشخصية والاستبيان والاختبارات والمقاييس والملاحظة العلمية ، وتم تنفيذ البرنامج يوم الأحد 2003/10/12 ولغاية يوم الخميس 2003/11/20 وعلى مدار ثلاثة أيام من الأسبوع (أحد ، ثلاثاء ، خميس) وكان زمن الوحدة التعليمية (60) دقيقة .

عولجت البيانات احصائياً باستخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط المتعدد واختبار (ت) وتحليل التباين باتجاه واحد واختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) .

و توصلت الدراسة الى الاستنتاجات الآتية :

- إن كل من أساليب جدولة التمرين الآتية : (أسلوب التمرين المتجمع وأسلوب التمرين العشوائي الموزع وأسلوب التمرين العشوائي المتجمع) قد حققت تعلماً بنسب مختلفة في الأداء الفني والانجاز في فعاليتي قذف الثقل ورمي الرمح للطلبة .

- أظهرت النتائج فاعلية أسلوب التمرين الموزع في الأداء الفني والانجاز على بقية أساليب الجدولة ، فضلاً عن الأسلوب التقليدي في فعاليتي قذف الثقل ورمي الرمح .

2 - 2 - 3 الدراسات المتعلقة بالتفضيلات الحسية (السمعية ، البصرية ، اللمسية):

2 - 2 - 3 - 1 دراسة عبد الرحمن نبهان اسماعيل (2013) (2)

(تأثير تمارين مهارية على وفق النمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للمبتدئين)

هدفت الدراسة الى :

- التعرف على تأثير التمارين المهارية على وفق النمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لطلاب المرحلة الإعدادية (الصف الرابع) في كل مجموعة من مجاميع البحث.

- التعرف على أي من تفضيلات النمذجة الحسية أفضل في كل مجموعة لتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لطلاب المرحلة الإعدادية (الصف الرابع).

(1) جبريل اجريد محمد العودات ؛ أثر استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في تعلم الأداء الفني وتحسين الإنجاز لبعض مسابقات الرمي : (اطروحة دكتوراه، غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2006) ، ص هـ - ز .

(1) عبد الرحمن نبهان اسماعيل ؛ تأثير تمارين مهارية على وفق النمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للمبتدئين : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، 2013) ، ص 9-12.

استخدم الباحث المنهج التجريبي واتباع الباحث تصميم المجموعات المتكافئة ، اما عينة البحث فكانت من طلاب المرحلة الاعدادية (الصف الرابع) وعددهم (45) طالباً قسموا على ثلاث مجموعات تجريبية واختيرت العينة بالطريقة العمدية . تم العمل بالتجربة الرئيسية للمدة من (20 / 2 / 2013 ولغاية 14 / 4 / 2014) وبلغت مدتها (8) اسابيع وبواقع (2) وحدتين تعليميتين في الاسبوع وبلغ مجموع الوحدات التعليمية (16) وحدة .

و توصلت الدراسة الى الاستنتاجات الآتية :

- أن التمرينات المهارية المستخدمة كانت فعالة في تحسين الجانب المهاري للمجاميع التجريبية المختلطة الثلاث (السمعية و البصرية و الحركية .)
- إن طريقة عرض النموذج للمهارات ساهم بشكل كبير في تعلم المجموعة البصرية لأن رؤية المتعلم للمهارة تساعده على معرفة مسار الحركة والإحساس الصحيح بالمهارة .

3- منهج البحث و إجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ومشكلته إذ يعد المنهج التجريبي هو " الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغيراً (عاملاً) أو أكثر متنوعاً ، بينما تثبت المتغيرات (العوامل) الأخرى " (1) .

3-2 التصميم التجريبي :

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه أسم " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " (2) .

3-3 مجتمع البحث وعينته

(الجدول (1)

مجموعات البحث حسب التفضيلات الحسية و حجم العينة

مجتمع البحث	المجاميع التجريبية	التفضيل الحسي	عينة البحث الرئيسية	عينة التجارب الاستطلاعية	المستبعدات	
					التفضيل الحسي المشترك	الاصابة
54	الأولى	السمعي	8	25	3	2
	الثانية	البصري	8			
	الثالثة	اللمسي	8			
المجموع			24	25	3	2

حدد مجتمع البحث بطالبات السنة الدراسية الاولى في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة – جامعة كركوك للعام الدراسي (2015 – 2016) والبالغ عددهن (54) طالبة* ، أما عينة البحث فقد تم تحديدها بعد تطبيق مقياس التفضيلات الحسية ** على مجتمع البحث بعد استبعاد (25) طالبة كعينة للتجارب الاستطلاعية وبذلك بلغت عينة البحث (29) طالبة وزعن حسب مقياس التفضيلات الحسية إلى ثلاثة أنماط حسية وهي (السمعي) بلغ عددهن (9) طالبات و (البصري) بلغ عددهن (11) طالبات و (اللمسي) بلغ عددهن (9) طالبات ثم بلغ عدد الطالبات اللاتي حصلن على تفضيلات حسية مشتركة (بصرية ، سمعية ، لمسية) (3) طالبات تم

(1) محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضة : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 2017) ص 243 .

* حسب اعداد الطالبات التي تم الحصول عليها من قسم التسجيل في الكلية.

(2) محمد خليل عباس و آخرون ؛ مدخل الى مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ط4 : (عمان ، دار الميسرة للنشر و الطباعة ، 2012) ، ص192 .

* تم الحصول على عدد الطالبات من قسم التسجيل في الكلية .

* سيتم توضيح كل ما يتعلق بالمقياس لاحقاً.

استبعادهن ، واستبعاد (2) طالبتين عند بدأ اجراءات البحث بسبب الاصابة اذ اصبحت عينة البحث (24) طالبة تم تقسيمهن إلى ثلاثة مجاميع تجريبية وبواقع (8) طالبات لكل مجموعة تجريبية وبذلك مثلت نسبة 44,44 من المجتمع الكلي والجدول (1) بين ذلك.

3-4 وسائل جمع البيانات

3-4-1 الاستبيان

- استبيان تحديد صلاحية مقياس التفضيلات الحسية

- استبيان تحديد درجات اقسام البناء الحركي للأداء الفني لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة .

- استبيان تحديد صلاحية الوحدات التعليمية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة .

3-4-1-1 استبيان تحديد صلاحية مقياس التفضيلات الحسية .

تم تصميم استمارة استبيان لمعرفة مدى صلاحية مقياس التفضيلات الحسية الذي أعده (محمد خضر أسمر، زياد طارق حامد ، 2013) ⁽¹⁾ ، و استخدمه (محمد خضر اسمر ونوفل فاضل رشيد ، 2013) ⁽²⁾ على عينة من طلاب كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل . وتم عرضه على السادة المختصين و ذوي الخبرة و قد أقر المختصين صلاحية المقياس والتطبيق على عينة الدراسة .

3-4-1-2 استبيان تحديد درجات اقسام البناء الظاهري للأداء الحركي لمهارة التهديف

بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

من أجل التعرف على درجات أقسام البناء الظاهري للأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة قام الباحثان بتصميم استمارة استبيان وعرضها على السادة ذوي الاختصاص من أجل تحديد درجة كل قسم من أقسام البناء الحركي الظاهري لمهارة التهديف وما يتضمن كل قسم وهي (القسم التحضيري ، القسم الرئيسي ، القسم الختامي) لمهارة التهديف على أن تكون الدرجة الكلية من (10) درجات من توزيع الدرجة حسب الاقسام والجدول (2) يبين درجات كل قسم بعد الأخذ بآراء السادة المختصين و ذوي الخبرة.

الجدول (2)

درجات أقسام البناء الحركي الظاهري لمهارة التهديف طبقاً لآراء السادة ذوي الاختصاص

ت	المهارة	اقسام البناء الحركي الظاهري	الدرجات	المجموع
2	التهديف	التحضيري	2	10
		الرئيسي	6	
		الختامي	2	

3-4-1-3 استبيان تحديد صلاحية الوحدات التعليمية الخاصة بمجاميع البحث التجريبية

الثلاثة

(1) محمد خضر أسمر وزياد طارق حامد ؛ مصدر سبق ذكره .

(2) محمد خضر اسمر ونوفل فاضل رشيد ؛ أثر استخدام برامج تعليمية على وفق قائمة التفضيلات الحسية في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الحركية بكرة القدم : (بحث منشور ، جامعة الموصل ، كلية التربية الاساسية ، المجلد 33 ، العدد 4 ، 2014) ص 132 .

قام الباحثان بوضع وحدات تعليمية خاصة بتعلم الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات وحسب مجاميع البحث الثلاثة :

المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمي)) .

المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) .

المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي)) .

تم عرض الوحدات التعليمية على السادة المختصين و ذوي الخبرة لأخذ آرائهم وتعديلاتهم قبل البدء بتنفيذها .

3-4-2 المقابلات الشخصية

تم اجراء المقابلات الشخصية مع عدد من المختصين و ذوي الخبرة في مجال التعلم الحركي وكرة القدم للاستفادة منهم في امور تخص البحث .

3-4-3 القياسات والاختبارات

قياس الكتلة و الطول و العمر الزمني .

3 - 4 - 4 استمارة تقييم الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة :

تم تصميم استمارة تقييم الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة و توزيعها على عدد من المختصين و ذوي الخبرة لتحديد درجات الاختبارين القبلي و البعدي لكل قسم من أقسام البناء الظاهري مهارة التهديف بأشكالها المختلفة .

3-5 تطبيق مقياس التفضيلات الحسية :

لقد اعتمد الباحثان مقياس (محمد خضر أسمر، زياد طارق حامد ، 3013) من اجل التعرف على التفضيلات الحسية لعينة البحث وذلك بعد عرضها من خلال استمارة استبيان معدة لهذا الغرض ، على عدد من المختصين و ذوي الخبرة في مجال (التعلم الحركي) للتأكد من ملائمة فقرات المقياس لمستوى عينة البحث و بعد جمع استمارات الاستبيان و تفرغها تم الحصول على نسبة اتفاق تزيد عن (75%) حول صلاحية مقياس التفضيل الحسي كما تم ايجاد ثبات المقياس و الذي بلغ 0,91 ، و بعدها قام الباحث بتطبيق المقياس من خلال استمارات استبيان معدة لهذا الغرض ، اذ تألف المقياس من (21) فقرة تطلب من كل طالبة قراءة هذه الفقرات بتمعن واجابة عليها بوضع علامة () امام البديل الذي يتوافق مع حالة الطالبة ، و بعد جمع الاستبيانات يتم فرز الطالبات حسب تفضيلاتهن الحسية الى (سمعي ، بصري ، لمسي) بالاعتماد على اجاباتهم على فقرات المقياس اذ ان كل (7) فقرات من المقياس تخص تفضيلا معيناً و كالآتي (

من الفقرة رقم (1) الى الفقرة رقم (7) تخص الفضيل الحسي البصري و من الفقرة رقم (8) الى الفقرة رقم (14) تخص التفضيل الحسي السمعي و من الفقرة رقم (15) الى الفقرة رقم (21) تخص التفضيل للمسي .

و قد تم تطبيق المقياس يوم الاثنين المصادف 28 / 3 / 2016 في القاعات الدراسية بكلية التربية البدنية و علوم الرياضة بجامعة كركوك و بعد الانتهاء من جمع الاستمارات تم تفرغها و بذلك قسمت عينة البحث الى ثلاثة مجاميع حسب انظمة تفضيلاتهن الحسية (سمعي ، بصري ، لمسي) .

3 - 6 التجانس و التكافؤ

قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمية لجأ الباحثان الى التحقق من تجانس و تكافؤ مجموعتي البحث إذ "ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات ذات العلاقة بالبحث" (1)

3 - 6 - 1 تجانس عينة البحث

تم بإجراء التجانس لعينة البحث بمتغيرات (العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) و الجدول (3) يبين ذلك

الجدول (3)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال وقيمة معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	$\pm$ ع	المنوال	معامل الالتواء
1	العمر الزمني	السنة	19.125	3,707	19	0,033
2	الطول	السنتمتر	161.5	4,105	161	0,121
3	الكتلة	الكيلوغرام	57.75	4,610	58	0,054

من الجدول (3) يتبين ان قيم معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) كانت محصورة ما بين (+1) و هذا يدل على ان العينة متجانسة في هذه المتغيرات.

3 - 6 - 2 التكافؤ بين مجموعات البحث

اجري التكافؤ بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة كما مبين في الجدولين (4,5) اذا تم عرض الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية في الجدول (3) و اجري تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة للتأكد من التكافؤ فيما بينها و الجدول (4) يبين ذلك

الجدول (4)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة التهديف المعتمدة في التكافؤ

(1) ديويولبد فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة ، محمد نبيل نوفل ، وآخرون : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1977) . ص 398 .

المهارات الاساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الثالثة	
		سن	ع [±]	سن	ع [±]	سن	ع [±]
التهدف بالجزء الداخلي من القدم	درجة	2.3750	1.18773	2.3750	1.18773	2.2500	.70711
التهدف بالجزء الخارجي من القدم	درجة	2.2500	1.03510	2.2500	1.03510	3.0000	1.30931
التهدف بوجه القدم	درجة	2.2500	.88641	2.2500	.88641	2.8750	.83452
التهدف بمقدمة القدم	درجة	2.6250	.91613	2.6250	.91613	2.8750	1.12599

الجدول (5)

دلالة الفروق في لمهارة التهدف المعتمدة في التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث

المهارات الاساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	دوجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	(ف) المحسوبة	مستوى الاحتمالية*
التهدف بالجزء الداخلي من القدم	بين المجموعات	3.583	2	.125	.118	0.889
	داخل المجموعات	12.250	21	1.060		
	المجموع الكلي	15.833	23			
التهدف بالجزء الخارجي من القدم	بين المجموعات	4.333	2	1.500	1.370	0.276
	داخل المجموعات	13.625	21	1.095		
	المجموع الكلي	17.958	23			
التهدف بوجه القدم	بين المجموعات	.583	2	1.292	1.409	0.267
	داخل المجموعات	9.375	21	.917		
	المجموع الكلي	9.958	23			
التهدف بمقدمة القدم	بين المجموعات	2.083	2	.500	.464	0.635
	داخل المجموعات	19.750	21	1.077		
	المجموع الكلي	21.833	23			

* معنوي اذا كانت قيمة مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (5) يتبين ان قيم (ف) المحسوبة للأداء الحركي لمهارة التهدف بأشكالها المختلفة (0,118 - 1,370 - 1,409 - 0,464) و بقيم احتمالية بلغت (0,889 - 0,276 - 0,267 - 0,635) و بما ان جميع قيم مستوى الاحتمالية أكبر من (0.05) هذا يدل على عدم وجود فروق بين مجاميع البحث الثلاثة و هذا يدل على تكافؤ هذه المجاميع في الأداء الحركي لمهارة التهدف بأشكالها المختلفة.

3 - 7 الأجهزة و الأدوات المستخدمة

- جهاز عرض (Data Show) .
- جهاز مشغل و مكبر صوت (System Saund) .
- كرات قدم صالات قانونية .

- جهاز كاميرة تصوير فيديو (Sony CyberShot) .

- ساعات توقيت .

- شواخص .

- شريط قياس متري .

- صافرة .

3 - 8 تحديد وضبط متغيرات البحث

الدراسات التجريبية من الدراسات التي تمتاز بتعدد متغيراتها منها التجريبية (المستقلة) والتابعة لذا فهي تحتاج إلى ضبط هذه المتغيرات ويقصد بضبط المتغيرات " استبعاد كافة المتغيرات عدا المتغير المستقل (المتغير التجريبي) "⁽¹⁾ وهنا لا بد من التحديد الدقيق للمتغيرات التجريبية والتابعة إذ أنه " لا بد من ضرورة تصميم التجربة تصميماً دقيقاً حتى نتمكن من التعرف على التأثير الحقيقي للمتغير التجريبي "⁽²⁾ .

3-8-1 المتغير المستقل (التجريبي) " هو المتغير التجريبي المراد معرفه تأثيره على الظاهرة "⁽³⁾ .

ويتمثل المتغير المستقل (التجريبي) في البحث الحالي بما يأتي :

- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى)
- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)
- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي) .

3-8-2 المتغيرات التابعة :

المتغير التابع " هو المتغير الناتج من تأثير المتغير التجريبي "⁽⁴⁾ ، و يتمثل المتغير التابع في البحث الحالي بما يأتي :

- الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

3 - 8 - 3 المتغيرات الخارجية :

وهي " المتغيرات التي يؤثر وجودها على نتائج الدراسة ... وإن تركت هذه المتغيرات دون ضبط فإنها تؤثر في المتغير المستقل أو المتغير التابع أو كلاهما "⁽⁵⁾ مثل (الجنس ، الطول ، ..)

3-9 الصدق التجريبي :

(1) عبد الحليم المنسي ؛ مناهج البحث العلمى فى المجالات التربوية والنفسية : (القاهرة ، دار المعرفة الجامعية ، 2011) ص 230 .

(2) حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد مرسى ؛ مبادئ البحث العلمى فى التربية البدنية والرياضية : (الاسكندرية، منشأة المعارف للطباعة والنشر، 1999) ص 75 .

(3) حسن أحمد الشافعي وآخران ؛ مبادئ البحث العلمى فى التربية البدنية والرياضية والعلوم الانسانية والاجتماعية : (الاسكندرية دار الوفاء للطباعة والنشر ، 2009) ص 85 .

(4) حسن أحمد الشافعي وآخران ؛ المصدر السابق : ص 85 .

(5) علي يونس وآخرون؛ أساسيات البحث العلمى ومناهجه ومبادئ الاحصاء : (القاهرة، مكتبة ومطبعة الغد، 2013) ، ص 210 .

يقسم الى نوعين :

الصدق الداخلي

الصدق الخارجي

3-9-1 الصدق الداخلي :

يتضمن (ظروف التجربة ، العمليات المتعلقة بالنضج ، أدوات القياس ، الفروق بين الافراد)
ظروف التجربة : لم تتعرض تجربة البحث من تاريخ (2016/3/31) ولغاية (2016/5/12)
 لأي حادث يؤثر سلبياً في التجربة .

العمليات المتعلقة بالنضج : بما ان العينة أختيرت من طالبات السنة الدراسية الأولى في في
 كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كركوك فإنهن يتعرضن إلى نفس عمليات النضج.
أدوات القياس : تم السيطرة على هذا العامل من خلال استخدام نفس أدوات القياس على عينات
 البحث التجريبية الثلاثة .

الفروق بين الافراد : يتم السيطرة على هذا العامل من خلال إجراء التكافؤ بين عينات المجاميع
 الثلاث التجريبية .

3-9-2 الصدق الخارجي

يتضمن (تفاعل المتغير المستقل (التجريبي) من تحيزات الاختبار أثر الاختبارات التجريبية
تفاعل المتغير المستقل التجريبي من تحيزات الاختبار

ليس لهذا العامل أي تأثير نتيجة لإجراء التجانس والتكافؤ بين مجاميع البحث الثلاثة في المتغيرات
 المؤثرة في تعلم مهارة التهديف بأشكالها المختلفة .

أثر الاجراءات التجريبية : لم يتم إخبار الطالبات عن أهداف البحث وبهذا زال أثر هذا العامل
 فضلاً عن ضبط عدد من العوامل وهي:

المادة التعليمية : قام الباحثان بإعداد ثلاث برامج تعليمية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة وتم
 عرضها على السادة ذوي الاختصاص من أجل بيان مدى صلاحيتها .

المدرس : قام الباحث بتطبيق البرامج التعليمية لمجاميع البحث الثلاثة في حين قام مدرس المادة
 بتدريس الطالبات اللاتي خارج عينات مجاميع البحث الثلاثة .

المدة الزمنية : تمت السيطرة على هذا العامل بإخضاع عينات البحث للمجاميع التجريبية الثلاثة
 لمدة زمنية واحدة للتعلم بدأت بتاريخ (2016/4/3) وانتهت بتاريخ (2016/5/10) وبواقع (12)
 وحدة تعليمية لكل مجموعة .

مكان الوحدات التعليمية : تم تعليم مجاميع البحث الثلاثة في قاعة النشاط الرياضي الكشفي في
 محافظة كركوك .

المحكمون : قام بعملية تقييم الشكل الظاهري (الاداء الحركي) قبلًا و بعديًا من قبل نفس المقيمين .

10-3 الاجراءات الميدانية للبحث

10-3-1 اعداد التمارين النوعية المهارية الخاصة بتعليم مهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات :

بعد تحليل محتوى الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة تم تصميم (20) تمريناً نوعياً مهارياً زرعت في الوحدات التعليمية .

11-3 الوحدات التعليمية :

بعد إطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال دراسته منها دراسة (أحمد صبحي سلام)⁽¹⁾ ، (صالح بلش الربيعي)⁽²⁾ ، (عبد الرحمن نبهان اسماعيل)⁽³⁾ ، والاخذ بآراء الخبراء و المختصين في مجال البحث ، تم وضع وحدات تعليمية لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة ، باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفقاً للتفضيل الحسي (السمعى ، البصري، اللمسي) وللمجاميع الثلاثة كلاً على حدة ، وبعد اعداد الوحدات التعليمية الثلاثة تم عرضها على السادة ذوي الاختصاص وتم الحصول على نسبة اتفاق أكثر من (75 %) من آراء السادة المختصين و ذوي الخبرة وقد تم الأخذ بعدد من الملاحظات .

3- 11 - 1 الخطة الزمنية للوحدات التعليمية :

الوحدات التعليمية للمجاميع التجريبية (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى)⁽¹⁾ ، (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)⁽²⁾ ، (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)⁽³⁾ ، في الاداء الحركي لبعض مهارات كرة القدم للصالات - طالبات ، تضمن (36) وحدة تعليمية للمجاميع التجريبية أي (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة ، وموزعة على (6) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين لكل مجموعة في الاسبوع الواحد ، وكان زمن كل وحدة تعليمية (90) دقيقة وكما مبين في الجدول (6)

الجدول (6)

توزيع الأوقات على الوحدة التعليمية لمجاميع البحث الثلاثة

مجاميع البحث	أقسام الوحدة التعليمية (90) دقيقة		
	القسم الإعدادي (20) د	القسم الرئيسي (60) د	القسم الختامي (10) د
المجموعة الأولى		التعليمي (20) د	التطبيقي

(¹) أحمد صبحي سلام ؛ أثر التمرينات النوعية (في تطوير محركات دقة و فعالية الإرسال بالدوران الجانبي تنس الطاولة تحت 15 سنة :) المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية، جامعة جازان، الإحصاء العام (7) د

(²) صالح بلش الربيعي ؛ أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير في تعليم بعض أنواع التهديف بكرة السلة بعمر (12-14) سنة :) رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2008)

(³) عبد الرحمن نبهان اسماعيل؛ مصدر سبق ذكره.

د (10)	د (40)			ذات التفضيل الحسي (السمي)			
		شرح					
		عرض					
	تطبيق						
	التطبيقي	التعليمي (20) د			المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري)		
		د (40)	شرح				
			عرض				
	تطبيق						
	التطبيقي	التعليمي (20) د				المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي	
		د (40)	شرح				د (5)
			عرض				د (5)
	تطبيق		د (10)				

يتبين من الجدول (6) ان الاقسام الثلاثة للوحدات التعليمية و ازمقتها هي واحدة حيث يتشابه القسمين (الاعدادي و الختامي) في الوحدات التعليمية الخاصة بمجاميع البحث التجريبية الثلاثة و كذلك القسم الرئيسي الذي تكون من جزئين التعليمي و الذي يتكون من ثلاثة اجزاء و هي : (الشرح ، العرض ، التطبيق)

هنا الاختلاف يكون و حسب مجاميع البحث و كالاتى :

المجموعة التجريبية الاولى ذات التفضيل الحسي (السمعى) تم زيادة زمن الشرح على زمن العرض والتطبيق للأداء .

المجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري) تم زيادة زمن العرض على زمني الشرح و التطبيق للأداء .

المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) تم زيادة زمن التطبيق للأداء على
زمنى الشرح و العرض .

ليتلأثم ذلك مع التفضيل الحسى للطالبات المتعلمات فى المجاميع الثلاثة .

3 - 12 التجارب الاستطلاعية :

قام الباحثان بعدد من التجارب الاستطلاعية مختلفة الاهداف .

3- 12- 1 التجربة الاستطلاعية الأولى (ثبات مقياس التفضيلات الحسية) :

" إذا أُجري اختبار على عينةٍ من الطالبات ثم أُعيد هذا الاختبار على العينة نفسها و تحت الظروف نفسها فان النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية " ⁽¹⁾ و استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية اذ طبق مقياس التقضيلات الحسية على العينة نفسها اذ بلغت قيمة معامل الثبات نصفى الاختبار (0,679) و للحصول على معامل الثبات تم استخدام معادلة الارتباط (سبيرمان براون) و كان معامل ثبات المقياس (0,80) .

(¹) مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ، ص5 .

3 - 12 - التجربة الاستطلاعية الثانية (التمارين النوعية المهارية) :

اجريت هذه التجربة يوم (الخميس) المصادف 2016/3/24 لمعرفة مدى ملائمة التمارين النوعية لعينة البحث و التي تم تصميمها و التعرف على كيفية اجراءها و الكشف عن الصعوبات التي قد تحدث فضلا عن تحديد زمنها و مدى ملائمتها للعينة .

3-12-2 التجارب الاستطلاعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (التجربة الخاصة بالبرامج التعليمية الثلاثة) :

اجريت هذه التجربة يوم (الاحد) المصادف (2016/3/27) على عينة من الطالبات والبالغ عددهن (15) طالبات ، والتي تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ومن ثم تم استبعادهن من التجربة الرئيسية ، وكانت التجارب كالآتي :

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمي)) .

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) .

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللسي)) .

وكان الهدف من التجارب الاستطلاعية الثلاثة ما يأتي :

التحقق من مدى ملائمة المكان لتنفيذ الوحدات التعليمية .

التحقق من مدى ملائمة الوحدات التعليمية و اسلوب تنفيذها لمستوى افراد عينة البحث .

امكانية الباحثان وفريق العمل المساعد من ضبط التوقيات للكرارات وأوقات الراحة، وتجنب حدوث أي خلل .

التعرف على الاخطاء والمعوقات التي قد تحدث ومحاولة وضع الحلول قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي .

وكانت النتيجة من التجارب الاستطلاعية أنها كونت صورة واضحة لدى الباحث و فريق العمل المساعد عن طبيعة و اجراءات البحث باختباراتها القبلية وتجربتها الرئيسية واختباراتها البعدية والتغلب على المعوقات والصعوبات التي قد تواجههم .

3 - 13 - تقييم اداء الشكل الظاهري لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات:

3 - 13 - 1 استمارة تقييم أداء الشكل الظاهري لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات :

لغرض تقييم أداء الطالبات لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان ، لاستطلاع آراء السادة المختصين في مجال (كرة القدم و التعلم الحركي) حول اعطاء درجة التقييم للمهارة ليسهل عملية تقييمها و بعد جمع و تفرغ الاستبيانات تبين ان اغلبية اراء المختصين اتفقوا على ان تكون تقييم المهارة من (10) درجات وبنسبة اتفاق تزيد عن (75%) و مقسمة على ثلاثة اقسام و ذلك حسب اقسام المهارة .

3 - 13 - 2 طريقة احتساب الدرجات حسب البناء الظاهري للحركة لمهارة التهديف بكرة القدم للصالات - طالبات :

لقد أشار (وحيه محجوب) الى ان تقويم المهارات الرياضية بحساب النقاط من الطرائق المهمة التي تعتمد على المشاهدة والاستعانة بالتصوير العلمي ، ويمكن تحليل المهارات الرياضية التي تؤدي من الرياضيين بإحدى الطرائق الاتية :

الطريقة الأولى : أداء الحركة وتقييمها بواسطة الخبراء أو خبير بالمشاهدة مع تسجيل الملاحظة العلمية.

الطريقة الثانية : أداء الحركة وتقييمها بعد تسجيلها صورياً بـ (فلم) ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء أو الخبير ⁽¹⁾ .

و لقد اعتمد الباحثان الطريقة الثانية أعلاه لتقييم الشكل الظاهري مهارة التهديف بأشكالهما المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات حيث استخدم الباحث التصوير الفيديوي وفي الاختبارين القبلي والبعدي ، ومن ثم تم تحويل التصوير إلى أقراص (dvd) وتم توزيعها مع استمارات التقييم المعدة لهذا الغرض على ثلاث مقيمين ، في اختصاص (التعلم الحركي / كرة القدم) لتعذر حضورهم إلى مكان الاختبارين القبلي والبعدي ، حيث يقوم كل مقيم بإعطاء درجة لكل طالبة عن كل مهارة و يأخذ متوسط درجاتهم لإظهار درجة تقييم المهارة النهائية من (10) درجات .

3-14 الاختبار القبلي والتجربة الرئيسية والاختبار البعدي لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة.

3 - 14 - 1 الاختبار القبلي :

بعد اعطاء مجاميع البحث الثلاثة محاضرتين تعريفيتين تم اجراء الاختبارات القبلية لمجاميع البحث التجريبية ، في يوم (الثلاثاء) والمصادف (2016/3/31) ، و بمساعدة فريق العمل المساعد اذ تم تصوير الاداء الحركي مهارة التهديف بأشكالهما المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات لتقييم الشكل الظاهري للأداء الحركي لهذه المهارة .

3-14 - 2 تجربة البحث الرئيسية :

(1) وحيه محجوب ؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) ، ص 273 .

قام الباحثان و بالتعاون مع فريق العمل المساعد بالبدء في تنفيذ الوحدات التعليمية بتاريخ (2016/4/3) و الموافق يوم الأحد حسب جدول المحاضرات الاسبوعي ، ولغاية (2016/5/10) الموافق يوم الثلاثاء ، اذ تم تطبيق الوحدات التعليمية على عينة البحث ، و تم اعطاء المجاميع التجريبية المادة التعليمية التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمي ، البصري ، اللمسي) و كالآتي :

14-3 - 2 - 1 المجموعة التجريبية الأولى :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الاول باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعي)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم شرح مهارة التهديد و التمارين النوعية الخاصة بها باستخدام وسائل سمعية و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل السمعي و بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة ، علما ان الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

14-3 - 2 - 2 المجموعة التجريبية الثانية :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الثاني باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم توضيح مهارة التهديد و التمارين النوعية الخاصة بها باستخدام وسائل عرض بصرية و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل البصري و كذلك بعد الانتهاء من الجزء التعليمي، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة، وايضا ان الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

14-3 - 2 - 3 المجموعة التجريبية الثالثة :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الثالث باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم تعليم مهارة التهديد و التمارين النوعية الخاصة بها من خلال حاسة اللمس و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل اللمسي و كذلك بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة ، وايضا ان الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

14-3 - 3 الاختبار البعدي:

تم اجراء الاختبارات البعدية للمجاميع التجريبية بعد الانتهاء من تنفيذ البرامج التعليمية، اذ تم تصوير اداء الطالبات لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات، وبنفس الظروف التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية من حيث المكان والاجهزة والادوات واسلوب التنفيذ، وذلك في يوم (الخميس) الموافق (2016 / 5 / 12).

3 - 15 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط البسيط
- اختبار (t) بين وسطين حسابيين مرتبطين
- لحساب ثبات مقياس التفضيلات الحسية
- اختبار (t) بين وسطين حسابيين مرتبطين
- لاحتساب الفروق في الاختبارات القبلية و البعدية

- تحليل التباين باتجاهين
- اختبار (L . S . D)
- لإيجاد الفروق بين المجاميع الثلاثة في الاختبارات البعدية
- و قد تم معالجة البيانات باستخدام الحزمة الاحصائية (SPSS).

4 - عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

4 - 1 عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفروق في الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث .

4 - 1 - 1 عرض و تحليل نتائج الفروق في الاداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث .

الجدول (7)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى ذات التفضيل الحسي (السعي)

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية* (Sig)
		س	ع	س	ع		
التهديف بالجزء الداخلي من القدم	درجة	2.3750	1.18773	4.7500	.70711	6.333	*0.000
التهديف بالجزء الخارجي من القدم	درجة	2.2500	1.03510	4.6250	1.30247	12.979	*0.000
التهديف بوجه القدم	درجة	2.2500	.88641	4.3750	.91613	17.000	*0.000
التهديف بمقدمة القدم	درجة	2.6250	.91613	4.8750	.83452	4.965	*0.002

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $\geq 0,05$

من خلال الجدول (7) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الأولى ذات (التفضيل

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية* (Sig)
		س	±ع	س	±ع		
التهدف بالجزء الداخلي من القدم	درجة	2.2500	.70711	5.1250	.64087	8.205	0.000
التهدف بالجزء الخارجي من القدم	درجة	3.0000	1.30931	5.7500	.88641	4.660	0.002
التهدف بوجه القدم	درجة	2.8750	83452	5.8750	.83452	7.937	0.000
التهدف بمقدمة القدم	درجة	2.8750	1.12599	5.3750	1.18773	5.401	0.001

الحسي السمعي) دلت على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التهدف التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الأولى ذات التفضيل الحسي (السمعي) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (6,333 ، 12,979 ، 17,000 ، 4,965) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,002) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

الجدول (8)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) مهارة التهدف بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري)

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (8) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الثانية ذات (التفضيل

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية* (Sig)
-------------------	-------------	-----------------	-----------------	-------------------	-------------------------

الحسي البصري) دلت على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التهدف التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (5,463 ، 4,782 ، 4,689 ، 4,965) عند مستويات معنوية على التوالي (0,001 ، 0,002 ، 0,002 ، 0,002) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

الجدول (9)

		±ع	س	±ع	س		
0.001	5.463	.74402	4.3750	1.12599	2.1250	درجة	التهديف بالجزء الداخلي من القدم
0.002	4.782	.75593	4.0000	.70711	2.2500	درجة	التهديف بالجزء الخارجي من القدم
0.002	4.689	1.16496	5.2500	1.12599	2.1250	درجة	التهديف بوجه القدم
0.002	4.965	.74402	4.6250	1.06066	2.3750	درجة	التهديف بمقدمة القدم

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) مهارة التهديف بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي)

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (9) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) دلت على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التهديف التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (8,205 ، 4,660 ، 7,937 ، 5,401) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,002 ، 0,000 ، 0,001) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

4 - 1 - 2 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي و البعدي لمجاميع البحث الثلاثة

في ضوء نتائج الجداول (7،8،9) التي تم الحصول عليها و تم ذكرها آنفاً ، ظهر أن هناك تقدماً وصل الى مستوى المعنوية في الاختبارات البعدي للأداء الحركي مهارة التهديف بأشكالها المختلفة لمجاميع البحث الثلاثة ذات التفضيل الحسي (السمع ، البصري ، اللمسي) على التوالي .

و يعزو الباحث التقدم الحاصل إلى التأثيرات الإيجابية الفعالة للتمارين النوعية المقرونة بجدولة الممارسة الموزعة وفقاً للتفضيل الحسي و التي اعتمدت على التخطيط العلمي و الذي اثبتت فاعليتها في النتائج التي سوف نقوم بمناقشتها .

اذ ان اختيار التمارين التعليمية المهارية بدقة و التي تستهدف زيادة عملية تعلم مهارة (التهديف) اذ ان هذه التمارين تتشابه من حيث تكوينها مع اتجاه عمل المجاميع العضلية للمتعلمة و كذلك مع الخصائص المهارية في إخراج هاتين المهارتين من حيث التوقيت الصحيح للأداء و اتجاه الحركة و ملائمتها مع متطلبات الأداء أي ضبط الإيقاع و التوقيت الحركي عند وضع هذه التمارين .

كما أن هذه التمارين تحتوي على جزء من مسار حركة المهارة و تحتوي على عنصر أو عدة عناصر للمهارة مقارب لأداء هذه المهارات إذ أن فائدة التمارين النوعية " تكمن في كونها تمارين موجهة أي تتمكن من توزيع المؤثرات الحركية " (1)

كما ان هذه التمارين روعي عند وضعها انها تتشابه من حيث التكوين والمتطلبات مع الخصائص المهارية والظروف المكانية والزمانية ومستوى مساهمات القوة العضلية المطلوبة التي تلعب دورا كبيرا في جودة ودقة الاداء الحركي إذ يشير (محمود عيسى سالم) إلى أن " التمارين النوعية تزيد القدرة على التمكن في العضلات بإخراج وتوجيه القوة للأداء الحركي في مساره الصحيح " (2) .

ومن المعلوم انه كلما تتطابق المسار الحركي للتمرين مع المسار الحركي للمهارة أثناء إعداد التمارين جعل ذلك من عملية التعلم عملية تحدث بدقة عالية إذ " أن الدقة الحركية تعني تتطابق المسارات الحركية للأداء الحركي مع مسارات المهارة المطلوبة ويعتمد مقدار الدقة على مدى التوافق والانسجام أي تقليل انحرافات الأداء " (3) .

العامل الثاني الذي كان له التأثير الإيجابي للبرامج التعليمية هو استخدام جدولة الممارسة الموزعة في عملية تنظيم تطبيق التمارين التي اعدت اذ " تعد عملية تنظيم التمرين من الأمور المهمة في العملية التعليمية و ذلك لأنها تسهم في تحقيق التنوع في التمارين المستخدمة و أساليب تنفيذها فضلا عن تسهيل عملية تعلم المهارة مع مراعاة صعوبة المهارة المطلوب تعلمها أو سهولتها من خلال التدرج و اتباعها التنظيم في اسلوب التمرين عند أداء المهارة " (4) .

و يتفق هذا مع ما توصل اليه (نوفل فاضل)⁽⁵⁾ ، (مصطفى صبحي)⁽⁶⁾ ، اذ اشارت نتائج هاتين الدراستين الى ان لاستخدام جدولة الممارسة الأثر الواضح في تعلم مهارة (التهديف) بكرة القدم للصالات - طالبات ، فضلا عن ذلك فان (التفضيل الحسي ، وجدولة الممارسة) قد ساعدا على ادراك العلاقات بين المعلومات المستلمة عن الاداء الحركي مهارة التهديف و كيفية ادائها الأمر الذي ساهم في اكتساب التطور الأولي للحركة ، ثم الاستمرار في المحاولات و التكرارات أثناء التطبيق العملي عن طريق جدولة الممارسة (الموزعة) حتى يصل اداء الطالبات المتعلمات

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ مصدر سبق ذكره : ص 69 .

(1) محمود عيسى سالم ؛ مرحلة التخطيط للتدريب الرياضي ، ج:1 (جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 1995) ص 27 .

(2) خليل ابراهيم سليمان الحديثي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 38.

(4) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ تأثيرات التداخل في أساليب التمرين على تعلم و تطور مستوى أداء مهارة الإرسال الساحق و الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ، ص 32.

(4) نوفل فاضل رشيد (2005) ؛ مصدر سبق ذكره .

(5) مصطفى صبحي احمد خضر الحسيني ؛ تأثير استخدام اسلوبي التمرين الموزع و المكثف في بعض المتغيرات المهارية و البدنية و الوظيفية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2004) .

تدرجيا الى مراحل متقدمة من التعلم للأداء الحركي مهارة التهديد و الوقت المخصص لأدائها و تكرارها.

أما استخدام التفضيل الحسي لمجاميع البحث الثلاثة فقد جاء عاملا ثالثا لحدوث التأثيرات الايجابية التي احدثتها التمارين بالإضافة إلى خصوصية هذه التمارين واستخدام جدولة الممارسة الموزعة كأسلوب تنظيمي لهذه التمارين (جدولة الممارسة) أن كل المهارات المتعلمة تتأثر قطاعا بسلامة الحواس للمتعلمين . إذ أن " حواس البصر والسمع واللمس تؤدي دوراً بارزاً في التعلم الجديد " (1) .

و تظهر أهمية التفضيل الحسي للمتعلمات من خلال ادراكهن الجيد لخط سير المهارة (التهديد) عن طريق استخدامهن للتفضيل الحسي المناسب لهن تبعا لمجاميع البحث اذ تستطيع كل طالبة من أن ترسم المسار الحركي للمهارة المراد تعلمها عن طريق الحاسة التي تفضلها اذ ان " التعلم المقصود فرض استيعاب واجب الحركة وهذا يعني غرض الحركة و هدفها كلما كان مضبوطا و واضحا كانت قاعدة التعلم أحسن و أفضل و بذلك يكون التعلم الحركي المقصود مرتبطا بفهم و استيعاب الواجب الحركي الجديد و الذي يأتي من خلال (المدخلات) " (2) .

و يرى الباحثان بأنه متى ما كانت المتعلمة تتلقى المعلومات عن طريق الحاسة التي تفضلها فأن ذلك يسهم بشكل كبير في عملية خزنها و برمجتها و بالتالي عملية استدعائها و استخدامها في عملية التعلم .

كما أن الفروق التي ظهرت بين الاختبارين القبلي و البعدي في الاداء الحركي مهارة التهديد لمجاميع البحث الثلاثة و التي قسمت فيها المتعلمات الى ثلاثة أقسام تبعا لتفضيلاتهن الحسية (سمعية ، بصرية ، لمسية) كان نتيجة لعدة اسباب هي :

- طبيعة التمارين النوعية المهارية التي قام الباحث بوضعها مراعيها بها خصوصية المهارتين (التهديد) اذ جاءت هذه التمارين متطابقة نوعا ما مع المسار الحركي لهاتين المهارة بالإضافة الى أن هذه التمارين قد جاءت متطابقة في أدائها من حيث الزمن و المجاميع العضلية مع الأداء الحركي للمهارتين.

- استخدام جدولة الممارسة الموزعة قد أحدث فارقا من حيث تنظيم عملية التكرار للتمرين الواحد و فترات الراحة النسبية سواء بين تكرار أو بين تمرين و آخر .

(1) عبد المنعم أحمد الدوير و جابر محمد عبدالله ؛ علم النفس الرياضي قراءة و تطبيقات، ط1: (القاهرة ، عالم الكتب ، 2005)، ص 146 .

(2) وجيه محبوب ؛ التعلم و جدولة التدريب : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000) ، ص 68 .

- ان تقسيم افراد العينة الى ثلاثة مجاميع مراعي الباحثان فيها مبدأ الفروق الفردية في التفضيل الحسي للعينة كان له الأثر الواضح في عملية اتقان تعلم هاتين المهارتين ، انطلاقا من الاعتماد على مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمات في عملية التعلم .

4 - 1 - 3 عرض و تحليل نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة التهديد بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاثة

الجدول (10)

القيم الإحصائية (تحليل التباين ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التهديد بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في

الاختبار البعدي

المهارات الاساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	(ف) المحسوبة	مستوى* الاحتمالية
التهديد بالجزء الداخلي من القدم	بين المجموعات	2.250	2	1.125	2.305	0.124
	داخل المجموعات	10.250	21	.488		
	المجموع الكلي	12.500	23			
التهديد بالجزء الخارجي من القدم	بين المجموعات	12.583	2	6.292	6.181	0.008
	داخل المجموعات	21.375	21	1.018		
	المجموع الكلي	33.958	23			
التهديد بوجه القدم	بين المجموعات	9.083	2	4.542	4.710	0.020
	داخل المجموعات	20.250	21	.964		
	المجموع الكلي	29.333	23			
التهديد بمقدمة القدم	بين المجموعات	2.333	2	1.167	1.315	0.290
	داخل المجموعات	18.625	21	.887		
	المجموع الكلي	20.958	23			

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (10) يتبين ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاداء بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في الاختبار البعدي لأشكال مهارة التهديد الاتية (التهديد بالجزء الداخلي ، التهديد بالجزء الخارجي للقدم ، التهديد بمقدمة القدم ، التهديد بوجه القدم) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة (6,181 ، 4,710 ، 2,305 ، 1,315) على التوالي فيما بلغت قيم مستوى المعنوية (0,008 ، 0,020 ، 0,030 ، 0,002 ، 0,005 ، 0,045) على التوالي .

و نظرا لوجود فروق في مستوى المعنوية بين مجموعات البحث الثلاثة في أشكال مهارة التهديد ، و نظرا لكون هدف البحث منصبا على معرفة أي المجموعات الثلاثة لها التفوق على باقي المجموعات للأداء الحركي (الأكثر تعلما) لذا لجأ الباحث الى استخدام وسيلة إحصائية لتطبيق ذلك ، و يعد اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) اختبارا مناسباً لتحقيق هذا الغرض و فيما يلي عرض نتائج أقل فرق معنوي كما مبين في الجداول (11،12،13)

الجدول (11)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التهديد بالجزء الداخلي من القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	0.375	0.295
3 - 1	0.383	0.280

0.043	0.750	3 - 2
-------	-------	-------

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $0,05 \geq$

من خلال الجدول (11) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة التهديف بالجزء الداخلي للقدم يبين لنا ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

الجدول (12)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التهديف بالجزء الخارجي من القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	0.625	0.229
3 - 1	1.125	0,037
3 - 2	1.750	0,002

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $0,05 \geq$

من خلال الجدول (12) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة التهديف بالجزء الخارجي للقدم يبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

الجدول (13)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التهديف بوجه القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	0,875	0,089
3 - 1	1,500	0,006
3 - 2	0,625	0,217

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $0,05 \geq$

- من خلال الجدول (13) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة التهديف بوجه القدم يبين لنا ما يأتي :
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- 4 - 1 - 4 مناقشة نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي مهارة التهديف بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاثة .**

بعد عرض و تحليل الجدول (10) و بعد أن تبين أن هناك فروقا ذات دلالة معنوية في الأداء الحركي مهارة التهديف بأشكالها المختلفة في الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاثة التي استخدمت التدريب الذهني المباشر فقد أوجب على الباحث استخراج أقل فرق معنوي (L .S. D) لمعرفة دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة و لكل شكل من أشكال مهارة التهديف بكرة القدم للصالات و بعد مقارنة الفروق في الأوساط الحسابية لجميع هذه المتغيرات ظهر لنا تفوق المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي على المجموعتين الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .

و يعزو الباحثان تفوق المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي إلى أن التفضيل الحسي اللمسي قد ساعد بشكل كبير في تعلم أشكال مهارة التهديف للطالبات المتعلقات اعتمادا على أن الواجب الحركي الذي كلفت به الطالبات قد تم تعلمه عن طريق استخدام حاسة اللمس و هي ارتباط تعلم هاتين المهارتين بالإحساس الحركي بالكرة إذ أشار (وجيه محجوب) إلى أن " حاسته الإحساس الحركي لا بد من الاعتماد عليها من أجل أداء حركي رياضي أمثل (كافي) " (1)

. كما أن عملية تكوين التصور السمعي و البصري عن طريق حاستي السمع و البصر لدى المتعلم يكاد يكون غير كافيا لقيام الفرد المتعلم بتعلم المهارة إذا لم يكن هناك شعور بالحركة مرتبط ارتباطا وثيقا بالممارسة العملية إذ أن " تعلم أي موضوع حركي أصعب من تعلم موضوع ذهني و لكن المفيد من ذلك أن تعلم موضوع حركي يثبت في الذاكرة و غير قابل للنسيان لذا ان أقوى ذاكرة هي الذاكرة الحركية و تليها الذاكرة عن طريق النظر ثم ذاكرة السمع " (2) . و كما ان الاحساس الحركي يتم من خلال عملية تبادل الاشارات العصبية بين المستقبلات الحسية و الجهاز العصبي و ما يحقق هدف الحركة إذ اشارت (وسن جاسم محمد) إلى أن " الادراك الحس حركي

(1) وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم و التطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000) ، ص 38 .

(2) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق ، ط2 : (بغداد ، دار الكتب ، 2010) ، ص 10 .

في النشاط الرياضي عملية مهمة في تأدية الواجب الحركي إذا تم من خلالها تبادل الإشارات العصبية الحسية الحركية بين الجهاز الحركي (عضلات و أوتار و مفاصل) و الجهاز العصبي بما يحقق الأداء الجيد للمهارة " (1) ، كما ان الاحساس اللمسي بالكرة للمتعلّقات سوف يساعد على استخدام الجزء الصحيح من القدم و التعود على حركة القدم و الجسم لضرب الكرة و الاعتماد على الاحساسات بالكرة في ذلك اذ أن " ممارسة تكرارات الأداء يؤدي إلى تقوية الروابط بين الحوافز و الاستجابات " (2) . كما " ان المتعلم يستطيع أن يعدل أدائه الحركي من خلال الاحساس الداخلي المستمد من أجهزته العصبية الحسية الحركية " (3) .

و يتفق الباحثان مع هذا الرأي حيث تستطيع الطالبة المتعلمة أن تكتب معلومات عن الجوانب المختلفة للحركة التي يؤديها من خلال الوسائل الحسية المتنوعة و الموجودة في الجسم و منها ادراكه الذاتي الحسي لأداء الحركة المتمثلة بمهارة التهديف بأشكالها المختلفة .

5 - الاستنتاجات و التوصيات

5 - 1 الاستنتاجات

- ان مجاميع البحث الثلاثة ذات التفضيل الحسي (السمي ، البصري ، اللمسي) أحدثت تحسناً ملحوظاً في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي و البعدي .
- أحدثت المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) تحسناً ملحوظاً أكثر من مثيلاتها الأولى ذات التفضيل الحسي السمي و الثانية ذات التفضيل الحسي البصري في الأداء الحركي لمهارة التهديف بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

5 - 2 التوصيات

- التأكيد على تدريس مادة كرة القدم للصالات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة في العراق معززة باستخدام أنظمة التفضيل الحسي لتسهيل عملية التعلم انطلاقاً من مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين .
- التأكيد على استخدام التمارين النوعية في تعلم مهارة التهديف بأشكالها المختلفة عند تعليم الطالبات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة بكرة القدم للصالات.
- اجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى و في فعاليات أخرى .

المصادر العربية والأجنبية

(1) وسن جاسم محمد القيسي ؛ الإدراك الحس - حركي و علاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ، ص 19 .

(2) نزار مجيد الطالب و كامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة و النشر ، 1993) ، ص 42 .

(3) طلحة حسام الدين و آخرون ؛ التعلم و التحكم الحركي : (القاهرة ، مركز الكتاب للطباعة و النشر ، 2000) ، ص 84 .

- إبراهيم الفقي ؛ البرمجة اللغوية العصبية وفن الاتصال بالامحدود ، ط1: (مصر ، مطبعة جريز ، 2000) .
- ابراهيم الفقي؛ البرمجة اللغوية العصبية و فن الاتصال بالامحدود، ط2: (سوريا، دار الراية للنشر و التوزيع، 2009).
- أحمد صبحي سلام ؛ أثر التمرينات النوعية في تطوير محددات دقة و فعالية الإرسال بالدوران الجانبي لناشئي تنس الطاولة تحت 15 سنة : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد62 ، الجزء2 ، 2011) .
- أحمد محمد عبدالفتاح ؛ فاعلية استخدام التمرينات النوعية للإدراك "الحس حركي" على تحسن أداء مهارة الوثب الطويل للمكفوفين جزئيا : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد62 ، الجزء2 ، 2011) .
- جبريل اجريد محمد العودات ؛ أثر استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في تعلم الأداء الفني وتحسين الإنجاز لبعض مسابقات الرمي : (اطروحة دكتوراه، غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2006)
- جوزيف أوكانور ؛ ترجمة، محمد الوالد : التخطيط للغوي العصبي: (سورية ، منشورات دار علاء الدين ، 2008) .
- حازم بدري احمد العبيدي ؛ اثر الاسلوبين الادراكين تفضيل النمذجة الحسية وتفضيل السيطرة المخية في الذاكرة الحسية للعاملين في مجال التقييس والسيطرة النوعية للمؤسسات الإنتاجية : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، كلية الآداب ، 2004) .
- حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد مرسي ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية : (الاسكندرية، منشأة المعارف للطباعة والنشر، 1999) .
- حسن أحمد الشافعي وآخران ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية والعلوم الانسانية والاجتماعية : (الاسكندرية دار الوفاء للطباعة والنشر ، 2009) .
- خليل إبراهيم سليمان الحديثي ؛ التعلم الحركي : (دمشق ، دار العرب ، 2013) .
- ديوبولد فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة ، محمد نبيل نوفل ، وآخران : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1977) .
- شوقي سليم حمادة ؛ برمجة العقل (NLP البرمجة اللغوية العصبية) : (عمان ، دار البارودي العلمية للنشر و التوزيع ، 2008) .
- صالح بلش الربيعي ؛ أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير في تعليم بعض أنواع التهديف بكرة السلة بعمر (12-14) سنة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2008) .
- صباح نوري حافظ ؛ تأثير التمارين الخاصة في تعلم بعض المهارات الرياضية للعبة المبارزة بسلاح الشيش : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1988).
- طلحة حسام الدين و آخرون ؛ التعلم و التحكم الحركي : (القاهرة ، مركز الكتاب للطباعة و النشر ، 2000).
- عبد الحليم المنسي ؛ مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية : (القاهرة ، دار المعرفة الجامعية ، 2011) .
- عبد الرحمن نبهان اسماعيل ؛ تأثير تمرينات مهارية على وفق النمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للمبتدئين : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، 2013) .

- عبد علي نصيف؛ التدريب في المصارعة: (جامعة الموصل، الموصل، 1987).
- عبدالمنعم أحمد الدريز و جابر محمد عبدالله ؛ علم النفس الرياضي قراءة و تطبيقات، ط1: (القاهرة ، عالم الكتب ، 2005).
- علي يونس وآخرون؛ أساسيات البحث العلمي ومناهجه ومبادئ الاحصاء : (القاهرة، مكتبة ومطبعة الغد، 2013).
- فايد علي فايد ؛ أثر برنامج خاص لتطوير بعض الحركات الأساسية للمكفوفين : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 1997).
- كاوه عمر نقار ؛ علاقة بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية بأهم المهارات الأساسية للاعبات خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة كوية - كلية التربية الرياضية ، 2006).
- ليلي زهران ؛ الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية : (دار الفكر العربي، القاهرة، 1997).
- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضة : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 2017).
- محمد خضر أسمر و زياد طارق محمد ؛ إعداد مقياس للتفضيلات الحسية لطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل : (بحث منشور ، مجلة الراصد للعلوم الرياضية ، المجلد 19 ، العدد 61 ، 2013).
- محمد خضر اسمر ونوفل فاضل رشيد ؛ أثر استخدام برامج تعليمية على وفق قائمة التفضيلات الحسية في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الحركية بكرة القدم : (بحث منشور ، جامعة الموصل ، كلية التربية الاساسية ، المجلد 33 ، العدد 4 ، 2014).
- محمد خليل عباس و آخرون ؛ مدخل الى مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ط4 : (عمان ، دار الميسرة للنشر و الطباعة ، 2012).
- محمود عيسى سالم ؛ مرحلة التخطيط للتدريب الرياضي ، ج1: (جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 1995).
- مدحت أبو النصر ؛ تنمية القدرات الابتكارية لدى الفرد و المنظمة ، ط1 : (القاهرة ، مجموعة النيل العربية ، 2004).
- مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999).
- مصطفى صبحي احمد خضر الحسيني ؛ تأثير استخدام اسلوبي التمرين الموزع و المكثف في بعض المتغيرات المهارية و البدنية و الوظيفية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2004).
- موفق مجيد المولى؛ الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، ط1 : (دار الفكر للطباعة والنشر و التوزيع ، 2000).
- ميسر مصطفى اسماعيل الحميري؛ تأثير برنامج تمهيدي - تعليمي باستخدام أسلوبي التمرين المكثف والمتوزع في اكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998).
- ناهدة عبد زيد ؛ اساسيات في التعليم الحركي : ط 1 : (النجف ، دار الضياء للطباعة و التصميم ، 2008).

- ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ تأثيرات التداخل في أساليب التمرين على تعلم و تطور مستوى أداء مهارة الإرسال الساحق و الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) .
- ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ مختارات في التعلم الحركي : (النجف ، دار الضياء للطباعة و النشر ، 2011) .
- نزار مجيد الطالب و كامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة و النشر ، 1993) .
- نوفل فاضل رشيد ؛ تأثير استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في المستوى البدني و المهارى والتحصيل المعرفي في مادة كرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة موصل ، كلية التربية الرياضية ، 2005) .
- وجيه محجوب ؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) .
- وجيه محجوب ؛ التعلم و جدولة التدريب : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000) .
- وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم و التطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000) .
- وجيه محجوب ؛ (موسوعة علم الحركة) التعلم و جدولة التدريب : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000) .
- وسن جاسم محمد القيسي ؛ الادراك الحس - حركي و علاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) .
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق ، ط2 : (بغداد ، دار الكتب ، 2010) .
- (fleming.n.d ؛ the v a k inventory of learning : (cs ، military academy ، 1988) ، P383.

ملخص البحث

أثر تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات

أ. د عبد المنعم احمد جاسم م.د علي عبد العليم محمد صابر

هدف البحث إلى:-

- إعداد تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارتي التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

- التعرف على أثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات- طالبات.

- التعرف على الفروق في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

و افترض الباحثان ما يأتي:-

- للتمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) أثر في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

- هناك فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

و استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث ، بالتصميم التجريبي " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " و قد أجري البحث على عينة من طالبات المرحلة الأولى لكلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة كركوك للعام الدراسي (2015 - 2016) والبالغ عددهن (54) طالبة ، و بواقع (8) طالبات لكل مجموعة ، و استغرق تنفيذ البرنامجين التعليميين مدة (6) أسابيع (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة و بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً ، زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة ، وللمدة من 2012/3/31 ولغاية 2016/ 5/12 وذلك في القاعة المغلقة للنشاط الرياضي في محافظة كركوك .

و استنتج الباحثان ما يأتي :-

- ان مجموعات البحث الثلاث ذات التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) أحدثت تحسناً ملحوظاً في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي.

- أحدثت المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي(الحركي)) تحسناً ملحوظاً أكثر من مثيلاتها الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي والثانية ذات التفضيل الحسي البصري في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

و يوصي الباحثان بما يأتي:-

- التأكيد على تدريس مادة كرة القدم للصالات في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق معززة باستخدام أنظمة التفضيل الحسي لتسهيل عملية التعلم انطلاقاً من مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين.

- التأكيد على استخدام التمارين النوعية في تعلم مهارة التمريرة بأشكالها المختلفة عند تعليم الطالبات في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بكرة القدم للصالات.
- إجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى وفي فعاليات أخرى.

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

تعد الأساليب التعليمية التي تستخدم لإيصال المادة التعليمية من الأمور التي تؤدي دوراً مهماً في حالة إتقانها في إنجاح العملية التعليمية وهذا يتحقق من خلال المدرس والمتعلم واسلوب التعلم والمنهاج التعليمي.

وتعد كرة القدم للصالات ومهاراتها إحدى الدروس العملية في كليات و أقسام التربية الرياضية بالجامعات العراقية و التي تسعى جميعها الى ايجاد افضل الاساليب التعليمية لغرض إيصال المادة التعليمية الخاصة بها الى المتعلمين ، فالتعلم الحركي لهذه المهارات يعتمد بالدرجة الأساس على مدى نجاح الأساليب التعليمية المستخدمة في تعلمها للوصول الى المستوى المقبول من الأداء الحركي ضمن الخطة الزمنية المحددة لعملية التعلم ، إنطلاقاً من أن التعلم الحركي هو " التغير في السلوك الحركي او قابلية الاداء نتيجة التدريب أو التكرار أو التصحيح و الذي سوف يؤدي إلى إجادة المهارة الحركية وإتقانها " (1).

و إن تعلم أي مهارة حركية يتطلب توفر عدة عوامل ومنها التمارين التعليمية التي تعطى للمتعلمين ، وتعد التمارين النوعية أحد أنماط التمارين المستخدمة في تعلم المهارات الأساسية إذ أن " هذه التمارين تستخدم في المقام الاول التكنيك الحركي و ذلك شريطة ان نختارها بعناية بحيث تكون متشابهة في تكوينها و متطلباتها و إتجاه العمل مع الخصائص المهارية " (2) ، بالإضافة إلى إختيار نمط التمارين فإن هذه التمارين تحتاج إلى تنظيمها وفق أساليب تعليمية علمية و دقيقة كأساليب جدولة الممارسة و التي تستخدم لتنظيم التمارين المستخدمة في الوحدة التعليمية ومن ضمن هذه الأساليب أسلوب جدولة الممارسة الموزعة و تعني " أداء تكرارات بأوقات راحة قد تساوي أحياناً مدة الأداء أو تزيد عليه " (3) .

واستخدام هذا الأسلوب يؤدي الى تحقيق الأهداف المرجوه والاقتصاد بالوقت والجهد وبما يتلاءم مع نوع المهارة المتعلمة. و بالنظر لوجود الفروق الفردية بين المتعلمات من الطالبات و اللاتي يصدرن سلوكيات مختلفة في أثناء عملية التعلم نتيجة لإختلاف تفضيلاتهن الحسية في إستقبالهن للمعلومات ضمن القنوات الحسية (الحواس المستخدمة) في إستيعاب المعلومات ومعالجتها وبالتالي فهمها وتتضمن " القنوات الحسية ثلاث مجالات (بصرية و سمعية و لمسية) و يرجع تنوع هذه الأساليب إلى أنماط التعلم التي يفضلها ويستخدمها المتعلمون على نحو مميز " (4) .

وإن أنظمة التفضيل الحسي تعكس الفروق بين الأفراد في توافقهم مع العالم الخارجي ويكمن هذا النظام في ثلاث أشكال فالأول يفضل أن يتلقى المعلومات عن طريق حاسة السمع والثاني يفضل فيه المتعلم إستقبال المعلومات عن طريق حاسة البصر أما الثالث فيفضل فيه إستقبال المعلومات من خلال نشاط او حركة أي يستقبل المعلومة بالممارسة العملية أو إن هذه الحواس تمكن المتعلم من أن يستخدم أيها منها وحسب تفضيله خلال عمليات التعلم.

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ مختارات في التعلم الحركي : (النجف ، دار الضياء للطباعة و النشر ، 2011) ، ص20.

(2) Roland ; Boys gymnastic , (rule _ brice , darbim , ronss , missowi , u.s.a 1997،)p56.

(3) خليل إبراهيم سليمان الحديثي ؛ التعلم الحركي : (دمشق ، دار العرب ، 2013) ، ص116 .

(4) محمد خضر أسمر و زياد طارق محمد ؛ إعداد مقياس للتفضيلات الحسية لطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل : (بحث منشور ، مجلة الراغبين للعلوم الرياضية ، المجلد 19 ، العدد 61 ، 2013) ، ص61.

وتعد عملية تعلم مهارة التمريرة إحدى عمليات التعلم الحركي التي تتطلب الأخذ بنظر الاعتبار نوعية التمارين والأسلوب المستخدم في أدائها وتنفيذها (جدولة ممارستها) بالإضافة إلى الاهتمام بالتفضيل الحسي الخاص بكل متعلمة لاستقبالها للمعلومات وخاصة إذا كانت العينة من المبتدئات لذا فإن أهمية البحث تبرز في النقاط الآتية:

- أنها ذات أهمية خاصة فعلى الرغم من تطرق العديد من الباحثين إلى التمارين النوعية وإلى جدولة الممارسة الموزعة وكذلك إلى التفضيلات الحسية إلا أن أي من الباحثين لم يستثمر التمارين النوعية المدعمة بجدولة الممارسة الموزعة اعتماداً على التفضيل الحسي.

- تعد محاولة جادة للوصول إلى أسلوب جديد في تعلم مهارة التمريرة بأشكالها المختلفة* بكرة القدم للصالات.

- إيجاد ظروف تعليمية جيدة تعتمد بالأساس على مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمات اعتماداً على التفضيلات الحسية.

2-1 مشكلة البحث:

بما أن المتعلمين ومن ضمنهم عينة البحث ذوات تفضيلات حسية مختلفة يتم الاعتماد عليها أثناء عملية التعلم فالبعض يفضل حاسة السمع ويطلق عليهم المتعلمون السمعيون ويفضل البعض الآخر استخدام حاسة البصر ويطلق عليهم المتعلمون البصريون ويفضل بعضهم التعلم باستخدام حاسة اللمس أي التعلم عن طريق الحركة والإحساس بها ويطلق عليهم المتعلمون الحركيون ومن خلال خبرة الباحثين كمدربين و تدرسيين لمادة كرة القدم للصالات لاحظ أن هناك صعوبة في تعلم مهارات هذه اللعبة وخاصة للطالبات المبتدئات وذلك قد يرجع إلى عدم مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وفقاً لتفضيلاتهن الحسية وهذا الأمر دفع الباحث إلى محاولة خلق بيئة تعليمية مناسبة تعتمد بالأساس على إيجاد التفضيل الحسي لكل طالبة للتمكن من وضع استراتيجيات دراسية أفضل و البدء في استخدام قوة نظام التعلم الخاص بكل تفضيل حسي . ومما تقدم تبرز مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي:

- هل إن استخدام التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة سيؤدي إلى نتائج أفضل في الأداء الحركي لمهارتي التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات؟

- أي مجموعة من مجموعات البحث الثلاث هي الأفضل في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات؟

1 - 3 أهداف البحث:

هدف البحث إلى: -

- إعداد تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى(الحركى)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

- التعرف على أثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى(الحركى)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات- طالبات.

- التعرف على الفروق في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى(الحركى)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

1 - 4 فروض البحث

- للتمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعى والبصرى واللمسى(الحركى)) أثرٌ في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

- هناك فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية لأثر التمارين النوعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق أنظمة التفضيل الحسي (السمعي والبصري واللمسي(الحركي)) في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات.

1 - 5 مجالات البحث

- المجال البشري: طالبات السنة الدراسية الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كركوك، للعام الدراسي (2015 - 2016).

- المجال الزمني: للمدة من 31 / 3 / 2016 ولغاية 12 / 5 / 2016.

- المجال المكاني: قاعة النشاط الرياضي و الكشفي - مديرية تربية كركوك * .

1 - 6 تحديد المصطلحات:

- التمارين النوعية: " أقصى درجات التخصص في تنمية الأداء المهاري كما و نوعا و توقيتا وفقا للاستخدامات اللحظية للعضلات أو المجموعات العضلية المشتركة في الأداء المهاري" (1) .

- إجرائيا: تمارينات خاصة على درجة عالية من الخصوصية نوعا و توقيتا من أجل تعلم الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة .

- جدولة الممارسة الموزعة: وهي " فترات الراحة بين محاولات التمرين مساوية أو اكبر من الوقت المستغرق لإنجاز كل محاولة" (2) .

- إجرائياً: التطبيق العملي للتمارين الخاصة بتعلم مهارة التمريرة بأشكالها بكرة القدم للصالات للطلبات بتكرارات معينة و بوجود فترات راحة كافية بين تكرار وآخر .

- التفضيل الحسي: " وسائل إنتزاع المعلومات من البيئة عن طريق الآليات الحسية المتمثلة بالإحساسات البصرية والسمعية واللمسية هي تفضيلات يمكن أن يستخدمها الفرد في مجال التعلم والعمل و هي مخزون بسيط و قصير مستلم بشكل جيد من قبل الأفراد و حسب قدراتهم الحسية و ملكاتهم العقلية (1) .

- إجرائياً: قدرة المتعلمات على اكتساب مهارة التمريرة عن طريق حواسهن (السمع ، البصر ، اللمس (الحركة)) اعتمادا على الحاسة المفضلة لديهن لاستقبال تلك المعلومات.

2- الدراسات النظرية و السابقة:

2-1 الدراسات النظرية:

2-1-1 التمرين:

تعددت الآراء حول مفهوم التمرين وذلك بسبب تعدد اغراضه فقد عرف التمرين بأنه " اصغر وحدة تدريبية في المنهج التدريبي ومجموع التمارين تكون الوحدة التدريبية " (5) .

و التمرين ايضاً " هو أداء معلوم الزمن والتكرار و لا تحدث عملية التعلم الا من خلال التمرين وهو الذي يردي الى تطوير المهارة وبدونه لا يوجد تعلم " (6) .

* المكان الذي تؤدي فيه الدروس العلمية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كركوك.

(1) فايد علي فايد؛ أثر برنامج خاص لتطوير بعض الحركات الأساسية للمكفوفين: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنين، 1997)، ص44.

(2) وجيه محجوب؛ (موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التدريب: (عمان، دار وائل للنشر، 2000)، ص215.

(3) P383، (1988، military academy، cs)، Fleming, N. D.؛ the v a k inventory of learning

(1) ناهدة عبد زيد؛ اساسيات في التعليم الحركي : ط 1: (النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008)، ص117.

(2) قاسم لزوم صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي : ط 2: (بغداد، دار اليراق للطباعة والنشر، 2012)، ص111.

و يعد التمرين اللبنة الاساسية للوحدة التعليمية التي هي الاساس في البرنامج التعليمي، والتمرين منها ما هو عام ومنها ما هو خاص ويعتمد هذا التصنيف بحسب الهدف او مجموعة الاهداف التي يراد تحقيقها من البرنامج سواء كان طويل الامد او قصير الامد، أو بحسب المرحلة التعليمية التي يمر فيها.

1-1-2 - 1 التمارين (النوعية) :

إن التمارين (النوعية) هي أحد انواع التمارين التي تعد من الوسائل المهمة والمستخدمه في تحسين و تطوير القابليات الحركية و المهارية الخاصة باللعبة لأنها تكون منتقاة و موجهة بحسب المسارات الحركية للمهارة و الواجب الحركي المطلوب تنفيذه .

و يرى الباحثان إن التمارين النوعية هي تمارين تؤدي على وفق المسارات الحركية التي تشابه المسارات الحركية لمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات – طالبات التي يجري التمرين عليها حيث تعمل فيها العضلة أو المجاميع العضلية بشكل مماثل للمهارة الرئيسة من حيث الزمان والمجال والمسار الحركي .

1-1-2 - 2 استخدامات التمارين (النوعية) :

إن استخدام التمارين النوعية في التعلم يعد من الأساليب التي تخدم الوصول إلى تحقيق هدف العملية بأقل جهد ووقت فضلاً عن رفع مستوى الأداء المهاري وتحقيق الانجاز العالي وهذا يعد من الواجبات الاساسية لعملية التعلم.⁽¹⁾

و إن الهدف الرئيس من التمارين الخاصة هو رفع كفاءة الأداء المهاري والذي يسهم بشكل فعال في تنفيذ الواجب الحركي المطلوب، بمعنى آخر تسهم في تحسين و تطوير القابلية المهارية المرتبطة بالهدف الحركي على وفق مسارات الحركة الصحيحة.

ويرى الباحث إن التمارين الخاصة تكتسب أهمية في تعلم مهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - للطالبات وذلك للأسباب الآتية :

- تعمل على تحسين الجانب التكنيكي الخاص بمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - للطالبات .
- تسهم في تحسين و تطوير المسارات الحركية الخاصة بمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - للطالبات .

- تثبت المسار الحركي للمهارة إذ تصل إلى درجة الآلية وهذا يحقق الهدف الرئيسي للتمرين الخاصة (النوعية)

2-1-2 - 2 جدولة الممارسة :

1-2-1-2 أسلوب جدولة الممارسة الموزعة :

ان الممارسة الموزعة يعني بأن " فترات الراحة بين محاولات التمرين مساوية أو اكبر من الوقت المستغرق لإنجاز كل محاولة " ⁽²⁾ . و " كلما كانت فترة التمرين اقل من فترة الراحة فان ذلك يعني بأن التمرين موزع " ⁽³⁾ .

فيما يرى (يعرب خيون) بان التمرين الموزع "يعني أن هناك أوقات راحة كافيه بين التكرارات " ، و أن تحديد أوقات الراحة بين التكرارات هي عملية نسبية ويمكن وضع التمرين على خط له نهايتان الأولى للمكثف والثانية للموزع و كلما زادت أوقات الراحة بين التكرارات اتجه التدريب لان يكون موزعا والعكس صحيح ، ويستطيع المدرس أو المدرب أن يتحكم بأوقات

(3) صباح نوري حافظ ؛ تأثير التمارين الخاصة في تعلم بعض المهارات الرياضية للعبة المبارزة بسلاح الشيش : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1988) ص 18-19.

(1) وجيه محجوب (2000) ؛ مصدر سبق ذكره : ص 215.

(2) خليل ابراهيم احمد عباس العزاوي ؛ تأثير اسلوبي التمرين المكثف و الموزع في التعلم الاتقاني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2005) ، ص 36 .

الراحة كأن تكون بين محاولة ومحاولة ثانية أو قد تكون بين كل ثلاث محاولات أو قد تكون بين كل خمس محاولات⁽¹⁾.

ويرى الباحثان بأن الممارسة الموزعة يعني وجود فترات راحة كافية بين التكرارات عند الممارسة على تعلم كل مهارة على حده من مهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات.

2-1-3 التفضيلات الحسية وأساليب التعلم الحركي:

لقد اهتم العديد من الباحثين بالتفضيلات الحسية وطبيعتها وكيفية حصول المتعلم على المعلومات وكيفية تمثيلها وتحويلها الى معرفة وكيفية تخزينها وطريقة استخدامها اثناء الأداء التطبيقي، اذ ان استخلاص المعلومات من الخبرات الحسية وترميزها وتنظيمها وضمها الى مخزون في الذاكرة يختلف من متعلم الى اخر طبقاً للفروق الفردية للمتعلمين سواء أكان من حيث قدراتهم العقلية او استعداداتهم واختلاف استجابة كل منهم للموقف التعليمي. ويذكر (محمد عثمان عبد الغني) " ان الإجراءات والأساليب المتبعة في التعلم الحركي هي:

أساليب تعتمد على استخدام حاسة البصر من خلال إعطاء النموذج العملي من المدرس او من خلال استخدام الوسائل التعليمية والبصرية.

أساليب على الشرح الشفوي والإرشاد والتوجيه والتوضيح.

أساليب و إجراءات تعتمد على تأمين الحركة والمساعدة في أدائها (الأداء العملي)⁽²⁾ .

2-1-4 أنظمة التفضيل الحسي :

ان أنظمة التفضيل الحسي هي "عبارة عن كيفية تمثيل الأشياء في الذهن أي كيف نشعر بالحدث هل شفر [اي كيفية حفظ المعلومة] كصورة او صوت او إحساس وهذا يشكل مصدر العديد من سلوكياتنا وفهمنا والذي بدوره يشكل ويصنع الممثلات الداخلية التي نستخدمها"⁽³⁾ . ان كل خبراتنا ناتجة مما نراه او نسمعه او نشعر به او نلمسه او نشمه وتسمى تلك الخبرات بالنظام التخزيني للشخص أي الكيفية التي تمت بها عملية تخزين المعلومات ، اننا نعول على حواسنا في المعلومات جميعها من العالم الخارجي وفي داخل اجسامنا توجد مستقبلات حسية للتخزين ولا يوجد مصدر اخر لاستقبال المعلومات من العالم الخارجي اكثر دقة من هذه الميكانيكية العصبية ، فعندما نريد ان نحلل مهارة شخص ما فإننا سنجد انها ناتجة من ظهور وتعاقب الخبرة عن طريق النظام التمثيلي⁽⁴⁾ .

2-1-4-1 المتعلمون ذوو النمط السمعي :

الأشخاص ذوو النظام السمعي يفضلون الامتناع عن الكلام وعندما يتحدثون يجعلون ذلك بنبرات ونغمات صوتية متباينة ولديهم القدرة الفائقة على الاستماع دون المقاطعة ، وعادة يتخذون قرارات مبنية على التحليل الدقيق للأوضاع فهم يجمعون اكبر قدر ممكن من المعلومات وهم افراد قرار حذرين ، يقللون الى ادنى مستوى نسب المخاطرة والمجازفة ويتذكرون ما يسمعون ويعبرون عن مشاعرهم وانفعالاتهم لفظياً ويتذكرون أسماء الأشخاص اكثر من الوجوه ، لذا فهم يتعلمون بالسمع ويتجاوبون مع نغمة الصوت كما انهم يمتلكون القدرة على ذكر كل ما يقال لهم⁽⁵⁾

(3) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مطبعة الصخرة ، 2002) ، ص 84 - 85 .

(4) محمد عثمان عبد الغني ؛ التعلم الحركي وعلم التدريب ، ط1 : (الكويت ، 1987) ، ص 164 .

(1) يامنة عبد القادر الاسماعيل ؛ أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسي : (عمان، دار اليازوري للنشر، 2011)، ص42.

(2) يعقوب يوسف عبد الزهرة ؛ تأثير منهج تعليمي مقترح لبعض أنواع التصوير بكرة اليد على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي - بصري - حسي) : (رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2012) ، ص 47.

(3) إبراهيم الفقي ؛ البرمجة اللغوية العصبية وفن الاتصال بالامحدود ، ط2: (سوريا ، دار الراية للنشر و التوزيع ، 2009) ص 90

2-4-1-2 المتعلمون ذوو النمط البصري :

و هم الذين يتميزون بنظام تمثيلي أساسي بصري و يتحدثون بسرعة و يعتمدون على الحركات لدعم اقوالهم ، تحب هذه الفئة التعلم من خلال المشاهدة فتراقب وترى ما يفعله الآخرون ويتذكرون الوجوه أكثر من الأسماء ، يفيضون بالطاقة ، ويتحدثون بصوت مرتفع كما انهم سريعو التطابق ، ويتخذون قرارات فورية مبنية على ما يرونه مما يدفعهم الى المخاطرة والمجازفة بأنفسهم ، كما ان عملية التذكر عندهم ترتبط بتجسيم الصور ويواجهون صعوبة في تذكر التعليمات اللفظية وان الشخص البصري يهتم جداً بالشكل الظاهري للأشياء . و كذلك هو الإدراك الناتج من الرؤية و هي الصورة المشاهدة ، او من الذاكرة او متخيلة منشأة باستخدام حاسة البصر⁽¹⁾.

2-4-1-3 المتعلمون ذوو النمط اللمسي :

النمط اللمسي هو الإدراك الناتج عن الإحساس أي الإحساس الحقيقي او المتخيل باستخدام حاسة اللمس او المشاعر مثل لمس مخمل ناعم او الإحساس بالنعومة او تذكر مشاعر الفوز في السباق او الشعور بالفرح او الغضب . و الأشخاص الحسيون هم الذين يتميزون بالهدوء ويتحدثون بصوت منخفض ويتنفسون ببطء وعمق ويعطون اهتماماً أكبر للشعور و الاحاسيس عن الأصوات و الصور وقراراتهم نابعة من شعورهم الشخصي واحاسيسهم⁽²⁾.

2-5-1-2 المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات

ان " المهارات الأساسية بكرة القدم هي عماد الأداء فيها وبدون إجادته بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة ، فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة ، إذ هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين إجابة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وان إتقان أداء المهارات الأساسية يجعل اللاعب يصل إلى تنفيذها بصورة آلية دون تفكير في جزئيات المهارة"⁽³⁾ . اذ ان " رقي المهارات الأساسية عند اللاعب تجعله قادراً على القيام بها بأقل جهد ممكن"⁽⁴⁾.

و ذكر (عبدالمنعم أحمد جاسم الجنابي) بأن " المهارات الأساسية بكرة القدم هي القابلية على انجاز و إتقان الحركات الخاصة بكرة القدم من خلال الأداء الأمثل لهذه الحركات و الذي يظهر بصورة جلية من خلال المستوى الحركي والفني المتقن للاعب داخل الملعب وبما يتضمن تحقيق الواجب الحركي"⁽⁵⁾.

و يرى الباحثان بأن المهارات الأساسية في لعبة كرة قدم الصالات تعد الأساس الذي يبنى عليه الإنجاز ، لما تتطلبه اللعبة من امتلاك لاعبيها مهارات عالية و بمستوى راق جداً ، و التي بدورها تؤدي إلى الارتفاع بمستوى الأداء الخططي و القيام بالمهام و الواجبات الخططية في اللعبة بأفضل ما يمكن و بأقل جهد دون التفكير في دقائق المهارة.

2-5-1-1 التمريرة :

تعرف التمريرة في كرة قدم الصالات " بأنها عملية إرسال الكرة بالقدم الى الزميل مراعيًا فيها الدقة العالية في توجيه الكرة من الاتجاه الصحيح و القوة المناسبة لإيصال الكرة في الوقت

(4) ابراهيم الفقي؛ المصدر نفسه، ص85

(1) محمد التكريتي؛ إفاق بلا حدود (بحث في هندسة النفس البشرية) : (مصر ، دار الخلد ونية للطباعة ، 1994) ص33.

(2) مفتي إبراهيم حماد ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994) ص38 .

(3) سامي الصفار وآخرون ؛ كرة القدم ، ج1 : (الموصل ، دار الكتب للطباعة، 1987) ص25 .

(4) عبدالمنعم أحمد جاسم الجنابي ؛ بناء حقيبة اختبارات لاختبار لاعبي المدارس بكرة القدم لأعمار (11 – 12) سنة في

مدينة تكريت : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة الموصل – كلية التربية الرياضية ، 2007) ، ص18 .

المطلوب إلى مكان المطلوب والتوقيت الجيد لحظة إرسال الكرة، فضلاً عن موقع اللاعب الزميلة ومساحة الملعب و الخصم" (1). وكذلك فإن التمريرة تعد من الوسائل المهمة في استمرار اللعب كونها " الأكثر تكراراً مقارنة بالمهارات الأخرى" (2).

2-2 الدراسات السابقة :

2 – 2 – 1 الدراسات المتعلقة بالتمارين النوعية :

2 – 2 – 1 – 1 دراسة مبارك عبد الرضا علي رضا (2010) (3)

(فاعلية تدريبات نوعية مقترحة للمرونة الحركية على القدرة العضلية و مستوى أداء ناشئ التنس الأرضي)

هدفت الدراسة الى :

- فاعلية البرنامج التقليدي على كل من المرونة و القدرة العضلية و مستوى الأداء المهاري لناشئ التنس الأرضي (المجموعة الضابطة) قيد البحث .

- فاعلية التدريبات النوعية المقترحة للمرونة الحركية على كل من المرونة و القدرة العضلية و مستوى الأداء المهاري لناشئ التنس الأرضي (المجموعة التجريبية) قيد البحث.

- فاعلية التدريبات النوعية المقترحة للمرونة الحركية على المجموعة التجريبية فاعلية البرنامج التقليدي المطبق على المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث في القياسين القبلي والبعدي.

و قد استخدم الباحث المنهج التجريبي ، و بلغ حجم العينة (16) ناشئ تنس أرضي من لاعبي نادي ، اذ تم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدهما تجريبية و الأخرى ضابطة و ذلك تحت 14 سنة ، و تمت معالجة النتائج إحصائياً عن طريق استخدام الحقيبة الإحصائية نظام ال-SPSS واستخدام القوانين المناسبة لاستخراج النتائج.

و توصلت الدراسة الى ان أهم النتائج كانت :

- ان تدريبات المرونة الحركية كانت لها أثر إيجابي و فعال في تحسين مستوى المرونة و القدرة العضلية و مستوى الأداء المهاري (المتغيرات قيد البحث) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

2 – 2 – 2 الدراسات المتعلقة بجدولة الممارسة :

2 – 2 – 2 – 1 دراسة شيروان صالح خضر الجاف (2006) (4)

(أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك) . هدفت الدراسة الى :

- أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي للمجموعات البحث من المهمة الاولى السهلة الى المهمة الثانية الصعبة لبعض مهارات الجمناستك .

- الفروق بين المجموعات البحث الخمس لأثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك .

(5) عمار شهاب أحمد الجبوري ؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية ، 2008) : ص 22 .

(6) صباح رضا و ، آخرون ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1991) ، ص 28 .

(3) مبارك عبد الرضا علي رضا ؛ فاعلية تدريبات نوعية مقترحة للمرونة الحركية على القدرة العضلية و مستوى أداء ناشئ التنس الأرضي : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد 61 ، 2010) ، ص 435.

(4) شيروان صالح خضر الجاف ؛ أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك : (اطروحة دكتوراه، غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2006) ، ص و - ح .

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ، وأجري البحث على عينة يمثلون طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة صلاح الدين- اربيل للعام الدراسي 2004 – 2005 قوامها (40) طالبا موزعين على خمس مجاميع متساوية ، أربع مجموعات تجريبية ومجموعة ضابطة ، وتم التحقق من تكافؤ المجاميع الخمس في متغيرات (الطول والعمر و الكتلة) فضلا عن بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية الأكثر أهمية ، و خضعت المجموعات التجريبية للبرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث ، و عولجت البيانات احصائيا باستخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف ومعامل الارتباط (البسيط ، المتعدد) ومعادلة الانحدار البسيط وتحليل التباين واختبار أقل فرق معنوي فضلا عن معادلات انتقال أثر التعلم (المطلق، النسبي، حجم الأثر) واستعان الباحث بالبرامج الاحصائية (spss) و منيتاب () .MTB

و توصلت الدراسة الى الاستنتاجات الآتية :

- في التقييم الاجمالي لجدولة الممارسات التي ساهمت في انتقال أثر التعلم للمهارات الحركية قيد البحث ، حققت الممارسة المتغيرة (الموزعة-المكثفة) المرتبة الاولى يليه الممارسة الموزعة بالمرتبة الثانية ، ثم الممارسة المتغيرة (المكثفة-الموزعة) بالمرتبة الثالثة ، والممارسة التقليدية بالمرتبة الرابعة والمرتبة الاخيرة كانت للممارسة المكثفة.

2 - 2 - 3 الدراسات المتعلقة بالتفضيلات الحسية (السمعية ، البصرية ، اللمسية):

2 - 2 - 3 1 دراسة ناجي مطشر عزت البدر (2014) ⁽¹⁾

(أثر برنامج تعليمي وفق التفضيلات الحسية في تعلم مهارتي التمريرة والتصويب ونقل أثر تعلمهما العمودي والعمودي المعكوس بكرة اليد لدى لطلاب) هدفت الدراسة الى :

- التعرف على اثر البرنامج التعليمي وفق التفضيلات الحسية في تعلم مهارتي التمريرة والتصويب لدى الطلاب بكرة اليد .

- التعرف على اثر البرنامج التعليمي وفق التفضيلات الحسية في نقل اثر التعلم العمودي والعمودي المعكوس لدى الطلاب بكرة اليد .

أستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وتصميم انتقال اثر التعلم المتبادل (تصميم Ellis الثاني) لملائمته لطبيعة مشكلة البحث ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة لاختيار شعبتين دراسيتين يمثلان المجاميع التجريبية فوقت القرعة على شعبتي (ب ، ج) وعددهم (64) طالباً ، ثم قام الباحث بتوزيع مقياس أسلوب التعلم المفضل (السمعي والبصري والحسي) على الشعبتين لتحديد النمط المفضل للتعلم ، والتي من خلاله تم توزيع الطلاب على مجاميع البحث الستة ، وبهذا اصبح مجموع افراد عينة البحث (46) طالباً موزعين على شعبتين مثلت الشعبة (ب) جانب التعلم وانتقال اثر التعلم العمودي ، في حين مثلت الشعبة (ج) انتقال اثر التعلم العمودي المعكوس . وقد قام الباحث بإعداد برنامج تعليمي وفق التفضيلات الحسية الخاص بالمجاميع التجريبية (سمعي ، بصري ، حسي) وتضمن (12) وحدة تعليمية، بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً مدة الوحدة التعليمية (90) دقيقة ، وبعد الحصول على النتائج من الاختبارات تم معالجتها إحصائياً من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، لاستخراج كل من (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الارتباط البسيط (بيرسون) ، اختبار (Levene) ، اختبار تحليل التباين (ANOVA) ، اختبار (t) للعينات المرتبطة) . كما استخدم الباحث لقياس انتقال اثر التعلم قانون القياس النسبي للاحتمالية القصوى .

(1) ناجي مطشر عزت البدر ؛ أثر برنامج تعليمي وفق التفضيلات الحسية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب ونقل أثر تعلمهما العمودي والعمودي المعكوس بكرة اليد لدى لطلاب : (اطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2014) ص 9-11 .

- و توصلت الدراسة الى الاستنتاجات الاتية :
- للمنهج التعليمي وفق التفضيلات الحسية (بصري ، سمعي ، حسي) تأثير إيجابي في تعلم مهارتي التمريزة والتصويب لدى الطلاب .
 - عدم ظهور فروق معنوية بين مجاميع البحث التجريبية وفق التفضيلات الحسية (بصري ، سمعي ، حسي) .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ومشكلته إذ يعد المنهج التجريبي هو " الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغيراً (عاملاً) أو أكثر متنوعاً ، بينما تثبت المتغيرات (العوامل) الأخرى " (1) .

3-2 التصميم التجريبي :

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه أسم " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدى المحكمة الضبط " (2) .

3-3 مجتمع البحث وعينته

حدد مجتمع البحث بطالبات السنة الدراسية الاولى في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة – جامعة كركوك للعام الدراسي (2015 – 2016) والبالغ عددهن (54) طالبة* ، أما عينة البحث فقد تم تحديدها بعد تطبيق مقياس التفضيلات الحسية ** على مجتمع البحث بعد استبعاد (25) طالبة كعينة للتجارب الاستطلاعية وبذلك بلغت عينة البحث (29) طالبة وزعن حسب مقياس التفضيلات الحسية إلى ثلاثة أنماط حسية وهي (السمعى) بلغ عددهن (9) طالبات و (البصري) بلغ عددهن (11) طالبات و (اللمسى) بلغ عددهن (9) طالبات ثم بلغ عدد الطالبات اللاتي حصلن على تفضيلات حسية مشتركة (بصرية ، سمعية ، لمسية) (3) طالبات تم استبعادهن ، واستبعاد (2) طالبتين عند بدأ اجراءات البحث بسبب الإصابة اذ اصبحت عينة البحث (24) طالبة تم تقسيمهن إلى ثلاثة مجاميع تجريبية وبواقع (8) طالبات لكل مجموعة تجريبية وبذلك مثلت نسبة 44,44 من المجتمع الكلي والجدول (1) بين ذلك.

الجدول (1) مجموعات البحث حسب التفضيلات الحسية وحجم العينة

(1) محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمى لعلوم التربية البدنية والرياضة : (القاهرة ، دار الفكر العربى للطباعة والنشر ، 2017) ص 243 .

* حسب اعداد الطالبات التي تم الحصول عليها من قسم التسجيل في الكلية.

(2) محمد خليل عباس وآخرون؛ مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط4: (عمان، دار الميسرة للنشر والطباعة، 2012)، ص192.

* تم الحصول على عدد الطالبات من قسم التسجيل في الكلية.

* سيتم توضيح كل ما يتعلق بالمقياس لاحقاً.

مجتمع البحث	المجاميع التجريبية	التفضيل الحسي	عينة البحث الرئيسية	عينة التجارب الاستطلاعية	المستبعدات	
					التفضيل الحسي المشترك	الاصابة
54	الأولى	السمعي	8	25	3	2
	الثانية	البصري	8			
	الثالثة	اللمسي	8			
المجموع			24	25	3	2

3-4 وسائل جمع البيانات

3-4-1 الاستبيان

- استبيان تحديد صلاحية مقياس التفضيلات الحسية
- استبيان تحديد درجات اقسام البناء الحركي للأداء الفني لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة .
- استبيان تحديد صلاحية الوحدات التعليمية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة .

3-4-1-1 استبيان تحديد صلاحية مقياس التفضيلات الحسية .
تم تصميم استمارة استبيان لمعرفة مدى صلاحية مقياس التفضيلات الحسية الذي أعده (محمد خضر أسمر، زياد طارق حامد ، 2013) ⁽¹⁾ ، و استخدمه (محمد خضر أسمر ونوفل فاضل رشيد ، 2013) ⁽²⁾ على عينة من طلاب كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل . ملحق (1) وتم عرضه على السادة المختصين وذوي الخبرة، وقد أقر المختصين صلاحية المقياس والتطبيق على عينة الدراسة.

3-4-1-2 استبيان تحديد درجات اقسام البناء الظاهري للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

من أجل التعرف على درجات أقسام البناء الظاهري للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة قام الباحثان بتصميم استمارة استبيان وعرضها على السادة ذوي الاختصاص من أجل تحديد درجة كل قسم من أقسام البناء الحركي الظاهري لمهارة التمريرة وما يتضمن كل قسم وهي (القسم التحضيري ، القسم الرئيسي ، القسم الختامي) لمهارة التمريرة على أن تكون الدرجة الكلية من (10) درجات من توزيع الدرجة حسب الاقسام والجدول (2) يبين درجات كل قسم بعد الأخذ بأراء السادة المختصين و ذوي الخبرة .

الجدول (2)

درجات أقسام البناء الحركي الظاهري لمهارة التمريرة طبقاً للآراء السادة ذوي الاختصاص

ت	المهارة	اقسام البناء الحركي الظاهري	الدرجات	المجموع
1	التمريرة	التحضيرية	2	10
		الرئيسية	6	
		الختامي	2	

3-4-1-3 استبيان تحديد صلاحية الوحدات التعليمية الخاصة بمجاميع البحث التجريبية الثلاثة

(1) محمد خضر أسمر وزياد طارق حامد ؛ مصدر سبق ذكره.

(2) محمد خضر أسمر ونوفل فاضل رشيد ؛ أثر استخدام برامج تعليمية على وفق قائمة التفضيلات الحسية في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الحركية بكرة القدم : (بحث منشور ، جامعة الموصل ، كلية التربية الاساسية ، المجلد 33 ، العدد 4 ، 2014) ص 132 .

قام الباحثان بوضع وحدات تعليمية خاصة بتعلم الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات وحسب مجاميع البحث الثلاثة :

2- المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمي)) .

3- المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) .

4- المجموعة التجريبية الأولى (التمارين النوعية لأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي)) .

تم عرض الوحدات التعليمية على السادة المختصين و ذوي الخبرة لأخذ آرائهم وتعديلاتهم قبل البدء بتنفيذها .

3-4-2 المقابلات الشخصية

تم اجراء المقابلات الشخصية مع عدد من المختصين وذوي الخبرة في مجال التعلم الحركي وكرة القدم للاستفادة منهم في امور تخص البحث.

3-4-3 القياسات والاختبارات

2- قياس الكتلة والطول والعمر الزمني.

3 - 4 - 4 استمارة تقييم الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة:

تم تصميم استمارة تقييم الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة وتوزيعها على عدد من المختصين وذوي الخبرة لتحديد درجات الاختبارين القبلي والبعدي لكل قسم من أقسام البناء الظاهري لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة.

3-5 تطبيق مقياس التفضيلات الحسية:

لقد اعتمد الباحثان مقياس (محمد خضر أسمر، زياد طارق حامد ، 3013) من اجل التعرف على التفضيلات الحسية لعينة البحث وذلك بعد عرضها من خلال استمارة استبيان معدة لهذا الغرض ، على عدد من المختصين و ذوي الخبرة في مجال (التعلم الحركي) للتأكد من ملائمة فقرات المقياس لمستوى عينة البحث و بعد جمع استمارات الاستبيان و تفرغها تم الحصول على نسبة اتفاق تزيد عن (75%) حول صلاحية مقياس التفضيل الحسي كما تم ايجاد ثبات المقياس و الذي بلغ 0,91 ، و بعدها قام الباحث بتطبيق المقياس من خلال استمارات استبيان معدة لهذا الغرض ، اذ تألف المقياس من (21) فقرة تطلب من كل طالبة قراءة هذه الفقرات بتمعن و الاجابة عليها بوضع علامة () امام البديل الذي يتوافق مع حالة الطالبة ، و بعد جمع الاستبيانات يتم فرز الطالبات حسب تفضيلاتهن الحسية الى (سمعي ، بصري ، لمسي) بالاعتماد على اجابتهن على فقرات المقياس اذ ان كل (7) فقرات من المقياس تخص تفضيلاً معيناً و كالآتي (من الفقرة رقم (1) الى الفقرة رقم (7) تخص التفضيل الحسي البصري و من الفقرة رقم (8) الى الفقرة رقم (14) تخص التفضيل الحسي السمعي و من الفقرة رقم (15) الى الفقرة رقم (21) تخص التفضيل اللمسي) . و قد تم تطبيق المقياس يوم الاثنين المصادف 28/3/2016 في القاعات الدراسية بكلية التربية البدنية و علوم الرياضة بجامعة كركوك و بعد الانتهاء من جمع الاستمارات تم تفرغها و بذلك قسمت عينة البحث الى ثلاثة مجاميع حسب انظمة تفضيلاتهن الحسية (سمعي ، بصري ، لمسي) .

3 - 6 التجانس و التكافؤ

قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمية لجأ الباحثان الى التحقق من تجانس و تكافؤ مجموعتي البحث إذ " ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات ذات العلاقة بالبحث" (1) .

(1) ديوبولد فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ترجمة ، محمد نبيل نوفل ، وآخران : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1977) . ص 398 .

3 - 6 - 1 تجانس عينة البحث

تم بإجراء التجانس لعينة البحث بمتغيرات (العمر الزمني، الطول، الكتلة) و الجدول (3) يبين ذلك

الجدول (3)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال وقيمة معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	$\pm$ ع	المنوال	معامل الالتواء
1	العمر الزمني	السنة	19.125	3,707	19	0,033
2	الطول	السنتيمتر	161.5	4,105	161	0,121
3	الكتلة	الكيلوغرام	57.75	4,610	58	0,054

من الجدول (3) يتبين ان قيم معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) كانت محصورة ما بين (+1) و هذا يدل على ان العينة متجانسة في هذه المتغيرات.

3 - 6 - 2 التكافؤ بين مجموعات البحث

اجري التكافؤ بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة كما مبين في الجدولين (4،5) اذا تم عرض الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية في الجدول (3) و اجري تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة للتأكد من التكافؤ فيما بينها و الجدول (4) يبين ذلك

الجدول (4)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارة المعتمدة في التكافؤ

المهارات الاساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الثالثة	
		س	$\pm$ ع	س	$\pm$ ع	س	$\pm$ ع
التمريرة بالجزء الداخلي من القدم	درجة	3.2500	.70711	3.2500	.70711	3.1250	.83452
التمريرة بالجزء الخارجي من القدم	درجة	1.8750	.64087	1.8750	.64087	2.6250	.91613
التمريرة بوجه القدم	درجة	2.5000	.75593	2.5000	.75593	2.2500	.70711
التمريرة بمقدمة القدم	درجة	2.6250	1.06066	2.6250	1.06066	2.0000	1.06904

الجدول (5)

دلالة الفروق في المهارة المعتمدة في التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاث

المهارات الاساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	دوجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	(ف) المحسوبة	مستوى الاحتمالية*
التمريرة بالجزء الداخلي من القدم	بين المجموعات	.2500	2	1.792	3.071	.0680
	داخل المجموعات	22.250	21	.583		
	المجموع الكلي	22.500	23			
التمريرة بالجزء الخارجي من القدم	بين المجموعات	3.000	2	2.167	3.339	.0550
	داخل المجموعات	23.000	21	.649		
	المجموع الكلي	26.000	23			
التمريرة بوجه القدم	بين المجموعات	2.583	2	.292	.653	.5310
	داخل المجموعات	19.250	21	.446		
	المجموع	21.833	23			

					الكلي	
.3490	1.108	1.042	2	1.000	بين المجموعات	التمريرة بمقدمة القدم
		.940	21	22.625	داخل المجموعات	
		.125	23	23.625	المجموع الكلي	
		1.077	21	19.750	داخل المجموعات	
			23	21.833	المجموع الكلي	

* معنوي اذا كانت قيمة مستوى الاحتمالية (Sig) $0,05 \geq$

من خلال الجدول (5) يتبين ان قيم (ف) المحسوبة للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بلغت (3,071 – 3,339 – 0,653 – 1,108) و بقيم احتمالية بلغت (0,068 – 0,055 – 0,531 – 0,349) بينما بلغت قيم (ف) المحسوبة للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة (0,118 – 1,370 – 1,409 – 0,464) و بقيم احتمالية بلغت (0,889 – 0,276 – 0,267 – 0,635) و بما ان جميع قيم مستوى الاحتمالية أكبر من (0.05) هذا يدل على عدم وجود فروق بين مجاميع البحث الثلاثة و هذا يدل على تكافؤ هذه المجاميع في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة.

3 - 7 الأجهزة و الأدوات المستخدمة

- جهاز عرض (Data Show) .
- جهاز مشغل و مكبر صوت (System Saund) .
- كرات قدم صالات قانونية .
- جهاز كاميرة تصوير فيديو (Sony CyberShot) .
- ساعات توقيت .
- أقراص (Dvd) .
- شواخص .
- شريط قياس متري .
- صافرة .

3 - 8 تحديد وضبط متغيرات البحث

الدراسات التجريبية من الدراسات التي تمتاز بتعدد متغيراتها منها التجريبية (المستقلة) والتابعة لذا فهي تحتاج إلى ضبط هذه المتغيرات ويقصد بضبط المتغيرات " استبعاد كافة المتغيرات عدا المتغير المستقل (المتغير التجريبي) " ⁽¹⁾ وهنا لا بد من التحديد الدقيق للمتغيرات التجريبية والتابعة إذ أنه " لا بد من ضرورة تصميم التجربة تصميماً دقيقاً حتى نتمكن من التعرف على التأثير الحقيقي للمتغير التجريبي " ⁽²⁾ .

3-8-1 المتغير المستقل (التجريبي) "هو المتغير التجريبي المراد معرفه تأثيره على الظاهرة" ⁽³⁾ . ويتمثل المتغير المستقل (التجريبي) في البحث الحالي بما يأتي :

(1) عبد الحليم المنسي ؛ مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية : (القاهرة ، دار المعرفة الجامعية ، 2011) ص 230.

(2) حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد مرسى ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية : (الاسكندرية ، منشأة المعارف للطباعة والنشر ، 1999) ص 75 .

(3) حسن أحمد الشافعي وآخرون ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية والعلوم الانسانية والاجتماعية : (الاسكندرية دار الوفاء للطباعة والنشر ، 2009) ص 85 .

- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى) .
- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري) .
- تمارين نوعية مهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي) .

3-8-2 المتغيرات التابعة :

المتغير التابع " هو المتغير الناتج من تأثير المتغير التجريبي "⁽¹⁾، ويتمثل المتغير التابع في البحث الحالي بما يأتي : الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

3-8-3 المتغيرات الخارجية :

وهي " المتغيرات التي يؤثر وجودها على نتائج الدراسة ... وإن تركت هذه المتغيرات دون ضبط فإنها تؤثر في المتغير المستقل أو المتغير التابع أو كلاهما "⁽²⁾ مثل (الجنس ، الطول ، درجة الذكاء ، ...)

3-9-3 الصدق التجريبي :

يقسم الى نوعين :

الصدق الداخلي

الصدق الخارجي

3-9-1 الصدق الداخلي :

يتضمن (ظروف التجربة ، العمليات المتعلقة بالنضج ، أدوات القياس ، الفروق بين الافراد)
ظروف التجربة : لم تتعرض تجربة البحث من تاريخ (2016/3/31) ولغاية (2016/5/12) لأي حادث يؤثر سلبياً في التجربة .

العمليات المتعلقة بالنضج : بما ان العينة أختيرت من طالبات السنة الدراسية الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كركوك فإنهن يتعرضن إلى نفس عمليات النضج.

أدوات القياس : تم السيطرة على هذا العامل من خلال استخدام نفس أدوات القياس على عينات البحث التجريبية الثلاثة .

الفروق بين الافراد : يتم السيطرة على هذا العامل من خلال إجراء التكافؤ بين عينات المجاميع الثلاث التجريبية .

3-9-2 الصدق الخارجي

يتضمن (تفاعل المتغير المستقل (التجريبي) من تحيزات الاختبار أثر الاختبارات التجريبية.

تفاعل المتغير المستقل التجريبي من تحيزات الاختبار

ليس لهذا العامل أي تأثير نتيجة لإجراء التجانس والتكافؤ بين مجاميع البحث الثلاثة في المتغيرات المؤثرة في تعلم مهارة التمريرة بأشكالها المختلفة .

أثر الاجراءات التجريبية : لم يتم إخبار الطالبات عن أهداف البحث وبهذا زال أثر هذا العامل فضلاً عن ضبط عدد من العوامل وهي:

المادة التعليمية : قام الباحثان بإعداد ثلاث برامج تعليمية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة وتم عرضها على السادة ذوي الاختصاص من أجل بيان مدى صلاحيتها .

(4) حسن أحمد الشافعي وأخران ؛ المصدر نفسه : ص 85 .

(2) علي يونس وآخرون؛ أساسيات البحث العلمي ومناهجه ومبادئ الإحصاء (القاهرة، مكتبة ومطبعة الغد، 2013) ص210.

المدرس : قام الباحث بتطبيق البرامج التعليمية لمجاميع البحث الثلاثة في حين قام مدرس المادة بتدريس الطالبات اللاتي خارج عينات مجاميع البحث الثلاثة .

المدة الزمنية : تمت السيطرة على هذا العامل بإخضاع عينات البحث للمجاميع التجريبية الثلاثة لمدة زمنية واحدة للتعليم بدأت بتاريخ (2016/4/3) وانتهت بتاريخ (2016/5/10) وبواقع (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة .

مكان الوحدات التعليمية : تم تعليم مجاميع البحث الثلاثة في قاعة النشاط الرياضي الكشفي في محافظة كركوك .

المحكمون : قام بعملية تقييم الشكل الظاهري (الاداء الحركي) قبلًا و بعديًا من قبل نفس المقيمين.

3-10 الاجراءات الميدانية للبحث

3-10-1 اعداد التمارين النوعية المهارية الخاصة بتعليم مهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات :

بعد تحليل محتوى الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة تم تصميم (20) تمريناً نوعياً مهارياً زرعت في الوحدات التعليمية ملحق .

3-11 الوحدات التعليمية :

بعد إطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال دراسته منها دراسة (أحمد صبحي سلام)⁽¹⁾ ، (صالح بلش الربيعي)⁽²⁾ ، (عبد الرحمن نبهان اسماعيل)⁽³⁾ ، والخذ بأراء الخبراء و المختصين في مجال البحث ، تم وضع وحدات تعليمية لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة ، باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدول الممارسة الموزعة وفقاً للتفضيل الحسي (السمعى ، البصري ، اللمسي) وللمجاميع الثلاثة كلاً على حدة ، وبعد اعداد الوحدات التعليمية تم عرضها على السادة ذوي الاختصاص وتم الحصول على نسبة اتفاق أكثر من (75 %) من آراء السادة المختصين و ذوي الخبرة وقد تم الأخذ بعدد من الملاحظات .

3-11-1 الخطة الزمنية للوحدات التعليمية :

الوحدات التعليمية للمجاميع التجريبية (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدول الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى)) ، (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدول الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) ، (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدول الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) ، في الاداء الحركي لمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات ، تضمن (36) وحدة تعليمية للمجاميع التجريبية أي (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة ، وموزعة على (6) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين لكل مجموعة في الاسبوع الواحد ، وكان زمن كل وحدة تعليمية (90) دقيقة وكما مبين في الجدول (6)

الجدول (6)

توزيع الأوقات على الوحدة التعليمية لمجاميع البحث الثلاثة

مجاميع البحث	أقسام الوحدة التعليمية (90) دقيقة		
	القسم الإعدادي (20) د	القسم الرئيسي (60) د	القسم الختامي (10) د

(1) أحمد صبحي سلام ؛ أثر التمرينات النوعية في تطوير محددات دقة و فعالية الإرسال بالدوران الجانبي لناشئي تنس الطاولة تحت 15 سنة : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد62 ، الجزء2 ، 2011) .

(2) صالح بلش الربيعي ؛ أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير في تعليم بعض أنواع التهديد بكرة السلة بعمر (12-14) سنة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2008)

(3) عبد الرحمن نبهان اسماعيل؛ تأثير تمرينات مهارية على وفق الذمجة الحسية في تعلم المهارات الهجومية بكرة السلة للمبتدئين : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية ، 2013)

المجموعة الأولى ذات التفضيل الحسي (السمي)	التعليمي (20) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
(40) د	التطبيقي		
(40) د	التطبيقي		

الإحماء الخاص (١٠) د الإحماء العام (٧) د المقدمة (٣) د	التعليمي (20) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
(40) د	التطبيقي		
(40) د	التطبيقي		

المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري)	التعليمي (20) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
(40) د	التطبيقي		

المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي)	التعليمي (20) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
	(40) د	التطبيقي	
(40) د	التطبيقي		

يتبين من الجدول (6) ان الاقسام الثلاثة للوحدات التعليمية وازمنتها هي واحدة حيث يتشابه القسمين (الاعدادي و الختامي) في الوحدات التعليمية الخاصة بمجاميع البحث التجريبية الثلاثة وكذلك القسم الرئيسي الذي تكون من جزئين التعليمي و الذي يتكون من ثلاثة اجزاء و هي : (الشرح ، العرض ، التطبيق) ، هنا الاختلاف يكون و حسب مجاميع البحث و كالاتي :

المجموعة التجريبية الاولى ذات التفضيل الحسي (السمعي) تم زيادة زمن الشرح على زمني العرض والتطبيق للأداء .

المجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري) تم زيادة زمن العرض على زمني الشرح و التطبيق للأداء .

المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) تم زيادة زمن التطبيق للأداء على زمني الشرح و العرض .

3 - 12 التجارب الاستطلاعية :

قام الباحثان بعدد من التجارب الاستطلاعية مختلفة الاهداف .

3 - 12 - 1 التجربة الاستطلاعية الأولى (ثبات مقياس التفضيلات الحسية) :

" إذا أُجري اختبار على عينة من الطالبات ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها و تحت الظروف نفسها فان النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية " (1) و استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية اذ طبق مقياس التفضيلات الحسية على العينة نفسها اذ بلغت قيمة معامل الثبات نصف الاختبار (0,679) و للحصول على معامل الثبات تم استخدام معادلة الارتباط (سبيرمان براون) و كان معامل ثبات المقياس (0,80) .

3 - 12 - 1 التجربة الاستطلاعية الثانية (التمارين النوعية المهارية) :

اجريت هذه التجربة يوم (الخميس) المصادف 2016/3/24 لمعرفة مدى ملائمة التمارين النوعية لعينة البحث و التي تم تصميمها و التعرف على كيفية اجراءها و الكشف عن الصعوبات التي قد تحدث فضلا عن تحديد زمنها و مدى ملائمتها للعينة .

3-12-2 التجارب الاستطلاعية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (التجربة الخاصة بالوحدات التعليمية):

(1) مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز

الكتاب للنشر ، 1999) ، ص 5 .

اجريت هذه التجربة يوم (الاحد) المصادف (2016/3/27) على عينة من الطالبات والبالغ عددهن (15) طالبات ، والتي تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ومن ثم تم استبعادهن من التجربة الرئيسية ، وكانت التجارب كالاتي :

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعي)) .

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)) .

تجربة استطلاعية خاصة بالبرنامج التعليمي (التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسي)) .

وكان الهدف من التجارب الاستطلاعية الثلاثة ما يأتي :

التحقق من مدى ملائمة المكان لتنفيذ الوحدات التعليمية .

التحقق من مدى ملائمة الوحدات التعليمية و اسلوب تنفيذها لمستوى افراد عينة البحث .

التحقق من مدى كفاءة فريق العمل المساعد وتفهمهم لإجراءات الوحدات التعليمية .

التعرف على الاخطاء والمعوقات التي قد تحدث ومحاولة وضع الحلول قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي. وكانت النتيجة من التجارب الاستطلاعية أنها كونت صورة واضحة لدى الباحث و

فريق العمل المساعد عن طبيعة و اجراءات البحث باختباراتها القبلية وتجربتها الرئيسية واختباراتها البعيدة والتغلب على المعوقات والصعوبات التي قد تواجههم .

3 - 13 تقييم اداء الشكل الظاهري لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات :

3 - 13 - 1 استمارة تقييم أداء الشكل الظاهري لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات :

لغرض تقييم أداء الطالبات لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات -

طالبات قام الباحث بإعداد استمارة استبيان ملحق ، لاستطلاع آراء السادة المختصين في مجال (كرة القدم و التعلم الحركي) حول اعطاء درجة التقييم للمهارة ليسهل عملية تقييمها و بعد جمع و

تفريغ الاستبيانات تبين ان اغلبية اراء المختصين اتفقوا على ان تكون تقييم المهارة من (10) درجات وبنسبة اتفاق تزيد عن (75%) و مقسمة على ثلاثة اقسام و ذلك حسب اقسام المهارة .

3 - 13 - 2 طريقة احتساب الدرجات حسب البناء الظاهري للحركة لمهارة التمريرة بكرة القدم للصالات - طالبات :

لقد أشار (وجيه محجوب) الى ان تقويم المهارات الرياضية بحساب النقاط من الطرائق

المهمة التي تعتمد على المشاهدة والاستعانة بالتصوير العلمي ، ويمكن تحليل المهارات الرياضية التي تؤدي من الرياضيين بإحدى الطرائق الآتية :

الطريقة الأولى : أداء الحركة وتقويمها بواسطة الخبراء أو خبير بالمشاهدة مع تسجيل الملاحظة العلمية .

الطريقة الثانية : أداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صورياً بـ (فلم) ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء أو الخبير⁽¹⁾ .

و لقد اعتمد الباحثان الطريقة الثانية أعلاه لتقييم الشكل الظاهري لمهارة التمريرة بأشكالها

المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات حيث استخدم الباحث التصوير الفيديوي وفي الاختبارين

القبلي والبعدي ، ومن ثم تم تحويل التصوير إلى أقراص (dvd) وتم توزيعها مع استمارات التقييم المعدة لهذا الغرض على ثلاث مقيمين ، في اختصاص (التعلم الحركي / كرة القدم) لتعذر

(1) وجيه محجوب ؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) ، ص 273 .

حضورهم إلى مكان الاختبارين القبلي والبعدي ، حيث يقوم كل مقيم بإعطاء درجة لكل طالبة عن كل مهارة و يُأخذ متوسط درجاتهم لإظهار درجة تقييم المهارة النهائية من (10) درجات .
3 - 14 الاختبار القبلي و التجربة الرئيسية و الاختبار البعدي لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة.

3 - 14 - 1 الاختبار القبلي :

بعد اعطاء مجاميع البحث الثلاثة محاضرتين تعريفيتين تم اجراء الاختبارات القبلية لمجاميع البحث التجريبية ، في يوم (الثلاثاء) والمصادف (2016/3/31) ، و بمساعدة فريق العمل المساعد اذ تم تصوير الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات لتقييم الشكل الظاهري للاداء الحركي لهذه المهارة .

3 - 14 - 2 تجربة البحث الرئيسية :

قام الباحثان و بالتعاون مع فريق العمل المساعد بالبدء في تنفيذ البرامج التعليمية بتاريخ (2016/4/3) و الموافق يوم الأحد حسب جدول المحاضرات الاسبوعي ، ولغاية (2016/5/10) الموافق يوم الثلاثاء ، اذ تم تطبيق الوحدات التعليمية على عينة البحث ، اذ تم اعطاء المجاميع التجريبية المادة التعليمية التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى ، البصري ، اللمسى) . و كالاتي :

3 - 14 - 2 - 1 المجموعة التجريبية الأولى :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الاول باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (السمعى)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم شرح مهارة التمريرة و التمارين النوعية الخاصة بها باستخدام وسائل سمعية و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل السمعي و بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة ، علما ان الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

3 - 14 - 2 - 2 المجموعة التجريبية الثانية :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الثاني باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (البصري)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم توضيح مهارة التمريرة و التمارين النوعية الخاصة بها باستخدام وسائل عرض بصرية و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل البصري و كذلك بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة، وايضا ان الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

3 - 14 - 2 - 3 المجموعة التجريبية الثالثة :

تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي الثالث باستخدام التمارين النوعية المهارية بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة وفق نظام التفضيل الحسي (اللمسى)، اذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التعليمية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيسي يتم تعليم مهارة التمريرة و التمارين النوعية الخاصة بها من خلال حاسة اللمس و ذلك بما يتلائم مع نظام التفضيل اللمسى و كذلك بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة الموزعة ، وايضا ان الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

3 - 14 - 3 الاختبار البعدي :

تم اجراء الاختبارات البعيدة للمجاميع التجريبية بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية ، اذ تم تصوير اداء الطالبات لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات ،

وبنفس الظروف التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية من حيث المكان و الاجهزة و الادوات و اسلوب التنفيذ ، و ذلك في يوم (الخميس) الموافق (2016 /5/12)

3 - 15 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان:
- الوسط الحسابي
- لإيجاد الفروق بين مجاميع البحث

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية*
-------------------	-------------	-----------------	-----------------	-------------------	-------------------

- الانحراف المعياري - التوصل الى التكافؤ
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط البسيط
- اختبار (t) بين وسطين حسابيين مرتبطين - لحساب ثبات مقياس التفضيلات الحسية
- تحليل التباين باتجاهين
- اختبار (L.S.D) لإيجاد الفروق بين المجاميع الثلاثة في الاختبارات البعدية
- و قد تم معالجة البيانات باستخدام الحزمة الاحصائية (SPSS).
- 4 - عرض و تحليل و مناقشة النتائج :**
- 4 - 1 عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفروق في الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث .**
- 4 - 1 - 1 عرض و تحليل نتائج الفروق في الاداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث .**

الجدول (7)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى ذات التفضيل الحسي (السمي)

المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية* (Sig)
		س	ع	س	ع		
التمريرة بالجزء الداخلي من القدم	درجة	3.2500	0.70711	6.2500	1.03510	7.937	*0.000
التمريرة بالجزء الخارجي من القدم	درجة	1.8750	0.64087	3.2500	0.88641	7.514	*0.000
التمريرة بوجه القدم	درجة	2.5000	0.75593	4.2500	0.88641	10.693	*0.000
التمريرة بمقدمة القدم	درجة	2.6250	1.06066	4.3750	0.91613	7.000	*0.000

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $\geq 0,05$

من خلال الجدول (7) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الأولى ذات (التفضيل الحسي السمي) دلت على ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التمريرة التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الأولى ذات التفضيل الحسي (السمي) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (7,937 ، 7,514 ، 10,693 ، 7,000) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000) و هذه القيم أصغر من 0,05.

		ع±	س	ع±	س		
0.0000	8.919	.70711	6.2500	.83452	3.1250	درجة	التمريرة بالجزء الداخلي من القدم
0.0000	11.000	1.06066	5.3750	.91613	2.6250	درجة	التمريرة بالجزء الخارجي من القدم
0.0000	13.096	1.03510	5.7500	.70711	2.2500	درجة	التمريرة بوجه القدم
0.0010	5.857	.75593	5.5000	1.06904	2.0000	درجة	التمريرة بمقدمة القدم

الجدول (8)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري)

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (8) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الثانية ذات (التفضيل الحسي البصري) دلت على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التمريرة التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (8,919 ، 11,000 ، 13,096 ، 5,857) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,001) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

الجدول (9)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي)

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (9) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية الثالثة ذات (التفضيل الحسي) (اللمسي) دلت على ما يأتي :

مستوى الاحتمالية* (Sig)	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المهارات الأساسية
		ع±	س	ع±	س		
0.0000	8.104	1.19523	5.0000	.74402	2.3750	درجة	التمريرة بالجزء الداخلي من القدم
0.0040	4.249	1.18773	4.6250	.83452	2.8750	درجة	التمريرة بالجزء الخارجي من القدم
0.0000	10.583	.51755	4.6250	.51755	2.6250	درجة	التمريرة بوجه القدم
0.0000	9.000	.83452	4.8750	.74402	2.6250	درجة	التمريرة بمقدمة القدم

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة التمريرة و التي تناولها البحث لدى المجموعة التجريبية الثانية ذات التفضيل الحسي (البصري) إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (8,104 ، 4,249 ، 10,583 ، 9,000) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,004 ، 0,000 ، 0,000) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

4 - 1 - 2 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاثة :

في ضوء نتائج الجداول (9,8,7) التي تم الحصول عليها و تم ذكرها آنفا ، ظهر أن هناك تقدما وصل الى مستوى المعنوية في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة لمجاميع البحث الثلاثة ذات التفضيل الحسي (السمع ، البصري ، اللمسي) على

التوالي. ويعزو الباحثان التقدم الحاصل إلى التأثيرات الإيجابية الفعالة للتمارين النوعية المقرونة بجدولة الممارسة الموزعة وفقاً للتفضيل الحسي والتي اعتمدت على التخطيط العلمي والذي اثبتت فاعليتها في النتائج التي سوف نقوم بمناقشتها.

اذ ان اختيار التمارين التعليمية المهارية بدقة والتي تستهدف زيادة عملية تعلم مهارة (التمريرة) اذ ان هذه التمارين تتشابه من حيث تكوينها مع اتجاه عمل المجاميع العضلية للمتعلمة وكذلك مع الخصائص المهارية في إخراج هذه المهارة من حيث التوقيت الصحيح للأداء واتجاه الحركة و ملائمتها مع متطلبات الأداء أي ضبط الإيقاع و التوقيت الحركي عند وضع هذه التمارين.

العامل الثاني الذي كان له التأثير الإيجابي للوحدات التعليمية هو استخدام جدولة الممارسة الموزعة في عملية تنظيم تطبيق التمارين التي اعدت اذ " تعد عملية تنظيم التمرين من الأمور المهمة في العملية التعليمية و ذلك لأنها تسهم في تحقيق التنوع في التمارين المستخدمة و أساليب تنفيذها فضلاً عن تسهيل عملية تعلم المهارة مع مراعاة صعوبة المهارة المطلوب تعلمها أو سهولتها من خلال التدرج و اتباعها التنظيم في اسلوب التمرين عند أداء المهارة " (1).

و يتفق هذا مع ما توصل اليه (نوفل فاضل) (2) ، (مصطفى صبحي) (3) ، اذ اشارت نتائج هاتين الدراستين الى ان لاستخدام جدولة الممارسة الأثر الواضح في تعلم مهارة (التمريرة) بكرة القدم للصالات - طالبات ، فضلاً عن ذلك فان (التفضيل الحسي ، وجدولة الممارسة) قد ساعدا على ادراك العلاقات بين المعلومات المستلمة عن الاداء الحركي لمهارة التمريرة و كيفية ادائها الأمر الذي ساهم في اكتساب التطور الأولي للحركة ، ثم الاستمرار في المحاولات و التكرارات أثناء التطبيق العملي عن طريق جدولة الممارسة (الموزعة) حتى يصل اداء الطالبات المتعلقات تدريجياً الى مراحل متقدمة من التعلم للأداء الحركي لمهارة التمريرة و الوقت المخصص لأدائها و تكرارها.

أما استخدام التفضيل الحسي لمجاميع البحث الثلاثة فقد جاء عاملاً ثالثاً لحدوث التأثيرات الإيجابية التي احدثتها التمارين بالإضافة إلى خصوصية هذه التمارين واستخدام جدولة الممارسة الموزعة كأسلوب تنظيمي لهذه التمارين (جدولة الممارسة) أن كل المهارات المتعلمة تتأثر قطعاً بسلامة الحواس للمتعلمين . إذ أن " حواس البصر والسمع واللمس تؤدي دوراً بارزاً في التعلم الجديد " (4) . وان الكشف عن التفضيل الحسي للطلبات المتعلقات قد سهل في التعرف على الاسلوب التعليمي المناسب للطلبات كما أن طريقة معالجة المعلومات سواء كانت سمعية أو بصرية أو حركية كلها عوامل تساعد في تحديد نجاح البرامج التعليمية اذ أن " النظام الحسي يقدم معلومات حول أشكال المواد المختلفة و أحجامها و هذا سيساعد في عملية التعلم " (5) .

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ تأثيرات التداخل في أساليب التمرين على تعلم و تطور مستوى أداء مهارتي الإرسال الساحق و الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ، ص 32.

(2) نوفل فاضل رشيد (2005) ؛ المصدر نفسه .

(3) مصطفى صبحي احمد خضر الحسيني ؛ تأثير استخدام اسلوبي التمرين الموزع و المكثف في بعض المتغيرات المهارية و البدنية و الوظيفية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2004) .

(1) عبد المنعم أحمد الدوير و جابر محمد عبدالله ؛ علم النفس الرياضي قراءة و تطبيقات ، ط1 : (القاهرة ، عالم الكتب ، 2005) ، ص 146 .

(2) عبدالرحمن نبهان إسماعيل ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 98 .

و تظهر أهمية التفضيل الحسي للمتعلمات من خلال ادراكهن الجيد لخط سير مهارة (التمريرة) عن طريق استخدامهن للتفضيل الحسي المناسب لهن تبعاً لمجاميع البحث اذ تستطيع كل طالبة من أن ترسم المسار الحركي للمهارة المراد تعلمها عن طريق الحاسة التي تفضلها اذ ان " التعلم المقصود فرض استيعاب واجب الحركة وهذا يعني غرض الحركة و هدفها كلما كان مضبوطاً و واضحاً كانت قاعدة التعلم أحسن و أفضل و بذلك يكون التعلم الحركي المقصود مرتبطاً بفهم و استيعاب الواجب الحركي الجديد و الذي يأتي من خلال (المدخلات) " (1) .

و يرى الباحثان بأنه متى ما كانت المتعلمة تتلقى المعلومات عن طريق الحاسة التي تفضلها فإن ذلك يسهم بشكل كبير في عملية تخزينها و برمجتها و بالتالي عملية استدعائها و استخدامها في عملية التعلم ، كما أن الفروق التي ظهرت بين الاختبارين القبلي و البعدي في الاداء الحركي لمهارة التمريرة لمجاميع البحث الثلاثة و التي قسمت فيها المتعلمات الى ثلاثة أقسام تبعاً لتفضيلاتهن الحسية (سمعية ، بصرية ، لمسية) كان نتيجة لعدة اسباب هي :

- طبيعة التمارين النوعية المهارية التي قام الباحث بوضعها مراعيًا بها خصوصية المهارة (التمريرة) اذ جاءت هذه التمارين متطابقة نوعاً ما مع المسار الحركي لهذه المهارة بالإضافة الى أن هذه التمارين قد جاءت متطابقة في أدائها من حيث الزمن و المجاميع العضلية مع الأداء الحركي للمهارة.

- استخدام جدولة الممارسة الموزعة قد أحدث فارقاً من حيث تنظيم عملية التكرار للتمرين الواحد و فترات الراحة النسبية سواء بين تكرار أو بين تمرين و آخر .

- ان تقسيم افراد العينة الى ثلاثة مجاميع مراعيًا الباحث فيها مبدأ الفروق الفردية في التفضيل الحسي للعينة كان له الأثر الواضح في عملية اتقان تعلم هذه المهارة ، انطلاقاً من الاعتماد على مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمات في عملية التعلم .

4 - 1 - 3 عرض و تحليل نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاثة

الجدول (10)

القيم الإحصائية (تحليل التباين ، مستوى الاحتمالية) لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في الاختبار البعدي

المهارات الاساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	دوجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	(ف) المحسوبة	مستوى* الاحتمالية
التمريرة بالجزء الداخلي من القدم	بين المجموعات	8.333	2	4.167	4.167	.0300
	داخل المجموعات	21.000	21	1.000		
	المجموع الكلي	29.333	23			
التمريرة بالجزء الخارجي من القدم	بين المجموعات	18.583	2	9.292	8.392	.0020
	داخل المجموعات	23.250	21	1.107		
	المجموع الكلي	41.833	23			
التمريرة بوجه القدم	بين المجموعات	9.750	2	4.875	6.882	.0050
	داخل المجموعات	14.875	21	.708		
	المجموع الكلي	24.625	23			
التمريرة بمقدمة القدم	بين المجموعات	5.083	2	2.542	3.619	.0450
	داخل المجموعات	14.750	21	.702		
	المجموع الكلي	19.833	23			

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (10) يتبين ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاداء بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في الاختبار البعدي لأشكال مهارة التمريرة الاتية (التمريرة بالجزء الداخلي للقدم، التمريرة بالجزء الخارجي

(3) وجيه محجوب ؛ التعلم و جدولة التدريب : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000) ، ص 68 .

للقدم، التمريرة بمقدمة القدم، التمريرة بوجه القدم) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة (4,167 ، 8,392 ، 6,882 ، 3,619) على التوالي فيما بلغت قيم مستوى المعنوية (0,030 ، 0,002 ، 0,005 ، 0,045) على التوالي.

و نظرا لوجود فروق في مستوى المعنوية بين مجموعات البحث الثلاثة في أشكال مهارة التمريرة ، و نظرا لكون هدف البحث منصبا على معرفة أي المجموعات الثلاثة لها التفوق على باقي المجموعات للأداء الحركي (الأكثر تعلما) لذا لجأ الباحثان الى استخدام وسيلة إحصائية لتطبيق ذلك ، و يعد اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) اختبارا مناسباً لتحقيق هذا الغرض و فيما يلي عرض نتائج أقل فرق معنوي كما مبين في الجداول (11,12,13,14,15,16,17)

الجدول (11)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التمريرة بالجزء الداخلي من القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	1,250	0,021
3 - 1	0,000	1,000
3 - 2	1,250	0,021

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $\geq 0,05$

من خلال الجدول (11) والخاص بالأداء الحركي لمهارة التمريرة بالجزء الداخلي من القدم يبين لنا ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و لصالح المجموعة الأولى .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية غير بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

الجدول (12)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التمريرة بالجزء الخارجي من القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	1,375	0,016
3 - 1	2,125	0,001
3 - 2	0,750	0,169

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية (Sig) $\geq 0,05$

من خلال الجدول (12) والخاص بالأداء الحركي لمهارة التمريرة بالجزء الخارجي من القدم يبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و لصالح المجموعة الثانية .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري و المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

الجدول (13)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التمريرة بوجه القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	0,375	0,383
3 - 1	1,500	0,002
3 - 2	1,125	0,014

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (13) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة التمريرة بوجه القدم يبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي والمجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي والمجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري والمجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

الجدول (14)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة التمريرة بمقدمة القدم لمجموعات البحث الثلاث

مجاميع البحث	الفرق بين الأوساط الحسابية	مستوى الاحتمالية*
2 - 1	0,500	0,246
3 - 1	1,125	0,014
3 - 2	0,625	0,151

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (14) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة التمريرة بمقدمة القدم يبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي والمجموعة الثانية ذات التفضيل الحسي البصري .
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي والمجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الثانية ذات التفضيل الحسي البصري والمجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي و لصالح المجموعة الثالثة .

4 - 1 - 4 مناقشة نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاثة .

بعد عرض و تحليل الجدول (10) و بعد أن تبين أن هناك فروقا ذات دلالة معنوية في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة في الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاثة فقد أوجب على الباحث استخراج أقل فرق معنوي (L.S.D) لمعرفة دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية لمجاميع البحث التجريبية الثلاثة و لكل شكل من أشكال مهارة التمريرة بكرة القدم للصالات و بعد مقارنة الفروق في الأوساط الحسابية لجميع هذه المتغيرات ظهر لنا تفوق المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي على المجموعتين الأولى ذات التفضيل الحسي السمعي و الثانية ذات التفضيل الحسي البصري.

و يعزو الباحثان تفوق المجموعة الثالثة ذات التفضيل الحسي اللمسي إلى أن التفضيل الحسي اللمسي قد ساعد بشكل كبير في تعلم أشكال مهارة التمريرة للطالبات اعتمادا على أن الواجب الحركي الذي كلفت به الطالبات قد تم تعلمه عن طريق استخدام حاسة اللمس و هي ارتباط تعلم هاتين المهارتين بالإحساس الحركي بالكرة إذ أشار (وحيه محجوب) إلى أن " حاسته الإحساس الحركي لا بد من الاعتماد عليها من أجل أداء حركي رياضي أمثل (كافي) " (1) . كما أن عملية تكوين التصور السمعي و البصري عن طريق حاستي السمع و البصر لدى المتعلم يكاد يكون غير كافيا لقيام الفرد المتعلم بتعلم المهارة إذا لم يكن هناك شعور بالحركة مرتبط ارتباطا وثيقا بالممارسة العملية إذ أن " تعلم أي موضوع حركي أصعب من تعلم موضوع ذهني و لكن المفيد من ذلك أن تعلم موضوع حركي يثبت في الذاكرة و غير قابل للنسيان لذا أن أقوى ذاكرة هي

(1) وحيه محجوب ؛ نظريات التعلم و التطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000) ، ص 38 .

الذاكرة الحركية و تليها الذاكرة عن طريق النظر ثم ذاكرة السمع " (1) . و كما ان الاحساس الحركي يتم من خلال عملية تبادل الاشارات العصبية بين المستقبلات الحسية و الجهاز العصبي و ما يحقق هدف الحركة اذ اشارت (وسن جاسم محمد) إلى أن " الادراك الحس حركي في النشاط الرياضي عملية مهمة في تأدية الواجب الحركي إذا تم من خلالها تبادل الإشارات العصبية الحسية الحركية بين الجهاز الحركي (عضلات و أوتار و مفاصل) و الجهاز العصبي بما يحقق الاداء الجيد للمهارة " (2) ، كما ان الاحساس اللمسي بالكرة للمتعلقات سوف يساعد على استخدام الجزء الصحيح من القدم و التعود على حركة القدم و الجسم لضرب الكرة و الاعتماد على الاحساسات بالكرة في ذلك اذ أن " ممارسة تكرارات الأداء يؤدي إلى تقوية الروابط بين الحوافز و الاستجابات " (3) .

و يتفق الباحثان مع هذا الرأي حيث تستطيع الطالبة أن تكتسب معلومات عن الجوانب المختلفة للحركة التي يؤديها من خلال الوسائل الحسية المتنوعة و الموجودة في الجسم و منها ادراكه الذاتي الحسي لأداء الحركة المتمثلة بمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة .

5 - الاستنتاجات و التوصيات

5 - 1 الاستنتاجات

- ان مجموعات البحث الثلاث ذات التفضيل الحسي (السمع و البصري و اللمسي) الحركي () أحدثت تحسناً ملحوظاً في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي و البعدي .
- أحدثت المجموعة التجريبية الثالثة ذات التفضيل الحسي (اللمسي) الحركي () تحسناً ملحوظاً أكثر من مثيلاتها الأولى ذات التفضيل الحسي السمع و الثانية ذات التفضيل الحسي البصري في الأداء الحركي لمهارة التمريرة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات .

5 - 2 التوصيات

- التأكيد على استخدام التمارين النوعية في تعلم مهارة التمريرة بأشكالها المختلفة عند تعليم الطالبات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة بكرة القدم للصالات.
- التأكيد على تدريس مادة كرة القدم للصالات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة في العراق معززةً باستخدام أنظمة التفضيل الحسي لتسهيل عملية التعلم انطلاقاً من مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين.
- إجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى وفي فعاليات أخرى.

المصادر العربية والاجنبية

- إبراهيم الفقي ؛ البرمجة اللغوية العصبية وفن الاتصال اللامحدود ، ط2: (سوريا ، دار الراية للنشر و التوزيع ، 2009) .
- أحمد صبحي سلام ؛ أثر التمرينات النوعية في تطوير محددات دقة و فعالية الإرسال بالدوران الجانبي لناشئي تنس الطاولة تحت 15 سنة : (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد 62 ، الجزء 2 ، 2011) .
- حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد مرسي ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية : (الاسكندرية ، منشأة المعارف للطباعة و النشر ، 1999) .

(1) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق ، ط2 : (بغداد ، دار الكتب ، 2010) ، ص 10 .

(2) وسن جاسم محمد القيسي ؛ الادراك الحس - حركي و علاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ، ص 19 .

(3) نزار مجيد الطالب و كامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة و النشر ، 1993) ، ص 42 .

- حسن أحمد الشافعي وآخرون ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية والعلوم الانسانية والاجتماعية : (الاسكندرية دار الوفاء للطباعة والنشر ، 2009) .
- خليل ابراهيم احمد عباس العزاوي ؛ تأثير اسلوبي التمرين المكثف و الموزع في التعلم الاتقاني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية بالجنمناستك الفني : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2005).
- خليل ابراهيم سليمان الحديثي ؛ التعلم الحركي : (دمشق ، دار العرب ، 2013).
- سامي الصفار وآخرون ؛ كرة القدم ، ج 1 : (الموصل ، دار الكتب للطباعة، 1987).
- شيروان صالح خضر الجاف ؛ أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجنمناستك : (أطروحة دكتوراه، غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2006).
- صالح بلش الربيعي ؛ أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير في تعليم بعض أنواع التهديف بكرة السلة بعمر (12-14) سنة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2008).
- صباح رضا وآخرون؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1991).
- صباح نوري حافظ ؛ تأثير التمارين الخاصة في تعلم بعض المهارات الرياضية للعبة المبارزة بسلاح الشيش : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1988).
- ديويلد فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة ، محمد نبيل نوفل ، وآخرون : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1977).
- عبد الحليم المنسي ؛ مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية : (القاهرة ، دار المعرفة الجامعية ، 2011).
- عبدالرحمن نبهان إسماعيل ؛ تأثير تمرينات مهارية على وفق النمذجة الحسية في تعلم المهارات الهجومية بكرة السلة للمبتدئين : (رسالة ماجستير، غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية ، 2013).
- عبدالمنعم أحمد جاسم الجنابي؛ بناء حقيبة اختبارات لاختبار لاعبي المدارس بكرة القدم لأعمار (11-12) سنة في مدينة تكريت: (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة الموصل-كلية التربية الرياضية، 2007).
- عبدالمنعم أحمد الدريز و جابر محمد عبدالله ؛ علم النفس الرياضي قراءة و تطبيقات، ط1: (القاهرة ، عالم الكتب ، 2005).
- علي يونس وآخرون؛ أساسيات البحث العلمي ومناهجه ومبادئ الاحصاء : (القاهرة، مكتبة ومطبعة الغد، 2013).
- عمار شهاب أحمد الجبوري ؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية ، 2008).
- فايد علي فايد؛ أثر برنامج خاص لتطوير بعض الحركات الأساسية للمكفوفين: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنين، 1997).
- قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي : ط 2 : (بغداد، دار البراق للطباعة والنشر، 2012).
- مبارك عبدالرضا علي رضا ؛ فاعلية تدريبات نوعية مقترحة للمرونة الحركية على القدرة العضلية و مستوى أداء ناشئ التنس الأرضي : (المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد 61 ، 2010).
- محمد التكريتي؛ إفاق بلا حدود (بحث في هندسة النفس البشرية) : (مصر، دار الخلد ونية للطباعة، 1994).
- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضية : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 2017).
- محمد خضر أسمر و زياد طارق محمد ؛ إعداد مقياس للتفضيلات الحسية لطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل : (بحث منشور ، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية ، المجلد 19 ، العدد 61 ، 2013).
- محمد خضر اسمر ونوفل فاضل رشيد ؛ أثر استخدام برامج تعليمية على وفق قائمة التفضيلات الحسية في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الحركية بكرة القدم : (بحث منشور ، جامعة الموصل ، كلية التربية الاساسية ، المجلد 33 ، العدد 4 ، 2014).
- محمد خليل عباس وآخرون؛ مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط4: (عمان، دار الميسرة للنشر والطباعة، 2012).
- محمد عثمان عبد الغني ؛ التعلم الحركي وعلم التدريب ، ط1 : (الكويت ، 1987).
- مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999).

- مصطفى صبحي احمد خضر الحسيني ؛ تأثير استخدام اسلوبي التمرين الموزع و المكثف في بعض المتغيرات المهارية و البدنية و الوظيفية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 2004).
- مفتي إبراهيم حماد ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994).
- ناجي مطشر عزت البدر ؛ أثر برنامج تعليمي وفق التفضيلات الحسية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب ونقل أثر تعلمهما العمودي والعمودي المعكوس بكرة اليد لدى لطلاب : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2014).
- ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ تأثيرات التداخل في أساليب التمرين على تعلم و تطور مستوى أداء مهارتي الإرسال الساحق و الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002).
- ناهدة عبد زيد ؛ اساسيات في التعليم الحركي : ط 1 : (النجف ، دار الضياء للطباعة و التصميم ، 2008).
- ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ مختارات في التعلم الحركي : (النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2011).
- نزار مجيد الطالب و كامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993).
- وجيه محبوب ؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987).
- وجيه محبوب ؛ التعلم و جدولة التدريب : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000).
- وجيه محبوب ؛ نظريات التعلم و التطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000).
- وجيه محبوب ؛ موسوعة علم الحركة (التعلم و جدولة التدريب) : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2000).
- وسن جاسم محمد القيسي ؛ الإدراك الحس - حركي و علاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002).
- يامنة عبد القادر الاسماعيلي ؛ أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسي : (عمان ، دار اليازوري للنشر ، 2011).
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق : (بغداد ، مطبعة الصخرة ، 2002).
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق ، ط 2 : (بغداد ، دار الكتب ، 2010).
- يعقوب يوسف عبد الزهرة ؛ تأثير منهج تعليمي مقترح لبعض أنواع التصويت بكرة اليد على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي - بصري - حسي) : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2012).
- Roland ; Boys gymnastic , (rule _ brice , darbim , ronss , missowi , u.s.a 1997 , p56).
- flemin.g.n.d ؛ the v a k inventory of learning : (cs ، military academy ، 1988) ، P383.

اثر تمارينات مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية على تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية لدى لاعبي كرة القدم الشباب

م.د. مؤيد محمد عزيز

جامعة سامراء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة drmoaidm9@gmail.com

يهدف البحث الكشف عما يأتي :

- اعداد تمارينات مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية على تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية لدى لاعبي كرة القدم الشباب .
 - الفروق الإحصائية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية للاعبي المجموعتين التجريبية والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي
 - الفروق الإحصائية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية بين لاعبي المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي
- وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث ، وتم تنفيذ التجربة على عينة من لاعبي شباب نادي سامراء بكرة القدم والبالغ عددهم (25) لاعبا بأعمار (16-19) سنة اختيروا بالطريقة العمدية وقسموا بالطريقة العشوائية الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبواقع (9) لاعبين لكل مجموعة بعد ان تم استبعاد حراس المرمى وعددهم (3) حراس وعينة التجربة الاستطلاعية وعددهم (4) لاعبين وتم تحقيق التجانس والتكافؤ بين المجموعتين في متغيرات (العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) ، فضلا عن متغيرات البحث التابعة وهي (القدرة الهوائية ، الاداء المهاري المركب) واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الاتية : (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار التوزيع الطبيعي ، اختبارات للعينات المستقلة ، اختبارات للعينات المرتبطة) وتوصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية :
- ادت تمارين مطاولة السرعة بالكرة الى تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية وذلك من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية .
 - حققت المجموعة التجريبية تطورا افضل من المجموعة الضابطة في الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

The effect of ball-speed endurance exercises and some basic skills on the development of composite performance skills and aerobic ability of young soccer players

The research aims at revealing the following:

- The preparation of ball-speed training exercises and some basic skills to develop the skillful skill and aerobic ability of young football players

- Statistical differences using the speed endurance of the ball in the aerodynamic capacity and the composite performance skills of the players of the experimental and control groups between in pre & post-tests

- Statistical differences using the speed endurance of the ball in the aerodynamic capacity and the composite performance skills of the players of the experimental and control groups between in post-tests

The experiment was used on a sample of players Were represented the Samarra youth soccer club (25) players ages,(16-19) years were chosen by the intentional way and were randomized into two experimental and control groups with 9 players per group , and the goalkeepers were excluded (3) from the sample and Exploratory experiment (4) players The following statistical methods were used: (arithmetical mean, standard deviation, normal distribution test, tertiary test). For independent samples, test for associated samples) and the researcher reached the following conclusions:

-Speed endurance with the ball exercises have led to the development of composite skill performance and aerodynamic capability by comparing the results of the pre-test and post-test of the experimental group.

- The experimental group achieved a better development of the control group in the composite skill performance and aerobic capacity by comparing the results of the remote tests between the experimental and control groups.

1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة واهمية البحث :

تعد لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية الاولى في العالم ، اذ كان لها النصيب الاكبر في التدريب الرياضي في مجال هذه اللعبة مما ادى الى تطورها بشكل كبير وملحوظ ، فهي تتطلب اعداد اللاعبين بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا مع الاخذ بنظر الاعتبار الشمولية في الاداء أي اشغال اللاعب اكثر من مركز في الفريق وان هذا الجهد الواقع على كاهل الرياضي يحتاج الى نوع من المطاولة الخاصة التي يستطيع من خلالها اللاعب تنفيذ هذه الواجبات .

ومن الجدير بالذكر هنا ان مطاولة السرعة كأحد اوجه المطاولة الخاصة تعد احدى القدرات البدنية المهمة التي يحتاجها لاعب كرة القدم في العصر الحديث ، اذ لا يمكن تنفيذ الواجبات الدفاعية والهجومية اذا لم يكن اللاعب يمتلك القدرة على الاستمرار في السرعة والمحافظة عليها طيلة زمن المباراة هذا من جانب والمقدرة على اداء المهارات الاساسية من جانب اخر، ونظرا لما تتطلبه لعبة كرة القدم من ركض سريع وانطلاقات قصوى وشبه قصوى من اجل الاستحواذ على الكرة وتغيير الاتجاه واخذ الفراغ الصحيح والمناسب طيلة مدة المباراة فان ذلك يتطلب توفير طاقة سواء كانت هذه الطاقة لاهوائية عند اداء الحركات السريعة او طاقة هوائية عند اداء الحركات التي تتسم بالشدة المتوسطة ، وتعد القدرة الهوائية الاساس التي يتم من خلالها تطوير القدرة

اللاهوائية، ومن الجدير بالذكر فان الاداء المهاري المركب من العناصر المهمة التي يجب على لاعب كرة القدم امتلاكها ومن ثم تطويرها والتي تتميز بالتمرير والتهديف والخداع وضرب الكرة بالراس والسيطرة على الكرة وغيرها وذلك من اجل حسم نتيجة المباراة .

وتبرز اهمية البحث من خلال استخدام تمارين مطاولة السرعة المركبة بالكرة مع بعض المهارات الاساسية والتي تعد افضل من التمارين بدون كرة وتأثير هذه التمارين على الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية في محاولة من الباحث للتوصل الى نتائج تكشف للمدربين اثر هذه التمارين من اجل تطوير المستوى .

1-2 مشكلة البحث :

من خلال متابعة الباحث للتطور الكبير الذي حصل في فعالية كرة القدم وملاحظته لأغلب المدربين بانهم يركزون على تدريبات مطاولة السرعة بمعزل عن الجانب المهاري مما يحقق حالة من الملل ويقلل الدافع لدى اللاعبين ولأجل تحقيق اقصى فائدة من عملية التدريب الرياضي كان لابد من ايجاد بدائل اخرى من اجل التأثير على الجانب البدني والمهاري والفسولوجي بشكل انسب من خلال الاعتماد على التدريبات المقننة بشكل علمي وصحيح والذي من خلاله نضع اللاعب في مواقف مشابهة لما يحدث في المباراة اذ وجد الباحث ضعف في مستوى العينة من خلال تطبيقه لبعض الاختبارات الخاصة بمطاولة السرعة بالكرة على عينة البحث ، ومن خلال ما تقدم قام الباحث بتصميم تمارين لمطاولة السرعة المركبة مع بعض المهارات الاساسية بالكرة من اجل رفع المستوى البدني والمهاري ومن ثم ملاحظة تأثيرها على الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية وتتجلى مشكلة البحث من خلال الاجابة على التساؤل الاتي :

هل هناك تأثير ايجابي لتمرين مطاولة السرعة بالكرة مع بعض المهارات الاساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية .

1-3 اهداف البحث : هدف البحث الكشف عما يأتي :

1-3-1 اعداد تمرينات مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية على تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية لدى لاعبي كرة القدم الشباب

1-3-2 الفروق الإحصائية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية للاعبي المجموعتين التجريبية والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي .

1-3-3 الفروق الإحصائية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الاساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية بين لاعبي المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي .

1-4 فرضا لبحث : افترض الباحث ما يأتي:

1-4-1 وجود فروق ذات دلالة معنوية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الأساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية للاعبين المجموعتين التجريبية والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

1-4-2 وجود فروق ذات دلالة معنوية باستخدام مطاولة السرعة بالكرة وبعض المهارات الأساسية في تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبو شباب نادي سامراء للموسم الكروي 2016 - 2017 وبأعمار من 16 - 19 سنة .

1-5-2 المجال المكاني : ملعب نادي سامراء لكرة القدم

1-5-3 المجال الزمني : ابتداء من 2017/10/1 ولغاية 2017/12/2

2- الاطار النظري والدراسات المشابهة

2- 1 الاطار النظري:

2-1-1 مطاولة السرعة في كرة القدم : يعد تحمل السرعة أحد العوامل الأساسية للإنجاز في كرة القدم، إذ تتطلب المباراة قدرة فائقة على تكرار الركض بالانتقال من مكان الى آخر بأقصى سرعة في أي وقت خلال 90 دقيقة (زمن المباراة) للقيام بالواجبات الهجومية والدفاعية التي تتضح خلال المباراة في تكرار التحول المستمر من الدفاع للهجوم وبالعكس، وتبادل المراكز كخطة للاحتفاظ بالكرة أو خلخلة دفاع الفريق المضاد ، وكما يساعد تحمل السرعة في كرة القدم من أن يجري اللاعب بأقصى سرعة له في أي وقت من المباراة وخاصة الأوقات الصعبة والحرارة وعند قرب انتهاء المباراة، ويعتمد على تحديد مسافات الجري والزمن المقابل لها وكذلك الزمن الخاص بفترة الراحة⁽¹⁾ ، ويعرفها (الرياضي) أنها "تعني قدرة اللاعب في المحافظة على سرعته لأطول فترة زمنية ممكنة " ⁽²⁾ ، ومطاولة السرعة عند (عبد البصير) يقصد بها "القدرة على مقاومة التعب عند أداء أعمال بدرجة سرعة ابتداء أقل من القصوى حتى القصوى حيث يغلب أثناء أداء هذه الأعمال اكتساب الطاقة عن الطريق اللاهوائي"⁽³⁾.

2-1-2 القدرة الهوائية : أن كلمة هوائي يقصد بها العمل العضلي الذي يعتمد بشكل أساس على الأوكسجين في إنتاج الطاقة أي إنتاجه بالعضلة بطريقة هوائية، وذلك في حالة الأنشطة الرياضية التي يتطلب الأداء فيها شدة خفيفة إلى متوسطة مع الاستمرار في العمل العضلي، ويزود الوقود

(1) مؤيد وليد نافع: استخدام بعض الأساليب التدريبية لتطوير تحمل السرعة وأثرها في بعض المهارات الأساسية لكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، 2004 ، ص 12

(2) كمال جميل الرضي: التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، عمان: دائرة المطبوعات والنشر، 2001، ص 60

(3) عادل عبد البصير : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص 125

في هذا النظام كل من الكربوهيدرات والدهون المخزونة في الجسم، ويستخدم الأوكسجين هنا في عملية تحويل الطاقة، إذ يسهم في أكسدة الكربوهيدرات والدهون وفي بعض الأحيان البروتينات إلى كوكوز، فإذا احترقت الكربوهيدرات هوائياً فأنها تزودنا بطاقة كبيرة وفعالة، ويعتمد العمل الهوائي على أوكسجين الهواء لإنتاج الطاقة في أثناء تنفيذ التمرينات ذات الشدة المعتدلة والمنخفضة ولمدة طويلة نسبياً أي التي تتطلب الاستمرار لمدة أكثر من دقيقتين، وإن متطلبات الطاقة هنا يتم تزويدها عن طريق التحلل الكامل للكربوهيدرات والدهون التي تتأكسد بمساهمة الأوكسجين⁽¹⁾، وتعد القدرة الهوائية الدعامية الأساسية والعمود الفقري للياقة البدنية في الأنشطة الرياضية كافة، وإن تدريبها يعد الركيزة الأساسية لمفهوم اللياقة البدنية، فهو منظومة تدريبية تخدم البناء العام والخاص للمستوى الرياضي، ذلك أن تدريبها يستدعي رفع مستوى الصفات البدنية الرئيسة والصفات البدنية المركبة، فضلاً عن رفع المستوى المهاري والخططي والنفسي للاعبين، وتعرف القدرة الهوائية بأنها "القدرة على أداء العمل الذي يتم في وجود الأوكسجين والذي يتم بسرعة معتدلة أو ببطء، بحيث تكون كمية الأوكسجين التي يستهلكها الشخص كافية للجهد الذي يبذله، لذا نجد أنه قادر على الاستمرار في تكرار هذا النشاط لمدة طويلة"⁽²⁾.

2-1-3 الاداء المهاري المركب : يذكر (محمود) بأن الاداء المهاري المركب هو قدرة اللاعب على أداء المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم بشكل مركب أو مدمج ضمن حدود قانون اللعبة، ولا بد من الإشارة إلى أن طبيعة اللعب خلال مباريات كرة القدم في مواقفها المتغيرة والمتنوعة تفرض على اللاعبين اشكالاً مركبة وكثيرة للمهارات المختلفة، ولذا يستوجب على المدرب إعداد لاعبيه وتوجيههم لمواجهة تلك المواقف من خلال الارتقاء بمستوى الاداء المهاري المركب طبقاً لشروط المباراة وظروفها⁽³⁾، ويذكر (عبد الباسط) بأن "الاداءات المهارية المركبة هي (الاستلام ثم التصويب، الاستلام ثم الجري بالكرة ثم التمرير، الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير، الاستلام ثم التصويب، الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب، الاستلام ثم الجري بالكرة ثم التصويب) وغيرها من الاداءات المهارية المركبة التي دائماً ما تبدأ بالاستلام وتنتهي مرة بالتمرير ومرة أخرى بالتصويب، وتلك الاداءات المهارية السابقة هي على سبيل المثال وليس الحصر وهناك أنواع أخرى من الاداءات المهارية بكرة القدم"⁽⁴⁾.

⁽¹⁾ Martiane & Lumsden : "Coaching an effective behavioral approach", Tim mirrormosby college publishing . Toronto 1987 p 167.

⁽²⁾ بهاء الدين سلامة : "الخصائص الكيميائية الحيوية لفسولوجيا الرياضة"، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2008، ص263

⁽³⁾ محمود حمدون يونس الحياي : تأثير مساحات تدريبية مختلفة محددة على وفق تحليل مجريات اللعب في الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية واللاهوائية ومؤشر التعب للاعبين كرة القدم الشباب ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، 2016 ، ص23 .

⁽⁴⁾ عبد الباسط محمد عبد الحليم : "دراسة تأثير برنامج تدريبي لبعض الاداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم"، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية، مصر، 1998، ص 19 .

ويعرف بانه " أداء أشكال مركبة وكثيرة للمهارات المختلفة تمثل شكل من البناء يتكون من عدة مهارات مترابطة (مندمجة) تؤدي بشكل متتالي ويؤثر كل منها في الآخر تأثيراً متبادلاً"، وان امتلاك اللاعب للأداء المهاري المنفرد واتقانه له ليس بأهمية توافر القدرة لديه على الاداء المهاري المركب (1).

2-2 الدراسات المشابهة :

2-2-1 (دراسة زهير قاسم الخشاب ومحمود حمدون يونس 2012)⁽²⁾

" اثر تمارين بدنية مهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة في عدد من المتغيرات المهارية للاعبين كرة القدم للشباب"

هدفت الدراسة الكشف عن اثر تمارين بدنية مهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة في عدد من المتغيرات المهارية للاعبين كرة القدم للشباب ، هذا فضلا عن الكشف لدلالة الفروق في عدد من المتغيرات المهارية لدى لاعبي كرة القدم للشباب ، وتضمنت اجراءات البحث استخدام المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من 20 لاعبا من لاعبي شباب نادي نينوى الرياضي للموسم الكروي 2007-2008 وقد قسموا على مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع 10 لاعبين لكل مجموعة ، اما الوسائل الاحصائية التي تم استخدامها من قبل الباحثان (الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - النسبة المئوية - اختبار (ت) للعينات المرتبطة - اختبار (ت) للعينات المستقلة) .

وتوصلت الدراسة الى ما يأتي:

- ادت التمارين البدنية المهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة الى تطوير جميع المهارات الاساسية قيد البحث وذلك من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية .
- ادى المنهاج المعد من قبل المدرب الى تطوير بعض المهارات الاساسية قيد البحث وذلك من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة .
- حققت المجموعة التجريبية تطورا افضل من المجموعة الضابطة في جميع المهارات الاساسية التي تناولها البحث من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة والتجريبية واوصى الباحثان ما يأتي:
- امكانية استخدام التمارين البدنية المهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة في تدريب كرة القدم للشباب .

(1) محمد كشك وامر الله البساطي: "أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة- مصر ،

2000، ص77

(2) زهير قاسم الخشاب ومحمود حمدون يونس : اثر تمارين بدنية مهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة في عدد من المتغيرات المهارية للاعبين كرة القدم للشباب ، بحث منشور في مجلة الراصد للعلوم الرياضية ، المجلد 18 ، العدد 59 ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2012.

- الاهتمام بالفئات العمرية والتأكيد على الاندية والمؤسسات الرياضية بتوفير الاجهزة والادوات اللازمة للمدربين من اجل النهوض بالمستوى الرياضي .

3- اجراءات البحث :

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

3-2 مجتمع البحث وعينته : تألف مجتمع البحث من لاعبي شباب نادي سامراء بكرة القدم للموسم الكروي (2016-2017) والبالغ عددهم (25) لاعبا ، اما عينة البحث فتكونت من (18) لاعبا يمثلون نسبة (72%) من مجتمع البحث ، وقسمت العينة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) عن طريق الاختيار العشوائي باستخدام القرعة وبواقع (9) لاعبين لكل مجموعة وتم استبعاد حراس المرمى وعددهم (3) ، هذا فضلا عن استبعاد (4) لاعبين لأغراض التجربة الاستطلاعية .

3-3 تحديد اختبارات البحث : بعد تحليل محتوى المصادر العلمية قام الباحث بمقابلة مجموعة

من السادة المختصين في مجالات (كرة القدم ، القياس والتقويم ، التدريب الرياضي ، فلسفة

التدريب) (الملحق 1) من اجل الوقوف على افضل الاختبارات المستخدمة التي تخدم اهداف

البحث وتم الاتفاق على الاختبارات الاتية وتم وصفها في الملحق (2) .

- اختبار التمريرة القصيرة، الاخمد، الدرجة، التهديف القريب للأداء المهاري المركب (1) .

- اختبار القدرة الهوائية (1) ميل (2) .

3-4 تجانس مجموعتي البحث وتكافؤهما :

3-4-1 تجانس مجموعتي البحث : تم اجراء التجانس بين مجموعتي البحث في متغيرات العمر

الزمني والطول والكتلة وذلك باستخدام اخبار التوزيع الطبيعي (Normality Test) ولكافة عين

البحث البالغ عددهم (18) لاعبا نوع (Kolomogorove- Smirnov) وكما في الجدول (1) :

الجدول (1) يبين القيم الاحصائية لتجانس عينة البحث باستخدام اختبار التوزيع الطبيعي

المتغيرات	وحدة القياس	عدد العينة	س-	±ع	قيمة الاختبار	الاحتمالية (Sig)
العمر	سنة	18	17,56	1,11	1,02	0,35
الطول	سم	18	172,44	5,14	0,93	0,22
الكتلة	كغم	18	68,5	6,37	0,47	0,63

من خلال ملاحظتنا لقيم اختبار التوزيع الطبيعي في الجدول (1) ولكافة عينة البحث بان مستوى

الاحتمالية (Sig) قد تجاوزت (0,05) مما يعني عدم وجود فروق معنوية ودل ذلك على تجانس

مجموعتي البحث .

(1) محمود حمدون يونس الحياي : مصدر سبق ذكره ، ص 119 .

(2) علي فهمي البيك واخران : "التمثيل الغذائي ونظم الطاقة اللاهوائية والهوائية سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات"، منشأة المعارف الاسكندرية- مصر ، 2009، ص 184 .

3-4-2 تكافؤ مجموعتي البحث : تم اجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في القدرة الهوائية والاداء المهاري المركب باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة كما في الجدول (2) الجدول (2) يبين القيم الاحصائية واختبار (ت) للتكافؤ بين مجموعتي البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	الاحتمالية (Sig)
		س	ع	س	ع		
الاداء المهاري المركب	ثانية	8,84	0,59	8,60	0,23	1,301	0,21
القدرة الهوائية	دقيقة	7,903	0,43	7,858	0,35	0,248	0,80

من خلال الجدول (2) قيم الاحتمالية (Sig) تجاوزت (0,05) مما يدل على تكافؤ مجموعتي

البحث

3-5 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث : (جهاز لقياس الطول والوزن بنفس الوقت نوع (ZR221) ، ساعات إيقاف عدد (5) لقياس الزمن لأقرب من الثانية نوع (sewan) ، شريط لقياس المسافات لأقرب (سم) بطول (50) متراً، شواخص بلاستيكية عدد (25) ،كرات قدم قانونية عدد (15) ،بورك ابيض ،صافرة نوع (Fox) عدد (3) ،هدف كرة يد عدد (1) .

3-6 وسائل جمع البيانات : استخدم الباحث ادوات البحث الاتية (تحليل المحتوى ، المقابلة الشخصية ، الاختبارات البدنية والمهارية) .

3-7 اجراءات البحث الميدانية :

3-7-1 تمارين مطاولة السرعة المستخدمة في البحث : قام الباحث بوضع ستة تمارين بالاستعانة بتحليل محتوى المصادر والمقابلات الشخصية (الملحق 1) فضلا عن الاستعانة بشبكة المعلومات (الانترنت) وقد تم وصف التمارين في الملحق (3) .

3-7-2 التجربة الاستطلاعية : قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على (4) لاعبين بتاريخ 2017/10/1 اذ كان الغرض من هذه التجربة التعرف على كيفية تطبيق تمارين مطاولة السرعة والكشف عن الاخطاء والمعوقات التي تحدث، فضلا عن تحديد زمن كل تمرين والشدة التي يستخدمها وفترات الراحة وبحضور فريق العمل المساعد* .

3-7-3 الاختبارات القبلية : تم اجراء الاختبارات القبلية للأداء المهاري المركب واختبار ركض الميل في يومين متتالين بتاريخ 2017/10/3 و 2017/10/4 .

3-7-4 تصميم وتنفيذ منهاج مطاولة السرعة بالكرة : قام الباحث بتصميم منهاج خاص بالمجموعة التجريبية الملحق (4) ، وتم مقابلة عدد من المختصين في مجال علم التدريب وفلسفة

* - م.م زاهد قاسم يحيى : مدرس تربية رياضية في مديرية تربية سامراء
- نهاد غازي : مدرب الفئات العمرية في نادي سامراء
- ربيع محمد يونس : المدرب المساعد للفئات العمرية في نادي سامراء

التدريب الملحق (1) لتحديد مدى صلاحية المنهاج، بعد ذلك قامت المجموعة التجريبية بتنفيذ تمارين مطاولة السرعة بتاريخ 2017/10/8 ولغاية 2017/11/30 ، وقام الباحث بمراعاة بعض الامور المهمة عند تطبيق التمارين ، اذ تم تطبيق جميع تمارين مطاولة السرعة بالكرة كجزء من الوحدات التدريبية الكاملة ، والتي طبقت في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية وطبقت التمارين بدورتين متوسطتين وبواقع (4) دورات صغرى في كل دورة متوسطة اذ كان تموج الحمل (3 : 1) وتم استخدام طريقة التدريب مرتفع الشدة و نفذت عينة البحث (24) وحدة تدريبية وتم اجراء الوحدات ايام الاحد والثلاثاء والخميس من كل اسبوع وتم التحكم بالحمل التدريبي من خلال التحكم بحجم الحمل (عدد التكرارات) مع تثبيت المكونين الآخرين الشدة وفترات الراحة وتم تحديد فترات الراحة من خلال عودة مؤشر النبض وتحديدا عند وصول النبض الى (120-130) ن/د .

3-7-5 الاختبارات البعدية : تم اجراء الاختبارات البعدية بنفس طريقة اجراء الاختبارات القبلية وكانت يومي 2017/12/2 و 2017/12/3 .

3-8 الوسائل الاحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) واستخدمت الوسائل الاحصائية الاتية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار التوزيع الطبيعي ، اختبار (ت) للعينات المستقلة ، اختبار (ت) للعينات المرتبطة) .

4 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة)

الجدول (3) المعالجات الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت)	الاحتمالية (Sig)
		س-	ع±	س-	ع±		
اختبار الاداء المهاري المركب	ثانية	8,84	0,59	7,69	0,45	9,02	*0,001
اختبار القدرة الهوائية	دقيقة	7,903	0,43	7,081	0,59	6,781	*0,001

* بما ان قيم الاحتمالية (Sig) اصغر من 0,05 فان الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

الجدول (4) يبين المعالجات الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت)	الاحتمالية (Sig)
		س-	ع±	س-	ع±		
اختبار الاداء المهاري المركب	ثانية	8,60	0,23	8,21	0,41	4,97	*0,019

اختبار القدرة الهوائية	دقيقة	7,858	0,35	7,791	0,26	2,93	*0,021
------------------------	-------	-------	------	-------	------	------	--------

* بما ان قيم الاحتمالية (Sig) اصغر من 0,05 فان الفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

فبالنسبة للمجموعة التجريبية نلاحظ من خلال الجدول (3) ان هناك فروقا معنوية في اختبار الاداء المهاري المركب واختبار القدرة الهوائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث هذا التطور الى سلامة وصحة الاسس العلمية في تقنين تمارين مطولة السرعة بالكرة باتباع كافة مبادئ التدريب في الوحدات التدريبية من تدرج في الحمل التدريبي واستخدام الشدة المطلوبة وتطبيق كل الاسس العلمية اذ تم التدريب على (24) وحدة تدريبية خلال (8) اسابيع وبشكل منظم ومستمر وهذا يتفق مع ما ذكره (معتز) بان التدريب بكرة القدم يتميز بالتخطيط والتنظيم على اسس علمية مما يؤدي الى التأثير الايجابي على مستوى اللاعب وتقدمه في كافة الجوانب المختلفة في كرة القدم كمبدأ للتدرج والارتفاع في مستوى الحمل التدريبي والتوقيت الصحيح عند اداء التكرارات⁽¹⁾ ، ويؤكد في هنا الصدد (ابو العلا واحمد نصر الدين) بان زيادة الحمل التدريبي بصورة تدريجية عن طريق تحديد الفترة الزمنية للتكيف على ان تكون هذه الزيادة مناسبة لمستوى قدرات اللاعبين بحيث لا يكون مقدار الزيادة كبيرا جدا او قليلا جدا⁽²⁾ ، ومن خلال ذلك يمكن القول بان المجموعة التجريبية التي استخدمت تمارين مطولة السرعة بالكرة من خلال المبادئ السابقة الذكر قد احدثت التكيفات الخاصة بالأجهزة الوظيفية مما ادى الى تطور القدرة الهوائية فضلا عن الاداء المهاري المركب اذ يورد (علي) بان البرامج التدريبية يقاس نجاحها من خلال التقدم الذي يحققه الرياضي في نوع النشاط الممارس من خلال التقدم في المستوى المهاري والبدني والوظيفي⁽³⁾ ، اذ يجب ان تكون الزيادة في المنهاج التدريبي تحدث على فترات زمنية تسمح بحدوث التكيف الفسيولوجي وهذه الفترات من اسابيع الى اشهر⁽⁴⁾ .

اما بالنسبة للمجموعة الضابطة فمن خلال ملاحظتنا للجدول (4) فقد حققت ايضا فروق معنوية في متغيري البحث الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية الا ان هذه الفروق لا ترتقي الى التطور الذي حدث للمجموعة التجريبية ويعزو الباحث ذلك الى المنهاج المعد من قبل المدرب وعدم اعطاء الوقت الكافي لتدريب مطولة السرعة بالكرة فضلا عن عدم التكرار المنظم للتمارين المستخدمة في الوحدات التدريبية وعدم الاعتماد على الاسس العلمية في تدريب المهارات مع الصفات البدنية اذ يشير (محمد رضا) بانه من اجل تحقيق الاهداف المنشودة من العملية التدريبية

(1) معتز يونس دنون الطائي: أثر برنامجين تدريبيين بأسلوبين التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل، 2001، ص 48.

(2) ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين سيد : فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003، ص 33.

(3) علي احمد القط : وظائف اعضاء التدريب الرياضي، مدخل تطبيقي، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 18.

(4) محمد حسن علاوي وابو العلا احمد عبد الفتاح: فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص 28.

يجب على المدرب القيام بتنظيم وتخطيط متطلبات ومفردات المنهاج بصورة دقيقة والتي تساعد الرياضي في تحقيق مؤشرات عالية في التدريب والانجاز⁽¹⁾.

2-4 عرض وتحليل مناقشة نتائج البحث في الاختبارات البعدية :

الجدول (5) يبين المعالجات الاحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	الاحتمالية (Sig)
		س-	ع±	س-	ع±		
اختبار الاداء المهاري المركب	ثانية	7,69	0,45	8,21	0,41	3,00	*0,008
اختبار القدرة الهوائية	دقيقة	7,081	0,59	7,791	0,26	2,91	*0,01

بما ان قيم الاحتمالية (Sig) اصغر من 0,05 فان الفروق معنوية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية .

من خلال النتائج التي حصل عليها الباحث من الجدول (5) يتبين ان هناك فروق معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية فبالنسبة للأداء المهاري المركب يعزو الباحث هذا التطور الى فاعلية تمارين مطاولة السرعة بالكرة وماتخللها من مهارات اساسية ادت الى تحسن الاداء المهاري المركب ، اذ ان استخدام عينة البحث التجريبية لأكثر من مهارة في تمارين مطاولة السرعة مع التكرار المنظم ادى الى حدوث اثر ايجابي في تحسن الاداء المهاري المركب فضلا عن حدوث عملية التوافق وتثبيت المهارات اذ يذكر (محمود) نقلا عن (معتز ، 2001) بان تكرار التمارين الاساسية التي يؤديها اللاعب بأكثر من مهارة تساعد على تجنب الاخطاء وتكون اكثر تحكما لزيادة احساس اللاعب بالكرة مما يؤدي هذا الى تطوير الاداء المهاري المركب⁽²⁾، كما يعزو الباحث هذه الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية الى ان مطاولة السرعة من الصفات البدنية الاساسية للاعب كرة القدم نظرا لما يبذله اللاعب من جهد بدني خلال زمن المباراة من انطلاقات سريعة قصوى وشبه قصوى وتحمله للتعب الناتج طيلة فترة المباراة مما يجب على لاعب كرة القدم تنمية هذه الصفة مع الصفات الاخرى الضرورية لكي يحقق من خلاله مستوى عالي من اللياقة البدنية تؤهله للقيام بأداء المهارات بشكل سليم، اذ يشير (Allen Wade) بان الصفات البدنية للاعب كرة القدم هي التي تحدد الى حد كبير كفاءة الاداء المهاري

(1) محمد رضا ابراهيم اسماعيل المداغمة : التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي ، ط2، دار الكتب والوثائق ، بغداد 2008، ص262

(2) محمود حمدون يونس الحياي : مصدر سبق ذكره ، ص76.

والخططي في المباراة⁽¹⁾ ، ويؤكد (معتصم) بان المستوى المهاري العالي يسهم في تقليل ضياع الفرص في المباراة وهذا المستوى يتطلب كفاءة بدنية عالية واذا لم يكن البناء البدني بمستوى عال فان قدرة اللاعب على التحمل سوف تتراجع وبذلك يزداد التعب وهذا يؤدي الى هبوط في مستوى المهارة⁽²⁾ ، ويتفق (مفتي) بانه بدون مستوى عالي في عناصر اللياقة البدنية يكون من الصعب تحقيق اهداف تطوير الاداء المهاري⁽³⁾ ، ان التدريب على صفة مطاولة السرعة ضروري لتحقيق تنمية ملموسة في المسافة المعينة حيث يخلق ظروفًا ملائمة لاستيعاب الاداء المهاري الفعال للرياضة المختارة⁽⁴⁾ .

اما بالنسبة للفروق المعنوية في القدرة الهوائية للمجموعة التجريبية فيعزو الباحث ان تدريبات مطاولة السرعة احدثت تكيفات فسيولوجية ادت الى تطوير القدرة الهوائية للاعبين عينة البحث التجريبية اذ يشير (Wilmore) بانه نتيجة للفترات المنظمة والمستمرة في التدريب يحدث تغيرات في الاجهزة الوظيفية يطلق عليها اسم التكيف الوظيفي المزمّن⁽⁵⁾ ، كما يؤكد (اسامة، 2004) بان فائدة تمارين مطاولة السرعة (التمارين التي تعمل بنظام الطاقة الثاني وهو نظام حامض اللاكتيك) تؤدي الى كفاءة وتنمية اللياقة القلبية ويتحقق ذلك من خلال تحسين انتقال الاوكسجين في الدم وهذا يؤدي الى تطوير القدرة الهوائية⁽⁶⁾، ويرى الباحث ان حصول التطور في القدرة الهوائية اتى من خلال تعويض العجز الاوكسجيني الناتج عن الجهد المبذول وخاصة في فترات الراحة بين التكرارات والمجاميع عند اداء تمارين مطاولة السرعة ،ان عمل النظام الهوائي من خلال عملية إعادة الاستشفاء بين التكرارات والمجاميع في تدريبات مطاولة السرعة يؤدي الى تطوير النظام الهوائي، اذ يشير (Fox) في هذا الصدد بان تدريبات المطاولة الخاصة ومنها مطاولة السرعة تؤدي الى تطوير القدرة الهوائية عن طريق زيادة القيمة القصوى لاستهلاك الاوكسجين والتي تتكرر لعدة مرات عن طريق الدين الاوكسجيني بنوعيه اللاكتاتي وغير اللاكتاتي في فترات الراحة⁽⁷⁾.

ويرى الباحث ان من المتطلبات الاساسية للاعب كرة القدم قدرته على القيام بحركات تتطلب نشاطًا صعبًا وبشدة عالية ولفترة طويلة نسبياً والمحافظة على هذا النشاط دون هبوط في مستوى الاداء المهاري هذا فضلاً عن المحافظة على العمليات الفسيولوجية بمستوى عالي في ظروف العمل اللاوكسجيني.

(1) Allen Wade: The F.A. Guide to Training and Coaching, Published Heinemann, 1979 p104 .

(2) معتصم غوتوق: الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم، سوريا، المكتب التنفيذي للاتحاد الرياضي العام، 1995، ص81.

(3) مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص211.

(4) ريسان خريبط مجيد: التدريب الرياضي، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1988، ص266.

(5) Wilmore, J.H.: Athletic Training and Physical Fitness, Boston, 1978, p26

(6) أسامة كامل راتب: النشاط البدني والاسترخاء، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004، ص52.

(7) Fox, E. L: "Sports Physiology", Saunders Collage publishing, company, Japan, 1984, p79.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

- ادت تمارين مطاولة السرعة بالكرة الى تطوير الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية وذلك من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية .
- حققت المجموعة التجريبية تطورا افضل من المجموعة الضابطة في الاداء المهاري المركب والقدرة الهوائية من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

5-2 التوصيات :

- التأكيد على استخدام تمارين مطاولة السرعة بالكرة في تدريب لاعبي كرة القدم لفئة الشباب لما لها من اثر ايجابي على المستوى المهاري والوظيفي.
- الاهتمام بالفئات العمرية والتأكيد على المؤسسات والاندية الرياضية بتوفير كافة الامكانيات من اجل النهوض بالمستوى البدني والمهاري والوظيفي.
- امكانية اجراء دراسات وبحوث مشابهة على فئات عمرية اخرى والاعاب فرقية اخرى .

المصادر:

- ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين سيد : فسيولوجيا اللياقة البدنية، درار الفكر العربي ، القاهرة ، 2003.
- أسامة كامل راتب: النشاط البدني و الاسترخاء، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة،، 2004
- بهاء الدين سلامة : "الخصائص الكيميائية الحيوية لفسيولوجيا الرياضة"، ط1، دار الفكر العربي، مصر ، 2008،
- ريسان خريبط مجيد: التدريب الرياضي، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1988.
- زهير قاسم الخشاب ومحمود حمدون يونس : اثر تمارين يدييه مهارية باستخدام زمن المطاولة الخاصة في عدد من المتغيرات المهارية للاعبين كرة القدم للشباب ، بحث منشور في مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية ، المجلد 18 ، العدد 59 ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2012.
- عادل عبدالبصير: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- عبد الباسط محمد عبد الحليم : "دراسة تأثير برنامج تدريبي لبعض الاداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم"، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية، مصر، 1998.
- علي احمد القط : وظائف اعضاء التدريب الرياضي ، مدخل تطبيقي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999.
- علي فهمي البيك واخران : "التمثيل الغذائي ونظم الطاقة اللاهوائية والهوائية سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات"، منشأة المعارف الاسكندرية، مصر ، 2009.
- كمال جميل الرضي: التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، عمان: دائرة المطبوعات والنشر، 2001.

- محمد حسن علاوي وابو العلا احمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000.
- محمد رضا ابراهيم اسماعيل المداغمة : التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي ، ط2، دار الكتب والوثائق ، بغداد ، 2008.
- محمد كشك وامر الله البساطي: أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة- مصر ، 2000.
- محمود حمدون يونس الحياي : تأثير مساحات تدريبية مختلفة محددة على وفق تحليل مجريات اللعب في الاداء المهاري المركب والقدرتين الهوائية واللاهوائية ومؤشر التعب للاعبين كرة القدم الشباب ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، 2016 .
- معتز يونس ذنون الطائي : أثر برنامجين تدريبيين بأسلوبين التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل، 2001 .
- معتصم غوتوق: الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم، سوريا، المكتب التنفيذي للاتحاد الرياضي العام ، 1995،
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998 .
- مؤيد وليد نافع : استخدام بعض الأساليب التدريبية لتطور تحمل السرعة وأثرها في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، 2004.
- Allen Wade: The F.A.Guid to Training and Coaching ,Published Heinemann 1979
- Fox, E. L : "Sports Physiology", Saunders Collage publishing, company, Japan1984.
- Martianc & Lumsdenm : "Coaching an effective behavioral approach", Tim mirrormosby college publishing . Toronto1987
- Wilmore ,J.H.: Athletic Training and Physical Fitness ,Boston, 1978 .

الملحق (1)

المختصين التي جرت مقابلتهم حول الاختبارات وتمارين مطاولة السرعة والبرنامج التدريبي

المختصين	الاختصاص	اللقب	الجامعة والكلية
د. عامر فاخر شغاتي	تدريب رياضي	استاذ	كلية التربية البدنية / الجامعة المستنصرية
د. اياد محمد عبدالله	تدريب رياضي	استاذ	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د. هاشم احمد سلمان	قياس وتقويم	استاذ	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د. ثيلام يونس علاوي	قياس وتقويم	استاذ	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د. احمد عبد الغني الدباغ	فلسفة تدريب	استاذ	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د.معن عبد الكريم الحياي	تدريب رياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د. رزكار مجيد خضر	تدريب رياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية / جامعة كوية

د. ريباز بايز صالح	فلسجة تدريب	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية / جامعة كوية
د. مازن سامي محمد	فلسجة تدريب	مدرس	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د. محمد شاكر علي	تدريب رياضي	مدرس	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل
د.محمود حمدون يونس	تدريب رياضي	مدرس	كلية التربية البدنية / جامعة الموصل

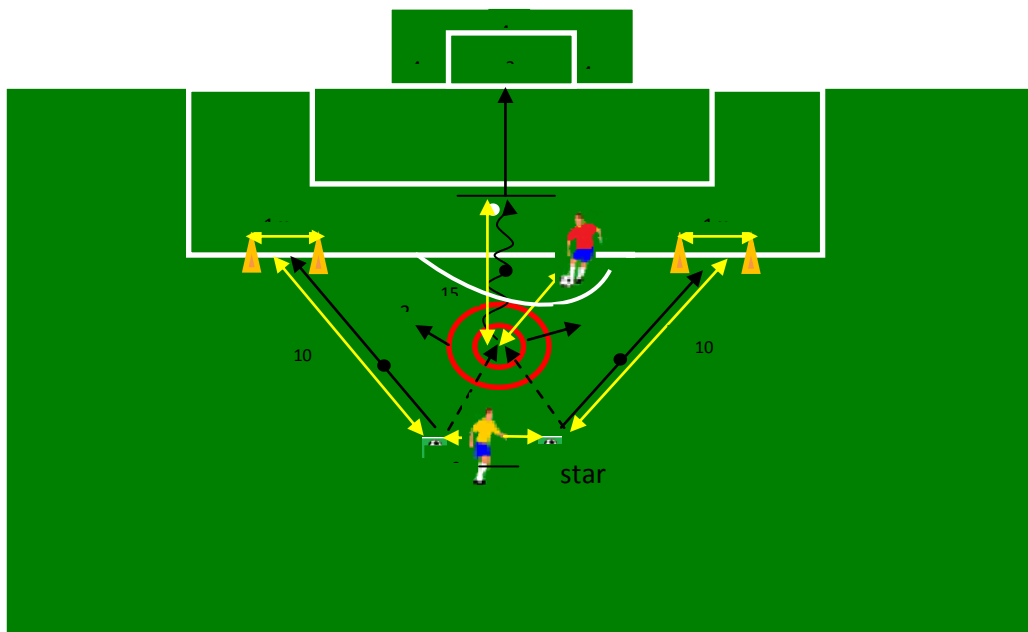
ملحق (2) وصف الاختبارات المستخدمة في البحث

اختبار الأداء المهاري المركب :

الغرض من الاختبار : التمريرة القصيرة، الاخمد، الدحرجة، التهديد القريب .

الأدوات المستخدمة : هدف كرة قدم، هدف كرة يد، كرة قدم عدد (3) شواخص عدد (4) ساعة إيقاف واحدة، بورك .

طريقة الأداء : يقف اللاعب في منتصف المسافة بين الكرتين وعند إعطاء إشارة البدء يقوم اللاعب الذي يستخدم القدم اليمنى بالركض باتجاه الكرة التي تبعد عنه مسافة (2) متر في الجهة اليسرى، أما اللاعب الذي يستخدم القدم اليسرى فيقوم بالركض الى الجهة اليمنى، ويقوم بتمرير الكرة من مسافة (10) متر نحو الشاخصان اللذان تكون المسافة بينهما (1) متر، ثم يركض اللاعب مسافة (3) متر لاستلام كرة من المدرب الذي يبعد عن مركز الدائرة الصغيرة (5) متر اذ يقوم المدرب بأرسالها بداخل القدم وتكون على الارض ليقوم اللاعب بإخمادها من الحركة ويقوم بدحرجة الكرة مسافة (10) متر لحين الوصول الى خط التهديد الذي يبعد مسافة (10) متر عن الهدف ويكون التهديد من الحركة والشكل (1) يوضح تفاصيل اداء الاختبار .



شروط الاداء :

- في التمرير إذا دخلت الكرة بين الشاخصان يمنح اللاعب (درجتان)، اما اذا اصاب احد الشواخص يمنح (درجة واحدة)، اما اذا خرجت الكرة خارج الشاخصان يمنح اللاعب (صفر) .
- يكون الاخمد من وضع الحركة ويحاسب اللاعب على اول لمسه للكرة فإذا كانت الكرة قريبة من اللاعب وداخل الدائرة الصغيرة يمنح اللاعب (درجتان)، اما اذا كان اخمد الكرة من اللمس الاول والكرة ارتدت الى الدائرة الكبيرة يمنح اللاعب (درجة واحدة)، في حين اذا ارتدت الكرة خارج الدائرة الكبيرة يمنح اللاعب (صفر) .
- في التهديف اذا اصاب اللاعب الجزء الايمن او الايسر والجزء العلوي يمنح (4) درجات (اي المنطقة المحددة بالرقم 4 في الشكل 1)، اما اذا دخلت الكرة في هدف كرة اليد يمنح (درجتان)، وفي حالة ارتطام الكرة بالعارضة او القائم للهدف الكبير يمنح اللاعب (درجتان)، في حين اذا ارتطمت الكرة في القائم او العارضة للهدف الصغير فيحصل اللاعب على (3) درجات، اما اذا خرجت الكرة خارج حدود الهدف يمنح اللاعب (صفر) .
- أعلى درجة يحصل عليها اللاعب هي (8) درجات مع قياس الزمن الذي يستغرقه الأداء
- يمنح اللاعب محاولتان وتحتسب الافضل، وتعطى راحة كاملة بين المحاولتين .
- التسجيل :** يحسب زمن موقف الاداء المهاري المركب (للاختبار بأكمله) .
- تحسب درجة الدقة للتمرير والاخمد والتهديف .
- تقسم الدرجة المسجلة من قبل اللاعب على الدرجة الكلية لدقة الاداء التمرير والاخمد والتهديف ليظهر لدينا (نسبة نجاح الأداء) .
- تطرح (نسبة نجاح الاداء) من الواحد الصحيح لينتج لدينا نسبة الفشل لدقة الاداء .
- تضرب نسبة الفشل لدقة الاداء في زمن الاختبار الكلي لينتج لدينا جزء من زمن الاداء
- يضاف ناتج الخطوة السابقة كجزء لعدم جودة الاداء الى زمن الموقف الكلي لتنتج لدينا وحدة القياس النهائية

اختبار القدرة الهوائية (1) ميل :

- هدف الاختبار : قياس القدرة الهوائية وبخاصة لياقة القلب والأوعية الدموية .
- الأدوات المستخدمة : ساعة إيقاف ، مضمار لألعاب القوى أو أي منطقة فضاء مستوية معروفة الأبعاد.
- طريقة الأداء : يتخذ المختبرين وضع الاستعداد خلف خط البداية وعند إعطاء إشارة البدء ينطلقون في الجري ليقطعوا مسافة الاختبار في أقل زمن ممكن .
- طريقة التسجيل : يحتسب الزمن الذي يستغرقه كل مختبر منذ لحظة إعطائه إشارة البدء وحتى اجتياز خط النهاية الأقرب ثانية .

ملحق (3) تمارين مطاولة السرعة المستخدمة في البحث

- التمرين الاول : الهدف من التمرين مطاولة سرعة ، درجة ، تمرير ، اخمد ، تهديف
- توضع (5) شواخص على شكل حرف (W) المسافة بين شاخص واخر 15 مترا يقوم اللاعب بالجري بالكرة من الشاخص الاول الى الثاني وبعدها الى الشاخص الثالث ثم عمل تمريرة مع المدرب ومن ثم

استقبال كرة عالية واخمادها ثم الجري الى الشاخص الرابع وبعدها الى الخامس ثم بعد ذلك الدوران والعودة الى نقطة البداية مروراً بالشواخص الخمسة مرة ثانية وبعد اكمال الشواخص يقوم بتمرير الكرة الى المدرب ثم الركض مسافة 15 متراً ثم استقبال كرة والتهديف (مسافة التمرين 135 متر) .

التمرين الثاني : الهدف من التمرين : مطاولة السرعة ، الدرجة ، التمرير ، التهديف
يقوم اللاعب الاول بالجري بالكرة الى الشاخص الاول الذي يبعد مسافة 15 متر عن خط البداية ثم العودة الى نقطة البداية ثم الجري الى الشاخص الثاني الذي يبعد 20 متر عن نقطة البداية ثم العودة الى نقطة البداية ثم الجري الى الشاخص الثالث الذي يبعد مسافة مسافة 30 متر ثم العودة الى نقطة البداية وعمل تمريرة متوسطة مع المدرب ثم الركض مسافة 20 متر واستقبال كرة ثم التهديف (مسافة التمرين 150 متر).

التمرين الثالث : الهدف من التمرين : مطاولة السرعة ، الدرجة
خمسة شواخص على شكل (X) المسافة بين شاخص وآخر 15 متر يقوم اللاعب بالجري بالكرة من المركز الى الشاخص الاول ثم العودة الى المركز وبعدها الى الشاخص الثاني والعودة الى المركز وهكذا الى الشاخص الرابع (مسافة التمرين 120 متر) .

التمرين الرابع : الهدف من التمرين : مطاولة السرعة ، الدرجة ، المناولة ، التهديف
يقوم اللاعب بالجري بالكرة لمسافة 20 متر ، ثم اعطاء تمريرة قصيرة للمدرب بعد ذلك يقوم بالركض لمسافة 20 متر بدون كرة ثم استقبال تمريرة والجري بالكرة مسافة 20 متر بعد ذلك الاستدارة الى جهة اليسار والجري بالكرة مسافة 20 متر ثم الاستدارة لليسار مرة أخرى والجري 20 م بعدها اعطاء تمريرة قصيرة للمدرب ثم الانطلاق مسافة 10 متر بدون كرة واستلام تمريرة ثم الدرجة لمسافة 20 متر ثم التهديف (مسافة التمرين 130 متر) .

التمرين الخامس : مطاولة السرعة ، الدرجة ، التمرير
يقف اللاعب في منتصف الملعب ويقوم بالجري بالكرة الى شاخص يبعد مسافة 35 متر ويقوم بإعطاء مناولة قصيرة ثم يعود الى نقطة البداية بدون كرة ثم يستلم كرة من المدرب او مساعده ويقوم بالجري بشكل قطري مسافة 35 متر ثم يقوم بإعطاء تمريرة طويلة ثم يقوم بالجري مسافة 35 متر لاستلام مناولة بعد ذلك يقوم بالجري بالكرة مسافة 35 متر والعودة الى نقطة البداية (مسافة التمرين 140 متر) .

التمرين السادس : الهدف من التمرين : مطاولة السرعة ، الدرجة ، التهديف
توضع اربعة شواخص بشكل عمودي ابتداءً من قوس الجزء المسافة بين شاخص وآخر 15 متر يقوم اللاعب بالجري بالكرة من الشاخص الاول الى الثاني ثم العودة الى الشاخص الاول ثم يقوم بالجري الى الشاخص الثاني الذي يبعد 30 متر ثم العودة الى نقطة البداية بعد ذلك الجري الى الشاخص الرابع الذي يبعد 45 متر عن الشاخص الاول ثم يقوم بالتمرير الى المدرب واستلام كرة ثم التهديف (135متر) .

الملحق 4

نموذج لوحدة تدريبية الدورة المتوسطة الاولى / الاسبوع الاول

الايام	التمرين	الشدة	التكرار	المجاميع	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع	زمن اداء التمرين
الاحد	التمرين الاول التمرين الثالث	شدة منافسة *	3	2	80 ثانية 85 ثانية	4 د 4 د	40 ثانية 43 ثانية
الثلاثاء	التمرين الثاني التمرين الخامس		3	2	85 ثانية 80 ثانية	4د 4د	46 ثانية 44.8 ثا
الخميس	التمرين الرابع التمرين السادس		3	2	80 ثانية 75 ثانية	4د 4د	40 ثا 38 ثا

الايام	التمرين	الشدة	التكرار	المجاميع	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع	زمن اداء التمرين
الاحد	التمرين الاول التمرين الثالث	شدة منافسة	4	2	80 ثانية 85 ثانية	4 د 4 د	42 ثانية 48 ثانية
الثلاثاء	التمرين الثاني التمرين الخامس		4	2	85 ثانية 80 ثانية	4د 4د	46 ثانية 44.8 ثا
الخميس	التمرين الرابع التمرين السادس		4	2	80 ثانية 75 ثانية	4د 4د	41.6 ثا 5102 ثا

نموذج لوحدة تدريبية الدورة المتوسطة الثانية / الاسبوع الخامس

* الشدة القصوى للاعب .

ملخص البحث

السمات الشخصية لدى لاعبي المنتخبات العربية المشاركين في بطولة الامم الآسيوية

م.م رحيق متي عبد المسيح

جامعة دهوك/ كلية التربية الرياضية

هدف البحث إلى:

- قياس السمات الشخصية لدى لاعبي المنتخبات العربية المشاركين في بطولة الامم الآسيوية.
- دراسة مقارنة في السمات الشخصية بين الفرق الرياضية المشاركة في بطولة الامم الآسيوية لكرة السلة.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتكون مجتمع البحث على (16) فريق رياضي من (16) دولة مشاركة في بطولة الامم الآسيوية المقامة في دولة لبنان (إيران، الأردن، سوريا، الهند، العراق، الصين، الفلبين، قطر، كازخستان، لبنان، كوريا، نيوزيلندا، اليابان، هونك كونك، استراليا، جينيس تايب)، وتم استبعاد الفرق (إيران، الهند، الصين، الفلبين، كازخستان، كوريا، نيوزيلندا، اليابان، هونك كونك، استراليا، جينيس تايب) لعدم قدرتهم على الإجابة، أما عينة البحث شملت (5) فرق رياضية وبلغت (50) لاعب كرة السلة للفرق المشاركة في بطولة الامم الآسيوية التاسعة والعشرون للعام (2017).

وتم استخدام مقياس السمات الشخصية لفرايبورج المعدل للاعبي كرة السلة، تألف المقياس بصورته النهائية، من (50) فقرة، ويشمل المقياس على ثمانية مجالات (العصية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف (الضبط)، وتم اعتماد الخطوات والإجراءات العلمية في صدق المقياس، واقتصرت الوسائل الإحصائية على: الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون)، واختبار (T) لعينة واحدة، المتوسط الفرضي، تحليل التباين)، وتوصلت الباحثة إلى عدد من الاستنتاجات هي كما يلي:

- وجود سمات شخصية ايجابية بصفة عامة لدى لاعبي المنتخبات العربية المشاركون في بطولة الامم الآسيوية بمستوى أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية ومن ثم سيؤثر على مستوى انجازهم الرياضي.

- الفريق اللبناني يتمتع بسمات شخصية أعلى من بقية الفرق المشاركة وهذا يدل على وجود تباين في السمات الشخصية للاعبي كرة السلة.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق اللبناني والفريق القطري ولمصلحة الفريق اللبناني.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق اللبناني والفريق السوري ولمصلحة الفريق اللبناني.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق الاردني والفريق السوري ولمصلحة الفريق الاردني.

Abstract

Personality traits of basketball players in the Asian Championship

Assistant Lecturer

Rahiq Mitiy

The research aims at:

- Measuring the personal characteristics of the basketball players of the participating teams in the Asian Nations Championship.
- A comparative study of personality traits among sports teams participating in the Asian Basketball Championship.

The researcher used the descriptive approach in the survey method. The research community consisted of (16) sports teams from (16) countries participating in the Asian Nations Championship held in Lebanon (Iran, Jordan, Syria, India, Iraq, China, Philippines, Qatar, Kazakhstan, Lebanon) (India, China, Philippines, Kazakhstan, Korea, New Zealand, Japan, Hong Kong, Australia, and Genes Taipei) were excluded due to their inability to answer, either to Korea, New Zealand, Japan, Hong Kong, Australia, The research sample included (5) clubs and reached (50) basketball players of the teams participating in the 29th Asian Nations Championship for the year (2017).

The measure of the personal characteristics of Freiburg, adapted for basketball players, was used in the final form, consisting of (50) paragraphs, including the scale on eight areas (neurosis, aggression, depressive, arousal, social, calm, control, stop) Scientific steps and procedures in verifying the scale. The statistical methods were limited to: arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient (Pearson), and (T) test for one sample, the average hypothesis , analysis of variance).

The researcher found a number of conclusions are as follows:

- The presence of positive personality traits in general among basketball players participating in the Asian Nations Championship at a level higher than the average mean of the scale, and this indicates that the result is positive and then will affect the level of achievement sports.
- The Lebanese team has higher personality traits than the rest of the participating teams and this indicates a discrepancy in the personal characteristics of the basketball players.
- There are significant differences between the Lebanese team and the Qatari team and for the benefit of the Lebanese team.
- There are significant differences between the Lebanese team and the Syrian team and for the benefit of the Lebanese team.

- There are significant differences between the Jordanian team and the Syrian team and for the benefit of the Jordanian team.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

أن ما يشهده العصر الحديث من تقدم علمي سريع وفي جميع مجالات الحياة وقد امتد هذا التقدم إلى المجال الرياضي، كما أن هذا التقدم لا يتم إلا من خلال دراسات علمية مستمرة ومعتمدة على علوم عدة مترابطة ومرتبطة بالمجال الرياضي ومن بين هذه العلوم علم النفس الذي له إسهامات ودور فعال ومؤثر في تطوير الألعاب الرياضية وبمختلف أنواعها الفردية والجماعية. إذ تعد لعبة كرة السلة إحداهما الألعاب الرياضية في العالم، الأمر الذي دعنا الباحثة والمختصين في هذه اللعبة من القيام بالأبحاث والدراسات المستفيضة من أجل الارتقاء بمستوى هذه اللعبة، وأيماننا بالدور الفعال والمؤثر الذي يمكن أن يؤديه الجانب النفسي وميدان الشخصية ودورها الرئيسي وموقعها البارز في علم النفس وفهم سلوك لاعب كرة السلة للمستويات العالية وكنتيجه لما يتعرض له لاعب كرة السلة من مواقف ومشاكل وحالات متكررة وحل الصعوبات والقيام بعشرات الحركات التي تتطلب الإتقان الكامل والثقة بالنفس وقوة التحمل والمثابرة.

(السيد، 2001، 44)

والشخصية من أهم الموضوعات التي تعالجها كثير من العلوم الإنسانية من جوانبها المختلفة والمحور الذي تدور حوله البحوث المختلفة في هذه الميادين فمن حيث معناها وكونها المصدر الرئيسي لمعظم الظواهر الإنسانية يعالجها علم النفس العام ومن حيث تفاعلها مع البيئة الاجتماعية يعالجها علم النفس الارتقائي وعلم النفس التربوي والشخصية في توافقها وتكيفها يعالجها علم الصحة النفسية.

(جابر، 2009، 84)

وفي ضوء ما تقدم يمكن ايجاز أهمية البحث والحاجة اليه بما يأتي:

يعد البحث محاولة علمية للتعرف على السمات الشخصية للفرق المشاركة في بطولة الامم الاسيوية باعتبار ان السمات هي محور دينامية السلوك وتلعب دورا كبيرا في توحيد الشخصية وتؤثر في مستوى أداء اللاعبين وقدراتهم عند تنفيذهم الواجبات الفنية والخططية، وبالتالي تؤدي دورا مهما وحيويا في تحقيق أفضل المستويات الرياضية.

2-1 مشكلة البحث

تشهد الميادين الرياضية في الوقت الحالي تنافسا كبيرا يسعى من خلاله الكثير من اللاعبين الى تحطيم الأرقام القياسية في مختلف الألعاب الرياضية، وقد يكون هذا التطور هو الدافع للمدربين والمختصين الرياضيين الى اعادة الاهتمام بطرق التدريب والأعداد المهاري ورفع الكفاءة الفسيولوجية للاعبين، وكذلك الاهتمام بالنواحي النفسية والأعداد النفسي لهم، ودراسة سماتهم الشخصية انطلاقا من أيمانهم بالدور الهام الذي تلعبه تلك العوامل في رفع مستوى أداء اللاعبين، مما قد أثار مدربي الفرق والقائمين على الفرق العالمية في مختلف الألعاب الى وضع خطط الأعداد النفسي للاعبين كجزء من الأعداد العام للفريق.

أن تطور الألعاب الرياضية بصورة عامة ولعبة كرة السلة بالتحديد لم يأتي من فراغ وإنما جاء نتيجة تبني الدول للعديد من المقومات الأساسية لظهور هذا التطور والذي يأتي في مقدمتها عملية التوجيه والمتابعة والإعداد البدني والمهاري والنفسية.

وكون لاعبو الفرق الرياضية المشاركون في البطولة المقامة في لبنان متفاوتون في العمر والتحصيل الدراسي وكذلك في البيئة الاجتماعية وينتمون الى دول عدة فقد ارتأت الباحثة الوقوف على معرفة وتحديد ما يتميز به اللاعبون من سمات الشخصية لجميع اللاعبين والفرق المشاركة في بطولة الامم الاسيوية التي أقيمت في لبنانما يتلائم بخصوصية ومتطلبات اللعبة.

3-1 هدف البحث

1-3-1 قياس السمات الشخصية لدى لاعبي المنتخبات العربية المشاركين في بطولة الامم الاسيوية.

1-3-2 دراسة مقارنة في السمات الشخصية بين الفرق الرياضية المشاركة في بطولة الامم الاسيوية لكرة السلة.

1-4-4 فرضية البحث

1-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في السمات الشخصية بين الفرق الرياضية المشاركة في بطولة الامم الاسيوية للعبة كرة السلة.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبو كرة السلة للفرق المشاركة في بطولة الامم الاسيوية وهي (5) فرق يمثلون (5) دول (الاردن، لبنان، العراق، سوريا، قطر).

2-5-1 المجال الزماني: ابتداءً من 2017/8/1 ولغاية 2017/8/15.

3-5-1 المجال المكاني: ملعب نهاد نوفل في لبنان- قاعة داخلية.

6-1 تحديد المصطلحات

1-6-1 السمة: "هي من مظاهر الشخصية التي يمكننا ان نقارن في ضوءها معظم الناس الذين يعيشون في ثقافة معينة". (عبدالحفيظ، 2002، 51)

وعرفها (عباس، 2002) السمة: "هي الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة، أو هي صفة يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر". (عباس، 2008، 55)

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

1-2 الإطار النظري

1-1-2 نظرية السمات

تقوم نظرية السمات على أساس تصنيف الأشخاص بناءً على درجة توفر ألسمة لديهم وبهذا تعتبر متعارضة في بعض جوانبها مع نظرية الأنماط الذي يتم تصنيف الأفراد فيها وفق بعض الأنماط السلوكية المعينة فالسمة مفهومة من العامة لأننا نستخدمها في لغتنا الدارجة لوصف شخصيات الناس منطلقاً على شخص ما انه كريم، بخيل، شجاع، ثرثار، وغير ذلك من السمات العامة، وتعرف السمات بحسب نظرية السمات العامة أنها استعدادات داخلية عامة مستقلة لا تتأثر بالعوامل والظروف الخارجية أما بحسب نظرية السمات النوعية فأن السمة هي عادة أو وصف لسلوك الفرد الظاهر في موقف معين وليس استعداداً داخلياً، ويرى أصحاب هذه النظرية أن الشخصية الإنسانية تتألف من سمات عدة (كل شخص له عدة سمات) السمات تتوقف على عوامل وراثية وجسمية متعلقة بالجهاز العصبي والفرد مثلما تتوقف على عوامل البيئة وخاصة التعلم والاكتمساب. (الشماع، 1981، 9)

وقد نشأت نظرية السمات في صور متعددة بحيث يصعب القول أن هناك نظرية واحدة في السمات بل عدة نظريات وتعتبر نظرية السمات في مجال الشخصية من أبرز النظريات التي حاولت دراسة الشخصية وفهم أبعادها وجوانبها والتنبؤ بسلوكها باعتبار أن الشخصية الإنسانية يمكن أن توصف بدلالة العديد من السمات المختلفة التي يظهرها الفرد من خلال سلوكه، والمنظرون الاساسيون لسمات الشخصية ثلاثة هم (جوردن البورت، وريموثر كاتل، وهانز أيزنك)، كما مبين أدناه:

2-1-1-1 نظرية البورت

أن السمة من وجه نظر البورت هي الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية، والسمات طبعاً البورت هي البناءات الداخلية الموجهة لسلوك الفرد بشيء من الثبات والخاصية.

2-1-1-2 نظرية أيزنك

تحتل مفاهيم السمات أو الأنماط مكاناً مركزياً في نظرية أيزنك (1961) للسلوك لأنه وجه الجانب الأكبر من اهتمامه نحو الأنماط، والنمط هو مجموعة من السمات الرابطة اما السمة فهي

مجموعة من الأفعال السلوكية او نزعات الفعل المترابط، فالنمط أوسع واشمل من السمة وعند جمع مجموعة السمات يؤلف نمطاً معيناً ولما كانت الأنماط هي المكونات الرئيسية للشخصية.

2-1-1-3 النظرية السلوكية

تقول النظرية السلوكية أن الفرد في نموه يكتسب أساليب سلوكية جديدة عن طريق عملية التعلم ويحتفظ بها، إذ إن الفرد يأخذ المعلومات من محيطه عن طريق حواسه، وإن الأفراد يعرفون فقط ما يدركون لذا فإن أدراكات كل فرد هي التي تؤسس واقعه الذي يختلف من فرد لآخر، والشخصية حسب النظرية السلوكية، هي التنظيمات أو الأساليب السلوكية المتعلمة الثابتة نسبياً التي تميز الفرد عن غيره من الناس، إذ أبرزت هذه النظرية أهمية الدوافع، وهو مثير قوي بدرجة كافية لدفع الفرد وتحريكه إلى السلوك، وهذه الدوافع منها ما هو أولي موروث يتصل بالعمليات الفسيولوجية مثل الجوع والعطش والجنس والألم، ومنها ما هو ثانوي مكتسب متعلم مثل الحاجة إلى الأمن والانتماء إلى جماعة. (خميس، 2007، 582-590)

2-1-2 السمات الشخصية

الشخصية مجموعة كبيرة من الصفات عند ربطها يتكون كيان جديد متميز عن الآخرين لكنها تتفق بالإطار العام بمجموعة سمات تشترك فيها وهذه السمات هي:

- سمات معرفية (الذكاء، القدرات، الحركية، المعارف العامة).
- سمات وجدانية وانفعالية (الحالة المزاجية، الاستقرار الانفعالي).
- سمات واقعية (الرغبات، الميول، الاتجاهات والعواطف).
- سمات اجتماعية (الحساسية للمشكلات الاجتماعية، الاشتراك في النشاط الاجتماعي).

(عبود، 2010، 6-15)

2-1-3 خصائص الشخصية

لكل تكوين خصائص تميزه او تفرده عن الآخرين وهكذا الحال للشخصية فلها خصائص ومميزات وهي:

- الافتراضية: الشخصية مكون افتراضي يتم التعرف عليه من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه.
 - التفرد: تتميز الشخصية بالتفرد، حيث تختلف من شخص لآخر.
 - التكامل: الشخصية هي نظام متكامل من الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية للفرد.
 - الدينامية: الشخصية هي نتاج للعلاقة المتحركة غير الثابتة بين الفرد من جهة وبيئته الثقافية من جهة أخرى.
 - الاستعداد للسلوك: الشخصية هي تنظيم مستعد لأنماط معينة في السلوك.
 - الزمنية: ترتبط الشخصية بالزمن حيث لها ماضي وحاضر ومستقبل.
- (كريم، 2007، 31-40)

2-1-4 العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية

- العوامل البيئية

تتمثل بالعوامل الجغرافية أي المكان الذي يعيش فيه الفرد وعوامل اجتماعية تتحدد بالإطار الثقافي العام للمجتمع من قيم ومبادئ ومعتقدات ومعايير أخلاقية.

- العوامل الوراثية

الشخصية تكون وراثية وتنتقل بواسطة الجينات كما ان نمو الإنسان تتوقف على وجود طاقات خاصة موروثية وعلى مدى استثمارها ومن هذه الطاقات وظيفة للبيئة التي يتطور فيها الإنسان من اللحظة الأولى لتصوره الذهني فان كل مظهر من مظاهر البيئة التي تحيط بها وتتعامل مع الطاقة الكامنة الموروثة لتحديد شخصيته.

- العوامل النفسية

تعد العوامل النفسية عوامل ضرورية وانعكاسات النزعات الفطرية والغرائز والدوافع على السلوك وعلى العلاقات الإنسانية مع الآخرين وهي تتعلق بالتجارب الخاصة التي يمر بها ذلك الفرد. (الشيخو، 1997، 21-22)

2-2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة (شكيب، 2011)

" سمات الشخصية وعلاقتها بالمرود المالي لدى بعض لاعبي كرة السلة لفئة المتقدمين "

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية والمرود المالي لدى لاعبي كرة السلة، أجريت الدراسة على عينة قوامها (50) لاعب من لاعبي كرة السلة لأندية العراق للدوري الممتاز وللمحافظة بغداد لفئة المتقدمين للعام 2008-2009، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، ودلت النتائج على ان لاعبي كرة السلة لمحافظة بغداد لا يتسمو بسمات الشخصية بينما توجد علاقة بين سماتهم والجانب المادي. (شكيب، 2011، 223-224)

3- إجراءات البحث

3-1 منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته و طبيعة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على (16) فريق رياضي والبالغ عددهم (160) لاعب من (16) دولة مشاركة في بطولة الامم الآسيوية المقامة في لبنان (إيران، الأردن، سوريا، الهند، العراق، الصين، الفلبين، قطر، كازخستان، لبنان، كوريا، نيوزيلندا، اليابان، هونك كونك، استراليا، جينيس تايب)، وتم استبعاد الفرق (إيران، الهند، الصين، الفلبين، كازخستان، كوريا، نيوزيلندا، اليابان، هونك كونك، استراليا، جينيس تايب)، والبالغ عددهم (110) لعدم قدرتهم على الإجابة، اما عينة البحث شملت (5) فرق رياضية وبلغت (50) لاعب بكرة السلة للفرق المشاركة في بطولة الامم الآسيوية التاسعة والعشرون للعام (2017).

3-3 أداة البحث

3-3-1 مقياس السمات الشخصية

استخدمت الباحثة مقياس (فريبورج لقياس السمات الشخصية) الذي صممه ديل وقام بتعريبه محمد حسن علاوي وقد طبق على البيئة المصرية (علاوي، 2007، 78) والمعدل من قبل الباحث ياسين علوان إسماعيل والذي استخدمه على البيئة العراقية في بابل بالتحديد والمقياس (50) فقرة منها (48) ايجابية (2) سلبية لقياس السمات الشخصية موزعة على ثمانية مجالات، كما هو مبين في الجدول رقم (1):

(الجدول 1)

يبين مجالات المقياس وأرقام كل من الفقرات الايجابية والسلبية وعدد الفقرات في كل مجال

مجالات المقياس	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	عدد الفقرات
العصبية	35، 3، 4، 13، 16، 21	-	6
العدوانية	6، 9، 24، 25، 37، 40، 45	-	7
الاكتئابية	19، 23، 31، 34، 48، 50	-	6
القابلية للاستشارة	30، 33، 36، 42، 29	-	5
الاجتماعية	11، 26، 44	2، 47، 43	6
الهدوء	1، 18، 27، 38، 39، 41، 49	-	7
السيطرة	8، 10، 14، 20، 22، 28، 46	-	7
الكف (الضبط)	5، 7، 12، 15، 17، 32	-	6
المجموع	47	3	50

3-3-2 صدق المقياس: تحققت الباحثة من صدق المقياس عبر الصدق الظاهري، وهو من أنواع الصدق، ويعني "مدى تمثيل الاختبار للمحتوى المراد قياسه" (العساف، 1995، 43-44)، إذ

قامت الباحثة بعرض فقرات الاستبيان على عدد من السادة ذوي الخبرة والاختصاص (*) في مجال العلوم الرياضية، ومجال علم النفس الرياضي لغرض تقويمها والحكم على مدى صلاحيتها، وأجراء التعديلات المناسبة (من خلال حذف او إعادة صياغة عدد من الفقرات)، مع ذكر ملائمة بدائل المقياس لعينة البحث، وبعد جمع استمارات المقياس تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول فقرات المقياس، واعتمدت النسبة (75%) فأكثر من أراء الخبراء اذ تم حذف عدد من الفقرات من المقياس لعدم حصولها على نسبة الاتفاق المقررة، اذ يشير (بلوم، 1983) الى انه "على الباحث ان يحصل على نسبة اتفاق للخبراء في صلاحية الفقرات، وإمكانية إجراء التعديلات بنسبة لا تقل عن (75%) فأكثر من تقديرات الخبراء في هذا النوع من الصدق" (بلوم وآخرون، 1983، 126)، اما بقية فقرات المقياس فقد حصلت على نسبة اتفاق (100%) من أراء الخبراء. الملحق (1)

3-2-2-3 ثبات المقياس: تعد الأداة ثابتة اذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة (العجيلي وآخرون، 1990، 143) وبغية الحصول على ثبات المقياس قامت الباحثة بتوزيع المقياس على عينه من (5) لاعبين من الفرق المشاركة كاختبار أولي ثم أعيد الاختبار نفسه بعد مرور (10) أيام من الاختبار الأول على العينة نفسها اذ تشير بعض المصادر الى ان الفترة ما بين التطبيق الأول للأداة والتطبيق الثاني لها يجب ان لا يتجاوز أسبوعين-ثلاثة أسابيع (adams.1964.88) وبعد جمع البيانات تمت معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون ظهرت قيمة (ر) المحتسبة (0.87) وهذا يدل على وجود ارتباط ومن ثم وجود معامل ثبات للمقياس.

3-2-3-3 وصف المقياس وتصحيحه: مقياس السمات الشخصية للاعبي كرة السلة، تألف المقياس بصورته النهائية الملحق (2)، من (50) فقرة، منها (47) فقرة ايجابية، و(3) فقرات سلبية، وتتم الإجابة عن فقرات المقياس من خلال بدائل اثنان، وتعطى لها الأوزان (نعم، اثنان) (كلا، واحد) للفقرة الايجابية، والعكس بالنسبة للفقرة السلبية، ويشمل المقياس على ثمانية مجالات (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف (الضبط)، ويصحح المقياس بإعطاء الدرجات (2، 1) للفقرات المقابلة للاستجابات (نعم، لا) على الترتيب وتراوحت الدرجة الكلية لكل بعد (6، 14) درجة في حين تراوحت الدرجة الكلية للمقياس (50، 100) درجة.

(*) أ.د. عكلة سليمان الحوري / علم النفس الرياضي / كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
أ.م.د. زهير يحيى / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
أ.م.د. رافع ادريس عبد الغفور / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
أ.م.د. ثامر محمود ذنون / علم النفس الرياضي / كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل

أ.م.د. وليد ذنون / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

3-4 الوسائل الإحصائية

استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي (Spss) من أجل أيجاد الوسائل الإحصائية الخاصة بمتغيرات البحث وتم حساب كل من:

(الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون)، واختبار (T) لعينة واحدة، المتوسط الفرضي، تحليل التباين). (النبهان، 2004، 101-304)

4- عرض ومناقشة النتائج

بعد جمع البيانات التي حصلت عليها الباحثة وللتحقق من صحة فرضية البحث رصدت نتائج مقياس السمات الشخصية للاعبين كرة السلة للفرق الرياضية في بطولة الامم الاسيوية، وتم تحليل البيانات إحصائياً على النحو الآتي:

4-1 عرض نتائج مقياس السمات الشخصية لدى عينة البحث ومناقشتها

لأجل تقويم مستوى السمات الشخصية لدى عينة البحث، قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الفرضي للمقياس، ومقارنته بالمتوسط الحسابي لديهم، وسوف يصنف السمات الشخصية ايجابية وسلبية، على أساس ان متوسط العينة الذي يفوق المتوسط الفرضي (*) للمقياس بصورة معنوية يمثل سمات شخصية ايجابية، فيما تمثل القيمة غير المعنوية للسمات الشخصية ضمن حدود المتوسط الفرضي، إما القيم الأدنى من المتوسط الفرضي فتمثل سمات شخصية سلبية، والجدول رقم (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) المحتسبة لعينة البحث في مقياس السمات الشخصية

المعالم الإحصائية المقياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (ت) المحتسبة
السمات الشخصية	50	73,6	4,145	75	*2,388

(*) معنوي عند مستوى معنوية $\geq (0.05)$ ، وأمام درجة حرية (49)، قيمة (ت) الجدولية = (2.00) (الراوي، 2000 ، 456)

يتبين من الجدول رقم (2): أن قيمة المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على فقرات مقياس قد بلغت (73,6) درجة، وبانحراف معياري قدره $(4,145 \pm)$ درجة، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة، والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (75) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة بلغت قيمة (ت) المحتسبة (2,388)، عند مستوى معنوية $\geq (0,05)$ ، وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1,71)، مما يدل على أن الفرق معنوي لصالح عينة البحث (المتوسط الفرضي للمقياس).

(*) * المتوسط الفرضي للمقياس = مجموع اوزان البدائل × عدد الفقرات ÷ عدد البدائل

ومما سبق أظهرت النتائج ان لاعبي كرة السلة للفرق الرياضية في بطولة الامم الاسيوية لديهم نسبة السمات الشخصية اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية (لديهم سمات شخصية ايجابية) وبالتالي ذلك سيؤثر على مستوى انجازهم الرياضي.

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في مقياس السمات الشخصية

التسلسل	المعالم الإحصائية الفرق المشاركة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1-	الفريق اللبناني	10	75,5	3,56
2-	الفريق الاردني	10	75,2	4,1
3-	الفريق القطري	10	74,8	2,57
4-	الفريق العراقي	10	72,5	3,95
5-	الفريق السوري	10	70	4,18

يبين الجدول رقم (3): ان الأوساط الحسابية للفرق المشاركة على مقياس السمات الشخصية بأن الفريق اللبناني يتمتع بسمات شخصية أعلى من بقية الفرق المشاركة وهذا يدل على وجود تباين في السمات الشخصية للاعبين كرة السلة.

الجدول (4)

نتائج تحليل التباين في مقياس السمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة للفرق المشاركة

المتغير	مصادر التباين	متوسط الاختلافات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (f) المحسوبة	قيمة Sig
السمات الشخصية	بين المجموعات	217,800	4	54,450	*3,960	0,008
	داخل المجموعات	642,200	45	14,271		
	المجموع	860,000	49			

* معنوي عند مستوى معنوية (0,05)

يتبين من الجدول رقم (4) نتائج تحليل التباين في مقياس السمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة للفرق المشاركة، اذ بلغت قيمة (Sig) المحتسبة (0,008)، وهي اصغر من قيمة مستوى المعنوية (0,05)، وبما ان قيمة (Sig) المحتسبة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (0,05)، فهذا يدل على وجود فروق معنوية بين السمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة في كل فريق من الفرق المشاركة.

وبما ان اختبار تحليل التباين لا يشير إلى ان الفرق لصالح من الفرق الرياضية المشاركة في بطولة الامم الاسيوية في لعبة كرة السلة، لذلك لجأت الباحثة إلى استخدام قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D)، وذلك للمقارنة بين متوسطات الاختلافات للفرق، وكما مبين في الجدول رقم (5)

الجدول (5)

مقارنة متوسط الاختلافات للأوساط الحسابية بقيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) في مقياس السمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة للفرق المشاركة

المعالم الإحصائية	متوسط الاختلافات	قيمة Sig
الفريق العراقي – الفريق القطري	0,7	0,676
الفريق الاردني –الفريق القطري	2,3	0,174
الفريق السوري –الفريق القطري	0,4	0,811
الفريق اللبناني –الفريقالقطري	*4,8	0,006
الفريقالاردني–الفريقالعراقي	3	0,078
الفريق السوري–الفريق العراقي	0,3	0,858
الفريق اللبناني–الفريق العراقي	*5,5	0,002
الفريق السوري –الفريق اللبناني	2,7	0,112
الفريق الأردني–الفريق اللبناني	2,5	0,14
الفريقالاردني–الفريقالسوري	*5,2	0,003

* معنوي عند نسبة دلالة (0.05) وإمام درجة حرية (49) قيمة (ف) الجدولية = 3,925

يتبين من الجدول رقم (5) نتائج المقارنة بين متوسط الاختلافات للأوساط الحسابية لدى لاعبي الفريق العراقي والفريق القطري بلغت (0,7)، ولاعبي الفريق الاردنيوالفريقالقطري بلغت (2,3)، ولاعبي الفريق السوري والفريق القطري بلغت (0,4)، وبلغت قيمة (Sig) على التوالي (0,676-0,811-0,174)، وهي قيم اكبر من قيمة مستوى المعنوية البالغة (0,05) مما يدل على إن الفرق غير معنوي، وفيما يتعلق بلاعبي الفريق اللبنانيوالفريق القطري بلغت (4,8)، وبلغت قيمة (Sig) (0,006)، وهي قيمة اقل من قيمة مستوى المعنوية البالغة (0,05) مما يدل على إن الفرق معنوي أي يوجد فرق معنوي بين الفريق اللبناني والقطري ولمصلحة الفريق اللبناني.

وبلغتالنتائج لدى لاعبي الفريق الاردنيوالفريق العراقي (3)، ولاعبي الفريق السوري والعراقي بلغت (0,3)، وبلغت قيمة (Sig) على التوالي (0,858-0,078)، وهي قيم اكبر من قيمة مستوى المعنوية البالغة (0,05) مما يدل على إن الفرق غير معنوي، وفيما يتعلق بلاعبي الفريق اللبناني والسوري بلغت (5,5)، وبلغت قيمة (Sig) (0,002)، وهي قيمة اقل من قيمة مستوى المعنوية البالغة (0,05) مما يدل على إن الفرق معنوي أي يوجد فرق معنوي بين الفريق اللبناني والسوري ولمصلحة الفريق اللبناني.

وظهرت ايضا نتائج لاعبي الفريق السوري واللبناني (2,7)، ولاعبي الفريق الاردني واللبناني بلغت (2,5)، وبلغت قيمة (Sig) على التوالي (0,14-0,112)، وهي قيم اكبر من قيمة مستوى المعنوية البالغة (0,05) مما يدل على إن الفرق غير معنوي، وفيما يتعلق بلاعبي الفريق الاردني والسوري بلغت (5,2)، وبلغت قيمة (Sig) (0,003)، وهي قيمة اقل من قيمة مستوى المعنوية البالغة

(0,05) مما يدل على إن الفرق معنوي أي يوجد فرق معنوي بين الفريق الاردني و السوري ولمصلحة الفريق الاردني.

4-2 مناقشة النتائج

تعزو الباحثة هذه النتائج الى الانشطة الرياضية بشكل عام والرياضات الجماعية بشكل خاص تنمي خاصية التعاون عند الفرد وتدفعه الى الانخراط والتصرف داخل الملعب لتنفيذ خطط اللعب وتحقيق الانجاز وهذا يتطلب قدرات عالية تمكنه من التصرف وضبط النفس في المواقف المختلفة للمباراة ويتفق مع (البحيري، 2001) ان شخصية اللاعب تتطور نتيجة للمواقف المختلفة والممارسات والخبرات التي يكتسبها للمباريات ذات المستوى العالي والتي تسهم في صقل شخصيته، وبالتالي تمكنه من الحفاظ على تصرفاته واتزانه تجاه الحالات التي تواجه اثناء الاداء والمنافسة. (البحيري، 2001، 42)

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- وجود سمات شخصية ايجابية بصفة عامة لدى لاعبي كرة السلة المشاركون في بطولة الامم الاسيوية بمستوى أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية ومن ثم سيؤثر على مستوى انجازهم الرياضي.
- الفريق اللبناني يتمتع بسمات شخصية أعلى من بقية الفرق المشاركة وهذا يدل على وجود تباين في السمات الشخصية للاعبي كرة السلة.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق اللبناني والفريق القطري ولمصلحة الفريق اللبناني.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق اللبناني والفريق السوري ولمصلحة الفريق اللبناني.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الفريق الاردني والفريق السوري ولمصلحة الفريق الاردني.

5-2 التوصيات

- اجراء دراسات مشابهة على فعاليات مختلفة وفئات عمرية مختلفة.
- توفير الامكانيات المادية والمعنوية للمدربين واللاعبين للمساهمة في تحسين السمات الشخصية لديهم.
- تفعيل دور الخبير الرياضي النفسي في المنتخبات والأندية الرياضية في العراق ولما له من دور كبير في حل الكثير من المشاكل النفسية التي يتعرض لها اللاعبين اثناء المنافسات الرياضية.

المصادر العربية

- 1- البحيري، عمر محمود محمد (2001): "سمات الشخصية لدى لاعبات المنتخبات الوطنية في الألعاب الجماعية في الاردن، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
- 2- بلوم، بنيامين وآخرون (1983): تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون، دار ماكرو هيل، القاهرة.
- 3- جابر، رمزي رسمي (2009): "السمات الشخصية المميزة للاعبين المنتخب الفلسطيني الأول لكرة الطائرة"، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد السابع عشر.
- 4- خميس، شيماء علي (2007): "السمات الشخصية وعلاقتها بالضغوط المهنية لمدربي الألعاب في جامعتي بابل والنجف"، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد السادس، العدد الثاني.
- 5- الراوي، خاشع محمود (2000): "المدخل إلى الإحصاء"، مديرية مطبعة الجامعة، جامعة الموصل.
- 6- السيد، عادل حسني (2001): "بناء مقياس للتعرف على الضغوط النفسية للاعبين كرة السلة"، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، تصدر عن كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسبوط، العدد 2، الجزء الثاني.
- 7- شقيب، أيمن صارم (2011): "سمات الشخصية وعلاقتها بالمرودود المالي لدى بعض لاعبي كرة السلة لفئة المتقدمين"، مجلة الثقافة الرياضية لجامعة تكريت، المجلد الثالث، العدد الأول.
- 8- الشماع، نعيمة (1981): "الشخصية (النظريات - التقييم - مناهج البحث)"، مطبعة جامعة بغداد، بغداد.
- 9- الشيخو، خالد فيصل (1997): "السمات الشخصية لمدربي المنتخبات الوطنية وعلاقتها بنمط القيادة في اتخاذ القرار"، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- 10- عباس، رائد عبد الأمير (2008): "مقارنة في السمات الشخصية عند ناشئي منتخبات بعض الألعاب الرياضية الفردية في محافظة بابل"، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الأول، العدد الثامن.
- 10- عبدالحفيظ، أخلاص محمد (2002): "التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي"، ط1، كلية التربية لرياضية، جامعة المنيا، القاهرة.
- 11- عبود، هيام سعدون (2010): "بعض السمات الشخصية لدى الممارسات وغير الممارسات للأنشطة الرياضية"، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.

- 12-العجيلي، صباح حسين وآخرون (1990): "التقويم والقياس"، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
- 13-العساف، صالح بن حمد (1995): "المدخل الى البحث في العلوم السلوكية"، ط1، مطبعة شركة العبيكان للطباعة والنشر الرياضي، السعودية.
- 14-علاوي، محمد حسن (2007): "الاختبارات النفسية الرياضية"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 15-كريم، ميثم صالح (2007): "دراسة مقارنة لبعض السمات الشخصية بين لاعبي المستويات الرياضية العالية في الألعاب الفرقية"، مجلة العلوم التربوية الرياضية، المجلد السادس، العدد الثاني.
- 16-النبهان، موسى (٢٠٠٤): "أساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية"، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان.

الملحق رقم (1)

جامعة دهوك

كلية التربية الرياضية

استبيان آراء السادة الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس السمات الشخصية

الأستاذ الفاضل الدكتور المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء البحث الموسوم " السمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة في بطولة الامم الاسيوية ".

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال العلوم التربوية والنفسية والعلوم الرياضية، فقد تم اختياركم كأحد الخبراء للحكم على مدى صلاحية الفقرات المرفقة طياً، وان عدد فقرات المقياس (50) فقرة، راجين تفضلكم بقراءة الاستبيان والإجابة على ما يأتي:

- وضع علامة (✓) أمام كل فقرة ، وتحت البديل الذي تراه مناسباً للفقرة (تصلح، لا تصلح، تصلح بعد التعديل) من خلال (حذف أو إعادة صياغة).

- مدى صلاحية بدائل الإجابة لفقرات المقياس، على وفق (2) بدائل (نعم، لا)، وتعطى لها الأوزان (1,2) على التوالي علماً ان فقرات الاستبيان ايجابية و سلبية.

شاكرين تعاونكم العلمي المبارك

التوقيع:

اللقب العلمي:

الباحثة

الاختصاص:

الجامعة والكلية:

الملحق رقم (2)

جامعة دهوك

كلية التربية الرياضية

(مقياس السمات الشخصية)

عزيزي اللاعب.....

تحية طيبة:

نضع بين يديك مقياس (السمات الشخصية)، والذي أعدتها الباحثة، يرجى تفضلك بالإجابة على فقراته، وذلك بوضع علامة () أمام كل فقرة، وتحت البديل الذي تراه مناسباً، يرجى الإجابة على جميع فقرات المقياس بكل دقة وأمانة خدمة للبحث العلمي، علماً أن الإجابة تكون على كراسة المقياس نفسه.

شاكرين تعاونكم معنا

الفعالية التي تمارسها:

العمر:

التاريخ:

الباحثة

ت	الفقرات	دائماً	غالباً
1.	مزاجي معتدل باستمرار في اثناء اللعب		
2.	أجد صعوبة في محاولة التعرف على الناس		
3.	يدق قلبي أحيانا بسرعة بدون ان اعمل		
4.	دقات قلبي تصل أحيانا الى رقبتني		
5.	يحمّر او يتغير لون وجهي بسهولة		
6.	افرح دائماً في مضايقة الآخرين في اثناء اللعب		

7.	لا أحب أحياناً رؤية بعض الناس في الأماكن العامة
8.	أقاوم بشدة دائماً من ينافسني
9.	تسعدني دائماً المخاطرة بنفسني في أثناء اللعب
10.	أستخدم القوة البدنية لحماية حقني في أكثر الأوقات
11.	أستطيع دائماً أن أفرح الناس بسهولة في المناسبات
12.	ارتبك بسهولة أحياناً
13.	أشعر أحياناً بأنني أختنق
14.	أخجل أحياناً بعض الضرر نتيجة أخطاء ارتكبتها
15.	أخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها أشخاص وهم يتحدثون
16.	أشعر أحياناً بالحم والانتفاخ في بطني
17.	يبدو عليّ الخوف أسرع من الآخرين
18.	لا أهتم لفشلي في أثناء اللعب
19.	أفعل أشياء وأندم عليها فيما بعد
20.	اللاعب الذي يؤذيني أتمنى له الضرر كثيراً
21.	أجد صعوبة في محاولة النوم
22.	عندما يغضب أحد زملائي من اللاعبين فأنتني أشجعه على الانتقام
23.	أشعر أحياناً أن الحياة لا معنى لها
24.	يسعدني دائماً أظهار أخطاء زملائي في أثناء اللعب
25.	عندما أكون وسط جماعة أفكر دائماً في إثارة الفتن
26.	يبدو عليّ دائماً النشاط والحيوية
27.	أخذ الأمور دائماً ببساطة وبدون تعقيد
28.	عندما يحاول بعضهم هاتني فأنتني أتركه
29.	عندما أغضب فأنتني لا أهتم في أثناء اللعب
30.	أنا من اللذين يغضبون بسرعة في أثناء اللعب
31.	أفكر كثيراً في حياتي الحالية
32.	ارتبك بسهولة عند مواجهة أحداث مفاجئة في أثناء اللعب
33.	أقول أشياء بدون تفكير أندم عليها فيما بعد
34.	أشعر أحياناً بضعف القدرة على التفكير
35.	أشعر دائماً بالتعب والتوتر
36.	يزعجني أحياناً بعضهم بسرعة في أثناء اللعب
37.	أحب أحياناً أن أعمل المواقف المؤذية في الآخرين
38.	أنظر دائماً إلى مستقبلي بمنتهى الثقة
39.	عندما أفقد أعصابي أستطيع دائماً تهدئة نفسي
40.	تعجبني دائماً الاستهزاء بالآخرين
41.	عندما أفلت أستطيع تجاوز الفشل بسهولة
42.	لا أستطيع دائماً التحكم في غضبي في أثناء اللعب
43.	أجد صعوبة في كسب الآخرين بجانبني
44.	إننا شخص متكلم دائماً
45.	أفرح أحياناً عند إصابة بعض زملائي في أثناء اللعب
46.	أفضل أحياناً أن تلحق بي إصابة على أن لا أكون جباناً
47.	أفضل أحياناً عدم بدء الحديث مع الآخرين
48.	تدور في عقلي أحياناً أفكار تسبب لي الضيق
49.	لا أفقد شجاعتني عندما تكون الظروف ضدي
50.	أفكر كثيراً في الانتحار

أثر استخدام استراتيجية التعلم المنعكس في تعلم فن أداء ربطات الحركة الكشفية

م.م جروان جميل حميد
الجامعة التقنية/ دهوك

ا.م.د. خالد محمد شعبان
كلية التربية الرياضية
جامعة دهوك

م.د. محمد مهدي محمد
جامعة نورووز

Dr.khaledshaaban@yahoo.com

Dr.mohammedombarak@yahoo.com

a.charwan@gmail.com

هدف البحث الكشف عن

الفروق في نتائج الاختبار القبلي و البعدي لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية ، الفروق في نتائج الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية. وافترض الباحثون عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية ، وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعدي لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية.

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث و مشكلته. تكون مجتمع البحث من طلاب الصف العاشر في اعدادية متين في قضاء العمادية لمحافظة دهوك، والبالغ عددهم (108) طلباً موزعين على ثلاثة شعب (أ،ب،ج)، وتم اختيار شعبتي (أ ، ج) عشوائياً عن طريق القرعة كعينة للبحث تجريبية وعينة ضابطة ، استخدم الباحثون التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعتين المتكافئتين العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي محكم الضبط) ، استخدم الباحثون الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، اختبارات (ت) للعينات المرتبطة، اختبارات (ت) للعينات المستقلة ، النسب المئوية. لاستخراج البيانات، واستنتج الباحثون تفوق المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في تعلم فن أداء الربطات الكشفية ، تفوقت المجموعة التجريبية التي طبقت استراتيجية التعلم المنعكس على المجموعة الضابطة التي طبقت الاسلوب المتبع في تعلم فن أداء الربطات الكشفية.

The effect of using the reflexive learning strategy on learning the art of performance of scout movement connection

Search target detection

Differences in the results of the pre and post- test of the experimental and control groups in the learning of the scouts, the differences in the results of the post-test between the experimental and control groups in the learning of the scouts. The researchers hypothesized that there were no significant differences between the pre and post- tests of the experimental and control groups in the learning of the scout bands, and the absence of significant

differences between the two tests of the experimental and control groups in the learning of Scout bands.

The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research and its problem. The research community is composed of ten tenth grade students in a high school in the district of Amadiyah for the governorate of Dohuk (108) divided into three divisions (A, B, C). The A and C divisions were randomly chosen by lot as experimental sample and sample The researchers used the experimental design called the two random groups of choice with the pre-test and post-test settings. The researchers used the arithmetic mean, the standard deviation, the T-tests of the associated samples, the T tests for the independent samples, and the percentages. To extract the data, the researchers concluded that the experimental and control groups were superior in both the tribal and remote tests and for the post-test extension in learning the art of performance of the scout bands, the experimental group that applied the reflexive learning strategy was superior to the control group that applied the technique of learning the performance of the scouts.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة :

والتربية الرياضية لا بد لها من الاستجابة للثورة التكنولوجية والتي من بينها التعلم المنعكس، حيث تعكس برامجها ومقرراتها وأنشطتها عناصر هذه التكنولوجيا من جهة ومن جهة أخرى تستفيد من مخترعات ومنتجات تلك الثورة في تفصيل أنشطتها وتسهيل مهامها وتحقيق أهدافها. (عبدالله عبد الرحمن، 1999، 39) ومدرس التربية الرياضية أصبح الآن في حاجة ماسة إلى استخدام الاستراتيجيات الحديثة في التدريس تقوم على إثارة دافعية طلابه ، فمهمة المدرس اليوم لم تعد قاصرة على الشرح والإلقاء وإتباع الطرق التقليدية في عملية التعلم بل أصبحت مسؤوليته الأولى هي رسم مخطط لاستراتيجية تعلم مهارات تتلاءم مع قدرات وحاجات المتعلمين في ضوء الاستفادة من تلك التطورات ، يعتمد فيها على استخدام الاستراتيجيات الحديثة في التعلم لتحقيق الهدف المحدد.

وتعتبر الحركة الكشفية من الحركات التربوية التطوعية الهادفة التي تعمل على شغل أوقات الفراغ بما ينفع ويفيد في إعداد الشباب وحمايتهم من التطرف والوقوع في مهادى الشر والردائل التي تسود المجتمعات الحديثة ، الآن إذ يعد هدف الحركة الكشفية هو إعداد الناشئ في مراحل النمو المبكرة إعداداً سليماً يغرس فيهم خصال حميدة فيهم ، وتصلق مواهبهم وتدريبهم على أن يكونوا أعضاء ، ولبنة صالحة في بناء وطن ، قادر على مواجهة الحياة وتحمل مسؤولياتها. (مولى، 1999، 3)

وفي هذا الصدد يسعى القائمون على الحركة الكشفية لتحقيق ذلك من خلال مسيرة التطوير الشامل لمناهج الحركة الكشفية في مختلف مراحلها إذ أنها تعد أفضل طريقة لاكتشاف ميول واستعدادات ومهارات الأفراد ، وتكسبهم القدرة على المبادرة والتجديد علاوة على المتعة والترويح ، لتعويده البحث والتجريب ، وتدفعه أيضاً إلى التفكير في الإنتاج والمساهمة الإيجابية بمهاراته في خدمة وتنمية مجتمعه.

(المنظمة الكشفية العالمية، 1999،

(1

تكمن أهمية هذه الدراسة في تفعيل دور الطالب ليكون هو محور العملية التعليمية وفاعلية إستراتيجية التعلم المنعكس في تفعيل دوره ، مع تقديم مجموعة من المقترحات والتوصيات لتحسين

واقع طرائق تعليم مهارات التربية الكشفية ، والرقي بالعملية التعليمية و في تدريسها من خلال توجيه اهتمام المختصين إلى أهمية توظيف إستراتيجيات التدريس المتنوعة التي لها دور في استثمار تعليم مهارات التربية الرياضية في ظل الثراء المعلوماتي والتقانة المتطورة ذلك الاستثمار الذي يسعى إلى بناء تعليم قادر على الحوار والتواصل مع مستجدات العصر وتحدياته بتوظيف الطاقات البشرية توظيفاً هادفاً يحقق الارتقاء بمخرجات التعليم في ميدان الاستثمار التعليمي.

2-1 مشكلة البحث

إن دمج التكنولوجيا في العملية التعليمية أصبح ضرورة عصرية، وليس امتيازاً أو ترفاً، وهذا يستلزم العمل الجاد لجعل التكنولوجيا عنصراً أساسياً في التعليم، بعدما أيقنا أن التعليم التقليدي لا يتناسب مع جيل " الآي باد " وأن طرائق التدريس التقليدية أصبحت غير مجدية، ولا تثير شغف الطالب نحو التعلم؛ كونها لا تتسجم مع بيئته الحياتية خارج المدرسة، حيث تشغل التكنولوجيا فيها حيزاً كبيراً، فأصبح هذا الجيل في حاجة لتسخير التكنولوجيا، لإضافة الإثارة والتشويق لعناصر البيئة التعليمية المتعددة منها المنهج والفصول الدراسية، ووسائل التواصل الفعالة – المسائل التعليمية بين المدرس والمتعلم، تلبية للاحتياجات الفردية والخاصة لكل طالب في مجال التعلم .

ومن خلال ما سبق لاحظ الباحثون أن عملية تعلم المهارات الكشفية لازالت ضعيفة نسبياً وينقصها عنصر التجدد، وذلك لكون أغلب المدرسين القائمين على إعطاء المنهج الكشفي ما زالوا يستخدمون الطرق التقليدية ، وعدم الميل إلى التجدد والتطور العلمي الحاصل في تكنولوجيا التعليم المعاصر، وعلى الرغم من إدخال التكنولوجيا الحديثة في تعليم وإنتاج البرامج التعليمية باستخدام التطبيقات الحديثة في الكثير من التخصصات التربوية، إلا أن مجال التربية الرياضية لا يزال بعيداً عن الاستفادة من التكنولوجيا وتوظيفها بما يتلاءم مع الأنشطة المختلفة للمجال التعليمي وخاصة داخل المؤسسات التربوية ومن ضمنها التربية الكشفية، واستخدام التكنولوجيا في تحسين عملية التعليم وتطوير مهارات الأفراد في التربية الكشفية لها دور وأهمية في تنمية الفرد والمجتمع. وتكمن مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- هل يمكن استخدام استراتيجية التعلم المنعكس في تعلم فن أداء بعض ربطات الحركة الكشفية.
- هل يمكن ان تحقق استراتيجية التعلم المنعكس تعلماً أفضل في حالة تطبيقه لتعلم فن أداء ربطات الحركة الكشفية.

1-3 هدفاً البحث

يهدف البحث الى الكشف عن

- 1-3-1 الفروق في نتائج الاختبار القبلي و البعدي لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية.
- 2-3-1 الفروق في نتائج الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية.

1-4 فرضا البحث

- 1-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية.
- 2-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعدي لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في تعلم الربطات الكشفية.

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طلبة الصف العاشر الاعدادي.
- 2-5-1 المجال المكاني: ملعب اعدادية متين / قضاء العمادية في محافظة دهوك.

3-5-1 المجال الزمني: 2017/10/8 لغاية 2017/12/10

6-1 تحديد المصطلحات

1-6-1 إستراتيجية التعلم المنعكس : بأنها قلب مهام التعلم بين الصف والبيت، بحيث يقوم المدرس باستغلال التقنيات الحديثة والإنترنت لإعداد الدرس، عن طريق شريط مرئي فيديو، ليطلع الطالب على شرح المدرس في المنزل، ومن ثم يقوم بأداء النشاطات التي كانت فروضا منزلية في الصف، ما يعزز فهمه للمادة العلمية بصورة دقيقة. (الشامسي، 2003، 76)

2- الإطار النظري و الدراسات السابقة**1-2 الإطار النظري****1-1-2 التعلم المنعكس :****1-1-1-2 مفهوم التعليم المنعكس**

قدمت التكنولوجيا الحديثة وسائل وأدوات لعبت دورا كبيرا في تطور أساليب التعليم والتعلم، كما أتاحت الفرصة لتحسين أساليب التعلم، والتي من شأنها أن توفر المناخ التربوي الفعال الذي يساعد على إثارة اهتمام المتعلمين وتحفيزهم، ومواجهة ما بينهم من فروق فردية بأسلوب فعال.

(هادي مشعان ، 2006

،85)

ومن أفضل الممارسات حول تطوير التقنيات الحديثة لتطوير طرق التدريس مفهوم التعلم المنعكس في إطار الفصول المقلوبة (المعكوسة)، هو نموذج تربوي يرمي إلى استخدام التقنيات الحديثة وشبكة الإنترنت بطريقة تسمح للمدرس بإعداد الدرس عن طريق مقاطع فيديو أو ملفات صوتية أو غيرها من الوسائط، ليطلع عليها الطلاب في منازلهم أو في أي مكان آخر باستعمال حواسيبهم أو هواتفهم الذكية أو أجهزةهم اللوحية قبل حضور الدرس. في حين يُخص وقت الدرس الدراسية للمناقشات والمشاريع والتدريبات. ويعتبر الفيديو عنصرا أساسيا في هذا النمط من التعليم حيث يقوم المدرس بإعداد مقطع فيديو مدته ما بين 5 إلى 10 دقائق و يشاركه مع الطلاب في أحد مواقع الويب أو شبكات التواصل الاجتماعي.

إن مفهوم التعلم المنعكس يضمن الاستغلال الأمثل لوقت المدرس أثناء الدرس، حيث يقيم المدرس مستوى الطلبة في بداية الدرس، ثم يُصمم الأنشطة الصفية من خلال التركيز على توضيح ما صُعب فهمه، ومن ثم يشرف على أنشطتهم ويقدم الدعم المناسب لأولئك الذين لا يزالون بحاجة للتقوية، وبالتالي تكون مستويات الفهم والتحصيل العلمي لدى جميع الطلبة عالية جداً، لأن المدرس راعي الفروقات الفردية بين المتعلمين. (زوحى، 2014، 99)

يعرفها سينثيا بريم (Brame، 2013) "ما يتم عمله في البيت ضمن التعلم التقليدي يتم عمله خلال الدرس الصفية وأن ما يتم عمله خلال الدرس الصفية في التعلم التقليدي يتم عمله في البيت. فيكون تعرض الطالب للمادة الدراسية خارج الدرس الصفية سواء من خلال فيديو تعليمي يقوم المدرس بتسجيله لشرح درس معين أو قراءات تتعلق بموضوع الدرس".

يعرف جونسون (Johnson، 2014) "أنه أحد الأنماط التعليمية التي تعتمد على التكنولوجيا والمرشحة لإحداث تغييرات جوهرية في السياق التعليمي والمؤسسات التعليمية".

(Johnson، 2014، 36)

كما يعرفه (الخليفة ومطاوع، 2015) "هو شكل من أشكال التعلم المدمج الذي توظف فيه التقنية الحديثة، لتقديم تعليم يتناسب مع حاجات الطلاب ومتطلبات العصر".

(الخليفة ومطاوع، 2015، 269

)

كما ويعرفه (الشرمان 2015) "بأنه جزء من حركة واسعة يتقاطع فيها التعلم المدمج والتعلم بالاستقصاء و يراها من استراتيجيات التدريس وأساليبه وأدواته المختلفة التي تسعى إلى المرونة وتفعيل دور الطالب وجعل التعلم أكثر متعة وتشويقاً. (الشرمان 2015، 166)

2-1-1-2 أهداف التعلم المنعكس:

إن المتوقع من توظيف التعليم المنعكس، هو تحسين وتطوير الممارسات التعليمية داخل غرفة الصف بما يتوافق مع مبدأ أن الطالب هو محور عملية التعليم والتعلم. إن أهداف التعلم المنعكس هي:

1. توظيف أفضل لوقت الدرس الصفية الذي يقضيه المدرس وجها لوجه مع الطلبة.
2. بناء بيئة صفية تفاعلية تشاركية محوراً لها الطالب.
3. التركيز على فهم أعمق للمفاهيم والمعاني والعلاقات وعدم الاعتماد على التذكر.
4. التدريب والتطبيق والعمل على المحتوى الدراسي المعرفي يتم داخل الصف.
5. مراعات الفروق الفردية بين الطلبة داخل غرفة الصف وتقديم الدعم والمساندة لمن يحتاجها من الطلبة.

(درسة،

(4، 2014

2-1-1-3 أهمية التعلم المنعكس:

1. التماشي مع متطلبات كمعطيات العصر الرقمي.
2. الطالب هو محور عملية التعليم.
3. الطلاب يتحملون مسؤولية تعلمهم بأنفسهم.
4. التركيز على مستويات التعلم العليا.
5. يعطي الطلاب تغذية راجعة فورية ويقلل من الأداء الورقي للمدرس .
6. يزيد من وقت المناقشة كالحوار مع المدرس .
7. يقدم الفرصة اللازمة للتقويم والعلاج.
8. مساعدة الطلبة المتعثرين أكاديمياً.
9. كل المتعلمين يشاركون في التعلم (Bergmann & Sams, 2012, pp 49)

2-1-1-4 مبررات استخدام التعليم المنعكس :

1. تراكم المعرفة التي تركز على ضرورة التنوع في أساليب التعلم ووسائله .
2. التطورات التكنولوجية المتسارعة واتجاه المتعلمين إلى استخدام التقنية فوجد الطلاب يقضون معظم الوقت على شبكة الإنترنت مستخدمين الهواتف المحمولة أو الأجهزة اللوحية أو أجهزة الكمبيوتر المحمول.
3. بعض المواد الدراسية كالمواد التطبيقية تحتاج إلى تكلفة مادية ، ربما لا تستطيع المدرسة توفير كل ما تحتاج اليه المادة من مواد في المعمل. (الشرمان، 2015 ، 169)
4. زيادة عدد الطلاب في الصف الواحد وازدحام الفصول أو القاعات الدراسية بأعداد كبيرة من الطلاب، وقد يقضي المدرس وقت أطول في شرح المادة التعليمية لبعض الطلاب الذين لم تصل لهم المعلومة بالشكل المطلوب.
5. طول المادة الدراسية وضيق الوقت وعدم قدرة المدرس على طرح الأنشطة ومناقشة الطلاب، فالوقت محدد لكل من الطالب والمدرس في المدرسة يجب الالتا زم به وبالتالي لا يوجد وقت كافي للمناقشة والحوار واجراء التطبيقات والانشطة بسبب محدودية الوقت .
6. الفروق الفردية بين الطلاب في سرعة الفهم والاستيعاب، فهناك مشكلات تواجه بعض الطلاب كمشكلة النسيان فقد ينسى الطالب بعض المعلومات أو المهارات التي تعلمها خلال الدرس الدراسية وبالتالي يصاب بالإحباط عند عدم القدرة على الاجابة على الاسئلة والواجبات في المنزل، أيضاً بعض الطلاب يشعر بالملل أثناء شرح الدرس من قبل المدرس أثناء الدرس الدراسية.
7. بعض المدرسين قد يضطر للتغيب عن المحاضرة أو الدرس إما بسبب سوء الأحوال الجوية أو بسبب ظرف صحي وكذلك الطالب قد يضطر لعدم الحضور للمدرسة وليس لديه القدرة على إعادة ما فاتته من الدرس أو المحاضرة إما بسبب غيابه أو لأسباب أخرى. (Bergmann & Sams, 2012, 67)

2-1-1-5 مراحل تنفيذ التعلم المنعكس:

1. **تحديد:** تحديد الموضوع أو الدرس الذي ينوي قلب الفصل فيه بشرط أن يكون صالحاً للعكس.
2. **تحليل:** تحليل المحتوى الى قيم ومعارف ومهارات وتحليل المحتوى الى مفاهيم مهمة يجب معرفتها.
3. **تصميم:** تصميم الفيديو التعليمي أو التفاعلي يتضمن المادة العلمية بالصوت والصور بمدة لا تتجاوز عشر دقائق.
4. **توجيه:** توجيه الطلبة لمشاهدة الفيديو من الانترنت أو الأقراص المدمجة في المنزل وفي أي وقت.
5. **تطبيق:** تطبيق المفاهيم التي تعلمها الطلبة من الفيديو في الدرس من خلال أنشطة التعلم النشط والمشاريع.
6. **تقويم:** تقويم تعلم الطالب داخل الفصل بأدوات التقويم المناسبة. (الكحيلي، 2015، 160)

2-1-1-6 مميزات التعلم المنعكس:

1. ضمان الاستغلال الجيد لوقت الفصل.
2. تحسين تحصيل الطلاب وتطوير استيعابهم.
3. التشجيع على الاستخدام الأمثل للتقنية الحديثة في التعليم.
4. منح الطلاب حافز للتحضير والاستعداد قبل وقت الفصل وذلك عن طريق إجراء اختبارات قصيرة أو كتابة واجبات قصيرة على الانترنت أو حل أوراق عمل مقابل درجات.
5. توفير أنشطة تفاعلية في الفصل تركز على مهارات المستوى الأعلى من المجال المعرفي.
6. توفير الحرية الكاملة للطلاب في اختيار الوقت والزمان والسرعة التي يتعلمون بها.
7. توفير تغذية راجعة فورية للطلاب من المدرسين في وقت الفصل.
8. تحفيز التواصل الاجتماعي والتعليمي بين الطلاب عند العمل في مجموعات تشاركية صغيرة.
9. المساعدة على سد الفجوة المعرفية التي يسببها غياب الطلاب القسري أو الاختياري عن الفصول الدراسية. (2015، 272)

2-1-1-7 عيوب التعلم المنعكس :

1. تحتاج من المدرس جهد ووقت بعد الدوام الدراسي.
2. لم توفر المدرسة الإمكانات والمصادر والمساعدة للمدرس لتسجيل الفيديو.
3. جهد ووقت أكبر لتحضير الأنشطة والفعاليات الصفية.
4. المشكلة التقنية على موقع درسة حدثت من فائدة التجربة.
5. على المدرس أن يبذل جهد إضافي أثناء تنفيذ الدرس.
6. مدة التحضير للتجربة يجب أن تكون أطول.

3- إجراءات البحث

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث ومشكلته.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من طلاب الصف العاشر في اعدادية متين في قضاء العمادية لمحافظة دهوك، والبالغ عددهم (108) طلباً موزعين على ثلاثة شعب (أ،ب،ج)، وتم اختيار شعبتني (أ ، ج) عشوائياً عن طريق القرعة كعينة للبحث تجريبية وعينة ضابطة ، واستبعد الباحثون عدد من الطلبة وهم كالاتي

- الطلاب الراسبين و المؤجلين.
- الطلاب الذين انقطعوا عن الدوام.
- القيم الشاذة الطول و الكتلة و العمر
- الطلاب الذين لديهم اصابات و امراض مزمنة.

- الطلاب الذين طبق عليهم التجربة الاستطلاعية.

والجدول (1) يبين ذلك

جدول (1) يبين وصف مجتمع البحث وعينته

المجموعة	الشعب	العدد الكلي للشعبة	العدد المستبعد	العدد المتبقي
المجموعة التجريبية	أ	36	16	20
المجموعة الضابطة	ج	38	18	20

3-3 تجانس العينة:

لكي يستطيع الباحثون ان يرجعان الفروق بين نتائج المجموعتين الى المتغير المستقل قام الباحثون بالتحقق من تجانس العينة بالعمر و المهارات الكشفية فكانت النتائج كما مبينة في الجدول المرقم (2)

الجدول (2) يبين الوصف الاحصائي واختبارات (ت) لمتغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	(ت) الجدولية
	س	ع	س	ع		
العمر	16.34	0.877	16.55	0.769	1.34	2.03
ربطة الوثدية	3.12	1.95	3.07	1.65	1.65	
ربطة الصاري	2.56	1.45	2.95	2.23	1.85	
ربطة الثابتة	3.01	1.84	2.85	1.65	1.56	
ربطة التسلق	2.45	2.69	2.75	2.32	1.78	
ربطة الحطاب	2.98	2.45	2.87	2.45	1.96	
ربطة السلمية	2.75	1.96	2.89	2.22	1.32	
ربطة السقالة	2.89	2.36	2.72	2.30	1.45	

يتبين من خلال الجدول (2) بان قيم ت المحسوبة كانت غير معنوية عند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) و نسبة خطأ تساوي او أقل من (0.05) و البالغة (2.03)، ان هذه الفروق الغير المعنوية تعطي مؤشراً لتجانس العينة بعناصر العمر و المهارات الكشفية . مما يعطي للمجموعة التجريبية و الضابطة خط شروع واحد لتعلم ربطات الحركة الكشفية.

4-3 التصميم التجريبي:

استخدم الباحثون التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعتين المتكافئتين العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي محكم الضبط) (جيري، 2005، 332)

المجموعات	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
المجموعة التجريبية	×	التعلم المنعكس	×
المجموعة الضابطة	×	التعلم المتبع	×

5-3 الادوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- كاميرة فيديو (Canon)

- (20) حبل

- (20) عصى خشبية

6-3 البرنامج التعليمي

1-6-3 إجراءات تطبيق استراتيجية التعلم المنعكس على المجموعة التجريبية:

تم تحديد خطوات ومراحل التعلم المنعكس ، بعد الرجوع إلى الكتب والبحوث المتخصصة في التعلم المنعكس. وقد تم تطبيق خطوات استراتيجية التعلم المنعكس كالآتي:

1. التخطيط: ويشمل: تحليل المحتوى، وتحديد الأهداف التعليمية.
2. التنفيذ: تسجيل فيديو لمراحل الأداء المهارة وصياغتها في عرض سمعي وبصري، ونشرها على الويبيسايت المخصص لإدارة المدرسة ، وإخطار الطلبة بمكان النشر وموعده.

3. متابعة لاصفية: من خلال التأكد من مشاهدة الطالب للفيديو، وذلك من خلال المناقشة المباشرة في بداية كل محاضرة لتحفيز الطلاب، وإثارة الدافعية لديهم لمشاهدة الفيديو التعليمي قبل الحضور للمحاضرة.

4. التطبيق الصفّي: تهيئة البيئة الصفية للتطبيق الربطات الكشفية، وتنفيذ الأنشطة داخل الصف.

5. التقويم التكويني: توجيه وتيسير التطبيق الصفّي، وملاحظة الأداء من بداية الدرس الى النهاية

3-6-2 تطبيق استراتيجية التعلم المنعكس للمتعلم:

أولاً: في المنزل

- يقوم الطالب/ بمشاهدة الفيديو التعليمي الذي تم إرساله من قبل المدرس الى موقع الويبسايت ، بواسطة الأجهزة المحمولة المختلفة، والتواصل مع زملائه في المجموعة عبر وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة قبل الحضور للدرس بيوم واحد .

- يقوم الطالب/ بتدوين الملاحظات والأسئلة في أثناء مشاهدة الفيديو التعليمي.

ثانياً: في الصف التعليمي

- يقوم الطالب/ بمناقشة المدرس في الملاحظات والأسئلة التي دونتها أثناء المشاهدة.

- يقوم الطالب/ بتطبيق ما تعلمه من الفيديو من خلال الأنشطة، وبمتابعة المدرس .

3-7 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2017/10/8 على عينة من مجتمع البحث و بالغ عدد الطلاب (16) وكان الهدف من هذه التجربة هي:

- مدى صلاحية و كفاية القاعة و الأجهزة و الأدوات الخاصة بالمهارة ومدى كفاءة الطلبة بالولوج الى البرنامج المعد وتصفحه .

- مدى صلاحية و ضبط زمن كل جزء من أجزاء الدرس في الوحدة التعليمية.

- مدى امكانية الطلاب على الاستمرار في الأداء وعدم شعورهم بالملل و التعب

3-8 التجربة الرئيسية:

بعد استكمال متطلبات التجربة في تحديد مجموعتي البحث و تحقيق التجانس بينهما و تحديد المادة التعليمية بتاريخ 2017/10/15 ولغاية 2017/12/6 أي لمدة (8) أسابيع بواقع وحدتين تدريسية في الأسبوع مدة كل وحدة 40 دقيقة، حيث بلغ زمن الوحدة (40) دقيقة

3-9 تقويم فن الاداء:

استخدم الباحثون استمارة تقويم مقننة على البيئة العراقية من قبل (حميد، 2014) والذي يعتمد على البناء الظاهري للحركة. ملحق رقم (1)

3-10 القياسات البعدية :

أجريت الاختبارات البعدية على عينة البحث بتاريخ 2017/12/10 بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج التعليمي.

3-11 الوسائل الاحصائية:

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- اختبارات (ت) للعينات المرتبطة

- اختبارات (ت) للعينات المستقلة

- النسبة المئوية

4- عرض ومناقشة النتائج

4-1 : عرض النتائج : بعد جمع وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً ظهرت النتائج الاتية :

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة للاختبارات القبلية و البعدية

للربطات الكشفية لمجموعتي البحث

المجموعة	اسم المهارة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
		س	ع	س	ع	
المجموعة التجريبية	ربطة الوندية	3.12	1.95	7.37	0.79	3.25
	ربطة الصاري	2.56	1.45	6.87	0.60	3.21
	ربطة الثابتة	3.01	1.84	8.50	0.37	3.45
	ربطة التسلق	2.45	2.69	7.66	0.86	2.32
	ربطة الحطاب	2.98	2.45	7.20	0.81	5.04
	ربطة السلمية	2.75	1.96	6.37	0.77	3.25
	ربطة السقالة	2.89	2.36	7.20	0.65	3.45
المجموعة الضابطة	ربطة الوندية	3.07	1.65	6.50	0.63	4.01
	ربطة الصاري	2.95	2.23	6.47	0.60	5.06
	ربطة الثابتة	2.85	1.65	6.08	0.87	4.96
	ربطة التسلق	2.75	2.32	6.50	0.77	3.79
	ربطة الحطاب	2.87	2.45	6.99	0.84	3.64
	ربطة السلمية	2.89	2.22	6.01	0.87	4.19
	ربطة السقالة	2.72	2.30	5.41	0.72	3.25

يتبين من الجدول (3) بان قيمة (ت) المحسوبة كانت اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) ونسبة خطأ تساوي او اقل من (0.05) والبالغة (2.09) وهذا يعني بان الفروق كانت ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة و لكل الربطات، ويعزو الباحث ذلك الى فاعلية البرنامج التعليمي التي طبقت على المجموعتين اذ ان اخضاع المجموعتين لبرنامجين تعليميين ادى الى تحقيق مخرجات الدرس ارتقت الى تحقيق الاهداف التعليمية الخاصة بدرس، ان هدف الدرس تحقق عندما توفرت مستلزمات إنجازه عن طريق التدريس الفعال اذ ان (التدريس نظام من الاعمال المخطط لها يقصد به تعليم الطلبة مرعي و الحيلة، 2007، 23).

ان التخطيط المسبق للدرس من قبل المدرس و الاسلوبين المتبعين في التعلم جعل الطلاب يؤدون المهارات بنسب نجاح اختلفت من اسلوب الى اخر ، ويبقى التساؤل أي ان المجموعتين حققت تعلماً افضل، فكانت المقارنة المبينة في الجدول (4)

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة للاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة للربطات الكشفية

اسم المهارة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س	ع	س	ع	
ربطة الوندية	7.37	0.79	6.50	0.63	4.18
ربطة الصاري	6.87	0.60	6.47	0.60	5.98
ربطة الثابتة	8.50	0.37	6.08	0.87	3.91
ربطة التسلق	7.66	0.86	6.50	0.77	4.29
ربطة الحطاب	7.20	0.81	6.99	0.84	3.39
ربطة السلمية	6.37	0.77	6.01	0.87	3.14
ربطة السقالة	7.20	0.65	5.41	0.72	3.42

يتبين من الجدول (4) ان قيمة (ت) المحسوبة كانت اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) ونسبة خطأ تساوي او أقل من (0.05) والبالغة (2.03) وهذا يعني بان الفروق كانت ذات دلالة احصائية و لصالح ولمصلحة المجموعة التجريبية، مما يدعو الى رفض الفرضية الصفرية التي وضعها الباحثون والتي تنص على انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية في تعلم فن أداء ربطات الحركة الكشفية، وقبول الفرضية البديلة ، ويعزو الباحثون هذه الفروق التي ظهرت الى

- اهمية الفيديو التعليمي و أعداده و التقنيات العالية في ادماج المثبرات و كيفية عرض المادة العلمية فيه فضلاً عن اهمية التدريبات و الانشطة المتنوعة و التفاعل وجهاً لوجه و لكونها خطوة اساسية لحصولهم على التغذية الراجعة اثناء تنفيذ تلك الانشطة و التدريبات لذلك اصبح الطالب

محور العملية التعليمية من خلال مشاهدة الفيديو التعليمي و الانشطة الصفية في الصفوف المقلوبة لها الاثر الاكبر ليصبح الطالب محور العملية التعليمية و الانشطة الصفية في الصفوف المقلوبة لها دور فعال في فهمهم ليتبنوا معرفتهم بنفسهم، وتؤكد ذلك (الشليبي، 2017) خلال مشاهدة للمحتوى التعليمي في الفيديو التعليمي و التحكم في سرعة تعلمها بالتالي يشعرون بالثقة و الاطمئنان و تزداد دافعيته و يتحسن ادائهم و تظهر اتجاهات ايجابية نحو البحث من خلال الصفوف المقلوبة واستكشاف المفاهيم بعمق اكبر فقد اصبح لديهم تصورات ايجابية نحو الصفوف المقلوبة بحيث تمكن الطلبة من مشاهدة الدرس عدة مرات (الشليبي، 2017، 144)

- ان البرامج التدريسية القائمة على التعليم المنعكس يعد من انجح اساليب التدريس حيث جمع بين مميزات الصف التقليدي و مميزات التدريس الالكتروني في بيئة تعليمية تتمتع بتعلم نشط و فاعلية عالية من الطلبة و تؤكد ذلك (حميد، 2016) يعد التعليم المنعكس احد الحلول التقنية الحديثة لعلاج ضعف التعليم التقليدي و تنمية مستوى مهارات التفكير عند الطلبة فالتعليم المنعكس نمط واسلوب و استراتيجية تدريس تشمل استخدام التقنيات للاستفادة من التعلم في العملية التعليمية . (حميد، 2016، 4)

- تواجد و تفاعل اكبر مع مدرس المادة و تحقيق تفريد التعلم و حول التعليم المنعكس دور الطلاب مما كان يقوم به في الصف التقليدي و العمل كواجب في المنزل ان هذه الاشياء تزيد من و تحفز الطلبة على المشاركة و التفاعل مع المواضيع المطروحة تؤكد ذلك (حميد، 2016) ان الفصول الدراسية المنعكسة تخلق الاندماج المثالي للدروس عبر الانترنت وجهاً لوجه الذي اصبح يعرف باسم الفصول الدراسية المختلط. الميزة في هذا النمط بان الوقت سيقضي فقط في استعداد الطلبة للتعلم ويلعب المدرس دوراً حيوياً في حياة طلابهم هم الموجهين وبذلك فان وجود المدرس مع الطالب في المنزل بطريقة حية تفاعلية من خلال محاضرة الفيديو وفي غرفة الصف للتوجيه و الارشاد ستكون اكثر فاعلية و متعة و حيوية بالنسبة للطلاب و المدرس (حميد، 2016، 46) ويؤكد كذلك (كافي، 2009) ان زيادة إمكانية الاتصال بين الطلبة فيما بينهم وبين الطلبة و المدرس وذلك من خلال سهولة الاتصال ما بين هذه الأطراف في عدة اتجاهات مثل مجالس النقاش و البريد الالكتروني و غرف الحوار . (كافي، 2009، 44)

- ان تحكم الطالب في سرعة عرض المقاطع الفلمية و تكرارها عدد مرات وكذلك دقة الصورة التوضيحية في البرنامج التعليمي أدى الى التصور الحركي الدقيق للمهارة نتيجة اقترانها مع الحوار و النقاش مع المدرس و الربط فيما بينهم وهو صاحب الأثر الفعال في عملية تصور و إدراك وفهم الحركة بصورتها الصحيحة ويؤكد ذلك (عبدالمجيد و محمد، 2000) ان التصور الحركي ضروري جداً في تعلم المهارات و تطويرها خاصة إذا ربط هذا التصور و التخيل بالناحية الفكرية الناتجة عن الشرح و التوضيح اللغوي للمهارة. (عبدالمجيد و محمد، 2000، 205)

- امكانية الوصول الفوري للمعلومات في المكان و الزمان المحدد مما أدى الى الاستفادة من الزمن للطلاب وكذلك للمدرس بإمكانه الاحتفاظ بزمناه من الضياع لأنه بإمكانه ارسال ما يحتاجه الطالب عبر الموقع المحدد للدراسة .

5- الاستنتاجات و التوصيات

5-1 الاستنتاجات

- تفوق المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلة الاختبار البعدي في تعلم فن اداء الربطات الكشفية
- تفوقت المجموعة التجريبية التي طبقت استراتيجية التعلم المنعكس على المجموعة الضابطة التي طبقت الاسلوب المتبع في تعلم فن اداء الربطات الكشفية.

5-2 التوصيات

- ضرورة استخدام استراتيجيات التعلم المنعكس في العملية التعليمية أثناء تعلم فن اداء الربطات الكشفية.

- إجراء دراسات و بحوث مماثلة ولمراحل دراسية أخرى ولمهارات أخرى .

- عقد دورات تدريبية لتنمية مهارات وانتاج و تطوير ادارة صفحات الويب التعليمية لمدرسي التربية

الرياضية والكشفية

المصادر

1- حميد، جروان جميل(2014): تأثير استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل المعرفي و المهاري لبعض وحدات مقرر التربية الكشفية لطلاب معهد التربية الرياضية بالعراق، رسالة ماجستير غير منشورة في كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، مصر.

2-الخليفة، حسن جعفر ، ومطاوع ، ضياء الدين محمد :2015" استراتيجيات التدريس الفعال " ، مكتبة المتنبي ، الرياض.

3-عبد الرحمن، عبدالله 1999 " تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التربوية، بحث منشور في كتاب تكنولوجيا التعليم، دراسات عربية، تحرير مطبعة عبد السميع، مركز كتاب للنشر ، القاهرة.

4-عبدالمجيد، مروان، محمد، جاسم، (2000): اتجاهات حديثة في التدريس التربية الرياضية، ط1، مؤسسة الوراق، عمان.

5 -الشمرمان، 2015 " التعلم المدمج والتعلم المعكوس ، دار المسيرة ، عمان

6- لشامسي، عبد اللطيف،2013" صناعة التعليم الفصل المقلوب ، من موقع إمارات اليوم

<http://www.emaratyalyoum.com/opinion>

7-زوحى، نجيب:2014" ماهية التعلم المقلوب <http://www.net-educ.com/la-classe-inversee>

8-كافي، مصطفى يوسف،(2009): التعليم الالكتروني في عصر الاقتصاد المعرفي، دارو مؤسسة رسلان، سوريا

9-مرعي، مرعي احمد، الحيلة، محمد محمود، (2017): طرائق التدريس العامة، دار المسيرة للطباعة و النشر، عمان ، الاردن.

10-المنظمة الكشفية العالمية، نظام تربوي، ترجمة وتعريب الامانة العامة للمنظمة الكشفية العربية ، المختبر الكشفى التربوي ، القاهرة ، 1999م.

11-Brame **Cynthia** Cynthia Flipping the classroom, Vanderbilt University.

Retrieved may, 2015 from

12-Brame **Cynthia** Cynthia Flipping the classroom, Vanderbilt University.

Retrieved may, 2015 from

13-BERGMANN,J & sams , A The short history of flipped learning ,Flipped Learning network , 2012

14-Johnson,L. Effect of the Flipped Classroom Model on a Secondary Computer Applications Questions and student and teacher Perception Questions and student Achievement. Unpublished Ph.D dissertation , College of Education and Human Development, University of Louisville, Kentucky Retrieved, <https://theflippedclassroom.files.wordpress.com/2012/4/johanson-renner-2012.pdf>

15-Jerry,R,jack,k.(2005): Research Methods in physical activity, humankinetics, USA.

ملخص البحث

تأثير تمارين خاصة لتطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة

م.د سعيد احمد سعيد

جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

هدف البحث الى إعداد مجموعة من التمارين الخاصة لعضلات الظهر والبطن بالاعتماد على زمن الاداء باعمار (13-15) سنة، والتعرف على تأثير التمارين الخاصة بالاعتماد على زمن الاداء في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي، وقد تم اجراء الاختبار القبلي والذي شمل اختبار تحمل القوة لعضلات الظهر وتحمل القوة لعضلات البطن وتحمل اداء الحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة، قبل تنفيذ التمارين الخاصة على عينة البحث والتي شملت (10) سباحين من اندية بغداد (اختصاص فراشة) وبعد الانتهاء من تطبيق التمارين الخاصة قام الباحث اجراء الاختبار البعدي بنفس طريقة الاختبار القبلي وتم التوصل الى استنتاجات عده اهمها فاعلية التمارين الخاصة بصورة اكبر من المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة.

Abstract

The effect of special exercises to develop the strength of the muscles of the back and abdomen and the movement of the dolphin and the completion of a swimming 100 meters butterfly Bamar (13-15) years

The aim of the study was to prepare a set of exercises for the muscles of the back and abdomen, depending on the performance time by the age of 13-15 years, and to determine the effect of exercise depending on the performance time in the development of the endurance of the muscles of the back and abdomen and the movement of dolphin, 15 years. The researcher used the experimental method with the design of the experimental and control groups with the tribal and remote test. The tribal test was performed, which included the strength tolerance test for the back muscles, the strength of the abdominal muscles, the performance of the dolphin movement and the completion of the 100 meter butterfly, (10) swimmers from the clubs of Baghdad (butterfly specialty) and after the completion of the application of special exercises the researcher carried out the post-test the same method of tribal testing and reached the conclusions of the most important effectiveness of special exercises more than the training curriculum prepared by the coach In the development of endurance of the muscles of the back and abdomen and carrying the performance of the movement of dolphins and the completion of a swimming 100 meters butterfly.

1- (التعريف بالبحث):

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ان مستويات الانجاز العالية التي وصل اليها الرياضيين في مختلف الالعاب الرياضية، والذي تحتاج من الرياضي الوصول الى مستويات عالية من القدرة البدنية والمهارية والنفسية،

وهذا لا يمكن ان يصل اليه الرياضي اذ لم يهتم المختصين في مجال التدريب بجميع التفاصيل وتطويرها لتحقيق هذا الانجاز.

وان الدول المتقدمة عملت على البدء في التدريب باعمار صغيرة ليستطيعوا من الوصول الى المستويات العالية، اذ تعد هذه الشريحة هي الركيزة الاساسية التي تنطلق من خلالها الدول نحو التقدم والارتقاء لكي تسهم في صناعة المستقبل الافضل، وتوظيف هذه الطاقات توظيفاً سليماً، اذ يعد الاهتمام بها معيار على مدى تقدم المجتمع.

وتعد سباحة الفراشة اصعب انواع السباحات الاربعة وذلك لما تتطلب من قوة عضلية كبيرة في عضلات الذراعين والجذع والرجلين وصعوبة في الاداء الفني، وبما ان الحركة الدولفينية التي يقوم بها السباح في سباحة الفراشة وان للجذع دور رئيسي في هذه الحركة بالاضافة الى ان مسافة (100) متر تحتاج الى تحمل قوة في عضلات البطن والظهر، ومن هنا تجلت اهمية البحث في اعداد مجموعة من التمرينات الخاصة بالاعتماد على زمن الاداء لتطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة.

2-1 مشكلة البحث:

من خلال اطلاع الباحث على المصادر العلمية وكذلك متابعة تدريبات المنتخبات الوطنية والاندية الرياضية والمدرسة التخصصية بالسباحة، لم يجد تركيز من قبل المدربين على الحركة الدولفينية في سباحة الفراشة، وعدم استخدام تمرينات بدنية لتطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن، بل كان تركيزهم يقتصر على حركة الرجلين، على الرغم من ان الجذع يشكل الكتلة الاكبر في الجسم والذي تبدأ منه الحركة الدولفينية وان عضلات الظهر والبطن ذات اهمية في سباحة الفراشة وخصوصاً في الحركة الدولفينية، ولذلك ارتأى الباحث اعداد مجموعة من التمرينات الخاصة لعضلات الظهر والبطن بالاعتماد على زمن الاداء لتطوير تحمل القوة لهذه العضلات بالاضافة الى تطوير الحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة.

3-1 أهداف البحث:

- ❖ إعداد مجموعة من التمرينات الخاصة لعضلات الظهر والبطن بالاعتماد على زمن الاداء باعمار (13-15) سنة.
- ❖ التعرف على تأثير التمرينات الخاصة بالاعتماد على زمن الاداء في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة.

4-1 فروض البحث:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير تحمل القوة لعضلات البطن والظهر والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير تحمل القوة لعضلات البطن والظهر والحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة باعمار (13-15) سنة.

5-1 مجالات البحث:

تحدد مجالات البحث في الآتي:

1-5-1 المجال البشري: مجموعة من سباحي اندية بغداد بأعمار (13-15) سنة.

2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 2017// ولغاية 2017//

3-5-1 المجال المكاني: مسبح الشعب الاولمبي.

2- (الدراسات النظرية):

1-2 تحمل القوة:

إن العديد من الفعاليات الرياضية تتطلب من الرياضي إمكانية بذل جهد كبير من القوة لفترة طويلة دون ظهور انخفاض في المستوى، إذ تسمى هذه القدرة بـ (تحمل القوة)، وتعرف بأنها " قدرة أجهزة الجسم على مقاومة التعب أثناء المجهود المتواصل الذي يتميز بطول مدته وارتباطه بمستويات من القوة العضلية " (1)، وتعرف أيضاً بـ " قدرة الفرد على مواجهة مقاومات متوسطة الشدة لمدد طويلة نسبياً بحيث يقع العبء الأكبر في العمل على الجهاز العضلي " (2)، وتعرف أيضاً بأنها " القدرة في الحفاظ على أداء إنجازات قوة لمدة زمنية يحددها نوع النشاط الرياضي الممارس وما يرتبط بذلك من الحفاظ على معدل الهبوط في مستوى القوة الناتج من التعب عند مستوى منخفض للغاية " (3)، إذ تعد من القدرات الضرورية التي تحتاج إلى مستوى معين من القوة العضلية ولمدة طويلة وهناك ثلاثة طرق رئيسية لتنمية تحمل القوة وهي (4):

- تدريبات الأثقال التقليدية.
- التدريبات التي تعتمد على تكرارات مرتفعة.
- التدريبات التي تعتمد على أحمال متغيرة.

إذ إن هذه القدرة تعتمد على العلاقة بين القوة العضلية وتحمل القوة، فالعضلة الأقوى قادرة على أداء تدريبات التحمل بمعدلات أفضل من العضلة الأضعف، لذا فإن الرياضات التي تتطلب مستوى عالي من تحمل القوة كالجري لمسافات متوسطة والسباحة تحتاج إلى فترة إعداد للقوة العضلية بين (2-3) أشهر خلال العام التدريبي، وفي الفترة قبل المسابقات بعدة شهور يمكن استخدام أسلوب الأحمال المتغيرة في أساليب تدريب تحمل القوة، ومع اقتراب موعد المسابقات يتم زيادة الحجم كاسلوب تدريبي لتطوير تحمل القوة (5).

ولتنمية هذا النوع من القوة تستخدم طريقة التدريب الفترى المنخفض والمرتفع الشدة والفراتك (6)

3- (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية):

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة المشكلة.

3-2 عينة البحث:

هي ذلك الجزء الذي يمثل مجتمع البحث الأصل الذي يجري الباحث عليه مجمل عمله (7)، فقد تم اختيار نخبة من سباحي من اندية (الجيش والشرطة والكاظمية والاعظمية) وعددهم (10) سباحين اختصاص سباحة فراشة، وتم إجراء التجانس بين السباحين في (الطول، والوزن، والعمر)، وكما مبين في الجدول (1)، وبعد ذلك تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية والضابطة بطريقة القرعة كل مجموعة تتكون من (5) سباحين، وقام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث، وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (1)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (الطول، والوزن، والعمر)

(1) محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي: (بغداد، دار المعارف، 1979)، ص142.

(2) محمد صبحي حسنين وأحمد كسرى معاني؛ موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998)، ص23.

(3) السيد عبد المقصود؛ نظريات التدريب الرياضي وتدريب وفسولوجيا القوة: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997)، ص165.

(4) طلحة حسام الدين (وآخرون)؛ الموسوعة العلمية في التدريب: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997)، ص95.

(5) طلحة حسام الدين (وآخرون)؛ مصدر سبق ذكره، ص121.

(6) محمد ناجي شاكر أبو غنيم؛ تأثير استخدام أساليب تمارين البلايومتركس والإثقال والمختلط في بعض المتغيرات الوظيفية والبدنية والانجاز: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000)، ص21.

(7) وجيه محبوب وأحمد بدري؛ البحث العلمي: (بابل، مطبعة جامعة بابل، 2002)، ص181.

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سنتيمتر	164.1	5.526	166	0.940
الوزن	كغم	63.3	6.766	64.5	0.880
العمر	سنة	14	0.816	14	0.000

من الجدول (1) يتبين:
إن قيم معامل الالتواء كلها انحصرت بين (± 3) مما يدل على تجانس عينة البحث الأمر الذي يحقق تجانس عينة البحث في المتغيرات (الطول والوزن والعمر).

الجدول (2)
يبين تكافؤ عينة البحث

ت	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	تحمل القوة لعضلات الظهر	مرة	16	1.581	15.4	1.140	0.688	0.510	غير معنوي
2	تحمل القوة لعضلات البطن	مرة	12	1.581	12.8	1.643	0.784	0.455	غير معنوي
3	تحمل اداء الحركة الدوفينية	ثانية	3.2	0.836	3.4	0.547	0.447	0.666	غير معنوي
4	انجاز سباحة (100) متر فراشة	ثانية	1.272	0.019	1.276	0.013	0.381	0.712	غير معنوي

من الجدول (2) يتبين:
عشوائية الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث كلها، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات قيد البحث كلها في الاختبار القبلي، لضمان البدء بخط شروع واحد لمجموعتي البحث.
3-3 وسائل جمع المعلومات:
أستخدم الباحث وسائل عدة من خلالها ستجمع البيانات والمعلومات والخروج بنتائج البحث، وأهم تلك الوسائل:

3-3-1 الوسائل المستخدمة في البحث:

- 1- المصادر العربية والاجنبية.
- 2- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- 3- التجربة الاستطلاعية.
- 4- الاختبارات والقياسات.
- 5- الوسائل الاحصائية لنظام (SPSS).

3-3-2 الاجهزة المستخدمة في البحث:

- 1- ساعة توقيت الكترونية عدد (3) نوع (CASIO) يابانية الصنع.

3-3-2 الادوات المستخدمة في البحث:

- 1- شريط قياس طوله (50) متر.
- 2- ميزان طبي لقياس الوزن والطول.
- 3- صافرة.

3-4 اجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد القدرات البدنية:

قام الباحث بالاطلاع على المصادر العلمية⁽¹⁾ لتحديد القدرات البدنية الأكثر مساهمة في اداء سباحة (100) متر فراشة، ومن خلال اطلاع الباحث على المراجع والمصادر العلمية العربية

(¹) W.Maglischo.PHD; W.Maglischo.PHD; Swimming Faster, Human Kinetics.

والاجنبية، تم اختيار تحمل القوة باعتبارها القدرة الاكثر مساهمة في انجاز سباحة (100) متر فراشة.

3-4-2 تحديد اختبارات البحث:

أولاً/اختبار تحمل القوة لعضلات البطن:

- ❖ اسم الاختبار: اختبار الجلوس من الرقود لحد التعب⁽²⁾.
- ❖ الهدف من الاختبار: قياس تحمل القوة لعضلات البطن.
- ❖ الأدوات المستخدمة: ساعة توقيت، صافرة، استمارة تسجيل.
- ❖ أجراء الاختبار: يتخذ المختبر وضع الاستلقاء على الظهر مع فتح قدميه بمقدار (30) سنتيمتر، واليدان متشابكتان خلف الراس، وعند سماع الصافرة يبدأ المختبر بثني الجذع للوصول الى وضع الجلوس وتكون الركبتين مثنيتان، ويكرر التمرين بسرعة بدون توقف لحد التعب.
- ❖ التسجيل: درجة المختبر هي عدد مرات التكرار الصحيحة لحد التوقف.

ثانياً/اختبار تحمل القوة لعضلات الظهر:

- ❖ اسم الاختبار: اختبار الظهر (Back Arch) لحد التعب.
- ❖ الغرض من الاختبار: قياس تحمل القوة لعضلات الظهر.
- ❖ الادوات: ساعة ايقاف.
- ❖ مواصفات الاداء: يستند المختبر على جهاز الـ (Back Arch) وعند سماع صافرة المحكم يقوم بحني ومد الجسم على الجهاز لحد التعب.
- ❖ التسجيل: يسجل اكبر عدد مرات الاداء لحد التعب.
- ❖ ثالثاً/اختبار تحمل اداء الحركة الدولفينية:
- ❖ اسم الاختبار: اختبار تحمل اداء الحركة الدولفينية⁽³⁾.
- ❖ الهدف من الاختبار: قياس تحمل اداء الحركة الدولفينية.
- ❖ الأدوات المستخدمة: ساعة توقيت، صافرة، استمارة تسجيل.
- ❖ أجراء الاختبار: يقف المختبر في حوض السباحة الذي يجب ان يكون بعمق اكثر من (3) متر بالقرب من الحافة، وعند سماع صافرة البدء يقوم المختبر بأخذ الوضع العمودي بمد الذراعين الى الاعلى ومد الرجلين ليكونان بالوضع المتلاصق ويقوم باداء الحركة الدولفينية من الوقوف لحد التعب، وعند نزول الراس داخل الماء يتوقف المختبر عن الاداء، ويقوم المختبر بالاداء بأقصى قوة وسرعة لابقاء راسه خارج الماء لتسجيل اطول وقت ممكن.
- ❖ التسجيل: يسجل الوقت الذي استغرقه السباح لابقاء راسه خارج الماء.

ثالثاً/اختبار الانجاز:

- ❖ اسم الاختبار: انجاز سباحة (100) متر فراشة⁽⁴⁾.
- ❖ الهدف من الاختبار: قياس انجاز سباحة (100) متر فراشة.
- ❖ الأدوات المستخدمة: ساعة توقيت، صافرة، استمارة تسجيل.
- ❖ أجراء الاختبار: يقف المختبر عند منصة الوقوف ويقوم بأداء الإحماء الخاص به وعند سماع كلمة (مكانك) من المطلق يقوم بأخذ وضعية الانطلاق وينتظر سماع صافرة المطلق وعند سماع الصافرة يقفز من المنصة إلى الماء ويقوم بقطع مسافة (100) متر بأداء السباحة الفراشة وبأقصى سرعة وذلك لتسجيل اقل وقت ممكن.

p61.

(¹) محمد علي القط، فسيولوجيا الأداء الرياضي في السباحة: (القاهرة، المركز العربي للنشر، 2006)، ص46.

(²) محمد صبحي حسنين؛ القياس والتفوييم في التربية البدنية والرياضة. ج1. ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995)، ص176.

(³) W.Maglischo.PhD; op.cit, p187.

(4) أبو العلا احمد عبد الفتاح؛ تدريب السباحة للمستويات العليا. ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994)، ص205.

❖ **التسجيل:** يسجل الوقت الذي استغرقه السباح في إنهاء مسافة (100) متر فراشة.

3-4-4 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية، اذ كانت تخص اختبارات البحث والتي طبقت على عينة التجربة الاستطلاعية التي تكونت من (3) سباحين من اندية بغداد وكانت يوم الاثنين بتاريخ 2017/6/26، وكان الهدف من هذه الاختبارات هو:

- ❖ معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.
- ❖ معرفة صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث.
- ❖ معرفة مدى تقبل عينة البحث للاختبارات الموضوعية.
- ❖ التعرف على المعوقات والصعوبات التي قد تظهر في التجربة الرئيسية.

3-4-5 الاختبار القبلي:

قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي يوم الخميس بتاريخ 2017/6/29 على عينة البحث البالغ عددهم (10) سباحين وكانت الاختبارات ضمن التسلسل الاتي (تحمل اداء الحركة الدوفينية، وانجاز سباحة 100 متر فراشة، وتحمل القوة لعضلات الظهر، وتحمل القوة لعضلات البطن).

3-4-6 التمرينات المقترحة:

قام الباحث باعداد مجموعة من التمرينات الخاصة (*) لتطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن والحركة الدوفينية وانجاز سباحة (100) متر حرة وبالاغتماد على زمن اداء سباحة الـ (100) متر لكي يكون التدريب اكثر فاعلية في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن، اذ تم تطبيق التمرينات المقترحة على مجموعة البحث التجريبية ولمدة من 2017/7/1 ولغاية 2017/9/7 وكالاتي:

- ❖ كانت مدة المنهج التجريبي (10) اسابيع.
- ❖ كان عدد الوحدات التدريبية (3) وحدات في الاسبوع وللايام (السبت، والاثنين، والخميس).
- ❖ كان زمن الوحدة التدريبية (50-60) دقيقة.
- ❖ كان شدة الحمل التدريبي بدأت 50% ووصلت 90%.
- ❖ كان الراحة بين التمرينات (2) دقيقة.

وتم حساب الشدة للتمرينات الخاصة على اساس قانون:

$$\frac{\text{أقصى نبض} \times \text{الشدة المطلوبة}^{(1)}}{100}$$

100

3-4-7 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات الخاصة للمجموعتين التجريبية والضابطة، قام الباحث بإجراء الاختبار البعدي في اليوم السبت المصادف 2017/9/9 وبالاسلوب نفسه الذي تمت فيه اجراء الاختبارات القبلية وبالمكان نفسه.

3-5 الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية الجاهزة (SPSS) لاستخراج القوانين الاتية:

1. قانون النسبة المئوية.
2. الوسط الحسابي.
3. الانحراف المعياري.
4. الوسيط.
5. اختبار (t-test) للعينات المترابطة.

(*) كما مبين في الملحق (1).

(1) ريسان خريبط؛ تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي. (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1997)، ص360.

6. اختبار (t-test) للعينات غير المترابطة.

4- (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):

قام الباحث في هذا الباب بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها في محورين أساسيين، هما المحور الأول وتطرق الى عرض نتائج متغيرات البحث بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة، اما المحور الاخر فتم عرض نتائج الإختبار البعدي بين مجموعتي البحث.

4-1 عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة بين الإختبارين القبلي والبعدي وتحليلها:

4-1-1 عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعة التجريبية بين الإختبارين القبلي والبعدي وتحليلها:

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمجموعة التجريبية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي في اختبارات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	معنوية الفروق
		ع±	س	ع±	س					
تحمل القوة لعضلات الظهر	مرة	16	1.581	26.2	1.303	10.2	0.836	27.260	0.000	معنوي
تحمل القوة لعضلات البطن	مرة	12	1.581	38.6	2.607	26.6	1.516	39.219	0.000	معنوي
تحمل اداء الحركة الدولفينية	ثانية	3.2	0.836	9	1.581	5.8	2.049	6.328	0.003	معنوي
انجاز سباحة (100) متر فراشة	ثانية	1.272	0.019	1.176	0.011	0.096	0.023	9.324	0.001	معنوي

(*) درجة الحرية (4=1-5).

(*) دال عند مستوى الدلالة (0.05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة.

يتبين من الجدول (3):

- **في تحمل القوة لعضلات الظهر:** بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (16) بانحراف معياري (1.581)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (26.2) بانحراف معياري (1.303) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (10.2) بانحراف معياري للفروق (0.836)، وبلغت (t) المحسوبة (27.260)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- **في تحمل القوة لعضلات البطن:** بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (12) بانحراف معياري (1.581)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (38.6) بانحراف معياري (2.607) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (26.6) بانحراف معياري للفروق (1.516)، وبلغت (t) المحسوبة (39.219)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- **في تحمل اداء الحركة الدولفينية:** بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (3.2) بانحراف معياري (0.836)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (9) بانحراف معياري (1.581) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (5.8) بانحراف معياري للفروق (2.049)، وبلغت (t) المحسوبة (6.328)، في حين كان مستوى الخطأ (0.003)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.

- في انجاز سباحة (100) متر فراشة: بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (1.272) بانحراف معياري (0.019)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (1.176) بانحراف معياري مقداره (0.011) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (0.096) بانحراف معياري للفروق (0.023)، وبلغت (t) المحسوبة (9.324)، في حين كان مستوى الخطأ (0.001)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- 2-1-4 عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعة الضابطة بين الإختبارين القبلي والبعدي وتحليلها:

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي في اختبارات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	معنوية الفروق
		ع±	س	ع±	س					
تحمل القوة لعضلات الظهر	مرة	1.140	15.4	1.303	21.2	5.8	1.788	7.25	0.002	معنوي
تحمل القوة لعضلات البطن	مرة	1.643	12.8	1.870	25	12.2	3.033	8.993	0.001	معنوي
تحمل اداء الحركة الدولفينية	ثانية	0.547	3.4	0.547	5.4	2	1	4.472	0.011	معنوي
انجاز سباحة (100) متر فراشة	ثانية	0.013	1.276	0.011	1.254	0.022	0.004	11	0.000	معنوي

(*) درجة الحرية (4=1-5).

(*) دال عند مستوى الدلالة (0.05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة.

يتبين من الجدول (4):

- في تحمل القوة لعضلات الظهر: بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (15.4) بانحراف معياري (1.140)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (21.2) بانحراف معياري مقداره (1.303) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (5.8) بانحراف معياري للفروق (1.788)، وبلغت (t) المحسوبة (7.25)، في حين كان مستوى الخطأ (0.002)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- في تحمل القوة لعضلات البطن: بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (12.8) بانحراف معياري (1.643)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (25) بانحراف معياري مقداره (1.870) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (12.2) بانحراف معياري للفروق (3.033)، وبلغت (t) المحسوبة (8.993)، في حين كان مستوى الخطأ (0.001)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- في تحمل اداء الحركة الدولفينية: بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (3.4) بانحراف معياري (0.547)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (5.4) بانحراف معياري مقداره (0.547) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي (2) بانحراف معياري للفروق (1)، وبلغت (t) المحسوبة (4.472)، في حين كان مستوى الخطأ (0.011)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدي.
- في انجاز سباحة (100) متر فراشة: بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (1.276) بانحراف معياري (0.013)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (1.254) بانحراف

معيارى مقداره (0.011) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى (0.022) بانحراف معيارى للفروق (0.004)، وبلغت (t) المحسوبة (11)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الإختبارين القبلي والبعدى عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (4) ولصالح الإختبار البعدى.

4-1-3 مناقشة نتائج متغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة بين الإختبارين القبلي والبعدى وتحليلها:

يتبين من خلال الجدولين (3) و(4) بان هناك فروق بين الإختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث (تحمل القوة للظهر، وتحمل القوة للبطن، وتحمل اداء الحركة الدولفينية، وانجاز 100 متر فراشة) ولصالح الإختبار البعدى، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية التمرينات الخاصة بتنمية تحمل القوة للجذع بالنسبة للمجموعة التجريبية، وفاعلية المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث بالنسبة الى المجموعة الضابطة، وسبب ذلك يعود إلى أن مكونات الحمل التدريبي كانت تهدف إلى تنمية تحمل القوة وتحمل السرعة وبشدة مجهود (50%-90%)، اذ ان الشدة (50%-90%) من الاستطاعة القصوى وبحجم مجهود عالٍ لكل تمرين⁽¹⁾، وهي الشدة المستخدمة في التمرينات الخاصة المعدة من قبل الباحث، اذ تميزت هذه التمرينات بان تكون الشدة منخفضة ويتم زيادة عدد التكرارات بصورة تدريجية وكذلك زيادة الشدة وهذا ما حرص عليه الباحث لتطوير تحمل القوة، " اذ يتم تنمية تحمل القوة عن طريق تمرينات تنخفض فيها المقاومة ويزداد عدد التكرارات وتقل فترات الراحة بين التمرينات "⁽²⁾.

4-2 عرض نتائج متغيرات البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبار البعدى وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (5)
يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س			
تحمل القوة لعضلات الظهر	1.303	26.2	1.303	21.2	6.063	0.000	معنوي
تحمل القوة لعضلات البطن	2.607	38.6	1.870	25	9.475	0.000	معنوي
تحمل اداء الحركة الدولفينية	1.581	9	0.547	5.4	4.810	0.001	معنوي
انجاز سباحة (100) متر فراشة	0.011	1.176	0.011	1.254	10.816	0.000	معنوي

(*) درجة الحرية (5+5-2=8).

(*) معنوي إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

من الجدول (5) يتبين:

- في تحمل القوة لعضلات الظهر: بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (26.2) بانحراف معيارى (1.303)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (21.2) بانحراف معيارى (1.303)، وبلغت (t) المحسوبة (6.063)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (8) ولصالح المجموعة التجريبية.

(1) سرمد سعيد شكر؛ تأثير تدريبات القوة المطلقة والنسبية في بعض المتغيرات الفسلجية والبدنية والميكانيكية والانجاز لعدائي 200-400 متر للمتقدمين: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2007)، ص8.

(2) محمد علي القط؛ المبادئ العلمية للسباحة: (الإسكندرية، منشأة المعارف، 2000)، ص108.

- **في تحمل القوة لعضلات البطن:** بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (38.6) بانحراف معياري (2.607)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (25) بانحراف معياري (1.870)، وبلغت (t) المحسوبة (9.475)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (8) ولصالح المجموعة التجريبية.
 - **في تحمل اداء الحركة الدولفينية:** بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (9) بانحراف معياري (1.581)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5.4) بانحراف معياري (0.547)، وبلغت (t) المحسوبة (4.810)، وبمستوى خطأ (0.001)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (8) ولصالح المجموعة التجريبية.
 - **في انجاز سباحة (100) متر فراشة:** بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (1.176) بانحراف معياري (0.011)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (1.254) بانحراف معياري (0.011)، وبلغت (t) المحسوبة (10.816)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (8) ولصالح المجموعة التجريبية.
- من خلال الجدول (5) يتبين بان هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية في متغيرات البحث، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية التمرينات الخاصة لتطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدولفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة، اذ ان التمرينات الخاصة التي كانت تهدف الى تنمية تحمل القوة وباستخدام تمرينات ارضية وفي الماء وباستخدام وسائل مختلفة مثل الاثقال والحبال المطاطية والزعانف، " وتعتبر طريقة التدريب الفترى ملائمة لذلك " (1)، كما أن التدريب المنتظم والمبرمج واستخدام أنواع الشدة المقننة في التدريب واستخدام أنواع الراحة المثلى بين التكرارات يؤدي إلى تطوير الانجاز " (2).
- أن عملية تقنين الشدة التدريبية في درجاتها المختلفة والمرتبطة بنوع الفعالية الرياضية غاية في الأهمية عند إعداد المنهج التدريبي في طرق التدريب المختلفة " حيث يجب أن يكون لها معيار، وتتميز بالارتفاع كلما تقدمت فترة الأعداد الخاص ثم تزداد ارتفاعاً في الشهر الذي يسبق المنافسة الهامة " (3).
- إذ عملت كل من تمرينات مطاولة القوة على زيادة قابلية الجسم على مقاومة التعب، من خلال تسليط أحمال تدريبية على الجسم لكي تحدث عملية التكيف، فإن العبء المسلط على جسم الرياضي في أثناء التدريب يمكن أن يدفعه إلى التكيف إذا ما سلط هذا العبء بأسلوب علمي عن طريق تدريب رياضي مقنن، وإن إهمال الإعداد البدني المتكامل للاعبين سيؤدي إلى حدوث حالة انخفاض في كفاية الأداء البدني والفني بسرعة وهذا ما يطلق عليه ظاهرة التعب، وهذا ما عمل عليه الباحث بأن تكون التمرينات متدرجة بصورة علمية في زيادة الشدة لكي تحدث عملية التكيف في عضلات الجسم، لكي تزداد قابلية الرياضي على مقاومة التعب العضلي الناتج من تراكم حامض اللاكتيك نتيجة أداء تمرينات مطاولة القوة.

(1) محمد علي القط؛ مصدر سبق ذكره، ص108.(2) عماد الدين عباس أبو زيد؛ التخطيط والأسس العلمية لبناء وأعداد الفريق في الألعاب الجماعية(نظريات-تطبيقات): (الإسكندرية، دار المعارف، 2005)، ص155.(3) عماد الدين عباس أبو زيد؛ المصدر السابق، ص286.

وان تدريب تحمل القوة يعمل على " تحسن قدرة اللاعب على تحمل كميات متزايدة من الحامض اللبني، وتقلل قدرة اللاعب من الشعور بالتعب " ⁽¹⁾.

5- (الاستنتاجات والتوصيات):

1-5 الاستنتاجات:

1. توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات وهي:
1. فاعلية التمرينات الخاصة في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدوفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة.
2. فاعلية المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدوفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة.
3. فاعلية التمرينات الخاصة بصورة اكبر من المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدوفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة.

2-5 التوصيات:

1. من خلال استنتاجات البحث يوصي الباحث بما يلي:
1. استخدام التمرينات الخاصة في تطوير تحمل القوة لعضلات الظهر والبطن وتحمل اداء الحركة الدوفينية وانجاز سباحة 100 متر فراشة.
2. تطبيق التمرينات الخاصة في تطوير انجاز سباحة 100 متر صدر وذلك لاحتوائها على حركة دوفينية اثناء الاداء.
3. تطبيق التمرينات الخاصة على فئات عمرية اخرى.

المصادر

1. أبو العلا احمد عبد الفتاح؛ تدريب السباحة للمستويات العليا ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
2. ريسان خريبط؛ تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي. (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1997).
3. سرمد سعيد شكر؛ تأثير تدريبات القوة المطلقة والنسبية في بعض المتغيرات الفسلجية والبدنية والميكانيكية والانجاز لعدائي 200- 400 متر للمتقدمين: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2007).
4. السيد عبد المقصود؛ نظريات التدريب الرياضي وتدريب وفسيولوجيا القوة: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1997).
5. طلحة حسام الدين (وآخرون)؛ الموسوعة العلمية في التدريب: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997).
6. عماد الدين عباس أبو زيد؛ التخطيط والأسس العلمية لبناء وأعداد الفريق في الألعاب الجماعية (نظريات- تطبيقات): (الإسكندرية، دار المعارف، 2005).
7. محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي: (بغداد، دار المعارف، 1979).
8. محمد صبحي حسانين واحمد كسرى معاني؛ موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي. ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998).
9. محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة. ج1. ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995).
10. محمد علي القط؛ المبادئ العلمية للسباحة: (الإسكندرية، منشأة المعارف، 2000).
11. محمد علي القط؛ فسيولوجيا الأداء الرياضي في السباحة: (القاهرة، المركز العربي للنشر، 2006).
12. محمد ناجي شاكر أبو غنيم؛ تأثير استخدام أساليب تمارين البلايومتركس والإثقال والمختلط في بعض المتغيرات الوظيفية والبدنية والانجاز: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000).
13. وجيه محجوب واحمد بدري؛ البحث العلمي: (بابل، مطبعة جامعة بابل، 2002).

(¹) John , shepherd and Raphael , Brandon. Maximize Speed ,Power and Strength. Peak Performance Sporting xcellence:Ontario,Canada,2007,p42.

14. John , shepherd and Raphael , Brandon. **Maximize Speed ,Power and Strength**, Peak Performance Sporting xcellence:Ontario,Canada,2007.
15. W.Maglischo.PhD; W.Maglischo.PhD; **Swimming Faster**, Human Kinetics.

الملحق (1)

نموذج من الوحدة التدريبية

ت	التمرين	الحجم	الشدة	الراحة بين التكرارات	المجاميع	الراحة بين التمارين
1	تمرين رفع الرأس من وضع الاستلقاء على الظهر فوق المسطبة ويكون الجسم في الهواء من منطقة الورك (باستخدام اقبال)	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
2	تمرين رفع الجذع من وضع الانبطاح على المسطبة ويكون الجسم في الهواء من منطقة الورك (باستخدام اقبال)	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
3	تمرين من وضع الاستلقاء على الظهر فوق المسطبة ويكون الجسم في الهواء من منطقة الورك اداء الحركة الدلفينية من الوضع الافقي (باستخدام اقبال)	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
4	تمرين من وضع الانبطاح على المسطبة ويكون الجسم في الهواء من منطقة الورك اداء الحركة الدلفينية من الوضع الافقي (باستخدام اقبال)	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
5	اداء الحركة الدلفينية من وضع الوقوف في الماء باستخدام الزعانف	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
6	اداء الحركة الدلفينية من وضع الانبطاح باستخدام الزعانف (السباحة بحركة الرجلين فقط)	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
7	اداء الحركة الدلفينية من وضع الوقوف في الماء باستخدام الزعانف ووزن في الذراع	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة
8	اداء الحركة الدلفينية من وضع الانبطاح باستخدام الزعانف (السباحة بحركة الرجلين فقط) ووزن في الذراع	20 ثانية	50%	80 ثانية	4	2 دقيقة

The Effect of Educational Sport Lesson on Intermediate School Pupils Achievement for Learning English Language

Instructor Assistant: Mohamed Dhiab Khalaf Al Azzawi

Instructor : Ibraheem Fasel khalaf Nofan Al Azzawi

Abstract

This research concerned with the effect Of Educational sport lesson on third intermediate class pupils achievement for learning English language .

The study aims at :

1. The effect of sport lesson on third intermediate class pupils and their achievement .
2. Investigating the role of Educational sport lesson on intermediate school pupils' for learning English language.

It is hypothesized that :

1. There is a statistical significant differences among pupils of experimental group A and experimental group B .
2. It hypothesis that the effect of Education sport lesson is positive on experimental groups to enhance pupils motivation for learning .

The procedure that have been followed in this study included interviews and test which has been constructed and circulated among the pupils of the English language at the center of Tikrit city. It aims at finding out the methods the teachers follow , and their suggestions for teaching English language .

The researcher constructed test which served the purpose of the study. to be answered by the third class intermediate school pupils.

The content and face validity of the test had been checked .The test was applied to (60) pupils of third intermediate school at Tikrit city and the test was given to the pupils during the first half of the year 2017-2018 .

Through the analysis of the results of the test the researcher found that Educational sport lesson is affected pupils of English language learning achievement and it has been found that there is a statistical significant differences between the two experimental groups. In the light of the results of the present study the researcher has developed a number of recommendations and suggestions .

المخلص

اثر درس التربية الرياضية على طلاب المرحلة المتوسطة وتحصيلهم الدراسي في تعلم اللغة الانكليزية

م.م محمد ذياب خلف العزاوي

م.ابراهيم فيصل خلف العزاوي

تطرقنا هذه الدراسة إلى تأثير درس التربية الرياضية على طلاب الصف الثالث المتوسط وتحصيلهم الدراسي في مادة اللغة الانكليزية .

هدف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية على التحقيق في تأثير درس التربية الرياضية على التحصيل الدراسي للطلبة ولتحقق من تأثير درس التربية الرياضية لدى الطلبة نحو التعلم .
فرضية الدراسة :

تفترض الدراسة الحالية على انه هنالك تأثير ايجابي لدرس التربية الرياضية على المجموعتين لتعلم اللغة الانكليزية كما وتفترض الدراسة على انه هنالك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين .

الطريقة المنهجية المتبعة في هذه الدراسة تضمنت على المقابلات وإجراء الاختبار من اجل تحقيق الهدف المرجو من الدراسة وقد تم إجراء الاختبار على طلاب الصف الثالث المتوسط في ثانوية التراث العربي للبنين في مركز مدينة تكريت خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2017 بعد ان تم التحقق من الصدق الظاهري وصدق المحتوى للاختبار.

ومن خلال تحليل النتائج وجد الباحث بان لدرس التربية الرياضية تأثير ايجابي واضح على طلبة الصف الثالث المتوسط للمجموعة التجريبية الأولى للطلبة الدارسين اللغة الانكليزية بعد الحصة الدراسية لدرس التربية الرياضية ووفقا لما تم الحصول عليه تم اقتراح بعض الاقتراحات ولتوصيات .

1- INTRODUCTION

1.1 The Problem and its Significant

When the pupils learn English language they face a lot of problems and difficulties that might make the process of learning difficult . These difficulties are according to of differences between the two languages the features of the foreign language that differ from native language (Lado ,1957 :2) .

The intermediate school pupils encountered a lot of difficulties in processes of learning in general and English language in particular. The current study will investigates the effect of educational sport lesson on language learning and its role for motivating intermediate pupils and trying to find the best solutions to facilitate English language learning .

This study is significant due to the following points :

1. It highlights on the effect of Educational sport lesson on third intermediate schools pupils in learning English language.
2. It suggest a good methods for teaching English language lesson depends on using playing sport activities to create interactive atmosphere for learning English language.

1.2 Aims of the Study:

This study aims at investigate the following:

1. The effect of Educational sport lesson on English language learning pupils' achievement .
2. The effect of Educational sport lesson on third intermediate class pupils for learning English language .

1.3 Hypotheses

1. There is a statistical significant differences among intermediate school pupils between experimental group(A)and experimental group(B) .

2. It hypothesis that the effect of Educational sport lesson is positive on experimental groups to enhance their motivation for learning English language .

1.4 The limits of the Study

This study is limited to the following:

1. The Iraqi intermediate pupils of the third class in tikrit city from the period of (7 October – 23 November 2017) .

1.5 Procedures

The following steps have been followed throughout the study:

1. Constructing a test for pupils to measure the degree of understanding English language .
2. Selecting a sample of third class Iraqi intermediate schools pupils at the center of tikrit city to implement the test .
3. Tabulating and analyzing the result and formulating conclusion and suggestion from the study for further studies .

1.6 Basic Definitions

Investigation: refers to “systematic study to discover the facts about how students and teachers feel with regard to inclusion” to Educational sport lesson and how they use and implement in their English language classroom (Alene , 2012 :7) .

Educational Sport Activities :is usually defined as an organized competitive and skillful physical activity which ask for devotion and faire play . (en .Oxford dictionaries .Com)

English language .It is“ the language of people in England and the U.S.A and many areas now or formerly under British control ” (Merriam Webster . 2016) .

Pupils achievement . It is the special level of pupils performance at school or academic work used from teachers by using tests or other devices .(AL Khaleli et al 1996 :159) .

2- Literature Review and Previous Studies

An Introductory Note

This chapter presents a theoretical overview on which the current study rests. The revision aims at identifying those studies which talked fields that have relevance to this study.

2-1 Playing Sport Activities

Sport lean towards to involve instructions which is good things for an English class . It is actually play whether inside or outside classroom . So one of best things is for pupils to create their own sport with their own rules. Educational sport lesson with different Varity consider important field of general education and learning (Noori ,1971: 5). Intermediate school pupils can appreciate and enjoy many kinds of sports depending on what are available in the school some schools are offer sport groups for

intermediate school pupils such as football , volleyball ,basketball , and soccer.

These type of team sport offer social interaction and a feeling of team work with other pupils with same age . the Educational sport played vital role in educational systems from earliest times till now days (Al Khateeb ,2000 :6) . Teachers should encourage to develop their own resources or use of other relevant material to outfit the needs and interest of their pupils . Some other sport may be available that can still provide sufficiently of exercises for pupils at schools .

2-2 The Relation between Sport Lesson and English language

Learning

Playing is a term“ employed in psychology and ethology to describe a range of voluntary intrinsically motivated activities associated with recreational of pleasure and enjoyment” (Zhang et al , 2011:103) .

Play is nature's training for life and play also offer an ideal opportunity for parents and teachers to engage fully with their pupils . Sport is essential to the school environment . It approves that the school setting attends to the social and emotional development of pupils as well as cognitive development (Takhavar, 1988 : 173) . Positive experience of play and sport activities can also enhance pupils mental health by building up their confidence , self-esteem , interactive and through sport playing activities both in community and schools pupils, develop friendship and a sense of belonging to a peer group .

Educational sport lesson provide exceptional opportunities for pupils to move with ease and confidence as the enjoy actions such as running , turning , chasing , catching and throwing (Ginsburg ,2007: 356) . “They are encourage to respond to challenges to the mind and body to participate and compete and to co-operate with others as a team” .

(Bernstein , Phillips & silverman , 2011:169) .

2-3 How Sport Activities can Chose at Schools Pupils

- Playing sport should be connected with Educational objectives .
- The playing sport activities should be accurate to the pupils attitudes , abilities and ages .
- the pupils should feel independence and free when they are playing .
- The roles of playing should be ease , clear and not complex .
- Playing sport must avoid any types of dangerous to pupils .

2-4 The Importance of Playing Activities in Schools

All pupils need to play and be active. “ Play is essential to the healthy physical and emotional development of all pupils , play allows pupils to create and explore the world can master conquering their fears while practicing adults roles” (Cohn , 1990 : 92) .

- Sport activities develops a sense of friendliness among pupils and their Team spirit .
- Sport activities helps pupils to develop mental and physical durability .
- The important thing for the sport to be completely Understood but for the group to work together as a team and attempt Communication by the means of disposal .
- Pupils who do sport are generally healthier , more active and conscious(Zorba , 2008 : 362) .
- Specifically the experience of sport activity appears to be attractive to Pupils for the following reasons , fun , enjoyment and improving skills. (Bandura , 1997: 284) .
- Playing sport considers a means of communication .
- Playing sport consider treatment for pupils to solve their problems They encountered at schools .
- playing helps pupils to develop their thinking , realizing and imagination .
- Playing sport in schools help pupils to respect each other . (Khalil et al ,1996 : 87) .

2-5 Previous Studies

(Mageed,2001) The effect of educational sport lesson on students focusing and achievement) .

Aim of Study :

The aim of study is to investigating the effect of Educational sport lesson on developing the students ability for focusing on learning achievement and to investigate time of educational sport lesson whether is better at the beginning or at the end of the day before or after English language lesson. Investigating if there is statistical differences among pupils according to the time of educational sport lesson.

The Procedure

The researcher used the experimental research contains 90 students from fourth , fifth and sixth class primary school at United Arab Emirates).

The Conclusion

The effect of educational sport lesson is different from time to other , it is highly affect on students at the beginning of the day.

(Al Halawani 2006)

Name of study (The effect of sport activities on second secondary school pupils achievement in KSA) .

Aim of the study

To know the pupils studying achievement level of internal and external school sport activities and pupils do not playing sport activities at school .

The Procedure

The researcher used descriptive study to collect data and information. The sample of study consist of 80 students of fifth preparatory school in Saudi Arabia .

The Conclusions

There is statistical differences between pupils whom are playing sport activities in school with pupils are not and their achievements .

3-PROCEDURE

3.1: Research Procedure

The researcher choose the experimental research procedure by chosen two experimental groups which the best to the nature of research problem.

Table number 1

Groups	Independent Variable	Dependent Variable	Tools
Experimental group A	Educational Sport Lesson before English Lesson	English Language Pupils Achievement	The Test Achievement of English Language
Experimental group B	Educational Sport Lesson after English Lesson		

3.2 The Population and the Sample :

Population refers to any set of items, individuals , etc. (Richards & Schmidh, 2010: 206). “ The word sample refer to any small group or individuals which is selected to present population” (Best and

Kahn,2006:13) . The population of this study consist of 65 pupils , the first class contains 32 and second class contains 33 pupils .The Sample of intermediate class pupils at(Al Turath Al Arabi) secondary school for boys in saladden governorate and the researcher has leave 5 fail pupils because they have previous experience about English language and following show that .

Table (2)

The number of pupils before and after Excluded

The Groups	The pupils number before Excluded	The number of Excluded pupils	The pupils number after Excluded
Experimental Group A	32	2	30
Experimental Group B	33	3	30
Total	65	5	60

The Equivalent of Pupils Groups

The researchers be careful before the Experiment initiate the pupils equivalent of two experimental groups statistically of variation which they believe it is effected the experiment results , so they conducted equivalent between two groups according to the following variable .

- The Degrees of English language of previous year 2016-2017 of second class pupils and the researchers get pupils degrees from school documents of pupils files by using average of English language degrees and the following Tab explain that .

Table 3

Explanations the Standard Deviation and a average of the two groups research sample of English language lesson (2016-2017) .

Groups	Sample	Stander deviation	Average	Degree	Fixed Value		Significant
					Calculated	Tabulated	
Experimental A	30	46.63	66.861	58	0.292	2.01	Not significant
Experimental B	30	46.437	64.861				

As such the calculated fixed value (0.292) is less of tabulated fixed value equivalent .

3.3 The Experiment Design

Van (1962) “mentions that the selection of suitable experimental design for testing the deduced consequences for the research hypothesis in necessary for conducting study” .

The experiment has started 7/10/ 2017 by choosing two experimental groups of third intermediate school pupils and each group contains 30

pupils . The first group are studying English language before educational sport lesson and second experimental group are studying English language after educational sport lesson and each lesson 45 minutes.

The first experimental group enter class after finishing Educational sport lesson whether the second experimental group pupils are enter class for studying English language before educational sport lesson during the month of October and the test done after that to see the effect of educational lesson before and after English language lesson .

3.4 Statistical Methods

The following methods were used for the purpose of achieving the aims of the pupils test:

1. Two sample t-test is used .
2. t - test : it is statistical method employed to equate two independent items or samples.
3. Pearson's correlation coefficient :

3.5 Validity of the Pupils' Test

Validity is defined as “the extent to which the differences or decisions we make on the basis of test score are meaningful appropriate and useful” (Mousavi,1991 : 441) .

3.6 Face Validity

“Face validity refers to the way the test looks right to test administrations, educators, and testes ” (Heaton, 1975: 153)., To achieve the face the face validity , the pupils' questionnaire is submitted to a jury of experts .

Table (4) Names and Positions of the Jurors

Dr Names	Position
1 . Prof. Dr Abed ul wadood Ahmed	College of Physical Education and Sport Science , Tikrit University .
2 . Prof . Dr Amra Ibrahim Sultan	College of Education , Tikrit University .
3. Prof Assistant. Dr Abdullah Hameed Mussa	College of Education For women ,Tikrit University .
4- Prof . Dr Muthana Ahmed Khalaf	College of Physical Education and Sport Science Tikrit University
5 . Prof . Dr Najdat Kadhim Musa	College of Education , Kirkuk University
6. Prof Assistant .Dr Ahmed Mohamed Salih	College of Education , Tikrit University
7. Proff Assistant . Dr Rudiynah Abed ul Razzaq Mohamed	College of Education For women ,Tikrit University .
8- Prof Assistant . Dr Saad Abbas Al Janabi	College of Physical Education and Sport Science Tikrit University

3.7 Content Validity

This kind of validity has been achieved when the researcher has introduced the items of the test according to the behavioral objectives, content validity is particularly important for achievement tests

4.1 Analysis of the Results

This chapter contains obtain results and their analysis .

Table 5 .

The Layout of the items in terms of standard deviation and t.test value by using T. Test of two sample static .

The groups	Pupils numbers	Standard deviation	Average	Degree	t.test value		Significance Level 0,05
					Calculated	tabulated	
Experimental Group A	30	3,22	3,082	58	5,322	2,01	Significant
experimental Group B	30	9,80	3,72				

4.2 Discussing of Obtain Results

Through the analysis of pupils degrees and according to above results we can say that there is statistical significant differences between the third intermediate school pupils according to educational sport lesson which affected the pupils achievements especially the pupils of experimental group one which are studying English language after finish educational sport lesson more than the experimental group two which are studying English language before sport lesson and as it hypothesized in this study that educational sport lesson has positive role to third class pupils and their achievement .

5.1 Conclusion

In the light of the results of the study the following results are drawn :

- 1.Educational sport lesson is affected pupils achievement of English language lesson and has positive role for learning English language especially the experimental group A which teaching English language after Educational sport lesson .
- 2.The Educational sport lesson is very important lesson as a comparison with other educational lessons .
- 3.The pupils confront group of difficulties that affected pupils willingness of English language learning these difficulties are related to the traditional methodology followed by English language teacher which neglected the pupils psychological side and the role of physical activities for learning English language .
- 4.The weak attention of educational sport lesson in intermediate school pupils affected the positive motivation for learning English language and create negative views of English language lesson.

5.2 Suggestions For Further Studies

- 1.Investigating the effect of educational sport lesson with other educational subjects .

2. Studying the effect of sport activities inside the English language lesson and how it effects pupils interaction .

5.3 Recommendations

On the basis to the results some recommendations have been drawn:

1. Teachers of English Language should follow appropriate method and techniques that help their pupils positive contributions of the English language lesson .
2. The Teachers of English language should take a course in methods of teaching English language especially with the new syllabus which depends on the communicative approach as major method in classroom activities and focus on sport activities to create an interaction atmosphere for learning English language .
3. In order to create a more pleasurable classroom , teachers should take their pupils opinions while they are teaching English language in EFL classrooms to encourage pupils motivate for reading and speaking by using the target language .
4. Studying the effect of educational sport lesson in different governorate of Iraq and make comparison with current study .

References

- Alene , Kethema. (2012) **Investigating of EFL Teachers and Students' View towards using Literary Texts.**
- Al Halawani . Hassan Ahmed . (2006) **MA thesis , The Effect of Educational sport activities of second class Pupils achievement KSA .**
- AL Khateeb. Munther Hashem(2000) The History of Educational sport 2nd edition .
- Bandura , A.(1997). self-efficacy the exercise of control New york: Freeman .
- Bernstein, E .Phillips S-R& Silverman ,s (2011) . **Attitude and perceptions of middle school Students towards competitive in physical Education** journal of Teaching Physical Education 30(1)69-83 .
- Cohn , DA.(1990) .**Child mother attachment of six year old and social competence , child development** (161-162).
- Khalil Al Kalili ,Abed H, Mohamed ,J (1996) . **Teaching sciences in General Learning** Stages 1st edition UAE .
- Lado , Robert . (1975) . Linguistics Across Culture .

- Ann Arbor: The University of Michigan Press .
- Mageed Abass Adnan (2001) **The Effect of Educational Sport lesson on pupils motivation and Achievement** . Palestine .
- Mousavi, S. A. (1999). A Dictionary of Language Testing 2nd ed., Tahrān : Rahnama Publications .
- Noori Ahmed Saleh (1971) Physical Training .Baghdad 1st edition .
- Richard Jack ,c and Richard Schmidth . (2010) . Dictionary of Teaching & Applied Linguistics Forth edition . Longman Great Britain .
- Takhavar , M .(1988) play and theories of play. A review of Of Literature Early child development and care 221-224 .
- Van , Dalen . (1962) . Understanding Educational Research New york : Mc Graw- Itill, Inc .
- Www en oxford Dictionaries .com.
- Zhang T salmon , MA. Kosma M. Carson R.L& Gu.X(2011) **need support need satisfaction , intrinsic motivation and physical activities participation among middle school Students** Journal of teaching physical Education 30(1) 51 .
- Zorba , E .(2008) Development and Importance of the concept of sport for all in Turkey Ich per .Full Text .