



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
مركز البحوث النفسية

مجلة

# العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة معتمدة تصدر عن مركز البحوث النفسية

المجلد 35 العدد 1 الجزء 1

ISSN : 1816 - 1970

رقم الأيداع : ٦١٤ / ١٩٩٤

الرمز الدولي : ١٩٧٠ - ١٨١٦

آذار / 2024





مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة

رئيس التحرير / أ.د. لطيف غازي مكي

مدير التحرير / أ.م.د. علا حسين علوان

أعضاء هيئة التحرير

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. ياسر خلف رشيد الشجيري	جامعة الأنبار / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية / طرائق التدريس	العراق
- أ.د. أسامة حامد محمد	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي / قياس وتقييم	العراق
- أ.د. كامل علوان الزبيدي	جامعة بغداد / كلية الآداب / أستاذ متمرس (متقاعد) / علم النفس – صحة نفسية	العراق
- أ.د. عبد الرزاق محسن سعود	الجامعة العراقية / كلية التربية للعلوم الإنسانية قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.د. صفاء طارق حبيب	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد / قسم العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقييم	العراق
- أ.د. بشرى عبد الحسين محميد	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.د. يوسف حمه صالح مصطفى	جامعة صلاح الدين / كلية الآداب – أربيل / علم النفس العام	العراق
- أ.د. زكريا عبد أحمد	جامعة تكريت / كلية التربية للبنات / قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.د. مهند عبد الستار النعيمي	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية / قياس وتقييم	العراق
- أ.د. إيمان صادق عبد الكريم	جامعة بغداد / كلية التربية للبنات / قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.د. دونالد أوين كامرون	رئيس الجمعية الأمريكية للطب النفسي - الشخصية والصحة النفسية / واشنطن	الولايات المتحدة
- أ.د. أمل عبد الرزاق نعيم المنصوري	جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم الإرشاد التربوي	العراق

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. عصام توفيق قمر	كلية الدراسات العليا للتربية / المركز القومي لأصول التربية / التربية وعلم النفس	مصر
- أ.م.د. براء محمد حسن	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية / الشخصية والصحة النفسية	العراق
- أ.م.د. هناء مزعل حسين الذهبي	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.م.د. ميسون كريم ضاري	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.م.د. صباح عايش بنت محمد	جامعة الشلف / كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية / علم النفس العام	الجزائر
- أ.م.د. عبد الناصر أحمد محمد العزام	جامعة البلقاء التطبيقية / قسم العلوم النفسية / علم النفس التربوي / علم النفس التربوي	الأردن
- أ.م.د. زينة علي صالح	جامعة واسط / كلية الآداب / علم النفس العام	العراق
- أ.م.د. بيداء هاشم جميل	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس العام	العراق
- أ.م.د. مقبل بن عايد خليف العنزي	جامعة القصيم الحدود الشمالية / كلية التربية / قسم التربية والاحتياجات الخاصة	السعودية
- أ.م.د. سهلة حسين قلندر	جامعة بغداد / كلية التربية ابن الهيثم للعلوم الصرفة / علم النفس التربوي	العراق
- أ.م.د. رجاء ياسين عبد الله	جامعة كربلاء / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.م.د. زينب علي هادي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية / قسم العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي	العراق
- م.د. ميس محمد كاظم	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ علم الاجتماع	العراق

مجلة العلوم النفسية  
مجلة علمية محكمة معتمدة متخصصة تصدر عن  
مركز البحوث النفسية  
جمهورية العراق  
قسمة اشتراك  
أرجو قبول اشتراكي في مجلة العلوم النفسية :

..... لمدة ( ) سنة ابتداءً من .....

..... الأسم : .....

..... العنوان : .....

..... قيمة الاشتراك : .....

طريقة الدفع :- نقداً ( ) شيك ( ) حوالة بريدية ( )

رقم: / / تاريخ

..... التوقيع : ..... : التاريخ .....

الأفراد: (125000) الف دينار عراقي داخل العراق (100) \$ او ما يعادلها خارج العراق للمؤسسات أو المؤتمرات : (90.000) الف دينار عراقي داخل العراق (70) \$ او ما يعادلها خارج العراق	قيمة الاشتراك لعدد واحد
--	----------------------------

## شروط النشر في المجلة

أولا : تنشر المجلة الأبحاث والدراسات الأكاديمية القيمة والأصيلة باللغتين العربية والإنكليزية في حقل مجالات اهتمام المجلة نفسيا وتربويا ، والتي لم تقبل أو تنشر سابقا ، ويتحمل الباحث المسؤولية القانونية في كل القضايا المتعلقة بالأمانة العلمية إذا كان بحثه منشور أو قدم للنشر .

ثانيا: يخضع كل بحث مقدم للنشر في المجلة الى الاستلال الإلكتروني على أن لاتزيد درجة الاستلال عن (20) .

ثالثا : يقدم الباحث المقبول بحثه للنشر في المجلة تعهد خطي بعدم نشر بحثه في مجلة أخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقا .

رابعا: يقدم البحث مطبوعا على نظام (Word 2007) مصحوبا بالعنوان للبحث مع أسم الباحث الثلاثي واللقب العلمي والأختصاص وأسم الجامعة والكلية والقسم والبريد الإلكتروني في بداية الصفحة الأولى للبحث باللغتين مع خلاصة للبحث باللغة العربية والإنكليزية مثبت فيها عنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله على أن لاتزيد عن (250) كلمة فقط .

خامسا: يجب أن لاتتجاوز عدد صفحات البحث المقدم للنشر في المجلة أكثر من (25) صفحة فقط بما فيها الجداول والأشكال والملاحق ، وبخلافه يتحمل الباحث مبلغا إضافيا مقداره (2) الفين دينار عن كل صفحة إضافية ، ولايتجاوز البحث بعد الزيادة عن (35) صفحة بكل الأحوال .

سادسا: موافقة اثنين من المحكمين المختصين الذين يقومون بالبحث علميا قبل نشره ، بالإضافة الى تقويم البحث من ناحية اللغة العربية والإنكليزية .

سابعاً: يراعى في كتابة البحث الآتي :

1- الأصول العلمية في كتابة البحث من حيث الدقة في التوثيق والأمانة العلمية في العرض.

2- يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق أبيض (A4) مطبوعة على الحاسوب وعلى جهة واحدة من الورقة مع قرص (CD)، بالمواصفات الآتية :

- الحاشية العليا 4.50 سم .
- الحاشية السفلى 4.50 سم .
- الحاشية اليمنى 3.75 سم .
- الحاشية اليسرى 3.75 سم .
- يكون الخط المستخدم نوع (Meersoft Word)، حجم الخط (14) بالنسبة للمتن و(12) بالنسبة للجداول .
- تحتوي كل صفحة على (22) سطر فقط وفقاً لبرنامج التنضيد .
- يكون التباعد بين الأسطر للصفحة الواحدة (1.15).
- تكون الأشكال والجداول واضحة ، وتستخدم فيها الأرقام العربية والنظام العالمي للوحدات .
- يكون البحث خالي من الأخطاء اللغوية والنحوية ولا تتحمل المجلة مسؤولية ذلك .
- لا تستعمل الهوامش في أسفل الصفحات وإنما يشار رقمياً الى المصادر حسب موضوعها في نهاية البحث من خلال ذكر أسم الباحث والسنة وعنوان البحث من جهة النشر والطبعة وتكتب بأسلوب (APA) ...مثال
- الهاشمي ،عدنان علي (2009). تحمل المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بآخاذ القرار لدى التدريسيين في الجامعة ،رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة.....، كلية ..... ، قسم .....
- يلتزم الباحث بدفع مبلغ قدره (125) الف دينار من داخل العراق ، و (100) دولار أمريكي من خارج العراق .

- يلتزم الباحث بالتعليمات المؤشرة من الخبراء ، ويعيد الباحث النسخة الأصلية للمجلة مع نسخة جديدة ورقية أخرى مصححة .
  - لاتعاد البحوث الى أصحابها قبلت أم لم تقبل للنشر.
  - لايزود الباحث بكتاب قبول النشر ، الأبعد التزامه بالتعليمات أعلاه وتسليم النسخ الورقية كافة .
  - المجلة غير مسؤولة عن نشر الأبحاث بعد مرور (90) يوم من دون مراجعة الباحث للمجلة والتزامه بالتعليمات كافة .
- ثامنا : تحتفظ المجلة بحقها في أن تحذف أو تعيد صياغة بعض الكلمات أو الجمل بما يتلائم مع أسلوبها في النشر .
- تاسعا: تنتقل حقوق نشر البحث الى المجلة حال أشعار الباحث بقبول بحثه للنشر .

## مجالات اهتمام المجلة



1. البحوث والدراسات في مجالات العلوم التربوية والنفسية بفروعها المختلفة والطب النفسي، و الباراسايكولوجي .
2. المؤتمرات والندوات العلمية الوطنية والعربية والعالمية التي تعقد حول التخصصات في الفقرة المذكورة اعلاه
3. نشاطات وفعاليات المركز والمؤسسات الاخرى التي تهتم بالمجالات - الواردة في الفقرة (1)

(( في هذا العدد ))

الصفحة	الباحث	الموضوع	ت
36 - 1	أ.م. د احلام مهدي عبد الله مُديرة تربية ديالى/ معهد الفنون الجميلة للبنات/ الصباحي	الجرح الاخلاقي وعلاقته بعمى المشاعر لدى طلبة كلية الطب	1
70 - 37	أ.د. عبد الرزاق محسن سعود الجامعة العراقية/ كلية التربية م.م. أثير عبد الجبار محمد وزارة التعليم العالي والبحث العلمي	دراسة مقارنة في مهارات التفكير المنتج بين طلبة المرحلة الإعدادية وفقاً لنوع المدرسة (متميزين - اعتياديين)	2
88 - 71	م.د دعاء عائد شمخي الطائي مديرية تربية بغداد/ الكرخ الثانية	تحديد مستويات ودرجات معيارية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسطة باعمار (14) سنة في تربية الكرخ 2	3
114 - 89	م. د. سلام صبار مالك كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الانبار	الكمالية المعرفية وعلاقتها بالتكؤ الاكاديمي لدى طلبة الجامعة	4
140 - 115	م. م مثنى مشعل سلطان زيدان وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية نينوى	اثر استخدام الخرائط المفاهيمية في تحصيل طلبة الصف الثاني المتوسط لمادة اللغة الانجليزية في محافظة نينوى	5
166 - 141	م.م. فمان احمد محمد كلية التربية / جامعة زاخو/ قسم علم النفس العام أ.د. صابر عبدالله الزبياري جامعة دهوك / كلية التربية الأساسية / قسم التربية علم النفس	قياس ادارة الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى العاملين في مؤسسات رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة في اقليم كردستان العراق (بناء وتطبيق)	6
204 - 167	أ.م.د. سوزان عبدالله محمد جامعة بغداد/ كلية التربية للبنات/ قسم رياض الأطفال	سلوكيات فن الاتيكت لاطفال الروضة من وجهة نظر معلماتهم	7

الصفحة	الباحث	الموضوع	ت
232 - 205	أ.م.د احسان عدنان زيدان جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية	الاداء الاكاديمي لدى اعضاء الهيئة التدريسية في ضوء بعض الخبرات العالمية	8
248 - 233	م.د. عمار عبد مظلوم وزارة التربية	الاضطرابات السلوكية لدى أطفال المرحلة الابتدائية للأعمار (11/10/9) وعلاقتها بمتغير الجنس	9
276 - 249	م.م. كوثر محمد شاكر كلية التربية/ جامعة صلاح الدين - أربيل أ.د. إيهاب عبدالعزيز الببلاوي كلية علوم ذوي الإعاقة والتأهيل/ جامعة الزقازيق أ.د. بيريفان عبدالله المفتي كلية التربية/ جامعة صلاح الدين - أربيل	الخصائص السيكومترية لمقياس اللغة الاستقبالية لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد	10
306 - 277	م. م. ياسمين حسن حسين وزارة التربية/ مديرية تربية بغداد/ الرصافة الاولى/ روضة البيضاء الحكومية	التواصل اللغوي وعلاقته بالوعي الذاتي لدى اطفال الرياض	11
340 - 307	أميرة عبد الكريم مران حسين المرعي مدرس ماجستير صحة نفسية جامعة البصرة/ كلية التربية للبنات/ قسم العلوم التربوية والنفسية	"تأثير العلاج التعرضي السردى في تخفيف اعراض اضطراب الشدة ما بعد الصدمة لدى الناجين من الصدمات"	12
368 - 341	د. رقية علي حمزة جامعة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات	دور اللعب في تحسين العملية التعليمية عند الأطفال (التعاون والحرية والتنافس انموذجا)	13
388 - 369	م.د. آمنة منصور حسين الصافي م.م. براءة إبراهيم عبد الرسول مديرية تربية بابل	الهوية المرتهنة وعلاقتها بالخجل الوهمي لدى طالبات المرحلة الاعدادية	14

# تحديد مستويات ودرجات معيارية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسطة باعمار (14) سنة في تربية الكرخ 2

م.د دعاء عائد شمخي الطائي

مديرية تربية بغداد/ الكرخ الثانية

المستخلص:

تضمن البحث اربع أبواب احتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته وتم التطرق الى للقياس والاختبار والأثر الكبير في تحديد ومعرفة مُستوى الطالبات ومدى التطور الذي وصلوا إليه من خلال معرفة قُدراتهم وإمكانياتهم البدنية والمهارية والوقوف عليها من قبل المدرسات في الفصل الدراسي من خلال تمثيلها بدرجات ومُستويات مُعينة، تساعد المدرسات على الوقوف على احتياج الطالبات البدنية والحركية اما مشكلة البحث لاحظت الباحثة ان اغلب المدرسات تعتمد على القياسات البيئية و الخبرة الذاتية بتقييم الطالبات أثناء اداء الدروس و التمرين لتحديد المُستوى مما جعل الاهتمام بحل هذه المشكلة وهدف البحث الى تحديد درجات ومستويات معيارية لا اختباري التوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات المرحلة المتوسطة.وعلى عينة من (155) طالبة وقامت باجراء الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد للحصول على النتائج واستنتجت الباحثة التوصل الى درجات ومُستويات معيارية للاختبارات التوازن الثابت والتوازن المتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد. واوصت الباحثة اعتماد درجات ومستويات معيارية لا اختباري التوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

**Abstract:**

The research included four sections. The first section contained the introduction to the research and its importance. It addressed measurement, testing, and the great impact in determining and knowing the level of female students and the extent of development they have reached through knowing their abilities and physical and skill potentials and examining them by the female teachers in the classroom by representing them with specific grades and levels. It helps teachers identify the physical and motor needs of female students As for the research problem, the researcher noted that most teachers rely on internal measurements and self-experience to evaluate students while performing lessons and exercises to determine the level, which made interest in solving this problem and the goal of the research was to determine standard grades and levels, not the static balance and moving balance tests among middle school students. And on a sample Of (155) female students, they conducted the tests with the help of the assistant work team to obtain the results. The researcher concluded by reaching standard grades and levels for the static balance and moving balance tests for middle school students in Baghdad. The researcher recommended adopting standard grades and levels for the static balance and moving balance tests for middle school students.

## 1-1 المقدمة وأهمية البحث: -

تعد مرحلة الدراسة المتوسطة من أهم المراحل في بناء شخصية الانسان وتكوينه الجسمي والحركي واكتساب الخبرات التي تيسر له القيام بالأدوار الاجتماعية المختلفة إذ أنها تعد الأساس الذي تبنى عليه بقية حياته المستقبلية ولهذا نشأة فكرة دروس التربية البدنية في المدارس وهي ذات أهمية كبيرة لكون تلميذ المرحلة المتوسطة مازال كائنا قابلاً للتشكيل والصلق وفيها تتكون الاتجاهات الرئيسية لشخصيته فتعلم المهارات الحركية الأساسية والعادات الخاصة بالتغذية والنظافة والاتجاهات العقلية والاجتماعية والقدرات الحركية واحدة من أهم العناصر الأساسية في بناء الانسان إذ إن عملية تطويرها والعناية بها يعد دعامة أساسية للممارسة الحركية في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل العمرية التالية ، ويقود إلى أداء مهارات رياضية أفضل في الحياة المستقبلية، وتجعل الطالبة قادراً على إتقان الكثير من الحركات والمهارات الحركية التي ستكون له قاعدة أساسية لكل الألعاب مستقبلاً. والتوازن الحركي ويعني القدرة التي تسمح بالبقاء في وضع ثابت أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة كما هو عند اتخاذ وضع الميزان ، اما التوازن المتحرك هو القدرة في المحافظة على الاتزان في أثناء التحرك من نقطه إلى نقطه أخرى كالمشي القدرة على الاحتفاظ بالتوازن اثناء الاداء الحركي في معظم الالعاب الرياضية اذ تكمن اهمية التوازن الثابت والمتحرك في انه مكون مهم من مكونات اداء المهارات والحركات للانسان الانتقالية الخطية او الدائرية ، ويتضمن التوازن ايضا المحافظة التوازن الثابت وهي التي تساعد الطالبات على الاشتراك في عدد متنوع من الفعاليات والتدريبات خلال النشاط المدرسي وتعد كذلك من اهم عناصر تقويم الاداء وان التعرف على مستوى هذه القدرات يعد من اهم اعمال معلمات التربية الرياضية اذ إنَّ للقياس والاختبار الأثر الكبير في تحديد ومعرفة مستوى الطالبات ومدى التطور الذي وصلوا إليه من خلال معرفة قُدراتهم وإمكانياتهم الحركية والوقوف عليها في الفصل الدراسي من خلال تمثيلها بدرجات ومُستويات مُعينة،تساعد المعلمات على الوقوف على احتياج الطالبات البدنية والحركية وامكانتهم ومن هنا تاتي اهمية

البحث بتحديد درجات معيارية ومستويات للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة.

## 1- 2 مشكلة البحث:-

المستويات الرياضية للنساء يجب ان تقترن بعملية تدريبية وتعليمية منظمة خاضعة لشروط علمية وفق برامج تعليمية و تدريبية علمية هدفها تطوير الأداء الحركي ( التوازن الثابت والتوازن المتحرك والعناية بها لدى طالبات المرحلة المتوسطة) و البدني والمهاري خاصه في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل العمرية ،ومن خلال عمل الباحثة كمدرسة في تربية الكرخ الثانية لاحظت الباحثة ان اغلب المدرسات تعتمد على تعتمد على القياسات البيئية و الخبرة الذاتية في تقييم مستوى القدرات الحركية ومدى تطورها وهي عملية غير مُنظمة لا تخضع الى معايير علمية لتحديد مستوى الأداء الحركي والبدني والمهاري من دون إخضاع الطالبات كل ذلك ولد للباحثة مشكلة بعدم وجود معايير ومستويات في للتوازن الثابت والتوازن المتحرك مما دفع الباحثة إلى تحديد مستويات ودرجات معيارية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة وللوقوف على نُقاط القوة والضعف في هذه القدرات.

## 1- 3 أهداف البحث:-

1. ايجاد مستويات معيارية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة.
2. ايجاد درجات معيارية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك لدى طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة.

## 1- 4 حدود البحث:

- 1- 4- 1 المجال البشري:- طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة
- 1- 4- 2 المجال الزمني:- 2022/2/18 - 2022/5/16.
- 1- 4- 3 المجال المكاني :- بغداد - الكرخ الثانية.

## 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

### 1-2 منهج البحث :

" منهج البحث هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث تحديد خطوات بحثه والذي يمكن من خلاله التوصل إلى حل مشكلته " (1). إن عملية اختيار المنهج لبحث المشكلة العلمية يعد من الخطوات المهمة التي يترتب عليها البحث لذا أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهم طالبات الثاني المتوسط باعمار (14) سنة واختيار عدد من مدارس البنات بالطريقة العشوائية ( ثانوية العزة والمستقبل ومتوسطة عدن ومتوسطة سارة والمرأة العراقية ومتوسطة الغسق ) عن طريق القرعة وعددهم (155) طالبة تم اخضاعهم للاختبارات "إن عينة البحث ينبغي أن تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته، فذلك لا يكون إلا من المجتمع كله أو من عينة ممثلة لهذا المجتمع". (2)

### 2-3 أجهزة وأدوات البحث ووسائل جمع المعلومات:

#### 2-3-1 الأدوات المستخدمة في البحث:

- ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio)
- اوراق واقلام.
- اقماع - شواخص.
- صافرة

#### 2-3-2 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.

(1) وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : ( بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002) ص 81 .

(2) عامر جبار السعدي ؛ دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البيوميكانيكية للراسلين المتموج الأمامي والساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، 1998 ) ص 38.

- الشبكة العالمية للمعلومات الانترنت.
- المقابلات الشخصية.

#### 2-4 الاختبارات المستخدمة بالبحث:

##### 2-4-1 اختبار التوازن الثابت التوازن من الوقوف على رجل واحدة (1).

الهدف من الاختبار: قياس مقدرة الفرد على التوازن.

الأدوات المستخدمة: ساعة توقيت.

مواصفات الأداء: يقف المختبر على إحدى قدميه المفضلة ويضع الرجل الأخرى على ركبة القدم الثابتة من الداخل واليدان للجانب، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر برفع كعب القدم الثابتة للوقوف على أطراف قدمه بدلاً من القدم كلها، والبقاء أطول مدة ممكنة وتُعطى للمختبر ثلاث محاولات وتحتسب الأفضل،

التسجيل: زمن توازن المختبر هو مؤشر على قدرة الفرد على التوازن.

تقويم الأداء: للاختبار معامل ثبات مقداره (0.87)، كما سجل الباحث معامل ثبات للاختبار

مقداره (0.862) وسجل معامل صدق ذاتي مقداره (0.928).

##### 2-4-2 اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي (2)

- الغرض من الاختبار: قياس التوازن المتحرك

- ادوات الاختبار : ساعة توقيت ، شريط قياس ، 11 علامة مثبتة على الارض المسافة بين علامة واخرى 75سم .

- وصف اداء الاختبار : يقف المختبر على قدمه اليمنى على نقطة البداية ثم يبدا في

الوثب الى العلامة الاولى بقدمه اليسرى محاول الثبات في وضعة على مشط القدم

اليسرى بحد اقصى 5ثا بعد تثبت الى العلامة الثانية بقدمه اليمنى وهكذا بتغير قدم

الهبوط من علامة الى اخرى والارتكاز على مشط القدم في كل مره مع ملاحظة ان

تكون قدمه فوق العلامة والمفترض ان يكون الاختبار خلال 50 ثا لكن عند حدوث اي

(1) ريسان خريبط مجيد موسوعة القياس والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ط1، مطبعة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي 1989، ص 134-135.

(2) Davis. B .et.al: physical Education and th study of spot:

(UK،Harcourtpubliers ،Ltd،2000) ،p129

خطأ في عدم الثبات اول النزول فوق العلامة ينقص من زمنا 5 ثا وبذلك كل ما زادا  
الزمن كل ماكان التوازن افضل

**التسجيل :** يحسب الزمن الذي يقطعه المختبر من بداية الاختبار الى خط النهاية

## 2-5 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية: "دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل  
قيامه ببحثه بهدف اختبار اساليب البحث وادواته" (1) . و قامت الباحثة مع فريق العمل  
المساعد باجراء تجربة استطلاعية اولى بتاريخ (2021/12/2 ) على (5) طالبات مع فريق  
العمل المساعد لغرض التعرف على الاختبارات و التعرف على المعوقات والصعوبات التي  
يمكن أن تعترض تنفيذ البحث او الاختبار وكذلك التأكد من مدى صلاحية وملائمة الأجهزة  
والأدوات المستخدمة وكفاءة فريق العمل المساعد وسلامة الادوات

## 2-6 التجربة الرئيسية:

قامت الباحثة بأجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 2022/2/18. والانتهاه منها بتاريخ ( 16 / 4 / 2022 ) اذ تم اجراء الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد .

## 2-7 الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية من خلال الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) (الرزق  
الإحصائية للنظم الاجتماعية وباستخدام القوانين الإحصائية ذات العلاقة وهي:

- الوسط الحسابي
- الوسيط
- معامل الالتواء
- الانحراف المعياري
- المدى

(1) مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية، ط1، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع

الاميرية، 1984، ص79

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد تطبيق الاختبارات المرشحة على عينة البحث تم الحصول على النتائج ومعالجتها احصائياً لتسهيل عملية التحليل ، اذ حصلت الباحثة على المتوسطات الحسابية والانحرافات والاختفاء المعيارية لا اختبارات والمرونة إن الحصول على الدرجات الخام هي الخطوة الأولى في سبيل بناء المعايير والمستويات وتحويل الدرجات الخام التي تم الحصول عليها الى مستويات ومعايير إذ إن " الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الإختبارات ليس لها أي مدلول أو دلالة إلا إذا رجعنا إلى معيار يحدد معنى هذه الدرجات" (1)

### 1-3 عرض نتائج البيانات الوصفية لمؤشر اختبارات التوازن الثابت والتوازن المتحرك قيد البحث.

بين الجدول (1) البيانات الوصفية لنتائج عينة البحث الوسط الحسابي و الوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء واقل قيمة واعلى قيمة والمدى للاختبارات التوازن الثابت والتوازن المتحرك قيد البحث

#### الجدول ( 1 )

البيانات الوصفية للاختبارات التوازن الثابت والتوازن المتحرك قيد البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء	اقل قيمة	اعلى قيمة	المدى
التوازن الثابت	12.496	13	1.097	0.248	4	19	15
التوازن المتحرك	32.987	33	2.313	0.874	30	39	9

### 2-3 عرض نتائج الدرجات المعيارية والمستويات اختبارات التوازن الثابت قيد البحث وتحليلها ومناقشتها.

(1) قاسم المندلاوي (وأخرون) . الاختبارات والقياس في التربية الرياضية . بغداد : بيت الحكمة

للطباعة ، 1989. ص31



## الجدول (2)

يبين المستويات المعيارية والنسبة المئوية للاختبار التوازن الثابت

النسبة المئوية	عدد المختبرات	نسبة حدود المستويات المعيارية	المستوى المعياري	الدرجة الخام
%25.1	39	% 4.86	ممتاز	16.598 فاكثر
% 20	31	24.52 %	جيد	16.597 - 13.597
%20	31	40.96 %	متوسط	13.596 - 10.596
% 32.9	51	24.52 %	مقبول	10.595-7.595
%1.9	3	% 4.86	ضعيف	4.595- اقل
%100	155		$\pm = 1.089$ ع	$\bar{X} = 12.496$ س
المستوى = 3				المدى = 19 - 4 = 15

من الجدول السابق ، أنحصرت حدود المعايير ممتاز اكثر من (16.598) ثانية بنسبة مقدارها (%25.1) وانحصرت حدود مستوى جيد بين (16.597 - 13.597) ثانية بنسبة مقدارها (% 20) ومستوى المعيار المتوسط بين (13.596 - 10.596) ثانية بنسبة مقدارها (%20) في حين أنحصرت حدود المستوى المقبول بين (10.595-7.595) ثانية ، بنسبة مقدارها (%32.9) و أنحصرت حدود المستوى الضعيف اقل من (4.595) ثانية بنسبة مقدارها (%3)

### 3-2-1 الدرجات المعيارية بطريقة التتابع لاختبار التوازن الثابت :

قامت الباحثة باستخراج الدرجات المعيارية من خلال تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية تائية باستعمال (طريقة التتابع) اذ اظهرت النتائج ان الرقم الثابت هو (0.10)



جدول ( 3 )

تحويل الدرجات الخام الى الدرجات المعيارية باختبار التوازن الثابت

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام								
81	15.59	61	13.59	41	11.59	21	9.59	1	7.59
82	15.69	62	13.69	42	11.69	22	9.69	2	7.69
83	15.79	63	13.79	43	11.79	23	9.79	3	7.79
84	15.89	64	13.89	44	11.89	24	9.89	4	7.89
85	15.99	65	13.99	45	11.99	25	9.99	5	7.99
86	16.09	66	14.09	46	12.09	26	10.09	6	8.09
87	16.19	67	14.19	47	12.19	27	10.19	7	8.19
88	16.29	68	14.29	48	12.29	28	10.29	8	8.29
89	16.39	69	14.39	49	12.39	29	10.39	9	8.39
90	16.49	70	14.49	50	12.49	30	10.49	10	8.49
91	16.59	71	14.59	51	12.59	30	10.59	11	8.59
92	16.69	72	14.69	52	12.69	31	10.69	12	8.69
93	16.79	73	14.79	53	12.79	32	10.79	13	8.79
94	16.89	74	14.89	54	12.89	33	10.89	14	8.89
95	16.99	75	14.99	55	12.99	34	10.99	15	8.99
96	17.09	76	15.09	56	13.09	35	11.09	16	9.09
97	17.19	77	15.19	57	13.19	36	11.19	17	9.19
98	17.29	78	15.29	58	13.29	37	11.29	18	9.29
99	17.39	79	15.39	59	13.39	38	11.39	19	9.39
100	17.49	80	15.49	60	13.49	39	11.49	20	9.49



من خلال الجدول اعلاه يتضح ان اعلى درجة (100) تقابل الدرجة الخام(17.49) ثانية وان الدرجة (50) تقابل الدرجة الخام(12.49) ثانية واقل درجة (7.59) ثانية تقابل (1) 3-3 عرض نتائج الدرجات المعيارية والمستويات لا اختبار التوازن المتحرك قيد البحث وتحليلها ومناقشتها.

#### الجدول ( 4 )

يبين المستويات المعيارية والنسبة المئوية لا اختبار التوازن المتحرك

الدرجة الخام	المستوى المعياري	نسبة حدود المستويات المعيارية	عدد المختبرين	النسبة المئوية
35.2 فاكثـر	ممتاز	% 4.86	24	%15.4
35.1-33.30	جيد	24.52 %	33	%21.2
33.29-31.94	متوسط	40.96 %	65	%41.9
31.93-30.13	مقبول	24.52 %	24	%15.4
30.12 - اقل	ضعيف	% 4.86	19	%12.2
س = 32.987	$\pm$ ع = 2.313		155	%100
المدى = 30 - 39 = 9				المستوى = 1.8

من الجدول السابق ، أنحصرت حدود المعايير ممتاز اكثر من (35.2) بنسبة مقدارها (15.4 %) وانحصرت حدود مستوى جيد بين (35.1-33.30) بنسبة مقدارها (21.2 %) ومستوى المعيار المتوسط بين (33.29-31.94) بنسبة مقدارها (41.9 %) في حين أنحصرت حدود المستوى المقبول بين (31.93-30.13) ، بنسبة مقدارها (15.4 %) و أنحصرت حدود المستوى الضعيف اقل من (30.12) بنسبة مقدارها (12.2 %)



### 3-3-1 الدرجات المعيارية بطريقة التتابع لا اختبار التوازن المتحرك

قامت الباحثة باستخراج الدرجات المعيارية لا اختبار التوازن المتحرك من خلال تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية تائية باستعمال (طريقة التتابع) اذ اظهرت النتائج ان الرقم الثابت هو (0.23)

#### جدول (5)

#### تحويل الدرجات الخام الى الدرجات المعيارية باختبار التوازن المتحرك

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام								
81	56.45	61	41.31	41	30.187	21	24.654	1	19.41
82	57.21	62	42.07	42	30.451	22	24.917	2	19.647
83	57.96	63	42.82	43	30.714	23	25.181	3	19.911
84	58.72	64	43.58	44	30.978	24	25.444	4	20.174
85	59.48	65	44.34	45	31.241	25	25.708	5	20.438
86	60.23	66	45.09	46	31.505	26	25.971	6	20.701
87	60.99	67	45.85	47	31.7685	27	26.235	7	20.965
88	61.75	68	46.61	48	32.032	28	26.498	8	21.228
89	62.51	69	47.37	49	32.23	29	26.762	9	21.492
90	63.26	70	48.12	50	32.987	30	27.025	10	21.755
91	64.02	71	48.88	51	33.744	31	27.289	11	22.019
92	64.78	72	49.64	52	34.501	32	27.552	12	22.282
93	65.53	73	50.39	53	35.258	33	27.816	13	22.546
94	66.29	74	51.15	54	36.015	34	28.079	14	22.809
95	67.052	75	51.912	55	36.772	35	28.343	15	23.073
96	67.80	76	52.66	56	37.529	36	28.606	16	23.336
97	68.56	77	53.42	57	38.286	37	28.87	17	23.6
98	68.79	78	54.18	58	39.043	38	29.133	18	23.863



الدرجة الخام	الدرجة المعيارية								
24.127	19	29.397	39	39.8	59	54.94	79	69.02	99
24.390	20	29.660	40	40.557	60	55.69	80	69.25	100

من خلال الجدول اعلاه يتضح ان اعلى درجة (100) تقابل الدرجة الخام(69.25) وان الدرجة (50) تقابل الدرجة الخام(32.987) واقل درجة (19.41) تقابل (1)

### 3-4 مناقشة النتائج اختبارات التوازن الثابت والتوازن المتحرك قيد البحث.

من الجدول السابق الخاص باداء اختبار التوازن الثابت يتبين من خلال دراسة المتغيرات فكانت تميل الى مستوى مقبول في الاداء وهو معدل اقل من المتوقع اما التوازن المتحرك يتبين من خلال دراسة المتغيرات فكانت تميل الى مستوى متوسط في الاداء وهو معدل وسطي وهو قريب من المتوقع وترى الباحثة ان التوازن الثابت والتوازن المتحرك له ارتباط بالقوى الداخلية، وتنتج هذه القوى من قبل العضلة او جراء مقاومتها للقوى الخارجية، و انتاج قوتها الذاتية من خلال شد اليافها وتمدها، وان " فالقوة مهما كان نوعها ومقدارها فأنها تعد المؤثر الاول في الحركة والسكون أو الثبات والتوازن." (1) و القوى الخارجية. و القوى الداخلية تتمكن من تغيير وضع الجسم وذلك عن طريق حركة المفاصل في الجسم، وان هذه القوى التي تقف خلف التوازن الثابت والمتحرك لدى طالبات الدراسة المتوسطة و اظهرت النتائج صورة واقعية عن القدرة التي تمتلكها الطالبات وانها تميل نسبيا الى المقبول والمتوسط اكثر من الجيد والجيد جدا كون اغلب طالبات المرحلة المتوسطة لايمتكن قوى عضلية عالية نتيجة عدم ممارستهن الرياضة بصورة منتظمة بسبب ان معظم الطالبات لايمارسن الرياضة بصورة مستمرة الا من خلال درس التربية الرياضية وهو حصة واحدة في الاسبوع لتنفيذ أهداف الدرس وترتكز على تطوير المهارات الحركية والجانب النفسي اذ ان اكتساب الطالبات القوة الداخلية للعضلات والاوراق يعطي القدرة الفعلية للتوازن الثابت والتوازن المتحرك بالنمو والتطور مع إمكانيتهن وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش) الى ان " القوى الداخلية والخارجية تؤدي دورا كبيرا في التأثير على توازن الفرد على الارض عند الحركة او الثبات. وعندما تتغلب تلك القوى على

(1) صريح عبد الكريم أفضلي؛ تطبيقات البايوميكانيك في التدريب الرياضي الأداء الحركي ،

بعضها فان ذلك يسبب حركة الكائن الحي وعند ثبات تاثيرات تلك القوى.<sup>(1)</sup> ولذلك ظهرت النتائج بصورة منطقية

#### 4 - الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-4 الاستنتاجات:

- 1- التوصل الى درجات ومُستويات معيارية للاختبارات التوازن الثابت والمتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد
- 2- التوصل الى درجات ومُستويات معيارية للاختبارات التوازن الثابت والمتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد
- 3- اعتماد الدرجات والمُستويات المعيارية للاختبارات التوازن الثابت والمتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد لتقييم حالة الطالبات
- 4- حققت عينة الدراسة نسب مئوية أغلبها في المُستويات (المقبول - المتوسط - الجيد) للاختبارات التوازن الثابت والمتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد

##### 2-4 التوصيات :

- 1- ضرورة اعتماد اختبارات التوازن الثابت والمتحرك لطالبات المرحلة المتوسطة في بغداد لتقييم حالة الطالبات
- 2- التأكيد على وضع المستويات والمعايير التي يمكن استخدامها بما ينسجم مع نوع العينة.
- 3- ضرورة اعتماد الدراسة من قبل وزارة التربية لتوزيعها على المدرسات

##### 3-4 المقترحات:

- تقترح الباحثة إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة على قدرات حركية او بدنية اخرى او مراحل عمرية اخرى

(1) نجاح مهدي شلش التحليل الحركي البايوميكانيكي، ط1، (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011)، ص 235.

المصادر:

1. ريسان خريبط مجيد موسوعة القياس والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ط1، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 1989،
2. صريح عبد الكريم أفضلي؛ تطبيقات البايوميكانيك في التدريب الرياضي الأداء الحركي ، ط1، (عمان، دار دجلة، 2010)،
3. عامر جبار السعدي ؛ دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البايوميكانيكية للارسلين المتموج الأمامي والساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، 1998 )
4. قاسم المنذلاوي (وأخرون) . الاختبارات والقياس في التربية الرياضية . بغداد : بيت الحكمة للطباعة ، 1989.
5. مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية، ط1، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية، 1984،
6. نجاح مهدي شلش التحليل الحركي البايوميكانيكي، ط1،(بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011)،
7. وجيه محبوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : ( بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002)
8. Davis. B .et.al؛ physical Education and th study of spot: ( UK، Harcourtpubliers ،Ltd،2000) ،p129



33.00	17.00
33.00	15.00
32.00	6.00
31.00	7.00
35.00	16.00
30.00	7.00
33.00	10.00
32.00	9.00
31.00	8.00
30.00	6.00
32.00	6.00
30.00	4.00
33.00	5.00
32.00	6.00
31.00	10.00
30.00	11.00
32.00	11.00
31.00	11.00
33.00	10.00
35.00	11.00
30.00	13.00
33.00	17.00
32.00	15.00
31.00	14.00
30.00	13.00
32.00	18.00
31.00	19.00
33.00	18.00



34.00	4.00
32.00	5.00
31.00	5.00
30.00	6.00
32.00	17.00
31.00	15.00
33.00	14.00
35.00	13.00
30.00	18.00
33.00	6.00
34.00	13.00
33.00	17.00
33.00	15.00
32.00	14.00
31.00	13.00
35.00	18.00
33.00	19.00
32.00	16.00
36.00	18.00
34.00	14.00
34.00	13.00
32.00	6.00
33.00	6.00
33.00	7.00
32.00	10.00
31.00	13.00
35.00	17.00
30.00	15.00
33.00	14.00



32.00	13.00
31.00	18.00
30.00	13.00
32.00	18.00
31.00	19.00
33.00	16.00
35.00	18.00
30.00	16.00
33.00	18.00
32.00	13.00
31.00	17.00
30.00	15.00
32.00	14.00
31.00	13.00
32.00	18.00
31.00	19.00
35.00	16.00
33.00	18.00
32.00	13.00
36.00	17.00
34.00	15.00
34.00	14.00
32.00	13.00
33.00	19.00
37.00	8.00
38.00	9.00
37.00	8.00
36.00	6.00
39.00	6.00