

دراسة لبعض القدرات التوافقية ونسبة مساهمتها في الأداء المهاري على جهاز الحركات الارضية لدى لاعبو الجمناز

أية مؤيد سعدون

أ. د ميثاق غازي محمد

جامعة ذي قار / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Almuyad56@gmail.com

ملخص البحث باللغة العربية

اشتملت الرسالة على خمسة فصول وعلى النحو الآتي:-

اشتمل الفصل الاول على التعرف بالبحث، حيث احتوى على المقدمة التي تناولت فيها الباحثة رياضة الجمناز احدى الرياضات التي يحتل فيها الجانب الفني والمهاري دورا هاما ، لذا فهي تعد من اصعب الرياضات التي يمكن ممارستها فهي تحتاج الى قدرات بدنية خاصة للتوصل الى متطلبات خاصة بأدائها وذلك لتنوع مهاراتها واختلاف أشكال الاداء فيها ، فرياضة الجمناز تتطلب تحركات وانتقالات حركية متنوعة والتي تسهم في اعداد اللاعبين وتنمي مستوياتهم من خلال أداء الحركات والتمارين على الاجهزة المتنوعة ، وجاءت اهمية البحث في التعرف على القدرات التوافقية المناسبة مع السلسلة الحركات الارضية ومن ثم حساب نسب مساهمتها في الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية للاعبين الجمناز المشاركين في بطولة اندية العراق لفئة 15 سنة فما دون بنتائج اختبارات القدرات التوافقية الاساسية ومعرفة تأثير هذه المتغيرات بمستوى الاداء اللاعبين لكون لعبة الجمناز تتطلب من اللاعب القدرات التوافقية التي تؤهله للوصول الى مستوى العالي في هذه اللعبة ، أن القدرات التوافقية أهمية كبيرة للاعبين الجمناز باعتبارها من الضروريات التي توصل اللاعب الى الأداء الجيد والتي يجب الاهتمام بها منذ المراحل العمرية . تعد لعبة الجمناز من الالعاب الفردية التي تتطلب النجاح والتقدم من خلال إتقان الاداء المهاري حيث يعتمد مستوى الاداء في الحركات الارضية في الجمناز على مدى إتقان اللاعب للمهارات الاساسية التي ترتبط بدورها ارتباطا وثيقا بالنواحي المختلفة للقدرات التوافقية .

ومن خلال ذلك تبلور لدى الباحثة التساؤل الاتي :

- هل تساهم القدرات التوافقية بنسب متساوية في الاداء ؟

أهداف البحث :

- 1- التعرف على مستوى بعض القدرات التوافقية على جهاز الحركات الارضية للاعبين الجمناز المشاركين في بطولة اندية العراق لفئة 15 سنة فما دون للموسم الرياضي 2016 - 2017 .
- 2 - التعرف على نسب مساهمة بعض القدرات التوافقية بمستوى الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية للاعبين الجمناز المشاركين في بطولة اندية العراق لفئة 15 سنة فما دون للموسم الرياضي 2016 - 2017 .

مجالات البحث :

- 1 - المجال البشري : لاعبو الجمناز المشاركون في بطولة اندية العراق لفئة 15 فما دون .
- 2 - المجال الزمني : من 15 / 12 / 2016 الى 15 / 6 / 2017 .
- 3 - المجال المكاني : - قاعة سمير خماس - بغداد - القاعات الرياضية الخاصة بالفرق

اشتمل الفصل الثاني على الدراسات النظرية والسابقة ذات العلاقة بموضوع البحث والتي تناولت الاختبارات والقياس ، ومفهوم القدرات التوافقية ومكوناتها ، والحركات الارضية في الجمباز ، وكذلك الدراسات المشابهة .

اما الفصل الثالث فقد احتوى على منهجية البحث واجراءاته الميدانية ، اذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وقد حدد مجتمع البحث وعينته بالطريقة العمدية ، اذ تمثلت عينة البحث بلاعبي الجمباز المشاركين في بطولة أندية العراق لفئة (15) سنة فما دون والبالغ عددهم (30) لاعب ، والتي كانت نفسها العينة التي تم تطبيق الاختبارات البدنية عليها ، فضلا عن الادوات والاختبارات المستخدمة في البحث مع اجراء التجربة الاستطلاعية ، وتضمن المعالجات الاحصائية للبحث .

واشتمل الفصل الرابع على عرض نتائج ومعالجتها احصائيا في مجموعة من الجداول لغرض مناقشتها بأسلوب علمي دقيق مدعم بمصادر علمية للتوصل الى مناقشة تحقق أهداف البحث .

أما الفصل الخامس اشتمل على الاستنتاجات والتوصيات وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج والتي حققت أهداف الرسالة .
وقد خرجت الباحثة بمجموعة من الاستنتاجات منها:-

- 1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين الحركات الارضية في الجمباز وبعض القدرات التوافقية .
- 2 - ظهرت نسب مساهمة لكل متغير من متغيرات القدرات التوافقية في سلسلة الحركات الارضية وكان للمرونة نسبة المساهمة الاكبر يليها تباعا التوازن الثابت ثم القدرة العضلية والسرعة الانتقالية والسرعة الحركية والرشاقة والتوازن المتحرك ومن ثم التوافق .

وفي ضوء الاستنتاجات تم التوصل الى بعض التوصيات منها:-

- 1 - القدرات التوافقية مهمة لتعليم الحركات الارضية في الجمباز ويجب على المدربين والمعلمين الاهتمام بها .

Study of some compatibility abilities and their contribution skill of performance on ground movements in gymnastics players

By

Methaq Ghazi Mohammad Ph.D Prof

Ayya Moayad Saadoun

University of Dhi Qar / Faculty of Physical Education and Sports Sciences

Almuyad56@gmail.com

Abstract

Gymnastics requires a variety of movements and movements that contribute to development of players and develop their levels through the performance of movements and exercises on various devices, and the importance of research in identifying the appropriate compatibility capabilities with the free chain and then calculate the percentage of their contribution to the skill performance on the ground movements of gymnasts participating in the championship of Iraq clubs for age of 15 years or less below the results of tests basic

compatibility abilities and knowledge of the impact of variables on the performance, compatibility abilities has great importance to gymnasts as a necessary elements that reach the player to good performance, which must be taken care of. Gymnastics is one of the individual games that require success and progress by mastering skill performance. The level of performance in the gymnastics movements depends on the player's mastery of the basic skills which are closely related to the different aspects of the compatibility abilities.

In this way, the researcher developed the following question:

•Do computational capacities contribute equally to performance?

Research Aims

1. Recognition of the level of some compatibility capabilities on the ground movements of gymnasts participating in the championship of Iraq clubs for the age of 15 years or less for the sports season 2017 – 2016.
2. Identification of the percentages of the contribution of some compatibility capabilities to the level of skill performance on the ground movements of gymnastics players participating in the championship of Iraq clubs for the age of 15 years or less for the sports season 2016 – 2017.

The second chapter includes the theoretical and previous studies related to the subject of the research, which dealt with tests and measurement, the concept of compatibility abilities and their components, ground movements in gymnastics, as well as similar studies.

The third chapter contains the methodology of research and its field procedures. The researcher used the descriptive method in the survey method. The research society defined and designed it in a deliberate manner. The sample of the research was the gymnastics players participating in the championship of Iraq clubs for the category of (15) years or less, A player, which was the same sample as the physical tests applied to it, as well as the tools and tests used in the research with the conduct of the exploratory experiment, and included statistical treatments for research.

The fourth chapter included the presentation of results and processing them statistically in a set of tables for the purpose of discussing them in a scientific method supported by scientific sources to reach a discussion to achieve the objectives of the research.

The fifth chapter included the conclusions and recommendations. After collecting and processing the data statistically, the researcher reached a set of results that achieved the objectives of the message.

The researcher came out with a number of conclusions, including:

1. There is a significant correlation between ground movements in gymnastics and some compatibility abilities.
2. The contribution ratios for each variable of compatibility capabilities in the series of ground movements and the flexibility of the proportion of the largest contribution followed by consecutive fixed balance and then the muscle capacity and the speed of transition and motor speed and agility and balance of mobility and then compatibility.

Some recommendations were reached, including:

Compatibility capabilities are important to teach ground movements in gymnastics and must be taught by instructors and teachers.

1- التعريف بالبحث :-

1-1 مقدمة البحث وأهميته :-

كان للاختبارات والمقاييس الاثر الكبير في تحديد ومعرفة مستوى أداء اللاعبين ومدى التطور الذي وصلوا اليه من خلال معرفة قدراتهم وامكانياتهم البدنية والمهارية ، وتعتبر الاختبارات والمقاييس احدى الركائز في هذا المجال باعتبارهما الوسيلة المهمة لعملية التقويم التي تعتبر الاساس لمعرفة التقدم المتحقق فيه ، فمن خلالهما امكن ايجاد الحلول للعديد من المشاكل الرياضية والمعوقات وذلك لارتكازهما على الاسس والنظريات العلمية ، وبذل المختصون في الجمناز قصارى جهدهم من خلال استخدام الوسائل العلمية والعملية للالتحاق بركب التطور اذ أنها تمثل ادوات التقويم والانتقاء والتنبؤ فلا بد من الاستفادة منها للنهوض بلعبة الجمناز في قطرنا .

تعد رياضة الجمناز احدى الرياضات التي يحتل فيها الجانب الفني والمهاري دورا هاما ، لذا فهي تعد من اصعب الرياضات التي يمكن ممارستها فهي تحتاج الى قدرات بدنية خاصة للتوصل الى متطلبات خاصة بأدائها وذلك لتنوع مهاراتها واختلاف أشكال الاداء فيها ، فرياضة الجمناز تتطلب تحركات وانتقالات حركية متنوعة والتي تسهم في اعداد اللاعبين وتنمي مستوياتهم من خلال أداء الحركات والتمارين على الاجهزة المتنوعة ، فينظر اليها المدربون كمفتاح التقدم لمعظم الفعاليات الرياضية والداعمة للحركة بشكل عام ، ان الوصول الى الأنجاز العالي في الرياضة الجمناز يأتي نتيجة الارتقاء بمستوى الاداء الفني وذلك طريق بحث جميع المتطلبات الضرورية والتي منها القدرات التوافقية .

وتلعب القدرات التوافقية دور هاما في تعلم وأتقان المهارات الحركية وفي حالة افتقار المبتدئ لها نجد انه لا يستطيع اداء المهارة بالشكل الصحيح مع وجود العديد من الاخطاء الفنية ، هذا بالاضافة الى أنها اثبتت فاعليتها في تقليل الزمن اللازم لتعلم المهارة الحركية ، تعد القدرات التوافقية هي انسجام الصفات الحركية مع الصفات البدنية وكذلك انسجام هاتين الصفتين مع الاجهزة الداخلية الجسم .

من هنا جاءت اهمية البحث في التعرف على القدرات التوافقية المناسبة مع السلسلة الحركات الارضية ومن ثم حساب نسب مساهمتها في الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية للاعبي الجمناز المشاركين في بطولة اندية العراق لفئة 15 سنة فما دون بنتائج اختبارات القدرات التوافقية الاساسية ومعرفة تأثير هذه المتغيرات بمستوى الاداء اللاعبين لكون لعبة الجمناز تتطلب من اللاعب القدرات التوافقية التي تؤهله للوصول الى مستوى العالي في هذه اللعبة .

1-2 مشكلة البحث :-

يعد الاختبار والقياس في الوقت الحاضر من المجالات المهمة والأساسية في العمل الرياضي فبواسطتهما يتم جمع المعلومات اللازمة التي تعتمد في البحث والدراسة لحل الكثير من المشكلات لأن استخدامها هو الجواب الموضوعي لحل كثير من الأسئلة .

ان القدرات التوافقية أثبت أهميتها في الكثير من الفعاليات الرياضية ولهذا ترى الباحثة أن تطورها سيصب ايجابيا في تطور المستوى العام للرياضة الجمباز ، أن القدرات التوافقية أهمية كبيرة للاعبى الجمباز باعتبارها من الضروريات التي توصل اللاعب الى الأداء الجيد والتي يجب الاهتمام بها منذ المراحل العمرية . تعد لعبة الجمباز من الالعاب الفردية التي تتطلب النجاح والتقدم من خلال إتقان الاداء المهاري حيث يعتمد مستوى الاداء في الحركات الارضية في الجمباز على مدى إتقان اللاعب للمهارات الاساسية التي ترتبط بدورها ارتباطا وثيقا بالنواحي المختلفة للقدرات التوافقية ومن خلال ذلك تبلور لدى الباحثة التساؤل الاتي:

- هل تساهم القدرات التوافقية بنسب متساوية في الاداء ؟

1-3 أهداف البحث :- يهدف البحث الى ما يأتي :

- 1- التعرف على مستوى بعض القدرات التوافقية على جهاز الحركات الارضية للاعبى الجمباز المشاركين في بطولة أندية العراق لفئة 15 سنة فما دون للموسم الرياضي 2016 - 2017 .
- 2- التعرف على نسب مساهمة بعض القدرات التوافقية بمستوى الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية للاعبى الجمباز المشاركين في بطولة أندية العراق لفئة 15 سنة فما دون للموسم الرياضي 2016 - 2017 .

1-4 مجالات البحث :-

1-4-1 المجال البشري : لاعبو الجمباز المشاركون في بطولة أندية العراق لفئة 15 سنة فما دون .

1-4-2 المجال الزماني : من 15 / 12 / 2016 الى 15 / 6 / 2017 .

1-4-3 المجال المكاني : - قاعة سمير خماس - بغداد - القاعات الرياضية الخاصة بالفرق .

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2- الدراسات النظرية :

2-1 القدرات التوافقية ⁽¹⁾ :

تتمثل القدرة التوافقية أو قابلية الترابط الحركي بصفة الانسجام بين القدرات البدنية والقدرات الحركية وأجهزة الجسم المختلفة ، بمعنى آخر تعني تنظيما وترتبا منسقا ومتوازنا بين عمل العضلات أو وظائفها والأجهزة الداخلية الأخرى ، كالتنظيم الذي ينظم عمل الألياف الحمراء المسؤولة عن صفة المطاولة أو التحمل ، والألياف البيضاء المسؤولة عن قابلية السرعة الحركية ، وقدرة الجهاز العصبي على إثارة اكبر عدد ممكن من هذه الألياف بشكل ينسجم والأداء المطلوب .

وبمعنى اخر أن أي حركة يقوم بها الإنسان هي عبارة عن توافق بين الأجهزة الداخلية له ، أي قدرة الجهاز العصبي على تنظيم هذه الأجهزة مع مختلف الفعاليات والألعاب التي تؤدي عن طريق القوة العضلية .

2-2 جهاز بساط الحركات الارضية ⁽²⁾ :

(1) ناهدة عبد الدليمي : اساسيات في التعلم الحركي ، ط1 . النجف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2008 . ص 67 .

(2) عزيزة عبد المنعم (واخرون) : الجمباز وطرق تدريسه ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، 1983 . ص 1

تعد الحركات الأرضية الركيزة الأساسية الهامة لممارسة لعبة الجمناستك ويبدأ الفرد بتعلمها في سن مبكر إذ تتم مقارنتها بالعمر والسن التعليمي لبقية أجهزة الجمناستك . حيث كانت بالسابق لا تمارس فعاليات الجمناستك الأخرى ما لم تمارس الحركات الأرضية .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3- منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية الذي يهدف " الى تحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع والمظاهر وان الأسلوب المسحي يسعى الى جمع بيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير معين أو متغيرات معينة ⁽³⁾ .

3- 2مجتمع البحث وعينته :

" ان اختيار عينة البحث على جانب كبير من الاهمية لان عليها تتوقف كل القياسات والنتائج التي يخرج بها الباحث من بحثه ⁽⁴⁾ . تم تحديد مجتمع البحث بلاعبى الاندية المشاركين في بطولة العراق بالجمباز أذ بلغ عدد الاندية المشاركة (11) نادي وبلغ عدد اللاعبين (34) لاعب ، أما عينة البحث فقد بلغت (30) لاعب من الذي اشتركوا في جهاز الحركات الارضية كما موضح في جدول (1)

جدول (1) تقسيم افراد عينة البحث حسب الفرق

ت	اسم الفريق	عدد اللاعبين المشاركين في البطولة	عدد اللاعبين الذي ادوا على جهاز الحركات الارضية
1	الخالص	3	3
2	نادي الرافدين	3	2
3	نادي الجيش	5	4
4	نادي الامانة	5	4
5	نادي ذي قار	4	4
6	نادي الحلة	1	1
7	نادي الحسين	3	3
8	نادي السماوة	3	3
9	نادي البصرة	5	4
10	نادي التحدي	1	1
11	نادي العدالة	1	1

⁽³⁾ محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر ، 1999 . ص140 .

⁴ - مروان عبد المجيد أبراهيم : طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضة ، عمان ، ط1. الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2002 . ص58 .

30	34	المجموع
----	----	---------

3-3 الادوات والاجهزة المستخدمة ووسائل جمع المعلومات :

3-3-1 الادوات والاجهزة المستخدمة :

- ساعة إيقاف عدد (2) - طباشير ملون - قطعة من قماش - مرتبة - مسطرة مدرجة - صافرة - اعلام شواخص عدد (2) - شريط قياس - موانع عدد (4) - سلة بلاستيك بقطر 30سم - علامات بلاستيك (3/4) بوصة عدد (11) - فريق العمل المساعد * .

3-3-2 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر العربية والاجنية - شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) - المقابلات الشخصية - استمارة الاستبانة ملحق (1) (3) .

3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :

صممت الباحثة استمارة لاستطلاع رأي الخبراء حول أهم القدرات التوافقية ذات العلاقة بالبحث ملحق (1) ، اذ قامت الباحثة بعرض القدرات التوافقية باستمارة استبيان على المختصين ملحق (1) ، في مجال التربية الرياضية وذلك لتحديد القدرات التوافقية التي يحتاجها لاعب الجمباز ملحق (2) وبعد تحديد أهم القدرات التوافقية ذات العلاقة بالحركات الارضية بالجمباز بحسب رأي الخبراء تم ترشيح الاختبارات في استمارة استبيان ملحق (3) وتم عرضها على نفس الخبراء ملحق (2) وبعد تحديد أهم القدرات التوافقية قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لكل المتغيرات وكما مبين في الجدول (2) ، وكذلك تم حساب حساب النسبة المئوية للاختبارات كما مبين في الجدول (3) اذ تم اعتماد النسبة المئوية 80 % فأكثر أي بمعنى اتفاق (13) خبير من أصل (15) وكما تذكر رمزية الغريب بإمكان الباحث اعتماد النسبة التي يراها مناسبة ⁽⁵⁾ وبذلك تم قبول (8) متغيرات وحذف (9) ، أما فيما يخص الاختبارات فقد تم قبول (8) اختبارات وحذف (4) .

جدول (2) النسب المئوية للقدرات التوافقية حسب رأي الخبراء

ت	القدرات التوافقية	عدد الاراء المتفقة	النسبة المئوية
1	المرونة	14	93.33%
2	الرشاقة (القدرة على التكيف مع الازواضع المتغيرة)	14	93.33%
3	التوازن الثابت	13	86.66%
4	التوازن الحركي	12	80%

* تكون فريق العمل المساعد من :

- السيد ناظر دنيف محمد ، رئيس اتحاد جمباز في ذي قار ، بكالوريوس التربية الرياضية
 - السيد فاروق المياحي ، مدرب جمباز في نادي العمارة ، بكالوريوس التربية الرياضية ،
 - هدير عقيل ، طالبة ماجستير كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة ذي قار .
- (1) رمزية الغريب : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، القاهرة ، مطبعة الانجلو المصرية ، 1981 . ص 23 .

5	الايقاع الحركي	5	%33.33
6	القدرة على الربط الحركي	6	%40
7	الاحساس الحركي	6	%40
8	السرعة القصوى	5	%33.33
9	السرعة الاستجابة	4	%26.66
10	السرعة الانتقالية	12	%80
11	السرعة الحركية	12	%80
12	السرعة رد فعل	3	%20
13	القدرة تغير الاتجاه	5	%33.33
14	القدرة العضلية للرجلين	12	%80
15	القدرة العضلية للذراعين	7	%46.66
16	التوافق(القدرة على تقدير الوضع)	14	%93.33
17	التوقيت الحركي	6	%40

جدول (3)

يبين النسب المئوية لآراء الخبراء حول صلاحية الاختبارات

ت	الصفة	اسم الاختبار	عدد الآراء المتفقة	النسبة المئوية
1	التوفيق (القدرة على تقدير الوضع)	1- اختبار الدوائر المرقمة	14	%93.33
		2- اختبار رمي واستقبال الكرات	3	%20
2	الرشاقة (القدرة على التكيف مع الايضاع المتغيرة)	1- الجري المكوكي	5	%33.33
		2- الجري المتعرج بين الموانع	13	%86.66
3	القدرة على الربط الحركي	اختبار نيلسون لاستجابة الحركية الانتقالية	6	%40
4	القدرة العضلية للرجلين	1- قياس القدرة العضلية للرجلين في الوثب للامام	4	%26.66
		2- اختبار القفز العمودي لسارجنت	12	%80
5	التوازن الثابت	توازن الرأس مع الساعدين	13	%86.66
6	التوازن الحركي	الانتقال فوق العلامات	12	%80
7	المرونة	1- القوس الظهرى	14	%93.33
		2- من وضع الوقوف مد الجذع خلف مع سقوط الرأس	5	%33.33
8	السرعة الحركية	قياس السرعة الحركية للذراعين	13	%86.66

9	السرعة الانتقالية	اختبار الركض 10م من وضع الوقوف	12	80%
---	-------------------	--------------------------------	----	-----

3-5 الأسس العلمية للاختبارات :

لأجل الوصول الى أدق النتائج ولأجل التأكد من صلاحية الاختبارات وجب على الباحثة اخضاع الاختبارات الى الأسس العلمية المتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية . اذ يذكر سامي محمد " أن الاختبارات وسيلة تساعد على تقييم الأداء ومقارنة مستوياته بأهدافه الموضوعية ، اذ يجب أن تتمتع بمعدلات عالية من الصدق والثبات والموضوعية " (6) .

3-5-1 صدق الاختبار :

يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلا القدرة أو السمة أو الاتجاه الذي وضع لقياسه ، أي يقيس فعلا مايقصد أن يقيسه (7) ، وأستخدمت الباحثة الصدق الظاهري وكما يأتي :

3-5-1-1 الصدق الظاهري :

استخدمت الباحثة الصدق الظاهري وبعد هذا الاجراء صدقا للاختبار حيث " يمكن أن نعد الاختبار صادقا اذا تم عرضه على عدد من المختصين في المجال الذي يقيسه الاختبار وحكموا بأنه يقيس ما وضع لقياسه بكفاءة " (8). حيث قامت الباحثة بعرض اختبارات القدرات التوافقية على السادة الخبراء والمختصين في المجال الرياضي ، واتفاقهم حول صلاحيتها بنسبة تراوحت 100 80 - % كما في الجدول (3) للتأكد من صلاحيتها .

3-5-2 الثبات :

الثبات هو " الاتساق في النتائج ويعتبر ثابتا اذا حصلنا منه على نفس النتائج عند تطبيقه على نفس الافراد وفي نفس الظروف " (9) ، وقد تم حساب الثبات بطريقة الاعادة مستفيدين من نتائج التجربة الاستطلاعية أذ تراوحت قيم معامل الارتباط بين (0.78 - 0.83) وهي قيم عالية تدل على ثبات نتائج الاختبارات .

3-5-3 الموضوعية :

الموضوعية تعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم ادخال العوامل الشخصية للمختبر كرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصية وحتى تحيزه أو تعصبه ، فهي تعني أن تصف قدرات الفرد كماهي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون (10) . ولكون الاختبارات مقننة ومجددة الشروط (فهي اما محددة بزمان أو عدد مرات) وهذا يحقق الموضوعية وعدم الاختلاف في التقييم .

3-6 التجربة الاستطلاعية للاختبارات المستخدمة في البحث :

من اجل معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث واستجابة العينة لتلك الاختبارات والمدة المستغرقة لأداء الاختبار ولتفادي الأخطاء التي من المحتمل حدوثها للعمل وكذلك الكشف عن العقبات والعوائق التي تواجه عند تنفيذ الاختبارات " وهي طريقة

(1) سامي محمد : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، عمان ، ط1 . دار السيرة للنشر والتوزيع ، 2000 . ص252 .

(2) محمد جاسم الياسري : الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية ، النجف الاشرف ، ط1 . دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010 . ص72 .

(1) مصطفى محمود الامام (اخرين) : التقويم والقياس ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990 . ص127 .

(2) ريسان خريبط مجيد : مصدر سبق ذكره ، 1989 ، ص19 .

(3) محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية . النظرية والتجريب ، مصر ، ط1 . دار الفكر العربي ، 1995 .

عملية لكشف المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء القيام بالتجربة الرئيسية وعدها مسبقا متطلبات التجربة من حيث الوقت ، الكلفة ، الكوادر المساعدة ، صلاحية الاجهزة والأدوات وغيرها " (11) .

لذلك قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات المستخدمة على (4) لاعبين من نادي ذي قار تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، أجريت التجربة بتاريخ 8 / 12 / 2016 واعيدت بتاريخ 10 / 12 / 2016 .

3-7 تقييم مستوى الأداء المهاري :

اعتمدت الباحثة في تقييم مستوى اداء لاعبي الجمناز على تقييمات الحكام * في بطولة أندية العراق لفئة 15 فما دون ، وكما هو المعروف هم حكام متخصصين في اللعبة ولديهم شهادات تحكيمية رسمية ومعرفة ودراية بقانون لعبة الجمناز ، وكان التقييم يعتمد على اسس القانون الدولي في التحكيم .

3-8 التجربة الرئيسية :

بدأت هذه المرحلة مع بداية بطولة العراق بالجمناز لفئة 15 فما دون بتاريخ 15 / 12 / 2016 المقامة في بغداد في قاعة سمير خماس حيث اعتمدت نتائج البطولة ، وبعدها اجرت الباحثة الاختبارات البدنية على عينة البحث البالغ عددهم (30) لاعبا في الفترة من 20 / 12 / 2016 ولغاية 25 / 12 / 2016 .

3-9 الوسائل الاحصائية :

لأجل التوصل الى نتائج الدراسة تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) اصدار 7.21 لحساب ماياتي :- النسبة المئوية ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الانحدار المتعدد (معامل الارتباط - نسبة المساهمة - F - الخطأ المعياري)

4- عرض النتائج ومناقشتها :-

4-1 عرض نتائج الوصف الاحصائي للقدرات التوافقية :

جدول (4) يبين الوصف الاحصائي لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	السلسلة	7.4897	3.57145
2	التوافق	15.39	2.735
3	التوازن الحركي	54.83	12.920
4	الرشاقة	6.23	.531
5	السرعة الحركية	35.97	4.755

(4) مروان عبد المجيد ابراهيم : مصدر سبق ذكره ، 1999 . ص 90

* اسماء الحكام

1- استاذ حسن علي / محافظة الكوت / حكم درجة ثانية

2- استاذ حيدر عياس / محافظة البصرة / حكم درجة ثانية

3- استاذ رزاق الجياشي / محافظة السماوة / حكم درجة ثالثة

6	السرعة الانتقالية	5.00	.938
7	القدرة العضلية	32.34	7.217
8	التوازن الثابت	4.90	.310
9	المرونة	5.97	3.333

من خلال الجدول (4) نجد ان الوسط الحسابي للسلسلة الحركية قد بلغ (7.4897) وبانحراف معياري (3.571) ، اما الوسط الحسابي للتوافق قد بلغ (15.39) والانحراف المعياري (2.735) ، اما الوسط الحسابي للتوازن المتحرك قد بلغ (54.83) والانحراف المعياري (12.920) ، اما الوسط الحسابي للرشاقة قد بلغ (6.23) والانحراف المعياري (0.531) ، اما الوسط الحسابي للسرعة الحركية للذراعين قد بلغ (35.97) والانحراف المعياري (4.755) ، اما الوسط الحسابي للسرعة الانتقالية قد بلغ (5.00) والانحراف المعياري (0.938) ، اما الوسط الحسابي للقدرة العضلية قد بلغ (32.34) والانحراف المعياري (7.217) ، اما الوسط الحسابي للتوازن المتحرك قد بلغ (4.90) والانحراف المعياري (0.310) ، اما الوسط الحسابي للقوس الظهري قد بلغ (5.97) والانحراف المعياري (3.333) . وهذا يضع اللاعبين عموماً في مستوى جيد في الاختبارات نتيجة للوعي لما أكتسبوه من الممارسة البدنية لفترات طويلة نسبياً ومن الاختلاط مع أناس أكثر منهم ثقافة ومعلومات في هذا المجال الامر الذي زاد من رفع مستواهم . " أن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم ، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء سليم متتابع وزمن مناسب والتدريب المستمر وحدة يزيد من تطور المهارة وأتقانها" (12)

2-4 عرض نتائج معامل الارتباط ونسبة المساهمة والخطأ المعياري وقيمة (F) والدلالة للقدرة التوافقية ومناقشتها :

جدول (5)

يبين معامل الارتباط ونسبة المساهمة ونسبة المصححة والخطأ المعياري وقيمة (f) والدلالة لمتغيرات البحث في السلسلة الحركية

المتغيرات	معامل الارتباط	نسبة المساهمة	نسبة المساهمة المصححة	الخطأ المعياري	قيمة F	الدلالة
التوافق	.680 ^a	.463	.443	2.66607	23.246	.000 ^b
التوازن المتحرك	.682 ^b	.465	.424	2.70983	11.318	.000 ^c

(1) نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي : التعلم الحركي ، البصرة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1975 .

الرشاقة	.698 ^c	.488	.426	2.70498	7.937	.001 ^d
السرعة الحركية	.703 ^d	.494	.410	2.74431	5.856	.002 ^e
السرعة الانتقالية	.703 ^e	.495	.385	2.80137	4.502	.005 ^f
القدرة العضلية	.750 ^f	.562	.442	2.66726	4.700	.003 ^g
التوازن الثابت	.784 ^g	.614	.486	2.56157	4.776	.002 ^h
المرونة	.853 ^h	.727	.618	2.20614	6.673	.000 ⁱ

من خلال الجدول (6) نجد ان قيمة الارتباط بين التوافق والسلسلة الحركية قد بلغ (0.680) ونسبة المساهمة (0.463) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.443) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.666) وقيمة (F) المحسوبة (23.246) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.000) فيما تؤكد على أهمية التوافق وأمكانية دخول هذا المتغير في معادلة التوافق كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين التوازن المتحرك والسلسلة الحركية قد بلغ (0.682) ونسبة المساهمة (0.465) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.424) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.709) وقيمة (F) المحسوبة (11.318) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.000) بما يؤكد على أهمية التوازن المتحرك وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين الرشاقة والسلسلة الحركية قد بلغ (0.698) ونسبة المساهمة (0.488) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.426) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.704) وقيمة (F) المحسوبة (7.937) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.001) بما يؤكد على أهمية الرشاقة وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين السرعة الحركية للذراعين والسلسلة الحركية قد بلغ (0.703) ونسبة المساهمة (0.494) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.410) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.744) وقيمة (F) المحسوبة (5.856) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.002) بما يؤكد على أهمية السرعة الحركية وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين السرعة الانتقالية والسلسلة الحركية قد بلغ (0.703) ونسبة المساهمة (0.495) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.385) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.801) وقيمة (F) المحسوبة (4.502) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.005) بما يؤكد على أهمية السرعة الانتقالية وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين القدرة العضلية والسلسلة الحركية قد بلغ (0.750) ونسبة المساهمة (0.562) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.442) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.667) وقيمة (F) المحسوبة (4.700) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.003) بما يؤكد على أهمية القدرة العضلية وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين التوازن الثابت والسلسلة الحركية قد بلغ (0.784) ونسبة المساهمة (0.614) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.486) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.561) وقيمة (F) المحسوبة (4.776) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.002) بما يؤكد على أهمية التوازن الثابت وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، اما قيمة الارتباط بين المرونة مع السلسلة الحركية فقد بلغ (0.853) ونسبة المساهمة (0.727) وكانت نسبة المساهمة المصححة (0.618) وبلغت قيمة الخطأ المعياري (2.206) وقيمة (F) المحسوبة (6.673) في حين كانت الدلالة المعنوية (0.000) بما تؤكد على أهمية المرونة وأمكانية دخول هذا المتغير في المعادلة كونه من المتغيرات ذات التأثير المعنوي ونسبة المساهمة العالية ، وترى الباحثة أن سبب ذلك يعود الى أن العلاقة بين القدرات التوافقية والحركات الارضية في الجباز هي علاقة طردية واي

زيادة في الجانب البدني سوف تزيد من الجانب المهاري وهذا يتفق مع مذكره عماد ناظم " أن الصفات البدنية هي التي تمكن الرياضي من القدرة على اداء مختلف المهارات الحركية فهي تشكل المجرى الاساسي للوصول الى اعلى المستويات الرياضية فهي ضرورية لكل أنواع الأنشطة الرياضية مما يحصل تغلب قدرة بدنية على أخرى طبقا لطبيعة النشاط الممارس مع مراعاة العلاقة الوثيقة بين مختلف القدرات البدنية"⁽¹³⁾

1- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات : من خلال عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة الى ما يأتي :

- 1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين الحركات الارضية في الجمباز وبعض القدرات التوافقية .
- 2 - ظهرت نسب مساهمة مختلفة لكل متغير من متغيرات القدرات التوافقية قيد البحث في سلسلة الحركات الارضية وكان للمرونة نسبة مساهمة الاكبر يليها تباعا التوازن الثابت ثم القدرة العضلية والسرعة الانتقالية والسرعة الحركية والرشاقة والتوازن المتحرك ومن ثم التوافق .

5-2 التوصيات :

- 1-الاهتمام بتوفير الامكانيات الرياضية في قاعات الجمباز في حدود الحالة الاقتصادية أو الاستعاضة عنها باشياء بديلة في حالة عدم امكن توافرها من اجل ايجاد تدريب ناجح .
- 2- القدرات التوافقية مهمة لأداء الحركات الارضية في الجمباز ويجب على المدربين والمعلمين الاهتمام بها .
- 3- تأكيد بناء قاعدة بدنية اساسية من خلال مراقبة اداء كل حركة من الحركات الارضية في الجمباز والتي تعد اساسا وقاعدة للانطلاق في تطبيق وتنفيذ القدرات التوافقية الاخرى .
- ¹ - ضرورة الاهتمام بتطوير وتدريب القدرات التوافقية وأستخدام الاختبارات الميدانية .

المصادر العربية :

- ❖ رمزية الغريب : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، القاهرة ، مطبعة الانجلو المصرية ، 1987 .
- ❖ ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، جامعة البصرة ، ج 1 . مطابع التعليم العالي ، 1989 .
- ❖ سامي محمد : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، عمان ، ط 1 . دار السيره للنشر والتوزيع ، 2000 .
- ❖ عماد ناظم جاسم الدليمي : نسبة المساهمة بعض القياسات الانثروبومترية والقدرات البدنية في اداء المهارات الحركية للاعبي كرة القدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 .
- ❖ عزيزة محمود سالم و(اخرين) : رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، المؤسسة الفنية للطباعة والنشر ، 1998 .

(1) عماد ناظم جاسم الدليمي : نسبة المساهمة بعض القياسات الانثروبومترية والقدرات البدنية في اداء المهارات الحركية للاعبي كرة القدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002، ص 22 .

- ❖ محمد جاسم الياسري : الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية ، النجف الاشرف ، ط1 . دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010 .
- ❖ محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر ، 1999 .
- ❖ محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية . النظرية والتجريب ، مصر ، ط1 . دار الفكر العربي ، 1995 .
- ❖ مروان عبد المجيد ابراهيم : طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، عمان ، ط1 . الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار ثقافة للنشر والتوزيع ، 2002 .
- ❖ مصطفى محمود الامام و (اخرين) : التقويم والقياس ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990 .
- ❖ ناهدة عبد الدليمي : اساسيات في التعلم الحركي ، النجف ، ط1 . دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2008 .
- ❖ نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي : التعلم الحركي ، البصرة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1975 .

الملاحق :

ملحق (1) استمارة استطلاع رأي الخبراء حول القدرات التوافقية

جامعة ذي قار

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا / الماجستير

م/ استمارة استطلاع

الاستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة ..

تروم الباحثة بأجراء بحثها الموسوم :

(بعض القدرات التوافقية كمؤشر للتنبؤ بمستوى الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية للاعبي الجمناز المشاركين في

بطولة اندية العراق لفئة 15 سنة فما دون)

ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص تود الباحثة تفضلكم ببيان رأيكم حول صلاحية القدرات المدرجة .

ملاحظة:-

ت	القدرات التوافقية	يصلح	لايصلح	الملاحظات
1	التوافق (القدرة على تقدير الوضع)			
2	الرشاقة (القدرة التكيف مع الاوضاع المتغيرة)			
3	القدرة على الربط الحركي			
4	القدرة العضلية للرجلين			
5	القدرة العضلية للذراعين			
6	التوازن الثابت			
7	التوازن الحركي			
8	المرونة			
9	السرعة الحركية			
10	السرعة رد فعل			
11	السرعة الاستجابية			
12	السرعة قصوى			
13	السرعة الانتقالية			
14	الاحساس الحركي			
15	التوقيت الحركي			
16	الايقاع الحركي			
17	القدرة على تغير الاتجاه			

يرجى وضع علامة (/) امام الاختبار في مربع يصلح اذا رأيكم انه يصلح .او وضع علامة (/) امام الاختبار في مربع

(لايصلح) اذا رأيكم انه لا يصلح مع اضافة أي قدرة ترونها مناسبة وغير مدرجة في الاستمارة ، مع اعطاء ملاحظاتكم

مع خالص الشكرا والتقدير

	اسم الخبير
	اللقب العلمي
	تاريخ الحصول عليه
	الاختصاص
	مكان العمل
	التوقيع
	التاريخ