



ISSN :6032-2074

مجلة علوم الرياضة

العدد التاسع عشر الرقم الدولي

## تقنين بعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية ركض 110 حواجز لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة

م.د هاشم شاكر عبد الكريم

م.د زهير سالم عبد الرزاق

م. د جلال عبد الزهرة كنعان

جامعة البصرة

جامعة البصرة

جامعة البصرة

### الكلمات المفتاحية: الاختبارات والبدنية، فعالية ركض 110 حواجز الملخص

يهدف البحث إلى بناء مستويات معيارية للاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية عدو 110 حواجز لدى طلبة جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / المرحلة الثانية (ذكور)، واستخدام الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة وأهداف الدراسة، تم اختيار عينة البحث وقوامها (98) طالبا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2019 / 2020 ، واعتمد الباحثون (6) اختبارات بدنية وهي : (3) حجلات على القدم اليمنى و(3) حجلات على القدم اليسرى، الوثب العمودي من الوقوف، الوثب الطويل من الثبات، وزمن عدو حواجز 110 متر , وعدو مسافة (30) مترا من البدء العالي، ، وبعد جمع البيانات تم استخدام برنامج الاحصائي (SPSS) لتحليل النتائج. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى بناء تقنين نسب مئوية لبعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية عدو110 حواجز لدى طلاب كلية التربية البدنية / المرحلة الثانية في جامعة البصرة وذلك اعتمادا على الرتب المئوية وجاء تصنيف الأفراد على هذه الاختبارات ومستوى الإنجاز لفعالية عدو 110 حواجز ضمن المنحنى الطبيعي في جميع الاختبارات. وأوصى الباحثون باعتماد هذا التقنين لتقييم طلاب كليات التربية البدنية عموما في فعالية عدو110 حواجز للذكور.

### Legalization of some physical tests and numerical achievement for the effectiveness of running 110 Hurdlig for students of the College of Physical Education and Sports Science at Basra University

resrarchers

Dr. Jalal Abdul Zahra Kanaan / Basra University/ Jalalabd742@gmail.com

Dr. Hashim Shakir Abdul Kareem/ Basra University/ hashimsport2021@yahoo.com

Dr. Zuhair Salem Abdul Razzaq / Basra University/ Zuhairsport063@gmail.com



## Abstract

The tremendous scientific development and the revolution of technology and information that the world has witnessed recently, has led to the interest of researchers in the search for knowledge and to the use of the field of measurement and evaluation as a means to identify the foundations of tests and increase the knowledge cognitive in all aspects of life Tests and measurements are considered an important basis for reaching the individual to the high level and shortening the time and effort in preparing athletes and sports teams at all levels, whether school or university or sports teams in clubs and sports teams at the state level.: quantity and quality. Measurement is affected by the nature of the process or the measured feature and is divided into two parts: direct measurement such as height, weight, and indirect measurement such as achievement, intelligence and psychological state Besides, it gives an honest indication of the individual's capabilities

**Key word: Physical Tests , Efficiency 110 Hurdligs**

### 1- المقدمة :

إن التطور العلمي الهائل وثورة التكنولوجيا والمعلومات الذي شهده العالم في الآونة الأخيرة، أدى إلى اهتمام الباحثين في البحث عن المعرفة وإلى استخدام مجال القياس والتقويم وسيلة للتعرف على أسس الاختبارات وزيادة الحصيلة المعرفية في جميع جوانب الحياة، وتعد الاختبارات والقياسات من الأسس المهمة للوصول بالفرد إلى المستوى العالي واختصار الوقت والجهد في إعداد اللاعبين والفرق الرياضية على جميع المستويات سواء المدرسية أو الجامعية أو الفرق الرياضية في الأندية والمنتخبات الرياضية على مستوى الدولة، كما تتميز ألعاب القوى بموضوعية في تقييم الإنجاز البشري حيث تترجم المستويات إلى أزمنة في فعاليات المضمار، وإلى مسافات وارتفاعات في فعاليات الميدان، إلى جانب أنها تعطي مؤشرا صادقا عن إمكانيات الفرد وقدراته على تطويع هذه الإمكانيات لتحقيق أهداف ومتطلبات الفعالية ويرى الباحثون أن الدراسة الحالية تساعد على تقنين بعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية عدو 110 حواجز، وذلك لأن اهتمام مدرسي ومدربوا التربية الرياضية في ألعاب القوى قليلة جدا مقارنة مع الفعاليات الأخرى لصعوبتها. مشكلة البحث من خلال المتابعة لاختبارات الطلبة في جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية عموما لاحظ الباحثون انه هناك حاجة في تحديد معايير جادة وموضوعية تقوم عليها عملية وضع العلامات بالشكل الصحيح تركز على الأسس العلمية. ويكمن جوهر المشكلة في انها قد تؤدي هذه إلى إضاعة الفرصة أمام الطلبة لاختيارهم كمواهب رياضية مبدعة كما أن تطبيق الاختبارات العملية للمهارات الرياضية الواردة في مناهج الدرس للطلبة ليس له أي معنى أو قيمة بدون تحويلها إلى معايير ومستويات، التي يستطيع كل طالب أن يعرف مكانته بالنسبة لأقرانه من نفس المجموعة أو المجتمع، وأيضا كما تكمن مشكلة البحث في عدم قدرة مدربي ومشرفي التربية الرياضية وضع العلامات على أسس علمية مقننة. ، كون فعاليات ألعاب القوى تحتاج إلى تكتيك عالي وربط عدة حركات مع بعض

للحصول على اداء جيد في فعالية عدو 110 حواجز. حيث تم اخذ عينة من الطلبة ذوي الأداء الحركي الجيد ومعظمهم من الطلبة الرياضيين المشاركين في مسابقات ألعاب القوى للبطولات الجامعية، وأيضا تم تناول هذا الموضوع لغرض تقنين بعض الاختبارات البدنية المهمة نظرا لعدم وجود دراسات على الطلبة في هذه المرحلة خاصة وهي المرحلة المهمة جدا في معرفة مستويات الاداء للطلبة واكتشافهم لتكون مؤشر للاساتذة والمدرسين عن الاختبارات المناسبة لتطوير المهارة والوصول إلى المستويات العليا، وهناك بعض الدراسات التي اهتمت بالموضوع مثل دراسة (ابوالطيب وآخرون، 2010)، ودراسة (جورسافك وميشهارة، 2012) (Gursavek & Mishra). في ضوء ما سبق تتمثل مشكلة الدراسة في إيجاد معيار لبعض الاختبارات البدنية لفعالية عدو 110 حواجز في ألعاب القوى لدى طلاب كليات التربية الرياضية، لذا جاءت هذه الدراسة من اجل تقنين عملية التقويم من قبل المختصين، حيث يعد بناء تقنين هذه الجوانب المهمة من الصفات البدنية من المواضيع الحديثة الرياضية المهمة التي يجب الاهتمام بها. **أهداف البحث** التعرف على بعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية ركض 110 حواجز لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة، تقنين بعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي لفعالية ركض 110 حواجز لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة. **مجالات البحث** المجال البشري: تم تطبيق البحث على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة. المجال المكاني: مضمار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والقاعة المغلقة / جامعة البصرة المجال الزماني: في الفترة الواقعة من 15 / 11 / 2019 لغاية 10 / 1 / 2020

#### مصطلحات البحث:

- المستويات (Standard): هي أس داخلية للكم على الظاهرة موضوع التقويم، وتختلف عن المعايير في أنها تأخذ الصورة الكيفية، كما أنها تحدد في ضوء ما يجب أن تكون عليه الظاهرة (حسانين، 1987).
- المعايير (Norms): وهي إحدى الوسائل القياسية لتقييم الأرقام المسجلة من الأفراد في ضوء المتوسط والانحراف المعياري حتى يتمكن عن طريقها وضع المستويات القياسية (خاطر وأبيك، 1986).
- الدرجة المعيارية (Norm Score): وهي درجة يعبر فيها كل فرد على أساس عدد وحدات الانحراف المعياري لدرجته عن المتوسط (حسانين، 1995).
- المستويات المعيارية: (شير وآخرون، 2005): هي المعايير القياسية التي تستخدم لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام بغرض تفسير هذه الدرجات وتقويم نتائجها.
- المئين: (عبد المجيد ونصر الدين، 2004): هو عبارة عن مقياس مؤوي مدرج بمدى يتراوح من (صفر إلى 100) نقطة مئوية، إذ أن المئين يشير إلى نقطة في توزيع التكرار التراكمي تقع دونها نسبة مئوية معينة من التسجيلات.

#### 2\_ منهجية البحث واجراءاته الميدانية



## 2-1-1 مجتمع وعينة البحث

تمثل مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة للمرحلة الثانية من الذكور ، حيث تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مجتمع الدراسة المكون من (245) طالبا حيث تم استبعاد ( 147 ) طالب لعدم القدرة على الاداء بشكل جيد من خلال بيانات اساتذة الكلية المختصين لاعاب القوى ، واختيار عينة البحث بالطريقة العمدية إذ بلغ عدد افراد العينة (98) طالب من مجتمع البحث الكلي. وهم بذلك يمثلون نسبة (40%) من مجتمع البحث الأصلي البالغ عددهم (245) طالبا للعام الدراسي 2019 / 2020.

والجدول (1) يبين خصائص أفراد عينة الدراسة وفقا لمتغيرات العمر، والطول، وكتلة الجسم.

الحد الأعلى	الحد الأدنى	الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات
23	20	0.084	0.75	21.94	سنة	العمر
1.91	1.54	-0.059	0.064	1.71	سم	الطول
96	54	0.74	10.22	64.35	كغم	الوزن

يتضح من الجدول (1) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعمر والطول والوزن لدى الطلاب أفراد عينة الدراسة حيث أن قيم معامل الالتواء انحصرت بين (- 0.059 و 0.74) إلى اعتدالية توزيع بيانات المتغيرات توزيعاً طبيعية لدى عينة البحث.

## 2-1-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة: من أجل جمع البيانات تم استخدام الأدوات الآتية:

ميزان إلكتروني، صفارة، ساعة إيقاف الكترونية، حواجز عدد 10 قانونية بارتفاع 91 سم، استمارة لجمع البيانات.

## 2-1-2 الاختبارات المستخدمة في البحث

قام الباحثون بأعتماد 6 اختبارات معتمدة عالمياً يمكن من خلالها تقييم بعض الصفات البدنية المطلوبة لاداء فعالية عدو 110 حواجز وهذه الصفات هي ( القوة المميزة بالسرعة والقدرة الانفجارية والسرعة الانتقالية والسرعة الحركية) فضلا عن الانجاز الخاص بفعالية عدو 110 حواجز) حسب امكانيات الطلبة البدنية وكالاتي :-

1. اختبار (3) حجلات على القدم اليمنى من الوقوف
2. اختبار (3) حجلات على القدم اليسرى من الوقوف
3. اختبار الوثب العمودي من الوقوف
4. الوثب الطويل من الثبات
5. اختبار عدو مسافة (30) مترا من البدء العالي
6. اختبار انجاز عدو 110 حواجز



## 2-2-المعالجات الإحصائية

تم استخدام البرنامج الإحصائي ( SPSS ) في احتساب المئينات والدرجات المئينية لنتائج العينة مثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء.

## 3-عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

من خلال هدف البحث الذي يحاول الاجابة على ( ما هو مستوى أداء طلاب كلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة البصرة لبعض الاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي في فعالية ركض 110 حواجز في ألعاب القوى )

وللتأكد من سلامة البيانات المستخرجة من الاختبارات البدنية ومن مدى توزيعها توزيعاً طبيعياً إذ يجب قبل بناء المستويات المعيارية التأكد من مدى قرب البيانات من التوزيع الطبيعي فقد تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والجدول (2) يوضح ذلك.

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	3 حجلات على الرجل اليمنى	متر	4.27	1.01	0.006
2	3 حجلات على الرجل اليسرى	متر	4.06	0.96	0.26
3	الوثب العمودي من الثبات	سم	64.7	0.087	0.112
4	الوثب العريض من الثبات	متر	2.53	0.31	0.36
5	عدو 30م من البداية العالية	ثانية	6.06	0.48	0.44
6	عدو 110 حواجز	ثانية	21.43	0.33	-0.122

## الجدول (2) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لنتائج الاختبارات البدنية وعدو 110 حواجز

يتضح من الجدول (2) أن الانحرافات المعيارية للاختبارات البدنية لثلاث حجلات على القدم اليمنى ( 1.01)، واليسرى ( 0.96)، واختبار الوثب العمودي ( 0.087)، واختبار الوثب العريض ( 0.31)، واختبار عدو (30م) ( 0.48)، بينما الانحراف المعياري لاختبار ركض الحواجز 110 متر ( 0.33)، وجميعها أقل من المتوسطات الحسابية (4.06، 4.27، 64.7، 6.06، 2.53، 21.43). وكذلك تراوحت قيم معاملات الالتواء لها ما بين (+1) مما يشير إلى أن نتائج أفراد عينة البحث على الاختبارات تتوزع اعتدالية الذي يشير إلى تجانس العينة في الاختبارات المستخدمة وبذلك يمكن بناء المستويات المعيارية لها والجدول التالية تبين ذلك. ومن الملاحظ أن مستوى الإنجاز في عدو 110 حواجز لدى أفراد عينة الدراسة منخفض مقارنة مع لاعبي المستويات العليا .

الدرجة المنوية	(3) حجلات القدم اليمنى م	(3) حجلات على القدم اليسرى.الوحدة م	الوثب العمودي من الثبات سم	الوثب الطويل من الثبات م	العدو (30)م من البداء العالي الثبات ثا	ركض 110 حواجز ثا
100	6.10	6	94	2.90	4.80	19.90
90	5.70	5.50	88	2.85	4.90	19.5
80	5.40	5.10	82	2.80	5.10	50,20
70	4.80	4.50	76	2.75	5.40	20.90
60	4.40	4.20	73	2.70	5.90	21.40
50	3.90	3.80	67	2.60	6.10	21.70
40	3.70	3.50	65	2.50	6.30	22.20
30	3.30	3.10	62	2.20	6.50	22.50
20	2.80	2.70	55	2.10	7.30	90,22
10	2.60	2.30	52	1.90	8.10	23.70

### جدول (3) يوضح القيم الخام لاختبارات البحث

يتضح من خلال الجدول رقم (3) إن أفضل قيمة خام لاختبار الحجل (3) خطوات على القدم اليمنى هي (6,10 م) وهي تقابل المئين (100) تمثل أفضل أداء للاختبار، وان اقل درجة خام للاختبار (2,60 م) وهي تقابل المئين (10) وهي تمثل اقل أداء للاختبار و ان افضل قيمه خام لاختبار الحجل (3) خطوات على القدم اليسرى (6م) و هي تقابل المئين (100) تمثل أفضل أداء للاختبار و ان اقل درجة خام للاختبار هي (2,30 م) و هي تقابل المئين (10) و هيتمثل اقل أداء للاختبار وان افضل قيمه خام للاختبار الوثبي العمودي من الثبات هي (94 سم) و هي تمثل المئين (100) و هي تمثل افضل أداء للاختبار و ان اقل درجة خام للاختبار (52 سم) و هي تقابل المئين (10) و هي تمثل اقل أداء للاختبار و ان افضل قيمه خام للاختبار الوثب الطويل من الثبات (2,90 م) و هي تقابل المئين (100) و هي تمثل افضل أداء للاختبار و ان اقل درجة خام للاختبار هي (1,90 م) و هي تقابل المئين (10) و هي تمثل اقل أداء للاختبار و ان افضل قيمه للاختبار عدو (30 م) هي (4,80 ثانيه) وهي تقابل المئين (100) و هي تمثل افضل أداء للاختبار و ان اقل درجة خام للاختبار (8,10 ثانيه) و هي تقابل المئين (10) و هي تمثل اقل أداء للاختبار و ان افضل قيمه خام للاختبار عدو (110 حواجز) (18,90 ثانيه) و هي تقابل المئين (100) و هي تمثل افضل أداء للاختبار و ان اقل درجة خام للاختبار هي (23,70 ثانيه) و هي تقابل المئين (10) و هي تمثل اقل أداء للاختبار



وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (ابوالطيب وآخرون، 2010)، ، ودراسة جور سافك وميشهارة (Gursavek, & Mishra , 2012)، ودراسة جرين وآخرون (Green 1998 .et al). من حيث أهمية هذه الاختبارات البدنية وعلاقتها بمستوى الإنجاز في فعالية عدو الحواجز لدى طلبة كليات التربية الرياضية عموماً، فقد أظهرت أهمية السرعة والقوة المميزة بالسرعة وانها تساهم بدرجة كبيرة في تحسن انجاز زمن فعالية 110 حواجز وإمكانية بناء مستويات معيارية لهذه الاختبارات والإنجاز الرقمي . ويرى الباحثون أن المستويات المعيارية والرتب المئينية التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية تتصف بالموضوعية والملائمة لتحديد مستوى مهارة عبور الحواجز لدى طلبة كلية التربية البدنية / المرحلة الثانية، حيث أنها تأخذ بعين الاعتبار لجميع المستويات والدرجات الخام الواردة وغير الواردة في الجداول السابقة.

ويرى الباحثون ضرورة تدريب الطلبة على هذه الاختبارات البدنية واخذ القياسات كل فترة وإجراء المقارنات لمعرفة مستوى التحسن والتطور في انجاز العدو وعبور الحواجز واجراء المزيد من الدراسات على هذه المهارة للوصول إلى المستويات العليا. كما هو موضح في الجداول (4,5,6,7,8,9) والتي تبين توزيع أفراد العينة ضمن المدى الطبيعي الذي يحدد المستويات المئينية للاختبارات البدنية و اختبار العدو (30 م) و اختبار عدو (110م) حواجز و تشير قيم جدول (4) ان اكبر عدد لافراد العينة كان في مستوى جيد حيث بلغ عدد افراد العينة في المستوى جيد (42) طالبا و بنسبه مئوية (42.86%) ثم مستوى متوسط اذ بلغ عدد افراد العينة (26) طالبا و بنسبه مئوية (26,53%) ثم مستوى مقبول اذ بلغ عدد افراد العينة (19) طالبا و بنسبه مئوية (19,39%) ثم مستوى جيد جدا (10) طلاب و بنسبه مئوية (10,20%) و اخيرا مستوى ضعيف (1) طالب و بنسبه مئوية (1,02%) و تشير قيم جدول (5) ان اكبر عدد لافراد العينة كان في مستوى جيد حيث بلغ عدد افراد العينة في المستوى جيد (38) طالبا و بنسبه مئوية (38.78%) ثم مستوى متوسط اذ بلغ عدد افراد العينة (33) طالبا و بنسبه مئوية (33,67%) ثم مستوى مقبول اذ بلغ عدد افراد العينة (14) طالبا و بنسبه مئوية (14,29%) ثم مستوى جيد جدا (7) طلاب و بنسبه مئوية (7,13%) و اخيرا مستوى ضعيف (6) طلاب و بنسبه مئوية (6,12%) و تشير قيم جدول (6) ان اكبر عدد لافراد العينة كان في مستوى متوسط حيث بلغ عدد افراد العينة (30) طالبا و بنسبه مئوية (30.61%) ثم مستوى مقبول اذ بلغ عدد افراد العينة (25) طالبا و بنسبه مئوية (25,51%) ثم مستوى جيد اذ بلغ عدد افراد العينة (19) طالبا و بنسبه مئوية (19,39%) ثم مستوى جيد جدا (14) طالبا و بنسبه مئوية (14,29%) و اخيرا مستوى ضعيف (10) طلاب و بنسبه مئوية (10,20%) و تشير قيم جدول (7) ان اكبر عدد لافراد العينة كان في مستوى متوسط حيث بلغ عدد افراد العينة (40) طالبا و بنسبه مئوية (40.82%) ثم مستوى مقبول اذ بلغ عدد افراد العينة (35) طالبا و بنسبه مئوية (35,71%) ثم مستوى جيد اذ بلغ عدد افراد العينة (15) طالبا و بنسبه مئوية (15,30%) ثم مستوى جيد جدا (8) طلاب و بنسبه مئوية (8,16%) و اخيرا مستوى ضعيف و تشير قيم جدول (8) ان اكبر عدد لافراد العينة كان في مستوى جيد جدا حيث بلغ عدد افراد العينة (35) طالبا و بنسبه مئوية (35.71%) ثم مستوى جيد اذ بلغ عدد افراد العينة (30) طالبا و بنسبه مئوية (30,61%) ثم مستوى متوسط اذ بلغ عدد



افراد العينة (22) طالبا و بنسبه مؤويه (22,45%) ثم مستوى مقبول (8) طلاب و بنسبه مؤويه (8,16%) و اخيرا مستوى ضعيف (3) طلاب و بنسبه مؤويه (3,06%) و تشير قيم جدول (9) ان اكبر عدد لافراد العينه كان في المستوى جيد و المستوى متوسط اذ بلغ كل منهما (25) طالبا و بنسبه مؤويه (25,51%) ثم مستوى مقبول اذ بلغ عدد افراد العينه (20) طالبا و بنسبه مؤويه (20,41%) ثم مستوى جيد جدا اذ بلغ عدد افراد العينه (18) طالبا و بنسبه مؤويه (18,37%) ثم مستوى ضعيف (10) طلاب و بنسبه مؤويه (10,20%)

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
1,02%	ضعيف	1	1,99-1
19,39%	مقبول	19	2,99-2
26,53%	المتوسط	26	3,99-3
42,86%	جيد	42	4,99-4
10,20%	جيد جدا	10	5,99-5

### جدول (5) توزيع افراد العينة في اختبار الحجل (3) خطوات على القدم اليسري من الوقوف

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
6,12%	ضعيف	6	1-1,99
14,29%	مقبول	14	2-2,99
33,67%	متوسط	33	3-3,99
38,78%	جيد	38	4-4,99
7,14%	جيد جدا	7	5-5,99

### جدول (6) توزيع أفراد العينة في اختبار الوثب العمودي من الثبات ضمن المنحنى الطبيعي.

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
10,20%	ضعيف	10	50-59
25,51%	مقبول	25	60-69
30,61%	متوسط	30	70-79
19,39%	جيد	19	80-89
14,29%	جيد جدا	14	90-99



## جدول (7) توزيع أفراد العينة في اختبار الوثب العريض من الوقوف

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
0%	ضعيف	0	1.90-2.19
35.71%	مقبول	35	2.20-2.49
40.82%	المتوسط	40	2.50-2.79
15.30%	جيد	15	2.80-3.09
8.16%	جيد جدا	8	3.10-3.39

## جدول (8) توزيع أفراد العينة في اختبار العدو (30م) من البدء العمودي

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
3.06%	ضعيف	3	8-8.99
8.16%	مقبول	8	7-7.99
22.45%	المتوسط	22	6-6.99
30.61%	جيد	30	5-5.99
35.71%	جيد جدا	35	4-4.99

## جدول (9) توزيع أفراد العينة في اختبار ركض الحواجز من الاقتراب مسافة (110 متر بارتفاع 91 سم)

النسبة المئوية	المستويات المعيارية	العدد	الفئة
10.20%	ضعيف	10	23-23.99
20.41%	مقبول	20	22-22.99
25.51%	المتوسط	25	21-21.99
25.51%	جيد	25	20-20.99
18.37%	جيد جدا	18	19-19.99

ويرى الباحثون إن اختباري الحجل (3) خطوات للقدم اليمنى و اليسرى و قد كان مستوى الطلاب جيد في كلا الاختبارين و اللذين يعطيان دقة عالية في مؤشر الاداء و ان اداء الحجل للقدم اليمنى افضل من الحجل للقدم اليسرى من خلال تحقيق المسافه و هذا يدل على ان القوى الانفجاريه لدى الطلبة على القدم اليمنى كان افضل بفارق قليل من القوه الانفجاريه لقدم اليسرى و عليه يجب على المدرس القيام بالاختبارات من اجل الوقوف على تقدم مستوى الطلبة للوصول الى الاداء الصحيح و المتناسب مع قدرات الطالب البدنية اما في اختبار الوثب العمودي من الثبات فان هذا الاختبار يعطي دقة عالية لقياس عنصر القوة الانفجارية لعضلات الطرف السفلي و قد بلغ مستوى متوسط اكثر عدد من الطلاب و هذا يدل على ان القوة

الانفجاريه كانت متوسطه للطلاب لهذا الاختبار اذ يتاثر المؤدي لمهارة الوثب بالقوه الانفجاريه في عمليه الارتقاء اثناء تنفيذ الخطوه و الحجله و الوثب الى قوه انفجاريه و تحويلها الى مسافه افقيه من خلال الممارسه و التدريب على هذا التمرين و ان تكون مصحوبه بالاختبارات من اجل الوقوف على تقدم مستوى الطلاب للوصول الى الاداء الصحيح و الذي يتناسب مع قدرات الطلبة البدنية و ما يتوافق مع الاداء الحركي لتأديه المهارة باقتصاد و كفاءه عاليه اما ما يخص اختبار الوثب الطويل من الثبات حيث كان اعلى مستوى للطلاب في هذا الاختبار عند مستوى متوسط و يرى الباحثون ان هذا الاختبار كذلك يعطي دقه عاليه للقوه الانفجاريه لعضلات الطرف السفلي اذ يتاثر المؤدي لمهارة القفز فوق الحاجز بالقوه الانفجاريه في عمليه الارتقاء عند القيام بالحجل بالقدم اليمنى و كذلك في اثناء تنفيذ الوثبه و تحويلها الى خطوه الحاجز من خلال الممارسه و التدريب ام ا في اختبار عدو (30م) من البدأ العالي فان هذا الاختبار كذلك يعطي دقه عاليه في اختبار العدو نرى ان افراد عينه البحث كانت في هذا الاختبار اعلى نسبه في مستوى جيد جدا و جيد و يرى الباحثون ان غالبية الطلبة هم في مستوى جيد و جيد جدا و الاخرون من الطلبة في مستوى متوسط و مقبول و ضعيف و ان صفه السرعة و التي تعد من الصفات المهمه و التي يمتاز بها الطلبة هي من الصفات الموروثة و هي سرعه الانتقال و السرعه الحركيه و سرعه الاستجابه و يعتبر اختبار عدو(30م) هو اختبار لسرعه الانتقال حيث تمثل سرعه الانتقال اهميه قصوى في جميع الانشطه الرياضيه التي تشتمل على الحركات المتمثله و المتكرره كما في المشي و الجري و الوثب في العاب القوى اما بالنسبه لاختبار عدو (110م) حواجز فان النسبه الاكبر من الطلاب كانت في المستويين جيد و متوسط و هذا يدل على ان صفه السرعة من الصفات التي تمتاز بها عينه البحث

### الخاتمة:-

وفقا لنتائج الدارسة ومناقشتها توصل الباحثون إلى تم معرفة مستوى أداء طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة البصره المرحله الثانية للاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي في فعالية ركض 110 حواجز. وكذلك تم التوصل إلى بناء درجات معيارية مئنيه للاختبارات البدنية لدى طلبة كلية التربية البدنية/ جامعة البصرة المرحله الثانية للاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي في فعالية ركض 110 حواجز.و كذلك تم التوصل الى بناء مستويات معياريه مئنيه للاختبارات البدنية لدى طلبة كلية التربية البدنية/ جامعه البصره المرحله الثانية للاختبارات البدنية والإنجاز الرقمي في فعالية ركض 110 حواجز. لذلك يوصي الباحثون إجراء دراسات مشابهة وعلى عينات أكبر للوصول الى مستويات معيارية للعديد من مهارات ألعاب القوى المختلفة والألعاب الرياضية الأخرى لمساعدة الاساتذة في انتقاء اللاعبين وتقويمهم في الكليات والجامعات العراقية ولكلا الجنسين.و كذلك استخدام الدرجات و المستويات المعيارية التي تم بناؤها في عملية تقييم مستوى الأداء المهاري واختبار الطلبة في فعالية ركض 110 حواجز من قبل لجنة الاختبارات لكليات التربية البدنية.



## المصادر العربية والاجنبية

- إبراهيم، واخرون. (1999). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياسات في التربية الرياضية. دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- ابوالطيب، م. (2002). التحليل الكينماتيكي للاعبى الوثب الطويل. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد.
- الاتحاد الدولي لألعاب القوى. القانون الدولي قواعد المنافسة 2004-2005. ترجمة RDC. القاهرة.
- حسانين، م. (1987). طرق بناء وتقنين الاختبارات. دار الفكر العربي، ج2، ط2، القاهرة.
- خاطر، أ. والبيك، ع. (1996). القياس في المجال الرياضي. ط1، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- شير، م. والطالب، ن. وعبد الفتاح، س. (2005). وضع مستويات معيارية لاختبارات القدرات البدنية لقبول الطالبات في قسم التربية الرياضية في جامعة البحرين. مجلة العلوم التربوية بجامعة البحرين، 28(1)، ص 111-117.
- الطائي، . (2009). القياس والتقويم في درس التربية الرياضية، المجلة الالكترونية العراقية. جامعة بغداد، العراق.
- علاوي، م. ورضوان، م. (1979). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- المغربي، ع. (2004). بناء معايير اللياقة البدنية للطلبة المتقدمين للائحة التفوق الرياضي بالجامعة الأردنية. مجلة د ارسات، مؤتمر التربية الرياضية، عمان، الأردن.
- المنذلاوي، والمدافعة، م. وحسن، م. (1990). الأسس التدريبيية لفعاليات ألعاب القوى. مطابع التعليم العالي، بغداد.
- Aldikari, A, Pervin, N, Rummy, N.I, & Kitab, A. (2014). Importance of Anthropometric Characteristics in Athletic Performance from the Perspective of Bangladeshi National Level Athletes' Performance and Body Type. American Journal of Sports Science and Medicine, vol.2, (4), p 123- 127.
- Gursavek, S., Mishra, P.K. (2012). Relationship of Selected Anthropometric Measurements and Physical Variables to Performance in Triple Jump. Indian Journal of Movement Education and Exercises Sciences, 2, 2, p 2249-6246.
- Qadoume, M. (2010). Prédiction de la performance en triple saut chez des jeunes adultes à partir de tests isotoniques et anthropométriques. Unpublished master thesis, University of Paris Sud 11, Paris- France.