

الاتزان الحركي وعلاقته بدقة الضربة الارضية الامامية والخلفية بالتنس للطلاب

**Kinetic balance and its relationship to the accuracy of forehand and backhand groundstrokes in tennis for students**

م.م. محمد صاحب عبد زيد

**كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

Muhammad Sahib Abdul Zaid

[mohammeds.aimurshdy@uokufa.edu](mailto:mohammeds.aimurshdy@uokufa.edu)

## ملخص البحث

تكمّن أهمية البحث في التعرّف على العلاقات بين أهم القدرات الحركية أثناء أداء الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب حيث ان مرحلة الاتزان في لحظة أداء هذه المهارات ذات تأثير في نتيجة هذه المهارات والتي تعتمد عليها نتائج . **مشكلة البحث:** لاحظ الباحث ان عمل القدرات التوافقية يتناقض مع المهارات الأساسية بالتنس للطلاب وبدون التركيز على هذه القدرات سيكون أداء المهارات بمستويات متقاوتة ، لذلك سعى الباحث للتعرّف على العلاقة بين اهم القدرات الحركية (الاتزان الحركي) و هي القدرة التي يعتمد عليها الطالب لحظة الارتكاز والتوازن لأداء الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب وقد **هدف البحث** إلى التعرّف على العلاقة بين الاتزان الحركي ودقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب. اما عن **فرضيات البحث** كان هنالك علاقة معنوي للاتزان الحركي بدقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب اما عن **الباب الثاني** فقد استخدم الباحث الأسلوب الوصفي لملائمة لعينة البحث بتطبيق المجموعة الواحدة وقد حدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة شعبة ب وكان مجموع الطلاب المتواجدين (25) طالبا تم اختيار 10 طلاب لعينة الرئيسية و 5 طلاب لعينة الاستطلاعية وتم إعطاء كل طالب (5) محاولات لضربة الامامية والخلفية **الباب الثالث** تم عرض وتحليل ومناقشة النتائج حسب تسلسل العنوان والاهداف التي وضعها الباحث وكان **الباب الرابع** قد اشتمل على اهم الاستنتاجات، إن الاتزان الحركي كان له علاقة واضحة في دقة الضربة الامامية و والخلفية بالتنس للطلاب . اما عن اهم التوصيات التركيز على القدرات الحركية واهمها الاتزان الحركي لما له من علاقة واضحة في دقة واداء الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب.

**الكلمات المفتاحية:** الاتزان الحركي . دقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس

## Abstract

The importance of this research lies in identifying the relationships between key motor skills during the execution of forehand and backhand strokes in tennis for students. The balance phase during the execution of these skills significantly impacts their outcome, which in turn greatly influences match results. The research problem stems from the observation that coordination skills are often integrated with tennis skills in students, but these skills are not adequately addressed. Therefore, the researcher sought to identify one of these skills (motor balance), which students rely on during balance and when striking the ball with the racket. The research aimed to determine the relationship between motor balance and the accuracy of forehand and backhand strokes in tennis for students. Regarding the research hypotheses, there was a significant effect of motor balance on the accuracy of the forehand and backhand strokes in tennis for students. In the third chapter, the researcher used the descriptive method, as it was suitable for the research sample, applying a single-group approach. The research population was defined as third-year students in section B, totaling (25) students. Ten students were selected for the main sample and five for the pilot sample. Each student was given (5) attempts at the forehand and backhand strokes. The fourth chapter presented, analyzed, and discussed the results according to the sequence of the title and the objectives set by the researcher. The fifth chapter included the most important conclusions: motor balance had a clear effect on the accuracy of the forehand and backhand strokes in tennis for students. The most important recommendations include focusing on motor skills, especially motor balance, due to its clear effect on the accuracy of the forehand and backhand strokes in tennis for students.

**Keywords Kinetic balance, forehand accuracy and timing in tennis.**

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ان تاريخ البلدان وحضاراتها على مر السنين يظهر تقدم الشعوب في كافة مجالات الحياة ، وقد اصبحت الرياضة جزءاً المهم وواحد من اهم الوسائل الإعلامية في العالم لغرض التعرف على ثقافات الشعوب ومدى تطورها.

كما ظهرت الدراسات ان التعلم الحركي اساس لتعلم و تطوير المهارات الأساسية في مراحل التعلم الاولى للاعبين والحفظ عليها بشكل دائم في مختلف مواقف الاداء للاعب، حيث تكرست جهود القائمين بالعملية تعليم الطلاب على وضع الأسس واسس علمية لغرض اعداد المتعلمين واللاعبين من الناحية المهارية وتهيئة المتطلبات المناسبة للوصول الى أفضل مستوى في الأداء للمهارات والاحتفاظ بأدائها من خلال استخدام واساليب التعلم الحركي التي تهدف جميعها اكتساب الطالب أداء المهارات الأساسية بطريقة صحيحة وتحسينها وتنببيتها.

تعد لعبة التنس واحدة من الالعاب الممتعة التي بدأت تستقطب الجمهور وبأعداد كبيرة ويعود ذلك من خلال ما يظهره اللاعبون من مهارات وحركات تعطي طابع المتعة والاثارة للجمهور ، ويعتمد والوصول الى هذه المهارات الممتعة والأداء المتكامل الذي يظهره اللاعب وفقاً للمبادئ والأسس العلمية الصحيحة للتعلم الحركي التي تعتمد على نوعية القدرات الحركية التي تميزه في لعبة التنس والتي توظف القدرات الحركية لخدمة المهارات، كما من متطلبات لعبه التنس هو التعامل مع مواقف اللعب المختلفة اثناء الأداء وذلك من قدرة الاتزان الحركي الذي يعكسه الطالب اثناء الأداء للضربات الامامية والخلفية وبباقي المهارات في لعبة التنس الأرضي و المستخدمة والمناسبة والتقويم الصحيح عند تفزيذها يساعد اللاعب على تطوير الاداء .

وان قدرة الاتزان الحركي واحد من القدرات المهمة التي تدخل بشكل رئيسي في نجاح اداء المهارات الأساسية وتعلمها وتطويرها، وهذا يتم من خلال تطوير هذه القدرة الحركية التي يتم توظيفها لزيادة

تعلم وأداء المهارات عن طريق المزج بين القدرات الحركية والمهارات الأساسية التي تعطي ابعاداً في تعلم وأداء الطالب او المتعلم .

أهمية هذه الدراسة هي قياس قدرة الاتزان الحركي ومعرفة علاقتها و مدى تأثيرها في أداء المهارات الأساسية بتنس واهم هذه المهارات الضربة الامامية والخلفية.

## 2- مشكلة البحث :

تعد لعبة التنس التي تمتاز بالعديد من المهارات كمطلوب أساسى للوصول لمستوى الأداء الأمثل والتي ينبغي على الطالب تعلمها وإتقانها من خلال مراحل التعلم الأولية والعمل على تطويرها، ومن خلال خبرة الباحث والمصادر والمراجع والدراسات والتساؤلات مع مجموعة من المدربين والمختصين ب مجال التنس الارضي ، وكون الباحث لاعب و متابع للعبة وجد ان هناك انخفاض في مستوى الأداء الحركي للمهارات الأساسية الهجومية وقد يرجع هذا الانخفاض الى ضعف بالقدرات الحركية واهمها التوازن الحركي الذي يعد الركيزة الأساسية في لحظة الثبات والاستقرار من الحركة لغرض ارجاع الكرة وضربها بالمضرب وانهاء الأداء الحركي . لذا ارتأى الباحث الخوض في هذه المشكلة من خلال التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي كأهم قدرة مختارة ودقة أداء مهاراتي الضربة الامامية والخلفية بتنس الأرضي للطلاب.

## 3- أهداف البحث :

- 1- التعرف على الاتزان الحركي بالتنس للطلاب .
- 2- التعرف على دقة أداء الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب .
- 3- التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي ودقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب .

## 4- فرض البحث :

- 1-هناك علاقة معنوية بين الاتزان الحركي و دقة أداء الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب.

## 5- مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة - المرحلة الثالثة .

1-5-2 المجال الزماني: للمرة من 2024/10/15 ولغاية 2025/4/1

1-5-3 المجال المكاني: القاعات الرياضية المغلقة وملعب التنس الأرضي المفتوح في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

## 2-1 منهج البحث:

إن اهداف البحث التي تطرق إليها الباحث هي التي تحدد طبيعة المنهج المستخدم ، ولذا استخدم المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملازمة اهداف البحث .

## 2-2 المجتمع البحث وعينة :

تم تحديد مجتمع البحث بطلبة المرحلة الثالثة شعبة ب للعام الدراسي 2024-2025 والبالغ عددهم 25 طالب، اما عينة البحث، لابد من اختيارها اختياراً دقيقاً كونها جزء من مجتمع البحث، وهي مجموعة جزئية من مجتمع البحث الممثلة لعناصر المجتمع افضل تمثيل بحيث يمكن تعميم نتائج تلك العينة على المجتمع بأكمله <sup>(1)</sup> . اذ تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) من طلاب شعبة ب والبالغ عددهم (10) طلاب الذين يمثلون جزء من مجتمع البحث، اما عن عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (5) .

## 2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث:

### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر والمراجع. - المقابلات الشخصية. - الملاحظة والتجريب. - الخبراء والمختصون
- الاختبارات الموضوعية. - استمرارات تفريغ البيانات للاختبارات .

### 2-3-2 الاجهزة المستخدمة في البحث:

- صافرة (FOX) كندية الصنع عدد (2).
- شريط ملون لاسق.
- شريط لقياس الطول.
- ميزان طبي صيني الصنع .
- حاسبة الكترونية صيني الصنع عدد (1).
- كامره Canon عدد (2).
- جهاز حاسوب (acar) صيني الصنع لمعالجات الاحصائية والبيانات الخاصة بالبحث .

**2-3 إجراءات البحث الميدانية.** قام الباحث بإجراءات بحثه الميدانية وبالترتيب المنطقي لمتغيرات الدراسة حيث سيكون الاختبار الأول خاص بالتوازن الحركي وبعدها اختبارات الضربة الامامية والخلفية بالتنس للطلاب . وايضا إجراءات التجارب الاستطلاعية والتجربة الرئيسية .

**1-4-3 تحديد اختبار الاتزان الحركي.** بعد الاطلاع على المراجع والمصادر تم اختيار اختبار باس المعدل للاتزان الحركي .

### 3-4-1 اختبار الاتزان الحركي .

<sup>(1)</sup> محمد خليل ابراهيم (آخرون) : مدخل الى امناھج البحث في التربية في علم النفس ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ،2006، ص218.

اسم الاختبار : اختبار باس المعدل .<sup>(1)</sup>

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الفوز بدقة مع الاحتفاظ بالاتزان الحركي اثناء الحركة وبعدها الأدوات . ساعة إيقاف ، شريط قياس ، احد عشر علامة دائيرية (4/3 بوصة)

**مواصفات الاختبار :** يقف المختبر على العلامة الأولى بالقدم اليمنى، ثم يقفز للوقوف على العلامة رقم 1 بمشط القدم اليسرى يلاحظ تغطية العلامة تماماً بالقدم ويحاول الثبات في هذا الوضع أكبر مدة ممكنة بحد أقصى 5 م ت، ثم يقوم بالوثب إلى العلامة رقم 2 ليقف عليها على مشط القدم اليمنى ويثبت أكبر وقت ممكن بحد أقصى 5 ث، وهكذا إلى أن يصل إلى العلامة العاشرة مستخدماً نفس الأسلوب، مع ملاحظة تغير قدم الهبوط في كل وثبة، وأن يكون الارتكاز على مشط القدم في كل مرة.

**التسجيل:** يسجل للمختبر 10 درجات عن كل محاولة وثب 5 منها عندما يتم الوثب بطريقة سلية، حيث يتطلب ذلك أن يهبط على مشط القدم بحيث يغطي العلامة الموجودة على الأرض تماماً، أما الخمس درجات الأخرى فتسجل للمختبر عن كل ثانية يستطيع أن يثبت فيها بعد الهبوط، وبهذه الصورة تصبح الدرجة الكلية للاختبار هي (100 الرياضية) وفي حالة حدوث أي خطأ من أخطاء التوازن كأن يختل توازنه، يعاد للوضع الصحيح وسيستمر أداء الاختبار يلي ذلك الوثب إلى العلامة التالية).

**2-4-2 تحديد اختبار الضربة الامامية والخلفية بالتنس .** من خلال اطلاع الباحث على المصادر والمراجع والدراسات السابقة تم المشاوره مع السيد المشرف بتحديد المهارات الأساسية بالتنس للطلاب واحتباراتها كمتغيرات ملائمة لمشكلة البحث وأهدافه وبعد إذ تمت الموافقة على الترشيح الأتي في ما يخص اختبارات الضربة الامامية والخلفية

**2-4-2-2 تحديد اختبار الضربة الامامية والخلفية بالتنس .**  
اسم الإختبار: اختبار بروير وملر للضربات الأرضية<sup>(1)</sup> .

**الهدف من الإختبار:** يقيس دقة الضربات الأرضية الامامية والخلفية

**التجهيزات:** مضرب واحد لكل مختبر و(20) كرة تنس ، حبل مشدود أعلى من الشبكة وعلى إرتفاع (4 قدم) من الحافة العليا ، ملعب تنس مقسم على النحو التالي يرسم خطان بعرض الملعب احدهما على بعد (10) قدم داخل خط الإرسال والآخر على بعد (9) قدم خارج خط الإرسال وموازيان له ويرسم خطان آخرين

<sup>(1)</sup> محمد صبحي حسانين :القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2004، ص16

<sup>1</sup> إيلين وديع فرج: مصدر سابق ، ص245.

بعرض الملعب على بعد (5) قدم ، و(15) قدم على التوالي خارج خط القاعدة وموازيان له وتشير الأرقام المسجلة في الشكل على قيم التسجيل

1- يقوم المسجل بلاحظة ، وتسجيل المحاولات الصحيحة التي تمر بين الشبكة والحبل ، وتحدد منطقة سقوطها .

2- يقوم المساعد بجمع الكرة ووضعها بالصندوق المجاور للمختبر .

3- يُجرب المختبر كرمان ضربة أمامية ، وضربة خلفية أولاً ولا تُحسب بالتسجيل .

4- يقف المختبر خلف خط قاعدة الإرسال ، ويُسقط الكرة لنفسه ثم يضربها محاولاً توصيلها إلى منطقة الـ (9) أقدام الخلفية من الملعب المقابل .

5- يُسمح لكل مختبر بأداء (14) محاولة من جانب الضربة الأمامية و(14) محاولة من جانب الضربة الخلفية

1- تسجيل القيم المذكورة في الشكل للكرات التي تمر بين الحافة العليا للشبكة والحبل ، وتسقط في المنطقة المحددة لها .

2- التي تسقط على الخط تحصل على القيمة الأعلى لمنطقة .

3- الكرة التي تمر فوق الحبل تحصل على نصف قيمة المنطقة التي سقطت بها الكرة .

4- المختبر الذي يفشل في محاولة ضرب الكرة تُحسب عليه محاولة .

5- الكرة التي يجب إعادتها تُعد ولا تُحسب لها الدرجة الخاصة بها .

## 2-4-3 التجربة الاستطلاعية .

أن التجربة الاستطلاعية من الأمور المهمة لأداء أي بحث ، إذ من خلالها نستطيع استيضاح عدد من الأمور كونها دراسة أولية مصغرة للتجربة الرئيسية لغرض الحصول على أدق النتائج ، وهي "استطلاع للظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والكشف عن الحالات الغامضة" <sup>(1)</sup> ، وقام الباحث بأداء تجربة استطلاعية .

### 2-4-4 التجربة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد<sup>(\*)</sup> التجربة الاستطلاعية الأولى يوم الاحد الموافق (2024/11/3) في الساعة الثانية بعد الظهر في قاعة الرياضية المغلقة في الكلية ، لتطبيق الاختبارات الاتزان الحركي على

<sup>(1)</sup> ظافر هاشم اسماعيل : التطبيقات العلمية لكتاب الرسائل والأطروحات التربوية والنفسية (التخطيط والتصميم)، بغداد، دار الكتب والوثائق للنشر، 2012، ص.95.

أفراد العينة الاستطلاعية البالغة عددها (5) طلاب من أجل معرفة عده أمرور مرتبطة بالاختبار المستخدمة ، وقد افاد الباحث من خلال اجراء التجربة الاستطلاعية بالحصول على المعطيات الآتية:

- 1- التأكيد من وضوح الاختبارات للعينة البحث.
- 2- التعرف على فهم افراد العينة لتعليمات الاختبارات
- 3- المدة اللازمة لأجراء الاختبارات.
- 4- مدى تفاعل عينة البحث مع الاختبارات وملائمة الاختبارات لمستوياتهم .
- 5- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد لإجراء الاختبارات
- 6- التعرف على ظروف تطبيق الاختبارات وما يرافقها من صعوبات وقد تحقق الغايات دون مشاكل.

#### 2-3-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد التجربة الثانية يوم الاثنين الموافق(2024/11/4) في الساعة الاشرعة صباحا في في ملعب التنس المفتوح في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الكوفة ، على أفراد العينة الاستطلاعية البالغة عددها (5) طلاب من أجل معرفة عده أمرور المرتبطة باختبار الضربة الامامية والخلفية بالتنس الأرضي ، وقد افاد الباحث من خلال اجراء التجربة الاستطلاعية بالحصول على المعطيات الآتية.

- 1-التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد.
- 2-التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة واعدادها في الاختبارات .
- 3-فهم عينة البحث للاختبارات والقدرة على تطبيقها .

وأيضا من خلال الاختبار وإعادة الاختبار بعد 7 أيام تم استخراج الأسس العلمية للاختبارات

#### 2-4-4-2 الاسس العلمية:

**صدق الاختبار:** يعد الصدق الاختبار من الصفات المهمة التي يجب ان يتتصف بها الاختبار الجيد ويشير مفهومه إلى "جودة الاختبار كأداة لقياس ما وضع اصلا لقياسه"<sup>(1)</sup> ، فقد استخدم الباحث صدق الظاهري للاختبارات للمتغيرات المبحوثة في لعبة التنس وهو ان الاختبار يبدو صادقا في صورته الظاهرية"<sup>(2)</sup>.

**ثبات الاختبار:** من اجل استخراج معامل ثبات الاختبارات للقدرات الحركية والمهارات الهجومية الاساسية لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت " وهو الذي يعطي نتائج متقاربة او النتائج نفسها اذا طبق اكثرا من مرة في ظروف متماثلة"<sup>(3)</sup>.. ويتم ذلك في ظروف مشابهة وقد استخدم الباحث لحساب معامل الثبات بـ(طريقة الاختبار وأعاده الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الاول والثاني (7) ايام، وبعد التعرف على نتائج الاختبارين تم

<sup>(1)</sup> زكريا الظاهر (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، عمان، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، 1998 ، ص 132.

<sup>(2)</sup> حيدر عبد الرضا وسلمان عكاب : البحث العلمي المبسط ، ط1، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة، 2018، ص150.

<sup>(3)</sup> نادر فهمي الزيود وهشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص 145.

استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وكان معامل الثبات للاتزان الحركي هو 0.93. وهو يدل على ثبات جيد للاختبار وأيضاً وكان معامل الثبات للضربة الامامية والخلفية بالتنس هو 0.91. وهو يدل على ثبات جيد للاختبار .

**الموضوعية:** تعرف الموضوعية بأنها " مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية" <sup>(1)</sup>. أي ان الاختبار غير خاضع للتقديرات الذاتية ومن اجل استخراج قيم الموضوعية لابد من الاستعانة بموضوعية الاختبار والذي يشير الى "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين" <sup>(2)</sup>.،استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لموضوعية الاختبارات بين (درجات الحكم الأول والحكم الثاني)<sup>(\*)</sup>, وكانت درجة الموضوعية للاتزان الحركي 0.87 ولضربة الامامية والخلفية 0.89 وهذا يدل على موضوعية الدرجات بين المحكمين بصورة جيدة .

**2-4-6 التجربة الرئيسية:** قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بأجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث وبالعديد (10) طلاب في يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق ( 12-13/11/2024) على ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الكوفة الساعة التاسعة صباحاً على افراد عينة البحث فسجل بالليوم الأول نتائج اختبارات الاتزان الحركي اما في اليوم الثاني فسجلت نتائج الاختبارات الضربة الامامية والخلفية بالتنس الأرضي ، تم توضيح طريقة أداء الاختبارات وتسلسلها للعينة .

## 2-5 الوسائل الاحصائية المستخدمة:

تم استخدام البرنامج الاحصائي (spss) ولاستخراج كل من .

❖ معامل الارتباط البسيط بيرسون.

❖ الوسط الحسابي .

❖ الوسيط.

❖ الانحراف المعياري .

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

<sup>(1)</sup> ليلي السيد فرات. القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر ، 2001، ص 169

<sup>(2)</sup> مصطفى حسين باهي. المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق . القاهرة: مركز الكتاب للنشر ، 1995 ، ص 64

3-1 عرض وتحليل النتائج الاختبارات الاتزان الحركي و دقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس للمجموعة البحث . من خلال جمع البيانات ومعالجتها احصائيا ظهرت النتائج التالية لمتغيرات البحث وكما موضح في الجدول (1)

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط والدلالة الإحصائية للاختبارات الاتزان الحركي ودقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس لمجموعة البحث .

نوع الدلالة الإحصائية	مستوى دلالة SIG	معامل الارتباط	القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية	الاتزان الحركي	1
			± ع	س				
معنوي	0.000	9.5	2.55	68.88	درجة	الاتزان الحركي	الاتزان الحركي	1
			3.29	125.6	درجة	الضربة الامامية والخلفية بالتنس	الضربة الامامية والخلفية بالتنس	2
الجدولية عند درجة حرية 9 ومستوى دلالة 0.05 بلغت 2.3								

يبين الجدول (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة مامل الارتباط والقيمة المحسوبة والجدولية للاختبارات المدروسة لمجموعة لبحث البالغ عددها (10) طلاب، إذ كانت النتائج كما يأتي :-

في اختبار الاتزان الحركي :- بلغ الوسط الحسابي في الاختبار (68.88) وبانحراف معياري قدره (2.55)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار الضربة الامامية والخلفية (125.6) وبانحراف معياري قدره (3.29) ، أما قيمة معامل الارتباط فكانت (0.95) ، وهي قيمة كبيرة تدل لى وجود ارتباط دال معنوبا بين الاختبارين ودرجاتهم . ومن خلال درجة مستوى الدلالة ومقارنتها بالجدولية عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) والتي تبلغ (2.3) . مما يدل على وجود علاقة موجبة حقيقة بين الاتزان الحركي والمهارات الأساسية بالتنس للطلاب .

3-2 مناقشة نتائج الاختبارات الاتزان الحركي و دقة الضربة الامامية والخلفية بالتنس للمجموعة البحث .

ومن خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (1) نجد ان هنالك ارتباط كبير بين القدرة الحركية المتمثلة بالاتزان الحركي والذى يمثل واحده من اهم القدرات التي يعتمد عليها في لحظات مهمه من أداء المهارات الأساسية بالتنس الأرضي حيث نجد ان الطالب الذي لديه قدرة على الاتزان الحركي بصورة جيدة هو طالب يتمكن من أداء المهارات المطلوبة منه وهذا ما أكدته (ليلي فرحت 2001) "يعتبر الاتزان الحركي مكونا هاما في أداء المهارات الأساسية كالوقوف والمشي والجري والرمي وغيرها من المهارات الأساسية ، وهو مكون رئيسي في معظم الأنشطة التي تتطلب الوقوف او الحركة في أداء المهارات "(1).

وان لعبة التنس واحده من الألعاب التي تعتمد بشكل كبير على دقة أداء مهاراتها الأساسية وأيضا استخدام الأداة بشكلها الصحيح والتوقيت المناسب معتمدا على وضع الجسم وتوازنه لحظة أداء أي مهارة من مهارات التنس وعلى هذا الأساس نجد ان قدرة الاتزان الحركي في مرحلة وصول اللاعب الى مكان الكرة وارتكازه وتوازنه من اجل أداء الضربة الامامية او الخلفية من اهم المراحل التي تساعد الطالب في النجاح في أداء مهاراتي الضربة الامامية والخلفي بالتنس وهذا ما أكدته ( محمد صبحي حسانين ، 2004) " ان الاتزان الحركي هو المقدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات وضع الجسم عند أداء مختلف الحركات والأوضاع والتي تتضمن التوقيت والايقاع والتوازن ويعني ذلك الادراك بالمكان واتجاه الحركة "(2).

#### 1-4 الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي تم عرضها وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- أن النواة الأساسية في أداء المهارات الأساسية في التنس الأرضي هي القدرات الحركية التي يختلف مدى التركيز حسب نوع المهارة .
- 2- إن الاتزان الحركي كان له علاقة واضح في دقة الضربة الامامية و والخلفية بالتنس للطلاب.
- 3- ان دقة أداء المهارات الأساسية في التنس يعتمد بشكل كبير جدا على قدرة الاتزان الحركية لحظة الأداء.

#### 2- التوصيات:

في إطار الاستنتاجات التي تم التوصل إليها الباحث وضع مجموعة من التوصيات:

- 1- أجراء اختبارات دورية لقدرة الاتزان الحركي للطلاب والاعبين لمعرفة مدى ومستوى هذه القدرة والعمل على تحسينها .

(1) ليلي السيد فرحت : القياس والاختبارات في التربية الرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2011، ص 431.

(2) محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2004، ص 417.

2- التركيز على القدرات الحركية واهمها الاتزان الحركي لما له من علاقة واضح في دقة واداء الضربة الامامية و والخلفية بالتنس للطلاب.

3- إجراء دراسات وبحوث في لعبة التنس على فئات أخرى للاعبين واللاعبات .

5- إجراء دراسات وبحوث لقدرة الاتزان الحركي في الفعاليات والألعاب الرياضية الفرقية الأخرى

#### المصادر والمراجع

1- محمد خليل ابراهيم (آخرون) : مدخل الى مناهج البحث في التربية في علم النفس ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ،2006، ص218.

2- محمد صبحي حسانين :القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي 16,2004,

3- ظافر هاشم اسماعيل : التطبيقات العلمية لكتاب الرسائل والأطروحات التربوية والنفسية (الخطيط والتصميم),بغداد، دار الكتب والوثائق للنشر ، 2012، ص95.

4- زكريا الظاهر (آخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، عمان، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، 1998 ، ص 132.

5- حيدر عبد الرضا وسلمان عكاب :البحث العلمي المبسط ، ط1، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة، 2018, ص150.

6- نادر فهمي الزيود وهشام عامر عليان:مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط3, عمان, دار الفكر للنشر والتوزيع،2005, ص 145.

7-ليلي السيد فرحت. القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر ، 2001، ص 169

8- مصطفى حسين باهي. المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق . القاهرة: مركز الكتاب للنشر ، 1995، ص 64