

دراسة تحليلية لبعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

م.م عمر ناطق عبد القادر¹ م.م عبد الله فوزي احمد²

المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى/ثانوية أصفية الاولى للبنين¹

المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى/متوسطة طويبة للبنين²

(¹ www.malsaygh72@gmail.com, ² Abdullah.alhashmiy@gmail.com)

المستخلص: هدف البحث الى التعرف على الفروق ببعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ المرحلة المتوسطة، فضلا عن الفروق ببعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الاول متوسط وصولا الى الصف الثالث المتوسط .

وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة التحليلية وتكونت عينة البحث من (120) تلميذ من تلاميذ ثانوية أصفية ناحية الشورة جنوب الموصل من الصفوف الاول والثاني والثالث المتوسط، كما استخدم الباحثان الاختبارات الخاصة بالاختبارات البدنية والحركية الاتية: (اختبار ركض (20) متر من بداية عالية لقياس السرعة الانتقالية، اختبار الحجل بكلتا الرجلين (كل رجل على حدة) لمسافة (10) متر لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات للرجلين، اختبار الجري المتعرج بين الشواخص لقياس الرشاقة، اختبار ثني الجذع الى الامام من وضع الجلوس الطويل لقياس مرونة العمود الفقري وعضلات خلف الرجلين واختبار الدوائر المرقمة لقياس التوافق).

واستخدم الباحثان برنامج SPSS لاستخراج الوسائل الاحصائية الاتية لمعالجة البيانات وهي (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط ل (بيرسون)، النسبة المئوية، اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين).

وتوصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية:

1-تطور تلاميذ كل صف والصف الذي يليه في اختبارات ركض (20 متر) من بداية عالية والخاص بالسرعة الانتقالية واختبار الحجل بالرجل اليمنى لمسافة (10 متر) والخاص بالقوة المميزة بالسرعة واختبار الشواخص والخاص بالرشاقة واختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل والخاص باختبار المرونة.

2-لايوجد تطور بالقدرة البدنية والحركية (القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسرى) بين تلاميذ كل صف و الصف الذي يليه باختبار الحجل بالرجل اليسرى.

الكلمات المفتاحية: تحليلية - القدرات البدنية والحركية - تلاميذ - المتوسطة.

1-المقدمة:

في عمليتي التعلم والتطور الحركي وان تخضع لمنهجية على الصعيدين النظري والتطبيقي وفق الاهداف والاعراض الخاصة بهذه المرحلة العمرية بوصفها مرحلة ارتكاز، لم تعد المهارة وحدها هي الفيصل كما كانت قبل اكثر من نصف قرن بل اصبحت القابلية البدنية بما تحويها من متغيرات سواء الحركية منها او الفسيولوجية ناهيك عن القياسات الجسمية ذات التأثير على تطور اللعبة.

وبهذا اتجه الباحثان على تسليط الضوء على الدور الفاعل للقدرات البدنية والحركية ومن خلال استخدام اختبارات متخصصة لهذه القدرات سواء البدنية منها او الحركية للتعرف على الفروق لبعض القدرات البدنية والحركية والفروق بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الاول المتوسط.

هدف البحث:

1- التعرف على الفروق ببعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ المرحلة المتوسطة

فرض البحث:

1- توجد فروق ذات دلالة معنوية في تطور بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ المرحلة المتوسطة.

مجالات البحث:

المجال البشري: تلاميذ ثانوية أصفية للبنين.

المجال المكاني: ساحة مدرسة ثانوية أصفية للبنين.

المجال الزمني: ابتداء من 2021/6/1 لغاية 2021/7/1.

تم تبليغ تلاميذ الصف الثالث المتوسط من قبل الباحثان للحضور لإجراء الاختبارات كون الاختبارات كانت قبل فترة الامتحانات للباكوريا.

تحديد المصطلحات:

القدرات البدنية: عرفها (محبوب، 1989) بانها " القدرات الموروثة التي تتطور بالنمو وتتطور بالممارسة والتدريب وتشمل ثلاث قدرات وهي (القوة، السرعة، المطاولة) " (محبوب: 1989، 107) .

القدرات الحركية: عرفها (محبوب، 1989) بانها " القدرات التي يكتسبها الانسان من المحيط مثل الرشاقة والمرونة والتوازن

اصبحت التربية الرياضية اليوم جزء مهم من التربية العامة فهي ليست تمارين وحركات وفعاليات والعبا رياضية بل هي تربية وفلسفة وثقافة وسياسة فضلا عن دورها في اعداد الانسان اعدادا بدنيا وصحيا ونفسيا واجتماعيا، لذا فان لها الدور الكبير في دفع عجلة التطور الى الامام، وتعد القدرات البدنية والحركية اساس تطور الحركة الرياضية في اي مجتمع بوصفها البداية الصحيحة السليمة لتهيئة النشئ الجديد وبنائه منذ الصغر وصولا الى ايجاد القاعدة الواسعة والقوية للتربية الرياضية .

ولذلك اصبح من الضروري الاهتمام بالمراحل العمرية المتعددة ومنها المرحلة المتوسطة ويعد اكتساب القدرات البدنية والحركية اساسا لاكتساب المهارات العامة والخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل النمو التالية ولاسيما في مرحلة المدرسة المتوسطة (مردان: 1972، 52).

وتعد المرحلة المتوسطة واسطة العقد في مراحل التعليم المختلفة، لذلك تمثل بحكم موضعها من السلم التعليمي مرحلة ذات انتقال في حياة التلاميذ (الحقيل: 1421هـ، 135)، ولقد ركزت الدراسات والبحوث الحديثة على محاولة معرفة انجح الطرائق لتشجيع التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي لكي تصبح هذه الممارسة جزء من النمط الحياتي اليومي للفرد (ston:1985,168)، لهذا يبدو من الضروري ان تكون هناك فرص لمزاولة النشاط الرياضي المنتظم في المدرسة والتي سوف تسهم في تطوير القدرات البدنية والحركية مما يضمن توفير نمط حياتي ذي نشاط رياضي خاص بالتلاميذ (slave & other:1984,61) . لذا فان اهمية البحث تبرز في تتبع بعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة من الصف الاول الى الصف الثالث المتوسط من اجل التعرف على الفروق بين القدرات البدنية والحركية لدى هذه الفئة من التلاميذ

مشكلة البحث:

تعد المدارس المتوسطة من المؤسسات التربوية التي تربي التلاميذ بإعمار (12-15) سنة، وينبغي علينا الاهتمام بالتلاميذ في هذه المرحلة العمرية المهمة بحيث تأخذ التربية الرياضية دورها لتسهم

المرونة، الرشاقة، التوافق) على نسبة اتفاق (81.81%) فاكتر اذا يشير (بلوم واخرون، 1973) الا انه على " الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (75%) فاكتر من المحكمين " (بلوم واخرون: 1973، 162)

2-3-3-2 استبيان تحديد الاختبارات البدنية والحركية المستخدمة:

تم تصميم استمارة استبيان الملحق (3) لتحديد اهم الاختبارات الملائمة للقدرات البدنية والحركية التي تم اعتمادها عن طريق تحليل محتوى المصادر العلمية، وتم عرضها على مجموعه من المختصين في القياس والتقويم الملحق (4)، وظهر الاستبيان حصول الاختبارات (الحجل 10 خطوات على الرجل اليمنى، والحجل 10 خطوات على الرجل اليسرى (لقياس القوة المميزة بالسرعة)، وركض (20) متر من بداية عالية (لقياس السرعة الانتقالية)، وثني الجذع الى الامام من وضع الجلوس الطويل (لقياس مرونة العمود الفقري)، والجري المتعرج ذهابا وايابا بين (5) شواخص (لقياس الرشاقة)، واختبار الدوائر المرقمة (لقياس التوافق) على نسبة اتفاق (75%) فاكتر.

2-3-3-2 مواصفات الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية:

2-3-3-2-1 الاختبار الاول (الحجل بكل من الرجل اليمنى الرجل اليسرى لمسافة 10 متر) هدف الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة. الادوات اللازمة: ارضيه مستويه و من خط مستقيم قياس و ساعه توقيت فقط بداية ونهاية.

الاجراءات:

-تخطيط منطقه الاختبار.
-يقف التلميذ خلف خط البداية وعند ما تعطي الاشارة يقوم التلميذ بالحجل برجل اليمين فقط حتى يجتاز خط النهاية.
-مقاطع محاولتان لكل تلميذ (وينفذ الاختبار بعد ذلك بالرجل اليسرى).
-يحتسب الزمن الاقرب 10/1 من الثانية.

والمهارة، اي انها تأتي عن طريق الممارسة والتدريب " (محبوب: 1989، 85).

2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة التحليلية لملائمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينه: تكون مجتمع البحث من تلاميذ الصفوف (الاول والثاني والثالث) المتوسطة لمدسة ثانوية اصفية الاولى للبنين، اما عينة البحث فقد تكونت من (120) تلميذ بواقع (40) تلميذ من كل صف دراسي، والبالغ عددهم (180) تلميذ وينسبة (66%) من المجتمع. وقد تم اختيار العينة بالطريقة الطبقية وبالأسلوب العشوائي غير المنتظم .
الجدول (1) يبين مواصفات عينة البحث

الصف	عدد الطلاب	عدد العينة	العمر (شهر)		الطول (سم)		الكتلة (كغم)	
			ع±	س	ع±	س	ع±	س
الاول المتوسط	80	40	122.80	3.104	138.60	2.063	35.75	2.890
الثاني المتوسط	60	40	135.40	2.950	143.33	3.031	38.61	2.133
الثالث المتوسط	40	40	149.60	3.253	148.31	4.310	40.09	3.327
المجموع	180	120	-	-	-	-	-	-

2-3 وسائل جمع البيانات:

2-3-1 تحليل محتوى المصادر العلمية: للتعرف على القدرات البدنية والحركية واختباراتها

2-3-2 المقابلة الشخصية: لقد تمت مقابلة شخصيه مع بعض المختصين للاطلاع على اختيار بعض القدرات البدنية والحركية الاختبارات الملائمة لعينه البحث لهذه القدرات، وتمت هذه المقابلات الشخصية للمدة من 2021/1/1 ولغاية 2021/1/7 .

2-3-3 الاستبيان والقياس:

2-3-3-1 الاستبيان (تحديد القدرات البدنية والحركية): من اجل تحديد اهم القدرات البدنية والحركية التي سيتم دراستها قام الباحثان بتصميم استمارة استبيان الملحق (1)، وتم توزيعها على مجموعه من المختصين في مجال التعلم الحركي والقياس والتقويم الملحق (2)، وظهرت النتائج حصول القدرات البدنية والحركية الاتية: (القوة المميزة بالسرعة، السرعة الانتقالية،

-يطلب منه الجلوس على البساط بحث تكون القدمان مضمومتان مع تثبيتهما على حافة المقعد .

-يقوم احد المساعدين بالضغط على الركبتين لتبقيا مستقيمتين .
-عند اعطاء اشارة من قبل الفاحص يقوم التلميذ بثني الجذع الى الامام بحيث يدفع المؤشر بأطراف اصابعه الى ابعد مسافة ممكنة .

-يحاول التلميذ الثبات قليلا عند اخر مسافة يصل اليها .
-يعطى للتلميذ محاولتين تجريبيتين .
-يعطى للتلميذ ثلاث محاولات عند اجراء الاختبار .

طريقه التسجيل للاختبار:

-تسجل للتلميذ النسافة التي حققها (السنيمترات) في المحاولات الثلاثة .

-تحتسب احسن محاولة للتلميذ من المحاولات الثلاثة (حسانين):
(1987، 28).

2-3-4-4 الاختبار الرابع: (الركض المتعرج بين الشواخص).

-هدف الاختبار: قياس الرشاقة.
-الادوات اللازمة: ارضيه مستويه و(5) شواخص وساعة توقيت وخط البداية والنهاية.

الاجراءات:

-تخطيط منطقه الاختبار بحيث تكون المسافة بين خط البداية والشاخص (180 سم) وفضلا عن المسافة بين شاخص واخر.

-يقف التلميذ خلف خط البداية وعند ما تعطي الاشارة يقوم التلميذ بالركض بين الشواخص مبتدئا من جهة اليمين او اليسار حتى يصل الشاخص الخامس ويدور حوله الى خط النهاية بالطريقة نفسها.

-يعطى للتلميذ محاولة تجريبية واحدة.

-يعطى للتلميذ محاولتان للاختبار .

-لا تعد المحاولة خطأ اذا توقف التلميذ عن الاداء .

-تعد المحاولة اذا لم يركض التلميذ بين اي شاخص.

-يقاس زمن التلميذ من اشارة بدء الاختبار الى ان تتخطى قدم التلميذ خط النهاية.

-تستخدم اشارة مسموعة للتلاميذ ومرئيه من الميقاتي.

طريقه التسجيل للاختبار: قياس الزمن الى اقرب (10/1) ثانية (باهي: 1999، 8).

2-3-4-2 الاختبار الثاني (ركض 20 متر) من بداية عالية:

-هدف الاختبار: قياس السرعة الانتقالية

-الادوات اللازمة: ارضيه مستويه في خط مستقيم وشريط قياس و ساعة توقيت وخط بداية ونهاية

الاجراءات:

-تخطيط منطقه الاختبار

-يقف التلميذ خلف خط البداية وعند ما تعطي الاشارة يقوم التلميذ بالركض السريع حتى يجتاز خط النهاية

-يعطى محاولة واحدة لكل تلميذ .

طريقه التسجيل للاختبار:

-قياس الزمن الاقرب (10/1) ثانية

-يقاس زمن التلميذ من اشارة بدء الاختبار الى ان تتخطى قدم التلميذ خط النهاية .

-تستخدم اشارة مسموعة للتلاميذ ومرئيه للميقاتي.

2-3-4-3 الاختبار الثالث (ثني الجذع الى الامام من وضع الجلوس الطويل):

هدف الاختبار: قياس مرونة العمود الفقري والعضلات الخلفية للجسم

-الادوات اللازمة: مقعد من دون ظهر ارتفاعه (20 سم) ومسطرة غير مرنة مقسمة الى (30 سم) مثنية عموديا على المقعد بحيث يكون الرقم (10 سم) عند حافة المقعد ومؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة، وبساط جمناستك .

الاجراءات:

-يطلب من التلميذ نزع الحذاء

-ملائمة الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية لعينة البحث.

2-7-1 الاسس العلمية للاختبارات:

2-7-1-1 صدق الاختبارات: يمثل صدق الاختبارات احد اهم الوسائل في الحكم على صلاحية وجودة الاختبار كأداة قياس لما وضع من اجله وهو اكثر تعريفات الصدق شيوعا (الظاهر واخرون: 2002، 132-133)، ولقد اعتمد الباحثان على الصدق الظاهري اذ يعد الاختبار صادقا ظاهريا اذا كان صالحا في ظاهره بصورة مبدئية من خلال النظر الى عنوانه وتعليماته والوظيفية التي يقيسها وكل ذلك يوحي بان الاختبار يبدو من حيث ظاهره انه مناسب للغرض المطلوب وان موافقة السادة المحكمين يحققه هذا النوع من الصدق، فضلا عن استخدام الصدق الذاتي الذي يساوي جذر معامل الثبات .

2-7-2 ثبات الاختبارات: وقد تم اجراء معامل الارتباط البسيط (لبيرسون) بين كلا القياسين لقد تحقق الباحثان من ثبات الاختبار بطريقة (التطبيق واعادة التطبيق) اذ تم تطبيق الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (30) تلميذ وتم القياس الاول يوم 2021/5/1 وبعد ثلاثة ايام تم القياس الثاني يوم 2021/5/4، إذ يجب ان تكون الفترة الزمنية لإعادة التطبيق قريبة جدا (ثلاثة ايام على الاكثر) حتى لا يتأثر اداء التلميذ بالتدريب (باهي: 1999، 8) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2) يبين معامل الثبات والصدق الذاتي والموضوعية لاختبارات القدرات البدنية والحركية

ت	القدرات البدنية والحركية	الاختبارات	معامل الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	السرعة الانتقالية	ركض (20) متر من بداية عالية	* 0.76	* 0.87	* 0.81
2	القوة بالسرعة	المميرة	* 0.81	* 0.90	* 0.84
		الحجل على الرجل اليسرى لمسافة (10) متر	* 0.79	* 0.88	* 0.80
3	الرشاقة	الجري المتعرج بين الشواخص	* 0.86	* 0.92	* 0.74
4	المرونة	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل	* 0.83	* 0.91	* 0.78
6	التوافق	الدوائر المرقمة	* 0.71	* 0.84	* 0.76

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

-قياس الزمن للتلميذ بيت اشارة بدء الاختبار الى ان تتخطى قدم التلميذ خط النهاية.

طريقه التسجيل للاختبار:

-قياس الزمن الى اقرب (10/1) ثانية لأحسن محاولة من المحاولتين (الخولي وراتب: 1982، 401).

2-3-4-5 الاختبار الخامس (اختبار الدوائر المرقمة):

-هدف الاختبار: قياس التوافق

-الادوات اللازمة: ساعة ايقاف، وثمانية دوائر مرسومة على الارض على ان يكون قطر كل منها (60 سم)، ترقيم الدوائر من (1-8).

-الاجراءات: يقف التلميذ داخل دائرة رقم (1) وعند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة رقم (2) ثم الى الدائرة رقم (3) وهكذا حتى وصوله الى الدائرة رقم (8) ويتم ذلك بأقصى سرعة .

طريقه التسجيل للاختبار:

-يسجل للتلميذ الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمانية (الحكيم: 2004، 28-29).

3-5 الاجهزة والادوات المستخدمة: (ساعة توقيت، شريط

بقياس طول (30 متر)، شواخص عدد (5)، مسطرة متدرجة وصندوق خشبي).

2-6 التجربة الاستطلاعية: لغرض التأكد من مقدرة عينة

البحث على اداء الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية، فضلا عن ملائمة الاجهزة والادوات وامكانية فريق العمل المساعد الملحق (5)، قام الباحثان بتطبيق الاختبارات على عينة قوامه (30) طالبا من غير عينة البحث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مدرسة ثانوية أصفية للبنين بواقع (10) طلاب من كل صف من الصفوف الثلاثة وخلصت التجربة الاستطلاعية الى ما يأتي:

-امكانية فرق العمل المساعد على اجراء الاختبارات .

-ضرورة اجراء عرض من قبل الباحثان او احد اعضاء فريق

العمل المساعد امام العينة قبل التطبيق .

الجدول (6) يبين قيمة lsd في اختبار التوافق

ت	الصف	الوسط الحسابي	LSD	المعنوية
1	الاول	4.9450	0.03400	الاول
	الثاني	4.9110		
2	الاول	4.9450	0.81600	الاول
	الثالث	4.1290		
3	الثاني	4.9110	0.78200	الثاني
	الثالث			

الجدول (7) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار المرونة

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	4804.650	2	2402.325	95.874	0.000*
داخل المجموعات	2931.675	117	25.057		
المجموع	7736.325	119			

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

الجدول (8) يبين قيمة lsd في اختبار المرونة

ت	الصف	الوسط الحسابي	LSD	المعنوية
1	الاول	15.4250	1.12500	الاول
	الثاني	14.3000		
2	الاول	15.4250	12.82500	الثالث
	الثالث	28.2500		
3	الثاني	14.3000	13.95000	الثالث
	الثالث	28.2500		

الجدول (9) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار الحجل بالرجل اليميني

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	53.729	2	26.896	65.239	0.000*
داخل المجموعات	48.235	117	0.412		
المجموع	102.028	119			

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

الجدول (10) يبين قيمة lsd في اختبار الحجل بالرجل اليميني

ت	الصف	الوسط الحسابي	LSD	المعنوية
1	الاول	6.7305	0.93350	الاول
	الثاني	5.7970		
2	الاول	6.7305	1.63450	الاول
	الثالث	5.0906		

2-7-3 موضوعية الاختبارات: ان الموضوعية تعني عدم

التباين والاختلاف في عملية التقويم عند اعطاء درجات الحكام بالنسبة للقياس من الاختبارات العملية وللتحقق من الموضوعية يستخرج معامل الالتواء بين النتائج التي قدرها المقومون (الحكيم: 2004، 28-29)، ولقد قام الباحثان باحتساب الموضوعية من خلال تقويم حكمان من فريق العمل المساعد للذان يقومان بعملية القياس وبذلك تحققت من صدق وثبات وموضوعية الاختبارات .

2-8 الوسائل الاحصائية: الوسط الحسابي والانحراف

المعياري والنسبة المئوية ومعامل الارتباط البسيط واختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين (spss).

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج:

الجدول (3) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار الرشاقة

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	147.763	2	73.881	355.878	0.000*
داخل المجموعات	24.290	117	0.208		
المجموع	172.052	119			

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

الجدول (4) يبين قيمة lsd في اختبار الرشاقة

ت	الصف	الوسط الحسابي	Lsd	المعنوية
1	الاول	4.978	2.654	الثاني
	الثاني	7.632		
2	الاول	4.978	0.8187	الثالث
	الثالث	6.474		
3	الثاني	7.632	1.8352	الثالث
	الثالث	6.474		

الجدول (5) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار التوافق

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	17.047	2	8.524	24.037	0.000*
داخل المجموعات	41.489	117	0.355		
المجموع	58.536	119			

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

اما بخصوص الفروق غير المعنوية يعزو الباحثان ذلك الى ان سبب الحصول على نتائج غير معنوية هو قلة ممارسة النشاط الرياضي من قبل الطلبة بسبب توقف درس التربية الرياضية لمدة سنتان بسبب جائحة كورونا وعدم مزاولة الانشطة الرياضية خارج درس التربية الرياضية بسبب التباعد الاجتماعي المفروض في المجتمع، وللعامل النفسي ايضا دورا فعلا إذ ادت ضغوطات الحياة المتزايدة وتطورات العصر المتلاحقة في المجالات كافة الى ظهور الكثير من الصراعات والتحديات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي اسهمت الى حد كبير في انتشار مجموعة من الاضطرابات النفسية، فخييات الامل التي نتعرض لها والصراعات الداخلية والخارجية والضغط اليومية المستمرة ومتطلبات الحياة اليومية تعرضنا الى حالة الاحباط وعدم الرغبة في تحقيق الانجاز (فهيم مصطفى: 1987، 185).

4-الخاتمة:

على وفق النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحثان التالي:
1-تطور تلاميذ كل صف واصف الذي يليه في اختبارات ركض (20 متر) من بداية عالية والخاص بالسرعة الانتقالية واختبار الحجل بالرجل اليمنى لمسافة (10 متر) والخاص بالقوة المميزة بالسرعة واختبار الشواخص والخاص بالرشاقة واختبار ثني الجذع للإمام من وضع الجلوس الطويل والخاص باختبار المرونة.

2-لايوجد تطور ببقية القدرات البدنية والحركية (القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسرى).

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحثان يوصيان بالتالي:

1-ضرورة الاهتمام بدرس التربية الرياضية في المدارس من اجل تطوير مختلف القدرات البدنية والحركية للتلاميذ.

2-اجراء دراسة تتبعية على المدارس المتوسطة مع الاخذ بنظر الاعتبار (متغيرات الجنس والقدرات البدنية والحركية التي لم تدرس في هذا البحث).

3-اجراء دراسات تتبعية على تلاميذ المراحل الدراسية المختلفة.

الثاني	0.70100	5.7970	الثاني	3
الثالث		5.0906		

الجدول (11) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار الحجل بالرجل اليسرى

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	0.170	2	0.085	0.371	0.691
داخل المجموعات	26.876	117	0.230		
المجموع	27.046	119			

غير معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

الجدول (12) يبين تحليل التباين (ANOVA) بين تلاميذ المرحلة المتوسطة ببعض القدرات البدنية والحركية في اختبار ركض (20) متر

المعالم الاحصائية	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	الوسط الحسابي للمربعات	F	SIG
بين المجموعات	0.170	2	4.767	15.179	*0.000
داخل المجموعات	26.876	117	0.314		
المجموع	27.046	119			

الجدول (13) يبين قيمة LSD في اختبار ركض (20) متر

ت	الصف	الوسط الحسابي	LSD	المعنوية
1	الاول	4.9785	0.31825	الثاني
	الثاني	5.2968		
2	الاول	4.9785	0.37150	الثالث
	الثاني	4.6070		
3	الثاني	5.2968	0.68975	الثالث
	الثالث	4.6070		

3-2 مناقشة النتائج:

يتبين من الجدول (3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13) وجود فروق معنوية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الاول المتوسط باستثناء اختبار الحجل بالرجل اليسرى مسافة (10 متر) ويعزو الباحثان سبب ذلك الى استخدام الرجل اليمنى من قبل التلاميذ بكثرة بوصفها الرجل المسيطرة باللعب وممارسة الانشطة المختلفة سواء داخل درس التربية الرياضية ام خارج درس التربية الرياضية مما ادى الى تطور القوة المميزة بالسرعة "التي تنمو وتشكل علاقة خطية مع زيادة العمر" (189 Caratty: 1979).

المصادر:

- [1] سليمان عبد الرحمن الحقييل؛ نظام وسياسة التعليم في المملكة العربية السعودية، ط4: (السعودية، مطابع الشريف، 1421هـ).
- [2] علي سلوم جواد الحكيم؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي: (بغداد، دار الطيف للطباعة، 2004).
- [3] مكي محمد حمودات؛ بعض المؤشرات الموضوعية لتطوير النمو الجسمي والبدني التحميل المدارس الابتدائية للبنين لمركز محافظة نينوى للأعمار (6-12) سنة: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1990).
- [4] حسن الحيارى و(أخران)؛ مفهوم اللياقة البدنية وأبعادها المختلفة، ط1: (أريد، دار الامل للنشر والتوزيع، 1987).
- [5] أمين أنور الخولي، وأسامة كامل وراتب؛ التربية الحركية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1982).
- [6] أسامة كامل راتب؛ النمو الحركي (الطفولة والمراهقة)، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
- [7] نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم: (جامعة ديالى، كلية التربية الاساسية، 2000).
- [8] نجاح مهدي شلش، وأكرم محمد صبحي محمود؛ التعلم الحركي: (جامعة البصرة، البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، 1994).
- [9] زكريا محمد الظاهر وآخرون؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية: (عمان، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر، 2002).
- [10] إقيس ناجي عبد الجبار، واحمد بسطويسي بسطويسي؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987).
- [11] سهام عفة عبد الرحمن؛ التدريب الميداني للتربية الرياضية، ط1: (القاهرة، دار المعارف، 1977).
- [12] ليلي حبيب احمد الغندور؛ اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة البحرين: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1991).
- [13] وجيه محجوب؛ علم الحركة، التعلم الحركي، ط٠، ج1: (الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1989).
- [14] نجم الدين علي مردان؛ رياض الأطفال في الجمهورية العراقية تطورها ومشكلاتها وأسسها التربوية والنفسية: (بغداد، مطبعة الزهراء، 1972).
- [15] Salva S, & others (1984): long term effects of a conceptual physical education program, Research quarterly For exercise and sport vol,55 No
- [16] Caratty B, (1979): perceptual and motor development in infants and children 2end, Ed, prentice – hall inc, New Jersey,
- [17] Stone, E (1985): School-based health research funded by the national health, LUNG, And blood institute, Journal of school health , Vol 55, No , 1
- [18] Summers, F,C (1984): A study to develop and motor performance survey of three and four years old children, research quarterly for exercise.

الملاحق

الملحق (1) يوضح استمارة استبيان آراء السادة المختصين لتحديد بعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة جامعة الموصل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة استبيان آراء السادة المختصين لتحديد بعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة:

يروم الباحثان القيام بإجراء البحث الموسوم (دراسة تحليلية لبعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة) على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة في محافظة نينوى، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال التعلم الحركي والقياس والتقويم، لذا يرجى من سيادتكم تحديد اهم القدرات البدنية والحركية مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات:

-استمارة تحديد بعض القدرات البدنية والحركية.

الاسم الثلاثي:

اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي:

مكان العمل:

التوقيع:

ت	القدرات البدنية والحركية	موافق	غير موافق	الملاحظات
1	القوة -القوة القصوى -القوة الانفجارية للرجلين -القوة الانفجارية للذراعين -القوة المميزة بالسرعة للرجلين			
2	السرعة -السرعة الحركية -السرعة الانتقالية -سرعة الاستجابة			
3	المطاولة -مطاولة السرعة -مطاولة القوة -مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي			

ت	القدرات البدنية والحركية	الاختبارات	الملاحظات
1	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	-ثلاث حجرات لأكبر مسافة ممكنة كل رجل على حدة. -الحجل 10 خطوات على الرجل (كل رجل على حدة). -الركض بالقفز لمسافة 10 خطوات (الزمن والمسافة).	
2	السرعة الانتقالية	-ركض (30) متر من البداية العالية. -ركض (20) متر من الوقوف.	
3	الرشاقة	-الجري المكوي (4x9) متر (4.5x3) اختبار (بارو). -الجري المتعرج ذهابا وايابا بين (5) شواخص.	
4	مرونة العمود الفقري	-ثني الجذع الى الامام من وضع الجلوس الطويل -ثني الجذع من الوقوف امام - اسفل على المنصة	
5	التوافق	-اختبار الدوائر المرقمة	
6	اي اختبار اخر للقدرات البدنية والحركية ترونه مناسباً ولم يتم ذكره		

الملحق (4) يوضح الاسماء واللقب العلمية للسادة المختصين بمجال التعلم الحركي والقياس والتقويم الذين تم عرض عليهم استمارة الاستبيان لتحديد الاختبارات لبعض العناصر البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. وليد خالد رجب	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
2	أ.د. نوفل فاضل رشيد	التعلم الحركي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
3	أ.د. محمد خضر اسمر	التعلم الحركي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
4	أ.د. هاشم احمد سليمان	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
5	أ.د. مكي محمود الراوي	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
6	أ.د. سبهان محمد الزهيري	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

الملحق (5) يوضح الاسماء واللقب العلمية لفريق العمل المساعد

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
1	لهيب حازم	مدرس/ماجستير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
2	زيد ناطق عبد القادر	ماجستير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
3	احمد نزار	مدرس/ماجستير	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
4	محمد اكرم	مدرس/بكالوريوس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

4	المرونة -مرونة العمود الفقري -مرونة الكتف -مرونة الرجلين			
5	الرشاقة			
6	الدقة			
7	التوافق			
8	التوازن			
9	اي قدرة بدنية وحركية اخرى			

الملحق (2) يوضح الاسماء واللقب العلمية للسادة المختصين بمجال التعلم الحركي والقياس والتقويم الذين تم عرض عليهم استمارة الاستبيان

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. هاشم احمد سليمان	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
2	أ.د. مكي محمود الراوي	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
3	أ.د. ايثار عبد الكريم غزال	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
4	أ.د. عيداء سالم عزيز	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

الملحق (3) يوضح استبيان آراء السادة المختصين لتحديد الاختبارات لبعض العناصر البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استبيان آراء السادة المختصين لتحديد الاختبارات لبعض العناصر البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

الاستاذ الفاضل المحترم
تحية طيبة:

يروم الباحثان القيام بإجراء البحث الموسوم (دراسة تحليلية لبعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة) على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة في محافظة نينوى، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال، لذا يرجى من سيادتكم تحديد اهم الاختبارات للقدرات البدنية والحركية .

مع فائق الشكر والتقدير

