

مجلة علوم الرياضة الدولية



مجلة علوم
الرياضة
الدولية



المجلد الرابع العدد (4)
نيسان 2022 م شعبان 1443 هـ

WWW.ISSJKSA.COM
ISSN: 1658- 8452

جميع الحقوق محفوظة
لمجلة علوم الرياضة الدولية



▶ مجلة علوم الرياضة الدولية :

مجلة علوم الرياضة الدولية International Sports Science Journal

مجلة علمية محكمة
تصدر عن
أكاديمية علوم الرياضة

رقم الإيداع: 4176 / 1441 هـ
رقم الردمد: 8452 - 1658

معامل التأثير العربي (.51)

info@issjksa.com



| الصفحة | المحتويات |
|--------|--|
| 3 | 1-المحتويات |
| 2 | 2-علاقة الاداءات الفعلية بالقدرة اللاوكسجينية واللاوكسجينية والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجيني النسبي للاعبين كرة القدم بالدوري الممتاز العراقي |
| 5 | 3-دراسة تحليلية للخصائص العامة وتأثيرها علي المتغيرات الادارية بالهيئات الرياضية الحكومية والاهلية بالسودان |
| 13 | 4-التحليل الميكانيكي للتصويب البعيد وعلاقته بسرعة طيران الكرة لحظة وصولها للهدف باستخدام جهاز مصنع لكرة اليد |
| 25 | 5-علاقة القوة الانفجارية والقوى بانجاز رفعة الضغط البنج بريس لرياضة رفع الاثقال البارالمبية لذوي الاعاقة لفئة الشباب |
| 39 | 6-أثر تمارين مقترحة لحائط صد خشبي مزدوج في تطوير مهارة الضرب الساحق لطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة |
| 45 | 7-الاستقرار الوظيفي وعلاقته بالإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة/محافظة ذي قار |
| 51 | 8-دراسة مقارنة في درجة استخدام تكنولوجيا التعلم الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر التدريسين تبعا لبعض المتغيرات في جامعات الفرات الأوسط |
| 59 | 9-أثر التمارين المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية |
| 65 | 10-فاعلية منهج تدريبي قائم على التعليم المدمج في اداء بعض مهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل |
| 81 | 11-الطلاق النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى |
| 97 | |



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 4, April 2022

ISSN: 1658- 8452



علاقة الاداءات الفعلية بالقدرة اللاوكسجينية والالوكسجينية والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجيني

النسبي للاعبين كرة القدم بالدوري الممتاز العراقي

أ.د. سعد منعم النعيمي الشبخلي¹

جامعة بغداد/ كلية العلوم السياسية¹

(¹ saadalsheekhly@yahoo.com)

المستخلص: كرة القدم واحدة من الفعاليات التي تتطلب جهوداً علمية كثيرة، للوصول إلى الوسائل والأساليب التي تقيس الأداء أثناء المباراة لدى لاعبي كرة القدم على وفق أسلوب علمي مبني على أساس الملاحظة والتجريب، فمعرفة أداء اللاعب خلال المباراة أمر في غاية الضرورة للاطلاع على فاعلية الأساليب والطرائق التدريبية المتبعة، والتي لكل منها تأثير في تحسين أداء اللاعبين نتيجة حدوث بعض التكيفات للأجهزة الوظيفية.

أهداف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على:

1- مستوى فاعلية الأداء لدى افراد عينة البحث.

2- مستوى القدرة الأوكسجينية والالوكسجينية وال (Vo2 max) النسبي لدى افراد عينة البحث.

3- العلاقة بين المؤشرات الوظيفية قيد الدراسة ومستوى فاعلية الأداء لدى افراد عينة البحث .

فروض البحث: يفترض الباحثان ان هنالك:

1- هنالك علاقة ارتباط معنوية بين فاعلية الأداء والمؤشرات الوظيفية قيد الدراسة.

فيما استخدم الباحث المنهج المسحي بالأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث، على عينة مكونة من (18) لاعبا من الدوري الممتاز لكرة القدم والمسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم للموسم الكروي 2021/2020.

وعلى ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحث التالي:

1- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين فاعلية الأداء ومؤشر القدرة الأوكسجينية الطويلة والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي، في حين أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين مؤشر القدرة الأوكسجينية القصيرة والقدرة الأوكسجينية، مما يدل على أن فاعلية الأداء للاعبين كرة القدم يتأثر تأثيراً كبيراً وارتباطه بالركض لمسافة 45 متراً، فضلاً عن الركض المستمر 2414 متر.

2- ضعف في قدرات اللاعبين الأوكسجينية فمستوى اللاعبين في الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي لم يرتق إلى المستوى المأمول مقارنة بنتائج الدراسات العالمية.

وعلى ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث بالتالي:

في حدود نتائج الدراسة وما تم التوصل إليه اتضحت علاقة مهمة بين المتغيرات الفسيولوجية وفاعلية الأداء للاعبين كرة القدم لذا يوصي الباحث بما يأتي:

1- أهمية استخدام الاختبارات الوظيفية قيد الدراسة من قبل المدربين عند تدريب لاعبيهم، بصفة دورية لإمكانية التوجيه والتنبؤ باستمرار لتأثير المناهج التدريبية على الحالة الوظيفية للاعبين.

الكلمات المفتاحية: فاعلية الاداء-القدرة الأوكسجينية والالوكسجينية-الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجيني النسبي-كرة القدم.

1-المقدمة:

الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي، القدرة للأوكسجينية بنوعها من اجل وضع وتخطيط مناهج التدريب في ضوء ما تسفر عنه نتائج مثل هذه الدراسات مما يساعد في توجيه عمليات أعداد اللاعبين وفقا للأسلوب العلمي السليم، لكون المؤشرات الوظيفية لها دور مهم في عملية تقويم الأداء وتعطي صورة واضحة المعالم لمستوى وكفاءة اللاعب سعت الدراسة إلى معرفة مستوى تلك المؤشرات وإيجاد العلاقة بينها وفاعلية الأداء لدى لاعبي كرة القدم.

أهداف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على:

- 1-مستوى فاعلية الأداء لدى افراد عينة البحث.
- 2-مستوى القدرة الاوكسجينية والالوكسجينية وال (Vo₂ max) النسبي لدى افراد عينة البحث.
- 3-العلاقة بين المؤشرات الوظيفية قيد الدراسة ومستوى فاعلية الأداء لدى افراد عينة البحث .

فروض البحث: يفترض الباحثان ان هنالك:

- 1-هنالك علاقة ارتباط معنوية بين فاعلية الأداء والمؤشرات الوظيفية قيد الدراسة.

مجالات البحث:

المجال البشري: 18 لاعبا من أندية الدوري الممتاز لمنطقة بغداد.

المجال الزمني: للمدة من 2021/2/5 إلى 2021/5/24.

المجال المكاني: ملعب الشعب الدولي، ملعب القوة الجوية، ملعب الشرطة .

تعريف المصطلحات:

فاعلية الأداء: هي طريقة للتقويم الموضوعي لمستوى اللاعب البدني والفني والخططي والتي تستند على تصرفه في حالات اللعب المختلفة الهجومية والدفاعية من أية منطقة من الملعب و من خلال استخدامه لمهارات اللعب الأساسية والتي تؤثر في النهاية في نتيجة المباراة، وتلك المعلومات نحصل عليها بوساطة مراقبة أداء اللاعب أثناء المباراة (سعد منعم الشيلخي: 2000، 32).

القدرة اللاأوكسجينية: " هي قدرة أو كفاية العضلة لإنتاج الطاقة اللاأوكسجينية والتي يستخدمها اللاعب لأداء الحركات القوية

كرة القدم واحدة من الفعاليات التي تتطلب جهودا علمية كثيرة، للوصول إلى الوسائل والأساليب التي تقيس الأداء أثناء المباراة لدى لاعبي كرة القدم على وفق أسلوب علمي مبني على أساس الملاحظة والتجريب، فمعرفة أداء اللاعب خلال المباراة أمر في غاية الضرورة للاطلاع على فاعلية الأساليب والطرائق التدريبية المتبعة، والتي لكل منها تأثير في تحسين أداء اللاعبين نتيجة حدوث بعض التكييفات للأجهزة الوظيفية.

ومن خلال معرفة فاعلية أداء اللاعب عن طريق تحليل وتقويم مهاراته وحركاته أثناء المباراة يمكننا تلافي الأخطاء المصاحبة للأداء، لأنه من المتطلبات الأساسية للعمل التدريبي إجراء تحليل وتقويم الأداء لتشخيص ومعالجة الأخطاء التي تحدث نتيجة ظروف اللعب المتنوعة والتعقيدات المرافقة للأداء والتي تظهر أثناء المنافسات، فبالرغم من وجود وسائل وأساليب لقياس المهارات والقابليات البدنية والخططية والنفسية خارج نطاق وقت المباراة إلا أن هذه المعلومات التي يتم التوصل إليها من تلك القياسات لم تعط الصورة الحقيقية لمستوى اللاعب وهو يؤدي تلك المهارات داخل الملعب وأثناء المباراة وذلك لوجود عدة عوامل تؤثر في مستوى أدائه.

وقد كسب البحث أهميته من خلال تناول مشكلة قائمة تستحق التقصي والبحث، إذ يقف على أحد الجوانب التدريبية الأساسية والمهمة لما لها من دور فاعل على وضع اللاعب أثناء المباراة و إعطاء الصورة الحقيقية للمدرب لغرض تلافي الأخطاء التي يقع فيها اللاعب خلال المباراة، لان نتائج المباريات تتوقف إلى حد كبير على ما يبذله أفراد الفريق الواحد من أداء بدني وفني خلال المباراة، والتي تكسبه تكييفات وظيفية طبقا لتأثير المناهج التدريبية المتبعة، وقد ثبت علميا أن استجابة أجهزة الجسم الحيوية للتدريب الرياضي لها أهمية خاصة في معرفة مدى التحسن الوظيفي والبدني للرياضيين كما أن فاعلية المناهج والطرائق التدريبية المستخدمة يتم بناؤها أساسا على نتائج الاختبارات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة، على مدى العلاقة بين فاعلية الأداء ببعض المؤشرات الوظيفية للاعب كرة القدم المتمثلة بالقدرة الأوكسجينية،

2-3-2 أدوات البحث: (ساعة توقيت الكترونية صنع في

اليابان عدد (2)، لابتوب نوع Dell، كاميرا تصوير نوع SONY عدد (2)، ميزان طبي، شريط قياس لقياس الطول).

2-4-2 تحديد المتغيرات المبحوثة وترشيح اختباراتها:

2-4-2-1 تحديد المتغيرات المبحوثة: بعد اطلاع الباحث

على العديد من المصادر والمراجع تم تحديد المتغيرات التي تساهم بحل المشكلة المزعم دراستها، والمتغيرات المبحوثة تمثلت بالتالي: المتغير المستقل: فاعلية الاداء للاعب كرة القدم.

المتغير التابع: القدرة للأوكسجينية القصيرة، والقدرة للأوكسجينية الطويلة، والقدرة للأوكسجينية.

2-4-2-2 ترشيح الاختبارات المناسبة للمتغيرات

المبحوثة: من خلال اطلاع الباحث على الصادر والمراجع توصل الى ترشيح الاختبارات المناسبة للمتغيرات المبحوثة والمتمثل بـ (القدرة للأوكسجينية القصيرة والطويلة والقدرة للأوكسجينية)، تم اختيار الاختبارات الوظيفية التي تخدم وتحقق أهداف وفروض البحث.

2-4-2-3 توصيف الاختبارات المستخدمة بالدراسة:

اولا: اختيار العدو لمسافة 45 متراً لاختبار القدرة للأوكسجينية القصيرة (أبو العلا أحمد عبد الفتاح، أحمد نصر الدين رضوان، 1993، 223):

هدف الاختبار: قياس القدرة للأوكسجينية القصيرة:

وصف الاختبار: يؤدي هذا الاختبار باستخدام البدء المتحرك من على بعد 13.5 متراً من خط البداية، إذ يجري المختبر بأقصى سرعة من خط التحرك على بعد 13.5 متراً من خط البداية وعند وصوله إلى خط البداية يتم البدء في حساب الزمن تشغيل الساعة وعند وصول اللاعب إلى خط النهاية على بعد 45 متراً من خط البداية يتم إيقاف الساعة ويحسب الزمن بالثانية. وهو من الاختبارات الصالحة لقياس القدرة للأوكسجينية القصيرة للاعبين كرة القدم.

التسجيل: يتم حساب الزمن بالثانية و أجزاءها.

والسرعة والتي تتطلبها ظروف اللعب " (أبو العلا عبد الفتاح، إبراهيم الشعلان: 1994، 219).

القدرة القصوى الأوكسجينية: " هي الحد الأقصى للأوكسجين الذي يمكن أن يستهلك في الدقيقة الواحدة (FOX, E, and) (MATHEWS, D: 1981, 86).

الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي Vo₂ max: هو عدد المليترات من الأوكسجين المستهلك في الدقيقة لكل واحد كيلو غرام من وزن الجسم عند أقصى جهد عضلي وذلك بقسمة الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق بالمليترات على وزن الجسم بالكيلو غرام فيصبح الناتج ملليتر/كغم/دقيقة (حسن عصري عبد القادر: 1999، 8).

2-منهج البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج المسحي بالأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينة: تمثل مجتمع البحث بلاعبين الدوري الممتاز بكرة القدم والمسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي بكرة القدم للموسم الكروي 2020/2021، وبما إن اختيار العينة يجب إن يكون ممثلاً للمجتمع الأصل ولا بد من توافر في هذه العينة شرط رئيس هو إمكانية تعميم نتائجها على المجتمع الذي أخذت منه، لذا تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لـ (18) لاعبا من اندية الدوري الممتاز ليشكلوا نسبة مئوية مقدارها (12%) من مجتمع البحث الاصلي.

2-3-3 الادوات والوسائل والاجهزة المستخدمة: لكي يتمكن الباحث من إتمام بحثه كان لابد من الاستعانة بالادوات والوسائل والاجهزة التي تمكنه من ذلك، اذ تم استخدام الادوات والوسائل والاجهزة وعلى النحو التالي:

2-3-1 وسائل جمع البيانات: (المقابلات الشخصية وأراء الخبراء، الملاحظة والتجريب، استمارة الاستبانة لأراء الخبراء والمختصين حول اختيار الاختبارات الخاصة بالبحث، والمصادر والمراجع العربية والأجنبية، الانترنت).

انتهاء المسافة المشار إليها اعلاه يتم إيقاف الساعة، يكون الاختبار بصورة جماعية ولمرة واحدة .

التسجيل: يتم حساب الزمن بالدقيقة واجزائها .

ومن خلال الجدول المرقم 4 يمكننا الاستدلال على الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين لكل لاعب من أفراد عينة البحث الجدول (1) يوضح اختبار الميل والنصف 2414 متراً لتحديد الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي.

| VO2 max mL/(kg- min) | زمن مسافة الاختبار بالدقيقة | VO2 max (mL/(kg-min) | زمن مسافة الاختبار بالدقيقة |
|----------------------------|--------------------------------|-------------------------|--------------------------------|
| 39 | 13.00-12.31 | 75 | 7.31 |
| 37 | 13.30-13.01 | 72 | 8.00-7.31 |
| 36 | 14.00-13.31 | 67 | 8.30-8.01 |
| 34 | 14.30-14.01 | 62 | 9.00-8.31 |
| 33 | 15.00-14.31 | 58 | 9.30-9.01 |
| 31 | 15.30-15.01 | 55 | 10.00-9.31 |
| 30 | 16.00-15.31 | 52 | 10.30-10.01 |
| 28 | 16.30-16.01 | 49 | 11.00-10.31 |
| 27 | 17.00-16.31 | 46 | 11.30-11.01 |
| 26 | 17.30-17.01 | 44 | 12.00-11.31 |
| 25 | 18.00-17.31 | 41 | 12.30-12.01 |

2-5 التجربة الاستطلاعية: أجرى الباحث تجربة الاستطلاعية على (5) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث، بتاريخ 2021/2/24 على ملعب القوة الجوية الساعة الثالثة ظهر، وكان الهدف من اجرائها تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف الباحث عند إجراء التجربة الرئيسية، فضلا عن تدريب فريق العمل المساعد، والتأكد من مدى سلامة وملائمة وصلاحية الاختبارات المرشحة، ومدى صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة بالدراسة، فضلا عن مكان الاختبار.

2-6 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

2-6-1 **صدق الاختبارات:** ويعني الصدق أن الجهاز المستخدم يقيس الصفة المراد قياسها ولا يعطي قراءات أخرى جانبية، وهناك عدة طرائق لقياس الصدق للاختبارات منها الصدق الذاتي والذي يمثل الجذر التربيعي للثبات وهي الطريقة التي استخدمها الباحث لاستخراج معامل الصدق للجهاز المستخدم في بحثه، هذا فيما يخص اختبار القدرة اللاأوكسجينية الطويلة، أما

ثانيا: اختبار الوثب العمودي لمدة 60 ثانية (سعد منعم الشخيلي: 2000، 70).

هدف الاختبار: قياس القدرة اللاأوكسجينية الطويلة:

وصف الاختبار: يقوم المختبر في هذا الاختبار بتوالي الوثب العمودي للأعلى أكثر ما يمكن خلال فترة 60 ثانية، على جهاز يمكن بواسطته قياس زمن الطيران إلكترونياً، ويتم تسجيل زمن كل وثبة ويجمع الزمن للوثبات خلال مدة 60 ثانية يجب أن يثب المختبر باستمرار خلال مدة 60 ثانية بحيث تكون الركبتان مثبتيين 90 درجة واليدين على امتدادهما بجانب الفخذين

التسجيل: تحسب القدرة بالمعادلة الآتية:

$$9.8 \times \text{مجموع زمن الطيران خلال الوثبات كلها} \times 60$$

القدرة الميكانيكية (وات/كجم) =

$$4 \times \text{عدد الوثبات خلال 60 ثانية (60-مجموع زمن الطيران خلال الوثبات كلها)}$$

طريقة إجراء الاختبار: يقف المختبر على المسند إذ تلامس قدميه المسند وهما مثبتيان من مفصل الركبة بزاوية 90 درجة (قائمة) واليدين ممتدتان نحو الأسفل بجانب الجسم. وقد تم تثبيت الخلايا الإلكترونية التي تعمل على تشغيل وإيقاف المؤقت الإلكتروني على المسند. حين يسمع اللاعب الحافز (دوام) ليقوم بعملية القفز نحو الأعلى ويكلمنا القدمين والأطول فترة ممكنة من الطيران ولأعلى مسافة إذ يبدأ الجهاز بالتشغيل وكذلك المؤقت الكهربائي بالعمل. فأتناء ترك قدمي اللاعب المسند يؤدي إلى الضغط على الخلايا الإلكترونية المثبتة على المسند فيشتغل الجهاز وعند الهبوط على المسند بعد عملية الطيران القفزة وبمجرد الملامسة للقدمين المسند يتم توقف الجهاز وهكذا يتكرر العمل لحساب زمن الطيران من خلال عدد القفزات خلال 60 ثانية وهو زمن الاختبار، وبهذا الأسلوب نكون قد حصلنا على الزمن المستغرق في عملية الطيران.

ثالثاً: اختبار ركض 2414 متر (Gene. M, Adams, A: 1990, p22-25):

هدف الاختبار: قياس القدرة الأوكسجينية:

وصف الاختبار: يقوم المختبر بالركض على مسافة 2414 متراً، يبدأ التوقيت من بداية خط الانطلاق بإيعاز من المطلق وبعد

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل النتائج للمتغيرات قيد الدراسة لدى

افراد عينة البحث:

بعد تحليل نتائج عينة البحث التي تم ملاحظتها من خلال مباريات الدوري الممتاز لكرة القدم العراقي للموسم الكروي 2021/2020 للمرحلة الثانية توصل إلى ما يأتي:

الجدول (3) يوضح الأوساط الحسابية والانحراف المعياري والنسبة المئوية للأداء الإيجابي والأداء السلبي لفرق عينة البحث

| ت | الفريق | عدد اللاعبين في كل فريق | عدد المباريات التي لعبها | الأداء الإيجابي | | | الأداء السلبي | | |
|---|-----------|-------------------------|--------------------------|-----------------|-------------------|---------------|----------------|-------------------|---------------|
| | | | | النسبة المئوية | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | النسبة المئوية | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي |
| 1 | الجوية | 3 | 2 | 17.947 | 12.601 | 202 | 13.014 | 65.166 | 18.61 |
| 2 | نقط الوسط | 3 | 2 | 16.126 | 52.614 | 181.5 | 33.236 | 43.333 | 12.375 |
| 3 | الشرطة | 3 | 2 | 20.627 | 21.912 | 232.16 | 28.465 | 48.666 | 13.898 |
| 4 | الزوراء | 3 | 2 | 15.619 | 25.238 | 175.83 | 13.945 | 48.833 | 14.334 |
| 5 | الطلية | 3 | 2 | 11.195 | 25.274 | 126 | 29.464 | 83.166 | 23.75 |
| 6 | النفط | 3 | 2 | 18.48 | 34.28 | 208 | 40.625 | 61 | 17.42 |

الجدول (4) يوضح الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة ر المحتسبة والجدولية لفاعلية الأداء ومؤشرات القدرات الوظيفية قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث.

| المتغيرات | وحدة القياس | الأوساط الحسابية | الانحراف المعياري |
|----------------------|-----------------|------------------|-------------------|
| فاعلية الأداء | درجة | 1.299 | 0.58 |
| القدرة اللاأوكسجينية | واط /كغم | 5.699 | 0.322 |
| القدرة اللاأوكسجينية | واط /كغم | 7.339 | 1.218 |
| Vo ₂ max | مليتر/كغم/دقيقة | 41.667 | 4.407 |

الجدول (5) يوضح العلاقات الارتباطية بين فاعلية الأداء ومؤشرات القدرات الوظيفية قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث.

| المتغيرات | فاعلية الأداء | القدرة اللاأوكسجينية | القدرة اللاأوكسجينية | Vo ₂ max |
|----------------------|---------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| فاعلية الأداء | | | | |
| القدرة اللاأوكسجينية | -0.455 * | | | |
| القدرة اللاأوكسجينية | 0.861 * | 0.346 | | |
| Vo ₂ max | -0.538 * | 0.401 | 0.681 | |

* قيمة (ر) معنوية عند مستوى خطأ 0.01 .

3-2 مناقشة النتائج:

يعزو الباحث أسباب الاختلافات في الأوساط الحسابية والنسب المئوية لفرق عينة البحث إلى عدم إمكانية بعض لاعبي عينة البحث في الإتقان الجيد لوسائل اللعب الهجومي والدفاعي والذي يعزز ثقة اللاعب في الاختراق والتحرك الحر ونقل الكرة إلى

فيما يخص اختبار القدرة اللاأوكسجينية القصيرة و اختبار القدرة الأوكسجينية فان البيانات الخاصة بالصدق لتلك الاختبارات يبينها الجدول (2).

2-6-2 ثبات الاختبارات: تم إجراء الاختبارات بتاريخ (2021/2/) على عينة مكونه من (5) للاعبين من المجتمع الأصلي للبحث (التجربة الاستطلاعية) وتم إعادة الاختبار عليهم بعد مدة أسبوع 5 أيام، ولقد تم استخراج قيمة معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين الأول والثاني للاختبارات المستخدمة بالدراسة بواسطة استخراج معامل الارتباط البسيط بيرسون لتلك النتائج والجدول (2) يبين ذلك.

2-6-3 موضوعية الاختبارات: لإيجاد موضوعية الاختبار

تم الاستعانة بمحكمين ملحق (2) لتسجيل الدرجات الاختبار وبعد إيجاد العلاقة بين درجات الحكمين، وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة بالدراسة

| الموضوعية | الصدق الذاتي | معامل الثبات | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | مؤشرات إحصائية الاختبار |
|-----------|--------------|--------------|----------------|--------|---------------|--------|------------------------------|
| | | | ±ع | س | ±ع | س | |
| 1 | 0.989 | 0.98 | 0.243 | 1.234 | 0.975 | 1.469 | فاعلية الأداء |
| 1 | 0.994 | 0.99 | 0.768 | 5.547 | 0.465 | 5.978 | القدرة اللاأوكسجينية القصيرة |
| 1 | 0.969 | 0.94 | 1.547 | 7.897 | 1.547 | 7.645 | القدرة اللاأوكسجينية الطويلة |
| 1 | 0.974 | 0.95 | 4.187 | 40.056 | 4.187 | 40.230 | القدرة الأوكسجينية |

2-6 الإجراء الميدانية: بعد التأكد من صدق الأداة وثباتها

قام الباحث بما يلي:

1-تم اجري الاختبارات الوظيفية على افراد عينة البحث بتاريخ 2021/3/ على ملاعب افراد العينة من قبل فريق العمل المساعد.

2-تم قياس مستوى فاعلية الاداء على افراد عينة البحث بتاريخ 2021/3/ على ملاعب افراد العينة من قبل فريق العمل المساعد.

2-7 الوسائل الإحصائية المستخدمة: استخدم الباحث

الحقيبة الإحصائية الاجتماعية (SPSS)، الوسائل الإحصائية التالية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الارتباط البسيط لبيرسون) (وديع ياسين محمد، حسن محمد عبد: 1999، ص103-154-209-272-306-310).

الذي يؤدي إلى الإقلال من محتوى حامض اللاكتيك في الدم بصورة كبيرة خلال المجهود البدني عند الأشخاص المدربين عما هو عليه عند غير المدربين، إذ يرتفع عندهم معدل حامض اللاكتيك بسرعة يحتاج إلى مدة أطول لامكان استعادة الفرد غير المدرب حالته الطبيعية بعد المجهود، بينما يعود الفرد المدرب إلى حالته الطبيعية في مدة أسرع بفضل قدرته على استهلاك الأوكسجين بقدر أكبر، وبما أن القدرة الأوكسجينية تتحدد باستهلاك الأوكسجين القصوى خلال الجهد البدني الذي يمكن للاعب استهلاكه خلال دقيقة واحدة، إذ أنها تصف إمكاناته الأوكسجينية، وكلما كان استهلاك الأوكسجين أكبر استطاع اللاعب أن ينفذ أكبر جهد بدني ممكن، فإن " زيادة حجم الضربة يرتبط بزيادة استهلاك الأوكسجين Hypoxia (حمدي أحمد علي، غازي السيد يوسف: 1990، ص54) وبما أن اللاعبين أفراد عينة البحث وقعوا تحت جهد بدني مستمر 2414 متراً ركض وهذا الجهد يتطلب تكراراً إيقاعياً للانقباض والارتخاء العضلي فإن ذلك يسمح بمرور الدم إلى خلايا العضلات فيصل لها الأوكسجين الذي يستهلك كنتيجة لبذل الجهد، وهذا ما أشار إليه (قاسم حسن حسين، 1990) " بصورة عامة فقابلية الإنجاز الرياضي سوف تعتمد بشكل كبير على قابليته القصوى لاستيعاب الأوكسجين، فكلما ازدادت كمية الأوكسجين التي يستطيع تجهيزه في وحدة زمنية ازدادت قابلية الإنجاز كلها" (قاسم حسن حسين: 1990، ص136). أن هذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة حسن عصري من حيث الوسط الحسابي للحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي إذ بلغ في هذه الدراسة 41.667 مليلتر/كغم/دقيقة في حين كان الوسط الحسابي لهذا المؤشر في دراسة (حسن عصري عبد القادر) (حسن عصري عبد القادر: 1999، ص96) هو 40 مليلتر/كغم/دقيقة، والتي أجراها على لاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم العراقي للموسم الكروي 1998/1997 باستخدام الاختبارات المختبرية.

وبما أن كرة القدم من الفعاليات التي تتطلب بذل جهد بدني خلال 90 دقيقة، إذ يعد الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي من المتطلبات الأساسية التي يجب التفكير بوضع المفردات التدريبية

مرمي المنافس والابتعاد عن الحركات الزائدة والمغلوطه، فضلا عن عدم أداء الخطط الفردية وحسن التصرف أي عدم القدرة على اختيار المهارة وتنفيذها في التوقيت المناسب لتكون ذات فاعلية بالدرجة التي تتناسب مع لاعبي الدوري الممتاز، فيما يعزو الباحث سبب العلاقات الارتباطية لكون " التدريب الذي يزيد من نشاط الأنزيمات اللاهوائية سوف يزيد من قدرة الرياضي على الأداء مع تقليل معدل تراكم حامض اللاكتيك مما يمكن الرياضي من الحصول على الطاقة أكثر ويمكنه استخدامها في أداء السباقات بسرعة أكبر (محمد علي احمد القط: 1999، ص18) فإن القدرة للأوكسجينية تتم اعتماداً على إنتاج الطاقة في غياب الأوكسجين وهي تتطلب عملاً ذا شدة قصوى وزمن أداء قصير جداً، والتي من خلاله يتم تحسين نشاط عمل الأنزيمات الفوسفوجينية المهمة والجوهريه في تكوين ألد ATP لا أوكسجيناً أثناء أداء الجهد البدني ذي الشدة القصوى في زمن أداء قصير جداً، ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن استعمال الشدة العالية في التدريب يعمل على تنمية العمل العضلي بنظام الطاقة الأوكسجينية واللاوكسجينية في حين استعمال الشدة المنخفضة يقتصر على تنمية العمل العضلي بنظام الطاقة الأوكسجينية.

يعزو سبب وجود علاقة ارتباط معنوية بين فاعلية الأداء والقدرة اللاأوكسجينية الطويلة (اللاكتيكية) لكون " الطاقة اللاهوائية هي الطاقة الأساسية للاعب كرة القدم بالرغم من أن زمن المباراة يصنف لعبة كرة القدم ضمن الأنشطة الهوائية وأن نظام حامض اللاكتيك هو النظام اللاهوائي الأساسي " (أبو العلا عبد الفتاح، إبراهيم الشعلان: 1994، ص218). فلعبة كرة القدم تتميز بالتغيرات المستمرة لحجم الأداء والجهد المبذول إذ يمكن أن يركض اللاعب أثناء المباراة بمختلف الاتجاهات ويسرع متنوع الشدة يبغي من خلالها الانتقال من مكان إلى مكان آخر داخل حدود الملعب، أو يقوم بعملية القفز أو ضرب الكرة، وتلك الفعاليات تختلف اختلافاً متبايناً وعلى طول مدة المباراة، وعلى يتباين مستوى وحجم الجهد المبذول خلال أدائها والذي يستغرقه مدة ما بين 10-60 ثانية، أن التدريب الرياضي المنظم يسهم في ارتفاع مستوى الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين VO_2max

وكفاية القلب والأوعية الدموية، تكون عملية التدريب تهدف إلى " التنمية الوظيفية للجسم بهدف تكيفه عن طريق التمرينات المنتظمة لمتطلبات العالية لأداء عمل ما " (عصام عبد الخالق؛ 1999، ص13) ومن خلال ذلك التحليل يمكن معرفة نقاط الضعف والقوة في مستوى اللاعب، فضلا عن إمكانية التخطيط السليم للأداء التنافسي النموذجي الذي يتلاءم مع إمكانيات وظروف اللاعب.

4-الخاتمة:

وعلى ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحث التالي:

1-هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين فاعلية الأداء ومؤشر القدرة للأوكسجيني الطويلة والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي، في حين أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين مؤشر القدرة للأوكسجينية القصيرة والقدرة الأوكسجينية، مما يدل على أن فاعلية الأداء للاعب كرة القدم يتأثر بتأثر كبيراً وارتباطه بالركض لمسافة 45 متراً، فضلا عن الركض المستمر 2414 متر.

2-ضعف في قدرات اللاعبين الأوكسجينية فمستوى اللاعبين في الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي لم يرتق إلى المستوى المأمول مقارنة بنتائج الدراسات العالمية.

وعلى ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث بالتالي:

في حدود نتائج الدراسة وما تم التوصل إليه اتضحت علاقة مهمة بين المتغيرات الفسيولوجية وفاعلية الأداء للاعب كرة القدم لذا يوصي الباحث بما يأتي:

1-أهمية استخدام الاختبارات الوظيفية قيد الدراسة من قبل المدربين عند تدريب لاعبيهم، بصفة دورية لإمكانية التوجيه والتنبؤ باستمرار لتأثير المناهج التدريبية على الحالة الوظيفية للاعبين.

2-قيام المدربين بأعداد سجلات خاصة لتثبيت مستوى أداء اللاعبين خلال الاختبارات والوحدات التدريبية ومقارنتها مع مستوى أدائهم خلال المباراة لتثبيت مستوى المنهج التدريبي.

التي تخدم وتعمل على تطوير ذلك المؤشر الفسيولوجي لما له من تأثير مباشر وعلاقة مع العتبة الفارقة اللااوكسجينية والتي هي الأخرى تؤثر في كفاية أداء اللاعب خلال المباراة، إذ يبلغ فيها معدل ضربات القلب ما بين 170-180 ضربة/دقيقة، اللاعب إثنائها لا يمكنه من أداء واجباته بأقصى استهلاك للأوكسجين، وعالية وجب التأكيد "على إمكانية تطوير الحد الأقصى للأوكسجين المأخوذ من خلال التدريب فبعد شهرين من التدريب المكثف في مدة الأعداد ازدادت هذه الصفة من 57 إلى 62 مليلتر/كغم/دقيقة وبدون حدوث تغير في وزن الجسم بالنسبة للاعب الدرجة الأولى " (موفق مجيد المولى، علي خليل علي: 1997، ص21)، " وعموماً فإن هذا المؤشر يعكس بخصوصية تامة اللياقة القلبية التنفسية (RF) Cordiorespiratory Fitness والذي يعد من أهم عناصر اللياقة البدنية ذات الطبيعة الصحية وهي قابلية العضلات الكبيرة على القيام بجهد ديناميكي معتدل إلى عالي الشدة ولفترة زمنية طويلة " (أسامة كامل للالا: 2000، ص57).

وعلى وفق جدول مديات الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين للرياضيين الدوليين في بعض الرياضات، الذي أعده (محمد علي القط، 1999) إذ أشار إلى أن قيمة الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي للاعب كرة القدم تتراوح ما بين 40-60 مليلتر/كغم/دقيقة، وبما أن أفراد عينة البحث كان الوسط الحسابي للحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين لهم هو 41.16 مليلتر/كغم/دقيقة يتضح لنا بان هذا المؤشر يقع تحت المستويات الدنيا (محمد علي احمد القط: 1999، ص20)، لأن عملية التدريب بكرة القدم هي عملية طويلة الأمد ولها خصوصياتها وان الاعتماد الأساسي هو في تحسين اللياقة البدنية للاعبين وان كانت اللياقة البدنية ليست الهدف الأساسي، أن هذا العامل هو الحاسم لتطوير العوامل الأخرى، فاللياقة البدنية تعني تكيف الوظائف الجسمية لملاءمته مدى واسع من المتطلبات الخارجية والداخلية التي تؤثر على الفرد، أن هذا التكيف الخاص والملائم له علاقة بقابلية الأداء، أن كرة القدم الحديثة تتطلب مستوى عالياً من اللياقة البدنية والمهارية والتي تحتاج إلى متطلبات جسدية ووظيفية مما يتطلب منهاجاً تدريبياً واسعاً لتعزيز القدرات والتحمل العضلي

المصادر:

- [1] أبو العلا احمد عبد الفتاح، احمد نصر الدين؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1993)، ص223
- [2] أبو العلا عبد الفتاح، إبراهيم الشعلان؛ فسيولوجيا التدريب في كرة القدم: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994)، ص219
- [3] أسامة كامل للالا؛ علاقة نسب الشحوم وتباينها على بعض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالجهد البدني لدى الأطفال: (أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000)، ص57
- [4] حسن عصري عبد القادر؛ دراسة مقارنة لبعض مؤشرات القدرة الهوائية اللاهوائية بين لاعبي الخطوط المختلفة بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1999) ص8
- [5] حمدي أحمد علي، غازي السيد يوسف. تأثير حمل بدني على بعض وظائف الجهاز الدوري ومكونات الدم لدى ناشئ الجمناز وكرة القدم: (المجلة العلمية للتربية الرياضية، العدد الخامس، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 1990)، ص54.
- [6] سعد نعم الشبخلي؛ فاعلية الأداء وعلاقتها ببعض المؤشرات الوظيفية للاعبين كرة القدم: (أطروحة دكتوراه، غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000)، ص70
- [7] عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي، النظرية، تطبيقات، ط9: (الاسكندرية، دار الفكر العربي، 1999)، ص13
- [8] قاسم حسن حسين؛ الفسيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي: (الموصل، مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990)، ص136.
- [9] محمد علي احمد القط؛ وظائف أعضاء التدريب الرياضي مدخل تطبيقي: (سلسلة الفكر العربي في التربية البدنية والرياضية، رقم 12، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)، ص18.
- [10] موفق مجيد المولى، علي خليل علي؛ فسيولوجيا التدريب بكرة القدم: (1997)، ص21
- [11] وديع ياسين محمد، حسن محمد عبد؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر الموصل، 1999)، ص103-154-209-272-306-310.
- [12] Ekblom.B.; Applied physiology of soccer, International journal of applied Med & science in sport & EXE, 3, 1986, p58
- [13] FOX, E ,and MATHEWS ,D, The physiological Basis of physical Education and Athletics (3rd .ed.), sounders College .publishing philadelphia, 1981.
- [14] Gene M. Adams, Exercise: physiology Laboratams Manual, Wm. Brawn publishers, U.S.A, 1990, p22-25

الملحق:

الملحق (1) يوضح فريق العمل المساعد

| ت | الاسم الثلاثي | اللقب العلمي | مكان العمل |
|---|----------------------|--------------|------------------------------------|
| 1 | م.د. حسين جبار | مدرس | وزارة التربية |
| 2 | عبد الهادي محمد موسى | مدرس | وزارة الشباب والرياضة |
| 3 | م.م. راند سلمان صالح | مدرس مساعد | وزارة التعليم العالي والبحث العلمي |
| 4 | السيد راند هادي | بكلوريوس | وزارة التربية |

الملحق (2) يوضح قائمة بأسماء المحكمين

| ت | الاسم الثلاثي | اللقب العلمي | مكان العمل |
|---|-----------------------|--------------|--|
| 1 | ا.د. هائل خورشيد رفيع | استاذ | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة سليمانية |
| 2 | ا.د. مجيد خدا يخش | استاذ | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة سليمانية |

ملحق (3) يوضح استمارة تقويم فاعلية الأداء الفني للاعبين كرة القدم

اسم اللاعب: _____ المركز في اللعب: _____ التاريخ: _____
رقم اللاعب: _____ النادي: _____ اسم الشخص القائم بالاختبار: _____
العمر التدريبي: _____ الملعب: _____ توقيعه: _____

| ت | فاغية الأداء الفني | وقت اللعب الفعلي أثناء المباراة | | | | | | |
|----|--------------------|---|----|----|--------------|----|----|--|
| | | الشوط الأول | | | الشوط الثاني | | | |
| | | 45 | 30 | 15 | 45 | 30 | 15 | |
| 1 | الإيجابية | | | | | | | |
| 2 | | قطع الكرة من الفريق المهاجم أثناء مجرم الفريق الخصم . | | | | | | |
| 3 | | الاستحواذ على الكرة بعد صراع بين عدة لاعبين . | | | | | | |
| 4 | | التنظيم الدفاعي والاستحواذ على الكرة . | | | | | | |
| 5 | | ضربة حرة مباشرة تسبب في الحصول عليها . | | | | | | |
| 6 | | تنظيم الهجوم السريع والمساهمة فيه . | | | | | | |
| 7 | | التسبب في طرد أو إنذار اللاعب للفريق الخصم . | | | | | | |
| 8 | | احتلال الفراغ المناسب بدون كرة (إسناد أمامي) . | | | | | | |
| 9 | | الاستحواذ على الكرة من جراء تغطية صحيحة . | | | | | | |
| 10 | | التهديف الناجح على المرمى . | | | | | | |
| 1 | السلبي | | | | | | | |
| 2 | | التفويض الصحيح للحالات الثابتة . | | | | | | |
| 3 | | فقدان الكرة بسبب التسليم الخاطئ . | | | | | | |
| 4 | | فقدان الكرة بسبب الاستلام الخاطئ . | | | | | | |
| 5 | | ضربة حرة تسبب في حصول فريقه عليها . | | | | | | |
| 6 | | تأخير في الهجوم (المبالغة في المراوغة) . | | | | | | |
| 7 | | دفاع غير موفق تسبب بضربة جزاء . | | | | | | |
| 8 | | طرد أو إنذار اللاعب من المباراة . | | | | | | |
| 9 | | التهديف الخاطئ على مرمى الخصم . | | | | | | |
| 10 | | التفويض الخاطئ للحالات الثابتة . | | | | | | |
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |

دراسة تحليلية للخصائص العامة وتأثيرها علي المتغيرات الادارية بالهيئات الرياضية الحكومية والاهلية بالسودان

ا.م.د. عواطف محمد ادم سليمان الخمجان¹

جامعة الزعيم الازهري/ كلية التربية¹

(¹ awatifsuliaman@yahoo.com)

المستخلص: تناولت هذه الدراسة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في العملية الإدارية التي تُعزى الي الخصائص العامة لإداري الهيئات الرياضية الأهلية والحكومية في السودان التي تم تحديدها بالنوع، العمر، المؤهل العلمي، التخصص المهني، الوظيفة، نوع الهيئة الرياضية وسنوات العمل، قياساً علي عناصر الإدارة العلمية الرئيسية المتمثلة في التخطيط، السياسات التنظيم، التنسيق، الإمكانيات، الرقابة والتقييم كمتغيرات رئيسة . وحددت مجتمع الدراسة بست وثلاثين مبحوثاً يمثلون الضباط الثلاثة لاثني عشر هيئة رياضية تم اختيارهم عشوائياً من بين ست وثلاثين هيئة رياضية أهلية وهو العدد الكلي للهيئات الرياضية الأهلية بولاية الخرطوم . وتسعة عشر مبحوثاً يمثلون مدراء الادارات ورؤساء الأقسام بوزارة الشباب والرياضة الاتحادية والمكاتب التي تتبع لها كهيئات حكومية. واعتمدت المنهج الوصفي المسحي والمنهج التحليلي الإحصائي. واستعانته بأدوات جمع البيانات من استبيان ومراجع ووثائق . ولمعالجة البيانات استخدمت برنامج SPSS الإحصائي وتحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق . وقد خلص الباحثون الي مجموعة من النتائج أهمها أنّ التخصصات المهنية المتمثلة في (الاقتصاد، الهندسة، إدارة الأعمال، التربية والتعليم علي التوالي) ذات تأثير واضح في العملية الادارية وفقاً للمتغيرات قيد البحث في الهيئات التي يعملون بخلاف ذوي التخصصات الأخرى. كما ينطبق ذات الاستنتاج علي الإداريين من ذوي المؤهلات العلمية العالية (دبلوم عالي، ماجستير، دكتوراه) . وعليه أوصت الدراسة بمجموعة من التوصيات التي قد تساعد جهات الاختصاص في الدولة علي تطوير وتحديث أداء هذه الهيئات أهمها ضرورة الاهتمام بالمؤهل العلمي وبناء الثقة في الكوادر البشرية بتطوير وتحديث طريقة إعداد الكوادر الإدارية والفنية، والاعتماد علي التخصصات المهنية ذات العلاقة بطبيعة المجال الإداري الرياضي.

الكلمات المفتاحية: الخصائص العامة - العملية الادارية - الهيئات الرياضية - السودان.

1-المقدمة:

الأنسب لإدارة المؤسسات الرياضية الذين يمكنهم الاسهام في تطويرها.

أهداف الدراسة:

التعرف علي الخصائص العامة للإداريين ذات الاثر الايجابي في العملية الادارية للاستفادة منها عند صياغة التشريعات المطلوبة لإدارة المؤسسات الرياضية مما يساعد علي تحديث وتطوير الاداء في هذه المؤسسات.

فروض الدراسة:

تفترض الباحثة وجود فروق ذات دلالة احصائية علي العملية الادارية بمتغيراتها الاساسية من تخطيط، سياسات، تنظيم، خصائص القيادي، الرقابة والتقييم تُعزي الي الخصائص العامة للإداريين المتمثلة في: نوع الاداري ذكر او انثي وعمر الاداري ومهنته ونوع الهيئة التي يعمل بها واسم الهيئة الرياضية التي يعمل بها والوظيفة في الهيئة الرياضية والمؤهل العلمي والتخصص المهني وعدد سنوات العمل وممارسته او عدم ممارسته للنشاط الرياضي وتلقيه او عدم تلقيه للدورات التدريبية في الادارة الرياضية.

تحديد المصطلحات:

-**التحليل:** يقول فؤاد ابو حطب (1980م، ص67) هو تجزئة المحتوى الي عناصره او أجزاءه التي يتألف منها بحيث يتضح الترتيب الهرمي للأفكار والمعاني والعلاقات بين الأفكار وينقسم الي تحليل العناصر وتحليل العلاقات وتحليل المبادئ.

-**الخصائص لغة:** اورد موقع www.almaany.com علي الويب معجم المعاني الجامع: خصائص جمع، مفردا خاصية وخاصية الانسان ما يميزه، وخصائص بمعنى مميزات أو (فروق) وظائفية ونفسية تفرق بين الافراد، او صفات تميز شيء ما عن غيره اما اجرائياً فترى الباحثة ان خصائص في هذا البحث تعني تلك المميزات الخاصة بالنوع والمؤهل العلمي والعمر وسنوات الخبرة وطبيعة المهنة الخ ...

الادارة: اصطلاحاً: عرفها (مخجوب سعيد، 1980) بأنها جميع الواجبات والوظائف التي تتعلق بإنشاء المشروع من حيث تمويله ووضع سياساته الرئيسية وتوفير ما يلزمه واعداد التكوين او الاطار التنظيمي الذي يعمل فيه واختيار الرؤساء والافراد الرئيسيين (مخجوب سعيد: 1980، 193).

يتجسد دور النظم الادارية التي يعمل بها في المؤسسات الرياضية بشقيها الحكومي والأهلي في خدمة المجتمع وتحقيق أهدافه. ولتطوير العملية الادارية لا بد من الاعتماد علي الدراسات العلمية والبحوث . فالمؤسسات الرياضية باختلاف مسمياتها سواء كانت وزارات أو مجالس قومية أو مكاتب للشباب والرياضة أو هيئات رياضية طوعية فإن أهدافها نابعة من نصوص الدستور مستقاة من فلسفة الدولة واحتياجات المجتمع. وقد اورد (حليم المنبري وعصام بدوي: 1991، 6) إن المجتمع الرياضي بمفهومه الحديث قد نما وتطور وتعددت مجالاته حتي حقق إطاراً وانتشاراً جماهيرياً متميزاً. وتي الباحثة أن التطور الذي وصل اليه المجتمع الرياضي قد تم من خلال العمل الإداري المنسق بين المهنيين والطوعيين المتخصصين وغير المتخصصين في ضوء الإمكانيات المتاحة وفقاً لكوادر بشرية تتميز بالقدرة علي التخطيط والتنظيم ووضع السياسات والرقابة . وإذ يمتاز كلاً من هؤلاء الإداريين ببعض الخصائص ذات الأثر الواضح في العملية الإدارية كان لا بد من معرفة هذه الخصائص العامة ذات التأثير المباشر علي العملية الادارية بالهيئات الرياضية علي أمل أن يساعد ذلك في تطوير وتحديث القوانين والتشريعات الخاصة بإدارة هذه المؤسسات علي المستويين الحكومي والأهلي.

مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة هذه الدراسة في حاجة التنظيمات الحكومية والأهلية الرياضية الي جهدٍ جماعي لتحقيق أهدافها. وهذا الجهد تنتجه القوي البشرية مما يتطلب وجود مواصفات ومميزات شخصية لمن يقودون هذه المؤسسات، هذه المميزات تمثل في مجملها الخصائص العامة للإفراد وهي ذات تأثير واضح علي العملية الادارية في المؤسسات الرياضية .

أهمية الدراسة:

تأتي أهمية الدراسة من ان تحديد الخصائص العامة للإداريين ذات الأثر علي المتغيرات الادارة العامة قد تساعد كثيراً علي تحديد المواصفات المطلوبة لمن يشغلون المواقع الإدارية عند التشريع لانتقاء الاداريين كما ان معرفة هذه الخصائص المتمثلة في المؤهل العلمي ومدى الخبرة والكافية ونوع المهنة والهيئة الرياضية قد تعزز دور جهات الاختصاص في معرفة القادة

الكبير بين الهيئات الرياضية الأهلية في السودان من حيث وزنها، إذ أن هناك هيئات ذات جماهير عريضة ودخل عالي وأخري عديمة الدخل وتكاد تكون منعدمة الجماهير. ومن حيث كيفية تكوين مجالس ادارات الهيئات الرياضية اذ يأتي بعضها بالانتخاب وبعضها بالتعيين، ومن حيث تفاوت الإمكانيات، إذ تؤثر هذه المعطيات مباشرة في مجتمع الدراسة .

2-3 أدوات جمع البيانات: استخدمت الدراسة الاستبيان والوثائق والمراجع والكتب. وصممت الباحثة الاستبانة على وفق المواصفات التي يجب أن تشملها الاستبانة بحسب ما اوردته (كمال درويش: 2002م، ص27) إذ اشتملت على الخصائص الذاتية وهي: الهيئة الرياضية، النوع، العمر، المهنة، المؤهل العلمي، عدد سنوات العمل، اسم الهيئة الرياضية وتلقي الدورات التدريبية كما استخدمت المتغيرات الأساسية للإدارة التي تؤثر عليها الخصائص الذاتية للمبحوث المذكورة وهي التخطيط الاداري، التنظيم، السياسات، التنسيق، صفات القيادي، الرقابة والتقييم وبعد عرض المعيار بصورته الاولي علي المحكمين تم تعديله على وفق رؤيتهم وتم تطبيقه في صورته النهائية علي عينتين عشوائيتين استطلاعيتين من القطاعين الحكومي والأهلي بلغت 50 فرداً خمسة عشر مبحوثاً من وزارة الشباب والرياضة الولائية ومكتب الشباب والرياضة طلعت فريد وخمس وثلاثون مبحوثاً من الهيئات الرياضية الاهلية وتم رصد النتائج (فؤاد البهي السيد: ص513) ثم إعيدت التجربة علي ذات المجموعة بعد مضي خمسة عشر يوماً وتم رصد النتائج لحساب معامل الارتباط والصدق والثبات للاستبانة (محمد نصر الدين رضوان: 2002م، ص 279) وكانت كما يلي: انظر الجدول (1).

جدول (1) معاملات الصدق والثبات لإجابات افراد عينة البحث للمتغيرات قيد الدراسة (الاستبيان في التطبيق الاستطلاعي).

| المتغير | معامل الارتباط | معامل الثبات | معامل الصدق |
|------------------|----------------|--------------|-------------|
| التخطيط | 0,69 | 0,73 | 0,90 |
| السياسات | 0,53 | 0,69 | 0,83 |
| التنظيم | 0,69 | 0,81 | 0,92 |
| القيادة | 0,46 | 0,64 | 0,80 |
| الرقابة | 0,65 | 0,78 | 0,88 |
| التقويم | 0,77 | 0,87 | 0,93.5 |
| المتغيرات مجتمعة | 0,74 | 0,85 | 0,92 |

-الهيئات الرياضية الحكومية والاهلية: عرفها قانون هيئات الشباب والرياضة 1990 المعدل 1991 بأنها السلطة التنفيذية أو التنظيم الرأسي، أما اجرائياً ترى الباحثة انها تلك الهيئات في جهاز الدولة التي يناط بها ادارة العمل الرياضي كإطار أول وهي الهيئات الرياضية العامة.

-الهيئة الرياضية الأهلية: هي جماعة ذات تنظيم مستمر مؤلف من عدة اشخاص طبيعيين او اعتباريين الغرض منها ممارسة نشاط رياضي وفقاً لأحكام القانون واللوائح الصادرة بموجبه.

2-منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية:

2-1 منهج الدراسة: المنهج المسحي الوصفي والمنهج التحليلي.

2-1 مجتمع الدراسة: بلغ العدد الكلي لمجتمع الدراسة مائة وتسع وخمسون مبحوثاً من الإداريين بالمؤسسات الرياضية الحكومية على رأسها مدراء الإدارات ورؤساء الأقسام بوزارة الشباب والرياضة الاتحادية ومكاتب الشباب والرياضة بولاية الخرطوم . ومن المؤسسات والهيئات الرياضية الاهلية اداريو الاتحادات الرياضية العامة والأندية الرياضية بمختلف درجاتها.

2-2 عينة الدراسة: تم تحديد العينة بتسعة عشر مبحوثاً يمثلون مدراء الادارات ورؤساء الأقسام بوزارة الشباب والرياضة الاتحادية والمكاتب التي تتبع لها كهيئات حكومية، وستٍ وثلاثين مبحوثاً يمثلون الضباط الثلاثة لاثني عشر هيئة رياضية تم اختيارهم عشوائياً من بين ستٍ وثلاثين اتحاد رياضي أهلي وهو العدد الكلي للاتحادات بولاية الخرطوم بعد حصرها من واقع سجلات وزارة الشباب والرياضة الاتحادية متضمنة اللجنة الأولمبية واتحاد كرة القدم. كما تم اختيار 33% من العاملين في خمس وثلاثين نادٍ رياضي عشوائياً فبلغ العدد الكلي مائة وخمس مبحوث وبذا اصبح مجتمع الدراسة بالهيئات الرياضية الأهلية مائة واربعون مبحوثاً، وقد شملت هذه العينة الذكور والاناث ومختلف الفئات العمرية، مختلف المهن، مختلف الهيئات الرياضية، مختلف الوظائف الإدارية، مختلف التخصصات المهنية، مختلف المؤهلات العلمية، عدد سنوات الخبرة في المجال الاداري الرياضي والمتلقون للدورات التدريبية وغير المتلقون. وعند تحديد العينة وضعت الباحثة في الاعتبار التباين

| | | | | | | | |
|-----------|------|--------|---------------|--------|--------|-------|------------------------|
| | | | | 87.467 | 136 | الكلي | |
| معنوي | 1.67 | * 1.95 | بين المجموعات | 1.143 | 16.008 | 14 | التخصص المهني |
| | | | الخطأ | 0.560 | 71.459 | 122 | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | | |
| معنوي | 2.80 | * 3.79 | بين المجموعات | 2.170 | 13.022 | 6 | المؤهل العلمي |
| | | | الخطأ | 0.573 | 74.445 | 130 | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | | |
| غير معنوي | 2.01 | 0.99 | بين المجموعات | 0.636 | 4.454 | 7 | عدد سنوات العمل |
| | | | الخطأ | 0.644 | 83.014 | 129 | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | | |
| غير معنوي | 3.84 | 0.44 | بين المجموعات | 0.285 | 4.454 | 7 | ممارسة النشاط الرياضي |
| | | | الخطأ | 0.646 | 83.014 | 129 | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | | |
| غير معنوي | 3.84 | 3.45 | بين المجموعات | 2.195 | 2.195 | 1 | تلقي الدورات التدريبية |
| | | | الخطأ | 0.632 | 85.272 | 135 | |
| | | | الكلي | 87.468 | 136 | | |

(*) القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 5%

(**) القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 1%

جدول (3) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين آراء أفراد عينة البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية الأهلية والحكومية بخصوص متغير التنظيم في الإدارة

| الدلالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الإحصائية المتغير |
|-----------|----------|---------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------------------|
| | جدولية | محسوبة | | | | | |
| غير معنوي | 1.11 | 0.268 | بين المجموعات | 3.84 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | الخطأ | 32.630 | 135 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 0.32 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.5 | بين المجموعات | 0.372 | 1 | بين المجموعات | النوع |
| | | | الخطأ | 32.526 | 135 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 2.60 | 2.54 | بين المجموعات | 4.461 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | الخطأ | 77.714 | 133 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 2.05 | 1.74 | بين المجموعات | 7.072 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | الخطأ | 75.104 | 129 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 32.898 | 136 | الكلي | |
| معنوي | 2.04 | ** 2.53 | بين المجموعات | 19.637 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | الخطأ | 62.539 | 121 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 1.75 | 0.72 | بين المجموعات | 4.903 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | الخطأ | 77.272 | 125 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 1.67 | 1.34 | بين المجموعات | 10.977 | 14 | بين المجموعات | التخصص المهني |
| | | | الخطأ | 71.198 | 122 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| معنوي | 2.18 | * 2.17 | بين المجموعات | 7.504 | 6 | بين المجموعات | المؤهل العلمي |
| | | | الخطأ | 74.671 | 130 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 82.175 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 2.01 | 0.76 | بين المجموعات | 3.242 | 7 | بين المجموعات | عدد سنوات العمل |
| | | | الخطأ | | | | |
| | | | الكلي | | | | |

2-4 المعالجات الإحصائية: استخدمت الدراسة منهج SPSS الإحصائي والإحصاء الاستدلالي لدلالة الفروق وتحليل التباين الأحادي.

2-4-1 مناقشة وتفسير النتائج الخاصة بفروض الدراسة:

يوجد لهذه الدراسة فرض واحد هذا نصه: وجود فروق ذات دلالة إحصائية للمتغيرات الإدارية تعزى إلى الخصائص العامة للإداريين . ولاختبار هذا الفرض حددت المتغيرات الأساسية للإدارة المتمثلة في التخطيط الإداري والتنظيم، السياسات، التنسيق، أدوات الرقابة والتقييم مقروءة مع هذه الخصائص المتمثلة في نوع الإداري ذكر أو انثى وعمر الإداري ومهنته ونوع الهيئة التي يعمل بها واسم الهيئة الرياضية التي يعمل بها والوظيفة في الهيئة الرياضية والمؤهل العلمي والتخصص المهني وعدد سنوات العمل وممارسته أو عدم ممارسته للنشاط الرياضي وتلقيه أو عدم تلقيه للدورات التدريبية في الإدارة الرياضية، ثم تم تقريغ الاستبيان علمياً باستخدام الإحصاء الاستدلالي المتمثل في تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق فكانت النتائج كما هو موضح في الجداول ادناه:

جدول (2) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين آراء أفراد في المؤسسات والهيئات الرياضية الأهلية والحكومية بخصوص متغير التخطيط الإداري

| الدلالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الإحصائية المتغير |
|-----------|----------|----------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------------------|
| | جدولية | محسوبة | | | | | |
| معنوي | 6.63 | 10.40 ** | بين المجموعات | 6.256 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | الخطأ | 81.211 | 135 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 6.256 | 136 | الكلي | |
| معنوي | 3.84 | * 4.16 | بين المجموعات | 2.629 | 1 | بين المجموعات | النوع |
| | | | الخطأ | 84.853 | 135 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 2.60 | 1.93 | بين المجموعات | 3.639 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | الخطأ | 83.828 | 133 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 2.01 | 2.00 | بين المجموعات | 8.542 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | الخطأ | 78.925 | 129 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 87.476 | 136 | الكلي | |
| معنوي | 1.67 | 1.99 | بين المجموعات | 17.273 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | الخطأ | 70.194 | 121 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 87.467 | 136 | الكلي | |
| غير معنوي | 0.75 | 0.71 | بين المجموعات | 5.147 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | الخطأ | 5.147 | 125 | الخطأ | |
| | | | الكلي | 0.659 | 136 | الكلي | |

الأولمبية ثم الاتحادات العامة فالأندية الرياضية علي التوالي:
التخصص المهني لصالح ذوي التخصصات المهنية المتمثلة
في: الاقتصاد، الهندسة، إدارة الأعمال، التربية والتعليم، علي
التوالي: المؤهل العلمي لصالح ذوي المؤهلات العلمية العالية
(دكتوراه ماجستير، دبلوم عالي) على التوالي، هذا التباين يؤكد
صحة الفرض القائل بوجود فروق ذات دلالة احصائية تعزي
لصالح العاملين في القطاعات الاهلية فهم الاكثر استخداماً
ومعرفةً لمتغيري التخطيط والتنظيم في العملية الادارية وترى
الباحثة أن هذا قد يعود الي طبيعة تخصصاتهم في مجالاتهم
الرئيسية كما اظهرت النتيجة، وهذا في تقديري يعود الي طبيعة
ان المتطوعون يلجون هذه الهيئات شغفاً يوافق اهتماماتهم
الوجدانية وبمختلف التخصصات والمؤهلات العالية.

أما الهيئات الحكومية فيأتون كموظفين قد تكون الدافعية أقل
والتخصصات ليست ذات علاقة بالمهنية الرياضية خاصةً
للإناث والمؤهلات قد لا تتخطي الشهادة الجامعية الأولى
كمدخل لخدمة وطبيعي جداً ان لا تتاح لهم فرص التأهيل أثناء
الخدمة وهذا يتوافق مع دراسة نابف العميان في تحديد
الخصائص والسمات التي تميز الرقابة الإدارية بصورة يستفيد
من توصياتها صناع القرار، أما من حيث العمر والوظيفة وعدد
سنوات العمل والممارسة النشاط الرياضي وعدم ممارسته وتلقي
الدورات الرياضية او عدم تلقيها فإن قيمة ف المحسوبة اقل من
قيمة (ف) الجدولية وهذا يفسر بعدم وجود فروق ذات دلالة
إحصائية تتعلق بالخصائص المذكورة بالنسبة لمتغيري التخطيط
الاداري والتنظيم.

جدول (4) نتائج تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق بين آراء افراد عينة
البحث المؤسسات والهيئات الرياضية الأهلية والحكومية بخصوص متغير
السياسات الادارية

| الدلالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الاحصائية المتغير |
|--------------|----------|----------|---------|-------------------|----------------|------------------|---------------------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.11 | 0.268 | 0.268 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | 0.242 | 32.630 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.54 | 0.372 | 0.372 | 1 | بين المجموعات | النوع |
| | | | 0.241 | 32.526 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.62 | 0.17 | 0.042 | 0.125 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | 0.246 | 32.773 | 133 | الخطأ | |
| | | | | 78.467 | 136 | الكلية | |
| غير | 2.01 | 0.83 | 0.20 | 1.409 | 7 | بين | المهنة |

| العمل | الخطأ الكلية | 129 | 78.934 | 0.612 | 1.16 | 3.84 | غير معنوي | |
|------------------------------|-----------------|-----|--------|-------|-------|------|--------------|------------------|
| | | | | | | | | بين المجموعات |
| ممارسة النشاط الرياضي | الخطأ الكلية | 136 | 82.175 | 0.699 | 0.699 | 1 | غير معنوي | |
| | | | | | | | | 0.699 |
| | | | | | | | | 0.604 |
| تلقي الدورات التدريبية | الخطأ الكلية | 136 | 82.175 | 0.434 | 0.334 | 1 | غير معنوي | |
| | | | | | | | | 0.605 |
| | | | | | | | | 83.175 |

* القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة 5%

** القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة 1%

3-4-1 مناقشة فرض الدراسة: وتفسير نتائج التباين الاحادي لدلالة الفروق الخاص بمتغيري التخطيط الإداري والتنظيم في المؤسسة:

وهذا نصه: وجود فروق ذات دلالة احصائية في العملية الادارية تعزي الي بعض الخصائص العامة للإداريين وللتحقق من هذه الفرضية حددت الباحثة الخصائص بنوع الاداري ذكر او انثي وعمر الاداري ومهنته ونوع الهيئة التي يعمل بها واسم الهيئة الرياضية التي يعمل بها والوظيفة في الهيئة الرياضية والمؤهل العلمي والتخصص المهني وعدد سنوات العمل وممارسته او عدم ممارسته للنشاط الرياضي وتلقيه او عدم تلقيه للدورات التدريبية في الادارة الرياضية كما حددت عناصر الادارة المتمثلة في التخطيط، السياسات، التنظيم، خصائص القيادي والرقابة والتقييم كمتغيرات اساسية للعملية الادارية، وبعد اجراء تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق علي كل متغير لمختلف الخصائص المذكورة كانت النتائج كما في الجدول (2) مقروءاً مع الجدول (3) بعد مقارنة قيم (ف) المحسوبة لدلالة الفروق بين إجابات افراد عينة البحث باختلاف خصائصهم مع قيم (ف) الجدولية المناظرة لها اعتمادا علي درجات الحرية المشار اليها بالجدول ومستوي دلالة النسبة المئوية نجد ان قيمة (ف) المحسوبة اكبر من قيمة ف الجدولية مما يشير الي ان هناك تبايناً في آراء افراد عينة البحث حول متغيري التخطيط الإداري والتنظيم مما يفسر بوجود فروق ذات دلالة احصائية في آراء افراد عينة البحث حول المتغيرين المذكورين على وفق نوع الهيئة الرياضية أهلية ام حكومية ولصالح افراد عينة البحث في الهيئات الحكومية.

نوع المبحوث ذكر أم انثي لصالح الذكور، الهيئة الرياضية اتحاد أم نادي أم لجنة أولمبية ام مؤسسة حكومية، لصالح اللجنة

جدول (5) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق بين آراء افراد عينة البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية الاهلية والحكومية بخصوص متغير التنسيق في المؤسسة

| الدالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الاحصائية المتغيرة |
|-----------|----------|----------|---------|----------------|-------------|---------------|----------------------------|
| | المحسوبة | الجدولية | | | | | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.11 | 0.268 | 0.268 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | 0.242 | 32.630 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.54 | 0.372 | 0.372 | 1 | بين المجموعات | التنوع |
| | | | 0.241 | 32.526 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.60 | 2.02 | 1.572 | 4.715 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | 0.777 | 103.311 | 133 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.01 | 0.83 | 0.665 | 4.651 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | 0.801 | 103.375 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.04 | **2.08 | 1.475 | 22.122 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | 0.710 | 85.904 | 121 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.75 | 0.88 | 0.706 | 7.770 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | 0.802 | 100.256 | 125 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.67 | 1.07 | 0.844 | 11.82 | 14 | بين المجموعات | التخصص المهني |
| | | | 0.769 | 96.206 | 122 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.80 | 1.94 | 1.479 | 8.872 | 6 | بين المجموعات | المؤهل العلمي |
| | | | 0.763 | 99.154 | 130 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.01 | 0.73 | 0.589 | 4.091 | 7 | بين المجموعات | عدد سنوات العمل |
| | | | 0.808 | 103.935 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 0.41 | 0.329 | 0.329 | 1 | بين المجموعات | ممارسة النشاط الرياضي |
| | | | 0.798 | 107.697 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 108.026 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | *4.15 | 3.222 | 3.222 | 1 | بين المجموعات | تلقي الدورات التدريبية |
| | | | 0.775 | 104.804 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 12 | 136 | الكلية | |

*القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 5%

**القينة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 1%

| | | | | | | |
|-----------|------|------|-------|--------|-----|-----------------|
| معنوي | | | 0.244 | 31.489 | 129 | المجموعات الخطأ |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 1.67 | 1.46 | 0.337 | 5.051 | 15 | بين المجموعات |
| | | | 0.230 | 27.898 | 121 | الخطأ |
| | | | | 87.467 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 1.75 | 1.46 | 0.344 | 3.785 | 11 | بين المجموعات |
| | | | 0.232 | 29.113 | 125 | الخطأ |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 1.67 | 1.27 | 0.298 | 4.172 | 14 | بين المجموعات |
| | | | 0.235 | 38.726 | 122 | الخطأ |
| | | | | 32.89 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 1.27 | 1.27 | 0.298 | 4.172 | 14 | بين المجموعات |
| | | | 0.235 | 28.726 | 122 | الخطأ |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 2.01 | 1.04 | 0.251 | 1.759 | 7 | بين المجموعات |
| | | | 0.241 | 31.139 | 129 | الخطأ |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 3.84 | 1.20 | 0.28 | 0.289 | 1 | بين المجموعات |
| | | | 0.242 | 32.609 | 135 | الخطأ |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية |
| غير معنوي | 3.84 | 0.23 | 0.055 | 0.055 | 1 | بين المجموعات |
| | | | 0.243 | 32.843 | 135 | الخطأ |
| | | | | 12 | 136 | الكلية |

3-1-2 مناقشة وتفسير نتائج التباين الاحادي لدلالة الفروق الخاص بمتغير السياسات في المؤسسة:

يتضح بالنظر الى الجدول (4) ومن خلال مقارنة قيم (ف) المحسوبة لدلالة الفروق بين إجابات افراد عينة البحث باختلاف خصائصهم، مع قيم (ف) الجدولية المناظرة لها اعتماداً علي درجات الحرية المشار اليها بالجدول ومستوي الدلالة (5%) نجد ان جميع قيم (ف) المحسوبة أقل من نظيراتها الجدولية وهذا يشير الي ان توافقاً في آراء افراد عينة البحث حول السياسات الادارية في الهيئات التي يعملون بها يعزي الي جميع خصائصهم المتمثلة في نوع الهيئة الرياضية، النوع، العمر المهنة، الوظيفة، اسم الهيئة الرياضية، المؤهل العلمي، ممارسة النشاط الرياضي، عدد سنوات العمل وتلقي الدورات التدريبية في الادارة .

جدول (7) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق بين آراء افراد عينة البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية الاهلية والحكومية بخصوص متغير أدوات الرقابة.

جدول (6) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق بين آراء افراد عينة البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية الاهلية والحكومية بخصوص متغير صفات القيادي

| الدالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الاحصائية المتغيرة |
|-----------|----------|----------|---------|----------------|-------------|---------------|----------------------------|
| | المحسوبة | الجدولية | | | | | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.11 | 0.268 | 0.268 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | 0.242 | 32.630 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.54 | 0.372 | 0.372 | 1 | بين المجموعات | التنوع |
| | | | 0.341 | 32.526 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.20 | 1.51 | 0.774 | 2.322 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | 0.513 | 68.238 | 133 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.01 | 1.72 | 0.860 | 6.019 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | 0.500 | 64.531 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| معنوي | 2.04 | ** 2.5 | 1.127 | 16.905 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | 0.443 | 53.645 | 121 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.75 | 1.22 | 0.623 | 6.851 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | 0.510 | 63.699 | 125 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.67 | 1.11 | 0.572 | 8.006 | 14 | بين المجموعات | التخصص المهني |
| | | | 0.513 | 62.544 | 122 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.18 | * 2.31 | 1.132 | 6.794 | 6 | بين المجموعات | المؤهل العلمي |
| | | | 0.490 | 63.756 | 130 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.01 | 0.49 | 0.262 | 1.834 | 7 | بين المجموعات | عدد سنوات العمل |
| | | | 0.533 | 68.716 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.084 | 0.03 | 0.015 | 0.015 | 1 | بين المجموعات | ممارسة النشاط الرياضي |
| | | | 0.522 | 70.535 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.84 | 0.948 | 0.948 | 1 | بين المجموعات | تلقي الدورات التدريبية |
| | | | 0.516 | 69.609 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 70.550 | 136 | الكلية | |

القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 5%
القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 1%

| الدالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الاحصائية المتغيرة |
|-----------|----------|----------|---------|----------------|-------------|---------------|----------------------------|
| | المحسوبة | الجدولية | | | | | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.11 | 0.268 | 0.268 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | 0.242 | 32.630 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32.898 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.54 | 0.372 | 0.372 | 1 | بين المجموعات | التنوع |
| | | | 0.242 | 32.526 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.20 | 1.09 | 0.758 | 2.273 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | 0.695 | 92.479 | 133 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.01 | 1.31 | 0.900 | 6.297 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | 0.686 | 88.455 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| معنوي | 2.04 | ***2.86 | 1.653 | 24.789 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | 0.578 | 69.963 | 121 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 1.75 | 0.71 | 1.192 | 13.171 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | 0.653 | 81.582 | 125 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| معنوي | 2.04 | ** 2.23 | 1.428 | 19.985 | 14 | بين المجموعات | التخصص المهني |
| | | | 0.613 | 74.767 | 122 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 2.80 | 1.70 | 1.151 | 6.908 | 6 | بين المجموعات | المؤهل العلمي |
| | | | 0.676 | 87.845 | 130 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 0.90 | 0.629 | 4.401 | 7 | بين المجموعات | عدد سنوات العمل |
| | | | 0.700 | 90.351 | 127 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 2.80 | 1.926 | 1.926 | 1 | بين المجموعات | ممارسة النشاط الرياضي |
| | | | 0.688 | 92.826 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |
| غير معنوي | 3.84 | 2.14 | 1.479 | 1.479 | 1 | بين المجموعات | تلقي الدورات التدريبية |
| | | | 0.691 | 93.273 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 94.752 | 136 | الكلية | |

**القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 1%

جدول (8) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي لدلالة الفروق بين آراء افراد عينة البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية الأهلية والحكومية بخصوص متغير أغراض التقييم

| الدالة | قيمة (ف) | | التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | مصادر التباين | المعالم الاحصائية المتغير |
|-----------|----------|----------|---------|----------------|-------------|---------------|---------------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.11 | 0,268 | 0,268 | 1 | بين المجموعات | نوع الهيئة الرياضية |
| | | | 0,242 | 32,630 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 32,898 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 3.84 | 1.54 | 0,372 | 0,372 | 1 | بين المجموعات | النوع |
| | | | 0,241 | 32,526 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 2,60 | 1,51 | 1,224 | 3,672 | 3 | بين المجموعات | العمر |
| | | | 0,810 | 107,704 | 133 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 2,01 | 1,40 | 1,120 | 7,842 | 7 | بين المجموعات | المهنة |
| | | | 0,803 | 102,534 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 111,435 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 1,67 | * 2,03 | 1,502 | 22,527 | 15 | بين المجموعات | الهيئة الرياضية |
| | | | 0,734 | 88,850 | 121 | الخطأ | |
| | | | | 111,534 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 1,75 | 1,08 | 0,881 | 9,696 | 11 | بين المجموعات | الوظيفة |
| | | | 0,813 | 101,681 | 125 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 1,67 | 1,20 | 0,962 | 13,470 | 14 | بين المجموعات | التخصص المهني |
| | | | 1,803 | 97,906 | 122 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 2,80 | 2,04 | 1,598 | 9,590 | 6 | بين المجموعات | المؤهل العلمي |
| | | | 0,783 | 101,786 | 130 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 2,01 | 1,22 | 0,986 | 6,902 | 7 | بين المجموعات | عدد سنوات العمل |
| | | | 0,656 | 104,474 | 129 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 3,84 | 1,89 | 1,541 | 1,541 | 1 | بين المجموعات | ممارسة النشاط الرياضي |
| | | | 0,814 | 109,835 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |
| غير معنوي | 3,84 | 1,89 | 1,541 | 1,541 | 1 | بين المجموعات | تلقى الدورات التدريبية |
| | | | 0,814 | 109,835 | 135 | الخطأ | |
| | | | | 111,376 | 136 | الكل | |

3-1-4 مناقشة وتفسير تحليل التباين الاحادي

لدلالة الفروق الخاص بأغراض التقييم:

بالرجوع للجدول (8) وبعد مقارنة قيم (ف) المحسوبة لدلالة الفروق بين إجابات افراد عينة البحث باختلاف خصائصهم مع قيم (ف) الجدولية المناظرة لها اعتمادا علي درجات الحرية المشار اليها بالجدول ومستوي الدلالة (5%) نجد ان هناك تباينا في آراء افراد عينة البحث حول متغير أغراض التقييم مما يفسر

3-1-3 مناقشة وتفسير نتائج التباين الاحادي لدلالة الفروق الخاص بمتغيرات التنسيق وصفات القيادي وادوات الرقابة:

بالرجوع للجدول (4) مقروءاً مع الجدول (5) و (6) وبعد مقارنة قيم (ف) المحسوبة لدلالة الفروق بين إجابات افراد عينة البحث باختلاف خصائصهم مع قيم (ف) الجدولية المناظرة لها اعتمادا علي درجات الحرية المشار اليها بالجدول ومستوي دلالة النسبة المئوية نجد ان هناك تبايناً في آراء افراد عينة البحث حول متغيرات، التنسيق، صفات القيادي وادوات الرقابة، مما يفسر بوجود فروق ذات دلالة احصائية في آراء افراد عينة البحث حول المتغيرات المذكورة علي وفق خصائصهم علي النحو التالي من حيث: نوع الهيئة الرياضية يفسر التباين لصالح الإداريين في كلٍ من اللجنة الأولمبية، الأندية الرياضية والاتحادات الرياضية علي التوالي إذ يتحقق وجود المتغيرات الثلاثة، من حيث المؤهل العلمي: توجد فروق دالة احصائياً لصالح ذوي المؤهلات العلمية (دكتوراه ماجستير، دبلوم عالي) على التوالي ومن حيث التخصص المهني: الفروق لصالح ذوي التخصصات المهنية المتمثلة في الاقتصاد، الهندسة، إدارة الأعمال، التربية والتعليم على التوالي، أما من حيث تلقي الدورات الإدارية: يفسر التباين لصالح الذين قد تلقوا دورات تدريبية في الإدارة، إذ يتحقق الفرض القائل بوجود دلالة احصائية تعزي للخصائص الواردة اعلاه وتري الباحثة هذه الخصائص ذات اثر واضح يثير الطريق لجهات اتخاذ القرار الاستفادة منها في تطوير مواصفات وشروط شاغلي المواقع القيادية الرياضية الحكومية. بينما نجد أن هناك توافقاً في آراء افراد عينة البحث حول ذات المتغيرات يعزي الي خصائصهم المتمثلة في النوع، العمر، المهنة، الوظيفة عدد سنوات العمل وممارسة النشاط الرياضي .

العامة والأندية قيد البحث أكثر تقيداً بمتغيرات العملية الإدارية. مما لدي الهيئات الحكومية.

5- إن التخصصات المهنية المتمثلة في (الاقتصاد، الهندسة، إدارة الأعمال، التربية والتعليم علي التوالي ذات اثر ايجابي في تطبيق متغيرات العملية الادارية بالمؤسسات والهيئات الرياضية التي يعملون بها بصورة أكبر مما يفعل ذوي التخصصات الأخرى قيد البحث.

6- إن المؤهلات العلمية العالية (دبلوم عالي ماجستير، دكتوراه) قيد البحث ذات أثر ايجابي واضح في العملية الادارية أكثر من المؤهلات الأخرى.

7- إن الذين تلقوا دورات تدريبية في الإدارة يؤثران ايجاباً علي العملية الادارية من غيرهم.

8- كما تبين أن الخصائص المتمثلة في العمر وعدد سنوات العمل وممارسة النشاط الرياضي أو عدم ممارسته ليست ذات تأثير فارق علي العملية الادارية.

وختاماً يمكننا القول بناءً على ضوء نتائج هذه الدراسة: ان اصحاب المؤهلات العلمية العالية من دكتوراه وماجستير ودبلوم عالي ذات تأثير ايجابي على متغيرات الادارة أكثر من غيرها وهذا يؤكد اهمية التأهيل العلمي. كما ثبت ان ذوي التخصصات العلمية من اقتصاد، وهندسة وإدارة الاعمال في الهيئات الاهلية وعلى رأسها اللجنة الاولمبية هم الأكثر قدرة على تطبيق متغيرات الادارة قياساً الى ذوي التخصصات الأخرى في الهيئات الحكومية، وقد يعزى ذلك الى ان اداريو هذه المؤسسات تأتي بهم مجتمعاتهم كقادة انتجهم المجتمع من خلال ما عرف عنهم من قدرة علي القيادة عكس الهيئات الحكومية خاصة تلك التي لا تتقيد بالتخصصات ذات الصلة بالمجال، واخيراً ثبت الأثر الايجابي لتلقي الدورات التدريبية في الادارة، مما يؤكد اهمية تطوير قدرات الفرد اثناء عمله. أما العمر او سنوات العمل او ممارسة النشاط ليست ذات اثر كبير على العملية الادارية واخيرا اثبتت الدراسة ان الذكور هم الاقدر علي ادارة المؤسسات الاهلية الرياضية ولربما يعزى ذلك الي اهتمام الذكور في الدول العربية بالرياضة اكثر من النساء او قد يعود ذلك الى النظرة التقليدية لمجتمعنا المحلي لعلاقة المرأة بالرياضة.

بوجود فروق ذات دلالة احصائية في آراء افراد عينة البحث حول المتغيرات المذكورة تعزى الى خصائصهم علي النحو التالي:

اسم الهيئة الرياضية: تحقق المتغير المشار اليه بصفة أكبر في كلٍ من اللجنة الأولمبية، الأندية والاتحادات الرياضية، التربية والتعليم هيئة التحكيم نوع المبحوث: الفروق لصالح الذكور في (المؤهل العلم) تحقق المتغير المشار اليه بصورة أكبر إذ ذوي المؤهلات العلمية (دبلوم عالي، ماجستير، دكتوراه) هذا الاختلاف من وجهة نظري يعود الي كيفية ومستوي ونوعية تطبيق التقويم لصالح التميز بينما نجد أن هنالك توافقاً في آراء افراد عينة البحث قيد البحث حول التقويم في الهيئات التي يعملون بها يعزى الي كلاً من خصائصهم المتمثلة في نوع الهيئة الرياضية أهلية او حكومية، عمر المبحوث، المهنة، الوظيفة، التخصص المهني، عدد سنوات العمل، ممارسة او عدم ممارسة المبحوث للنشاط الرياضي وتلقي الدورات التدريبية في الادارة او عدم تلقيها بفسر هذا التوافق بأنهم رغم اختلاف هذه الخصائص إلا انهم يمارسون متغير التقويم في المؤسسات التي يعملون بها وهذا في رأي الباحثة قد يكون عائداً أن هذا المتغير ضرورة حتمية لمن يشغل الموقع الاداري نهائية كل منهج أو عام مالي او قيد زمني ويرتبط بالأداء والترقيات.

4-الخاتمة:

خُصت هذه الدراسة الى الاستنتاجات التالية:

- 1-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في آراء افراد عينة البحث حول متغيرات العملية الإدارية على وفق خصائصهم علي النحو التالي:
- 2-إن خاصية النوع ذكر او انثي ذات أثر ايجابي واضح في العملية الإدارية في المؤسسات الرياضية الاهلية والحكومية قيد البحث لصالح الذكور إذ أن الذكور هم الأكثر تطبيقاً لمتغيرات الادارة .
- 3-نوع الهيئة الرياضية أهلية أو حكومية ذا أثر ايجابي في تطبيق متغيرات العملية الادارية قيد البحث لصالح الهيئات الاهلية إذ اتضح ان الاداريين بالهيئات الأهلية هم الأكثر الماماً بالمتغيرات الادارية.
- 4-إن اسم الهيئة الرياضية ذا أثر ايجابي واضح في العملية الإدارية، فالذين يعملون في اللجنة الأولمبية والاتحادات

الملاحق:

ملحق (1) يوضح استمارة استطلاع رأي المبحوثين حول متغيرات البحث

بسم الله الرحمن الرحيم

أخي الفاضل/.....

السلام عليكم ورحمة الله تعالى

تقوم الباحثة بدراسة بعنوان : دراسة تحليلية للخصائص العامة

للمتغيرات الادارية بالهيئات الرياضية الحكومية والاهلية

بالسودان

وتأمل في الاستفادة من آرائكم في هذا المجال .

مع وافر الشكر والتقدير

الباحثة: د. عواطف محمد ادم سليمان

رجاءاً: قراءة الاستمارة المرفقة بقسميها الأول والثاني بتمعن قبل

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم

تنبيه: رجاءاً عدم كتابة الاسم إذ أن المعلومات المطلوبة لن

تستخدم الا لأغراض هذه الدراسة

القسم الأول:

الرجاء ملاً البيانات التالية:

النوع: ذكر أنثي:

العمر: أقل من 25 من 26-35 من 36-45

من 46 فأكثر

الهيئة التي تعمل بها التخصص المهني

المهنة الوظيفة في الهيئة الرياضية

المؤهلات العلمية: دون الثانوي ثانوي دبلوم

وسيط بكالوريوس دبلوم عالي ماجستير

.... دكتوراه ...

عدد السنوات العمل في مجال الادارة الرياضية

هل مارست اللعبة ؟ نعم لا

هل كنت مسجلاً رسمياً في نادي رياضي؟ نعم لا

اذكر درجة النادي:

الي درجة تتوفر لكم فرص الاطلاع على الكتب والمجلات

المتخصصة في الإدارة ؟

دائماً أحياناً نادراً لأطلع

هل تلقيت دورات تدريبية في مجال الإدارة ؟ نعم لا

على ضوء الاستنتاجات التي توصلت لها الدراسة توصي الباحثة

وعلى وفق المحاور التالية:

على مستوى الحكومية:

1-أعادة صياغة القوانين بما يحفظ الخصوصية المهنية.

2-الإعتماد علي التخصصات المهنية ذات العلاقة بطبيعة

المجال الإداري الرياضي.

3-وجوب التنسيق بين الوزارة وقطاع التربية والتعليم والرياضة

القطاعية وكليات التربية الرياضية

4-الإهتمام بالتأهيل أثناء الخدمة.

على مستوى القطاعات الأهلية:

1-الاهتمام بالمؤهل العلمي وإعداد القادة الإداريين.

2-بناء الثقة في الكوادر البشرية لتطوير وتحديث إعداد الكوادر

الإدارية والفنية.

3-الخروج من النمطية التقليدية باستخدام الأساليب العلمية

الحديثة في الانتقاء للإداريين الطوعيين.

المصادر:

[1] إدارة الرياضة الاتحادية؛ إحصائية الاتحادات الرياضية: (مؤتمر، 1991).

[2] حليم المنيري وعصام بدوي؛ الإدارة في الميدان الرياضي، ج:1 (القاهرة، المكتبة الأكاديمية، 1991).

[3] حليم المنيري وعصام بدوي؛ الإدارة في الميدان الرياضي، ج:2، ط:1 (القاهرة، المكتبة الأكاديمية، 1994).

[4] حمد نصر الدين رضوان؛ الإحصاء اللاجرونتر في بحوث التربية الرياضية، ط:1 (القاهرة، دار الفكر العربي، 1409هـ/1989م).

[5] شولي؛ أوراق محاضرات المنظمة الإفريقية لتطوير الإدارة: (الخرطوم، مركز تنمية المجتمع، 2004).

[6] طلحة حسام الدين وعيلة عيسي مطر؛ مقدمة في الإدارة الرياضية، ط:1 (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 1997).

[7] عبد الحميد شرف؛ الإدارة في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط:1 (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 1990).

[8] فؤاد عبد اللطيف ابو حطب وامال صادق؛ علم النفس التربوي، ط:1 (القاهرة، كتبة الانجلو مصرية، 1980م).

[9] كمال الدين درويش و(اخرين)؛ القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة البد - نظريات وتطبيقات، ط:1 (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002م).

[10] مفتي ابراهيم حماد؛ تطبيقات الإدارة الرياضية، ط:1 (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 1999).

[11] الوثائق والمستندات وزارة الشباب والرياضة الاتحادية؛ ملف إحصائية الهيئات الرياضية بالخرطوم: (الخرطوم، بدون تاريخ).

[12] يوسف حسين البشير؛ الإدارة العامة الاصول العلمية و العملية، ط:2: ج. (النيلين، 1996).

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | 2-تشكيل لجان من ممثلي الوحدات المختلفة؟ 3-عقد اجتماعات دورية بين الرئيس ومعاونيه المباشرين؟ هل القيادي في المؤسسة التي تعمل بها : 1-يتمتع بقدر من المهارات الإدارية والفنية اللازمة؟ 2-ملمأ بوظائف الإدارة؟ 3-لديه القدرة على التأثير على الآخرين؟ 4-لديه الموضوعية في الحكم على الأمر؟ 5-لديه القدرة على التأثير على الآخرين؟ 6-لديه القدرة على تنمية مهارات وقدرات المرؤوسين؟ 7-لديه القدرة على رفع الروح المعنوية للعاملين عبر التحفيز؟ 8-لديه القدرة على تصور علاقات العمل؟ 9-لديه القدرة على تحمل مسؤولية العمل؟ ادوات الرقابة التي تستخدم في المؤسسة التي تعمل بها : 1-التقارير الإدارية المكتوبة؟ 2-الإشراف الإداري ؟ 3-الملاحظة الشخصية؟ 4-المتابعة؟ 5-الشكاوي؟ أساليب الرقابة في المؤسسة التي تعمل بها : 1-تحديد مجالات الأداء والأنشطة التي تتم رقابتها؟ 2-تحديد الأهداف والمقاييس الرقابية الكمية والوصفية؟ 3-تحديد المعايير المطلوبة لقياس الأداء الفعلي؟ 4-مقارنة الأداء الفعلي بالأداء المطلوب؟ 5-تحديد أسباب الانحرافات ؟ 6-اتخاذ القرارات المصححة للأداء. لأغراض التقييم تستخدم المؤسسة التي تعمل بها: 1-وضع المعايير الرقابية؟ 2-مقارنة العمل الفعلي المنفذ مقابل المعايير الموضوعية؟ 3-دراسة النتائج؟ 4-وضع الحلول والمعالجات؟ 5-المتابعة؟ |
|--|--|--|--|--|

اعداد الباحثة

إذا كانت إجابتك بنعم فما هي هذه الدورات وكم مدتها؟ اسم الدورة زمنها اسم الدورة
زمنها اسم الدورة زمنها اسم الدورة
زمنها
هل تشعر بالحاجة الي مزيد من المعرفة حول الإدارة ؟ نعم لا
إذا كانت إجابتك بنعم ما هو أنسب طريق لإلمامك بالمزيد من المعرفة الإدارية ؟
عن طريق الدورات التدريبية عن طريق الاطلاع
القسم الثاني:
من خلال ممارستك ومشاهداتك وملاحظاتك الذاتية داخل الجهاز الذي تعمل به الرجاء وضع علامة (✓) في المكان الذي يعبر عن وجهة نظرك بدقه.

| م | العبارات | صحيح | صحيح نوعاً ما | لا ادري | غير صحيح | غير صحيح مطلقاً |
|---|---|------|---------------|---------|----------|-----------------|
| 1 | هل يشمل التخطيط الإداري في الهيئة التي تعمل بها : 1-تحديد الاهداف المطلوب بلوغها ؟ 2-التنبؤ بالنتائج المستقبلية ؟ 3-إختيار الخطة المناسبة؟ 4-تحديد الحلول البديلة؟ 5-اختيار الاليدل الأكثر ؟ 6-التوقيت الزمني للنتائج المتوقعة؟ | | | | | |
| 2 | هل يشمل التنظيم في الهيئة التي تعمل بها؟ 1-وضع الهيكل الوظيفي؟ 2-تحديد الأعمال المطلوبة لتحقيق الاهداف؟ 3-توزيع السلطات والمسؤوليات؟ 4-تفويض السلطة الضرورية ؟ 5-تحديد نطاق الإشراف؟ 6-تحديد اسلوب نمطي للعمل؟ 7-تحديد العلاقات بوضوح للتنسيق في الأعمال؟ 8-تنمية وتدريب العاملين؟ 9-المرونة في التنظيم؟ 10-كل ما ذكر | | | | | |
| 3 | هل يشمل التخطيط في الهيئة التي تعمل بها : 1-تخصيص ادارات معينة لمهمة التنسيق؟ | | | | | |

- 7-عدم التحديث والتطوير في مجال المنشآت ؟
8-الافتقار الي المراكز والمختبرات ومراكز البحوث؟
9-عدم تحقيق الانتصارات علي المستويين الإقليمي والقاري؟
10-عدم الثقة في العنصر البشري (اداريين ولاعبين)؟
11-الافتقار الي الخدمات الصحية والنفسية والاجتماعية؟
12-ضعف أساليب إعداد الكوادر الفنية؟
13-ضعف أساليب الانتقاء؟

الاستبيان من أعداد الباحثة.

عذراً أخي الفاضل:

الرجاء التكرم بمراجعة إجاباتك بعناية لأن ذلك يهمنا . كما أرجو التكرم برد الاستمارة بسرعة قدر المستطاع.
شكراً لكم علي حسن تعاونكم

المحور الثاني:

(أ) عوامل القصور الإداري في الهيئات الرياضية الحكومية في السودان:

| العبارة | صحيح | صحيح نوعاً ما | لا أدري | غير صحيح | غير صحيح مطلقاً |
|---|------|---------------|---------|----------|-----------------|
| هل تكمن المشكلة الإدارية في المؤسسة التي تعمل بها في: تداخل الاختصاصات ؟ الافتقار الي المهنية الإدارية عدم وجود استراتيجية واضحة للعمل الرياضي؟ الافتقار الي التأهيل المهني للعاملين في القطاع الرياضي؟ ضعف صياغة القوانين واللوائح؟ عدم استقرار سياسة الدولة تجاه الرياضة؟ عدم التنسيق بين الجهات المسؤولة عن الرياضة (الوزارة - التربية والتعليم - والرياضة القطاعية)؟ عدم القدرة علي محاسبة المؤسسات الرياضية بسبب عجز الدولة عن توفير التزاماتها المالية ؟ قصور أساليب التدريب والتأهيل أثناء الخدمة؟ | | | | | |

اعداد الباحثة

عذراً أخي الفاضل:

الرجاء التكرم بمراجعة إجاباتك بعناية لأن ذلك يهمنا . كما أرجو التكرم برد الاستمارة بسرعة قد المستطاع.

شكراً لكم علي حسن تعاونكم

المحور الثاني:

(ب) عوامل القصور الإداري في الهيئات الرياضية الأهلية في السودان:

| العبارة | صحيح | صحيح نوعاً ما | لا ادري | غير صحيح | غير صحيح مطلقاً |
|--|------|---------------|---------|----------|-----------------|
| هل تكمن المشكلة الإدارية في الهيئة التي تعمل بها في : 1-قصور الهياكل التنظيمية والإدارية؟ 2-ضعف القوانين والتشريعات؟ 3-الافتقار الي التخطيط طويل المدى ؟ 4-ضعف الموارد؟ 5-الافتقار الي التأهيل العلمي وإعداد الإداريين؟ 6-الأسلوب النمطي والتقليدي للإداريين ؟ | | | | | |

التحليل الميكانيكي للتصويب البعيد وعلاقته بسرعة طيران الكرة لحظة وصولها للهدف باستخدام جهاز مصنع لكرة اليد

علي وليد عبدالغني الراوي¹ أ. د ثائر غانم حمدون ملا علو²

طالب الماجستير/ كلية التربية الاساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹ alialrawi266@gmail.com, ² thaeralo63@gmail.com)

المستخلص: يهدف البحث الحالي الى تصميم جهاز (Electro Sport) لقياس سرعة الكرة لحظة وصولها الى الهدف، وكذلك التعرف على سرعة الكرة لحظة وصولها الى الهدف عن طريق جهاز (Electro Sport)، فضلا عن التعرف على بعض المتغيرات البايوكنيماتيكية في التصويب البعيد من خارج منطقة الـ 9 متر، لكي نتمكن من التعرف على العلاقة بين بعض المتغيرات البايوميكانيكية في اثناء التصويب من القفز بسرعة طيران الكرة لحظة وصولها الى الهدف.

وأفترض الباحثان على امكانية جهاز (Electro sport) على قياس سرعة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد، وان هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات البايوميكانيكية وسرعة طيران الكرة لحظة وصولها الى الهدف.

وأستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته طبيعة مشكلة وأهداف البحث، وتكون مجتمع البحث من لاعبي كرة اليد المتقدمين في محافظة نينوى والذين يبلغ عددهم عشرون لاعباً وتم اختيار خمسة لاعبين منهم بالطريقة العمدية والذين يستخدمون الذراع اليمنى في التصويب، كما استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية (Spss) وباستخدام القوانين الإحصائية ذات العلاقة: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)).

واستنتج الباحثان ما يلي:

1- حقق جهاز (Electro Sport) الغرض من اختراعه وذلك من خلال القراءات اللازمة لسرعة تسديد الكرة نحو المرمى والتي تميزت بالتسجيل الدقيق للبيانات.

2- من خلال نتائج البحث تبين أن أفراد عينة البحث تراوحو في قيمة الارتباط التي كانت تقترب من المعنوية تارة وتبتعد من المعنوية تارة أخرى لباقي متغيرات الدراسة.

الكلمات المفتاحية: التحليل الميكانيكي - التصويب البعيد - سرعة طيران الكرة - لكرة اليد.

1-المقدمة:

أي قدرة ميكانيكية عالية وخاصة التصويب من القفز عاليا والذي يستخدم بكثرة في المباريات لأهميته في حسم النتيجة. ولذلك نجد ان اغلب بحوث الخبراء والمختصون دائماً يبحثون عن أسباب الخلل والضعف في مهارة التصويب باعتبارها من أهم المهارات الهجومية الأساسية في كرة اليد، وهنا تكمن أهمية البحث بتحليل مهارة التصويب من القفز عالياً من أجل معرفة العلاقة بين تأثير المتغيرات البايوميكانيكية على سرعة الكرة في لحظة وصولها للهدف وذلك من أجل الوصول الى نتائج تساعدنا على تطوير أداء لاعبي كرة اليد والارتقاء بمستوى أداء هذه المهارة.

مشكلة البحث:

أن التطور العلمي والتقني الذي شهده العالم في لعبة كرة اليد والذي جاء من خلال البحوث العلمية التي ساهمت بتطوير هذه اللعبة، حيث كان له الأثر الإيجابي في تحسين الأداء المهاري والخططي (الهجومي والدفاعي) للاعبين مما أدى الى صعوبة اختراق الحصون الدفاعية على اللاعبين المهاجمين، لذلك يرى الخبراء والمختصون في لعبة كرة اليد أن من ضمن الحلول الهجومية الفعالة لاختراق الدفاع واحراز الاهداف هو التصويب من منطقة الـ (9 امتار) من القفز عالياً، إذ تعد هذه المهارة من أهم أنواع التصويب التي تغير مجريات المباراة وتحتاج الى لاعبين يمتازون بالأداء المهاري العالي وطول القامة، ولكون احد الباحثين من ممارسي هذه اللعبة فإنه يدرك مدى أهمية مهارة التصويب من القفز عالياً في حسم المباريات، لذا فإن فكرة البحث كانت من خلال تصنيع جهاز (Electro Sport) الذي سوف يساعدنا في تطوير هذه المهارة ودراستها بشكل تفصيلي من أجل الوصول الى الأداء الأمثل من خلال معرفة سرعة التصويبة من منطقة الـ (9 امتار) والعمل على تحليل مراحل السلسلة الحركية لهذه المهارة ومعرفة مدى تأثير المتغيرات البايوميكانيكية في الوصول الى الأداء الأمثل، ومن هنا تنبثق التساؤلات فهل أن جهاز (Electro Sport) المصنع يقيس سرعة طيران الكرة لحظة وصولها للهدف من التصويب البعيد وهل يوجد تأثير للمتغيرات البايوميكانيكية على متغير سرعة طيران الكرة لحظة وصولها للهدف من التصويب البعيد، لذا فإن مشكلة البحث تكمن بمعرفة العلاقة بين المتغيرات البايوميكانيكية

في ظل التطور الحاصل في العلوم الرياضية والأبحاث والدراسات التي تناولت فكرة تطوير الأسس الرياضية نجد ان الواقع الرياضي قد تغير تماماً عن قبل ويبدو ذلك واضحاً من خلال الإنجازات الرياضية والارقام القياسية التي تم تحقيقها، ولو نظرنا عن كثب نجد أن الرياضة كانت في بدايتها عبارة عن هواية لكن مع تقدم الوقت تم استخدام العلوم الفيزيائية والميكانيكية والفلسفية للوصول الى أفضل النتائج الرياضية والحصول على أفضل تكنيك بأقل جهد ممكن وأسرع زمن للإنجاز.

ونتيجة الابحاث التي قام بها العلماء وعن طريق استخدام العلوم الفيزيائية والميكانيكية في الجانب الرياضي ومن خلال الجهود المبذولة توصلوا الى علم البايوميكانيك "وهو العلم الذي يبحث في حركة الانسان أو بعض اجزائه بطريقة موضوعية ملموسة سواء على سطح الارض أو في الماء أو في الفضاء بهدف تحديد التكنيك المثالي للحركة" (عمر، وعبد الرحمن: 2019، 10)، وأن التحليل الحركي الذي يعنى بتجزئة الحركة الى أجزاءها الصغيرة الذي يمكن استخدامه من أجل تطبيق المبادئ والأسس الميكانيكية الملائمة للتكنيك المثالي للحركة، " وان دراسة الظاهرة الحركية كأجزاء ومنها متغيراتها البايوميكانيكية وخاصة المتغيرات البيوكيميائية ذات الطابع الظاهري والوصف الدقيق للحركة الذي يساعدنا على تحليل الحركة واكتشاف الاخطاء في الأداء" (أمين: 2019، 7).

وبذلك أصبحت الدراسات الميكانيكية في الألعاب الرياضية ومنها كرة اليد ذات أهمية كبيرة وذلك لان لكل فعالية رياضية هدف يسعى الرياضي إلى تحقيقه وان هدف لعبة كرة اليد هو تسجيل إصابة في مرمى الخصم ويتطلب ذلك قدرة عالية على استغلال الصفات البدنية والدقة وكذلك مهارة عالية في فن الأداء.

وتعد لعبة كرة اليد من تلك الألعاب التي سعى الباحثون والمختصون من الخوض في تفاصيلها لكونها تتميز بالقوة وسرعة الاستجابات الحركية وسرعة اتخاذ القرار وذلك لوجود المنافس بشكل قريب جداً وخاصة في مهارة التصويب التي تعد من اهم المهارات التي يمكن للفريق من خلالها تحقيق الفوز بالمباريات فهي تتطلب انجاز القوة بمقدار كبير وبأقصى سرعة

-السرعة الزاوية **Angular Velocity**: هي معدل التغيير الزاوي على الزمن (Northip: 1979, 36)

-مركز ثقل الجسم **Center of Gravity**: وهي نقطة يتمركز فيها وزن الجسم وتؤثر فيها قوة الجاذبية الارضية (ملا علو: 2005، 10).

-الجهاز المصنع (**Electro Sport**): هو عبارة عن جهاز مصنع يجمع بين العمل الهندسي والعمل الرياضي والذي يهدف الى قياس سرعة ودقة الكرة لحظة وصولها للهدف في مهارة التصويب من القفز عالياً في كرة اليد.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته طبيعة مشكلة وأهداف البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تكوّن مجتمع البحث من لاعبي كرة اليد المتقدمين في محافظة نينوى والذين يبلغ عددهم عشرون لاعباً وتم اختيار خمسة لاعبين منهم بالطريقة العمدية والذين يستخدمون الذراع اليمنى في التصويب، والجدول (1) يبين مواصفات العينة:

الجدول (1) يبين المعالم الاحصائية ومعامل الاختلاف لعينة البحث في متغيرات الطول والكتلة والعمر و العمر التدريبي

| ت | المتغير | وحدة | س | ع± | معامل الاختلاف |
|---|----------------|------|--------|------|----------------|
| 1 | الطول | سم | 179.60 | 5.68 | 3.16% |
| 2 | الكتلة | كغم | 72.20 | 5.44 | 7.53% |
| 3 | العمر | سنة | 29.20 | 2.30 | 7.82% |
| 4 | العمر التدريبي | سنة | 10.60 | 1.51 | 14.24% |

معامل الاختلاف اذا كان اقل من 30% تعد العينة متجانسة وغير متشعبة.

2-3 وسائل جمع المعلومات:

1-المصادر والمراجع العربية والاجنبية: تم الاعتماد على المصادر والمراجع في الحصول على الحقائق العلمية التي أسهمت برفد الرسالة في الكثير من المعلومات القيمة.

2-الاستبيان: أذ يعد الاستبيان احد الوسائل الشائعة الاستعمال من اجل الحصول على معلومات وحقائق تتعلق بموضوع معين (المغربي: 2002، 135).

3-القياس: لتحديد الطول والكتلة لعينة البحث.

4-الاختبار: هو مجموعة من المثيرات التي تعد لقياس قدرات أو صفات أو سلوكاً ما بطريقة كمية فهي من وسائل القياس

من التصويب البعيد بسرعة طيران الكرة لحظة وصولها الى الهدف باستخدام الجهاز المصنع (Electro Sport).

أهداف البحث: تكمن أهداف البحث في:

1-تصنيع جهاز (Electro Sport) لقياس سرعة الكرة لحظة وصولها الى الهدف.

2-تصميم اختبار لقياس سرعة الكرة لحظة وصولها الى الهدف عن طريق جهاز (Electro Sport).

3-التعرف على بعض المتغيرات البايوميكانيكية في التصويب البعيد من خارج منطقة الـ 9 متر.

4-التعرف على علاقة بعض المتغيرات البايوميكانيكية في اثناء التصويب من القفز بسرعة طيران الكرة لحظة وصولها الى الهدف.

فروض البحث: يفرض الباحثان ما يأتي:

1-قدرة جهاز (Electro sport) على قياس سرعة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد.

2-هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات البايوميكانيكية وسرعة طيران الكرة لحظة وصولها الى الهدف.

مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبي نادي الفتوة المتقدمين في كرة اليد.

المجال الزمني: من 2021/7/28 ولغاية 2021/9/9.

المجال المكاني: القاعة الرياضية في كلية التربية الأساسية.

تحديد المصطلحات:

-التحليل الميكانيكي **Mechanical Analysis**: هو أحد المرتكزات الأساسية لتقويم مستوى الأداء والتي من خلاله يمكننا مساعدة المدربين في معرفة مدى نجاح منهجهم التدريبي في تحقيق المستوى المطلوب إضافة الى تحديد مكانم الضعف في الأداء والعمل على تجاوزها لرفع مستوى اللاعبين (المرسى: 2017، 19).

-التصويب **Shooting**: أداء مهاري مركب توافقي يتصف بالقوة والسرعة ودقة رمي الكرة نحو الهدف (شتاين: 1974، 21).

-السرعة **Speed**: وهي حاصل قسمة المسافة التي تقطعها نقاط الجسم على الوحدة الزمنية وبحسب القانون الآتي:

$$\text{السرعة} = \frac{\text{المسافة}}{\text{الزمن}} \quad (\text{Dyson: 1986, 6})$$

المهندسون من ربط أجزاء الجهاز مع بعضها ومن ثم ربط الأجزاء الالكترونية بالمنهج الذي تم تصميمه خصيصاً للتحكم بالإيعازات التي تعطى لجهاز (Electro Sport)، إذ إن الجهاز يتكون من ثلاث مجالات في عمله وهي:

الجانب الميكانيكي: تم تصميم الإطار المعدني وتحديد القياسات الدقيقة لمكان تثبيت الليزر في الإطار المعدني عن طريق مهندس مختص في الهندسة الميكانيكية.

الجانب الكهربائي: قام المهندس الكهربائي بتصميم وحدة التحكم وربطها مع الليزر باستخدام الاسلاك مع اتمام كافة متعلقات العمليات الكهربائية لجهاز (Electro Sport).

الجانب البرمجي: تمكن المهندس المختص ببرمجيات الحاسوب من تصميم منهج يمكننا من التحكم وإعطاء الإيعازات لجهاز (Electro Sport) مع اتمام طريقة ربط وحدة تحكم الجهاز بالمنهج الذي يتم التحكم في الحاسوب المحمول.

2-5-2 الهدف من الجهاز: تم تصنيع الجهاز من أجل قياس سرعة التسديدة لحظة وصول الكرة في مكان وقوف حارس المرمى في كرة اليد.

2-5-3 وصف الجهاز: يتكون الجهاز من أربعة أجزاء رئيسية في عمله وهي:

2-5-3-1 وحدة التحكم:

تتكون وحدة التحكم من كارت بإبعاد (15سم) للطول و(12سم) للعرض، وتحتوي وحدة التحكم على:

1-لوح اردوينو (Arduino): وهو " لوح تطوير إلكتروني

يتكون من دائرة إلكترونية مفتوحة المصدر مع متحكم دقيق يُبرمج عن طريق الحاسوب، وهو مصمم لتسهيل استخدام الإلكترونيات التفاعلية في المشاريع متعددة التخصصات"، تمكن المهندس المختص من برمجة اللوح من أجل إعطاء الإيعازات الصحيحة للحساسات لكي تعطينا المعلومات التي نحتاجها على وفق الاهداف التي نريد تحقيقها من عمل الجهاز (www.wikipidia.com)

2-واي فاي لاسلكي (wifi wireless): تكون فكرة عمل

الواي فاي عن طريق بث اشارة (2.4 غيغا هيرتز) لكي يتمكن الباحثان من التقاط الشبكة من خلال الحاسوب المحمول وربط المنهج المصمم في الحاسوب مع وحدة

التي يستخدمها الباحث للكشف عن الفروق الفردية بين الافراد والجماعات (الكريزي: 2015، 17) إذ استخدم الباحثين الاختبار في التجربة الاستطلاعية والتجربة الاستطلاعية لتقييم أداء العينة في مهارة التصويب من القفز عالياً في كرة اليد.

5-الملاحظة العلمية التقنية: من خلال التصوير الرقمي بسرعة (240 صورة/ثا) بآلة تصوير من نوع (CASIO HIGH SPEED EXILIM EX-FH20)، وقد تم استخدام آلي تصوير. وأجري التصوير من الجهة الخلفية (Back View) ومن الجهة اليمنى (Right View) لتغطي كافة مراحل الحركة ومن أجل تحليل الحركة تحليل ثلاثي الابعاد.

6-التحليل التقني للصور: تم استخدام البرمجيات الخاصة لتحليل الفلم الرقمي للحصول على المتغيرات البايوكيميائية ثلاثية الابعاد الخاصة بالبحث.

7-الانترنت: من خلال البحث والاستفادة من المصادر العلمية والدراسات السابقة.

2-4 الأجهزة والادوات المستخدمة: من أجل الحصول على أفضل دقة للبيانات استخدم الباحثان الأجهزة والادوات الآتية: (جهاز مصنع (Electro Sport)، آلة تصوير رقمية عدد(2) نوع (CASIO HIGH SPEED EXILIM EX-FH20)، مصابيح انارة عالية القدرة، مقياس رسم بطول (1 متر)، شريط قياس متري، لابتوب عدد (2) من نوع (hp) و (medion)، كرة اليد القانونية عدد (8)، مرمى كرة يد خاص بالجهاز، ملعب كرة اليد القانوني).

2-5 مكونات الجهاز المصنع (Electro Sport):

2-5-1 ماهية الجهاز (Electro Sport): تم اختيار اسم الجهاز بناءً على فكرة عمل الجهاز الذي يمكن عن طريقه توظيف الفكرة الهندسية في العمل الرياضي، وكلمة (Electro) تشير الى العمل الهندسي والبرمجي للجهاز، اما كلمة (Sport) فهي تشير الى العمل الرياضي. يتكون الجهاز المصنع من المواد الالكترونية والكهربائية والبرمجية بالإضافة الى الإطار المعدني من معدن الحديد الذي تثبت عليه (الليزر)، وعن طريق الاعتماد على الهندسة الكهربائية تمكن

2-5-3-4 برنامج جهاز (Electro Sport): وهو

عبارة عن برنامج هندسي تم تصميمه من قبل مهندس البرمجيات المختص عن طريق برنامج ال (Matlab)، ويمكننا عن طريق المنهج:

- 1-تحديد عدد الضربات التي تعطى للاعب في زوايا للهدف.
- 2-تحديد الزاوية التي نريد ان يقوم اللاعب بالتهديف باتجاهه.
- 3-تحديد الفترة الزمنية بين ضربة وأخرى.
- 4-يقدم لنا المعلومات عن مدى نجاح أو فشل عملية التصويب.
- 5-إذا كانت عملية التهديف ناجحة سوف يظهر لنا المتجه (سرعة التسديدة، دقة التسديدة).

6-بعد اتمام الاختبار سوف يحفظ المنهج نتائج عمليات تصويب اللاعب ويمكننا بعد ذلك حفظها داخل ملف (Excel).

2-5-4 طريقة عمل الجهاز: تبدأ طريقة عمل

جهاز (Electro Sport) عندما يقوم الباحثين بتشغيل مجهز الطاقة الكهربائية (power bank) لكي يُجهز وحدة التحكم والواي فاي والحساسات الليزرية بالطاقة الكهربائية، بعد ذلك يقوم بتشغيل الحاسوب المحمول ويقوم بتشغيل منهج (Electro Sport)، ثم يقوم بربط المنهج مع وحدة التحكم من خلال الواي فاي، بعد ذلك يتم التأكد من أن جميع الحساسات جاهزة للاختبار عند طريق الضغط على (فحص المستلمات).

بعد التأكد من جاهزية الحساسات يقوم الباحثان باختيار المربعات التي يقوم اللاعب بالتسديد باتجاهه وتحديد زمن التسديدات والفرق بين زمن تسديدة وأخرى عن طريق المنهج ومن ثم يتم الضغط على اختيار (Start) لبدأ الاختبار، سوف يبدأ الاختبار عن طريق اعطاء اشارة صوتية من الجهاز مع الاشارة الضوئية التي تومض والتي تحدد الزاوية التي يقوم اللاعب بالتسديد باتجاهه وإذا كانت التسديدة فاشلة أو بالمربع الخطأ سوف يعطينا الجهاز النتيجة في خانة (حالة التسديدة) أما إذا كانت التسديدة ناجحة فسوف يقوم المنهج بتسجيل الاحصائيات الخاصة بالتسديدة في خانات (سرعة التسديدة)، بعد اتمام الاختبار نقوم بكتابة أسم اللاعب في خانة (أسم اللاعب) ثم نضغط على اختيار (حفظ الاختبار) سوف يتم حفظ النتائج في ملف (Excel) لغرض الاطلاع عليها ومعرفة نتائج اللاعب.

التحكم لكي يتم ايصال الابعازات القادمة من المنهج الى لوح الاردوينو.

3-مجهز الطاقة المحمول (power bank): يتم عن طريق مجهز الطاقة بتجهيز الطاقة الكهربائية اللازمة لتشغيل لوح الاردوينو والواي فاي اللاسلكي.

4-الأسلاك: وهي عبارة عن أسلاك تربط بين لوح الاردوينو وبين الليزرات المثبتة في الإطار المعدني، وظيفتها نقل الابعازات من والى الليزرات .

2-3-5-2 الحساسات الليزرية: تم استخدام نوعين من الحساسات وهي:

1-الحساس المرسل للأشعة (Laser Sensor Module):

هو أداة استشعار، يعمل على كشف الحالة المحيطة الفيزيائية حيث يقوم بتحويل الإشارات الساقطة عليه إلى نبضات كهربائية يمكن قياسها أو عدّها بواسطة جهاز، بهذا يمكن لنا معرفة شدة المؤثر، يمكن ربطه بأجهزة الحاسوب وعن طريق البرمجة يمكن تكوين صورة عن توزع القياسات (www.wikipidia.com)

2-مستشعر المقاومة الضوئي (Light Dependent

Resistor): ويرمز لها اختصاراً (LDR) وهي مقاومة كهربائية حساسة للضوء، تقل مقاومتها عند شدة سطوع الضوء عليها، ويسبب هذه الخاصية يستفيد منها الفنيون وواضعوا الدوائر الكهربائية وتستخدم تلك الخاصية لأداء أعمال كثيرة، تستغل خاصية تأثر المقاومة بالضوء فهناك دوائر إنذار بالضوء وأيضاً إنذار بالظلام (www.wikipidia.com)

2-3-5-3 الإطار: يتكون الإطار من معدن الحديد وهو

عبارة عن إطارين متصلين مع بعضهم البعض يثبت في كل إطار (8) حساسات ليزرية مرسله و (8) حساسات ليزرية مستقبله مع تثبيت في الإطار الامامي إشارات ضوئية في الزوايا الاربعة والتي يكون عملها من خلال إعطاء اشارة للاعب عن ماهية الزاوية التي سوف يقوم بالتصويب عليها، وقد تم تصميمه بدقة عالية لتحديد اماكن الحساسات وابعاد الإطار وتم ذلك عن طريق مهندس الميكانيك.

تُعطى من الحساسات الليزرية المثبتة في الجهاز والتي يتم عرضها في منهج الجهاز المصنع (Electro Sport).

2-7-1 لمعاملات العلمية لجهاز (Electro Sport):

2-7-1 صدق الجهاز: يعد الصدق أحد أهم معايير جودة الاختبار ويعرف بأنه "مدى صلاحية الاختبار أو المقياس في قياس ما وضع من أجله" (فرحات: 2001، 112)، وقد أختار الباحثان الصدق الظاهري للتأكد من صلاحية الجهاز في قياس سرعة تسديد الكرة، ويستخدم الصدق الظاهري للإشارة إلى أي مدى ما يبدو الاختبار يقيسه إذ يتضمن الاختبار فقرات يبدو أنها على صلة بالمتغير الذي يقاس وأن مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه (الفرطوسي وأخران: 2015، 200)، ولغرض التأكد من أن الجهاز صادق في قياس سرعة تسديد الكرة قام الباحثان بتصميم استبيان وتم عرضه على مجموعة من الخبراء، وقد اتفقوا بنسبة (100%) على أن الجهاز صادق من نتائجه ويصلح استخدامه.

2-7-2 ثبات الجهاز: يمثل الثبات العامل الثاني في الأهمية بعد الصدق في عملية بناء الاختبارات وتحليلها ويشير ثبات الاختبار إلى مدى الدقة أو الاتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع لقياسها (ملحم: 2010، 327)، وللتحقق من ثبات الجهاز أي أن الجهاز فعلاً يقيس المتغير نفسه، تم استخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه "وهي إحدى الطرائق المستخدمة في حساب معامل ثبات (الاستقرار) الاختبار، تقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق الاختبار نفسه على الأفراد أنفسهم مرتين متتاليتين تفصلهما مدة لا تقل عن (7) أيام، لذا قام الباحثان بتطبيق الاختبار نفسه على عينة تصميم الاختبار الذي يتكون من (5) لاعبين (وهم جزء من مجتمع البحث) مرتين متتاليتين بفارق زمني مدته (12) يوماً إذ تم تطبيق الاختبار الأول بتاريخ 2021/7/28 وتم تطبيق الاختبار الثاني بتاريخ 2021/8/9 وبدل الارتباط بين درجات الاختبار الأول ودرجات الاختبار الثاني على معامل ثبات الاختبار، فالاختبار الثابت هو الذي يعطي النتائج نفسها تقريباً إذا ما أعيد على الأفراد أنفسهم في الشروط والظروف نفسها في فترة لا تسمح بالتعلم أو التذكر (أبو حويج وأخران: 2002،

2-6-6 مواصفات الاختبار:

2-6-6-1 أسم الاختبار: سرعة التصويب البعيد من القفز عالياً من منطقة الـ (9 أمتار) في كرة اليد باستخدام جهاز (Electro Sport) المصنع.

2-6-6-2 الغرض من الاختبار: التعرف على سرعة طيران الكرة لحظة وصولها للهدف باستخدام جهاز (Electro Sport) المصنع.

2-6-3 مواصفات الأداء:

1- يقف اللاعب خلف منطقة الـ (9 أمتار) حاملاً للكرة بوضع الاستعداد.

2- عندما تنطلق الإشارة الصوتية من الجهاز ويبدأ العد التنازلي لبدأ الاختبار يجب أن يكون اللاعب في غاية التركيز لمعرفة أي من الإشارات الضوئية التي سوف تومض من أحد الزوايا الأربع للهدف لكي يبدأ بالتصويب باتجاهه.

3- يقوم اللاعب بالتصويب على الزاوية المحددة وبعد ذلك يعود لكي يستعد للتصويب الثانية وبجانبه أحد الفريق المساعد لإعطائه الكرات وبهذه الطريقة يستمر أداء الاختبار لحين انتهاء عدد التصويبات.

2-6-4 الأدوات المستخدمة: (جهاز Electro Sport)

المصنع، حاسوب محمول نوع (Medion)، ملعب كرة يد قانوني، مرمى كرة يد خاص بالجهاز، كرة يد عدد (8)، شريط قياس متري).

2-6-5 تعليمات الاختبار:

1- يعطى لكل لاعب (8) تصويبات نحو الهدف.
2- يكون اختيار التصويبات الثمانية بطريقة عشوائية نحو الزوايا الأربع للهدف.

3- يكون الزمن بين تسديدة وأخرى هو (7 ثانية).
4- يجب أن لا يتجاوز اللاعب منطقة الـ (9 أمتار) عند التصويب على الزاوية المحددة.

2-6-6 التسجيل (درجة الاختبار):

2-6-6-1 طريقة تسجيل سرعة تسديد الكرة: يتم احتساب سرعة تسديد الكرة من خلال البيانات الرقمية التي

2-8-2-1 المرمى: تم وضع المرمى في المكان المخصص على خط المرمى، بعد ذلك تم تثبيت الإطار الحديدي بإحكام على المرمى لتجنب اهتزازه اثناء قيام اللاعبين بعملية التصويب.

2-8-2-2 وحدة التحكم: قام الباحثان بتشغيل جهاز الطاقة الكهربائية ليم تجهيز لوح الاربوينو والواي فاي بالطاقة الكهربائية لكي تصل الطاقة الكهربائية الى الحساسات الليزرية المثبتة في الإطار الحديدي.

2-8-2-3 منهج (Electro Sport): تم تشغيل الحاسوب المحمول من قبل الباحثين وفتح منهج (Electro Sport) ومن ثم ربطه مع وحدة التحكم عن طريق الواي فاي، بعد ذلك تم التأكد من فحص المستلمات وان جميع الحساسات تعمل والتأكد ان الجهاز جاهز للقيام بالاختبار.

2-8-2-4 الملاحظة العلمية التقنية: تم استخدام آلي تصوير من نوع (CASIO HIGH SPEED Exilim EX-FH20) والتي تمتاز بسرعة تصوير (240 صورة/ثانية)، إذ تم تثبيت آلي التصوير من الجانب الايمن ومن الخلف، إذ كان البعد بين بؤرة العدسة وموقع اللاعب (6 متر) وكان ارتفاع الكاميرا عن سطح الارض (1.5 متر). ولأجل التزامن بين آلي التصوير المستخدمين في عملية التحليل الثلاثي الأبعاد الاعتماد على عملية التوحيد في بداية الخطوة القبل الاخيرة من مرحلة النهوض وجعلها صورة رقم (1) وكذلك في آلة التصوير الثانية في الوضع نفسه واعتماده ايضا صورة رقم (1) لأن الصور من آلي التصوير ليست متطابقة في رقم الصور بسبب التشغيل غير الموحد لآلي التصوير (تشغيل يدوي). ومن اجل الحصول على بيانات (X,Y,Z) لأجزاء جسم اللاعب تم اعتماد آلة التصوير رقم (1) الجانبية كونها الآلة التي يتم من اتجاهها التحليل ثلاثي الابعاد (آلة تصوير رئيسية) فمن آلة التصوير رقم (1) نحصل على احداثيات ال (X,Y) في حين نحصل على الاحداثي ال (Z) من آلة التصوير رقم (2) الامامية وذلك بتحويل قيم ال (X) من آلة تصوير رقم (2) الى قيم البعد الثالث ال (Z) لآلة التصوير رقم (1) وذلك لان آلة التصوير رقم (1) لا تسمح لنا برؤية الاحداثي (Z)، من هنا يكون اتجاه المحاور

(139)، وقد استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط ووصل الى ما يأتي:

الجدول (2) يبين معاملات الثبات للاختبارات

| ت | الاختبار | وحدة القياس | معامل الثبات | المعنوية |
|---|---------------|-------------|--------------|----------|
| 1 | سرعة التسديدة | م.ث | 0.971 | 0.006 |

من خلال النتائج يتبين لنا أن الجهاز ثابت علمياً لقياس الاختبارات التي وضع من أجلها.

2-8-2 اجراءات التجربة الميدانية:

2-8-2-1 التجربة الاستطلاعية: أن التجربة الاستطلاعية هي عبارة عن تجربة أولية يقوم بها الباحثين مع مجموعة من أفراد مجتمع البحث ليتعرف من خلالها على الصعوبات التي قد تواجهه في التجربة الرئيسية لغرض تفاديها وأخذ الاحتياطات اللازمة. وقد أجريت التجربة الاستطلاعية لمعرفة طريقة عمل الجهاز والتأكد من دقة المعلومات المستخرجة منه، تم تطبيق التجربة الاستطلاعية الأولى في يوم الاربعاء بتاريخ 2021/7/28 وذلك في الساعة العاشرة صباحاً في قاعة كلية التربية الاساسية المغلقة، وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم الأثنين بتاريخ 2021/8/9 في العاشرة صباحاً في قاعة كلية التربية الاساسية المغلقة، بوجود أفراد من مجتمع البحث والفرق المساعد، وتم التأكد من النقاط الآتية:

- 1-التأكد من صلاحية عمل كل وحدات الجهاز.
- 2-التأكد من ان اضاءة القاعة مناسبة من أجل عملية التصوير الرقمية.
- 3-التأكد من جاهزية آلات التصوير في أثناء عملية التصوير.
- 4-تحديد بُعد آلي التصوير الرقمية وارتفاعها.
- 5-تعريف فريق العمل المساعد على المهام المطلوبة منهم أثناء القيام بالتجربة.
- 6-الحصول على بيانات سرعة التسديدة وعلى دقة التسديدة لغرض ثبات عمل الجهاز.
- 7-التأكد من دقة عمل منهج جهاز (Electro Sport) على الحاسوب المحمول.

2-8-2 التجربة الرئيسية: تم إجراء التجربة الرئيسية في يوم الخميس بتاريخ 2021/9/9 في قاعة كلية التربية الاساسية المغلقة في تمام الساعة العاشرة، وقد تمت الاجراءات كما يلي:

4-تحويل وصلة الفلم المقتطع إلى Frames (صور): وذلك باستخدام منهج (Adobe premiere) والذي يمكن من خلاله تقطيع الحركة إلى صور منفردة متسلسلة (Frames).

5-عرض الصور لغرض تحديد بداية المرحلة ونهايتها: بعد أن تم تقطيع الفلم إلى صور تم عرضاً لغرض تحديد بداية ونهاية كل مرحلة من مراحل الأداء لكل لاعب على حدا وقد تم ذلك باستخدام منهج (Acdsee Photo Manager) (12).

6-استخراج البيانات: قام الباحثان باستخراج البيانات الخام (المقاسة) والبيانات المحسوبة وذلك كما يأتي: استخراج البيانات الخام المقاسة: قام الباحثان باستخراج البيانات الخام لكل من (الأبعاد والمسافات والزوايا) لكل صورة بمفردها وذلك باستخدام برنامج (AutoCAD2021) والذي هو عبارة عن برنامج عالمي يستخدم في التطبيقات الهندسية وقد استفاد الباحثان منه في هذا الغرض.

7-استخراج البيانات المحسوبة: قام الباحثان باستخراج البيانات المحسوبة وذلك من خلال الاستفادة من البيانات الخام المقاسة وادخالها الى بعض المعادلات التي تم إدخالها في منهج (Excel 2010) والذي هو احد برامج (Microsoft Office) واستفاد الباحثان منه في معالجة البيانات الخام حسابياً.

10-2 الوسائل الاحصائية: النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، وتم استخدام الحقيبة الاحصائية وبرنامج المعالج الاحصائي (Spss) (20).

الثلاثة (X,Y,Z) كما موضح في الشكل رقم (5) وعلية تصبح الابعاد الثلاثة كما يأتي:

1-المحور (X) يتحرك فيه اللاعب منجها الى الأمام او الخلف وتكون الحركة داخل المسطح الجانبي.

2-المحور (Y): تحرك فيه اللاعب الى الأعلى أو اسفل وتكون الحركة داخل المسطح العرضي.

3-البعد (Z): يتحرك فيه اللاعب منحرفاً للجهة اليمنى او اليسرى وتكون الحركة داخل المسطح الامامي.

2-8-2-5 بدء التجربة: تمت عملية اختبار عينة البحث

وفقاً للاختبار الذي تم الاتفاق عليه وهو عن طريق إعطاء كل لاعب ثمانية محاولات للتهديف على الزوايا التي يحددها الباحثان في منهج (Electro Sport) لخمسة لاعبين من منطقة الـ (9 امتار)، تم بدء الاختبار عن طريق الابعاز الصوتي الذي يعطى من المنهج مع الإشارة الضوئية الموجودة في الإطار الحديدي أمام المرمى إذ يقوم اللاعب بالتصويب على الزاوية المحددة، وتمت عملية تصوير اللاعبين بالتصوير (الجانبي والخلفية) من قبل المشرف والفريق المساعد لأجل الحصول على تصوير ثلاثي الابعاد، وقد تم الاختبار بنجاح وخرن نتائج عمليات التصوير في الحاسوب المحمول مع اتمام عملية التصوير ثلاثي الابعاد لكل لاعب.

2-9 التحليل البايوميكانيكي للحركة: تمر عملية التحليل

البايوميكانيكي بعدة مراحل وهي:

1-تصوير الحركة: تم تصوير عينة البحث في أثناء أدائهم لمهارة التصويب من القفز عالياً من خط الـ (9 امتار) باستخدام التي التصوير.

2-تحويل الفلم الرقمي إلى جهاز الحاسوب: تم تحويل الفلم إلى جهاز الحاسوب من(Memory Card Reader) الخاصة بألة التصوير نوع (Casio High Speed Exilim Ex-Fh20t) من اجل بدء عملية التحليل.

3-تقطيع أداء اللاعبين من الافلام المصورة: تم التقطيع من الافلام فقط لمراحل الأداء التي سوف يتم عن طريقها استخراج المتغيرات البايوميكانيكية وتم ذلك عن طريق منهج (Bandi cut).

| | | | | | | | |
|------|------|--|-------|--------|----------|---------|--|
| 0.10 | 0.81 | | 0.34 | 2.99 | م/ثا | X,Z | سرعة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين |
| 0.14 | 0.75 | | 0.34 | 3.02 | م/ثا | X,Y,Z | سرعة الأثرية محصلة ثلاثية البعد |
| 0.76 | 0.19 | | 0.05 | 0.49 | م | Path | المسار لمركز ثقل الجسم |
| 0.13 | 0.76 | | 0.46 | 4.29 | م/ثا | Path | سرعة Path |
| 0.56 | 0.36 | | 31.72 | 321.77 | كجم/م.ثا | (م.ث.ج) | الزخم الخطي لمسار (م.ث.ج) في مرحلة الرمي |

من خلال الجدول (3) يتبين ما يلي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة تسديد الكرة، عدا متغير ارتفاع م.ث.ج عن الارض نهاية الامتصاص، إذ كانت قيمة R المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية والتي تتراوح بين (-0.08 - 0.80) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكدته درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (0.10 - 0.85) وهم اكبر من (0.05).

وجود ارتباط معنوي في متغير ارتفاع (م.ث.ج) عن الارض نهاية الامتصاص، إذ كانت قيمة R المحسوبة (0.9 - 0) عند درجة حرية (3) ومستوى دلالة $\geq (0.05)$ وهذا ما تؤكدته درجة المعنوية (Sig) اذا كانت (0.04) وهي اصغر من (0.05)، من خلال عرض النتائج يتبين ان هناك ارتباط معنوي بين ارتفاع مركز ثقل الجسم عن الارض نهاية مرحلة الامتصاص وسرعة تسديد الكرة، وهذا امر طبيعي لان اللاعب في مرحلة الامتصاص يقوم أداء عملية ثني مفصلي الركبة والكاحل والذي أدى الى انخفاض مركز ثقل الجسم لكي يتنسى له دفع الارض والارتقاء الى الاعلى عن طريق فتح زاويتي الركبة والكاحل وهذا ما أكدته (باور زفيلد وشورتر، 1987) " إذ أن المد في الرجل الناهضة سوف يؤدي إلى زيادة الزخم الذي ينتقل إلى الجسم ليقوده باتجاه الحركة، أما الثني الزائد لرجل الارتكاز سوف يؤدي إلى تقليل الزخم " (باور زفيلد، شورتر: 428-429).

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج مرحلة الخطوة قبل الاخيرة والخطوة

الاخيرة وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (2) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة الخطوة قبل الاخيرة والخطوة الاخيرة وارتباطها بسرعة تسديد الكرة

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | المتغيرات | | سرعة التسديدة | | R | Sig (P) |
|---|-------------------------|-------------|-----------|------|---------------|-------|------|---------|
| | | | ع+ | س | ع+ | س | | |
| 1 | طول الخطوة قبل الأخيرة | م | 0.33 | 1.35 | 7.69 | 15.20 | 0.54 | 0.37 |
| 2 | زمن الخطوة قبل الاخيرة | ثا | 0.07 | 0.40 | | | 0.23 | 0.65- |
| 3 | سرعة الخطوة قبل الأخيرة | م/ثا | 1.00 | 3.43 | | | 0.20 | 0.69 |
| 4 | طول الخطوة الأخيرة | م | 0.17 | 1.10 | | | 0.29 | 0.60- |
| 5 | زمن الخطوة الاخيرة | ثا | 0.09 | 0.20 | | | 0.96 | 0.03- |
| 6 | سرعة الخطوة الأخيرة | م/ثا | 1.90 | 6.13 | | | 0.66 | 0.27- |

من خلال الجدول (2) يتبين ما يأتي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة تسديد الكرة، إذ كانت قيمة R المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية تتراوح بين (-0.65 - 0.69) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكدته درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (0.20 - 0.96) وهم اكبر من (0.05).

3-2 عرض نتائج مرحلة الاصطدام والامتصاص

وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (3) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة الاصطدام والامتصاص وارتباطها بسرعة تسديد الكرة

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | المتغيرات | | سرعة التسديدة | | R | Sig (P) |
|----|---|-------------|-----------|--------|---------------|-------|------|---------|
| | | | ع+ | س | ع+ | س | | |
| 1 | زمن الاصطدام والامتصاص | ثا | 0.02 | 0.12 | 7.69 | 15.20 | 0.60 | 0.32 |
| 2 | ارتفاع م.ث.ج عن الارض بداية الاصطدام | م | 0.11 | 0.93 | | | 0.11 | 0.80 |
| 3 | ارتفاع م.ث.ج عن الارض نهاية الامتصاص | م | 0.11 | 0.96 | | | 0.04 | 0.90 |
| 4 | زاوية الارتكاز | د | 8.69 | 66.37 | | | 0.10 | 0.80 |
| 5 | القوى ثني لزاوية مفصل الركبة | د | 22.57 | 135.73 | | | 0.71 | 0.23 |
| 6 | أثرية أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | م | 0.05 | 0.32 | | | 0.85 | 0.11 |
| 7 | أثرية عمودية باتجاه المحور Y | م | 0.02 | 0.05 | | | 0.37 | 0.52 |
| 8 | أثرية أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | م | 0.08 | 0.11 | | | 0.32 | 0.57 |
| 9 | أثرية محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | م | 0.04 | 0.32 | | | 0.80 | 0.16 |
| 10 | أثرية محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | م | 0.06 | 0.13 | | | 0.39 | 0.50 |
| 11 | أثرية محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z | م | 0.04 | 0.34 | | | 0.68 | 0.25 |
| 12 | أثرية محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | م | 0.04 | 0.35 | | | 0.74 | 0.21 |
| 13 | سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | م/ثا | 0.35 | 2.76 | | | 0.55 | 0.36 |
| 14 | سرعة عمودية باتجاه المحور Y | م/ثا | 0.21 | 0.42 | | | 0.50 | 0.40 |
| 15 | سرعة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | م/ثا | 0.75 | 0.93 | | | 0.25 | 0.64 |
| 16 | سرعة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | م/ثا | 0.35 | 2.80 | | | 0.62 | 0.30 |
| 17 | سرعة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | م/ثا | 0.60 | 1.11 | | | 0.30 | 0.59 |

مفاصل الرجل الناهضة والورك والجذع للأعلى لكي يحقق أفضل قوة دفع وهذا ما اكده محمود (1988) " يقترب اللاعب تجاه المرمى ويقوم بالارتقاء بالقدم اليسرى (اللاعب الذي يستخدم اليد اليمنى) من سطح الأرض بينما تكون الرجل اليمنى مثنية أمام الجسم وللخارج قليلاً متخذة شكل زاوية قائمة من مفصل الركبة (الفخذ .. الساق) في حين يكون مركز ثقل الجسم عمودياً على قدم الارتقاء مع ميل الجذع قليلاً للأمام والتي تصبح على كامل امتدادها لحظة فقد تأثير الاتصال بفعل عمل العضلات المادة لكل من مفصل القدم والركبة والفخذ مع امتداد العمود الفقري ومرجحة الذراعين للأعلى مما يساعد اللاعب على الدفع الرأسي بقدم الارتقاء والوثب عالياً لأقصى ارتفاع " (محمود: 1988، 293-294).

3-4 عرض نتائج مرحلة النهوض وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (5) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة الدفع وارتباطها بسرعة تسديد الكرة

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | سرعة التسديدة | | R | Sig (p) |
|----|--|-------------|---------------|--------|------|---------|
| | | | ع+ | س | | |
| 1 | زمن مرحلة النهوض | ثا | 0.05 | 0.24 | - | 0.39 |
| 2 | أزاحة عمودية باتجاه المحور Y | م | 0.07 | 0.27 | - | 0.10 |
| 3 | سرعة عمودية باتجاه المحور Y | م/ثا | 0.24 | 1.10 | - | 0.22 |
| 4 | محصولة ثلاثية البعد X,Y,Z | م | 0.12 | 1.02 | - | 0.54 |
| 5 | سرعة الأزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | م/ثا | 0.46 | 4.27 | 0.57 | 0.32 |
| 6 | الفرق الزاوي للنهوض | د | 7.91 | 29.92 | 0.85 | 0.07 |
| 7 | السرعة الزاوية للنهوض | م/ثا | 50.36 | 128.61 | 0.92 | 0.03 |
| 8 | السرعة المحيطية للنهوض | م/ثا | 89.45 | 353.23 | 0.83 | 0.08 |
| 9 | المسار Path | م | 0.15 | 1.06 | - | 0.56 |
| 10 | سرعة Path | م/ثا | 0.39 | 4.43 | 0.61 | 0.28 |
| 11 | الزخم الخطي لمسار مركز ثقل الجسم في مرحلة النهوض | كجم.م/ثا | 30.75 | 332.42 | 0.08 | 0.90 |

من خلال الجدول (5) يتبين ما يلي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة تسديد الكرة، عدا متغير السرعة الزاوية للنهوض، إذ كانت قيمة R المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية والتي تتراوح بين (-0.81-0.85) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكد درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (0.07-0.90) وهم اكبر من (0.05).

3-3 عرض نتائج مرحلة الدفع وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (4) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة الدفع وارتباطها بسرعة تسديد الكرة

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | سرعة التسديدة | | R | Sig (p) |
|----|---|-------------|---------------|--------|------|---------|
| | | | ع+ | س | | |
| 1 | زمن مرحلة الدفع | ثا | 0.03 | 0.13 | - | 0.28 |
| 2 | ارتفاع م.ث.ج عن الارض نهاية الدفع (ترك الأرض) | م | 0.16 | 1.19 | 0.90 | 0.04 |
| 3 | زاوية الترك | د | 2.33 | 83.71 | 0.10 | 0.88 |
| 4 | أزاحة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | م | 0.05 | 0.29 | - | 0.11 |
| 5 | أزاحة عمودية باتجاه المحور Y | م | 0.08 | 0.23 | - | 0.26 |
| 6 | أزاحة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | م | 0.11 | 0.10 | 0.45 | 0.45 |
| 7 | أزاحة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | م | 0.08 | 0.38 | - | 0.13 |
| 8 | أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | م | 0.10 | 0.27 | - | 0.73 |
| 9 | أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z | م | 0.05 | 0.33 | 0.43 | 0.47 |
| 10 | أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | م | 0.08 | 0.40 | 0.52 | 0.36 |
| 11 | سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | م/ثا | 0.33 | 2.36 | 0.03 | 0.96 |
| 12 | سرعة عمودية باتجاه المحور Y | م/ثا | 0.34 | 1.77 | 0.62 | 0.27 |
| 13 | سرعة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | م/ثا | 0.92 | 0.87 | 0.60 | 0.28 |
| 14 | سرعة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | م/ثا | 0.16 | 2.98 | 0.55 | 0.34 |
| 15 | سرعة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | م/ثا | 0.59 | 2.09 | 0.13 | 0.84 |
| 16 | سرعة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z | م/ثا | 0.36 | 2.65 | 0.58 | 0.30 |
| 17 | سرعة الأزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | م/ثا | 0.31 | 3.20 | 0.25 | 0.68 |
| 18 | المسار Path | م | 0.12 | 0.57 | 0.52 | 0.37 |
| 19 | سرعة Path | م/ثا | 0.44 | 4.54 | 0.24 | 0.70 |
| 20 | الزخم الخطي لمسار مركز ثقل الجسم في مرحلة الرمي | كجم.م/ثا | 38.61 | 340.91 | 0.19 | 0.76 |

من خلال الجدول (4) يتبين ما يلي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة التسديدة، عدا متغير ارتفاع م.ث.ج عن الارض نهاية الامتصاص، إذ كانت قيمة r المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية والتي تتراوح بين (-0.79-0.60) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكد درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (0.11-0.88) وهم اكبر من (0.05).

وجود ارتباط معنوي ارتفاع م.ث.ج عن الارض نهاية الدفع (ترك الأرض)، إذ كانت قيمة R المحسوبة (-0.90) ومستوى دلالة $(0.05) \geq$ وهذا ما تؤكد درجة المعنوية (Sig) إذا كانت (0.04) وهي اصغر من (0.05)، من خلال عرض النتائج يتبين أن هناك ارتباط معنوي بين متغير ارتفاع مركز ثقل الجسم وسرعة تسديد الكرة، في اثناء مرحلة الدفع يقوم اللاعب بمد

3-5 عرض نتائج مرحلة الطيران وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (6) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة الطيران وارتباطها بسرعة تسديد الكرة.

| Sig (p) | R | سرعة التسديد | | المتغيرات | | وحدة القياس | المتغيرات | ت |
|---------|------|--------------|------|-----------|--------|-------------|---|----|
| | | ع+ | س | ع+ | س | | | |
| 0.90 | 0.08 | 7.69 | 15.2 | 0.04 | 0.13 | ثا | زمن مرحلة الطيران | 1 |
| 0.70 | 0.24 | | | 0.08 | 0.32 | م | أزاحة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | 2 |
| 0.75 | 0.20 | | | 0.07 | 0.13 | م | أزاحة عمودية باتجاه المحور Y | 3 |
| 0.39 | 0.50 | | | 0.12 | 0.08 | م | أزاحة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | 4 |
| 0.69 | 0.24 | | | 0.10 | 0.35 | م | أزاحة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | 5 |
| 0.58 | 0.34 | | | 0.13 | 0.17 | م | أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | 6 |
| 0.62 | 0.30 | | | 0.11 | 0.34 | م | أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z | 7 |
| 0.64 | 0.29 | | | 0.13 | 0.36 | م | أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | 8 |
| 0.56 | 0.35 | | | 0.34 | 2.43 | م/ثا | سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X | 9 |
| 0.68 | 0.26 | | | 0.24 | 0.99 | م/ثا | سرعة عمودية باتجاه المحور Y | 10 |
| 0.18 | 0.71 | | | 0.64 | 0.51 | م/ثا | سرعة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z | 11 |
| 0.40 | 0.49 | | | 0.28 | 2.64 | م/ثا | سرعة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y | 12 |
| 0.32 | 0.57 | | | 0.47 | 1.20 | م/ثا | سرعة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y | 13 |
| 0.21 | 0.68 | | | 0.32 | 2.55 | م/ثا | سرعة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z | 14 |
| 0.15 | 0.74 | | | 0.31 | 2.75 | م/ثا | سرعة الأزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z | 15 |
| 0.64 | 0.28 | | | 0.18 | 0.52 | م | المسار Path | 16 |
| 0.15 | 0.75 | | | 0.43 | 3.89 | م/ثا | سرعة Path | 17 |
| 0.45 | 0.45 | | | 157.24 | 169.64 | كغم/م/ثا | الزخم الخطي لمسار مركز ثقل الجسم في مرحلة الطيران | 18 |

من خلال الجدول (6) يتبين ما يلي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة تسديد الكرة، إذ كانت قيمة R المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية تتراوح بين (0.08-0.75) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكد درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (-0.90-0.15) وهم اكبر من (0.05).

وجود ارتباط معنوي في متغير السرعة الزاوية للنهوض، إذ كانت قيمة R المحسوبة (0.92) ومستوى دلالة $\geq (0.05)$ وهذا ما تؤكد درجة المعنوية (Sig) اذا كانت (0.03) وهي اصغر من (0.05)، من خلال عرض النتائج يتبين ان هناك ارتباط معنوي بين متغير السرعة الزاوية للنهوض وسرعة تسديد الكرة، وذلك لأنه في أثناء عملية النهوض يقوم اللاعب بقطع زاوية النهوض بأقل وقت ممكن (السرعة الزاوية للنهوض) لان اللاعب يحاول عدم فقدان سرعة الجري في النهوض والتي تؤدي الى نقل سرعة الجسم الى الكرة عن طريق النقل الحركي، إذ يذكر (حسين واخرون، 1991) كما أن المد في رجل الارتكاز يعمل على تقليل التناقص في قيم السرعة الأفقية المكتسبة من الخطوات التقريبية (حسين واخرون: 1991، 143)، لذا على اللاعب أن لا ينتظر مدة طويلة بل عليه أن يقوم بحركة خاطفة وسريعة إلى الأسفل والخلف لرجل الارتكاز حتى لا يفقد جزء كبير من سرعته الأفقية (الهاشمي: 1981، 26)، كما أكد على ذلك (sibila, 2003) وهي المرحلة الأخيرة ما بين بدء نهاية الانفصال بالأرض وقدم النهوض في الخطوة الأخيرة من الركضة التقريبية وفي هذه المرحلة يحدث انخفاض في السرعة الافقية وزيادة السرعة العمودية بشكل أني (sibila, 2003).

2-يؤثر ارتفاع مركز ثقل الجسم في نهاية مرحلة الامتصاص تأثيراً إيجابياً على سرعة التسديدة.

3-يؤثر ارتفاع مركز ثقل الجسم في نهاية مرحلة الدفع تأثيراً إيجابياً على سرعة التسديدة.

4-كان للسرعة الزاوية في مرحلة النهوض تأثيراً إيجابياً على سرعة التسديدة.

5-أقرب زمن خروج الكرة وسرعتها اللحظية (3D) من المعنوية كثيراً.

6-أن طول الخطوة قبل الأخيرة تأثير إيجابي على دقة الأداء.

7-أن الانحراف الجانبي باتجاه محور (Z) بعيداً عن الذراع الحاملة للكرة في مرحلتها الامتصاص والدفع أعطت فرصة كبيرة للاعب في تحقيق أكبر دقة في الأداء.

8-أن للسرعة الجانبية والعمودية تأثيراً واضحاً على الدقة في مرحلتها الامتصاص والدفع.

9-في أثناء الطيران كان للسرعة العمودية باتجاه محور (Y) أثراً بالغاً على الدقة.

10-أن الارتفاع عالياً والانحراف بالاتجاه المغاير لمسار الكرة أدى إلى إعطاء فرصة للاعب لتحقيق دقة عالية في الأداء.

11-من خلال نتائج البحث تبين أن أفراد عينة البحث تراوحت في قيمة الارتباط التي كانت تقترب من المعنوية تارة وتبتعد من المعنوية تارة أخرى لباقي متغيرات الدراسة.

وعلى ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان، يوصى الباحثان بما يأتي:

1-أن جهاز (Electro Sport) المصنع مفيد جداً في قياس سرعة وصول الكرة إلى حارس المرمى لذلك نوصي بالاستفادة منه من قبل المدربين عند تقديم اللاعبين وانتقائهم.

2-ضرورة استخدام جهاز (Electro Sport) على عينات الناشئين لانتقاء اللاعبين بالإضافة لأهميته في تعديل التطور التدريبي لمستوى أداء اللاعبين وتحسين سرعة تسديد الكرة نحو المرمى.

3-يمكن استخدام جهاز (Electro Sport) في كرة القدم لتحسين سرعة تسديد الكرة ودقتها نحو المرمى.

4-ضرورة اهتمام المدربين بالمتغيرات الميكانيكية التي حققت علاقات ارتباط معنوية مع اختبار سرعة تسديد الكرة واختبار دقة الأداء.

3-6 عرض نتائج مرحلة مسار الكرة وارتباطها بسرعة تسديد الكرة:

الجدول (7) يبين المعالم الاحصائية لمرحلة مسار الكرة وارتباطها بسرعة تسديد الكرة

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | المتغيرات | | سرعة التسديدة | | R | Sig (P) |
|---|------------------------------------|-------------|-----------|-------|---------------|------|-------|---------|
| | | | ع+ | س | ع+ | س | | |
| 1 | ارتفاع الكرة لحظة الانطلاق | م | 0.30 | 2.27 | 7.69 | 15.2 | 0.55- | 0.33 |
| 2 | زاوية خروج الكرة من المسطح الجانبي | د | 4.54 | 8.57 | | | | |
| 3 | زاوية خروج الكرة من المسطح العرضي | د | 5.38 | 6.29 | | | | |
| 4 | المسافة اللحظية لخروج الكرة 3D | م | 0.09 | 0.58 | | | | |
| 5 | السرعة اللحظية لخروج الكرة 3D | م/ثا | 12.29 | 22.06 | | | | |

من خلال الجدول (7) يتبين ما يلي:

عدم وجود ارتباط معنوي بين متغيرات الجدول مع سرعة تسديد الكرة، إذ كانت قيمة R المحسوبة للمتغيرات غير المعنوية تتراوح بين (-0.55-0.66) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما تؤكد درجة المعنوية للمتغيرات (Sig) إذ تراوحت بين (0.22-0.96) وهم أكبر من (0.05).

وجود ارتباط معنوي في متغير السرعة اللحظية لخروج الكرة (3D)، إذ كانت قيمة R المحسوبة (0.86) ومستوى دلالة $\geq (0.05)$ وهذا ما تؤكد درجة المعنوية (Sig) إذا كانت (0.03) وهي اصغر من (0.047)، ويعزو الباحثان ان سرعة خروج الكرة تؤثر تأثيراً منطقياً على سرعة تسديد الكرة لأنها نفس السرعة التي خرجت من يد اللاعب وتباطئت قليلاً عند وصولها إلى المرمى.

4-الخاتمة:

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان استنتج ما يأتي:

1-حقق جهاز (Electro Sport) الهدف من اختراعه وذلك من خلال القراءات اللازمة لسرعة تسديد الكرة نحو المرمى والتي تميزت بالتسجيل الدقيق للبيانات.

المصادر:

- [1] أمين، مؤيد محمد (2019): مدخل الى البيوميكانيك، ط1، العراق.
- [2] المرسي، وديع محمد (2017): التحليل الحركي تكنولوجياً وفنياً، حقوق النشر والتوزيع محفوظة لدى المؤلف، مصر.
- [3] شتاتين، هانزجيرد وفيدروهوف، ادجار (1974): كرة اليد، (ترجمة) كمال عبد الحميد، ط3، دار المعارف، مصر.
- [4] ملا علو، ثائر غانم حمدون (2005): (تأثير تمارين تصحيحية وفق التحليل البيوميكانيكي في الأداء الفني والإنجاز لفعالية الوثب العالي بطريقة فوسبوري)، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.
- [5] المغربي، كامل محمد (2002): أساليب البحث العلمي، الدار العلمية للنشر والتوزيع، عمان.
- [6] الكريزي، علي مطير، آخرون (2015): القياس والاختبار والتقييم في المجال الرياضي، مطبعة المهيم، بغداد، العراق.
- [7] باورزفيدل، كارل هانز، وكيرد شروتر (1987) : قواعد ألعاب الساحة والميدان، ترجمة (قاسم حسن حسين، وأثير صبري أحمد)، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .
- [8] عمر، حسين مردان و عبدالرحمن، أياد (2019): البيوميكانيك في الحركات الرياضية، ط2، مطبعة شركة المارد، النجف الاشرف، العراق.
- [9] الفطوسي، علي سموم وآخرون (2015): القياس والاختبار والتقييم في المجال الرياضي، مطبعة المهيم، بغداد، العراق.
- [10] فرحات، ليلي السيد (2001): القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط1، مطابع أمون، القاهرة، مصر.
- [11] عبد العزيز، غزوان فيصل (2013): (تصميم وبناء اختبار لقياس دقة التصويب من منطقة الزاوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيوميكانيكية للاعبين كرة اليد المتقدمين)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البصرة، العراق.
- [12] ملحم، سامي محمد (2010): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط6، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- [13] أبو حويج، مروان وآخرون (2002): القياس والتقييم في التربية وعلم النفس، ط1، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان.
- [14] Dyson* (1986): The Mechanics Of Athlet Of London, press LTD.
- [15] Northip, John.w and Others (1979): Biomechanic Analysis of Sport 2nd. Wm.c. Brown Company Pubeshers.U.S.A.
- [16] Sibila, Marko (2003): (Basic Kinematic Diffrences Between Two Types Of Jump Shot Techniques In Handball, university Of Jubliana, Slovenia .
- [17] www.wekipidia.com.



علاقة القوة الانفجارية والقصوى بإنجاز رفعة الضغط البنج بريس لرياضة رفع الأثقال البارالمبية

لذوي الإعاقة لفئة الشباب

م.د حيدر علي سلمان¹

جامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

(¹ Headarali123456r@gmail.com)

المستخلص:

ان التطور الحاصل في شتى ميادين المعرفة عامة وفي التربية البدنية وعلوم الرياضة خاصة جعل من استخدام الطرق والوسائل الحديثة في تحقيق الانجاز والهداف ومن هذه العلوم هي استخدام لاختبارات والمقاييس في رياضات الانجاز والأداء العالين من أكثر وسائل التقويم فاعلية في تعزيز مسيرة التعلم والتدريب لمحاولة الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، إذ من خلالها يمكن الوقوف على مستوى أداء اللاعبين في مهارة معينة أو صفة بدنية محدد ومن ثم وضع مفردات المناهج التعليمية أو التدريبية بما يضمن التطور المستمر في مستوى اللاعبين، ويمكن القول إن الاختبارات والمقاييس تسهم في المقارنة بين تقدم اللاعب ونفسه أو بين اللاعب وبقية اللاعبين، إذ إن متطلبات تطوير النواحي البدنية لأي لعبة مرتبط بإجراء من الاختبارات بصورة دورية كونها أداة لإثارة الدافع والتفوق واستمرار التقدم. ويمكن استثمار نتائجها لغرض الحكم والتقويم والتوجيه بشكل منتظم. تُعد رياضة المعوقين إحدى الرياضات الخاصة المهمة في الوقت الحاضر لما لها من دور كبير في تأهيل المعوقين لتحقيق انجازات رياضية عالية، ورفع اسم بلادهم في المحافل الدولية، لذلك وضعت الدول جل اهتمامها بمحاولة توجيهية بإعطاء فرص متساوية للأفراد ذوي الحركة المحدودة في ممارسة التمارين الرياضية والدخول في المنافسات مع أقرانهم، وإغناء حياتهم بالمعنى الكامل، فضلا عن خدمة الانسانية واعادة الثقة بالنفس لدى المعوقين وتوفير الفرصة الملائمة لهم لممارسة الرياضات المختلفة إسوة بالأصحاء، وان لعبة رفع الأثقال لذوي الإعاقة من الألعاب الرياضية البارالمبية التي ساهمت في تطور الرياضة وتحقيق الانجازات في شتى البطولات ويجب على المتخصصين في هذا المجال الاهتمام بما يطور من المجال التدريبي للرباع ويخدم هذه الشريحة الرياضية . مشكلة البحث من خلال خبرة الباحث كونه متخصص في رياضة ذوي الإعاقة برفع الأثقال رغب الباحث في التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية والقوة القصوى بالإنجاز من خلال اجراء اختبارات لكل منهما لغرض تقديم صورة واضحة للمدربين عن هذه العلاقات الارتباطية مع الانجاز . اهدف البحث التعرف على علاقة الارتباط بين القوة الانفجارية والقوة القصوة والانجاز عينه البحث (8) رباعين شباب ذوي الإعاقة، وتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها واستنتج الباحث ان هنالك علاقة بالقوة القصوى والانفجارية بالإنجاز ويوصي بالاهتمام بالقوة القصوى والانفجارية في المناهج التدريبية .

الكلمات المفتاحية: ذوي الإعاقة البدنية-القوة الانفجارية والقصوى-إنجاز رفعة الضغط-فئة الشباب.

1-المقدمة:

إن الإنجازات الكبيرة في الفعاليات الرياضية لم تكن وليد المصادفة وإنما نتيجة تخطيط سليم وبعيد وهذا التخطيط يمر بالعديد من المراحل التي تسبق وضع المناهج التدريبية، أولى هذه المراحل هي عملية استخدام الاختبارات والمقاييس التي تساعد في عملية تحديد مستوى الرباعين لغرض اعدادهم بالشكل الامثل، ومن اجل تحقيق تقدم مستوى، اذ يعتمد وصول الفرد الى المستويات العليا على مدى ما يمتلك من امكانيات بدنية ملائمة لنوع النشاط الذي يمارسه والتي تتيح له النجاح والتفوق متى توافر له التدريب المبني على اساس علمية سليمة، ويشير " من يمتلك القدرات البدنية يتمكن من التفوق بالأنشطة المختلفة " (4: 36)، وان عملية استخدام الاختبارات هو عمل يقلل من الجهد والوقت ويجعل من العملية التدريبية عملية مستندة على اساس التقييم وايضا معرفة المستوى الذي تطور اليه الرباع، وإحدى هذه الفئات التي بدأت المجتمعات توليها العناية والاهتمام فئة المعاقين التي تمثل شريحة كبيرة من أفراد المجتمع وبالذات الدول التي تعرضت الى الكوارث الطبيعية او التي خاضت الحروب او بسبب الامراض التي تسبب الاعاقة، ومن أهم الأسباب التي جعلت الدول المتقدمة تولي الرعاية لاهتمام الكيبرين بالمعاقين وبرياضة المعاقين بصورة خاصة من اجل عملية تهيئة هذه الشريحة من اجل اندماجهم مع المجتمع إذ ان الدول تفاخر بعدد الأوسمة الأولمبية التي حصل عليها رياضيها المعاقين المشاركين في الأولمبياد الموازية فصلا عن الأوسمة في البطولات الدولية للمعاقين، وصار لازماً على هذه الدول ان تعد البرامج العلمية والعملية للتربية الرياضية ولأنواع الرياضات للمستويات العليا ومن هذه الرياضات هي رياضة رفع الاثقال لذوي الاعاقة التي حققت عدد كبير من الاوسمة الرياضية .

مشكلة البحث:

من خلال خبرة الباحث كونه متخصص في رياضة ذوي الاعاقة برفع الاثقال رغب الباحث في التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية والقوة القصوى بالإنجاز من خلال اجراء اختبارات لكل منهما لغرض تقديم صورة واضحة للمدربين عن هذه العلاقات الارتباطية مع الانجاز لرفعة الضغط البنج بريس لرياضة رفع الاثقال البارالمبية لذوي الاعاقة لفئة الشباب.

أهداف البحث:

1-التعرف على علاقة الارتباط بين القوة الانفجارية والقوة القصوى والانجاز لرفعة الضغط البنج بريس لدى افراد عينة البحث.

فرض البحث:

1-هنالك علاقة ارتباط ايجابية بين القوة الانفجارية والقوة القصوى والانجاز لرفعة الضغط البنج بريس لدى عينة الدراسة.

مجالات البحث:

المجال البشري: رباعين الشباب برفع الاثقال لذوي الاعاقة

المجال الزماني: 2021/10/20 الى 2022/1/6 .

المجال المكاني: قاعة رفع الاثقال لذوي الاعاقة/ اللجنة الوطنية العراقية البارالمبية/البنوك.

2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهجية البحث: مصطلح المنهج هو " الأساليب او الإجراءات أو المداخل التي تستخدم في البحث لجمع مادة البيانات والوصول من خلالها إلى نتائج وتفسيرات أو شروح أو التنبؤات تتعلق بموضوع البحث " (7: 74) ولغرض تطبيق البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي إذ ان المنهج الوصفي " يهدف إلى تحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع والمظاهر والأسلوب المسحي إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير معين أو متغيرات معينة " (6: 140).

2-2 مجتمع البحث وعينته: اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية " وهي عينة يتم اختيارها اختياراً حراً على اساس أنها تحقق أغراض الدراسة التي يقوم بها الباحث " (5: 84)، وشملت العينة الاصل (12) رباعين المنتخب العينة المختارة للبحث (8) رباعين الوطني لرفع الاثقال لذوي الاعاقة ويمثلون نسبة (66.66%) مجتمع الاصل. تم استبعاد (4) رباعين من اجل التجربة الاستطلاعية.

2-2-1 تجانس العينة: من اجل حصول على تجانس بين افراد عينة البحث ولمنع المؤثرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى الرباعين في العمر والوزن والطول قام الباحث بإيجاد معامل الالتواء، وقد دلت على القياسات تحقق المنحنى الاعتدالي والذي يوضح انها

الإشارة من قبل إطلاق صافرة يقوم المختبر برمي الكرة الطبية من خلف الراس الى ابعاد مسافة ممكنة .

التسجيل: تقاس المسافة من خط الرمي امام العجلة ومكان سقوط الكرة الطبية بواسطة شريط القياس ويتم احتسابها بوحدات (المتر واجزاءه).

ثانيا: أسم الاختبار: اختبار القوة القصوى للذراعين (2: 51):

هدف الاختبار: قياس قوة العضلات للذراعين .

الملعب والادوات: صالة تمرين، مسطبة بنج بريس، ثقل (بار) .
طريقة الاداء: يركد اللاعب على المقعد الطويل الخاص ثم يمسك بار الجهاز وعند اعطاء الإشارة بيده انشاء الذراعين الى مستوى الصدر ثم مدر الذراعين .

التسجيل: تحسب للمختبر اعلى وزن تم دفعة.

ثالثا: أسم الاختبار: اختبار الانجاز في رفعة الضغط من الاستلقاء (2: 81):

الغرض من الاختبار: قياس الانجاز، عن طريق حركة الشتي الكامل للذراعين الى مستوى الصدر مع توقف (2 ثانية) ثم مد الكامل للذراعين .

الادوات المستخدمة: بار حديد زنة (20) كغم، اقراص حديد مختلفة من (0.5، ولغاية 25 كغم)، حزام عريض تثبيت، مصطبة خاصة بتمرين ضغط البار الحديدي باليدين لذوي الاعاقة .

وصف الاداء: بعد حساب وزن البار، مع حساب وزن الاقراص بما يتلائم وامكانية المختبر يقوم المختبر بالاستلقاء الكامل للجسم بشكل مستوي ويثبت رجليه بحزام ثم يمسك المختبر البار الحديدي بمسافة مناسبة لا تزيد عن (81) سم، ويعدها يقوم المختبر بثني الذراعين الى مستوى الصدر، مع توقف ثانيتين ثم المد الكامل للذراعين .

طريقة التسجيل: تعطى ثلاث محاولات ويتم تسجيل اعلى وزن للمحاولة بشكل قانوني .

2-4-2 التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية على عينة من (4) رباعين من المنتخب الوطني برفع الانتقال لذوي الاعاقة يوم الاثنين 2021/10/25، الساعة العاشرة صباحا في قاعة رفع الانتقال لذوي الاعاقة في البنوك .

تتراوح ما بين ($3 \pm$) مما يدل على تجانس افراد العينة والجدول ادناه يبين ذلك.

الجدول (1) تجانس العينة في العمر الوزن

| المتغيرات | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|-----------|-------------|---------------|-------------------|----------------|
| العمر | سنة | 22.7 | 0.609 | 0.577 |
| الوزن | كغم | 67.09 | 0.401 | 0.493 |

يظهر الجدول (1) أن القيم معامل الالتواء تتحصر بين ($3 \pm$) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات أي اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم.

2-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات: (شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، المصادر العلمية المحلية والعربية والدولية، الاختبارات والمقياس المستخدم في البحث) .

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث: (جهاز لابتوب نوع (dell) عدد (1)، ميزان لقياس الوزن عدد (1) صيني الصنع، بار حديدي (شفت)، اوزان اثقال متنوعة، صافرة، المسطبة الخاصة برفع الانتقال لذوي الاعاقة، كرة طبية زنة (3) كغم، شريط قياس).

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اولاً: أسم الاختبار: اختبار رمي الكرة الطبية زنة (3) كغم بكلتا اليدين من خلف الراس من وضع الجلوس على الكرسي المتحرك لا بعد مسافة ممكنة (3): (184).

هدف الاختبار: قياس القوة الانفجارية للذراعين .

الادوات المستخدمة: مجال رمي، شريط قياس، صافرة اطلاق، مسجل، مساعد، كرة طبية زنة 3 كغم، حزام تثبيت، كرسي متحرك .

وصف الاداء: يجلس المختبر على الكرسي ممسكا الكرة الطبية بحيث تكون العجلات الخلفية مثبتات ويكون خلف خط الرمي ويثبت المختبر بواسطة حزام لمنع حركة المختبر وعند اعطاء

3-2 مناقشة البحث:

من خلال ملاحظة الجدول (2) نلاحظ ان القوة الانفجارية للذراعين ارتباط معنوي بين متغيرات البحث كافة ويعزو الباحث هذا الارتباط الى ان للقوة الانفجارية للذراعين لها الاثر على الانجاز في رفعة الضغط من الاستلقاء لذوي الاعاقة وهذا يعود الى ان الرباع في الاداء الانجاز لرفعة الضغط يعتمد على القوة الانفجارية في لحظات الانتزاع الثقل من المسطبة وعند عملية انزال الثقل الى منطقة إذ ان القوة الانفجارية وايضا ان التداخل الحاصل في حالة الدفع الثقل الى الاعلى عند نزوله الى منطقة الصدر واللحظات الاولى " هي اظهار اقصى انقباض عضلي باقل وقت لمرة واحدة، انتاجها ما يخدم العمل التغلب على اوزان " (1: 49)، وهنا يظهر ايضا ارتباط القوة القصوى في العمل عند وصول الثقل الى نهاية الرفع ان القوة القصوى للذراعين ارتباط معنوي بين متغيرات البحث كافة ويعزو الباحث هذا الارتباط الى ان القوة القصوى للذراعين لها الاثر على مهارة الانجاز في رفعة الضغط من الاستلقاء وهذا يعود الى ان عمل القوة القصوى للذراعين لها دور كبير في تحقيق الانجاز لدى الرباعين ذوي الاعاقة إذ ان اداء المهارة من وضع الاستلقاء على المسطبة الخاصة ولمرة واحدة تجعل من الرباع لابد من اخراج اقصى قوة للذراعين لتحقيق الرفعة والتغلب على الوزن واكد (ماك كلوي) " ان الافراد الذين يتمتعون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية من القدرة البدنية " (1: 49)، إذ ان الاداء المستخدم في لعبة رفع الاثقال لذوي الاعاقة هو القوة القصوى للذراعين واستخراجها من اجل التغلب على الثقل وفق القوانين المتبعة في تحقيق الانجاز والاساس هو القوة القصوى. وهنا لابد من الربط بين القوة القصوى والقوة الانفجارية في الاداء وتحقيق الانجاز ونرى ان القوة الانفجارية، إذ ان الرباع الي يمتلك قوة انفجارية يستطيع التغلب على اوزان كبيرة وذلك لخصوصية الاداء والرباع المعاق إذ ان الاداء المهارة يكون لبعض الثواني فقط من حيث انزال الثقل لمنطقة الصدر ورفعة فقط (10: 107)، ومن خلال القوة الانفجارية في اللحظات الاداء للرفعة الضغط في نقاط معينة تظهر القوة الانفجارية ودورها اي ان التدخل العضلي للقدرة في الانجاز وعلية على المدربين العمل على تطويعها عند وضع مناهجهم التدريبية ان خاصية اداء الرفعة الضغط والوقت المحدد لها قانونا تجعل

وكان الغرض من هذه التجربة الاستطلاعية هي:

- 1- التعرف على الوقت اللازم لإجراء الاختبارات المستخدمة في البحث .
 - 2- التعرف على ملاءمة الاختبارات لعينة البحث .
 - 3- التعرف على امكانية فريق العمل المساعد .
- 2-4-3 التجربة الرئيسية: تم اجراء الاختبارات يوم الاربعاء 2021/12/8 للاختبارات المذكورة على (8) ربايعين و تم اجراء اختبارات وحساب اقصى انجاز لهم .
- 2-5 الوسائل الاحصائية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط البسيط بيرسون).

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج البحث للمتغيرات المبحوثة:

جدول (2) يبين نتائج قيم معامل الارتباط ومستوى الدلالة للعلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين الانجاز برفع الاثقال لذوي الاعاقة

| المتغيرات | درجة القياس | س | ع± | قيمة (r) | Sig | الدلالة |
|---|-------------|--------|-------|----------|-------|---------|
| القوة الانفجارية للذراعين | متر | 12.00 | 8.099 | 0.917 | 0.000 | معنوي |
| القوة القصوى للذراعين | كغم | 143.09 | 0.983 | | | |
| اختبار الانجاز في رفعة الضغط من الاستلقاء | كغم | 146.06 | 1.26 | | | |

معنوي (0.05) ≤

يبين الجدول (2) الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقوة الانفجارية للذراعين والقوة القصوى والانجاز برفع الاثقال لذوي الاعاقة، إذ بلغ الوسط الحسابي للقوة الانفجارية للذراعين و في رفعة الضغط من الاستلقاء على التوالي (12.00، 8.099، 143.09، 146.06)، وبانحراف معياري قدره (0.983، 0.917، 1.26) وكان معامل الارتباط (0.917) وهو اكبر من قيمة (sig) البالغة (0.000) وهذا يدل على معنوية الارتباط بين القوة الانفجارية للذراعين والقوة القصوى والانجاز برفع الاثقال لذوي الاعاقة ضغط من الاستلقاء .

- [4] محمد صبحي حسنين؛ التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية، ج3، ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996)، ص36
- [5] محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)، ص140.
- [6] محمود عثمان؛ قراءات في البحث العلمي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004)، ص84.
- [7] يوسف افندي و(آخرون)؛ مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق، ط1: (مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1999)، ص74.
- [8] باوركيذ شورتر؛ قواعد ألعاب الساحة والميدان، (ترجمة) قاسم حسن حسين، اثر صبري: (بغداد، التعليم العالي، 1988)
- [9] صباح عبيد وصادق فرج نياض؛ العناصر الأساسية في رفع الأثقال: (بحث منشور في مجلة الاتحاد العراقي المركزي لرفع الأثقال نيسان، 1985، بغداد، مطبعة التحرير، 1985)
- [10] وديع ياسين التكريتي، صادق فرج نياض؛ دراسة لتحديد أسباب فشل الارتفاعات الاولمبية في المسابقات: (مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، العدد (1)، 1983).

الاعتماد الكلي على القوة الانفجارية وتداخل القدرات الاخرى في اجزاء معينة في الاداء باعتبار الرفعة لمرة واحدة إذ يتضح ان "قابلية القوة الانفجارية من القابليات التي لها تأثير واضح في تحقيق الانجاز في فعالية رفع الاثقال وهذه ومرتبطة بقابلية القوة العضلية وامكانية تطويرها " (33:9) وان الربط في الانجاز برفعة الضغط، يعزوا الباحث هذا الى نجد ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين انجاز رفعة الخطف والقوة القصوى للعضلات المادة للذراعين المتمثلة باختبار البنج بريس ويرى الباحث ان هذا الارتباط جاء منسجماً مع الدور الذي تلعبه الذراعين في مرحلتين النشر وثبيت الثقل وثبيته لحين صدور اشارة الحكم بانتهاء الرفعة اذ ان للذراعين الاهمية الكبرى في هذه المرحلة إذ ان القانون ينص على محتوه في احتساب الرفعة الصحيحة اذ يؤكد القانون الدولي على اهمية ثبات الثقل وعدم اهتزازه وعدم انثناء مفصل المرفق خلال عملية النشر والثبيت، ويرى الباحث ان نجاح الرباع في الانجاز يتطلب تكامل القوة وتناسقها بين وعضلات الذراعين (القوة القصوى، القوة الانفجارية وان أي نقص في احد هذه المكونات او القدرات يؤدي الى قصور وعدم الانجاز وفشل المحاولة .

4-الخاتمة:

على ضوء نتائج البحث التي ظهرت توصل الباحث الى عدة استنتاجات وهي:

- 1-ان للقوة الانفجارية والقوى للذراعين تأثير مباشر بإنجاز الرباعين الشباب برفع الاثقال لذوي الاعاقة.
بناء على ما توصل اليه الباحث فانه يوصي:
1-بضرورة الاهتمام بتنمية القوة الانفجارية والقوى القصوى للذراعين لدى رباعي المنتخب الوطني الشاب برفع الاثقال لذوي الاعاقة.
- 2-اجراء اختبارات تتبعية لمواكبة تطور القوة الانفجارية والقوى القصوى ومقارنتها بالإنجاز لدى الرباعين.

المصادر:

- [1] حسن عبد السلام؛ التربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة، ط1: (2015)، ص49.
- [2] قرانين وقواعد رفع الاثقال للمعوقين (2013-2016)؛ اللجنة البارالمبية الدولية، (ترجمة)، عبد السلام صبيح العبيدي: (2016)، ص81.
- [3] كريم عبيس محمد؛ التصنيف الطبي والوظيفي بألعاب القوى للمعاقين: (مكتب النور، 2019)، ص 184.



أثر تمارين مقترحة لحائط صد خشبي مزدوج في تطوير مهارة الضرب الساحق لطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة

أ.د. جمعة محمد عوض¹ أ.م.د. علي مهدي هادي²

جامعة الانبار/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹ Pe.dr.gmaa.mh@uoanber.edu.iq, ² ALI.MAHDI@qu.edu.iq)

المستخلص: أهداف البحث:

- 1- اعداد تمارين تعليمية لحائط الصد الخشبي المزدوج
- 2- تصميم حائط الصد الخشبي المزدوج كأداة للتعليم وتحسين مستوى الطلاب المبتدئين .
- 3- معرفة اثر حائط الصد الخشبي المزدوج المصمم في تحسين أداء مهارة الضرب الساحق لمراكز اللعب (2-3-4).

فرض البحث:

- 1- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية لاستخدام حائط الصد الخشبي المزدوج في تحسين مستوى أداء مهارة الضرب الساحق لمراكز اللعب (2-3-4).

اعتمد الباحثان على المنهج التجريبي وبأسلوب المجموعات المستقلة، وتم اختيار مجتمع البحث وهم طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/القادسية للموسم الدراسي 2016-2017 والبالغ عددهم (120 طالبا) موزعين على خمسة شعب تم اختيار شعبة (ب) والبالغ عددهم (24) طالبا وهم يشكلون (35.66%) من مجتمع البحث وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة الى مجموعتين تجريبية التي تعمل وفق الخطة المقترحة باستخدام حائط الصد الخشبي المزدوج ومن الممكن اخذ جزء من الدرس لتطبيق العمل الميداني والتمارين المقترحة، والمجموعة الضابطة وواقع (10) لاعبين لكل مجموعة. على ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحثان التالي:

- 1- أن لحائط الصد الخشبي دور كبير في تطور مهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم بالكرة الطائرة .
- 2- أن التدريب على الاراضي الرملية يمكن الاستفادة منه في تطوير القدرات البدنية بشكل كبير نتيجة المقاومة الكبيرة على الجسم.
- 3- ان للتمارين المصممة كان لها الأثر الإيجابي في تطوير مهارة حائط الصد مما انعكس إيجابا على الأداء لمهارة الضرب الساحق.

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحثان يوصيان بالتالي:

- 1- الاهتمام بالتدريب باستخدام حائط الصد الخشبي في لعبة الكرة الطائرة .
- 2- الاستفادة من النتائج المترتبة من استخدام حائط الصد الخشبي لمهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم بالكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: حائط صد - خشبي مزدوج - الضرب الساحق - الكرة الطائرة.

1- المقدمة:

لتحسين الأداء الفني او الوصول الى مستوى متقدم لأداء مهارة الضرب الساحق.

ومن هنا تجلت أهمية البحث ضرورة العمل الجاد المبني على أساس علمي وخصوصا في الجانب الدفاعي لمهارة حائط الصد وتحسين مهارة الضرب الساحق بأنواعه المختلفة في كثير من الحالات التي تساعد في خلق حالة من التوازن بين مهارات الأساسية الفنية للعبة ومنها استخدام وسيلة مساعدة من خلال حائط صد خشبي مزدوج للارتقاء بمستوى اداء مهارة الضرب الساحق بأنواعه المختلفة بالكرة الطائرة .

مشكلة البحث:

من خلال خبرة الباحثان في مجال التدريب فضلا عن أجراهم بعض المقابلات مع بعض الخبراء والمختصين فيما يتعلق بطبيعة الأداء المهاري لمهارة الضرب الساحق والارتقاء بها من خلال استخدام تمارينات مقترحة لحائط الصد الخشبي المزدوج يحتم على اللاعب ان يمتلك من المقومات البدنية والمهارية والعقلية ما يمكنه للقيام بالأداء الفني والتكنيك المثالي لهذه المهارة من خلال استخدام تمارينات مقترحة لحائط الصد الخشبي المزدوج كأداة للتعلم وتحسين أداء مهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم للاعبين المبتدئين من خلال إيجاد حلول لتغير اتجاه الضرب الساحق او اجبار اللاعب ان بضرب الكرة بقوة على اللوح الخشبي (حائط الصد). في ظروف مشابهة لمنافسة ضد الضربات الساحقة القوية من مراكز اللعب الهجومي الامامية وضربات الخداع. ولهذا فإن الدفاع يتساوى في أهميته مع الهجوم وهو من أصعب المهارات في الكرة الطائرة (سرعة رد الفعل، وتركيز الانتباه وقوة وسرعة وشجاعة في اتخاذ القرار) الامر الذي يهدف للارتقاء بمستوى مهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم للمراكز اللعب (4-3-2) ومتابعة التطور والتقدم في المستوى المهارى من اجل مواكبة التطور .

أهداف البحث:

- 1- اعداد تمارينات تعليمية لحائط الصد الخشبي المزدوج.
- 2- تصميم حائط الصد الخشبي المزدوج كأداة للتعلم وتحسين مستوى الطلاب المبتدئين .
- 3- معرفة اثر حائط الصد الخشبي المزدوج المصمم في تحسين أداء مهارة الضرب الساحق لمراكز اللعب (4-3-2).

ان التطور العلمي في مجال البحوث العلمية أخذ خطا" في التقدم والرقي الذي اصبح من متطلبات عصرنا الحالي، وهذا ما نلاحظه اليوم في التطور التكنولوجي، والكرة الطائرة تحتاج الى مستوى من التكيف الوظيفي العالي وهذا يتطلب من اللاعب أن يحقق مستوى عال خلال المباريات من خلال التدريب الرياضي الذي يؤدي إلى رفع مستوى الانجاز سواء كان مهارياً أم بدنياً، وأن تقدم المستويات في مختلف الألعاب الرياضية جاءت نتيجة استخدام الطرائق والأساليب التدريبية الحديثة من خلال التدريب المنظم والمقنن المبني على أسس علمية التي كانت الأساس الذي مكن الفرد الرياضي من الوصول إلى أعلى مستوى في البطولات الرياضية

الكرة الطائرة من الالعاب الجماعية التي أخذت نصيبا كبيرا من التطور والحدائة اسوه بالالعاب الجماعية الاخرى، اذ تتكون من مهارات فنية اساسية تحتم على لاعبيها اتقان هذه المهارات من اجل مواجهتها والتغلب عليها في مواقف اللعب المختلفة، والمتتبع لمباريات الكرة الطائرة الحديثة وعلى مراحلها المنصرمة يجد تفوقا واضحا بشكل جلي في مستوى اداء المهارات الهجومية وتأثيرها كالإرسال والضرب الساحق وحائط الصد والمهارات الدفاعية بالرغم من صغر مساحة الملعب مقارنة بملاعب الفعاليات الجماعية فضلا عن عدد لاعبين للفريق بالإضافة للقدرات البدنية (سرعة الاستجابة الحركية، والقوة الانفجارية، والرشاقة الخ ...).

ان استخدام تمارينات مقترحة لمهارة حائط الصد الخشبي المزدوج والذي يتم التحكم به من قبل المدرب امام اللاعب الذي يروم تنفيذ مهارة الضرب الساحق القطري او المستقيم لإيقاف الهجوم او لزيادة الصعوبة على اللاعب المهاجم (اشبه بحائط الصد البشري) والتي تسهم في خلق فرص تفكير كثيرة وحلول سريعة وانية للاعب المهاجم للتخلص من حائط الصد وبالتالي ضرب الكرة الى ملعب المنافس وبدقة عالية وللحصول على نقطة سواء كان في مرحلة التدريب او المنافسة الرياضية من خلال التكرار والاستمرارية والتدريب والتركيز على مراحل الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق بما يتناسب مع قابليات العينة المدروسة للمراكز الهجومية الثلاثة (4-3-2) في المنطقة الامامية

الرياضة/القادسية للموسم الدراسي 2016-2017 والبالغ عددهم (120 طالبا) موزعين على خمسة شعب تم اختيار شعبة (ب) والبالغ عددهم (24) طالبا وهم يشكلون (35.66%) من مجتمع البحث وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة الى مجموعتين تجريبية التي تعمل وفق الخطة المقترحة باستخدام حاط الصد الخشبي المزدوج ومن الممكن اخذ جزء من الدرس لتطبيق العمل الميداني والتمرينات المقترحة، والمجموعة الضابطة ويواقع (10) لاعبين لكل مجموعة وتم إجراء التجانس والاعتدالية لعينة البحث اذ تم استبعاد الطلاب المزدولين لهذه اللعبة والبالغ عددهم (4) وكما في الجدول (1) .

الجدول (1) يبين تجانس واعتدالية عينة البحث

| ت | المجموعات | المتغيرات | وحدة القياس | س | ± ع | الوسيط | معامل الالتواء | معامل الاختلاف |
|---|-----------|-----------|-------------|--------|-------|--------|----------------|----------------|
| 1 | التجريبية | الطول | سنتيمتر | 171.60 | 1.341 | 171 | 0.166 | 0.781 |
| 2 | | الوزن | كيلو غرام | 71.400 | 5.176 | 73 | 0.363- | 7.249 |
| 3 | | العمر | سنة | 22 | 2.828 | 22 | 0.884- | 12.854 |
| 4 | الضابطة | الطول | سنتيمتر | 171.20 | 1.643 | 172 | 0.518- | 0.959 |
| 5 | | الوزن | كيلو غرام | 70.600 | 6.804 | 74 | 0.788- | 9.637 |
| 6 | | العمر | سنة | 22.400 | 1.949 | 23 | 0.756- | 8.700 |

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة و أدوات البحث العلمي:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة:

(استمارات تفريغ بيانات الطلاب، ساعات توقيت عدد (4)، جهاز الكتروني (الريستاميتير) لقياس الطول و الوزن، كاميرا تصوير عدد (1)، حاسوب نوع DELL عدد (1)، كرات طائرة عدد (25)، صافرات عدد (2)، ملعب الكرة الطائرة قانوني مع كافة التجهيزات للمباريات الرسمية، أشرطة لاصقة عدد (2)، شريط قياس عدد (2).

2-3-2 أدوات البحث العلمي: وهي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحثان حل مشكلته مهما كانت:

ولهذا استعان الباحثان بالأدوات التي تضمن تحقيق الأهداف البحث ومنها: (المصادر والمراجع العربية والأجنبية، شبكة الانترنت، المقاييس، المقابلات الشخصية، كادر العمل المساعد).

فرضا البحث:

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في تطوير اداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى افراد عينة البحث.

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة لتطوير اداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى افراد عينة البحث

مجالات البحث:

المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية للعام الدراسي 2016-2017.

المجال الزمني: للمدة من 2016/12/7 ولغاية 2017/2/4.

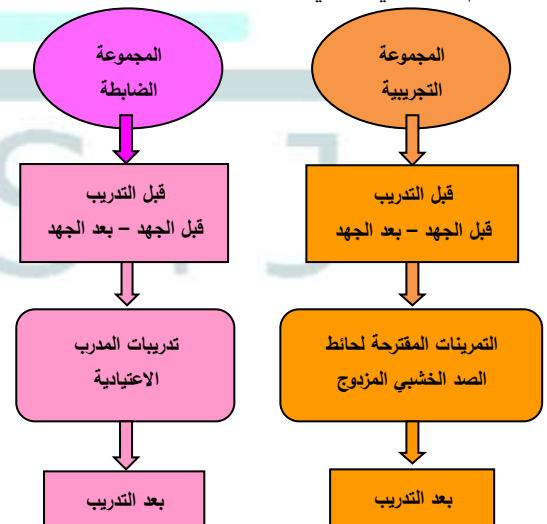
المجال المكاني: قاعات وملاعب الكلية.

تحديد المصطلحات:

-حائط الصد الخشبي المزدوج: هو حائط مصمم من لوحة خشبية ابعادها (40×60سم) لها ذراع بطول يتراوح (60- 70 سم) يتم مسك اللوحة من خلاله .

2-منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: اعتمد الباحثان على المنهج التجريبي وبأسلوب المجموعات المستقلة، بخطواته العلمية الدقيقة وكما في التصميم التجريبي التالي:



الشكل (1) يوضح التصميم التجريبي للدراسة

2-2 مجتمع البحث وعينته: من الأمور الأساسية هي الحصول على عينة تمثل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً تم اختيار

مجتمع البحث وهم طلاب كلية التربية البدنية وعلوم

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد متغيرات الدراسة: عمل الباحثان وفق المصادر العلمية الحديثة الى تحديد المتغيرات التي تلائم الدراسة بشكل كبير والمعالجات الميدانية المتعلقة بها ودراستها وكانت كالتالي:

2-4-2 التجربة الاستطلاعية: أن التجربة الاستطلاعية " هي طريقة عملية لكشف المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء القيام بالتجربة الرئيسية وعد مسبق لمنطلقات التجربة من حيث الوقت، الكلفة، الكوادر المساعدة، صلاحية الأجهزة و الأدوات وغيرها، وهي دراسة أولية يقوم بها الباحثان على عينه صغيره قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وبناءً على ذلك أجرى الباحثين التجربة الاستطلاعية يوم السبت الموافق 2016/12/2 الساعة التاسعة في القاعة المغلقة الكلية على عينة من (4) لاعبين من نفس مجتمع البحث .

2-5 التجربة الرئيسية:

أولاً: طبيعة التمرينات المقترحة (حائط الصد الخشبي المزدوج): هو حائط صد مصمم من لوحة خشبية بقياس (60×40 سم) لها ذراع يتم المسك من خلاله للوحة الصد ويتراوح طول الذراع (60-70 سم) ويتم تثبيته جيداً لتحمل تكرار مهارة الضرب الساحق، يقوم المدرب بتحريك اللوحة في الملعب المقابل خلف الشبكة بمسافة مناسبة لضمان عدم تعرض اللاعب الضارب الى إصابة الغاية منها هو لمنع اللاعب الضارب من إنجاح الضرب الساحق اذ يقوم اللاعب بمحاولة تغير مسار الكرة ولا يأس ان يضرب بقوة في اللوحة (حائط الصد).

إعطاء عدد من التكرارات تتناسب مع قدرات العينة من مواقع الهجومية الامامية (2-3-4) .. مع مراقبة الأداء والاستمرار التغذية الراجعة المرتردة لتحسين الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق ...

اثناء قيام اللاعب بأداء الضرب الساحق ولمراكز اللعب (2-3-4) تستخدم لوحتين لزيادة الصعوبة ومرعاه مبداء التدرج في الصعوبة اثناء الأداء لكافة مناطق الهجوم الامامي

ثانياً: مراحل وخطوات أداء مهارة الضرب الساحق لإفراد العينة: طريقة تقيم مراحل الأداء (مراحل التعلم) كالاتي:

مرحلة الاقتراب: تكرار الاقتراب.

مرحلة النهوض: على اللاعب ان يأخذ خطوة واسعة وخفض مركز نقل اللاعب استعداداً للقفز عالياً

مرحلة الأداء: توضيح شكل الأداء .. ويكرر ذلك عدة مرات اذ يقوم المدرب بدور مهما في التعلم والتدريب وفق قدراته المعرفية والتدريبية.

مرحلة الهبوط: يجب مراعاة القواعد القانونية في عدم اجتياز خط المنتصف او لمس الشبكة عندما يقوم اللاعب بالأداء قرب الشبكة.

- يجب التركيز على الأداء الفني للمهارة بشكلها الصحيح والمتكامل بدون الكرة ويتكرارات متعددة .

- التركيز على قيام اللاعب بأداء الضرب الساحق على الجدار لضمان تحريك الرسخ بالزاوية والمكان المناسب وتعلم التكنيك الصحيح، ويعدها استلام الكرة من مناولة من الزميل الذي يقوم بإعداد الكرة وضرب الكرة من اللاعب الضارب

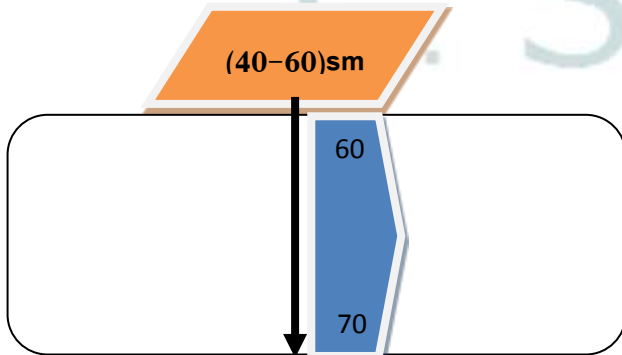
- ضرورة التركيز على تكرار الأداء ومبدأ التعصيب .

- العمل على حائط الصد الخشبي المنفرد للمراكز الثلاثة الامامية .

- العمل على حائط الصد الخشبي المزدوج للمراكز الثلاثة الهجومية .

- التركيز من قبل المدرب على ضرورة ربط الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق بالدقة .

- اعتماد اجراء التقويم النهائي بشكل الأداء الحركي مع الاختيار الضرب الساحق بالكرة الطائرة .



شكل (2) يبين اللوحة حائط الصد الخشبي المزدوج

2-6 الوسائل الإحصائية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الاختلاف، معامل الالتواء، قانون t للعينات المتناظرة والمستقلة، النسبة المئوية).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل نتائج الفروق ما بين الاختبارين

القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) لمتغيرات الدراسة ما بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

| ت | المتغيرات | القبلي | | البعدي | | قيمة (T) * المحسوبة | مستوى الدالة |
|---|-----------------------------------|--------|--------|--------|-------|------------------------|-----------------|
| | | ±ع | س | ±ع | س | | |
| 1 | مهارة الضرب الساحق القطري | 0.788 | 3.8 | 0.527 | 6.5 | 10.370 | *0.000 |
| 2 | مهارة الضرب الساحق المستقيم | 0.737 | 4.100 | 0.823 | 6.300 | 5.284 | *0.001 |
| 1 | مهارة الضرب الساحق القطري | 0.948 | 3.3 | 0.67 | 5.3 | 6.000 | *0.000 |
| 2 | مهارة الضرب الساحق المستقيم | 0.948 | 3.7000 | 0.843 | 5.400 | 4.636 | *0.001 |

* معنوي عند درجة حرية 9 .

3-2 عرض وتحليل نتائج الفروق ما بين المجموعتين

التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي:

الجدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) لمتغيرات الدراسة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

| ت | المتغيرات | التجريبية | | الضابطة | | قيمة (T) * المحسوبة | مستوى الدالة |
|---|--------------------------|-----------|-------|---------|-------|------------------------|-----------------|
| | | ±ع | س | ±ع | س | | |
| 1 | مهارة الضرب الساحق | 0.527 | 6.5 | 0.67 | 5.3 | 4.431 | *0.000 |
| 2 | المستقيم | 0.823 | 6.300 | 0.843 | 5.400 | 2.414 | *0.027 |

* معنوي عند درجة حرية 9 .

3-3 مناقشة النتائج:

يتبين من الجدول (3، 4) أن هناك فروق معنوية في نتائج الفروق ولصالح المجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم ويعود السبب الرئيس الى استخدام تدريبات حائط الصد الخشبي الذي أدى الى تحسن وتطور الاداء المهاري لدى الطلاب نتيجة عملية التكرار والتدريب من خلال استخدام حائط الصد الخشبي وذلك إلى استعمالها أو تطبيقها في إنشاء الوحدات التعليمية مع التمارين الخاصة بتطوير دقة مهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم بالكرة الطائرة التي تم إدخالها في مفردات المنهج التعليمي وبالخصوص في القسم الرئيسي من الوحدات التعليمية، اذ دلت هذه التمرينات على فاعليتها ودورها في دقة المهارات، وقد بات واضحاً تأثيرها الايجابي والفعال التي تعد من المهارات الأساسية المهمة بلعبة

الكرة الطائرة وهي تحتاج إلى توافق عضلي عصبي بين العين والكرة والذراع الضاربة وأيضاً تحتاج دقة وانتباه جيدين لحركة الذراع وتوافقها مع العينين، لذلك فإن ممارسة وتطبيق المتعلمين تمرينات باستخدام حائط صد خشبي قد اثر بشكل ايجابي على إيجاد توافق عضلي عصبي عن طريق تركيز الانتباه والتصور لتكرار المهارة مرة بعد أخرى، ويزداد الإحساس الحركي بالمهارة دقة مع التكرار المستمرة لها وان الزيادة في تكرار المهارة وممارستها سيعطي أفضلية في تحديد دقة الحركة وتقليل نسبة أخطائها وهذا ما أشار إليه في أن " الإحساس بالمهارة عقلياً وبدنياً، يساهم في تطويرها وخاصة إذا كان ضمن منهج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية " (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين: 1987، 115).

فضلاً عن التطور الذي حصلت عليه المجموعة التجريبية يعزوه الباحثان إلى إن أي مهارة من المهارات الرياضية تحتاج إلى تمرينات وتدريبات متكررة فصر عن تركيز الانتباه على النقطة التي يجب أن ترسل إليها الكرة بقوة وبسرعة وان المهارات قيد البحث بشكل عام، تحتاج من المتعلم التوافق والتصور العالي والناجح للأداء، إذ أن المسارات الحركية التي تحدد هذه المهارات كثيرة ولهذا تختلف المسارات فيها، ومن خلال التمرينات المهارية باستخدام حائط الصد الخشبي والتي طبقها المتعلمين فقد استطاعوا امتلاك مجموعة من القدرات التي تتصف بها هذه المهارة مثل السرعة في الحركة والتوافق الجيد بين هذه العناصر طبقاً للأداء المهاري المطلوب تنفيذه، فضلاً عن ذلك كان العمل بها من السهل إلى الصعب، ومن الثبات إلى الحركة، ومن البسيط والمركب مع التأكيد على الأداء الصحيح في أثناء ممارسة المهارة، جعل التقدم لدى المتعلمين واضحاً في تطوير دقة هذه المهارات، إذ تعد الدقة " مكون أو صفة مهمة يتوقف عليه الفوز، فهو الغاية المرجوة في الأداء لإحراز النقاط، فإذا تم قياس المحصلة النهائية للأداء السريع القوي نجد لا فائدة منها إذا افتقرت إلى صفة دقة الأداء" (محمد صبحي حسانين وحلمي عبد المنعم؛ 1997، 21).

فضلاً عن كون أفراد هذه المجموعة التجريبية التي تستخدم حائط الصد الخشبي قد أدوا هذه المهارة بشكل جيد لكونهم اكتسبوا التوافق العضلي العصبي من خلال ممارستهم المتكررة لها الذي كان له دور كبير في الوصول إلى الأداء الصحيح

للمهارة بتناسق وانسجام وسيطرة وبدون تصلب أو توتر، " لأن التطور الحركي للمتعلمين في هذه المرحلة سيكون بشكل سريع من خلال استعانتهم بالحركات المخزونة التي سبق أن تعلمها المتعلم (كورت ماينل: 1987، 266)، فضلا عن الدور الذي أدته التمرينات المهارية بحائط الصد الخشبي التي أعدها الباحثان في المنهج التعليمي التي كان لها دور فعال في حصول هذا التطور لدى المجموعة التجريبية، وهذا ما تم تأكيد في أن " تعليم العناصر التكنيكية وتحسين يتطلب قابلية تركيز عالية من قبل اللاعب " (هارة: 1975، 285).

4-الخاتمة:

على ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحثان التالي:

- 1-أن لحائط الصد الخشبي دور كبير في تطور مهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم بالكرة الطائرة .
- 2-أن التدريب على الاراضي الرملية يمكن الاستفادة منه في تطوير القدرات البدنية بشكل كبير نتيجة المقاومة الكبيرة على الجسم.
- 3-ان للتمرينات المصممة كان لها الأثر الإيجابي في تطوير مهارة حائط الصد مما انعكس إيجابا على الأداء لمهارة الضرب الساحق.

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحثان يوصيان بالتالي:

- 1-الاهتمام بالتدريب باستخدام حائط الصد الخشبي في لعبة الكرة الطائرة.
- 2-الاستفادة من النتائج المترتبة من استخدام حائط الصد الخشبي لمهارة الضرب الساحق القطري والمستقيم بالكرة الطائرة.

المصادر:

- [1] محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي: (مصر، دار الفكر العربي، 1987).
- [2] محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997).
- [3] كورت ماينل؛ التعلم الحركي، (ترجمة) عبد علي نصيف: (بغداد، مطابع جامعة بغداد، 1987).
- [4] هارة؛ اصول التدريب، (ترجمة) عبد علي نصيف: (بغداد، مطابع جامعة بغداد، 1975).

الاستقرار الوظيفي وعلاقته بالإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة /

محافظة ذي قار

نبيل مكطوف جواد¹

مديرية تربية ذي قار¹

(¹ Nabeelms1986@yahoo.com)

المستخلص: تتجلى أهمية البحث في معرفة العلاقة بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين

الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار، وقد هدف البحث الى:

1- التعرف على مستوى الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

2- التعرف على مستوى الإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

3- التعرف على العلاقة بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار.

وقد افترض الباحث التالي:

-توجد علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة هذه الدراسة وأهدافها، واشتملت عينة الدراسة على عدد (25) مشرف رياضي اختصاص تربية رياضية في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار، تم قياس الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لديهم باستخدام مقياسي الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري، ومن أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث انه توجد علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري للمشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة استنتج الباحث ما يلي:

1-المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم استقرار وظيفي .

2-المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم إبداع إداري .

3-توجد علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحث يوصي بالتالي:

1-تعزيز الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين التربويين بصورة عامة والمشرفين الرياضيين خاصة في العراق من خلال إشباع حاجاتهم ومتطلباتهم.

2-تعزيز الإبداع الإداري لدى المشرفين التربويين بصورة عامة والمشرفين الرياضيين خاصة في العراق من خلال عقد الندوات في مجالات الإدارة المختلفة وتنمية الحس الإبداعي لديهم.

الكلمات المفتاحية: الاستقرار الوظيفي - الإبداع الإداري - المشرفين الرياضيين الاختصاص.

1- المقدمة:

وينبغي على المشرفين الرياضيين أن يكونوا مبدعين ومبتكرين في أفكارهم وأساليبهم، وأن تكون لديهم أساليب يستطيع العاملون معهم القيام بعملية الابتكار والإبداع والسعي المتواصل لدعم وجذب العناصر المبدعة، وعلى ذلك تراه يشجع العاملين معه على تقديم أفكار جديدة تحمل بين طياتها الإبداع والابتكار الخلاق، ومن هنا تكمن أهمية الدراسة في معرفة العلاقة بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

مشكلة البحث

يعد الاستقرار الوظيفي من المواضيع المهمة في العمل الإداري بمختلف جوانبه فهو يمثل احد العوامل الأساسية والمهمة في توفير الخبرة العلمية والعملية والمهارات المختلفة المطلوبة للأفراد العاملين بمختلف جوانب العمل الإداري وبالأخص في مجال الإشراف الرياضي في المنتديات التي يحتاج العمل فيها إلى استقرار الأفراد العاملين وتحقيق حاجاتهم وإشباع رغباتهم، والتي بدورها ترفع المعنويات للظهور بشكل أكثر انتظاما واهتماما بالعمل ويحفز الطاقات الإبداعية للظهور، من اجل الارتقاء بمستوى كفاءة المشرف التربوي .

وانطلاقا مما تقدم تمثلت مشكلة الدراسة بالتعرف على الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار والإجابة على التساؤل: هل للاستقرار الوظيفي علاقة بالإبداع الإداري للمشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار؟

أهداف البحث

- 1- التعرف على مستوى الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.
- 2- التعرف على مستوى الإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.
- 3- التعرف على العلاقة بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار.

فرضية البحث

-توجد علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار.

إن علم الإدارة له اثر كبير في الارتقاء بالحضارة الإنسانية بما له من تأثير على أنشطة الإنسان وتحسين أداءه وتنمية مهاراته وزيادة كفاءته، وقد اتضح ذلك جليا مع تطور الأنشطة والأعمال التي تحتاج إلى العديد من الأفراد لتنفيذها، إذ تطلب الأمر وضع أهداف محددة لهذه الأنشطة وتنظيم الأعمال التي تحتاج إلى العديد من الأفراد إلى تنفيذها، إذ تطلب الأمر وضع أهداف محددة لهذه الأنشطة وتنظيم الأعمال والتنسيق بين الأفراد وتوجيههم والرقابة عليهم، كل هذه العناصر شكلت في مجموعها جوهر مفهوم الإدارة، ولكون الإنسان هو عنصر التغيير والتطوير في أي مؤسسة تربوية، المؤسسة الرياضية هي إحدى أهم مؤسسات المجتمع، وتقاس كفاءة المؤسسة التربوية بمقدار تحقيقها لما يتوقعه المجتمع منها، ولكي ترقى المؤسسة التربوية إلى مستوى التوقعات فإنها بحاجة إلى مصادر بشرية ومادية كافية، وبنى تنظيمية مناسبة، وسياسات معقولة مستندة على دراسات علمية وعاملين مؤهلين وظروف عمل ملائمة، وتوافر هذه العوامل يؤدي إلى الاستقرار الوظيفي.

ويعد الاستقرار الوظيفي عنصرا حيويا في بلوغ الأهداف التنظيمية وتعزيز الثقة بين الإدارة والعاملين فيها، ويسهم في تطوير قدرات المؤسسات على البقاء والاستمرار، لذا نال عناية الكثير من الباحثين لما له من أهمية وانعكاسات على الفرد والمؤسسة على حد سواء، ويؤدي الاستقرار الوظيفي الى عدد من النتائج الايجابية ومنها الإبداع الإداري بالنسبة للمؤسسة والأفراد.

ويعد الإبداع الإداري من أهم مقومات المؤسسات الناجحة والتميزة في أدائها وإنجازها والتي تسعى لإحداث نقلة نوعية وتغييرات جوهرية في أساليب عملها ودعم الأفراد العاملين فيها وتشجيع السلوك الإبداعي لديهم بحيث تصبح ذات كفاءة وفعالية أعلى.

والإبداع يعني مواصلة التغيير من خلال المرونة، وتوفير المناخ المناسب والبيئة الإدارية المبدعة، وتفويض السلطات والمشاركة في اتخاذ القرارات، ومنح المرؤوسين فرصة لأداء الأعمال بحرية واستقلالية، فالإبداع الإداري يتضمن في الغالب إيجاد تطوير في الأنظمة الإدارية بحيث تكون مختلفة عما كانت عليه، وتؤدي إلى نتائج إيجابية بشكل مباشر أو غير مباشر

مجالات البحث

المجال البشري: المشرفين الرياضيين في مديرية تربية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

المجال الزمني: المدة من 2021/5/4 ولغاية 2021/9/12.

المجال المكاني: منتديات الشباب والرياضة في محافظة ذي قار.

تحديد المصطلحات

-**الاستقرار الوظيفي:** " هو بقاء الموظف في عمله الذي يشغله وضمان استقراره عن طريق تحفيزه وترقيته وتوفير الظروف والشروط المناسبة للعمل "(22:4).

-**الإبداع الإداري:** " هو جميع العمليات التي يمارسها الفرد داخل المنظمة وتتسم بالأصالة والطلاقة والمرونة والمخاطرة، والقدرة على التحليل والخروج عن المألوف سواء للفرد أو المنظمة التي يعمل بها والحساسية للمشكلات التي تنتج عن التعامل مع البيئة "(185:9).

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة المراد حلها.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تم تحديد مجتمع البحث بالمشرفين اختصاص تربية رياضية في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار للعام الدراسي 2022/2021، أما عينة البحث فتم اختيارها بالطريقة العمدية من المشرفين في اختصاص التربية الرياضية مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار والبالغ عددهم (25) مشرفاً، كما تم اختيار (8) مشرفين لإجراء تجربة استطلاعية عليهم.

2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

1-3-2 وسائل جمع المعلومات: (المصادر العربية والأجنبية، شبكة الانترنت، الاستبانة، المقاييس).

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة: (لابتوب نوع (DELL)، أقلام).

2-4 أداة البحث:

أولاً: مقياس الاستقرار الوظيفي: اعتمد الباحث المقياس الذي أعده (باسم محمد صالح كنو، 2020) (2:133) ملحق (1)، ويتكون المقياس من (34) فقرة ويقوم المجيب بالإجابة على المقياس في ضوء مقياس خماسي التدرج (اتفق بشدة، اتفق، محايد، لا اتفق، لا اتفق بشدة)، وتعطى الدرجات من (1-5) على التوالي، وان اقل درجة على المقياس (34) درجة، وأعلى درجة هي (170) درجة، وبمتوسط فرضي بلغ (102)، وتصحيح المقياس يتم من خلال الدرجات التي يجمعها المجيب على جميع الفقرات.

ثانياً: مقياس الإبداع الإداري: اعتمد الباحث مقياس الإبداع الإداري (1:ب) ملحق (2)، الذي يتكون من (13) فقرة ويقوم المجيب بالإجابة على المقياس في ضوء مقياس خماسي التدرج (اتفق بشدة، اتفق، محايد، لا اتفق، لا اتفق بشدة)، وتعطى الدرجات من (1-5) على التوالي، وان اقل درجة على المقياس (13) درجة، وأعلى درجة هي (65) درجة، وبمتوسط فرضي بلغ (39)، وتصحيح المقياس يتم من خلال الدرجات التي يجمعها المجيب على جميع الفقرات.

وعلى الرغم من استخدام المقياسين في البيئة العراقية وان المعاملات العلمية متحققة وموثوق بها إلا أن الباحث قام بعرض المقياسين على عدد من الخبراء والمختصين في علم الإدارة الرياضية والذين أكدوا صلاحية المقياسين لقياس ما أعدا لأجله بعد إجراء بعض التعديلات الطفيفة بما يتلاءم مع طبيعة الدراسة والعينة وهذا ما يحقق صدق المحتوى للمقياسين، ثم قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة من غير عينة البحث الرئيسة ومن مجتمع الأصل وهم (8) مشرفين تربويين تخصص تربية رياضية للتحقق من ثبات المقياسين من خلال تطبيق المقياسين وإعادة تطبيقهما بعد (14) يوم من التطبيق الأول، ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بينهما، وكانت معاملات الارتباط عالية وهو ما يحقق الثبات للمقياسين .

2-5 التجربة الرئيسة: تم تطبيق مقياسي الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري على عينة التجربة الرئيسة بدءاً من 2021/6/22 ولغاية يوم الخميس الموافق 2021/9/25.

ظهر أن قيمة الوسط الحسابي (49.226) وانحراف معياري (4.39) وهو أكبر من الوسط الفرضي البالغ (39) وهذا يدل على أن المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم إبداع إداري .

3-3 عرض وتحليل نتائج الارتباط بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار وتحليلها:

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط البسيط لمقياسي الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار .

| العالم الاحصائية المتغير | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة معامل الارتباط | مستوى الدلالة sig | الدلالة الاحصائية |
|--------------------------|-------------|---------------|-------------------|---------------------|-------------------|-------------------|
| الاستقرار الوظيفي | درجة | 137.421 | 8.77 | 0.793 | 0.000 | معنوي |
| الإبداع الإداري | درجة | 49.226 | 4.39 | | | |

* معنوي عند مستوى دلالة $\leq (0.05)$ وأمام درجة حرية (23)

يبين جدول (3) أن قيمة الوسط الحسابي لمقياس الاستقرار الوظيفي (137.421) وانحراف معياري (8.77) أما قيمة الوسط الحسابي لمقياس الإبداع الإداري كانت (49.226) وانحراف معياري (4.39)، أما قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوبة كانت (0.793) وبمستوى دلالة (0.000) وهي أقل من مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (23) وهذا يدل على أن هناك ارتباط معنوي بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في محافظة ذي قار .

3-4 مناقشة النتائج:

لقد ظهر من عرض وتحليل النتائج في الجداول (2،1) أن درجة الاستقرار الوظيفي لدى عينة البحث أكبر من الوسط الفرضي مما يدل على أن المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم استقرار وظيفي مما أثر في قدرتهم على الإبداع الإداري والذي ظهر ارتفاع مستوى العينة أيضاً في الإبداع الإداري، إذ إنه عندما يتحقق الاستقرار للمشرف التربوي في العمل يؤدي إلى توطيد علاقة المشرفين ببعضهم البعض وتحسين العلاقة أيضاً بين المشرفين والمدرسين وبالتالي سوف يعود ذلك بشكل إيجابي على المؤسسات التربوية، فعندما يشعر مشرف التربية الرياضية بالاستقرار الوظيفي سواء

2-6 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في تحليل بيانات البحث، وقد استعمل الوسائل الآتية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون (ر)).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار وتحليلها:

جدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار

| المتغير | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الفرضي |
|-------------------|---------------|-------------------|--------------|
| الاستقرار الوظيفي | 137.421 | 8.77 | 102 |

يبين الجدول (1) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار إذ ظهر أن قيمة الوسط الحسابي (137.421) وانحراف معياري (8.77) وهو أكبر من الوسط الفرضي البالغ (102) وهذا يدل على أن المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم استقرار وظيفي .

3-2 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار وتحليلها:

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار

| المتغير | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الفرضي |
|-----------------|---------------|-------------------|--------------|
| الإبداع الإداري | 49.226 | 4.39 | 39 |

يبين الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي لنتائج مقياس الإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار إذ

الاجتماعية داخل المؤسسة اعقد مما نتصور فهي ليست مجالاً مادياً يتمثل في أداء ادوار التسيير والإنتاج بل هي مجال اجتماعي وثقافي وتنافسي وتعاوني، كل هذه العناصر تؤثر بأي شكل من الأشكال على فعالية المؤسسة التربوية (10:194).

وان هذه العلاقة المعنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لها دور كبير في إقامة علاقات مع المجتمع المحيط والتي تؤثر إيجاباً على عمل المشرف وتشمل العلاقات الاجتماعية الزملاء والمدرسين وعلاقة المشرف بإدارات المدارس فهذه العوامل لها تأثير كبير ومباشر على عمله فكلما كانت علاقة المشرف بالمجتمع المحيط به قوية وجيدة ذلك يدفعه إلى الاستقرار في عمله وتكون مهاراته في الإشراف عالية جداً ويدفعه نحو الإبداع والتقدم (3:85).

كما انه من العوامل التي تساعد على تنمية الإبداع الإداري بيئة العمل اليومية وما يوجهه المشرف من مؤثرات والتي تعد ذات أثر على الإبداع الإداري إذ نجد أن الفلسفة الجيدة التي تنتهجها الإدارة في التعامل مع العاملين والنظرة الإيجابية من قبل الإدارة نحوهم تؤدي إلى بناء علاقات جيدة بين الإدارة والعاملين، وهذا يؤدي إلى درجة جيدة من الاستقرار الوظيفي ما يؤدي إلى المزيد من البذل والعطاء من قبل العاملين ما يؤدي بالتالي إلى خلق وإطلاق القدرات الإبداعية لديهم كما أن تبسيط إجراءات العمل وقتل الجمود والروتين سيؤديان أيضاً إلى هذه النتيجة (6:91).

4-الخاتمة:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة استنتج الباحث ما يلي:

1-المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم استقرار وظيفي .

2-المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار لديهم إبداع إداري .

3-توجد علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري لدى المشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار .

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحث يوصي بالتالي:

1-تعزيز الاستقرار الوظيفي لدى المشرفين التربويين بصورة عامة والمشرفين الرياضيين خاصة في العراق من خلال إشباع حاجاتهم ومتطلباتهم.

نفسياً أو اجتماعياً أو مالياً، بيئياً أو إدارياً سوف يساعد ذلك على رفع مستوى النشاط والطموح لدى المشرف كما انه يرفع الروح المعنوية له ويعطيه الدافعية للإنجاز فيقبل على العمل بصدر رحب دون الشعور بالكسل أو التوتر أو الملل، وهذا ما أكده (سليمان الفارس و(آخرون)، 2006) بان شعور المشرف التربوي بأهميته يولد لديه شعور قوي بالانتماء إلى العمل ويبعد عنه مشاعر الاغتراب عن هذا العمل وبالتالي فإن درجة حماسه ورغبته في الأداء تكون قوية ويكون مطمئناً ومستقراً (7:73).

ويرى (العززي، 1985) أن الاستقرار الوظيفي يتولد عندما يشعر الفرد بالرضا ويعرف الرضا بأنه مفهوم سلوكي يقيس مدى تقبل الفرد لوظيفته من جميع جوانبها، وبالتالي يعكس درجة سعادته واستقراره وإبداعه فيها، وما تحققه له الوظيفة من إشباع لحاجاته المتعددة التي يرغب في أن يشبعها قياساً بأدائه للوظيفة (5:24).

كما أن الإبداع أصبح الآن بمثابة الأمل الأكبر للعنصر البشري لحل الكثير من المشكلات التي تواجهه، لذا فإن مستقبل الأمم لا يعتمد على مجرد القوى العاملة بها، وإنما يعتمد على توفير نوع ممتاز من العاملين، أي على أفراد مبدعين في مختلف المجالات (8:5).

كما ظهر من الجدول (3) علاقة ارتباط معنوية بين الاستقرار الوظيفي والإبداع الإداري للمشرفين الرياضيين في مديرية الشباب والرياضة في محافظة ذي قار ويعزو الباحث هذه العلاقة المعنوية إلى النتيجة المنطقية في المشرف التربوي بالاستقرار الوظيفي والطمأنينة عند يتوفر الجو المناسب مما يدفعه إلى أداء واجباته في مجال الإشراف ورغبته في العطاء مما يكسبه الخبرات التي تؤدي إلى الاستمرارية في التقدم والنجاح في العمل.

كما إن مشرف التربية الرياضية يجب أن يتمتع بعلاقات اجتماعية طيبة مع إدارات المدارس ومع الزملاء من المدرسين والمجتمع لكون شخصية المشرف التربوي اختصاص التربية الرياضية شخصية اجتماعية وقوية ويكون محبوباً ومقرباً من جميع الزملاء والمدرسين نتيجة كونه سابقاً مدرس تربية رياضية ومزاولته لدروس التربية الرياضية والألعاب الرياضية المختلفة مما يدفع هذا المشرف إلى المزيد من التقدم والإبداع في مجال عمله، ويشير إلى ذلك (ناصر قاسمي، 2017) بان العلاقات

2- تعزيز الإبداع الإداري لدى المشرفين التربويين بصورة عامة والمشرفين الرياضيين خاصة في العراق من خلال عقد الندوات في مجالات الإدارة المختلفة وتنمية الحس الإبداعي لديهم.

3- تشجيع الإبداع الإداري لدى المشرفين التربويين بصورة عامة والمشرفين الرياضيين خاصة في العراق من خلال العمل تحقيق رضاهم واستقرارهم الوظيفي.

المصادر:

- [1] افتخار ياسر كريم وآخرون؛ دراسة مقارنة للقدرة على الإبداع الإداري لدى العاملين في المدارس التخصصية للألعاب الفردية والفقرية، بحث منشور، مجلة الرياضة المعاصرة، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، المجلد (17)، العدد (3)، 2018 .
- [2] باسم محمد صالح كنو؛ الاستقرار الوظيفي وعلاقته بمهارات التدريس لمدرسي التربية الرياضية في محافظة ديالى: (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2020).
- [3] بن منصور رقيقة؛ الاستقرار الوظيفي وعلاقته بأداء العاملين في القطاع الخاص: (رسالة ماجستير، جامعة بانه، 2014).
- [4] حنفي فاتح؛ الترقية الوظيفية والاستقرار الوظيفي المهني: (رسالة ماجستير في علم الاجتماع، جامعة منتوري، قسنطينة، الجزائر، 2006).
- [5] سعد علي حمود العنزي؛ الرضا الوظيفي والأداء: (رسالة ماجستير في إدارة الأعمال غير منشورة، كلية الإدارة والاقتصاد، جامعة بغداد، 1985).
- [6] سعود محمد النمر؛ الإبداع الإداري، دراسة سلوكية: (المدير العربي، ع (117)، 1992).
- [7] سليمان خليل الفارس وآخرون؛ إدارة الموارد البشرية الأفراد: (جامعة دمشق، حقوق التكاليف للطبع والنشر، 2006).
- [8] محمد عبد المقصود؛ معوقات تنمية الإبداع في التربية العربية وسبل مواجهتها، دراسة تحليلية: (مجلة التربية المعاصرة، عمان، 1998).
- [9] مشعل بن مبارك الحارثي؛ واقع تطبيق عناصر الإبداع الإداري وأبرز معوقاته لدى مدربي المدارس الثانوية في محافظة جدة: (رسالة ماجستير، السعودية، 2012).
- [10] ناصر قاسمي؛ التحميل السوسولوجي نماذج تطبيقية: (ديوان المطبوعات الجامعية، 2017).

الملاحق:

ملحق (1) يوضح مقياس الاستقرار الوظيفي

| ت | العبارة | اتفق بشدة | اتفق | محايد | لا اتفق | لا اتفق بشدة |
|----|--|-----------|------|-------|---------|--------------|
| 1 | يناسب الراتب الشهري الذي أتقاضاه مع الجهد الذي ابذله في العمل | | | | | |
| 2 | أتقاضى أجور النقل والضمان الصحي بصورة مستمرة | | | | | |
| 3 | يتوفر نظام واضح وشفاف خاص بالمكافآت والحوافز والعلوات | | | | | |
| 4 | يتوفر نظام إقراض وسلف متاح وميسر للمشرف التربوي | | | | | |
| 5 | يتوفر تخصص مالي ملائم لاحتياجات درس التربية الرياضية | | | | | |
| 6 | تربطني علاقات اجتماعية جيدة مع زملائي في العمل | | | | | |
| 7 | أساعد المدرسين عندما يحتاجون المساعدة وبيادلوني بالمثل | | | | | |
| 8 | علاقاتي ايجابية مع إدارات المدارس | | | | | |
| 9 | أشارك مع زملائي خصوصياتي الشخصية وبيادلوني بالمثل | | | | | |
| 10 | تربطني علاقة ايجابية مع مدرسي التربية الرياضية | | | | | |
| 11 | تتوفر غرفة خاصة لمدرسي التربية الرياضية مجهزة بالاحتياجات الأساسية | | | | | |
| 12 | تتوفر في المدارس الأدوات والأجهزة الرياضية الخاصة بمدرس التربية الرياضية | | | | | |
| 13 | تتوفر في المدارس الساحات والملاعب الخاصة بدرس التربية الرياضية | | | | | |
| 14 | يؤثر الوضع الأمني على أداء عملي كمشرف تربوي | | | | | |
| 15 | العمل الذي أقوم به يشعرني باحترام الآخرين لي | | | | | |
| 16 | اشعر أن عملي مريح وخال من الصعوبات | | | | | |
| 17 | حالي الصحية لا تعيقني من أداء مهنة الإشراف | | | | | |
| 18 | المسافة بين عملي ومحل سكني لا يؤثر على أدائي الوظيفي | | | | | |
| 19 | مشاكلي وظروفي الخاصة لا تؤثر على أدائي الوظيفي | | | | | |
| 20 | اشعر بالضغط النفسي والعصبي بسبب وظيفتي | | | | | |
| 21 | اشعر بالفخر والثقة بالنفس كوني مشرف تربوية رياضية | | | | | |
| 22 | اشعر بالملل والروتين من مزاولة عملي كمشرف تربوية رياضية | | | | | |
| 23 | ارغب بترك وظيفتي وإيجاد عمل بديل له | | | | | |
| 24 | أتعامل إداريا بعدالة مع جميع المدرسين | | | | | |
| 25 | تتابع الإدارة أدائي بصورة دورية وتعمل على تحسين وتطوير مستواي | | | | | |
| 26 | ساعات العمل تتلاءم مع قدراتي وإمكانياتي | | | | | |
| 27 | تتشارك الإدارة مع القرارات الخاصة بعملي | | | | | |
| 28 | تستمع الإدارة إلى أفكاري ومقترحاتي | | | | | |
| 29 | تتوفر فرص تطوير الذات وإكمال الدراسة | | | | | |
| 30 | يتم متابعة ساعات عملي في جهاز الإشراف | | | | | |
| 31 | يهيمن نجاح جهاز الإشراف التربوي الذي اعمل فيه | | | | | |
| 32 | نظرة جهاز الإشراف التربوي للتربية الرياضية على أنها دون المواد الأخرى | | | | | |
| 33 | افتقار الملاعب والساحات في المدارس إلى إجراءات السلامة والأمان | | | | | |
| 34 | أجد صعوبة كبيرة في استخدام الأساليب الحديثة في مجال الإشراف التربوي | | | | | |

ملحق (2) يوضح مقياس الإبداع الإداري

| ت | العبارة | اتفق بشدة | اتفق | محايد | لا اتفق | لا اتفق بشدة |
|----|--|-----------|------|-------|---------|--------------|
| 1 | أحاول تطبيق طرائق وأساليب جديدة لحل أي مشكلة أو إجهها في العمل | | | | | |
| 2 | أقوم بإنجاز عملي بأسلوب متطور وجديد | | | | | |
| 3 | أحرص على تقديم الاقتراحات والأفكار الجديدة | | | | | |
| 4 | امتلك الحجة القوية والقدرة على الإقناع | | | | | |
| 5 | أتمتع بحرية التعبير عن آرائي ومقترحاتي حتى وإن كانت مخالفة رئيسي | | | | | |
| 6 | أحرص على تمتعي بمهارة النقاش والحوار مع الآخرين | | | | | |
| 7 | اهتم بالأراء المخالفة لآرائي والاستفادة منها | | | | | |
| 8 | أسعي للحصول على أفكار ومقترحات جديدة تساهم في حل مشكلات العمل | | | | | |
| 9 | أحرص على الاستفادة من الانتقادات والملاحظات التي توجه لي | | | | | |
| 10 | اعتقد بان الجميع يثق بقدراتي وقيادتي | | | | | |
| 11 | قدرتي للتعامل مع مشكلات العمل | | | | | |
| 12 | امتلك رؤية دقيقة لمشكلات العمل | | | | | |
| 13 | قدرتي على توقع مشكلات بالعمل والتعامل معها قبل وقوعها | | | | | |



دراسة مقارنة في درجة استخدام تكنولوجيا التعلم الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر التدريسين تبعاً لبعض المتغيرات في جامعات الفرات الأوسط

أ.م.د. علياء حسين عبيد حسين¹

جامعة الكوفة/كلية التربية للبنات/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضية¹

(¹ aliahusseini8a@gmail.com)

المستخلص: يهدف البحث الى:

1-مقارنة درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين في جامعات الفرات الأوسط.
2-مقارنة على درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين تبعاً لبعض المتغيرات (الجنس، الخبرة، المؤهل العلمي) في جامعات الفرات الأوسط.

اما فرض البحث:

1-توجد فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة وتعزى الى المتغيرات (سنوات الخبرة، الجنس، المؤهل العلمي) في جامعات الفرات الأوسط.

قيماً اشتملت مجالات البحث على:

المجال البشري: اعضاء الهيئة التدريسية في جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، كربلاء، القادسية، بابل) .

المجال الزمني: للمدة من 2021/11/20-2022/3/24

المجال المكاني: جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، بابل، كربلاء، القادسية).

اعتمد الباحثون المنهج الوصفي العلاقات بأسلوب دراسة المقارنة لملائمة متطلبات البحث وإجراءاته الميدانية. واشتمل مجتمع البحث الكلي على تدريسي جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، كربلاء، القادسية، بابل) للعام الدراسي 2021/2022. اما عينة البحث فتكونت العينة من (88) تدريسي من اساتذة جامعات الفرات الاوسط لنفس العام الدراسي وشكلوا نسبة مئوية مقدارها 73.33% وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية.

على وفق النتائج المستخرجة توصل الباحثون الى مجموعة من الاستنتاجات:

1-امتلاك التدريسيين في جامعات الفرات الاوسط درجة متوسطة من استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظرهم .

2-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية الرياضية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير الجنس .

3-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية البدنية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير سنوات الخبرة .

4-وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية البدنية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير المؤهل العلمي .

الكلمات المفتاحية: استخدام تكنولوجيا-التعلم الحديثة-دروس التربية الرياضية-التدريسين-جامعات الفرات الأوسط

1-المقدمة:

التعليمية المحددة وتطوير النظام التعليمي ورفع فعاليته " (وفيقه مصطفى سالم: 2001، 66).

تكمن اهمية الدراسة في المقارنة في درجة استخدام تكنولوجيا التعلم في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين تبعاً لبعض المتغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة) في جامعات الفرات الاوسط .

اما مشكلة البحث:

من خلال كوني تدريسية لاحظت قلت استخدام التكنولوجيا في الدروس، ونظراً للتطور الكبير في مجال التكنولوجيا فلا بد من ادخال هذا التكنولوجيا الى الدروس في كافة التخصصات ولانها ستجعل الطالب هو محور العملية التعليمية من خلال تفاعل بين الطالب والوسيلة. والتكنولوجيا المستخدمة في دروسها يقلل الجهد والوقت على الطالب والمدرس وتبتعد عن الدروس الروتينية ولغرض البحث في هذه المشكلة محاولة التعرف عليها من خلال وجهة نظر المدرسين وعلاقته ببعض المتغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)

اما اهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى:

- 1-مقارنة درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين في جامعات الفرات الأوسط.
- 2-مقارنة على درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين تبعاً لبعض المتغيرات (الجنس، الخبرة، المؤهل العلمي) في جامعات الفرات الأوسط.

اما فرض البحث:

-توجد فروض ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة وتعزى الى المتغيرات (سنوات الخبرة، الجنس، المؤهل العلمي) في جامعات الفرات الأوسط.

مجالات البحث:

المجال البشري: اعضاء الهيئة التدريسية في جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، كربلاء، القادسية، بابل) .

المجال الزمني: للمدة من 20/11/2021-2022/3/24

المجال المكاني: جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، بابل، كربلاء، القادسية).

ان العالم بأكمله يواجه بشكل عام وملحوس وخصوصاً مجتمعنا العراقي، والمجتمع العربي بشكل عام تحديات كبيرة ومتزايدة ومتسارعة نتيجة للتطور في الثورة الالكترونية التي شهدتها العالم في الربع الاخير من القرن الماضي وقد سيطرة هذا التطور على جميع النواحي الحياة حتى في مجال التربية الرياضية من خلال التجديد الحاصل بطرائق واساليب وخطط دروس التربية الرياضية، التي واكبت التطور الحاصل بالتكنولوجيا الحديثة في التعليم من خلال ادخال الآلات والوسائل وتكنولوجيا التعليم الحديثة في شتى ميادينها واعتمادها بشكل كبير على تلك الادوات، لذلك تعد جزء لا يتجزأ من الادوات المساعدة في التعليم الصحيح ليس مجرد آلة للترويح والتسلية، وهذا ما اعتمد عليه الدول وخاصة في التربية الرياضية التي ابدت اهتمامها في ادخال التكنولوجيا الحديثة في التعليم واعتمادها وتقديم الدعم الكامل لها من اجل تزويد المتعلمين من الطلاب بعديد من المعارف وتقييم ادائهم بشكل افضل واختصار الزمن الوقت والكلفة باستخدام تكنولوجيا التعليم الحديثة مع ضرورة الاهتمام بتقنيات التعليم .

" اما بالنسبة لمدرس التربية الرياضية بالكليات بكليات التربية الرياضية فان التكنولوجيا الحديثة تساعدهم على ان يكونوا اكثر ابداعاً في تطبيقاتهم العلمية وطرائق تدريسيهم في ظل وجود مساحة كافية من الحرية لديهم تكون متاحة لتطوير المعرفة لدى الطلاب مع مراعاة خصوصية كل طالب، والمؤسسات التربوية بدورها تعمل على تشجيع طلابها على الابتكار والبحث وزيادة المعرفة من خلال استخدام المصادر المعرفية خارج المنهج المقرر وخارج نطاق المحتوى الدراسي، ولهذا نجد ان التكنولوجيا الحديثة تمكنهم من جعل الطريق سهلاً امام مدرسي التربية الرياضية ممهداً امامهم لتحفيز التحصيل العلمي لديهم ومراجعة طرائق تدريسيهم التي يستخدمونها، ويمكن ان نقول ان اجهزة الحاسوب الشخصية والكثير من الوسائل التعليمية الحديثة يمكن ان توفر الفرصة لهم لطرح وتحليل وعرض الدروس بطريقة اكثر وضوحاً والتي تساهم في تعليم الطلاب في الكليات في دروس التربية الرياضية النظرية والعملية، وتكنولوجيا التعليم بمعناها الشامل تضم الادوات والاجهزة والبرامج التعليمية الحديثة المستخدمة في نظام تعليمي محدد بهدف تحقيق الاهداف

| | | | |
|------|----|---------|--|
| %57 | 50 | دكتوراه | |
| %100 | 88 | المجموع | |

تعريف مصطلحات البحث:

1-التكنولوجيا الحديثة: جهد انساني وطريقة للتفكير في استخدام المعلومات والمهارات والخبرات والعناصر البشرية والغير بشرية بطريقة حديثة ومتطورة في مجال معين وتطبيقها في اكتشاف وسائل تكنولوجية لحل مشكلات الانسان واشباع حاجاته وزيادة قدراته (امين انور الخولي: 1996، 25).

2-درجة الاستخدام: مدى استخدام التدريسين للتكنولوجيا الحديثة وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها التدريسين على المقياس المعد (امين انور الخولي: 1996، 25).

2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي العلاقات بأسلوب دراسة المقارنة لملائمة متطلبات البحث واجراءاته الميدانية .

2-2 مجتمع البحث وعينته: اشتمل مجتمع البحث الكلي على تدريسي جامعات الفرات الاوسط (الكوفة، كربلاء، القادسية، بابل) للعام الدراسي (2022/2021). اما عينة البحث فتكونت العينة من (88) تدريسي من اساتذة جامعات الفرات الاوسط لنفس العام الدراسي وشكلوا نسبة مئوية مقدارها 73.33% وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وكما في الجدول التالي:

جدول (1) يبين افراد العينة والنسب المئوية لهم.

| ت | اسم الجامعة | عدد التدريسيين | النسبة المئوية |
|---|---|----------------|----------------|
| 1 | الكوفة (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) | 15 | 17.04% |
| 2 | بابل | 30 | 34.09% |
| 3 | كربلاء | 25 | 28.40% |
| 4 | القادسية | 18 | 20.45% |
| | المجموع | 88 | 100% |

جدول (2) يبين توزيع افراد العينة تبعا للمتغيرات.

| المتغيرات | الفئة | العدد | النسب المئوية |
|-----------------------------|------------------|-------|---------------|
| الجنس المجموع | ذكر | 51 | 58% |
| | انثى | 37 | 42% |
| عدد سنوات الخبرة المجموع | 1-5 سنوات | 25 | 28% |
| | 6-10 سنوات | 36 | 41% |
| | اكثر من 10 سنوات | 27 | 31% |
| المجموع | | 88 | 100% |
| المؤهل العلمي | ماجستير | 38 | 43% |

2-3-2 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة:

1-3-2-1 الادوات والاجهزة المستخدمة:(حاسبة الكترونية يدوية نوع (sony) عدد (1)، لابتوب نوع (corei5) (hp) عدد (1)).

2-3-2-2 وسائل جمع المعلومات: مقياس استخدام المنهاج وتكنولوجيا التعليم الحديثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات الفرات الاوسط: (المصادر والمراجع العربية والاجنبية، اراء الخبراء والمختصين، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، استمارة تسجيل وتفرغ البيانات، الاستبانة، مقابلات شخصية).

2-4-2 اجراءات البحث الميدانية:

أولاً: المقياس المستخدم:

استخدمت الباحثة مقياس درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس العملية للتربية الرياضية والمعد من قبل (جمال ابراهيم عبد ضاحي: 2021) المكون من (25) فقرة، لغرض التأكد من الاسس العلمية للمقياس عرض المقياس على مجموعة من الخبراء المختصين كما موضح بالملحق (2)، لبيان مدى صلاحيتها وتطبيقها على عينة البحث وجدت ان المقياس صالح للتطبيق من خلال قيمة النسبة المئوية المستخرجة لفرقاته اذ تراوحت النسبة المئوية ما بين (80-100%) وتم التحقق من ثبات المقياس من خلال تطبيقه على عينة مكونة من (12) تدريسي من خارج عينة البحث وتم استخراج معامل الثبات الفاكورمباخ المقياس وقد حصل على نسبة (0.84%) وهذه النسبة جيدة لملائمة لأغراض الدراسة الحالية.

ثانياً: مفتاح التصحيح:

احتوى المقياس على فقرات ايجابية والسلبية، والفقرات الايجابية هي (1، 2، 5، 7، 13، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25). اما الفقرات السلبية هي (3، 4، 6، 8، 9، 10، 11، 12، 14، 15، 16، 17). اما طريقة تصحيح الفقرات الايجابية فهي (1، 2، 3، 4، 5) . وطريقة تصحيح الفقرات السلبية فهي (1، 2، 3، 4، 5).

درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة تبعاً لمتغيرات الجنس .

2-متغير المؤهل العلمي:

جدول (6) يبين نتائج اختبار (T.TEST) لمتغير المؤهل العلمي .

| المؤهل العلمي | العدد | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | T المحسوبة | درجة حرية |
|---------------|-------|---------------|-------------------|------------|-----------|
| ماجستير | 38 | 2.79 | 0.45 | 1.69 | 86 |
| دكتوراه | 50 | 3.45 | 0.55 | | |

T الجدولية (1.69) عند درجة حرية 86 ومستوى الدلالة (0.05)

نلاحظ من خلال جدول (6) ان التدريسين من حملة الشهادة الدكتوراه استخدموا وسائل التكنولوجيا في دروسهم اكثر من حملة شهادة الماجستير وهذا الفرق قد تبين من خلال الوسط الحسابي والذي دل على وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح حملة شهادة الدكتوراه .

3-متغيرات سنوات الخبرة:

جدول (7) يبين نتائج اختبار (ANOVA) لمتغير سنوات الخبرة .

| سنوات الخبرة | العدد | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | F | مستوى الدلالة |
|------------------|-------|---------------|-------------------|-------------|------|---------------|
| 1-5 سنوات | 25 | 3,54 | 0,54 | 2 | 0,85 | 0,41 |
| 6-10 سنوات | 36 | 3,60 | 0,47 | | | |
| اكثر من 10 سنوات | 27 | 3,43 | 0,55 | | | |
| المؤهل العلمي | 88 | 3,52 | 0,52 | | | |

نلاحظ من خلال الجدول السابق ان درجة استخدام التدريس التكنولوجي الحديثة حسب سنوات الخدمة جاءت نسب متوسطة مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية، من وجهة نظر المدرسين في درجة استخدام هذه التكنولوجيا تعزو الى متغير سنوات الخبرة .

3-3 مناقشة النتائج:

من خلال ماتم عرضه في جداول السابقة تبين ان الوسط الحسابي للمقياس المطبق على العينة (2.40) وجاء بدرجة متوسطة وتعزو هذه النتيجة الى قلة الاجهزة عنده الحاجة الى استخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريس، فضلا عن عدم تدريس التدريسين وافقارهم الى الاسلوب الامثل لها، وعدم الملائمة القاعة الدراسية الى استخدام الفعال للتكنولوجيا الحديثة كما ان اغلب القاعات هي قاعات اعتيادية تفتقد الى المعدات اللازمة لاستخدام التكنولوجيا الحديثة فضلا عن ان بعض ادوات التكنولوجيا الحديثة مكلفة وليست في متناول الجميع، كما ان استخدامها يحتاج الى دورات تدريبية للتدريسيين لمواكبة التطور،

2-5 التجربة الرئيسية (قاسم المندلاوي: 1990، 107): قامت الباحثة بتطبيق الاستبانة على العينة للمدة 2/1/2022-15/1/2022، علما ان بعض الاجابات تمت الكترونيا وبعض الاخر يدويا .

2-6 الوسائل الاحصائية: الاستبانة الباحثة بالوسائل التالية للحصول على النتائج: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، t للعينة الواحدة، لمتغير الجنس ونوع الدراسة، تحليل التباين - لمتغير سنوات الخبرة، معامل الفايروناخ لإيجاد معامل الاتساق الداخلي للمقياس، تحديد درجة الاستخدام) . الحد الاعلى - الحد الادنى

طول الفترة =

عدد الدرجات

$$1 - 5 \\ 1.33 = \frac{\quad}{3} =$$

الجدول (3) يبين المعايير الاحصائية لمتغير المتوسطات الحسابية لمتغيرات الدراسة .

| الدرجة | الفترة |
|--------|-----------|
| منخفض | 1-2.33 |
| متوسط | 2.34-3.67 |
| مرتفع | 5-3.68 |

3-عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج المتعلقة لعينة التطبيق:

جدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس المستخدم .

| المتغيرات | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|------------------|---------------|-------------------|
| المقياس المستخدم | 2.40 | 0.93 |

3-2 عرض النتائج المتعلقة بالمتغيرات:

1-متغير الجنس:

جدول (5) يبين نتائج اختبار (T.TEST) لمتغير الجنس .

| الجنس | العدد | س | ع | T | درجة الحرية |
|-------|-------|------|------|-------|-------------|
| ذكر | 51 | 3.63 | 0.53 | 0.600 | 86 |
| انثى | 37 | 3.59 | 0.50 | | |

T الجدول (1.66) عند درجة حرية (86) ومستوى دلالة (0.05)

على وفق الجدول السابق تبين ان الاناث و الذكور جاءت درجاتهم متوسطة مما يدل على عدم وجود فروق احصائية نحو

2-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية الرياضية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير الجنس .

3-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية البدنية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير سنوات الخبرة .

4-وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام مدرسي التربية البدنية في جامعات الفرات الاوسط للتكنولوجيا الحديثة في دروسهم التربية الرياضية ويعزى الى متغير المؤهل العلمي .

في ضوء الاستنتاجات توصي الباحثة بالتالي

1-توفير الاجهزة والتقنيات الحديثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لما لها دور مهم في اوصول المعلومات الى الطالب فضلا عن اقتصار الوقت والجهد على المدرسين .

2-ضرورة استخدام التكنولوجيا الحديثة في التعليم من اجل تحقيق اهداف المنهج الدراسي المطلوب .

3-حالة الابتعاد عن الخطط التقليدية في التدريس استخدام تقنيات التكنولوجيا الحديثة .

4-اعداد المدرسين اعداد كامل وتدريبهم على استخدام التكنولوجيا الحديثة بصورة صحيحة من خلال الندوات والمحاضرات العلمية الخاصة بالتعليم الحديثة .

المصادر:

- [1] امين انور الخولي؛ اصول التربية البدنية الرياضية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996).
- [2] وقيفة مصطفى كامل؛ تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية البدنية وعلوم الرياضة، ط1: (مصر، الاسكندرية، منشأ المعارف، 2001).
- [3] جمال ابراهيم عبد ضاحي؛ استخدام التكنولوجيا التعليم الحديثة في دروس التربية الرياضية المتوسطة في العراق: (رسالة ماجستير، جامعة الانبار، 2021).
- [4] قاسم المنذلاوي؛ الاختبارات القياس في التربية الرياضية: (جامعة الموصل، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، 1990).

وهذه جميعها ادت الى ان درجة استخدامهم للتكنولوجيا الحديثة كان منخفضا.

اما فيما يخص درجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية يعود الى بعض المتغيرات فكانت كالتالي:

1-متغير الجنس: عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام التكنولوجيا الحديثة تبعا لمتغير الجنس يعني ان جميع المدرسين لديهم دورات تدريبية ذاتها فضلا عن ان الغالبية منهم يخضعون لدورات تدريبية موحدة وانهم خريجو المؤسسات التعليمية ذاتها ولهذا كان متغير الجنس عامل غير حاسم وغير فاعل في الحكم على درجة استخدام التدريسيين للتكنولوجيا الحديثة يعزى الى متغير الجنس .

2-متغير المؤهل العلمي: اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية لدرجة استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة يعزى الى متغير المؤهل العلمي، ولصالح من هم من حملة شهادة الدكتوراه لان اغلب التدريسيين لديهم الاستعداد للتفاعل مع التكنولوجيا الحديثة وبعضهم يحاول استخدامها في مختلف الوسائل ويحاول ان يوصل المعلومات بشكل افضل عن طريق الوسائل التكنولوجيا الحديثة .

3-سنوات الخبرة: اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية يعزى الى سنوات الخبرة تعني ان عامل الخبرة لم يكن له تأثير لان التدريسيين يستخدمون الادوات ذاتها المتوفرة في الكلية بغض النظر عن سنوات الخبرة، فضلا عن الامكانيات المتوفرة هي العامل الاساس في درجة الاستخدام، فأن تساوي التدريسيين في الاستخدام متأثر بدرجة توفر الاجهزة والبرمجيات بالرغم من اختلاف مستوياتهم، فضلا عن عامل الخبرة محدودا وليس له تأثير اي ان سنوات الخبرة لدى التدريسيين لا تشكل تأثيرا فاعلا وحاسما لدرجة استخدام التدريسيين للتكنولوجيا الحديثة في دروس التربية الرياضية .

4-الخاتمة:

على وفق النتائج المستخرجة توصلت الباحثة الى مجموعة من الاستنتاجات:

1-امتلاك التدريسيين في جامعات الفرات الاوسط درجة متوسطة من استخدام التكنولوجيا الحديثة في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظرهم .



أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية

ا.د. معتصم محمود شطناوي¹ د. جمال شاكر محمود² أ.د. محمود حسني الأطرش³ أ. ولاء عبد الله عبد الرحيم علي⁴

كلية التربية الرياضية/جامعة اليرموك¹

كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح الوطنية²

كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح الوطنية³

كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح الوطنية⁴

(¹Albasha1969@yahoo.com)

المستخلص: هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عمدية قوامها (20) طالبة، تم تقسيمهن إلى مجموعتين (الضابطة والتجريبية) متساويتين، إذ خضت المجموعة التجريبية إلى منهج التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى، بينما خضت المجموعة الضابطة إلى منهج التمرينات المائية بدون موسيقى. واستخدم الباحثون المنهج التجريبي من خلال إجراء القياسات القلبية والبعدية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل) (اختبار كوبر (12) دقيقة)، الانبطاح المائل (30) ثانية، المرونة، الرشاقة، قوة عضلات البطن (30) ثانية). واستخدم منهج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل البيانات، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى لدى أفراد المجموعة التجريبية. فضلا عن أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في أثر التمرينات المائية بدون موسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية ماعدا الرشاقة (اختبار الجري المتعرج) بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى لدى أفراد المجموعة الضابطة. كما وأظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائية على القياس البعدى لأثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية بين أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة).

وأوصى الباحثون بالعديد من التوصيات أهمها ضرورة استخدام التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى من أجل تنمية عناصر اللياقة البدنية أثناء التدريب أو التعليم في السباحة.

الكلمات المفتاحية: التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى - اللياقة البدنية - جامعة النجاح الوطنية.

1- المقدمة:

الأخرى من حيث قدرة الفرد على التعامل مع الوسط المائي الذي يختلف اختلافاً كلياً عن اليابس (سالم، 1997). وهذا ما أكدته (أكلي، 2012) على أن السباحة إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي تستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد تمريناً نوعاً ما، بصفته وسطاً يختلف كلياً عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (اليابسة، الأرض)، فالموضع الذي يتخذه في الماء يختلف كلياً عن الأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح، والتي قد تحدث تغيرات فسيولوجية في الأجهزة الداخلية فضلاً عن التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب.

وأشار (شاكور، 2007) نقلاً عن (توفيق، 1980)، وأدمي (Adami, 2002) إلى أن الوسط المائي يعد وسيلة للعلاج والشفاء من الأمراض منذ العصور القديمة، ويشير (تيري وويرنر، 2003) إلى أن التمرينات المائية أصبحت نشاطاً شائعاً من أجل تحسين اللياقة البدنية ويحظى باهتمام متزايد من قبل الباحثين، ففي الماضي كانت تمرينات الماء تمارس من كل قبل النساء المتقدمات بالسن اللواتي يملن إلى التدريب المنخفض الجهد، أما اليوم فأصبحت تمارس من كل الفئات والمستويات ومن كلا الجنسين، وذلك نتيجة للترغبة في المرح، وكونها بديلاً آمناً للجري وركوب الدراجات والتمرينات الأرضية.

وتعد اللياقة البدنية في حياة الدول ذات أهمية فهي تمثل الاستثمار الحقيقي في صحة أفرادها، الأمر الذي أدى بالعاملين في مجال التربية البدنية إلى العمل وبخطى حثيثة على الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية، مما أكسب هذه المهنة والعاملين فيها مركزاً مرموقاً واهتماماً متميزاً في معظم دول العالم وخاصة بعد النتائج الباهرة التي حققتها المجتمعات التي أولت هذا الأمر عناية واهتماماً (عبد الحميد وحسانين، 1997)

لذلك شهدت الألفية الثالثة اهتمام كبير ومنقطع النظير باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ونظراً للتقدم التكنولوجي وتزايد أمراض قلة الحركة، الأمر الذي أدى إلى حدوث طفرة في علم التدريب وظهور مراكز اللياقة البدنية التي تسعى لتوفير طرق وأساليب تسهل من ممارسة الأفراد للرياضة والنشاط البدني (الهزاع، 1995)

إن توظيف الأجهزة والوسائل المساعدة الأفضل لإيصال المادة التعليمية للطلبة يساهم بشكل كبير وفعال في رفع مستوى

يشهد العالم تطوراً كبيراً في كافة مجالات الحياة المختلفة والمتنوعة، ويعد المجال الرياضي من المجالات التي تطورت بشكل كبير، إذ يساهم هذا التطور بتحقيق الإنجازات الكبيرة لمختلف الفعاليات الرياضية، وهذه الإنجازات لم تأت من فراغ أو وليد الصدفة، وإنما تحدث بفعل قدرة الباحثين والمتخصصين في المجال الأكاديمي والتطبيق على توظيف العلوم المختلفة وعبر التخطيط العلمي السليم في هذه الفعاليات وخاصة في عالم السباحة.

تعد القدرات الحركية من العوامل التي لها تأثير مهم في جميع الألعاب الرياضية والجماعية والفردية، وهي ذات أهمية كبيرة للرياضي في حياته اليومية بصفة عامة وفي النشاطات الرياضية بصفة خاصة، وإن توافر القدرات الحركية لدى الرياضي عنصر أساسي وفعال في رفع درجات التعلم والتطور إلى أعلى المستويات، ومنها عملية تعلم السباحة (الطائي، 2012).

ويرى (رزق، 2003) أن السباحة تعد من الرياضات المائية الأكثر أهمية والتي تشغل الوسط المائي للتحرك من خلاله عن طريق حركات الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان ليس فقط من الناحية البدنية والمهارية، ولكن من الناحية النفسية والاجتماعية والعقلية، وتحرص بعض الدول المتقدمة على محو أمية السباحة كما تحرص على محو أمية القراءة والكتابة.

ويؤكد ذلك (عبد العال، 2012) على أن السباحة تعد من الرياضات المائية كما اجمع العلماء والخبراء والرياضيين، لذا يجب على الجميع تعلمها وممارستها من سن صغير كما يجب على الرياضيين معاودتها من حين إلى آخر لتكتسب الكثير من الفوائد التي تظهر في التقدم في رياضتهم الأصلية. إذ أجرى أستاذ الفسيولوجي ومدرّب السباحة بجامعة سدني (فيري كليب، Vars Klap) اختبار رسم القلب لمجموعه من أبطال السباحة في مرحلة التهيئة بعد فترة التدريب العنيف أثبتت كفاءة غير عادية للجهاز الدوري التنفسي.

والسباحة أحد أنواع الرياضات المائية، وتعد الأساس الأول لها وبدون إتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة أي نشاط مائي، وتختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن باقي الأنشطة الرياضية

للإيقاع الحركي (الموسيقى) خصوصية جمالية إذ يفيد الإناث عند ممارسة التمرينات المائية وذلك بزيادة الإحساس بالجمال والشعور العضلي وذلك لمصاحبة الموسيقى جميع التدريبات وهذا ما أكدته (حسن 2010) ولاحظ الباحثون بأن عدم استخدام الوسائل الحديثة مثل الموسيقى ذات تأثير ضعيف على الارتقاء بعملية التدريب مما يؤثر ذلك على ضياع الكثير من الجهد والوقت في تحقيق أهداف العملية التدريبية، لذا أتى الباحثون دراسة هذه المشكلة بإدخال متغير الموسيقى أثناء التدريب وبالتالي تقليل الفجوة ما بين ما هو مستخدم عالمياً وعربياً في هذا المجال وستساهم الدراسة الحالية من خلال التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية، وما ستوصل إليه من نتائج بعد تطبيق هذه التمرينات في الدراسة الحالية من مساعدة العاملين في حقل اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .

أهداف الدراسة: سعت الدراسة الحالية التعرف الى:

1-أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية بين القياس القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية .

2-أثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية بين القياس القبلي والبعدي أفراد المجموعة الضابطة.

3-التعرف إلى الفروق بين أفراداً لمجموعتين التجريبية والضابطة على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

فرضيات الدراسة:

سعت الدراسة الحالية التحقق من الفرضيات الآتية:

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05 α) في أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية.

2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05 α) في اثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر

ممارسي الألعاب الرياضية تحصيلياً وفنياً، وللموسيقى الدور الكبير في استنفار قدرات المتعلمين التي من شأنها تسريع وتنظيم العملية التعليمية (حسن، 2010)

ويؤثر استخدام الموسيقى في زيادة التحصيل المعرفي وعملية التعلم وسرعة تعلم مهارات فضلاً عن تأثير الموسيقى في تحسين وتطوير الجانب الفني (محمود، 2003).

وأن تداخل الإيقاع الموسيقي بتمرينات خاصة أعدت ادى الى تطوير قدرة التوافق الحركي بين العين والذراع والعين والرجلين والتوافق الحركي العام ايضاً، فضلاً عن ان تداخل التمرينات الخاصة بالإيقاع الموسيقي سهل من عملية ضبط ايقاع التمرينات، ومن أهم ما أوصى به الباحثون هو ضرورة ادخال الإيقاع الموسيقي في الوحدات التعليمية لتطوير القدرات الحركية الخاصة ومنها قدرة التوافق الحركي، فضلاً عن ضرورة تداخل التمرينات الخاصة بالإيقاع الموسيقي واستعماله في اكتساب اللياقة البدنية (شلش وعبدالهادي، 2011)

وتكمن أهمية الدراسة في حداثة الاهتمام بالتمرينات المائية المصاحبة للموسيقى لهذه الفئة من الاناث ونقص الدراسة المحلية والعربية التي اهتمت بالموضوع وبالتالي تقليل الفجوة من التعلم في هذا المجال وبما هو معمول به عربياً وعالمياً، ويأمل الباحثون بان تكون هذه الدراسة من خلال تمريناتها وما ستوصل إليه من نتائج بعد تطبيق التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى بمساعدة العاملات في حقل تدريس السباحة، وضع تصور لمنهج في التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية .

مشكلة الدراسة:

تتبع مشكلة الدراسة الحالية من فائدة المنهج المقترح باستخدام التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى التي تميزه عن غيره. وفي حدود علم الباحثون لا توجد دراسات في اليمين تناولت منهج تمرينات مائية مصاحبة للموسيقى تمكن غير الممارسين للسباحة من أداء هذه التمرينات في المياه وخاصة العميقة منها وان حداثة الاهتمام باستخدام منهج التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى وأثرها على اللياقة البدنية ونقص الدراسات العربية التي اهتمت بهذا الموضوع و قلة الاهتمام في إدخال الإيقاع الموسيقي في أثناء التدريب ولاسيما مع فئة الطالبات، لان

2-2 مجتمع البحث وعينته: تكون مجتمع الدراسة من طالبات مساق السباحة (2) والبالغ عددهم (60) طالبة، للعام الجامعي 2021-2022م. فيما تم اختيار العينة بالطريقة العمدية القصدية والبالغ عددهم (20) طالبة، لمساق السباحة 2، والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1) يبين خصائص أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات العمر والطول والوزن (ن=20)

| المتغيرات | وحدة القياس | المتوسط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|------------|-------------|---------|-------------------|----------------|
| العمر | سنة | 20.25 | 1.16 | 0.347 |
| طول القامة | سم | 162.05 | 2.30 | 0.18- |
| كتلة الجسم | كغم | 59.75 | 6.16 | 0.63 |

تبين نتائج الجدول (1) أن قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات كانت لمتغير العمر (20.25 ± 1.16) كغم)، و لمتغير طول القامة (162.05 ± 2.30) سم)، و لمتغير كتلة الجسم (59.75 ± 6.16) كغم)، وقد تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (± 3) ، مما يدل ذلك على تجانس أفراد عينة الدراسة وخضوعهم للتوزيع الطبيعي المعتدل، وبالتالي تم توزيعهم على مجموعتين متساويتين بالعدد تجريبية (مع الموسيقى) وضابطة (بدون موسيقى)، وكذلك التأكد من التكافؤ بين المجموعتين على القياس القبلي للمتغيرات قيد الدراسة قبل البدء بتطبيق التمرينات المائية، وذلك من خلال استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، ونتائج الجدول (2) تبين ذلك.

الجدول (2) يبين التكافؤ بين المجموعتين التجريبتين على القياس القبلي لبعض عناصر اللياقة البدنية (ن=20).

| المجموعة الاختيارية البدنية | وحدة القياس | المجموعة التجريبية (مع الموسيقى) | | المجموعة الضابطة (بدون موسيقى) | | قيمة (ت) | مستوى الدلالة * |
|-----------------------------|-------------|----------------------------------|----------|--------------------------------|----------|----------|-----------------|
| | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| التحمل (كوير 12 دقيقة) | متر | 1330 | 165.3 | 1345 | 142.3 | 0.217 | 0.830 |
| الانبطاح المائل (30 ثانية) | مرة | 10.50 | 2.22 | 10.80 | 2.09 | 0.310 | 0.760 |
| المرونة | سم | 9.50 | 3.10 | 9.90 | 2.60 | 0.313 | 0.758 |
| الرشاقة (جري متعرج) | ثانية | 7.26 | 0.41 | 7.05 | 0.63 | 0.901 | 0.379 |
| قوة عضلات البطن (30 ثانية) | مرة | 12.30 | 1.64 | 12.10 | 1.98 | 0.312 | 0.759 |

* دال إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، درجات الحرية (18)، ت المجدولة (2.101). تشير نتائج الجدول (2) أن جميع قيم (ت) المحسوبة كانت أقل من قيم (ت) المجدولة عند درجات حرية (18) على القياس القبلي لجميع عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة، مما يدل ذلك على عدم وجود فروق ذات إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$.

اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) $(\alpha \geq)$ على القياس البعدي على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) بين طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة.

مجالات الدراسة: التزم الباحثون بالحدود الآتية:

المجال البشري: تم إجراء الدراسة الحالية على مجموعة من طالبات جامعة النجاح الوطنية.

المجال المكاني: تم إجراء الدراسة الحالية في مسبح كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية.

المجال الزمني: تم تطبيق التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، بالفترة الزمنية ما بين 2022/2/20 - 2022/4/20 للفصل الدراسي الثاني 2021-2022.

تحديد المصطلحات:

اللياقة البدنية: هي قدرة الفرد على أداء عمله في حياته اليومية بكفاءة دون سرعة شعوره بالتعب مع بقاء بعض الطاقة التي تلزمه للتمتع بوقت الفراغ (بونس وخنفر، 1985).

التمرينات المائية: بأنها التمرينات البدنية والحركية تؤدي بالوسط المائي، الهدف منها استغلال الناحية الإيجابية للماء في تطبيق هذه التمارين من خلال امتلاك الضغط على الجسم وتوفير زيادة الطفو (بحري، 2010)

التمرينات المائية: هي عبارة عن مجموعة من التدريبات والأنشطة التي تمارس باستخدام أدوات أو بدونها في الماء وتعود على الجسم بلياقة بدنية وصحة جيدة (تعريف إجرائي).

الموسيقى: هي إحدى الوسائل الفعالة للمساهمة في عملية التعليم كونه مرتبط بالإحساس ووسيلة مساعدة في توضيح الحركة (فرحات، 2001).

2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: أستخدم الباحثون المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها وفرضياتها، بإحدى صوره القياسين القبلي والبعدي) للمجموعتين (التجريبية والضابطة) .

(ت) للعينات المستقلة، نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق، النسبة المئوية للتغيير لتحديد نسبة مساهمة المنهج التدريبي في التأثير على المتغيرات قيد الدراسة) .

3- عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى والتي نصها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 $\geq \alpha$) في أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية. الجدول (4) يبين أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية (ن=10).

| الاختبارات البدنية | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدي | | قيمة (ت) | مستوى الدلالة * | % |
|----------------------------|-------------|---------------|----------|---------------|----------|----------|-----------------|-------|
| | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | | |
| التحمل (كوبير (12) دقيقة) | متر | 1330 | 165.3 | 1445 | 134.2 | 5.129 | *0.001 | 8.64 |
| الانبطاح المائل (30) ثانية | مرة | 10.50 | 2.22 | 12.60 | 2.36 | 5.547 | *0.000 | 20 |
| المرونة | سم | 9.50 | 3.10 | 10.55 | 3.24 | 4.583 | *0.001 | 11.05 |
| الرشاقة (جري متعرج) | ثانية | 7.26 | 0.41 | 6.86 | 0.54 | 4.245 | *0.002 | 5.50- |
| قوة عضلات البطن (30) ثانية | مرة | 12.30 | 1.64 | 13.90 | 1.85 | 6 | *0.000 | 13.01 |

* دال إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، درجات الحرية (9)، ت المجدولة (2.262)، % النسبة المئوية للتغير.

تشير نتائج الجدول (4) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$ في أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة، إذ كانت النسبة المئوية للتغير للاختبارات البدنية كما يلي: (التحمل (كوبير (12) دقيقة (8.64%)، الانبطاح المائل (30) ثانية (20%)، المرونة (11.05%)، الرشاقة (اختبار الجري المتعرج) (5.50%)، قوة عضلات البطن (30) ثانية (13.01%).

ويعزو الباحثون أن استخدام الإيقاع الموسيقي عند تعلم التمرينات المائية لها تأثير كبير على تحسين عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة من القوة العضلية والتحمل والسرعة والمرونة والرشاقة، ويرجع الباحثون هذا التحسن الى منهج التمرينات المائية المقترح المصاحب بالإيقاع الموسيقي، إذ له تأثير ايجابي من خلال تمرينات دائرة القوة العضلية وتمرينات المرونة والرشاقة وتمرينات التحمل، إذ ان الطالبات تعرضوا الى

0.05) بين المجموعتين التجريبية والضابطة والتكافؤ بينهما في جميع الاختبارات البدنية قبل الشروع في تنفيذ المنهج المائي.

2-3 متغيرات الدراسة:

-**المتغيرات المستقلة:** المتغير المستقل في الدراسة الحالية هو المنهج التدريبي المقترح باستخدام الموسيقى خاصة في الوسط المائي .

-**المتغيرات التابعة:** عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل، القوة العضلية، المرونة، الرشاقة) .

2-4 الدراسة الاستطلاعية:

2-4-1 ثبات الاختبارات البدنية: للتأكد من ثبات

الاختبارات البدنية قام الباحثون بتطبيق الاختبار وإعادةه على عينة استطلاعية تكونت من (8) طالبات من طالبات جامعة النجاح الوطنية تم استبعادهن من عينة الدراسة الأصلية، واستخدم معامل الارتباط بيرسون للتعرف إلى معاملات الثبات للاختبارات، ونتائج الجدول (3) تبين ذلك.

الجدول (3) يبين معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد الدراسة.

| الاختبارات البدنية | وحدة القياس | التطبيق الأول | | التطبيق الثاني | | قيمة (ر) | الصدق الذاتي |
|----------------------------|-------------|---------------|----------|----------------|----------|----------|--------------|
| | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| التحمل (كوبير (12) دقيقة) | متر | 1350 | 138.8 | 1362.6 | 121.4 | **0.894 | 0.945 |
| الانبطاح المائل (30) ثانية | مرة | 11 | 2.77 | 11.50 | 2.72 | **0.906 | 0.951 |
| المرونة | سم | 8.75 | 2.25 | 8.93 | 2.04 | **0.866 | 0.930 |
| الرشاقة (جري متعرج) | ثانية | 7.17 | 0.50 | 7.14 | 0.46 | **0.937 | 0.967 |
| قوة عضلات البطن (30) ثانية | مرة | 12.25 | 1.28 | 12.50 | 1.19 | *0.742 | 0.861 |

* دال إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، ** دال إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.01)$.

تشير نتائج الجدول (3) إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية قيد الدراسة، إذ تراوحت القيم لمعامل الارتباط بيرسون ما بين (-0.742- 0.937)، وقد تراوحت قيم معامل الصدق الذاتي ما بين (0.967-0.861)، ما يدل ذلك على تمتع الاختبارات البدنية بدرجة جيدة من الثبات والتي تفي لأغراض الدراسة.

2-5 المعالجات الإحصائية: من اجل اختبار فرضيات

الدراسة، استخدم الباحثون منهج الرزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام المعالجات الاحصائية الآتية: (تم استخدام اختبار (ت) للأزواج، تم استخدام اختبار

الجدول (5) يبين أثر التمرينات المائية بدون موسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدى أفراد المجموعة الضابطة (ن=10).

| الاختبارات البدنية | وحدة القياس | القياس القلبي | | القياس البعدي | | مستوى الدلالة * | % |
|----------------------------|-------------|---------------|----------|---------------|----------|-----------------|-------|
| | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| التحمل (كوبير (12) دقيقة) | متر | 1345 | 142.3 | 1435 | 120.3 | *0.001 | 6.69 |
| الانبطاح المائل (30) ثانية | مرة | 10.80 | 2.09 | 11.60 | 1.83 | *0.011 | 7.40 |
| المرونة | سم | 9.90 | 2.60 | 10.40 | 2.26 | *0.015 | 5.05 |
| الرشاقة (جري متعرج) | ثانية | 7.05 | 0.63 | 6.94 | 0.67 | 0.225 | 1.56- |
| قوة عضلات البطن (30) ثانية | مرة | 12.10 | 1.98 | 12.70 | 1.16 | *0.024 | 4.95 |

* دال إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، درجات الحرية (9)، ت الجدولة (2.262)، % النسبة المئوية للتغير.

يتبين من نتائج الجدول (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$ في أثر التمرينات المائية بدون موسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية ماعدا الرشاقة (اختبار الجري المتعرج) بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية، وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة، إذ كانت النسبة المئوية للتغير للاختبارات البدنية كما يلي: (التحمل (كوبير (12) دقيقة (6.69%)، الانبطاح المائل (30) ثانية (7.40%)، المرونة (5.05%)، قوة عضلات البطن (30) ثانية (4.95%).

أما فيما يخص المجموعة الضابطة والتي أظهرت نتائجها الى وجود فروق معنوية ملحوظة فيعزوها الباحثون الى التزام البرامج التدريبية بمبادئ التدريب الرياضي من حيث التدرج بالشدد والتموج في الوحدات التدريبية من أسبوع الى آخر وان البرامج المختارة كانت مناسبة لميزات العينات المختارة لكل منهج، وكذلك تصميم المنهج التدريبي على أسس علمية في تشكيل الحمل لكل طالبة من خلال قياس أقصى قدرة بدنية اليه، إذ أشار (ثروت، 1998) إلى أنه يمكن تطوير عنصر القوة العضلية باعتبارها من الصفات المكتسبة التي تتأثر بالتمارين. وقد (عبد الفتاح، 2003) أن التدريب الرياضي المنتظم يؤدي الى زيادة كفاءة الجهاز العضلي إذ ان زيادة المقاومة الواقعة على العضلة وبالتحديد الجزء السفلي من الجسم من خلال انغمارها في الماء يؤدي الى تطويرها وتميئتها، فكلما زادت المقاومة التي تعمل العضلة ضدها كلما زادت وتطورت القوة، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Swank et al, 1996)

الزيادة التدريجية في شدة الاحمال التدريبية المقننة، مما كان له الأثر الأكبر، وذلك بأداء تمرينات المشي والجري، والوثب والقفز وتدرجات المرونة والرشاقة والقوة، مما أدى الى رفع مستوى التحمل الدوري التنفسي، من خلال تمرينات متدرجة الصعوبة خلال (3) مرات أسبوعياً ولمدة (8) أسابيع إذ يشير (Katz, 2003)، الى ان شدة التمرينات داخل الماء بعمق الوسط، والعميق يعتبر أسلوباً لمقاومة العضلات العاملة من اجل تقويتها مما يحسن عنصر التحمل، ويرى الباحثون ان ممارسة التمرينات المائية لها دور كبير في تحسن عمل الجهاز الدوري التنفسي، وذلك نتيجة لمقاومة الماء، والتي تفوق مقاومة الهواء (12-14) مرة، وعدم الشعور بالالم أثناء اداء التمرينات المائية نتيجة لنقصان الجاذبية، وهذا له دور كبير في زيادة الكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم .

وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة كل من (شاكرا، 2007)، (عمر، 2002)، (الخدما، 2001)، (سرداح، 2005)، (توماس وآخرون، 2007)، (ودرايفر وآخرون، 2004)، (يلماز وآخرون، 2002)، (وانج وآخرون، 2007) .

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه (خصاونة، 1998) وكذلك مع دراسات كل من (شميدت وآخرون)، (Shamidt & etal, 1992) و(جودة، 1990)، و(الشماع، 1990) على أهمية استخدام الإيقاع الموسيقي عند تعلم المهارات.

كذلك يرى الباحثون أن طبيعة رياضة السباحة عامة واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تحتاج إلى أن يكون لها إيقاع خاص وخصوصية في الأداء تختلف عن باقي الألعاب الأخرى وهذا ما يتفق مع ما أشارت إليه دراسات كل من (العزب، 1993)، (شحاده، 1992).

ثانياً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية والتي نصها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$ في أثر التمرينات المائية بدون موسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدى أفراد المجموعة الضابطة.

في أثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية تبعا لمتغير المجموعة، وبالتالي يتم قبول الفرضية الصفرية.

ويعزو الباحثون سبب هذه الفروق بالنسبة للمجموعة التجريبية الى ادخال الايقاع الموسيقي ضمن الوحدات التعليمية وتداخله مع تمرينات خاصة اتبعها افراد المجموعة التجريبية، الامر الذي كان له التأثير الايجابي في تطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الطالبات، وقدرة التوافق الحركي، فضلا عن إلى سرعة فهم الطالبات للمهارة واستيعابها، وبالتالي إلى الإحساس بالتوقيت الصحيح مما أدى إلى تحسن قدرة التوافق الحركي واكتساب جيد لمهارة السباحة، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه بعض الدراسات والبحوث على أهمية استعمال الإيقاع الموسيقي عند تعلم المهارات وضبط الايقاع الحركي لهذه المهارة لان الإيقاع الحركي يعد أساس مهم من الأسس التي تبنى عليها تحليل الحركات الرياضية وتقويمها، فضلا عن إسهامه الايجابي في العملية التعليمية لان له تأثير على تحسين وتطوير التكنيك الخاص بالمهارات الرياضية المختلفة وخصوصا إذا ما اقترن بالإيقاع الموسيقي عند تعلم المهارات".

4-الخاتمة:

من خلال نتائج الدراسة استنتج الباحثون ما يلي:

1-ان ادخال الايقاع الموسيقي في الوحدات التعليمية عمل على ايجاد بيئة تعليمية مناسبة لاسيما مع فئة الطالبات فضلا عن طبيعة المهارة.

2-أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

3-أنه توجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في أثر التمرينات المائية بدون موسيقى على تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية ماعدا الرشاقة (اختبار الجري المتعرج) بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة.

في ضوء استنتاجات الدراسة يوصى الباحثون ما يلي:

وكذلك دراسة الميتمي (2009) في ان القوة العضلية يمكن تنميتها .

فضلا عن التطور الحاصل في المرونة يرجع الى مجموعة من العوامل منها طبيعة الوسط المائي الذي يوفر الاسترخاء وخفض الشد العضلي وزيادة في مدى الحركة، وكذلك الى درجة الحرارة الماء تلعب دورا في زيادة مطاطية العضلات، ويمكن أيضاً ان نفسر هذه النتيجة من خلال ان تمرينات المرونة كانت جزء أساسياً في الوحدات التدريبية المختلفة، إذ تم توزيع التمرينات الخاصة بالمرونة على اجزاء الوحدة التدريبية الثلاثة (التمهيدي، وبين اجزاء الجزء الرئيسي، والختامي)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (شاكر، 2007)، (عواد، 2000)، (Wang et al, 2007)، (Kaneda et al, 2007) .

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي نصها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) على القياس البعدي في أثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية تعزى إلى متغير المجموعة. الجدول (6) يبين نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لدلالة الفروق على القياس البعدي في أثر التمرينات المائية على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية تبعا لمتغير المجموعة (ن = 20).

| مستوى الدلالة* | قيمة (ت) | المجموعة التجريبية الثانية (بدون موسيقى) | | المجموعة التجريبية الأولى (مع الموسيقى) | | وحدة القياس | المجموعة الاختبارات البدنية |
|----------------|----------|--|----------|---|----------|-------------|-----------------------------|
| | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| 0.863 | 0.175 | 120.3 | 1435 | 134.2 | 1445 | متر | التحمل (كوبر 12 دقيقة) |
| 0.305 | 1.055 | 1.83 | 11.60 | 2.36 | 12.60 | مرة | الانبطاح المائل (30 ثانية) |
| 0.906 | 0.120 | 2.26 | 10.40 | 3.24 | 10.55 | سم | المرونة |
| 0.773 | -0.293 | 0.67 | 6.94 | 0.54 | 6.86 | ثانية | الرشاقة (جري متعرج) |
| 0.100 | 1.736 | 1.16 | 12.70 | 1.85 | 13.90 | مرة | قوة عضلات البطن (30 ثانية) |

* دال إحصائياً عند ($\alpha \geq 0.05$)، درجات الحرية (18)، ت المجدولة (2.101). يتضح من نتائج الجدول (6) أن قيم المتوسط الحسابي للقياس البعدي في جميع الاختبارات البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأول (مع الموسيقى) كانت أفضل من قيم المتوسط الحسابي للاختبارات البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (بدون موسيقى)، وبالرغم من ذلك كانت الفروق غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) على القياس البعدي

- [12]الرياضي، كمال .(2001).التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرون، الأردن، عمان ، منشورات الجامعة الأردنية .
- [13]حسن، ثائر، رشيد، عبد الستار، جاسم، محمد.(2010)،أثر الموسيقى في سرعة تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة، مجلة الرياضة المحاصرة، مجلد (8)، عدد (11)، بغداد، العراق.
- [14]شلش، نجاح، مهدي، عبدا لهادي، مازن .(2011). التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية. دار الأيكم للتصميم والطباعة، ط(2)، بغداد، العراق.
- [15]عبد الحق، عماد .(2005). دراسة مقارنة لأثر برنامجين تدريبيين في تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لطلبة قسمي التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وكلية فلسطين التقنية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، (كلية التربية، جامعة البحرين) 6 (4)، 230-254.
- [16]عبد الحق، عماد .(2002). دراسة أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقي على تعلم بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، مجلة جامعة النجاح لوطنية، مجلد (17)، عدد (1)، ص (131-146)، نابلس، فلسطين .
- [17]عواد، محمد .(2000). دراسة اثر التدريب المتقاطع على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى السباحين ولاعبى العاب القوى، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن .
- [18]فرحات، ليلي السيد.(2001). القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط(1)، القاهرة، مطابع عمون.
- [19]ثائر رشيد حسن وعبد الستار جاسم محمد .(2008). أثر الموسيقى في سرعة تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة: (بحث منشور في مجلة الرياضة المعاصرة، بغداد، المجلد الثامن، العدد الحادي عشر) .
- [20]علي سلوم جواد الحكيم .(2004). الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، ط1، القادسية، الطيف للطباعة .
- [21]النجار، عبد الوهاب محمد .(1989). عناصر التربية البدنية للشباب السعودي. الرئاسة العامة لرعاية الشباب، الرياض.
- [22]الهزاع، هزاع محمد .(1995). تنمية اللياقة القلبية التنفسية، الاتحاد السعودي للتربية البدنية والرياضة.
- [23]الهزاع، هزاع محمد .(2005). وصفة النشاط البدني بغرض تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، الاتحاد السعودي للتربية البدنية والرياضة.
- [24]خوشنار، بحري .(2010). التمرينات المائية واثرا في تطوير القدرات البدنية والركيزة لدى الأطفال المصابين بالشلل الدماغي في الأطراف السفلي. ط1، دار دجلة، بغداد، العراق .
- [25]ربابعة، زكي .(2001). أثر برنامج مقترح للتمرينات الاوكسجينية في الوسطين المائي والارضي على بعض مكونات الدم، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاردنية، عمان، الاردن .
- [26]الرياضي، وصال .(2009). أثر استخدام تمرينات اليوغا المائية لتحسين عملية التنفس والاسترخاء لدى طالبات كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، مجلة جامعة النجاح الوطنية للابحاث، (العلوم الانسانية)، المجلد (23) .
- [27]أبو الطيب، محمد، وحسين، عبدالسلام .(2012). اثر التدريس بالاكتشاف الموجه على التفكير الابتكاري وبعض المهارات الأساسية بالسباحة لدى الأطفال من (5-6) سنوات. الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- [28]أكلي، مزارى فاتح .(2012). اقتراح بطارية اختبار لتقويم القدرات المهارية والبدنية أثناء عملية انتقاء السباحين الناشئين للمرحلة العمرية 12-13 سنة. الجزائر.

- 1-ضرورة ادخال الإيقاع الموسيقي في الوحدات التعليمية والتدريبية لتطوير القدرات الحركية الخاصة ومنها قدرة التوافق الحركي.
- 2-ضرورة تداخل التمرينات الخاصة بالايقاع الموسيقي واستعماله في اكتساب المهارات الحركية الصعبة ومنها مهارات السباحة.
- 3-ضرورة اهتمام القائم بالعملية التعليمية بالايقاع الموسيقي ومعرفة الية العمل به لاسيما مع فئات معينة من المتعلمين ومنهم فئة الطالبات.
- 4-ضرورة استخدام الإيقاع الموسيقي عند تعليم مهارات السباحة.
- 5-إجراء دراسات وبحوث أخرى ومعرفة أثر الإيقاع الموسيقي في تعلم المهارات المختلفة على الأجهزة الأخرى وفي أنواع رياضة أخرى.

المصادر:

- [1] إبراهيم، مروان .(2001). اللياقة البدنية للجميع. عمان، مؤسسة الورق للنشر، الأردن .
- [2] أبو العلا، أحمد عبد الفتاح .(1994). تدريب السباحة للمستويات العليا. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
- [3] ابو صالح، علي وحماة، غازي .(2009). الصحة واللياقة البدنية. العبيكان للنشر، الرياضي، المملكة العربية السعودية.
- [4] البيك، علي فهمي .(2008). سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي. منشأة المعارف، الاسكندرية، مصر .
- [5] حسانين، محمد أسماويل كمال .(1997). أسس التدريب الرياضي. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
- [6] حسانين، محمد أسماويل كمال .(2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. ط6، ج1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
- [7] خريط، ريسان .(1997). التطبيقات في علم الفسيولوجيا والتطبيق الرياضي، دار الشروق للنشر والتوزيع، بغداد، العراق .
- [8] حسن، ثائر رشيد، عبد الستار، جاسم محمد .(2008). أثر الموسيقى في سرعة تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة، بحث منشور في مجلة الرياضة المعاصرة، بغداد، المجلد الثامن، العدد الحادي عشر .
- [9] سلمان، جنان محمد .(1993). اثر ضبط الإيقاع على سرعة اكمال بعض أنظمة التوافق في سباحة الصدر، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.
- [10]شاكر، خالد محمود.(2003). تأثير استخدام الموسيقى في سرعة تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة: (رسالة ماجستير دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية) .
- [11]عثمان، محمد عبد الغني .(1987). التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط1: (الكويت، دار القلم) .

- [47] عبد الرزاق، عصام الدين. (2005). تأثير استخدام التدريبات في الوسط المائي على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين كرة القدم. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، مصر .
- [48] عبد القادر، اسلام خليل. (2006). تأثير استخدام التدريب المائي على تنمية القدرة العضلية للاعبين الكرة الطائرة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، مصر .
- [49] الكيلاني، هاشم ابراهيم. (2006). فسيولوجيا الجهد البدني والتدريبات الرياضية. دار حنين، عمان، الاردن .
- [50] مفتي، ابراهيم. (2001). التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي، مصر .
- [51] مفتي، ابراهيم. (2004). اللياقة البدنية طريق الصحة والبطولة الرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي، مصر .
- [52] Boyce, B. A. (1992). The effects of three styles of teaching on university students' motor performance. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11(4), 389-401.
- [53] Cothran, D., Kulinna, P. and Ward, E. (2000). Students' experiences with and perceptions of Mosston's teaching styles. *Journal of Research and Development in Education*, 34: 93-103.
- [54] Joyce, B., Calhoun, E., & Hopkins, D. (2008). *Models of learning, tools for teaching*. McGraw-Hill Education (UK).
- [55] Moran, k. (2011). Perceived and real swimming competence among young adults in new Zealand . *proceedings of the world drowning prevention conference, da nang, Vietnam, 10-13th may*, p.202.
- [56] Mosston, m. (1981) . *teaching physical education, second edition*, Charles e. merril, Columbus, ohio.
- [57] Phillips, j. (2008). Benefits of learning how to swim , Retrieved jun 1, from [http:// www.delmae.edu/ kine/ jpswimbenefits.html](http://www.delmae.edu/kine/jpswimbenefits.html).
- [58] Rahman, a., rahman, f., mashreky, s. and linnan, m. (2011). a *proceedings of the world drowning prevention conference, da nang, Vietnam, 10-13th may*, p.46.
- [59] Stalman, r., junge, m. and blix, t. (2008). The teaching of swimming based on a model derived from the causes of drowning . *international journal of aquatic research and education* , 2(4):372-382.
- [60] Tennant, L. K., Murray, N. and Tennant, L. (2004). Effects of strategy use on acquisition of a motor task during various stages of learning, *Perceptual and Motor Skills*, 98, 1337- 1344.
- [61] Bhaskara.K. (2002). Physical Activity and Type 2 Diabetes, *Physician and sport medicine*, (32), (1), USA.
- [62] Kaneda, K., Hitoshi, W., Daisuke, S., Tamotsu, U. (2007). Lower extremity muscle activity during deep-water running on self-determined pace, *Alnstitute of Comprehensive*
- [29] أي، ختام موسى. (2014). أثر التدريس بالطريقة الجزئية بالأسلوبين hg والمتدرج على سباحة الزحف على الظهر ومستوى الخوف من الماء لدى طلاب كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية. عمان، الأردن.
- [30] بدر، دينا. (2006). أثر استخدام التمثيل الحركي في تعليم بعض مهارات السباحة لدى الأطفال من سن 8 -6 سنوات في عمان. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
- [31] الحايك، صادق وعبد السلام، جابر. (2004). أثر برنامج تعليمي مقترح على مستوى الأداء المهاري في السباحة ودرجة الخوف ومفهوم الذات الاجتماعي للرجال متوسطي العمر. بحث منشور، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، المجلد 18، العدد (2)، ص 561 - 598 .
- [32] الحايك، صادق، جابر، عبد السلام. (2004). أثر برنامج تعليمي مقترح في السباحة على بعض المتغيرات لدى الرجال متوسطي العمر، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- [33] حسين، قاسم حسن، و أحمد، افتخار. (2000). مبادئ وأسس السباحة. دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
- [34] الحشوش، خالد محمد. (2012). أسس تعليم السباحة. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع. عمان، الأردن.
- [35] سالم، و فيقة مصطفى. (1997). الرياضات المائية، أهدافها، طرق تدريسها، أسس تدريبيها، أساليب تقويمها. منشأة المعارف، الطبعة الأولى. الإسكندرية، مصر
- [36] عبد الحميد، جمانة محمد. (2009). رياضة السباحة تعلمها، تدريبيها، قانونها. عمان، دار المستقبل للنشر والتوزيع. الأردن.
- [37] عرابي، سميرة، و دبابسة، محمد. (2011). أثر برنامج تعليمي لبعض مهارات السباحة على تخفيف حدة الألم عند مرضى آلام أسفل الظهر. الأردن
- [38] الفاتح، وجدي مصطفى، وفضلي، طارق صلاح. (1999). دليل رياضة السباحة. الجزء الأول، دار الهدى للنشر والتوزيع، الأردن.
- [39] قاسم، حسن حسين، افتخار أحمد. (2000). مبادئ وأسس السباحة. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر .
- [40] ماسة، محمد عفيفي. (2010). بناء موقع تعليمي وتأثيره على تعلم سباحة الصدر لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة الزقازيق. بحث منشور، كلية التربية الرياضية للبنات، الزقازيق، مصر .
- [41] سرداح، عماد. (2005). أثر برنامج تدريبي هوائي على عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لمرحلة الشباب، دراسة مقارنة بين الوسطين الأرضي والمائي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الاردن .
- [42] السكري، خيريه، بريقع، محمد. (1999). تمرينات الماء (تأهيل، علاج، لياقة). الاسكندرية، دار المعارف، مصر .
- [43] السكري، خيريه، بريقع، محمد، جابر، محمد. (2004). التخطيط لتدريب الاداء الفني في الوسط المائي، منشأة المعارف، الاسكندرية، مصر .
- [44] شاكر، جمال. (1999). التدريب المائي بالأدوات الخاصة لتحسين مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، الجامعة الأردنية، الاردن .
- [45] شاكر، جمال . (2007). أثر برنامج تدريب مائي مقترح باستخدام أدوات خاصة على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، الاردن .
- [46] عبد الخالق، عصام الدين. (1994). التدريب الرياضي: نظريات وتطبيقات، الاسكندرية: دار المعارف، مصر .

مراعاة مبادئ وأسس التدريب الرياضي .
مع العلم جميع التمرينات المستخدمة على الدوائر الثلاثة تكون داخل الماء .

ثالثا: طرق التدريب المستخدمة:

تم استخدام طريقة التدريب الفكري المنخفض والمرتفع الشدة بأسلوب التدريب الدائري لتدريب عناصر القوة والمرونة والرشاقة. تم استخدام طريقة التدريب المستمر لتنمية صفة التحمل العالم.

رابعا: التوزيع الزمني لتنفيذ منهج التدريب المقترح :

الملحق (2) يوضح التوزيع الزمني لتوزيع وحدات المنهج خلال شهرين .

| متسلسل | الشهر | الأُسبوع | الوحدة التدريبية | الدائرة |
|--------|--------|----------|------------------|-------------|
| 1 | الأول | الأول | 1,2,3 | (1) (2) (3) |
| | | الثاني | 4,5,6 | (1) (2) (3) |
| | | الثالث | 7,8,9 | (1) (2) (3) |
| | | الرابع | 10,11,12 | (1) (2) (3) |
| 2 | الثاني | الخامس | 13,14,15 | (1) (2) (3) |
| | | السادس | 16,17,18 | (1) (2) (3) |
| | | السابع | 19,20,21 | (1) (2) (3) |
| | | الثامن | 22,23,23 | (1) (2) (3) |

ملاحظات:

حدد كل أسبوع ثلاث وحدات تدريبية.
تطبيق الدائرة الأولى على أفراد المجموعة التدريبية في الوحدة التدريبية الأولى والدائرة الثانية في الوحدة التدريبية الثانية والدائرة الثالثة في الوحدة التدريبية الثالثة، ثم نعود إلى الدائرة التدريبية الأولى في الوحدة التدريبية الرابعة، وبهذا الأسلوب يتم تطبيق المنهج حتى الوحدة التدريبية الرابعة والعشرون .

حدد زمن قدره ساعة واحدة لكل وحدة تدريبية وتشتمل على ما يلي:

يلي:

(2-3) دقيقة إرشادات عامة حول تطبيق المنهج أو التمرينات المائية

(7-8) د الإحماء العام والخاص

(45) دقيقة لتنفيذ المنهج التدريبي ويشمل دائرة تدريبية واحدة محددة

(5) د للتهنئة.

خامسا: محتوى المنهج:

يحتوي المنهج التدريبي المائي المقترح باستخدام الموسيقى وبدونها على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة على ما يلي:

Human Sciences, University of Tsukuba, Tennoudai, Tsukuba, Ibaraki (305-8574), Japan.

[63]Wang, Tsae – jyy Belza Basia, Elaine Thompson, WhitneyJoanne. (2007). Effects of aquatic exercise on flexibility, strength and Aerobic fitness on adults with osteoarthritis of the hip or knee, Journal of Advanced Nursing, (57) (2),(141-152)

[64]Terry.A ,(1999),physical fitness, The Water Aerobics Ways ,USA,Nortonpublishing.

الملاحق:

الملحق (1) يوضح المنهج التدريبي

بسم الله الرحمن الرحيم

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحثون بدراسة بعنوان (أثر التمرينات المائية المصاحبة للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة الصحية (البدنية) لدى طالبات جامعة النجاح الوطنية).

واقبلوا مني فائق الاحترام والتقدير

الباحثون

المنهج التدريب المائي المقترح للمجموعتين (مجموعة تجريبية باستخدام الموسيقى ومجموعة ضابطة بدون موسيقى) على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

المنهج التدريبي:

أولا: هدف المنهج

يهدف المنهج التدريبي المقترح معرفة إذا كان هناك دور للموسيقى على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية أكثر من المنهج التدريبي المقترح بدون الموسيقى .

ثانيا: اعداد المنهج التدريبي :

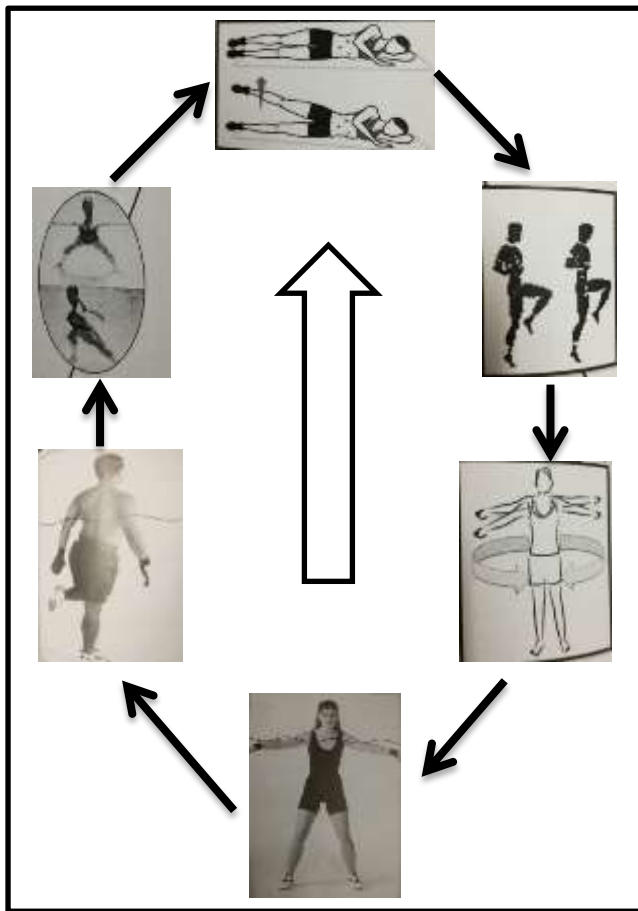
في ضوء الأهداف التي حددها الباحثون للمنهج التدريبي الموسيقي لتنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة أخذ الباحثون بعين الاعتبار الآتي:

يسهم المنهج التدريبي المائي المقترح معرفة إذا كان هناك دور للموسيقى على تنمية عناصر اللياقة البدنية .

أن تتلائم محتويات المنهج التدريبي المقترح مع الخصائص البدنية والحركية لعينة البحث.

أن يتم اختيار التمرينات في ضوء الأدوات والإمكانات المتاحة .
أن تتنوع محتويات المنهج وتتسم بجوانب تنوع المرونة بالتنفيذ؛ مما يجعل أثر تطبيق المنهج ميسرا عند التنفيذ.

- 1- (الرقود جانبا) رفع الرجل عالياً.
- 2- (وقوف. ثبات الوسط) الوثب على قدم واحدة بالتبادل في المكان.
- 3- (وقوف فتحا. الذراعان جانبا) لف الجذع جانباً بالتبادل.
- 4- (الوقوف في الماء) رفع الذراعين جانبا مع تبادل رفع القيم جانباً عالياً .
- 5- (الوقوف في الماء. الذراعين جانباً) الوثب على قدم واحدة للأمام.
- 6- (انبطاح على وجه الماء. الذراعان عالياً) ثنى الجذع عالياً .



شكل (2) يمثل دائرة الرشاقة والمرونة للمنهج التدريبي

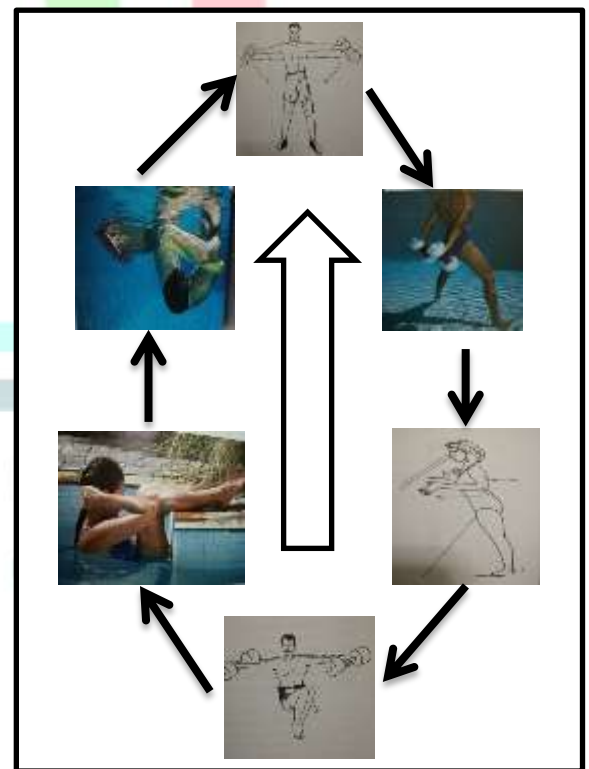
الدائرة الثالثة (A3) : دائرة التحمل .

- تحتوي دائرة التحمل على ثلاثة تمارين وتهدف إلى تنمية التحمل العام:
- 1- (وقوف في الماء) الجري أماماً بالقدمين .
 - 2- (وقوف. مواجه جدار المسبح. الذراعين أماماً مسط الإطار الحديدي للمسبح باليدين) ثني الركبتين على الصدر بالتبادل.
 - 3- (وقوف في الماء) رفع الذراعين أماماً بالتبادل مع وضع القدمين أماماً بالتبادل .

الدائرة الأولى (A1): تمارين القوة العضلية .

تحتوي دائرة تمارين القوة العضلية على التمارين الستة التالية، وتهدف إلى تنمية عضلات الطرف العلوي وعضلات البطن وهي:

- 1- (وقوف فتحا. الذراعان جانبا حمل الدمبلز باليدين) ضم الرجلين الذراعين .
- 2- (وقوف فتحا. الذراعان أماماً حمل الدمبلز) مرجحة الذراعين أماماً وخلفاً .
- 3- (وقوف امام الحائط. سند اليدين على الحائط) مد الذراعان .
- 4- (وقوف. حمل الدمبلز باليدين) ثني الركبتين مع رفع الذراعين جانبا وتبادل لف الجذع جانباً.
- 5- (رقود. لمس الرقبة) رفع الساقين عالياً مع رفع الجذع عالياً اماماً وثني لملامسة الركبتين .
- 6- (رقود. الذراعان جانبا) رفع الجذع أماماً عالياً .



الشكل (1) يمثل دائرة القوة العضلية للمنهج التدريبي

الدائرة الثانية (A2): تمارين المرونة والرشاقة .

وتحتوي دائرة تمارين المرونة والرشاقة على التمارين الستة التالية وتهدف إلى تنمية المرونة والرشاقة للطرف العلوي، والجذع والطرف السفلي وهي:

| | | | | | | | | | | |
|---|----|------|------|-----------------------|-----|--------|------|----|----|---|
| 5 | 10 | 22.5 | 22.5 | قصوى %95 | 5X6 | ت/46.5 | ت/45 | A2 | 20 | 7 |
| 5 | 10 | 3 | 42 | معتلة -150 170 | 1X2 | ت/3 | ت/21 | A3 | 21 | 7 |
| 5 | 10 | 22.5 | 22.5 | منخفضة أكثر %60 | 5X6 | ت/46.5 | ت/45 | A1 | 22 | 8 |
| 5 | 10 | 22.5 | 22.5 | منخفضة %60 | 5X6 | ت/46.5 | ت/45 | A2 | 23 | 8 |
| 5 | 10 | 3 | 42 | معتلة -150 170 | 1X2 | ت/3 | ت/21 | A3 | 24 | 8 |

سادسا: الوحدات التدريبية:

انموذج لوحدة تدريبية لتنمية القوة العضلية (A1):

الهدف: تنمية القوة العضلية للطرف العلوي ولعضلات البطن وتشتمل على التمرينات الستة المستخدمة في دائرة القوة العضلية (A1):

-تحديد زمن الإحماء (10 دقائق) في بداية الوحدة التدريبية .

-تم تحديد زمن الاسترخاء (5 دقائق) في نهاية الوحدة التدريبية.

-تم تحديد زمن أداء التمرين (45 ثانية) لأداء كل تمرين.

-تم تحديد زمن الراحة والانتقال بين التمرينات (46.5 ثانية) .

-تم تحديد تكرار كل تمرين في الوحدة التدريبية الواحدة خمس مرات .

الملحق (4) يوضح توزيع زمن الأداء وفترة الراحة والانتقال بين محطات تمرينات القوة العضلية

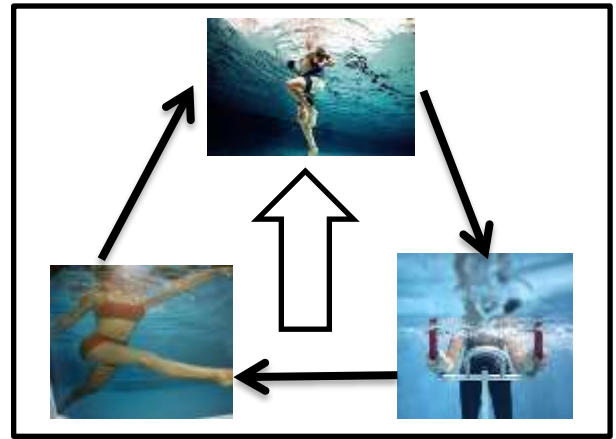
| التمرين | زمن الإحماء | زمن الراحة | زمن الأداء | زمن الانتقال | زمن التمرين | زمن الاسترخاء | تكرار | الأداء | الوقت |
|---------|-------------|------------|------------|--------------|-------------|---------------|-------|---------|---------|
| الأول | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الأولى | الأولى |
| الثاني | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الثانية | الثانية |
| الثالث | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الثالثة | الثالثة |
| الرابع | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الرابعة | الرابعة |
| الخامس | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الخامسة | الخامسة |
| السادس | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | السادسة | السادسة |
| السابع | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | السابعة | السابعة |
| الثامن | 26.5 | 46.5 | 5 | 45 | 45 | 45 | 45 | الثامنة | الثامنة |

نموذج لوحدة تدريبية لتنمية المرونة والرشاقة (A2):

الهدف: تنمية الرشاقة والمرونة للطرف العلوي، والوسط، والطرف السفلي، وتشتمل على التمرينات الستة المستخدمة في دائرة المرونة والرشاقة (A2):

-تم تحديد زمن الإحماء (10 دقائق) في بداية الوحدة التدريبية .

-تم تحديد زمن الاسترخاء (5 دقائق) في نهاية الوحدة التدريبية.



شكل (3) يمثل دائرة التحمل للمنهج التدريبي

الملحق (3) يوضح المنهج التدريبي المقترح على تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

المنهج التدريبي:

| الأسبوع | الوحدة التدريبية | الدائرة | زمن أداء التمرين | فترة الراحة والانتقال | التكرار | درجات الشدة | الزمن الكلي للعمل (دقيقة) | الزمن الكلي للراحة (دقيقة) | زمن الإحماء (دقيقة) | زمن الاسترخاء (دقيقة) |
|---------|------------------|---------|------------------|-----------------------|---------|-----------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------|-----------------------|
| 1 | 1 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | منخفضة %60 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 1 | 2 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | منخفضة %60 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 1 | 3 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 2 | 4 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | متوسطة %70 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 2 | 5 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | متوسطة %70 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 2 | 6 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 3 | 7 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | أكثر %80 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 3 | 8 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | أكثر %80 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 3 | 9 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 4 | 10 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | منخفضة أكثر %60 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 4 | 11 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | منخفضة %60 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 4 | 12 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 5 | 13 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | متوسطة %75 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 5 | 14 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | متوسطة %75 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 5 | 15 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 6 | 16 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | أكثر %85 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 6 | 17 | A2 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | أكثر %85 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |
| 6 | 18 | A3 | ت/21 | ت/3 | 1X2 | معتلة -150 170 | 42 | 3 | 10 | 5 |
| 7 | 19 | A1 | ت/45 | ت/46.5 | 5X6 | قصوى %95 | 22.5 | 22.5 | 10 | 5 |

سابعا: الدوائر التدريبية من حيث الأداء والراحة والشدة:

1-دائرة القوة العضلية:

الملحق (7) توزيع فترة الأداء والراحة والشدة بالأسبوع .

| الأسابيع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | السادس | السابع | الثامن |
|-----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| الأداء/د | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 |
| الراحة /د | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 |
| الشدة | %60 | %70 | %80 | %60 | %75 | %85 | %95 | %60 |

2-دائرة المرونة والرشاقة:

الملحق (8) يوضح توزيع فترة الأداء والراحة والشدة بالأسبوع .

| الأسابيع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | السادس | السابع | الثامن |
|-----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| الأداء/د | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 |
| الراحة /د | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 |
| الشدة | %60 | %70 | %80 | %60 | %75 | %85 | %95 | %60 |

3-دائرة التحمل:

الملحق (9) توزيع فترة الأداء والراحة والشدة بالأسبوع .

| الأسابيع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | السادس | السابع | الثامن |
|-----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| الأداء/د | 42 | 42 | 42 | 42 | 42 | 42 | 42 | 42 |
| الراحة /د | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| الشدة | -150 | -150 | -150 | -150 | -150 | -150 | -150 | -150 |
| | 170 | 170 | 170 | 170 | 170 | 170 | 170 | 170 |

ثامنا: نماذج متنوعة لوحدات تدريبية من المنهج التدريبي

المستخدم في الدراسة:

نموذج للوحدات التدريبية لتنمية القوة العضلية

(1,4,7,10,13,16,19,22)

الملحق (10) يمثل وحدة تدريبية للمجموعة التجريبية لتنمية القوة العضلية في

الأسبوع الأول .

| الأسابيع | الأسبوع | السادس | الخامس | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | المحتوى | الوقت | الشدة | تكرار الدائرة | طريقة التدريب | الأساليب والرسومات | | | | | | |
|---------------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|---|-------|-------|---------------|---------------|--------------------|--|--|--|--|--|--|
| مربع ناقص ضلع | | | | | | | | شرح التمرين | 3 | | | | | | | | | | |
| انتشار حر | | | | | | | | 1-جري خفيف 2-تمارين الإحماء | 7 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 1- (وقوف فحما . الزراعان جانبيا) تبادل ضم الرجلين وخفض الزراعان للأرض باستخدام التمثيلز . 2- (وقوف . الزراعان أماما) مرجحة الزراعان من الأمام للخط باستخدام التمثيلز . 3- (وقوف .سند الزراعان على الحائط) تبادل مـ الزراعان وتثبيتهما . 4- (وقوف) تبادل ثني الركبتين ورفع الزراعان جانبيا محملة بالتميلز ثم لف الجذع جانبيا . 5- (وقوف) خلف الرقبة ورفع القدمين على حافة المسبح ثني الجذع أماما للوصول إلى الركبتين . 6- (وقوف . الزراعان جانبيا) رفع ومد الجذع | 22,5 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | تمارين التهينة | 5 | | | | | | | | | | |

نموذج للوحدات التدريبية لتنمية المرونة والرشاقة

(2,5,8,11,14,17,20,23)

تم تحديد زمن أداء التمرين (45 ثانية) لأداء كل تمرين.

تم تحديد زمن الراحة والانتقال بين التمرينات (46.5 ثانية) .

تم تحديد تكرار كل تمرين في الوحدة التدريبية الواحدة خمس

مرات .

الملحق (5) يوضح توزيع زمن الأداء وفترة الراحة والانتقال بين محطات

تمرينات المرونة والرشاقة

| الأسبوع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | السادس | السابع | الثامن | الوحدة التدريبية | الوقت | تكرار | زمن الأداء بالأسبوع | زمن الراحة /د | زمن أداء (ث) | زمن أداء (ث) | زمن أداء (ث) | زمن أداء (ث) | زمن أداء (ث) | زمن أداء (ث) |
|-----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------------------|-------|-------|---------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| الأداء/د | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | 26.5 | الثانية | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| الراحة /د | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | 22.5 | الخامسة | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| الشدة | %60 | %70 | %80 | %60 | %75 | %85 | %95 | %60 | الثامنة | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | الرابعة | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | الخامس | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | السادس | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | السابع | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | الثامن | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | الثالث | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| | | | | | | | | | الرابعة | 45 | 5 | 46.5 | 46.5 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |

نموذج لوحدتين تدريبيتين لتنمية التحمل (A3):

الهدف: تنمية التحمل العام وتحتوي على ثلاث تمرينات (A3):

تم تحديد زمن الإحماء (7 دقائق) في بداية الوحدة التدريبية .

تم تحديد زمن الاسترخاء (5 دقائق) في نهاية الوحدة التدريبية.

تم تحديد زمن أداء التمرين (14 دقيقة) لأداء كل تمرين .

تم تحديد زمن الراحة والانتقال بين التمرينات (3 دقائق) .

تم تحديد الشدة في كل تمرين (170-150) نبضة .

الملحق (6) يوضح توزيع زمن الأداء وفترة الراحة والانتقال بين محطات

تمرينات التحمل

| الشهر | الأسبوع | الوحدة التدريبية | زمن أداء (د) | زمن أداء (د) | زمن أداء (د) | زمن أداء (د) | تكرار | زمن الراحة /د | زمن الأداء بالأسبوع | تكرار |
|-------|---------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|---------------|---------------------|-------|
| الأول | الأول | الثالثة | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الثاني | السادسة | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الثالث | التاسعة | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الرابع | الثانية عشر | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الخامس | الخامسة عشر | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | السادس | الثامنة عشر | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الثاني | الواحدة والعشرون | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |
| | الثامن | الرابعة والعشرون | 14 | 14 | 14 | 14 | 2 | 3 | 42 | 2 |

الوضع: يقوم المشترك بأخذ وضع الوقوف في الماء والذراعان ممتدة للأمام ويقوم بحمل الدمبلز كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: مع بدء الإشارة يبدأ المشترك بمرجحة الذراع اليمنى من الأمام إلى الخلف ثم يعيدها إلى الأمام، ثم يقوم بمرجحة الذراع ليسرى من الأمام إلى الخلف ثم يعيدها إلى الأمام ليصل إلى الوضع الابتدائي ويستمر بأداء التمرين لمدة 45 ثانية

3- (وقوف. سند الذراعان على الحائط) تبادل مد الذراعان وتشيها .

الوضع: يقوم المشترك بأخذ وضع الوقوف ويقوم بسند الكفين على الحائط وتكون الذراعان ممتدة ومستندة على الحائط كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: مع بدء الإشارة يبدأ المشترك بثني الذراعان ثم مدهما للوصول إلى الوضع الابتدائي ويستمر بأداء التمرين لمدة 45 ثانية.

4- (وقوف) تبادل ثني الركبتين ورفع الذراعان جانبا محملة بالدمبلز ثم لف الجذع جانبا .

الأدوات: دمبلز

الوضع: يقوم المشترك بأخذ وضع الوقوف وتكون الذراعان ممتدة للأسفل وممسكة بالدمبلز كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: مع بدء الإشارة يقوم المشترك بثني الركبتين ورفع الذراعان جانبا معا ثم يقوم بلف الجذع للجهة اليمنى، ثم يعود للوضع الابتدائي ويقوم بنفس التمرين ولكن التفاف الجذع يكون للجهة ليسرى ومن ثم يعود للوضع الابتدائي ويستمر التمرين لمدة 45 ثانية .

5- (رقود. اليدين خلف الرقبة) رفع القدمين على حافة المسبح ثني الجذع أماما للوصول إلى الركبتين .

الوضع: يقوم المشترك بأخذ وضع الرقود وتشبيك اليدين خلف الرقبة وتكون القدمين خارجة على حافة المسبح ويكون الزميل ممسكا بالقدمين كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: عند سماع الإشارة يقوم المشترك بثني الجذع عاليا للوصول إلى الركبتين ثم مد الجذع للوصول إلى الوضع الابتدائي.

(رقود . الذراعان جانبا) رفع ومد الجذع .

الأدوات: المعكرونة

الملحق (11) يمثل وحدة تدريبية للمجموعة التجريبية لتنمية المرونة والرشاقة في الأسبوع الثاني .

| الأساليب والرسومات | طريقة التدريب | تكرار الدائرة | الشدة | الأدوات | المحتوى | الزمن بال دقائق | أجزاء الوحدة |
|--------------------|-------------------------------|---------------|------------|---------|--|-----------------|---------------------------------------|
| مربع ناقص ضلع | | | | | شرح التمرين | 3 | إرشادات |
| انتشار حر | | | | صفارة | 1- جري خفيف 2- تمارين الإحماء | 7 | الإحماء |
| | الفتري بطريفة التنظيم الدائري | 5 مرات | متوسطة %70 | | 1- (الوقوف جانبا) رفع الرجل اليمنى جانبا بالتبادل . 2- (وقوف. ثبات الوسط) الوثب على قدم واحدة بالتبادل . 3- (وقوف فتحا .الذراعان جانبا) لف الجذع للجانبين بالتبادل. 4- (الوقوف في الماء .الذراعان جانبا) تبادل وضع الذراعان جانبا مع مرجحة الرجلين جانبا. 5- (الوقوف في الماء .الوسط ثابت) الوثب على قدم واحدة بالتبادل . 6- (الوقوف فتحا في الماء.الذراعان جانبا)لف الجذع للجانبين بالتبادل | 22.5 | الجزء الرئيسي لتنمية المرونة والرشاقة |
| | | | | | تمارين التهدئة | 5 | التهدئة |

نموذج للوحدات التدريبية لتنمية التحمل (3,6,9,12,15,21,24)

الملحق (12) يمثل وحدة تدريبية للمجموعة التجريبية لتنمية التحمل في الأسبوع الثالث .

| الأساليب والرسومات | طريقة التدريب | تكرار الدائرة | الشدة | الأدوات | المحتوى | الزمن بال دقائق | أجزاء الوحدة |
|--------------------|-------------------------------|---------------|--------------------|-----------------------------|--|-----------------|-----------------------------|
| مربع ناقص ضلع | | | | | شرح التمرين | 3 | إرشادات |
| انتشار حر | | | | صفارة | 1- جري خفيف 2- تمارين الإحماء | 7 | الإحماء |
| | الفتري بطريفة التنظيم الدائري | مرتين | معتدلة -150 170 | (1) حزام الطفو (2) فودلز | 1- (وقوف) الجري إلى الأمام . 2- (وقوف) الذراعان ممسكة بالبولز) تبادل ثني ومد الركبتين (براحة). 3- (وقوف) المشية العسكرية . | 21 | الجزء الرئيسي لتنمية التحمل |
| | | | | | تمارين التهدئة | 5 | التهدئة |

تاسعا: الجوانب الفنية لتمرينات الدوائر.

الدائرة الأولى (A1): القوة العضلية:

1- (وقوف فتحا. الذراعان جانبا) تبادل ضم الرجلين وخفض الذراعين للأسفل باستخدام الدمبلز .

الأدوات: دمبلز

الوضع: يقوم المشترك بأخذ وضع الوقوف فتحا وحمل الدمبلز ووضع الذراعان جانبا كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: مع بدء الإشارة يبدأ المشترك بخفض الذراعان وضم الرجلين معا ثم العودة للوضع الابتدائي ويستمر التمرين لمدة 45 ثانية.

2- (وقوف. الذراعان أماما) مرجحة الذراعان من الأمام للخلف باستخدام الدمبلز .

الأدوات: دمبلز

وصف التمرين: يقوم المشترك برفع القدم اليمنى عن الأرض والوثب على القدم اليسرى ومن ثم تبديل القدم برفع القدم اليسرى والوثب على القدم اليمنى وهكذا .

6- (الوقوف فتحا في الماء. الذراعان جانبا) لف الجذع للجانبين بالتبادل .

الوضع: يقف المشترك الذراعان جانبا والرجلين متباعدتين والماء يغمر أجزاء الجسم على مستوى الكتفين .

وصف التمرين: من الوضع السابق يقوم المشترك بلف الجذع للجانب الأيمن ثم للأمام ثم للجانب الأيسر . وهكذا .

الدائرة الثالثة (A3): دائرة التحمل:

1- (وقوف) الجري إلى الأمام .

الأدوات: حزام الطفو

الوضع: يتم ربط حزام الطفو بإحكام حول الوسط بحيث لا يتم ملامسة القدمين لأرضية الحمام، ويمكن أداء التمرين في ماء أقل عمقا بحيث تلامس القدمان أرضية الحمام .

وصف الأداء: يكون من خلال ميل الجسم قليلا للأمام مع الحفاظ على القوام منتصب، ثم الجري مع التوافق في حركة الرجلين والذراعين عن طريق حركة التبديل بالرجلين معا أو حيز المرفقين المثبتين 90 درجة، بدفع الساعدين والرسغين من مستوى الوسط للأعلى باتجاه سطح الماء ،مع استمرار التبديل بالرجلين والرأس والعينين تنظران باستقامة للأمام .

2- (وقوف الذراعان ممسكة بالنودلز) تبادل ثني ومد الركبتين (دراجة).

الأدوات: حزام طفو، المعكرونة .

الوضع: يتم استخدام حزام الطفو مع ربطه بإحكام حول الوسط، ويمكن أداء هذا التمرين في ماء متوسط العمق أو في الماء العميق، بحيث لا تلامس القدمان أرضية الحمام .

وصف الأداء: يكون من خلال بقاء الذراعين ممدودتين، والاستناد على المعكرونة بالذراعين مع الاحتفاظ بالمرفقين بعيدين عن بعضهما البعض والكفين للأسفل وللخلف، وبالرأس على امتداد العمود الفقري، البدء بالحركة عن طريق تبادل بسط وضم الساق عند مفصل الركبة.

3- (وقوف) المشية العسكرية .

الوضع: يقوم المشترك بالرقود على الظهر ووضع الذراعان جانبا وتكون هناك المعكرونة تحت الركبتين وخلف الكتفين كوضع ابتدائي .

وصف التمرين: يقوم المشترك برفع الجذع أماما عاليا ثم الرجوع إلى وضع الرقود وهو الوضع الابتدائي ويستمر بأداء التمرين لمدة 45 ثانية.

الدائرة الثانية (A2) : دائرة المرونة والرشاقة :

1- (الرقود جانبا) رفع الرجل اليمنى جانبا بالتبادل .

الوضع: يقوم المشترك بالرقود على الجهة اليسرى واضعا الرجل اليمنى فوق الرجل اليسرى بشكل ممتد .

وصف التمرين: يقوم المشترك برفع الرجل اليمنى جانبا بالتبادل لمدة (22) ثانية ثم يقوم بتبديل الرقود على الجنب الأخر ورفع الرجل اليسرى جانبا لمدة (22) ثانية أخرى .

2- (وقوف. ثبات الوسط) الوثب على قدم واحدة بالتبادل .

الوضع: يقف المشترك واليدين بالوسط رافعا القدم اليمنى .

وصف التمرين: يقوم المشترك بالوثب على القدم اليسرى وتبديلها بالقدم اليمنى باستمرار .

3- (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) لف الجذع للجانبين بالتبادل .

الوضع: يقف المشترك معتدلا الذراعان جانبا .

وصف التمرين: يقوم المشترك بلف الجذع إلى اليمين ثم العودة إلى اليسار وهكذا .

4- (الوقوف في الماء . الذراعان جانبا) تبادل وضع الذراعان جانبا مع مرجحة الرجلين جانبا .

الوضع: يقف المشترك في الماء يغمر الماء أجزاء الجسم بارتفاع مستوى الكتفين .

وصف التمرين: يقف المشترك في الماء والذراعان جانبا ويقوم المشترك برفع الذراع اليمنى جانبا مع مرجحة الرجل اليمنى جانبا ثم خفض الذراع اليمنى وضم الرجل اليمنى ورفع الذراع اليسرى جانبا ومرجحة الرجل اليسرى جانبا مع رفع الذراع اليسرى جانبا . وهكذا .

5- (الوقوف في الماء .الوسط ثابت) الوثب على قدم واحدة بالتبادل .

الوضع: الوقوف في الماء ووضع اليدين في الوسط

التسجيل: يتم حساب المسافة التي يصلها مقدمة الكفين على تدريج الصندوق مع المحافظة على مد الرجلين.

4-اختبار الرشاقة: الجري المتعرج بين الموانع .
الهدف منه: قياس الرشاقة .

الأدوات: أربع أقماع ،ساعة إيقاف .

الأداء: الوقوف عند خط البداية والذي يبعد عن أول مانع 3 أمتار (الجري بين الأقماع الأربع التي مسافتها متر واحد بين كل قمع وآخر ويحسب للاعب الزمن في الدوريتين .

التسجيل: حساب الزمن لدورتين متواصلتين .

5-الجلوس من وضع القرفصاء .

الهدف منه: قياس القوة العضلية لعضلات البطن.

الأدوات: ساعة إيقاف .

الأداء: من وضع رقود القرفصاء والكفان متشابكان خلف الرقبة يقوم المختبر بثني الجذع أماما للمس الركبتين بالجبهة يكرر الأداء أكبر عدد ممكن من المرات على أن يقوم زميل بتثبيت قدمي المختبر على الأرض.

التسجيل: يسجل المختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها خلال 30 ثانية.

نموذج استمارة جمع بيانات الاختبارات البدنية:

| اختبار | اختبار | اختبار | اختبار | اختبار | | | | | |
|--------|---------|---------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| قوة | اختبار | اختبار | اختبار | اختبار | الطول | الوزن | العمر | الاسم | الرقم |
| عضلة | الرشاقة | المرونة | الانبطاح | التحمل | | | | | |
| البطن | (جري | | المائل | كوير | | | | | |
| (30) | متعرج) | | (30) | (12) | | | | | |
| ثانية | | | ثانية | دقيقة | | | | | |
| | | | | | | | | | 1 |
| | | | | | | | | | 2 |
| | | | | | | | | | 3 |
| | | | | | | | | | 4 |
| | | | | | | | | | 5 |
| | | | | | | | | | 6 |
| | | | | | | | | | 7 |
| | | | | | | | | | 8 |
| | | | | | | | | | 9 |
| | | | | | | | | | 10 |

الوضع: يتم استخدام حزام الطفو مع ربطه بإحكام حول الوسط، بحيث لا تتم ملامسة القدمين لأرضية الحمام، يتم أدائه في الماء العميق، بحيث لا تتم ملامسة أرضية الحمام .

وصف الأداء: يكون من خلال ميل الجسم قليلا للأمام مع الاحتفاظ بالقوام في وضع انتصاب المرفقين والركبتين مفردتين (لا انثناء للأطراف في هذا التمرين) مرجحة الرجل والذراع المقابل لها للأمام أقصى ما يمكن، جذب سطح القدم لأعلى بدلا من شدة للأمام، وذلك لشدة العضلة ذات الأربعة رؤوس الفخذية .

الاختبارات المعتمدة لتحقيق الدراسة:

قام الباحثون باعتماد الاختبارات التالية لتحقيق المنهج التدريبي لملائمتها لخصائص عينة الدراسة تقاس المتغيرات البدنية وهذه الاختبارات هي:

1-اختبار التحمل اختبار الجري (12) دقيقة لـ (اختبار كوير).

الهدف منه: قياس التحمل الدوري التنفسي

الأدوات: ساعة إيقاف، ملعب .

الأداء: يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري لمدة 12 دقيقة .

التسجيل: يسجل المختبر المسافة التي قطعها المشترك خلال الـ 12 دقيقة .

2-اختبار الانبطاح المائل والدفع بالذراعين.

الهدف منه: قياس القوة العضلية للذراعين.

الأدوات: ساعة إيقاف .

الأداء: يتخذ المختبر وضح الانبطاح المائل، وعند سماع الإشارة يبدأ بثني الذراعين (المرفقين) ومدتها أكبر عدد ممكن من المرات خلال (30) ثانية، مع مراعاة ملامسة الصدر للأرض أثناء ثني الذراعين وفرد الذراعين بكاملها أثناء الدفع.

التسجيل: تسجيل حساب عدد مرات التكرار الصحيحة خلال (30) ثانية .

3-اختبار المرونة:

الهدف منه: يهدف الاختبار إلى قياس المرونة وتحديد مرونة أسفل الظهر وأوتار العضلات .

الأداء: يقوم المختبر بالجلوس طويلا مع مد الرجلين كاملا أمام صندوق متدرج القياس بالسنتيمتر، ويحاول الوصول بمقدمة الكفين لأبعد نقطة ممكنة للأمام.

فاعلية منهج تدريبي قائم على التعليم المدمج في اداء بعض مهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل

م. فائق يونس علي السبعائي¹ أ.د. قصي حازم محمد الزبيدي²
جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة¹
جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة²
(¹ faieqyounis@uomosul.edu.iq, ² qusayhazem@uomosul.edu.iq)

المستخلص: هدف البحث الى الكشف عن فاعلية المنهج التدريبي القائم على التعليم المدمج في تنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل، استخدم الباحثان المنهج التجريبي، وتكون مجتمع البحث من معلمي التربية الرياضية من خريجي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل وممن تتراوح خدمتهم الوظيفية ما بين (10-15) سنة في مدارس مركز محافظة نينوى للعام الدراسي 2021/2022 والبالغ عددهم (142) معلماً، اما عينة البحث فقد بلغت (30) معلماً، اعتمد الباحثان على تصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك بعد التأكد من التجانس بين افراد المجموعة في (العمر بالسنوات، عدد سنوات الخدمة الوظيفية، الاداء العملي لمهارات التدريس).

تم تصميم منهج تدريبي قائم على التعليم المدمج، واعداد بطاقة ملاحظة الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس، وبعد عرض المنهج التدريبي واهدافه العامة والسلوكية ومحتواه النظري مع نموذجي لجلسة تدريبية الكترونية وحضورية، واستحصال الموافقات الرسمية من دائرة الاعداد والتدريب التابعة الى مديرية تربية محافظة نينوى، تم تنفيذ المنهج إذ استغرق تنفيذه (7 اسابيع) بواقع ثلاثة جلسات اسبوعياً، اثنان منها الكترونية تليهما جلسة حضورية، وتم تنفيذ المنهج بتاريخ 2021/11/30 ولغاية 2022/1/11، وبعد الانتهاء من المنهج تم اجراء الاختبار البعدي لعينة البحث، وبعد جمع البيانات وتفرغها ومعالجتها احصائياً باستخدام البرنامج الاحصائي (Spss) اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى الاداء العملي لمهارات التدريس ولمصلحة الاختبار البعدي. وفي ضوء النتائج استنتج الباحثان ما يأتي:

- فاعلية المنهج التدريبي في تنمية الاداء العملي لمهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية .
- فاعلية التعليم المدمج في توظيف المنهج التدريبي وتحقيق اهدافه.
- الكلمات المفتاحية:** منهج تدريبي-التعليم المدمج-الاداء العملي-مهارات التدريس-معلمي التربية الرياضية.

1- المقدمة:

على مستوى عال من المقدرة في تنفيذ مهامه وواجباته، إذ أن المعلم الذي تخرج من معاهد المعلمين أو أقسام وكليات التربية الرياضية لا يعني ذلك بأن اعداده قد اكتمل، فالإعداد المهني والمعرفي له تعد عملية مستمرة وذلك للاطلاع المستمر على أهم المستجدات التي تطرأ على العملية التعليمية، والسعي للحصول على الدرجات العلمية المتقدمة بات أمراً لا بد منه حتى يتمكن من مسايرة التقدم العلمي والمعرفي، لذا أصبح الاتجاه الآن يعتمد على التعليم المدمج في البرامج التعليمية والتدريبية، والذي يتم من خلال الدمج ما بين التعليم التقليدي والإلكتروني وتهيئة بيئة تفاعلية غنية بالمعلومات والمصادر والتي تمكن المتعلم من تنمية معارفه ومهاراته من خلال تفاعله مع مصادره في اقصر وقت وأقل جهد وبأعلى مستويات الجودة.

ويتمثل التعليم المدمج بتقديم المنهج عبر وسائط الكترونية متنوعة متمثلة بشبكة الانترنت وبرامجها الالكترونية وبعتماد التعليم التقليدي أو بمساعدة المدرب، إذ يعد التعليم المدمج من ابرز التطورات التي تميز بها القرن الحادي والعشرين، نظراً لما يقدمه من امكانية في توفير التعليم والتدريب للجميع بغض النظر عن ظروفهم، والتغلب على حواجز الزمان والمكان، كذلك تكمن اهميته في امكانية مزج انماط التعليم المختلفة بما يتناسب مع ظروف المتعلمين والمتدربين، إذ ان هذا المزج يتيح فرصة التغلب على السلبيات والمعوقات التي تواجه كل نمط من تلك الانماط عندما يؤخذ على حدا مثل محددات التعليم التقليدي ومحددات التعليم الإلكتروني، ويضاف الى ذلك الازمات المتلاحقة التي تلقي بظلالها على العملية التعليمية والتي قد تعيق أو تواجه فرصة التعلم (الشرمان، 2015، 38).

كما تشير (Eleen Kennedy, 2021) الى "ان التعليم المدمج يحقق نتائج كبيرة للمتعلمين بفضل اتاحته فرص التفاعل وجهاً لوجه بين المعلم والمتعلم، وفرص التواصل الاجتماعي بين المتعلمين، كما انه يوفر الكثير من المرونة من حيث وقت ومكان التعلم، وبذلك يفسح المجال للمعلمين بالتطوير مهنيًا على الرغم من جداولهم المزدحمة بالدروس، كما انه يقلل من تكلفة التعليم بالنسبة للمتعلمين" (Eleen Kennedy, 2021, 12).

ومما تقدم تكمن اهمية البحث الحالي في التعرف على فاعلية البرنامج التدريبي القائم على التعليم المدمج في تنمية الاداء

تعد مهنة التعليم من المهن المهمة والتي لا يستطيع كل فرد ممارستها أو اعطائها حقها بصورة كاملة وصحيحة، فهي مهنة يكفيتها شرفاً أنها مهنة الانبياء والرسل، ولذا فان على المنتمي اليها سواء أكان معلماً أو مدرساً مسؤولية حمل تلك الامانة واعطائها حقها لتحقيق اهدافها السامية والتي من اهمها اعداد المواطن الصالح وبناء جيل قادر على مواجهة متطلبات الحياة المختلفة.

ولأهمية مهنة التعليم فقد وصفت بأنها المهنة الام، وذلك لأنها تسبق جميع المهن الاخرى ولا غنى عنها، فهي الاساس الذي يمدنا بالعناصر البشرية المؤهلة تربوياً وعلمياً، الا انها تحتاج الى عملية اعداد خاص لغرض تأهيلهم واعدادهم الاعداد الصحيح المتكامل والذي ينعكس على أداء اعمالهم وما يتطلب منهم في المدرسة ومن ثم انعكاس ذلك في أفراد المجتمع على اكمل وجه (عبد الرحمن، 2019، 13).

لذا يجب عليه أن يكون المعلم ملماً بمهارات التدريس وتمكناً من تطبيقها عملياً في أقسام الدرس، اذ تتوقف فعالية تلك المهارات بدرجة كبيرة على التحصيل المعرفي لها من المعلم ومن ثم تطبيقها بصورة صحيحة وهذا يكون باختيار انسبها وبما يتلاءم مع اقسام الدرس والفعاليات التعليمية التي سوف تنفذ فيه ومستويات المتعلمين، وبالتالي ينعكس ذلك على المستوى التدريسي له وبما يؤثر ايجاباً على المستوى التعليمي للمتعلم ونجاح العملية التعليمية في تحقيق أهدافها.

ويذكر (Nichols.2010) بأن " الإعداد الأكاديمي لا يعتبر كافيًا من الناحية الفعلية لإعداد معلم التربية الرياضية، بل يحتاج إلى برامج تدريبية تساعده على التنفيذ الفعلي للمبادئ الأكاديمية التي تم تزويده بها أثناء المرحلة الجامعية، لان التدريب في أثناء الخدمة ينمي مهارات المعلم انسجاماً مع مبدأ "التربية عملية مستمرة مدى الحياة وتستمر في حياة الفرد والمجتمع دون انقطاع" (Nichols.2010.163).

ويرى الباحثان ان عملية تطوير الادائي للهيئات التعليمية وتميئتها أصبح ضرورة حتمية في ظل الثورة المعرفية والتكنولوجية التي نشهدها لكي لا يبقى المعلم محدود الافق في عصر تتزايد فيه المستجدات المتلاحقة بشكل سريع، لذلك ينبغي على المعلم تجديد معارفه ومهاراته وبشكل مستمر لكي يكون

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى:

1-تصميم منهج تدريبي قائم على التعليم المدمج لتنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل.

2-اعداد استمارة ملاحظة الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس لمعلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل.

3-التعرف على فاعلية المنهج التدريبي القائم على التعليم المدمج في تنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل.

فرض البحث:

1-وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيم الاختبارين القبلي والبعدي في الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل ولمصلحة الاختبار البعدي.

مجالات البحث:

المجال البشري: معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل من خريجي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الاساسية/جامعة الموصل وممن تتراوح خدمتهم الوظيفية ما بين (10-15) سنة.

المجال الزمني: الفترة من 2021/11/30 ولغاية 2022/1/11.

المجال المكاني: القاعات الدراسية والقاعة الرياضية الداخلية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وقاعتي أم الربيعين والحدياء للمناقشات/كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل، وقاعة التدريب في قسم الاعداد والتدريب/ مديرية تربية محافظة نينوى.

تحديد المصطلحات:

-**المنهج التدريبي:** عرفه (الكناني، 2020) بأنه: " مجموعة من الانشطة والاجراءات والممارسات العملية التي يقوم بها المتدربون تحت اشراف وتوجيه المدرب بغرض اكسابهم المعلومات والمهارات والاتجاهات التي من شأنها تزويدهم بالمعارف والمهارات وتدريبهم على الاداء الجيد "(الكناني، 2020، 1).

-ويعرفه الباحثان اجرائياً بأنه: مجموعة من الجلسات المنظمة والمخطط لها التي تهدف الى تنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند عينة البحث، وتنفذ تلك الجلسات بمحاضرات نظرية على وفق التعليم المدمج، والتي تعد على

العملي لعدد من مهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل.

مشكلة البحث:

تشير الأدبيات التربوية إلى إن إعداد المعلمين قبل الخدمة لا يوفر لهم سوى الأساس الذي سوف يساعدهم على البدء في ممارسة عملية التعليم، وعليه فإن تدريبهم أثناء الخدمة هو امتداد طبيعي لإعدادهم قبل الخدمة، وهذا يعني أن التعليم المستمر هام لهذه الهيئات التعليمية فهو جزء لا يتجزأ من عملية إعدادهم، وأن هذا النوع من الإعداد يجب ان يستمر طيلة عملهم في التعليم ويهدف الحصول على معارف جديدة.

ومن خلال ملاحظة ومتابعة الباحثان للمناهج الدراسية الأساسية لطلبة القسم وجدا أن هذه المناهج (مادة التربية العملية (المشاهدة) للسنة الدراسية الثالثة، فضلاً عن مادة طرائق تدريس التربية الرياضية للسنة الدراسية الرابعة)، خلوها من موضوع مهارات التدريس والتي تعتبر اساس عمل معلمي التربية الرياضية ومعلماتها في كافة مراحل عملية التدريس، فيما عدا تدريس تلك المهارات بمادة طرائق التدريس العامة للسنة الدراسية الثالثة نظرياً، وهذا الذي قد انعكس سلباً على مستوى الأداء العملي للطلبة الخريجين من القسم بتلك المهارات وبالتالي عدم ظهور المستوى المتمكن من الطالب المطبق في عملية تطبيق الدرس، وهذا الذي تأكد جلياً عند تطبيق الزيارات الميدانية في المدارس (اثناء الزيارات الميدانية للطلبة المطبقين)، إذ تبين ان هناك ضعفاً في اداء مطبقي التربية الرياضية في عملية اخراج درس التربية الرياضية وتطبيقه بصورة صحيحة وكاملة، وان الدرس لازال يطبق بشكل عشوائي من دون الاعتماد على الاسس العلمية في تخطيط وتنفيذ وتقييم عملية التدريس وما يرافق تلك المراحل من استخدام لمهارات التدريس المهمة والتي تساعد في تحقيق الاهداف المنشودة، لذلك ارتأى الباحث تصميم برنامج تدريبي لاستكمال اعداد الهيئة التعليمية في اختصاص التربية الرياضية وتنمية مهاراتهم، ورفعهم بكل ما هو جديد في ميدان عملهم، وصقل مواهبهم، ومسايرة التطورات العلمية التي نشهدها في العصر الحالي.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: اعتمد الباحثان على المنهج التجريبي

لملائمته لطبيعة واهداف البحث الحالي .

2-2 مجتمع البحث وعينته: بغية تحقيق أهداف البحث،

فقد حدد الباحثان مجتمع البحث عمدياً بمعلمي التربية الرياضية من خريجي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل ممن لديهم خدمة وظيفية تتراوح ما بين (10-15) سنة في مدارس مركز محافظة نينوى للعام الدراسي 2021/2022، والبالغ عددهم (142) معلماً، اما عينة البحث اشتملت على (30) معلماً، أي ما نسبة (21.12%) من مجتمع البحث، والجدول (1) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته.

الجدول (1) يبين أفراد مجتمع البحث وعينته

| النسبة المئوية | العدد | مجتمع البحث العينة |
|----------------|-------|--------------------------|
| 7.04 % | 10 | عينة التجربة الاستطلاعية |
| 21.12 % | 30 | عينة التطبيق |
| 28.16 % | 40 | المجموع |

2-3 التصميم التجريبي: اعتمد الباحثان على التصميم

التجريبي الذي يطلق عليه اسم تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدى وذلك لملائمة هذا التصميم لطبيعة مشكلة البحث الحالية وبما يتناسب مع اهداف البحث، وإجراءات تطبيق التجربة، أنظر الشكل (1).

| الاختبار البعدى | المتغير المستقل | الاختبار القبلي | عينة البحث |
|-----------------|---|-------------------------------|------------|
| المتغير التابع | البرنامج التدريبي القائم على التعليم المدمج | الاداء العملي لمهارات التدريس | |

الشكل (1) يوضح التصميم التجريبي للبحث

2-4 تجانس عينة البحث في متغيري العمر وعدد

سنوات الخدمة: للتحقق من تجانس عينة البحث في هذين المتغيرين، فقد طبق الباحثان معادلة معامل الاختلاف (CV) للتأكد من تجانس أفرادها، وهذا المعامل يصور تشتت المجموعة في صورة نسبة مئوية مجردة من التمييز، بحيث لا تتأثر بالوحدات المقيسة بها الظاهرة، وهذه الصفة المجردة من التمييز لمعامل الاختلاف تفيدنا عندما نقارن التشتت في

اساس الاهداف العامة والسلوكية المحددة لكل جلسة، وتحدد بزمن معين، وتحتوي على أنشطة تفاعلية خاصة بكل جلسة من جلسات المنهج.

-التعليم المدمج: عرفه (شواهين، 2016) بأنه: " طريقة تعليمية تتضمن تكامل فعال بين وسائط مختلفة من التعليم، حيث يستخدم التعليم التقليدي جنباً الى جنب مع التعليم المحوسب من اجل الحصول على أفضل الميزات الموجودة في الطريقتين " . (شواهين، 2016، 3)

-ويعرفه الباحثان اجرائياً بأنه: نموذج تعليمي قائم على المزج بين التعليم الالكتروني من خلال عرض وشرح المادة العلمية لجلسات البرنامج بشكل مباشر (On line) عبر برامج وتطبيقات الانترنت المتمثلة بالصف الالكتروني الذي تم انشاؤه على برنامج الـ (Telegram) وبرنامج الـ (Google Meet) وما يرافقه من أنشطة تفاعلية وفيديوهات تعليمية وملفات (Pdf) يتم ادراجها ضمن الصف الالكتروني، وبين التعليم التقليدي المتمثل بالمحاضرات الحضورية في القاعات الدراسية وما يرافقها من استخدام التقنيات التعليمية المتمثلة باستخدام الـ (Data Show) لعرض الفيديوهات التعليمية، والجلسات النقاشية مع المتدربين، وبعض المحاضرات العملية في ساحة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للتدريب على تطبيق مهارات التدريس (قيد الدراسة) .

-مهارات التدريس: عرفها (حمد، 2017) بأنها: " مجموعة من السلوكيات التدريسية التي يظهرها المعلم في نشاطه التعليمي بهدف تحقيق اهداف معينة وتظهر هذه السلوكيات من خلال الممارسات التدريسية للمعلم في ضوء استجابات انفعالية او حركية او لفظية تتميز بعناصر الدقة والسرعة في الاداء وتنمو هذه المهارات عن طريق التدريب والخبرة " (حمد، 2017، 37).

-ويعرفها الباحثان اجرائياً بأنها: مجموعة المهارات التدريسية التي يستخدمها المعلم في نشاطه التدريسي والمتمثلة بمهارات: (تحديد وصياغة الاهداف التعليمية والسلوكية، التخطيط للدرس، التهيئة للدرس، تنويع المثبرات، العلق، التغذية الراجعة، التعزيز، التقويم التمهيدي، التقويم التكويني) والتي يمكن تطويرها لدى عينة البحث بتطبيق جلسات البرنامج التدريبي القائم على التعليم المدمج لتنمية المستوى الادائي لها.

- اجراء التجانس بين افراد عينة البحث في متغيرات (العمر، عدد سنوات الخدمة الوظيفية، الاداء العملي لمهارات التدريس).

2-5-1-2 تحديد اهداف المنهج: يعد تحديد الاهداف

العامة للمنهج اللبنة الاولى التي يركز عليها عند اعداد وبناء المنهج التدريبي، وقد حدد الباحثان الهدف العام للمنهج التدريبي وهو تنمية الاداء العملي لمهارات التدريس وهي (تحديد وصياغة الاهداف التعليمية والسلوكية، التخطيط للدرس، التهيئة، تنويع المثريات، الغلق، التغذية الراجعة، التعزيز، التقويم التمهيدي، والتقويم التكويني).

2-5-1-3 تحديد حاجات الفئة المستهدفة: ان تحديد

حاجات عينة البحث تعد الاساس الذي يبني عليه أي منهج تدريبي، على اعتبار ان الهدف من التدريب هو اشباع حاجات معينة، ولتحديد الحاجات التدريبية لعينة البحث أطلع الباحثان على المصادر والادبيات والدراسات ذات العلاقة بموضوع مهارات التدريس، وعلى ضوء ذلك استخلصا عدداً من المهارات التدريسية، تم وضعها في صورة استبيان وعرضها على عدد من المختصين في مجال طرائق تدريس التربية الرياضية بهدف تحديد أهم المهارات التدريسية الملائمة لعينة البحث، وحسب نسب اتفاق المختصين تم اعتماد المهارات التدريسية التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من (75%) من آراءهم، إذ يشير (بلوم وآخرون، 1983) " إلى انه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء الخبراء" (بلوم وآخرون، 1983، 126)، والمهارات التي تم اعتمادها هي: (تحديد وصياغة الاهداف التعليمية والسلوكية، التخطيط للدرس، التهيئة للدرس، تنويع المثريات، الغلق، التغذية الراجعة، التعزيز، التقويم التمهيدي، التقويم التكويني).

2-5-1-4 تحليل المهام التدريبية: لغرض اكمال

اجراءات تطبيق البحث وتحقيق اهدافه، حلل الباحثان المهام والمتطلبات الخاصة بتطبيق المنهج إذ تضمنت الاتي:

تم انشاء مجموعة دراسية الكترونية على تطبيق ال (Telegram) باسم (Teaching Skills) تجمع بين المدرب وعينة البحث، لغرض شرح المادة الدراسية التدريبية للجلسات، والاجابة على جميع الاستفسارات والاسئلة المقدمة من المتدربين، فضلاً عن ارسال الانشطة التي تكلف بها الفئة

الصفات والسمات أو القدرات للمجموعة الواحدة " (علاوي ورضوان، 2000، 142)، والجدول (2) يبين ذلك:

الجدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الاختلاف (للمعلمين)

| المتغيرات | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة معامل الاختلاف |
|----------------------|---------------|-------------------|---------------------|
| العمر/سنة | 40.33 | 5.58 | 13.83 |
| عدد سنوات الخدمة/سنة | 11.66 | 1.66 | 14.23 |

يتبين من الجدول (2) ان قيمة معامل الاختلاف لمتغيري العمر وعدد سنوات الخبرة للمعلمين هي اقل من 30% وهذا ما يدل على تجانس عينة البحث في هذين المتغيرين.

2-5-2 تصميم المنهج التدريبي: اعتمد الباحثان في تصميم

المنهج التدريبي على نموذج (ADDIE) العام لتصميم التعليم كونه نموذج شامل، وفيما يأتي خطوات تصميم البرنامج وفقاً لهذا النموذج:

2-5-1-1 مرحلة التحليل: واشتملت هذه المرحلة على

الإجراءات الاتية:

2-5-1-1-1 تحليل خصائص الفئة المستهدفة: حدد

الباحثان خصائص الفئة المستهدفة (عينة البحث)

على وفق النقاط الاتية:

- ان أفراد عينة البحث ليس لديهم مشاركة في البرامج والدورات التدريبية الخاصة بمهارات التدريس اثناء الخدمة، وهذا ما تم الكشف عنه عند اجراء المقابلات المباشرة معهم في بداية تطبيق البرنامج التدريبي، فضلاً عن عند توزيع الاستبيان عليهم الخاص بالمعلومات اللازمة عن العينة.

- ان جميع افراد الفئة عينة البحث حاصلين على شهادة البكالوريوس باختصاص التربية البدنية وعلوم الرياضة، من خريجي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الاساسية في جامعة الموصل، وممن لديهم خدمة فعلية في المدارس تتراوح ما بين (10-15) سنة.

- جميع افراد عينة البحث لديهم خبرة واطلاع عن كيفية استخدام الحاسوب وشبكة الانترنت وبرامجها، وضح الباحثان هذا الاجراء اثناء لقائه بهم في بداية تطبيق المنهج وكيفية المشاركة في الصف الدراسي الالكتروني والية ارسال الواجبات خلال سير جلسات المنهج.

البحث، والتي يتم من خلالها مناقشة المادة العلمية للجلستين الإلكترونيتين السابقتين وتقديم الامثلة والتطبيقات لها، والاستعانة بجهاز (Data Show) لعرض المادة العلمية للجلسات وما تتضمنها من مقاطع فيديو، فضلاً عن بعض المحاضرات العملية في القاعة الداخلية الرياضية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

-أدوات ووسائل التعليم الإلكتروني: عرضت المادة العلمية بشكل مباشر (On Line) من خلال ادراج رابط عبر التطبيق (Google Meet) داخل المجموعة الدراسية الالكترونية، فضلاً عن الاستعانة بملفات (Pdf, Power Point, You Tube) خاصة بالمادة العلمية للجلسات، تم ادراج مجموعة من الأنشطة وسط ونهاية كل جلسة لغرض اثاره تفاعل عينة البحث يعد هذا الاجراء بمثابة تقييم تكويني وختامي لهم لضمان فاعلية الجلسة الالكترونية.

2-5-2-3 تحديد خطة تنفيذ المنهج: تحددت خطوات تنفيذ المنهج وفقاً للتسلسل الآتي:

-عقد لقاء مبدئي مع عينة البحث لتعريفهم بأهمية المحتوى التعليمي للمنهج والهدف من دراسته، والمدة المحددة لتنفيذه، وطريقة توزيع مفردات المحتوى التعليمي للمنهج على الجلسات التدريبية، والمتطلبات الواجب توفرها لعينة البحث والمتمثلة بجهاز حاسوب او هاتف محمول مرتبط بشبكة الانترنت، والتعرف على امكانياتهم للتعامل مع شبكة الانترنت وتطبيقاتها، كما تم توضيح الية الانضمام الى المجموعة الالكترونية التي انشأها الباحثان على تطبيق ال- (Telegram) على الرابط الآتي:

<https://t.me/+36PBdAqlj385NTdi>

-تطبيق بطاقة الملاحظة (عن طريق تسجيل درس للمتدرب لتقييمه)، ويعد تطبيق هذا الاختبار بمثابة اختبار قبلي على عينة البحث.

-توزيع عناصر المحتوى على (15) جلسة (10) جلسات منها تكون باستخدام التعليم الإلكتروني (On Line)، و(5) بشكل حضوري، أي بواقع ثلاث جلسات في الاسبوع الواحد ولأيام السبت والاحد والثلاثاء، حيث يتم تنفيذ جلستي يومي (السبت والاحد) باستخدام التعليم الإلكتروني وبزمن قدره (60 دقيقة) للجلسة الواحدة، تليهما جلسة يوم (الثلاثاء) باستخدام التعليم

المستهدفة خلال سير جلسات المنهج عبر هذه المجموعة، وعلى

الرابط الآتي: <https://t.me/+36PBdAqlj385NTdi>

-جهاز لابنوب للمدرب مرتبط بشبكة الانترنت مع عينة البحث.
-ملفات الكترونية (مقاطع فيديو Youtube، ملفات PDF، ملفات Power Point) خاصة بمواضيع الجلسات التدريبية.
-ادراج رابط (Google Meet) داخل المجموعة الدراسية الالكترونية لغرض الدخول وعرض المادة العلمية وانشطتها لعينة البحث بشكل مباشر (On Line) اثناء سير الجلسات التدريبية.

-توفير قاعة دراسية تتسع لأفراد عينة البحث لتطبيق محاضرات جلسات المنهج الحضورية، وتهيئة القاعة الرياضية الخاصة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية لتنفيذ بعض الدروس العملية لتوظيف مهارات التدريس.

-توفير أدوات ومستلزمات لتسهيل تنفيذ جلسات البرنامج الحضورية مثل (سبورة بيضاء، اقلام ملونة، جهاز حاسوب محمول، جهاز Data Show، كرات مختلفة).

-لدليل المنهج التدريبي (مطبوع، والكتروني) الخاص بالمدرب وعينة البحث، والذي يتضمن توقيتات الجلسات التدريبية، واسلوب تنفيذها والمحتوى التعليمي للجلسات التدريبية وما يحتويه من أنشطة مختلفة.

2-5-2-2 مرحلة التصميم: اشتملت هذه المرحلة على

الاجراءات الآتية:

2-5-2-1 إعداد محتوى المنهج: أعد الباحثان المادة العلمية لمحتوى المنهج التدريبي، وذلك بعد الاطلاع على العديد من الادبيات والمصادر العلمية ذات العلاقة بموضوع البحث، وتوزيعها على جلسات المنهج إذ تضمنت كل جلسة الآتي: عنوان الجلسة، الاهداف السلوكية للجلسة، متطلبات البيئة التعليمية للجلسة، اسلوب عرض الجلسة، سير الجلسة التدريبية والذي يتضمن (التمهيد، عرض المحتوى التعليمي للجلسة، نشاط تفاعلي، نشره مرجعية، نشاط نهائي).

2-5-2-2 تحديد عناصر ومصادر التعلم: وتمثلت

بما يأتي:

-أدوات ووسائل التعليم الحضوري: وتمثلت في المحاضرات النظرية داخل القاعة الدراسية والنقاش المفتوح مع افراد عينة

2-5-4 مرحلة التطبيق: مرت هذه المرحلة بالخطوات

الآتية:

-تنفيذ محاضرة تعريفية للمنهج: فذت هذه المحاضرة يوم الثلاثاء الموافق 2021/11/30 وكان من أهدافها تمكين المتدربين على سهولة الانضمام الى الصف الالكتروني والاجابة على الانشطة وارسالها، واستبيان وضوح المحتوى التعليمي لجلسات البرنامج، فضلاً عن تقييم مدى ملائمة اوقات جلسات البرنامج وكفاية الزمن المقرر لكل جلسة وملائمته لظروف عينة البحث.

2-5-4-1 التطبيق القبلي لأداة البحث: تم اجراء

الاختبار القبلي لعينة البحث وذلك بتكليفهم بالقيام بإخراج درس تربية رياضية للصف الخامس وتصويره من قبل فريق العمل المساعد، ومن ثم نسخه على قرص (DVD) وتسليمه للمقيمين لغرض تقييمه قبل البدء بتنفيذ جلسات المنهج .

2-5-4-2 تطبيق المنهج التدريبي: تم تطبيق المنهج

بصورته النهائية على عينة البحث الاساسية، وللفترة من يوم السبت الموافق 2021/12/4 ولغاية يوم الثلاثاء الموافق 2022/1/4، وقد بلغ زمن الجلسة التدريبية الالكترونية (60) دقيقة، اما الجلسة الحضورية فقد بلغ زمنها (90) دقيقة تتخللها فترة استراحة لمدة (10) دقائق، وبذلك يكون الزمن الكلي للمنهج (1000) دقيقة.

2-5-4-3 التطبيق البعدي لأداة البحث: بعد الانتهاء

من تطبيق المنهج تم اجراء الاختبار البعدي لعينة البحث والمتمثل بتطبيق بطاقة ملاحظة الاداء لمهارات التدريس وبنفس اجراءات الاختبار القبلي.

2-5-5-5 مرحله التقويم: تستهدف هذه المرحلة التأكد من

فاعلية المنهج في تحقيق الهدف الذي وضع من اجله، وذلك من خلال تطبيق بطاقة ملاحظة الاداء العملي لمهارات التدريس على عينة البحث، إذ يمكن عند تطبيق هذه الاداة جمع البيانات وحساب الفروق بين متوسطات تطبيقاتها قبلياً ثم تطبيقها بعدياً على عينة البحث، وقد تم تقويم المنهج التدريبي من خلال ثلاث مراحل هي:

1-التقويم قبل التدريب: يكون من خلال تطبيق بطاقة ملاحظة

الأداء العملي لمهارات التدريس قبل البدء بتنفيذ المنهج وايجاد التجانس بين أفراد عينة البحث في هذا المتغير.

الحضوري لغرض مناقشة المادة العلمية للجلستين السابقتين ويزمن قدره (90) دقيقة يتخللها فترة استراحة لمدة (10) دقائق. والملحق (3) يبين ذلك.

-تطبيق المنهج التدريبي على عينة البحث (الفئة المستهدفة).

-تطبيق اداة الدراسة بعدياً على عينة البحث والمتمثلة ببطاقة ملاحظة الاداء لمهارات التدريس.

-اجراء التحليل الاحصائي لاستخراج النتائج ومناقشتها.

2-5-3 مرحلة التطوير: تمت هذه المرحلة في إعداد

عناصر المحتوى التعليمي المتمثلة في مهارات التدريس على شكل منهج تعليمي مدمج بين استخدام أدوات التعليم الحضوري المتمثلة بالحوار والنقاش المفتوح والشرح والمحتوى التعليمي لجلسات المنهج بشكل مطبوع، وبين أدوات التعلم الإلكتروني المتمثلة في استخدام شبكة الإنترنت والصف الدراسي الالكتروني، وعرض الجلسات بشكل مباشر (On Line) عبر تطبيق الـ (Google Meet)، واستخدام الأدوات التفاعلية التزامنية من خلال ادراج الانشطة الكترونياً للإجابة عليها اثناء سير جلسات المنهج الالكترونية، وغير التزامنية المتمثلة بإدراج المادة التعليمية بصيغة ملفات (Pdf) و (Power Point) فضلاً عن الجلسات الالكترونية المسجلة، ومقاطع فيديو (You Tube) تدرج داخل المجموعة الدراسية الالكترونية والتي باستطاعة أفراد عينة البحث الرجوع اليها في أي وقت لغرض مشاهدتها، ولغرض تنفيذ مرحلة التطوير فان الاجراء استوجب تهيئة واعداد ما يلي:

1-ترجمة الية تطبيق المنهج باستخدام النمط الاثرائي الظاهري كأحد انماط تطبيق التعليم المدمج، والذي ينص على الدمج بين التعليم التقليدي الحضوري والتعليم الالكتروني، مع الاعتماد بشكل أكبر على التعليم الالكتروني في تنفيذ التعليم المدمج.

2-عرض المنهج التدريبي على المختصين والذي تضمن مخطط تنفيذ البرنامج وتوقيتاته واهدافه ومحتواه، فضلاً عن نموذج لجلسة تدريبية (بالتعليم الالكتروني) وطريقة تنفيذها، ونموذج لخطة تعليمية (تعليم وجهاً لوجه) بطريقة المناقشة، إذ ابدى المختصين بعض الملاحظات والتعديلات والملحق (3) يبين المنهج بصيغته النهائية.

2، 1)، وبذلك تكون الدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة (100 درجة) وادنى درجة لها هي (25 درجة).

2-2-6-2 المعاملات العلمية لاستمارة ملاحظة

الاداء لمهارات التدريس:

2-2-6-2-1 صدق المحتوى: عرض الباحثان البطاقة

المعدة على السادة المختصين في اختصاص طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة في صورة استبيان للتأكد من صلاحيتها ومدى ملاءمتها لتحقيق ما اعدت من اجله، وبعد جمع الاستبيانات فقد لوحظ موافقة السادة المختصين على أغلبية فقرات الاستمارة مع تعديل البعض منها لتتلاءم مع عينة البحث الحالية، والملحق (4) يبين استمارة ملاحظة الاداء لمهارات التدريس بصورتها النهائية.

2-2-6-2-2 موضوعية المقيمين للأداء: لغرض

التحقق من موضوعية المقيمين للأداء المهاري لمهارات التدريس، استعان الباحثان بفريق التقييم للأداء ملحق (1) وذلك بسبب امتلاكهم الخبرة والدراية العالية في تطبيق فقرات هذه الاستمارة، فضلاً عن كونهم يمتلكون خبرة كبيرة في تدريس مادة طرائق تدريس التربية الرياضية، وتستهدف الملاحظة تقييم وصف كامل عن كافة التفاصيل عن سلوك المفحوص (المتدرب) فيما يتعلق بالموضوع المطلوب ملاحظته (رضوان، 2006، 366-367). وتمت عملية موضوعية التقييم بعد قيام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد ملحق (2) بتصوير درس للصف الخامس الابتدائي لـ (10) معلمين (من خارج عينة البحث الرئيسية) ونسخها إلى أقراص ممغنطة نوع (DVD)، ثم وزعت على السادة المقيمين للأداء مع عدد كافي من استمارات التقييم، وطلب منهم تقييم الأداء لهذه العينة المحددة، وبعد جمع الاستمارات عولجت درجات التقييم احصائياً باستخدام معادلة (معامل الارتباط المتعدد) بين درجات المحكمين في عملية تقييم الأداء التدريسي، وقد بلغت الدرجة (89،0)، وهذا ما يدل على أن موضوعية تقييم الأداء بين المقيمين ذات ثبات عالٍ جداً. علماً أن هذا الإجراء قد طبق يوم الثلاثاء الموافق 2021/11/16، وبهذا الإجراء تكون الاستمارة المعدة للتطبيق في هذا البحث صالحة وأنها قد استوفت الأسس العلمية لها.

2-التقويم أثناء التدريب: وذلك من خلال متابعة الأنشطة المقدمة لعينة البحث وسط كل جلسة ونهايتها، فضلاً عن التكاليف والواجبات النظرية والعملية التي تضمنها المنهاج.

3-التقويم بعد التدريب: ويكون من خلال تطبيق بطاقة ملاحظة الأداء العملي لمهارات التدريس على عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج وتحليل البيانات بين الاختبارين القبلي والبعدي للتعرف على فاعلية المنهاج في تحقيق أهدافه.

2-6 وسائل جمع المعلومات وأجهزة وأدوات البحث:

اعتمد الباحثان في جمع المعلومات والبيانات الخاصة بالبحث على الوسائل والاجهزة والأدوات التالية:

2-6-1 وسائل جمع المعلومات: (المصادر العلمية،

الرسائل والاطاريح الجامعية، المجلات العلمية، شبكة الانترنت، استمارة المعلومات الشخصية لأفراد عينة البحث، الاستبيانات).

2-6-2 الاجهزة والادوات: ((جهاز لابتوب نوع (Azuz)،

جهاز راوتر متصل بالانترنت، جهاز (Data show)، كاميرة تصوير نوع (Canon)، اقراص مدمجة (DVD)، حقيبة تحتوي على دليل البرنامج ورقيا والكرونييا مع المستلزمات الاخرى)).

2-6-3 أداة البحث:

2-2-6-1 اعداد بطاقة ملاحظة الاداء العملي

لمهارات التدريس: لغرض التوصل الى قياس الاداء العملي

لمهارات التدريس، تطلب الامر اعداد بطاقة ملاحظة خاصة لقياس تلك المهارات المحددة، واعتمد الباحثان في اعداد بطاقة ملاحظة الاداء العملي لمهارات التدريس على مقياس (الزبيدي، 2000) الخاص بتقييم الاداء العملي في درس التربية الرياضية، وهي استمارة معدة خاصة لهذا الامر، ومطبقة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ولسنوات عديدة ومعتمدة في تقييم اداء الطلبة المطبقين، وقد راعى الباحثان الاسس العلمية الصحيحة في اعداد بطاقة الملاحظة فضلاً عن ملاحظة التسلسل المنطقي لتلك الفقرات بحيث تتماشى مع التتابع المعتمد في سير خطة الدرس، وبالتالي تحقق السهولة للقائم بالملاحظة في عملية المتابعة وتقييم أداء المعلم وفقاً لخطوات الدرس وتسلسل الفقرات في بطاقة الملاحظة، وقد تكونت البطاقة المعدة من (25) فقرة صيغت بطريقة واضحة ومفهومة، وتعطى درجات لها (4)، (3)،

المعادلات الإحصائية والحسابية التالية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الاختلاف (C.V)، قانون النسبة المئوية، معامل الارتباط المتعدد، معامل الالتواء، المنوال، اختبار (T) للعينات المترابطة).

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الهدف الاول: (تصميم برنامج تدريبي قائم على التعليم المدمج لتنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل):

توصل الباحثان الى تصميم منهج تدريبي قائم على التعليم المدمج وفقاً لنموذج (ADDIE) مراعيًا فيه التنوع بالأنشطة والوسائط واساليب التقويم، وكما هو مبين في اجراءات البحث.

3-2 عرض نتائج الهدف الثاني: (اعداد استمارة

ملاحظة الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس لمعلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل): توصل الباحثان الى اعداد استمارة ملاحظة الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس لمعلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل وكما مبين في اجراءات البحث.

3-3 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الاولى: (وجود

فروق ذات دلالة معنوية بين قيم الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل ولمصلحة الاختبار البعدي): والجدول (4) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة لمستوى الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية.

الجدول (4) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة لمستوى الاداء العملي لمهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية

| قيمة نسبة الخطأ | قيمة ت | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | المعالم الإحصائية المتغيرات |
|-----------------|--------|-------------------|---------------|-----------------------------|
| 0.00 | 9.12 | 4.54 | 57.60 | الاختبار القبلي |
| | | 4.48 | 70.19 | الاختبار البعدي |

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

2-6-2-3 تجانس عينة البحث في مقياس

الأداء العملي لمهارات التدريس: تم تكليف فريق العمل المساعد بتصوير درس للتربية الرياضية لأفراد عينة البحث في المدارس الخاصة بهم وللصف الخامس الابتدائي، وذلك خلال الايام الاربعاء والخميس والاحد الموافقين بتاريخ 1، 2، 2021/12/5، بعد ذلك قام الباحثان بنسخ فيديوها تلك الدروس على أقراص ممغنطة (DVD)، ووزعت على السادة المقيمين للأداء لغرض تقييم الاداء العملي القبلي لأفراد عينة البحث، وبعد حصول الباحثان على الدرجات الخاصة بالأداء العملي، فقد عالجا هذه البيانات باستخدام المعادلات الإحصائية لها، والجدول (3) يبين المعالم الإحصائية لتجانس العينة في مقياس الاداء العملي لمهارات التدريس.

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة المنوال

ومعامل الالتواء لمتغير الاداء العملي لمهارات التدريس

| الاختبار | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المنوال | الالتواء |
|-------------------------------|---------------|-------------------|---------|----------|
| الاداء العملي لمهارات التدريس | 57.60 | 4.54 | 55 | 0.57 |

يتبين من الجدول (3) ان قيمة الالتواء لمتغير الاداء العملي لمهارات التدريس تتحصر ما بين $(1+ و 1-)$.

2-8 التطبيق النهائي لتجربة البحث: تم تطبيق المنهج

على عينة البحث الاساسية، والمتكون من (15) جلسة تدريبيه بواقع (10) جلسات باستخدام التعليم الالكتروني، و(5) جلسات باستخدام التعليم الحضوري، وللأيام (السبت والاحد والثلاثاء) من كل اسبوع، وللفترة من يوم السبت الموافق 2021/12/4 ولغاية يوم الثلاثاء الموافق 2022/1/4، وقد ذكر الباحثان سابقا جميع الإجراءات الخاصة بتطبيق المنهج التدريبي المعد وكيفية تطبيقه على عينة البحث الحالي.

2-9 الاختبار البعدي: تم تطبيق الاختبار البعدي المتمثل

ببطاقة ملاحظة الاداء العملي لمهارات التدريس ابتداء من يوم الاربعاء الموافق 2022/1/12 ولغاية يوم الاربعاء الموافق 2022/1/19، وقد راعى الباحثان عند تطبيق هذا الاختبار جميع الإجراءات والازمنة والأماكن التي تم الاعتماد عليها عند تطبيق الاختبارات القبليه، حتى يتمكن من ضبط جميع العوامل التي يمكن ان تؤثر في نتائج هذه الاختبارات.

2-10 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية

(SPSS) للتوصل الى نتائج البحث الحالي، فضلاً عن عدد من

إن المنهج التدريبي القائم على التعليم المدمج انصف بالمرونة، بطريقة عرض المعلومات وممارسة الأنشطة المتنوعة المتمثلة بالواجبات والتعيينات والمناقشة والحوار والتواصل إلكترونياً وحضورياً، والملفات النصية والفيديو والدروس العملية، فضلاً عن اعطاء المتدرب فرصة مشاهدة وتطبيق تلك المهارات عملياً بعد التعرف عليها خلال الجلسات الالكترونية والحضورية، جعل عينة البحث في وضع تحدي مكنهم من التجاوب مع متطلبات التدريب مما دفعهم الى بذل الجهد من اجل النجاح في مهمة المتدربين من جهة والاستفادة مما تدربوا عليه لتوظيفه في الدرس من جهة اخرى، وذلك ساهم في تنمية الاداء العملي لمهارات التدريس، كما ان احتواء البرنامج على الأنشطة المتنوعة خلق بيئة مشوقة تجاوزت عامل الرتابة والملل. ويذكر (الشرمان، 2015) بأن استخدام الأنشطة والوسائل التعليمية المتنوعة يبعد عامل الرتابة والملل ويخلق جواً من التفاعل بين المتعلمين والمعلم، وقد يكون التعليم المدمج الحل الامثل لتحقيق المرونة في التعليم بما يتناسب مع ظروف المتعلمين (الشرمان، 2015، 41). ان توظيف التعليم المدمج في تنفيذ المنهج التدريبي ساهم في خلق بيئة تعلم فعالة من خلال استخدام تكنولوجيا التعليم المتمثلة بالصف الالكتروني والتواصل مع عينة البحث من خلال برنامج (واتساب) وادى الى زيادة الفاعلية وتحقيق التواصل المستمر بينهم وبين الباحثان للإجابة عن استفساراتهم وتقديم التوضيحات مما نتج عنه تعميق فهمهم للمهارات وبالتالي انجاح عملية تطبيقها خلال الدرس، وفي هذا الصدد يشير (عبد السميع واخرون، 2001) الى "ان استخدام الوسائل التعليمية في عملية التعليم تمد المتعلمين بالتغذية الراجعة التي ينتج عنها زيادة في التعلم كماً وكيفاً". (عبد السميع واخرون، 2001، 76). وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من: (احمد، 2009)، (علام، 2011)، (عبد الرحمن، 2012)، (العززي، 2012)، (العجومي، 2013)، (عطية، 2013)، (القحطاني والبيشي، 2017)، (ابراهيم، 2019)، (هلال واخران، 2020)، (الكندري وقطان، 2020)، والتي اظهرت نتائجها فاعلية التعليم المدمج في تنمية المهارات الادائية والتدريسية للمعلمين.

4-الخاتمة:

الاستنتاجات: في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث، يمكن استنتاج ما يأتي:

يتبين من الجدول (4) أن قيمة (ت) المحتسبة لمستوى الأداء العملي لعدد من مهارات التدريس عند معلمي التربية الرياضية تساوي (9.12) وهي اعلى من قيمة نسبة الخطأ وبدلالة الوسط الحسابي الأعلى بين الاختبارين القبلي والبعدي، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيم الاختبارين ولمصلحة الاختبار البعدي.

وبناءً على ذلك تقبل فرضية البحث التي تؤكد على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي عند معلمي التربية الرياضية في مستوى الأداء العملي لعدد من مهارات التدريس ولمصلحة الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثان ذلك الى الاسلوب التكاملي في عرض محتوى المنهج، والترابط والتقارب بين الجلسات الالكترونية والحضورية، والتي اعتمدت على تقديم المحتوى النظري للمهارات التدريسية خلال الجلسات الالكترونية وما رافقتها من أنشطة تفاعلية معرفية وسط كل جلسة، فضلاً عن الأنشطة التي تكلف بإنجازها عينة البحث عقب انتهاء كل جلسة الكترونية وارسالها إلكترونياً وتقديم التغذية الراجعة لها، فضلاً عن المناقشات اثناء الجلسات الحضورية، فضلاً عن الاستعانة بجهاز (Data Show) لعرض الدروس النموذجية لدرس التربية الرياضية، وبعض الدروس العملية للتدريب عن كيفية توظيف مهارات التدريس خلال الدرس، والتي ادت الى تبادل الخبرات بين المعلمين انفسهم وبينهم وبين الباحثين، علاوة على ذلك تكليفهم بتوظيف وتطبيق تلك المهارات خلال الدرس في مدارسهم .

كما أن المنهج التدريبي كان له اثاراً ايجابية على الاداء العملي لعينة البحث لمهارات التدريس، كونهم يتعرفون على المهارات نظرياً ويطلعون على كيفية توظيفها ومن ثم يطبقونها في الدرس مباشرة، وذلك لان وقت التدريب تزامن مع الدوام الرسمي لهم، بالإضافة الى تواصلهم مع الباحثان إلكترونياً لتلقي الملاحظات والتوجيهات حول تلك المهارات.

أن التزامن بين الجلسات الالكترونية والجلسات الحضورية في تقديم محتوى المنهج يعد بمثابة تغذية راجعة ساعد في زيادة التحصيل المعرفي لمهارات التدريس مما انعكس ايجابياً على تطبيق تلك المهارات من خلال كيفية توظيفها واستخدام الامثل منها تبعاً للموقف التدريسي .

[11] عطية، مختار عبد الخالق عبد الله (2013): فاعلية برنامج تدريبي قائم على التعلم الإلكتروني المدمج في تنمية المهارات التدريسية والاتجاه نحو التعليم الإلكتروني لدى الطلاب معلمي اللغة العربية، المجلة التربوية، العدد (33)، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.

[12] علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين (2000): القياس في التربية الرياضية وعلن النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة_ مصر.

[13] الغنزي، نايف (2012): فاعلية التعلم المدمج في إكساب مهارات وحدة الانترنت في برنامج التعليم للمستقبل لمعلمي المرحلة الثانوية واتجاهاتهم نحوه، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

[14] القحطاني، محمد بن عايض محمد والبيشي، عامر بن مترك سيف (2017): فاعلية برنامج تدريبي مقترح قائم على التعلم المدمج في تنمية مهارات تصميم المقررات الإلكترونية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك خالد في ضوء معايير الكوالتي ماترز، مجلة البحث العملي في التربية، العدد (18)، جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية.

[15] الكنائي، سلوان خلف جاسم (2020): البرامج التعليمية والاتجاهات الحديثة التي تقوم عليها واستراتيجياتها، ط1، مكتبة اليمامة للطباعة والنشر، بغداد_ العراق.

[16] الكندري، خالد عبد الرحيم والقطان، هاني علي (2020): فاعلية برنامج تدريبي قائم على التدريس المصغر باستخدام الفيديو بالهاتف المحمول في تنمية المهارات التدريسية لدى الطلبة المعلمين بكلية التربية الأساسية بدولة الكويت، مجلة الدراسات التربوية والانسانية، المجلد (12)، العدد (3)، كلية التربية، جامعة دمنهور، مصر .

[17] هلال، رضا مصطفى واخراخ (2020): فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتنمية المهارات التدريسية لمعلمي التربية الرياضية في ضوء رؤية مصر لتطوير التعليم 2030 م، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد (26)، الجزء السادس، العدد (2)، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، مصر .

[18] Eleen Keenedy,(2021): Blended Learning in Teacher Education & Training. Findings from Research & Practice, Brussels, Belgium. European Schoolnet (EUN Partnership AIBSL) Rue de Trèves, 61.1040 Brussels, Belgium.

[19] Nichols, S. & Johnson, G. (2010): Perception and implementation of the Ohio academic content and process standards for mathematics among middle school teachers. Ohio University. ED520367.

الملاحق:

(1) يوضح الاسماء والألقاب العلمية للمقيمين

| ت | الاسم الثلاثي | اللقب العلمي | مكان العمل |
|---|-------------------------|--------------|--|
| 1 | أ.د صفاء ذنون إسماعيل | استاذ | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة الموصل |
| 2 | أ.م.د نشوان محمود داؤود | مساعد | كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل |
| 3 | أ.م.د علي فتاح رشيد | استاذ | كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل |

1-أثبت فاعلية المنهج التدريبي في تنمية الاداء العملي لعدد من مهارات التدريس لدى معلمي التربية الرياضية في مدينة الموصل.

2-أثبت فاعلية التعليم المدمج في توظيف المنهج التدريبي وتحقيق اهدافه.

بناءً على الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بما يأتي:

1-الاستفادة من المنهج التدريبي الحالي والذي أتى متوافقاً مع التوجهات الحديثة في تدريب معلمي التربية الرياضية لتنمية مهاراتهم التدريسية.

2-ضرورة احتواء منهاج مادة طرائق تدريس التربية الرياضية للمرحلة الرابعة على محتوى نظري خاص بمهارات التدريس وتوظيفها عملياً خلال الدروس.

3-امكانية تبني وزارة التربية تصميم مناهج تدريبية للمعلمين قائمة على التعليم المدمج، وذلك بهدف توفير الوقت والجهد على المعلمين، ودعمًا لتنمية وتطوير الأداء التدريسي لهم.

المصادر:

[1] ابراهيم، مجدي عزيز (2009): معجم المصطلحات ومفاهيم التعليم والتعلم، ط1، عالم الكتب الحديثة، القاهرة_ مصر .

[2] بلوم، بنيامين واخرون (1983): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة(محمد امين المفتي واخرون)، دار ماكجروهيل للنشر، القاهرة- مصر .

[3] حمد، حامد سليمان (2017): منظومة طرائق التدريس في التربية الرياضية، ط1، دار الضياء للطباعة، النجف الاشرف-العراق .

[4] رضوان، محمد نصر الدين (2006): المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر والطباعة، القاهرة_ مصر .

[5] الشрман، عاطف ابو حميد (2015): التعلم المدمج والتعلم المعكوس، ط1، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان_ الاردن .

[6] شواهين، خير سليمان (2016): التعلم المدمج والمناهج المدرسية، ط1، عالم الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، اربد_ الاردن .

[7] عبد الرحمن، اسامة عبد (2019): طرق التدريس، ط1، دار فكرة للنشر ، الجيزة_ مصر .

[8] عبد الرحمن، امل (2012): فاعلية التعلم المدمج في تصميم برنامج تدريبي لتنمية اداء معلم العلوم بالمرحلة الاعدادية في ضوء معايير الجودة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا، مصر .

[9] عبد السميع، مصطفى محمد واخرون (2001): الاتصال والوسائل التعليمية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة_ مصر .

[10] العجرمي، سامح (2013): فاعلية التعلم المدمج في تنمية مهارات صيانة أجهزة الحاسوب لدى طلبة قسم التكنولوجيا بجامعة الأقصى واتجاهاتهم نحوه، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد (2)، العدد (21)، غزة_ فلسطين.

(2) يوضح أسماء والألقاب العلمية لفريق العمل المساعد

| ت | الاسم الثلاثي | اللقب العلمي | مكان العمل |
|---|-----------------------------|--------------|--|
| 1 | م.د حسن خضر محمد | مدرس | جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 2 | د. ايهم عبد الحميد عبد الله | مدرس | مشرف تربيوي |
| 3 | م. احمد رمضان سبع | مدرس | جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 4 | السيدة اسراء يسين حمادي | | مشرفة تربيوية |
| 5 | السيدة زينة ذنون حامد | | مشرفة تربيوية |
| 6 | السيدة نوار عبد العزيز جمال | | مشرفة تربيوية |

(3) يوضح المنهج التدريبي

* توقيتات المنهج:

| الساعة | اليوم والتاريخ | النية عرض محتوى الجلسة | نشاطات الجلسات | زمن الجلسة | تسلسل الجلسات |
|-------------|------------------------|--|---|------------|---------------|
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2021/11/30 | | <ul style="list-style-type: none"> - افتتاحية المنهج. -تعريف المشاركين بالمنهج ونشاطاته. -توجيه عينة البحث بتسجيل درس تربية رياضية وتحمله على فرص (DVD) وتسليمه للباحثين لغرض تقييمه. -استراحة لمدة (10) دقائق -الاستماع الى ملاحظات ومقترحات المشاركين حول تنفيذ المنهج. -تقديم الملاحظات حول الجلسة الثانية . | د | الاولى |
| 9.00 مساءً | السبت 2021/12/4 | تعليم الكتروني عبر برنامج ال (Meet). اكمال النشاط وارساله للمدرب عبر المجموعة التي تم انشاؤها على التليكرام | <ul style="list-style-type: none"> - مفهوم مهارات التدريس. - خصائص مهارات التدريس. - مكونات مهارات التدريس. - نشاط تعليمي . | 60 د | الثانية |
| 9.00 مساءً | الاحد 2021/12/5 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة تحديد وصياغة الاهداف التعليمية: - الاهداف التربوية ومستوياتها وانواعها. - مصادر اشتقاق الاهداف التربوية والتعليمية. - مفهوم الهدف السلوكي. - اهمية تحديد الاهداف السلوكية. - مكونات الهدف السلوكي. - مواصفات الهدف السلوكي الجيد. - نشاط تعليمي . | 60 د | الثالثة |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2021/12/7 | محاضرة حضوري باستخدام طريقة المناقشة (الحوار والنقاش المفتوح ما بين المحاضر والمشاركين) | <ul style="list-style-type: none"> * استكمال موضوع مهارة تحديد وصياغة الاهداف التعليمية: - تصنيف الاهداف التعليمية. - الهدف المعرفي (الادراكي) ومستوياته. - نماذج من الاهداف المعرفية. - استراحة لمدة (10) دقائق. - الهدف الوجداني ومستوياته. - نماذج من الاهداف الوجدانية. - الهدف النفس حركي (المهاري) ومستوياته. - نماذج من الاهداف النفس حركية. - تدريب عملية حول صياغة الاهداف التعليمية - نشاط تطبيقي. | 90 د | الرابعة |
| 9.00 مساءً | السبت 2021/12/11 | تعليم الكتروني عبر برنامج ال (Meet). اكمال النشاط وارساله للمدرب عبر المجموعة التي تم انشاؤها على التليكرام | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة التخطيط للدرس: - مفهوم التخطيط للدرس وخصائصه. - اهمية مهارة التخطيط للدرس. | 60 د | الخامسة |

| | | | | | |
|-------------|------------------------|--|---|------|-------------|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> - مبادئ التخطيط للتدريس -التخطيط طويل المدى (السنوي والفصلي) - محاور اعداد الخطة طويلة المدى. - نموذج لمنهج دراسي سنوي. - نشاط تعليمي . | | |
| 9.00 مساءً | الاحد 2021/12/12 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> * استكمال موضوع مهارة التخطيط للدرس: - التخطيط قصير المدى (الخطة اليومية). - اهمية التخطيط اليومي بالنسبة للمعلم. -عناصر الخطة اليومية. - نموذج لخطة تعليمية للصفوف المختلفة - نشاط تعليمي . | 60 د | السادسة |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2021/12/14 | محاضرة حضورية باستخدام طريقة المناقشة ما بين المحاضر والمشاركين | <ul style="list-style-type: none"> -مراجعة ومناقشة لمواضيع الجلستين السابقتين. - استراحة لمدة (10) دقائق -تدريب وتطبيقات عملية حول تصميم خطط الدرس بأنواعها. - نشاط تطبيقي. | 90 د | السابعة |
| 9.00 مساءً | السبت 2021/12/18 | تعليم الكتروني عبر برنامج ال (Meet). اكمال النشاط وارساله للمدرب عبر المجموعة التي تم انشاؤها على التليكرام | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة التهيئة للدرس: - مفهوم مهارة التهيئة للدرس. - انواع مهارة التهيئة للدرس. - اهمية مهارة التهيئة للدرس . - مكونات مهارة التهيئة للدرس. - اساليب مهارة التهيئة للدرس. - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | 60 د | الثامنة |
| 9.00 مساءً | الاحد 2021/12/19 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة تنوع المثبرات: - مقدمة عن مهارة تنوع المثبرات. - مفهوم مهارة تنوع المثبرات. - اساليب مهارة تنوع المثبرات. - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | 60 د | التاسعة |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2021/12/21 | محاضرة حضورية باستخدام طريقة المناقشة ما بين المحاضر والمشاركين | <ul style="list-style-type: none"> * مفهوم مهارة الغلق: - وظائف مهارة الغلق. - انواع الغلق. -استراحة لمدة (10) دقائق. - عرض فلم فيديو لدرس التربية الرياضية - تدريب وتطبيقات عملية حول عملية توظيف مهارات (التهيئة، تنوع المثبرات، الغلق) بالدرس | 90 د | العاشرة |
| 9.00 مساءً | السبت 2021/12/25 | تعليم الكتروني عبر برنامج ال (Meet). اكمال النشاط وارساله للمدرب عبر المجموعة التي تم انشاؤها على التليكرام | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة التغذية الراجعة: - مفهوم التغذية الراجعة. - انواع التغذية الراجعة. - تصنيف التغذية الراجعة. - شروط التغذية الراجعة. - وظائف التغذية الراجعة. -التغذية الراجعة في درس التربية الرياضية - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | 60 د | الحادية عشر |
| 9.00 مساءً | الاحد 2021/12/26 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة التعزيز: - مفهوم مهارة التعزيز. - اهمية التعزيز . - انواع التعزيز . - استراتيجيات استخدام التعزيز. - فوائد التعزيز للمعلم وللتلميذ. - شروط تحقيق التعزيز. | 60 د | الثانية عشر |

| | | | | | |
|-------------|------------------------|--|--|------|-------------|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | | |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2021/12/28 | محاضرة حضورية باستخدام طريقة المناقشة ما بين المحاضر والمشاركين | <ul style="list-style-type: none"> -مراجعة ومناقشة لمواضيع الجلستين السابقتين. - استراحة لمدة (10) دقائق . - عرض فلم فيديو لدرس التربية الرياضية - تدريبات عملية حول التغذية الراجعة والتعزيز . | 90 د | الثالثة عشر |
| 9.00 مساءً | السبت 2022/1/1 | تعليم الكتروني عبر برنامج ال (Meet). اكمال النشاط وارساله للمدرب عبر المجموعة التي تم انشاؤها على التليكرام | <ul style="list-style-type: none"> * مهارة التقويم: - مفهوم التقويم . - وظائف التقويم . - خصائص التقويم الجيد. - اهمية التقويم في الجانب الرياضي . - ماهية تقويم التلاميذ . - جوانب تقويم التلاميذ . - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | 60 د | الرابعة عشر |
| 9.00 مساءً | الاحد 2022/1/2 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> * التقويم التمهيدي والتكويني: - مفهوم التقويم القبلي (التمهيدي) . - اهمية التقويم القبلي (التمهيدي) للمعلم . - التقويم التكويني (البنائي) . - وظائف التقويم التكويني (البنائي) . - استخدامات التقويم التكويني (البنائي) . - اغراض التقويم التكويني (البنائي) . - وسائل التقويم التكويني (البنائي) . - نشاط تعليمي . - نشاط تطبيقي . | 60 د | الخامسة عشر |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2022/1/4 | محاضرة حضورية باستخدام طريقة المناقشة ما بين المحاضر والمشاركين | <ul style="list-style-type: none"> -مراجعة ومناقشة لمواضيع الجلستين السابقتين. - استراحة لمدة (10) دقائق - عرض فلم فيديو لدرس التربية الرياضية - تدريب وتطبيقات عملية حول التقويم التمهيدي والتكويني | 90 د | السادسة عشر |
| 9.30 صباحاً | الثلاثاء 2022/1/11 | كما في الجلسة السابقة | <ul style="list-style-type: none"> - مناقشة عامة ومراجعة للبرنامج -توجيه عينة البحث بتسجيل درس تربية رياضية وتحمله على قرص (DVD) وتسليمه للباحثين لغرض تقييمه. | 90 د | السابعة عشر |

I . S . S . J

الملحق (4) يوضح بطاقة تقييم الاداء العملي بصيغتها النهائية

| 1 | 2 | 3 | 4 | السلوكيات | ت |
|---|---|---|---|---|----|
| | | | | يبيّن الأهداف التعليمية للدرس في بدايته. | 1 |
| | | | | يهيئ التجهيزات والادوات الرياضية قبل الدرس | 2 |
| | | | | يطبق الاحماء العام والخاص وبما يتلاءم مع مهارات الدرس. | 3 |
| | | | | يستخدم التقويم القبلي لتوزيع التلاميذ الى مجموعات وفق مستوياتهم | 4 |
| | | | | يستخدم الابعاز للتمارين البدنية بصورة صحيحة . | 5 |
| | | | | ينوع من التمارين البدنية وحسب التدرج واساليب عرضها | 6 |
| | | | | ينتقل بين المجموعات اثناء تطبيق التمارين البدنية. | 7 |
| | | | | يصحح الاخطاء فور وقوعها عند تطبيق التمارين البدنية. | 8 |
| | | | | يربط محتوى الدرس بخبرات التلاميذ السابقة. | 9 |
| | | | | يستخدم اساليب متنوعة ومشوقة في الجزء التعليمي من الدرس . | 10 |
| | | | | يشرح المهارات المراد تعليمها بصورة جيدة . | 11 |
| | | | | يعتمد نماذج حية صحيحة عند عرض المهارات المراد تعليمها . | 12 |
| | | | | يقدم ملخص للمهارات المتعلمة قبل الانتقال الى تطبيقها | 13 |
| | | | | يستخدم التشكيلات المختلفة في الجزء التطبيقي من الدرس | 14 |
| | | | | يصحح الاخطاء اثناء تطبيق المهارات ويقدم التغذية الراجعة المناسبة. | 15 |
| | | | | يشجع الاداء الصحيح ويكافئ المجموعة الفائزة. | 16 |
| | | | | يستخدم التعزيز اللفظي وغير اللفظي خلال الدرس . | 17 |
| | | | | ينوع من اساليب تنويع المثبرات المختلفة خلال الدرس. | 18 |
| | | | | يستخدم الصافرة في الاوقات المناسبة. | 19 |
| | | | | يختار الالعاب الصغيرة بما يلاءم المرحلة العمرية للتلاميذ. | 20 |
| | | | | يثير التفاعل بينه وبين التلاميذ وبين التلاميذ أنفسهم. | 21 |
| | | | | يستخدم التقويم التكويني اثناء اجزاء الدرس. | 22 |
| | | | | ينهي الدرس بطريقة صحيحة وفي الوقت المحدد . | 23 |
| | | | | يمتاز بالحيوية والنشاط والحركة الصحيحة داخل الساحة والصف | 24 |
| | | | | متمكن من ادارة الصف ويستخدم اساليب الضبط الذاتي | 25 |

الدرجة النهائية:

اسم المقيم:



الطلاق النفسية لدى معلمي و معلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى

م.م احمد محمد خضير ابراهيم المشهداني¹ م.م محمد مزهر شكر محمود الجبوري²

المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى/قسم الاعداد والتدريب/شعبة البحوث والدراسات التربوية/مدرسة ابتدائية الموالي للبنات¹

المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى/قسم الاعداد والتدريب/شعبة البحوث والدراسات التربوية/مدرسة أصفية/م²

(¹ ahmedkudaer989@gmail.com)

المستخلص: يهدف البحث إلى:

1-تقنين وتطوير مقياس للطلاق النفسية بما يتلاءم مع الجانب التربوي والتعليمي.
2-التعرف على واقع الطلاق النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى.

3-التعرف على الفروق في مستوى الطلاق النفسية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى تبعاً لمتغير الخبرة.
افترض الباحثان ما يأتي:

1-يفترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى في مستوى الطلاق النفسية تبعاً لمتغير الخبرة.

2-ارتفاع مستوى الطلاق النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية للمديرية العامة لتربية نينوى.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وذلك لملائمته لمشكلة البحث وتجربته، وتم تحديد مجتمع البحث بمعلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى للعام الدراسي 2021/2020. تألفت عينة البحث من (62) معلم ومعلمة لمادة التربية الرياضية من أصل (59) مدرسة التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ليمثلوا مجتمع البحث، وتم توزيع مقياس الطلاق النفسية على عينة البحث واستلامه للفترة من: 2021/2/15 ولغاية 2021/4/26، واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) للتوصل إلى نتائج البحث الحالي.

في ضوء نتائج البحث، توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:

1-ارتفاع مستوى الطلاق النفسية بصورة عامة لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى.
2-هناك فروق في مستوى الطلاق النفسية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى تبعاً لمتغير الخبرة إذ كلما زادت سنين الخدمة زادت مستوى الطلاق النفسية.

في ضوء نتائج البحث واستنتاجاته، يوصي الباحثان بالآتي:

1-تخصيص المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى وقتاً لإقامة دورات تدريبية وتطويرية للطلاق النفسية باعتبارها حالة نفسية إيجابية مهمة للمعلمين.

2-زيادة اهتمام معلمي ومعلمات التربية الرياضية بالجانب النفسي بصورة عامة والطلاق النفسية بصورة خاصة والعمل على تطويرها باستمرار.

3-إجراء المزيد من البحوث والدراسات المشابهة لعينات مختلفة.

الكلمات المفتاحية: الطلاق النفسية - معلمي و معلمات التربية الرياضية - المدارس.

1-المقدمة:

ويُعدّ الجانب التربوي ذو خصوصية وذلك لاحتياجه لمهارات تعليمية عالية وحالة نفسية مثلى وهذا ما دفعنا لدراسة الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات بعض مدارس مديرية تربية نينوى، وتكمن مشكلة البحث في التساؤل التالي: ما مستوى الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المديرية العامة لتربية نينوى؟

أهداف البحث: يهدف البحث إلى:

1-التعرف على واقع الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى.

2-التعرف على الفروق في مستوى الطلاقة النفسية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى تبعاً لمتغير الخبرة.

3-تقنين وتطوير مقياس للطلاقة النفسية يتلاءم مع الجانب التربوي والتعليمي.

فرضيات الدراسة:

1-يفترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى في مستوى الطلاقة النفسية تبعاً لمتغير الخبرة.

2-ارتفاع مستوى الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية للمديرية العامة لتربية نينوى.

مجالات البحث:

المجال البشري: معلمي ومعلمات التربية الرياضية لبعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى للعام الدراسي 2021/2020.

المجال الزمني: الفترة من 2020/12/7 ولغاية 2021/8/15.

المجال المكاني: بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى.

التعريف بالمصطلحات:

الطلاقة النفسية: هي أفضل تعبئة وتهيئة نفسية لدى الرياضي والتي يستطيع بموجبها تحقيق أفضل أداء (راتب: 2004، 146).

أما التعريف النظري الذي يضعه الباحثان للطلاقة النفسية فهو: حالة نفسية إيجابية مثلى تتمثل بالتوازن النفسي، والثبات

يتزايد الاهتمام بالجانب المعرفي والعلمي والنفسى للمعلمين لتحقيق أفضل تعلم، ويعد الجانب النفسي أحد أهم الركائز التي يجب الاعتناء بها وتطويرها لدى المعلمين والمعلمات وذلك لتأثيرها المباشر في أدائهم.

وتعد الطلاقة النفسية مدخلاً أساسياً لتطوير الأداء وتقييم الدرس؛ وذلك لأن التحسن في المهارات النفسية يتبعه بلا شك التحسن في الأداء التعليمي، أما المعلم الذي يتميز بمهارات نفسية عالية سوف يُقبل بقوة على الدروس ويستطيع تحديد أهدافه التعليمية ويستخدم الطرائق والاستراتيجيات التي تمكنه من ذلك.

إنّ الطلاقة النفسية هي حالة نفسية يصل إليها الفرد وشعور إيجابي عالي المستوى تحدث عندما يكون الفرد مُدرك بتوازن بين جميع التحديات التي ترتبط بموقفٍ ما وقابليته الذاتية لإنجاز ومواجهة تلك التحديات، وهنا يتضح مفهوم الطلاقة النفسية بأنها تُمثل خبرة مثالية بالنسبة للفرد؛ لأنه يتسم خلالها بالممارسة الفعلية للتركيز العالي ومعرفة ما الذي يفعله ويكون مسيطراً على نفسه وعلى بيئته المحيطة ويكون مستمتعاً بهذه الممارسة، وتعد الطلاقة بأنها " أفضل تهيئة أداء اثناء المنافسة الرياضية تكون ناتجة عن زيادة مصادر تعبئة الطاقة النفسية الايجابية مقابل انخفاض الطاقة النفسية السلبية " (عرب: 2009، 148).

ويرى العديد من خبراء طرائق التدريس أنّ المعلم الذي يمتلك ثقة عالية بالنفس وتركيز انتباه وتحكم وسيطرة عالية على الصف سوف يحقق أداء جيد، ويصل إلى الأهداف التعليمية، وهذا ما تحققه الطلاقة النفسية، لذا ارتئنا دراسة هذا الميدان؛ لما له من أهمية قصوى في الجانب التربوي والتعليمي.

مشكلة البحث:

أضحت الدراسات النفسية من أهم مقومات التطور؛ وذلك لارتباطها بدراسة الشخصية وسلوكياتها، ومعرفتها بأسباب حدوث المشكلات النفسية ومعالجتها وتكوينها، وأضحى التوجه للدراسات النفسية ضرورة ملحة وخصوصاً عند تقارب المستوى في المهارات التدريسية بسبب استخدام استراتيجيات تعليمية معروفة مسبقاً.

مجالات وهي (الثقة بالنفس، تركيز الانتباه، مواجهة القلق، الاستمتاع، التحكم والسيطرة، وألية الأداء)، وقد تم تعديله وتقنيته من قبل الخبراء ملحق (1) وذلك بقبول (خمس) مجالات فقط وعدم قبول مجال (ألية الأداء)؛ لعدم توافق فقراته مع الدراسة الحالية، فضلاً عن تعديل أغلب فقرات المقياس وتوجيهها للجانب التربوي، وحذف الفقرات التي لا تتلائم مع عينة الدراسة، حتى أصبح المقياس في شكله النهائي يحتوي على (42) فقرة موزعة على خمس مجالات كما في الملحق (1)، والجدول (2) يبين نسبة اتفاق الخبراء حول صلاحية المحاور لمقياس الطلاقة النفسية لمعلمي ومعلمات التربية الرياضية.

الجدول (2) يوضح نسبة اتفاق الخبراء حول صلاحية المحاور لمقياس الطلاقة النفسية

| ت | محاور المقياس | الموافقون | الرافضون | نسبة الموافقة |
|---|-----------------|-----------|----------|---------------|
| 1 | الثقة بالنفس | 10 | - | 100% |
| 2 | تركيز الانتباه | 10 | - | 100% |
| 3 | مواجهة القلق | 10 | - | 100% |
| 4 | الاستمتاع | 8 | 2 | 80% |
| 5 | التحكم والسيطرة | 10 | - | 100% |
| 6 | ألية الأداء | 2 | 8 | 20% |

إذ أصبحت المجالات لمقياس الطلاقة النفسية تحتوي على الفقرات الآتية: مجال الثقة بالنفس يشمل (7) فقرات، ومجال تركيز الانتباه (11) فقرة، ومجال مواجهة القلق (8) فقرات، ومجال الاستمتاع (5) فقرات، ومجال التحكم والسيطرة (11) فقرة، كما موضح بالجدول (2):

الجدول (3) يبين عدد فقرات كل مجال من مجالات مقياس الطلاقة النفسية

| ت | محاور المقياس | عدد الفقرات |
|---|-----------------|-------------|
| 1 | الثقة بالنفس | 7 |
| 2 | تركيز الانتباه | 11 |
| 3 | مواجهة القلق | 8 |
| 4 | الاستمتاع | 5 |
| 5 | التحكم والسيطرة | 11 |

2-4 وصف المقياس وتصحيحه: تم تعديل المقياس الحالي ليتلاءم مع عنوان البحث ومعلمي ومعلمات التربية الرياضية (تم توجيه المقياس للجانب التربوي) ويتألف من (42) فقرة، ويتم تصحيح المقياس في ضوء مقياس ثلاثي التدرج، إذ يتم منح (3) درجات للبدل (أوافق بدرجة كبيرة)، و (2) درجة للبدل (أوافق بدرجة متوسطة)، و (1) درجة للبدل (أوافق بدرجة قليلة)، إذ تتحصر درجات المقياس بين (42 - 126) درجة،

الانفعالي، والثقة بالنفس، وتركيز انتباه، التي يصل إليها المعلم من خلال الخبرة والتجارب الإيجابية والتعليم المستمر.

أما التعريف الإجرائي الذي يضعه الباحثان فهو: الدرجة التي يحصل عليها المعلم على كل فقرة من فقرات مقياس الطلاقة النفسية.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: " الطريق العلمي الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثية، فطبيعة المشكلة تفرض منهجاً معيناً للوصول إلى الحقيقة " (الشوك و(آخرون): 2004، 51)، إن استعمال الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والارتباطي دليل ملائمته لطبيعة البحث، فالمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار أو حجم الظاهرة (العساف: 2006، 90)، والأسلوب المسحي هو " يسعى إلى جمع البيانات من الأفراد والمجتمعات لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير معين أو متغيرات معينة " (علاوي: 199، 139).

2-2 مجتمع البحث وعينته: تكون مجتمع البحث من معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين لمديرية تربية نينوى. فيما تكونت عينة البحث من (62) معلماً ومعلمة من أصل (59) مدرسة في محافظة نينوى للعام الدراسي (2021/2020) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. إذ تم اختيار (10) معلمين بطريقة عشوائية من عينة البحث لإجراء ثبات المقياس وتم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينه البحث والبالغ عددهم (8) معلمين وهم الذين تم إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم. الجدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته.

| الرقم | الموضوع | الصفحة |
|-------|--|--------|
| 1 | يبين مقياس الطلاقة النفسي الموجه للعينة بعد التعديل | 13-14 |
| 2 | يبين مقياس الطلاقة النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المديرية | 17 |
| 3 | استمارة استبيان آراء المختصين بمدى صلاحية مقياس الطلاقة النفسي | 27-28 |

2-3 مقياس الطلاقة النفسية: استخدم الباحثان مقياس الطلاقة النفسية لراتب والمرسي والسيد، (راتب و(آخرون): 200، 67) والذي يشمل على (72) فقرة موزعة على (ست)

2004، 24)، قام الباحثان بتوزيع المقياس مره ثانية على عينة الثبات نفسها وتحت نفس الظروف، وبعد الانتهاء من التطبيق على وفق ثبات المقياس بحساب درجات هذه العينة مع درجاتها في التطبيق الأول واستخدم معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين، فكان معامل الارتباط (0.89) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجاباتهم على المقياس، فضلاً عن وصف المقياس كأداة ذات ثبات مقبول، ويشير (سماره و(آخرون)، (1989) إلى أن الثبات إذا كان (0.70) فأكثر يعد مؤشراً جيداً على ثبات المقياس (سمارة و(آخرون): 1989، 120).

2-7 التجربة الاستطلاعية للمقياس: ولغرض التعرف على مدى وضوح الفقرات وتعليمات المقياس، واحتساب الوقت المستغرق للإجابة إذ قام الباحثان بتطبيق التجربة الاستطلاعية لمقياس الطلاقة النفسية على عينة مؤلفة من (8) معلمين من غير مجتمع البحث، إذ تم تطبيق التجربة الاستطلاعية بتوزيع المقياس على المعلمين بتاريخ 2021/1/12، وقد كانت التعليمات واضحة، والفقرات مفهومة، فقد أوضحت التجربة أن مدى الوقت المستغرق للإجابة على المقياس بين (16-21) دقيقة بمعدل (18) دقيقة.

2-8 التطبيق النهائي للمقياس: بعد إجراء المستلزمات المطلوبة لإعداد أداة البحث (المقياس)، تم إجراء التطبيق النهائي للمقياس الخاصة بالبحث على عينة التطبيق المكونة من (62) معلماً من معلمي المديرية العامة لتربية نينوى، ومن خلال إعطاء المستجيب المقياس الخاص بالبحث وتوضيح التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة عليها، مع التأكيد على ضرورة الإجابة على كل العبارات وبما يتناسب مع المستجيب، فضلاً عن صدق وسرية الإجابة، وإنما ستستعمل لأغراض البحث العلمي فقط. وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من 2021/1/17 ولغاية 2021/4/26.

2-9 المعالجات الإحصائية: تحقيقاً لأغراض البحث استخدم الباحثان الحزمة الإحصائية لبرنامج (SPSS).

واعد الباحثان تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الاجابة عن فقراته، وحث المستجيب على الدقة في الاجابة، كما طلبا من المستجيبين عدم ترك أي فقرة دون اجابة ويجب ان لا تكون هناك اجابتين على فقرة واحدة، والمقياس بصيغته النهائية يتكون من خمسة محاور او انماط للطلاقة النفسية، والملحق (2) يبين المقياس بصورته النهائية والذي قام الباحثان بتطويره في هذه الدراسة. إذ قام الباحثان وقبل استعمالهما للمقياس باستخراج المعاملات العلمية للمقياس (صدق وثبات) قبل استعماله على عينة البحث الحالية، وكما يأتي:

2-5 احتساب صدق المقياس: يعد الصدق من الخصائص الأساسية التي يجب الاهتمام بها في بناء الاختبارات والمقاييس، فصدق الاختبار يعرف " بأنه قدرة الاختبار على قياس ما وضع من اجله أو السمة المراد قياسها " (باهي: 1999، 23) و تم حساب صدق المقياس باستعمال: الصدق الظاهري: وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي، وذلك عندما عرضت عباراته على مجموعة من الخبراء في علم النفس والاختبارات والقياس والإدارة والتنظيم ملحق (1)، وقد طلب منهم حذف وتعديل وإضافة ما يرونه مناسباً وتحديد صلاحية بدائل الاجابة وقد أسفرت عن ملاحظات نالت اهتمام الباحثان بإعادة صياغة وحذف وإضافة عدد من الفقرات كونها كانت مخصصة بجانب رياضي بحث ويراد تطبيقها على جانب رياضي تربوي دون التغيير بمضمونها وقد تم هذا الاجراء بعد حصول نسبة اتفاق لا تقل عن (75%) لكل محور او فقرة من فقرات المقياس على الأقل من أراء السادة الخبراء.

2-6 ثبات المقياس: تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ لقياس الثبات، وتعد هذه الطريقة من أكثر الطرق شيوعاً في مجال البحث العلمي في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وللتحقق من استقرار درجات الاختبار يطبق الاختبار على عينة ممثلة من الافراد ثم يعاد تطبيقه بعد مدة زمنية معينة (14) يوم، ويمكن بعدئذ ايجاد معامل الثبات بين درجات الافراد في الاختبار نفسه في التطبيقين (علام: 2006، 123)، لذا طبق المقياس على عينة الثبات البالغة (10) معلمين من غير مجتمع البحث الاصلي من المعلمين والمعلمات التابعين لمديرية تربية نينوى، وبعد مرور (15) يوماً عن التطبيق الأول (الحكيم:

والنفسية، والدافعية، والتركيز، والمزاج الإيجابي، والخبرة، على مستوى الطلاقة النفسية. ودراسة سوجي ياما وانوماتا (Sugiyama: 2005, 969)، والتي أظهرت نتائجها وجود تأثير إيجابي لارتفاع مستوى الأداء، والثقة بالنفس، والاسترخاء، والدافعية، وغياب الاعتقادات السلبية على الطلاقة النفسية، كما أظهرت النتائج إن الخصائص المميزة للأشخاص الرياضيين أثناء الطلاقة النفسية كانت الاسترخاء، والثقة بالنفس، وارتفاع مستوى الدافعية.

ويؤكد على مثل النتيجة كل من (علاوي، 1978)، و(راتب، 1995)، في إشارتهما لوجود علاقة إيجابية بين خبرات النجاح وتطور مستوى الأداء ومستوى الثقة بالنفس لدى الأشخاص الرياضيين.

3-2 عرض النتائج المتعلقة بالهدف الثاني الخاص بالبحث (التعرف على الفروق في مستوى الطلاقة النفسية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى تبعاً لمتغير الخبرة). وتحقيقاً لهذا الهدف استخدمنا المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس الطلاقة النفسية تبعاً لمتغير الخبرة، والجدول (4) يبين ذلك:

الجدول (5) يبين المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس الطلاقة النفسية تبعاً لمتغير الخبرة

| المجالات | أقل من (5) سنوات | (5-10) سنوات | (10-15) سنة | (15) سنة فأكثر |
|----------------------|------------------|--------------|-------------|----------------|
| مجال الثقة بالنفس | 2.33 | 2.51 | 2.54 | 2.70 |
| مجال تركيز الانتباه | 2.03 | 2.12 | 2.22 | 2.40 |
| مجال مواجهة القلق | 2.21 | 2.23 | 2.26 | 2.55 |
| مجال الاستمتاع | 2.34 | 2.44 | 2.49 | 2.83 |
| مجال التحكم والسيطرة | 2.07 | 2.49 | 2.14 | 2.34 |
| الدرجة الكلية | 2.19 | 2.35 | 2.33 | 2.56 |

يتضح من الجدول (5) إن هنالك فروق فردية في مستوى الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة للتربية في محافظة نينوى، ويتبين من الجدول أن الفروق في المتوسطات الحسابية كانت للمعلمين ذوي الخبرة العالية. ويعزو الباحثان سبب ارتفاع الطلاقة النفسية لدى المعلمين ذوي الخدمة الوظيفية الأكثر بسبب تراكم الخبرات لديهم وكلما زادت سنين الخبرة والمشاركات

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج المتعلقة بالهدف الأول الخاص بالبحث (بالتعرف على واقع الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية نينوى):

وتحقيقاً لهذا الهدف استخدمنا المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج الجدول (3) تبين ذلك:

الجدول (4) يبين ترتيب والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى وترتيب مجالات الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية لمديرية تربية نينوى، (ن=62)

| الترتيب | مجالات الطلاقة النفسية | متوسط الاستجابة | النسب المئوية % | المستوى |
|---------|------------------------|-----------------|-----------------|---------|
| 1 | مجال الثقة بالنفس | 2.46 | 81.76 | كبير |
| 5 | مجال تركيز الانتباه | 2.08 | 67.57 | متوسط |
| 3 | مجال مواجهة القلق | 2.27 | 74.22 | كبير |
| 2 | مجال الاستمتاع | 2.41 | 81.02 | كبير |
| 4 | مجال التحكم والسيطرة | 2.14 | 70.69 | كبير |
| | الدرجة الكلية | 2.27 | 75.05 | كبير |

*أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (3) إن مستوى الطلاقة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى كان كبيراً في مجالات: (الثقة بالنفس، مجال مواجهة القلق، مجال الاستمتاع، ومجال التحكم والسيطرة الرياضية)، والدرجة الكلية حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها أكثر من (70%)، بينما كان مستوى الطلاقة النفسية متوسطاً في مجال تركيز الانتباه إذ وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (69.57)، وفيما يتعلق بالترتيب للمجالات كان أعلى مستوى في مجال الثقة بالنفس (81.76). أمّا السبب الرئيس للحصول على مثل هذه النتائج فإنه يعود إلى أن معلمي ومعلمات مديرية تربية نينوى يمتلكون أعلى درجة من التميز في الأداء، والإعداد النفسي، وخبرات النجاح، والدافعية، والثقة بالنفس، وتؤكد على مثل هذه النتائج دراسات كل من (جاكسون، 2002، Jackson: 133) والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية بين الطلاقة النفسية، والدافعية، والسيطرة، والثقة بالنفس، والاتجاهات الرياضية الإيجابية، والإعداد النفسي والبدني، والاستجابة للتغذية الراجعة الإيجابية، ودراسة يونج (Young: 1999, 63) والتي أظهرت نتائجها وجود تأثير إيجابي لمتغيرات الإعداد البدني

- [8] صلاح الدين محمود علام؛ الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية: (الأردن، البتراء، دار الفكر العربي، 2006).
- [9] عبد العزيز عبد المجيد؛ الطلاقة النفسية، ط1: (القاهرة، المركز العربي للنشر، 2008).
- [10] عزيز سمارة و(آخرون)؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية: (القاهرة، دار المعرفة الجامعية، 1989).
- [11] علي سلوم الحكيم؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي: (وزارة التعليم العالي، جامعة القادسية، دار الطيف للطباعة، 2004).
- [12] محمد جاسم عرب وحسين علي كاظم؛ علم النفس الرياضي: (النجف الاشرف، دار الضياء، 2009).
- [13] محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- [14] محمد حسن علاوي؛ مدخل في علم النفس الرياضي، ط3: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002).
- [15] مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق-الشبث-الصدق-الموضوعية-المعايير: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999).
- [16] مؤيد عبد الرزاق حسو و(آخرون)؛ العلاقة بين الطلاقة النفسية والتوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي لدى لاعبات أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة: المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية بالعراق، جامعة الموصل، 2011).
- [17] نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبسي؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (بغداد، 2004).
- [18] Jackson, S.A.&Eklund, R.C (2002). "Assessing flow in physical activity: The flow stat scale/2 and dispositional flow stat scale/2" Journal of sport & Exercise Psychology. (24).
- [19] Young, J. A. (1999). "Professional tennis players in flow: Flow theory and reversal theory perspectives". Unpublished Doctoral Dissertation. Monash University at Melbourne.
- [20] Sugiyama, T. & Inomata, K. (2005). "Qualitative examination of flow experience among top Japanese athletes". Perceptual and Motor Skills. 100.
- [21] Diana wc nab: former official sport psychology for the U.S. Racquetball team ,2003.
- [22] Csikzentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper& Rowe.

والفعاليات والندوات والمؤتمرات وكافة الأنشطة الرياضية تكونت لديهم خطط واستراتيجيات يستطيعون من خلالها إدارة الدروس بطريقة سهلة وسلسة، كما أنّ الخبرة الطويلة لها الأثر الواضح في تهذيب الصفات والسلوكيات النفسية مثل التوتر والقلق وعدم السيطرة، كذلك تعزز السلوكيات الإيجابية كالثقة بالنفس وزيادة الدافعية والتفاني وتحفز الطاقة النفسية الإيجابية.

4-الخاتمة:

تبين من خلال النتائج التي توصلت اليها الدراسة الى الاستنتاجات التالية:

- 1-ارتفاع مستوى الطلاقة النفسية بصورة عامة لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى.
- 2-هناك فروق في مستوى الطلاقة النفسية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية التابعين للمديرية العامة لتربية نينوى تبعاً لمتغير الخبرة إذ كلما زادت سنين الخدمة زادت مستوى الطلاقة النفسية.

فيما يوصي الباحثين بالتالي:

- 1-تخصيص المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى وقتاً لإقامة دورات تدريبية وتطويرية للطلاقة النفسية باعتبارها حالة نفسية إيجابية مهمة للمعلمين.
- 2-زيادة اهتمام معلمي ومعلمات التربية الرياضية بالجانب النفسي بصورة عامة والطلاقة النفسية بصورة خاصة والعمل على تطويرها باستمرار.

- 3-إجراء المزيد من البحوث والدراسات المشابهة لعينات مختلفة.

المصادر:

- [1] أسامة كامل راتب وآخرون؛ النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- [2] أسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- [3] أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- [4] حسن حسن عبده؛ تقنين مقياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة: (حلوان، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (34)، 2001).
- [5] رمضان ياسين؛ علم النفس الرياضي، ط1: (دار أسامة للنشر والتوزيع، 2008).
- [6] صالح بن حمد العساف؛ المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية: (السعودية، الرياض، مكتبة العبيكان، 2006).
- [7] صدقي نور الدين محمد؛ علم نفس الرياضة، ط1: (مصر، المكتب الجامعي الحديث، 2004).

الملاحق:

الملحق (1) أسماء الأساتذة المختصين والخبراء والمحكمين

| ت | اللقب | الأسماء | التخصص | مكان العمل |
|----|--------|------------------------|--------------------|---|
| 1 | أ.د. | وليد خالد همام | الإدارة وتنظيم | كلية التربية الاساسية . جامعة الموصل |
| 2 | أ.د. | علي سموم الفرطوسي | القياس وتقويم | كلية التربية الاساسية . الجامعة المستنصرية |
| 3 | أ.د. | ايمان شهاب حمد | علم النفس الرياضي | كلية التربية الأساسية . الجامعة المستنصرية |
| 4 | أ.د. | عكلة سليمان الحوري | علم النفس الرياضي | كلية التربية الأساسية . جامعة الموصل |
| 5 | أ.د. | سعد فاضل عبد القادر | الاختبارات والقياس | كلية التربية الاساسية . جامعة الموصل |
| 6 | أ.د. | محمد كاظم جاسم الجيزلي | علم النفس | كلية التربية الأساسية - الجامعة المستنصرية |
| 7 | أ.م.د. | محمد علي جلال | الاختبارات والقياس | كلية التربية الأساسية . الجامعة المستنصرية |
| 8 | أ.د. | بان عبدالرحمن ابراهيم | الاختبارات والقياس | كلية التربية الأساسية/الجامعة المستنصرية |
| 9 | أ.م.د. | سندس موسى جواد | الإدارة والتنظيم | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/جامعة بغداد |
| 10 | أ.م. | احمد مؤيد حسين | الاختبارات والقياس | كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل |

الملحق (2) يوضح مقياس الطلاقة النفسية

حضرة المعلم المحترم:

يروم الباحثان إجراء دراسة حول بعض الصفات النفسية للمعلمين والمعلمات والمتعلقة بالسلوك المتبع في تقديم الدروس الرياضية، يرجى الاستجابة وفق ما ينطبق ورأيك الشخصي، علماً أنّ المعلومات لغاية البحث العلمي فقط.

مع وافر الاحترام

الباحثان

أولاً: البيانات الشخصية.

يرجى وضع إشارة (x) فيما ينطبق عليك

1- سنين الخدمة الوظيفية

() أقل من (5) سنوات

() (5-10) سنوات

() (10-15) سنة

() (15-20) سنة فأكثر

| الرقم | درجة الموافقة | | |
|-------|---------------|--------|-------|
| | كبيرة | متوسطة | قليلة |
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 11 | | | |
| 12 | | | |
| 13 | | | |
| 14 | | | |
| 15 | | | |
| 16 | | | |
| 17 | | | |
| 18 | | | |

| | | | |
|--|--|--|----|
| | | ارتكب أخطاء كثيرة أثناء الدرس بسبب التوتر | 19 |
| | | أشعر أنني مرتبك بالدرس | 20 |
| | | أشعر بالتوتر عند شرح دروس ومهارات جديدة | 21 |
| | | أشعر بالخوف عند حضور عدد كبير من الأشخاص أثناء الدرس | 22 |
| | | أشعر بالتوتر عندما يشاهد أدائي بعض الأشخاص المهمين | 23 |
| | | أخشى الفشل بعدم تحقيق أهدافي | 24 |
| | | أشعر بأن ضربات قلبي سريعة قبل البدء بالدرس | 25 |
| | | أشعر بتقلصات في المعدة أثناء زيارة المشرف | 26 |
| | | أشعر بالاستمتاع أثناء أداء الدروس | 27 |
| | | انتظر دروسي بشوق ورغبة | 28 |
| | | اتمتع بدرجة عالية من مستوى الأداء أثناء شرح الدروس | 29 |
| | | أشعر بالمتعة أثناء تقديمي للدروس | 30 |
| | | أشعر بأن جسدي متوتر دائماً | 31 |
| | | استطيع التحكم بانفعالاتي عند المواقف الصعبة في الدرس | 32 |
| | | احتفظ بهدوئي عند مواجهة المواقف الصعبة | 33 |
| | | احتفظ بالسيطرة على انفعالاتي رغم الضغوط | 34 |
| | | يسهل إثارتي أثناء الدرس | 35 |
| | | لدي المقدرة على ضبط النفس | 36 |
| | | لا استطيع التحكم بانفعالاتي إذا تصرف الطالب بسلوك غير لائق | 37 |
| | | يسهل استثارتي من تصرفات بعض الطلبة | 38 |
| | | أحسن التصرف في اللحظات الحرجة في الدروس | 39 |
| | | استطيع التحكم بانفعالاتي رغم ضغط الطلبة | 40 |
| | | أفقد التحكم في انفعالاتي بسهولة عند حدوث أي طارئ | 41 |
| | | انفعالاتي منضبطة طوال السنة الدراسية | 42 |

