

مجلة علوم الرياضة الدولية



مجلة علوم  
الرياضة  
الدولية



المجلد الرابع العدد (12)

كانون الاول 2022 م ربيع الثاني 1444 هـ

[WWW.ISSJKSA.COM](http://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](mailto:info@issjksa.com)



# مجلة علوم الرياضة الدولية

دورية علمية محكمة  
تصدر عن  
أكاديمية علوم الرياضة

المجلد الأول العدد ( ١ )  
يناير ٢٠١٩م ذوالقعدة ١٤٤٠هـ

رقم الإيداع :

ر.م.د. :

journal@sportacademys.com





### اللجنة الاستشارية الدولية للمجلة

- 1- ا.د عبد اللطيف ابراهيم بخاري .....إدارة رياضية .....المملكة العربية السعودية
- 2- ا.د امر الله احمد البساطي.....التدريب الرياضي..... جمهورية مصر العربية
- 3- ا.د اشرف احمد شعلان..... الاصابات والتأهيل..... جمهورية مصر العربية
- 4- ا.د محمد صبري عمر .....مناهج وطرق التدريس..... جمهورية مصر العربية
- 5- ا.د نادر شلبي..... فسيولوجيا التدريب..... جمهورية مصر العربية
- 6- ا.د عبد الوهاب محمد النجار.....القياس والتقويم..... جمهورية مصر العربية
- 7- ا.د صادق خالد الحايك .....مناهج وطرق التدريس..... المملكة الاردنية الهاشمية
- 8- ا.د أولريش هارتمان مدير معهد الحركة وعلوم التدريب في مجال الرياضة، جامعة لايبزيغ المانية
- 9- ا.د ميتات كوز، ب. ت..... كلية العلوم الرياضية بجامعة أنقرة..... تركيا
- 10- ا.د أندريه فوفانيك.....جامعة لفيف الحكومية للثقافة البدنية.....اوكرانيا
- 11- ا.د هافال خورشيد رفيق.....التدريب الرياضي.....الجمهورية العراقية
- 12- ا.د عبد الرحمن ناصر راشد ..... قياس واختبار..... الجمهورية العراقية
- 13- ا.د ضرغام حاسم محمد بكر.....قياس وتقويم/كرة قدم..... الجمهورية العراقية
- 14- ا.د ماجد الشندي..... فسلحة التدريب.....الجمهورية العراقية
- 15- ا.د صباح مهدي كريم.....فسلحة التدريب الرياضي/اثقال..... الجمهورية العراقية



## رئيس تحرير المجلة

- ا.د سعد منعم نافع النعيمي

## مدير التحرير

- ا.د ماهر احمد عاصي

## المشرف العام

- م.م محمد بن حسن عبد الله الشهري

## أعضاء هيئة التحرير

- ا.د امل احمد حسن الحلبي.....القياس والتقوم.....جمهورية مصر العربية
- ا.د هاشم عدنان كيلاني.....علوم الحركية والبيوميكانيكية.....المملكة الاردنية الهاشمية
- ا.د مجدي محمود علي وكوك.....الاصابات والتأهيل.....جمهورية مصر العربية
- ا.د رائد فايق عبد الجبار.....بايوميكانيك.....الجمهورية العراقية
- ا.د مجيد خدا يخش.....اختبارات وقياس.....الجمهورية العراقية
- ا.د زياد عيسى ابراهيم زايد.....جامعه ام القري.....المملكة الاردنية الهاشمية
- ا.د نور الدين مختار بن سعيد.....جامعة الملك سعود.....تونس
- ا.د اسامه كامل علي اللالا.....اللياقة والصحة البدنية.....الإردن
- ا.م.د توفيق ادريس محمد أحمد البكري.....جامعه ام القري.....المملكة العربية السعودية
- ا.م.د عبد العزيز بن عبد الرحمن الدايل.....جامعة الملك سعود.....المملكة العربية السعودية
- ا.م.د محمد نادر محمد شلبي.....فسيولوجيا التدريب.....جمهورية مصر العربية
- ا.م.د نعمان عبد الغني.....التدريب الرياضي.....الجمهورية الجزائرية



## سكرتير التحرير

- أ.د. لمى سمير حمودي سلمان

## أعضاء لجنة التقييم والتحكيم

- أ.د. احمد عبد العزيز عبيد.....طرائق تدريس.....الجمهورية العراقية
- أ.د. فاطمة عبد مالح.....التدريب الرياضي.....الجمهورية العراقية
- أ.د. سعيد نزار سعيد.....علم النفس / كرة اليد..... الجمهورية العراقية
- أ.د. اسيل جليل .....التعلم الحركي / ساحة وميدان.....الجمهورية العراقية
- أ.م.د. بوبكر ابراهيم بنعبد الكريم.....جامعة جدة.....تونس
- أ.م.د. عبد الله محمد طياوي.....علم التدريب / كرة القدم.....الجمهورية العراقية
- أ.م.د. خويلدي الهواري.....التدريب الرياضي / كرة قدم.....الجمهورية الجزائرية
- د. وليد احمد عواد.....بايوميكانيك.....الجمهورية العراقية



هي مجلة علمية الكترونية محكمة من قبل خبراء ومختصين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة، وتُعنى بالبحوث والدراسات العلمية و القضايا الرياضية المعاصرة، يتم نشرها لتزويد الباحثين والمهتمين بأحدث المعلومات والتطورات المعرفية في مجال علوم التربية البدنية والرياضة من خلال البحوث والخبرات، وتشمل مختلف مجالات علوم التربية البدنية والرياضة (التدريب الرياض، والميكانيكا الحيوية والفلسفة في الرياضة القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية والمناهج وطرائق التدريس والتربية وعلم النفس الرياضي وعلم وظائف الأعضاء والفسيولوجيا والتسويق الرياضي والإدارة والتنظيم الرياضي والطب الرياضي وبالإضافة عن الاعلام الرياضي، واللياقة البدنية والصحة، وبقية التخصصات التربية البدنية والرياضية).

ونبغي من ذلك إتاحة الفرصة للباحثين والمعنيين في جميع بلدان العالم لنشر إنتاجهم العلمي مجاناً بشرط ان يتصف بالأصالة والابتكار والابداع ضمن مجالات العلوم البدنية والرياضة، مع الالتزام بأخلاقيات البحث العلمي، والمنهجية العلمية وتقوم المجلة بنشر المواد العلمية التي لم يسبق نشرها، باللغتين العربية و الإنجليزية، وتشمل: البحوث الأصلية: التطبيقية والنظرية، والمراجعات العلمية، وتقارير البحوث، والمراسلات العلمية القصيرة، وتقارير المؤتمرات واللقاءات والندوات والمنتديات العلمية، وملخصات الرسائل والاطاريح العلمية، والنشاطات الأكاديمية والرياضية الأخرى، كما ترحب المجلة بنشر عروض الكتب المنشورة حديثاً في مجال المجلة.

### رؤية المجلة

أن تكون مجلة مصنفة ضمن أشهر المستوعبات والتصنيفات الدولية على وفق القواعد التعليمات والضوابط العلمية العالمية و المنتشرة اقليمياً وعالمياً.

### الرسالة

نشر الأبحاث والنتائج العلمية على وفق معايير مهنية علمية عالمية في مجال علوم التربية البدنية والرياضية.

### أهداف المجلة :

1- أن تصبح مجلة علوم الرياضة الدولية مرجعاً علمياً للباحثين وطلبة الدراسات العليا والمستفيدين من العاملين ضمن التخصص.





- ١- تلبية حاجة الباحثين على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية للنشر في مجال علوم التربية البدنية والرياضة.
- ٢- نشر الأبحاث التربوية الرصينة التي تساعد وتسهم على تطوير المجتمع وتقدمه في المجالات الرياضية .
- ٣- توفير ورقة مجانية منشورة من أجل تشجيع جميع الباحثين في انحاء العالم المساهم في تحسين جودة التعليم من خلال أوراقهم وابحاثهم وتجاربهم.

## قواعد نشر الأبحاث

أولاً: شروط النشر:

- ١- أن يكون النتاج العلمي او البحث متمسماً بالأصالة والابتكار والابداع، على وفق المنهجية العلمية، وسلامة الاتجاه، وصحة اللغة، وجودة الأسلوب.
- ٢- ألا يكون النتاج العلمي او البحث قد سبق نشره، أو مقدماً للنشر لجهة أخرى.
- ٣- جميع النتاجات العلمية او البحوث المقدمة للنشر في المجلة خاضعة للتحكيم.
- ٤- يعد رأي المقومين العلمين والمحكمين المعتمدين من قبل هيئة التحرير للمجلة هو الرأي العلمي القاطع باتجاه اجراءات التعديل او الرفض للبحوث المقدمة للمجلة لغرض النشر.

## ثانياً: تعليمات النشر

- ١- يرسل الباحث بحثه إلكترونياً على الموقع التفاعلي للمجلة <http://WWW.ASSKSA.COM>.
- ٢- يطبع البحث بواسطة الحاسب الآلي ببرنامج (Microsoft Word) ومتوافق مع (IBM) وعلى وجه واحد فقط، ويكون على ورقة مقاس (A٤) مع ترك (٣ سم) لكل هامش، ومرقمة ترقيماً متسلسلاً، بما في ذلك الأشكال والجداول.
- ٣- يقدم الباحث ملخصاً للبحث باللغتين العربية والإنجليزية، بحيث لا تزيد كلماته عن (٢٠٠) كلمة أو صفحة واحدة.
- ٤- يتم تنضيد البحث المرسل للمجلة لغرض النشر على وفق قواعد كتابة البحث والمثبتة في ادناه الفقرة (٩ و ١٠) فضلا عن إمكانية الباحث تنضيد بحثه على وفق قالب المجلة والمثبت نموذج منه في موقع المجلة باللغتين العربية والانكليزية .
- ٥- لا يجوز إعادة نشر أبحاث المجلة في أي مطبوعة أخرى إلا بإذن كتابي من رئيس التحرير



٦- يعطى الباحث نسخه الكترونية .

٧- يلتزم الباحث بإجراء التعديلات المنصوص عليها في تقارير المحكمين، مع تعليل مالم يعدل.

٨- تعبر المواد المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها فقط.

٩- قواعد كتابة البحث باللغة العربية:

١- الاليتجاوز البحث (١٠) ستة عشر صفحة شاملة المصادر والمراجع والملاحق ان وجدت وينظام العمودين بالصفحة باستثناء الصفحة الاولى.

٢- مكتوب بنوع (نمط) خط (simplified Arabic) بدون تباعد، وبحجم خط (١٦) لعنوان البحث اسود داكن، و(١٤) اسماء الباحثين، و (١٢) مكان العمل و البريد الالكتروني للباحثين، و (١٢) ملخص البحث بالعربية، و (١٤) العنوان الرئيس للمستوى الاول والثاني اسود داكن، و (١٢) النص الاعتيادي لمتن البحث، و(٨) كتابة الجداول و(١٠) للمصادر والمراجع والملاحق، و (١٠) عناوين الجداول والاشكال والصور والملاحق.

٣- يتقدم البحث ملخص باللغة العربية ولايتجاوز (٢٠٠) كلمة أي صفحة واحدة.

٤- يكتب عنوان البحث في منتصف الصفحة الاولى واسفله بالوسط يكتب اسم الباحث او الباحثين في حال وجود اكثر من باحث في البحث مع وضع علامة (١) اشارة الى الباحث الاول وهكذا (٢) للباحث الثاني، فضلا عن (٣) للباحث الثالث، واسفل بالمنتصف من اسماء الباحثين، يثبت مكان عملهم أي المؤسسة التي ينتمي اليها الباحث على ان يشار الى الباحث الاول بعلامة (١) والباحث الثاني (٢) والباحث الثالث ان وجد (٣)، وتشمل التالي (القسم، الكلية، الجامعة)، واسفل مكان العمل الباحثين وبالمنتصف ايضا يثبت اميل الباحث او الباحثين في حال وجد اكثر من باحث في البحث، على ان يشار الى الباحث الاول بعلامة (١) والباحث الثاني (٢) والباحث الثالث ان وجد (٣).

٥- كتابة الجدول والاشكال والصور اذ يوضع رقم الجدول في الوسط اعلى الجدول ويكتب تحته التعليق عليه أي عنوانه، فيما يوضع رقم الشكل او الصورة في اسفله منتصف الشكل او الصورة ويكتب تحته التعليق أي عنوانه.

٦- يتم توثيق وكتابة المصادر والمراجع في المتن على وفق النظام الأمريكي للبحوث العلمية APA أي (رقم المصدر، سنة التأليف او النشر، الصفحة التي تم الاقتباس منها) (٦، ٢٠١٩، ١٥٦)، على ان يدون قائمتها أي فهرست

المصادر والمراجع



- باحث في البحث، على ان يشار الى الباحث الاول بعلامة (١) والباحث الثاني (٢) والباحث الثالث ان وجد (٣).
- ٥ - كتابة الجدول والاشكال والصور اذ يوضع رقم الجدول في الوسط اعلى الجدول ويكتب تحته التعليق عليه أي عنوانه، فيما يوضع رقم الشكل او الصورة في اسفله منتصف الشكل او الصورة ويكتب تحته التعليق أي عنوانه.
- ٦-كتابة المصادر والمراجع في المتن من خلال استخدام نظام الساعة أي (رقم المصدر، سنة التأليف او النشر، الصفحة التي تم الاقتباس منها) (٦، ٢٠١٩، ١٥٦)، اذ يتم الاشارة الى ارقامها في متن البحث، على ان يدون قائمتها في نهاية البحث في المصادر والمراجع، وعلى النحو الاتي (اسم الباحث او المؤلف؛ عنوان البحث او المؤلف، الترجمة في حال كون المؤلف مترجمة (ترجمة)، رقم الطبعة ان وجدت، رقم الجزء ان وجد؛ البلدة، المطبعة او دار النشر (جهة النشر)، السنة).
- ٧-بالإمكان الاستعانة بتنضيد البحث على وفق قالب المجلة من خلال الاستعانة بالنموذج المرفق في قالب المجلة
- ١١ - تخضع جميع النتائج العلمية او البحوث او اوراق العمل الى عملية الاستلال، وليس من حق الباحث المطالبة بورقة تؤيد نسبة استلال المستخدمة في بحثه.

## عينة المادة

- يجب أن تكون الأوراق المقدمة مكتوبة باللغة الإنجليزية والعربية، ولا تتجاوز على وفق ما محدد في قواعد البحث في مجلة علوم الرياضة الدولي (قواعد النشر)، وهي عبارة عن صفحات مزدوجة الأعمدة بتنسيق ISSJ. الأوراق التي يجب أن تكون بتنسيق MS Word مع امتداد الملف .doc أو .docx) لإرسال المخطوطة إلى: [info@assksa.com](mailto:info@assksa.com).
- تقديم النتائج العلمية والبحوث وورقة العمل:
- يتم قبول النتائج العلمية والبحوث وورقة العمل ونشرها باللغة الإنجليزية والعربية فقط.
  - يجب أن يكون كل بحث او ورقة علمية مصحوباً ببيان لم يتم تقديمه للنشر في مكان آخر، ما لم تكن ورقة مؤتمر.
  - تتم مراجعة جميع الأوراق، ويحتفظ مكتب التحرير بالحق في رفض أي بحث او ورقه علمية.
  - تصبح جميع المواد من بحوث واوراق المقبولة ملكاً للناسر.



- يجب على الناشر أن يزود الباحثين ومؤلفي الأوراق المقبولة بإثباتات لتصحيح أخطاء الطباعة.
- المجلة تلتزم بالتوقيعات والتواريخ المحددة الاستلام للنتائج العلمية والبحوث والنشر.
- لا يكون الناشر مسؤولين عن أي أخطاء ناتجة عن رقابة المؤلفين.

### تواريخ تقديم والاستلام للنتائج العلمية والبحوث

- ١ - يتم استلام النتائج العلمية والبحوث من بداية كل شهر للسنة، أي الأول منه ولغاية العاشر من الشهر ذاته، كأخر موعد للتقديم واستلام النتائج العلمية والبحوث.
- ٢ - يتم إخطار الباحث بإجراء التعديلات للمدة من منتصف الشهر الذي بعث فيه بحثه أي (١٥) من كل شهر ولغاية (٢٠) منه في حال وجود تعديلات على وفق رأي المقيمين والمحكمين المعتمدين في مجلة علوم الرياضة الدولية، ويلزم الباحث بإجرائها أو تقديم ما يبرر عدم إجرائها مسندا بالثوابت العلمية لإجراءات ومنهجية البحوث العلمية.
- ٣ - يتم إخطار الباحث بقبول بحثه أو إنتاجه العلمي بالنشر في المجلد والعدد المحدد لذلك الشهر الذي أرسل به بحثه بالخمس والعشرين من الشهر ذاته.
- ٤ - يتم نشر البحوث في مجلد وعدد محدد للمدة من ٣٠-٣١ من كل شهر.
- ٥ - يتوقع إصدار العدد الكترونياً على موقع المجلة (علوم الرياضة الدولية) للمدة من ٣٠-٣١ من كل شهر.
- ٦ - تعتمد التوقيعات والتواريخ الميلادية في تقديم والاستلام للنتائج العلمية والبحوث.
- ٧ - تتم عملية المراسلات والمخاطبات من قبل هيئة التحرير والباحثين الكترونياً بموجب الموقع الإلكتروني (الاميل) المثبت بالنتائج العلمية أو البحث أو ورقة العمل من قبل الباحث.
- ٨ - في حال عدم التزام الباحث بالتوقيعات والتواريخ المحددة يتعذر على هيئة التحرير نشر النتائج العلمية.

### رسوم النشر

لا يوجد هنا أي رسوم فنحن نسعى الي تحسين جودة التعلم من خلال خلق مساحة جيدة للباحثين للمشاركة والتعبير عن رغباتهم في تحسين التعلم من خلال اوراقهم العلمية وابحاثهم وتجاربهم التي يتم عرضها في مجلتنا الدولية بشكل مجاني.

### إرشادات للمراجعين

ان متابعة موقع المجلة من قبل المعنيين هو من جل اهتمامنا، لذا نسعى الي التعرف على كل مداخلتكم لكي يكون عنصر حاسم للنشر العلمي، وأحد الأركان الرئيسية للعملية العلمية، لما يسهم و يضمن أن الأبحاث المنشورة سليم والتحقق منها بشكل صحيح ويحسن نوعية البحوث. وانه ليس بالضرورة ذكر اسم المعلق وان المجلة سوف تحتفظ بالسرية (عدم الكشف عن هوية أو مؤسسة) والتأكد من كل المعلومات التي تم الحصول عليها من المعلقين والتي من شأنها زيادة الرصانة العلمية للمجلة.



©2019 أكاديمية علوم الرياضة جميع حقوق النشر محفوظة. لا يسمح بإعادة نشر أي جزء من المجلة أو نسخه بأي شكل وبأي وسيلة سواء كانت إلكترونية أو آلية بما في ذلك التصوير والتسجيل أو الإدخال في أي نظام حفظ معلومات أو استعادتها دون الحصول على موافقة كتابية من أكاديمية علوم الرياضة



### كلمة هيئة التحرير

يشرفني أن أقدم كلمة الافتتاحية لهذا العدد من مجلة علوم الرياضة الدولية التي تمثل ثمرة إنتاج أكاديمية علوم الرياضة بالمملكة العربية السعودية في المجال الرياضي. وأعتقد أن المجلة فخورة بهذا الإنجاز المثمر الذي يشكل قناة معتبرة للنشر العلمي، ويوسع دائرة الإفادة من البحوث والدراسات التي تتدرج تحت مظلة علوم الرياضة بمفهومها العلمي الواسع. ومما تجدر ذكره في هذا السياق أن المجلة التي بين أيدينا ليست وليدة الساعة، بل هي ثمرة جهود سابقة ومحاولات جادة. فقد نبعت فكرة إصدار المجلة منذ عام 2017، وهي بذلك إضافة الجديد وتحسين الصورة من خلال الإخراج الجيد والضبط الذي يتماشى والشروط العالمية المتفق عليها والمعمول بها في جميع المجالات العلمية العالمية. أهمية توافر مجلات علمية محكمة في مجال علوم الرياضة تعد في غاية الندرة، بل ربما تكاد تعد على أصابع اليد الواحدة. ولقد تم اختيار أعضاء هيئة التحرير ممن يمثلون مختلف التخصصات العلمية في المجال ويخدمون في مواقع جغرافية مختلفة، ومن مختلف أقطار العالم، ولهم اهتمامات علمية متفاوتة وأحسب أن هذا التنوع سيخدم المجلة بالشكل الذي يليق بأهميتها ومكانتها في الوسط العلمي.

وغني عن القول إن مجال اهتمام هذه المجلة كما يعبر عن ذلك عنوانها هو علوم الرياضة بمفهومه المعاصر، بحيث يندرج تحت هذا النطاق جميع المجالات النظرية والممارسات العملية التي تخدم القطاع الرياضي، والقضايا الحديثة في التخصص، والاتجاهات الحديثة في المهنة وجميع الجوانب التي تعبر عن الوجه الجديد للعمل الرياضي والتربوي. وقد رأينا أن تمحور المجلة حول هذا المسار. إن صح التعبير يكسبها صبغة التميز عن المجالات العلمية الأخرى في التخصص على ندرتها. وهي التي تصدر بخمسة لغات هي: العربية والانجليزية والفرنسية والالمانية والصينية، وتجربة جديدة في الساحة وطبيعي أن تثار بعض التساؤلات حول أي تجربة في بدايتها. ومن هذا المنطلق فنرجو أن لا تبخلوا علينا بما لديكم من مقترحات وأفكار قد تسهم في تطوير الأعداد القادمة من المجلة.



واستشراف آفاق المستقبل بما في ذلك على سبيل المثال إصدارها بشكل إلكتروني، أو إجراء تعديلات على محتواها العلمي أو الشكلي، أو أي رؤية أخرى تساعد على التكيف مع روح العصر وتعقيده. فهي منكم وإيكم، وهي الوسيط الذي يعكس النتاج العلمي للمنتمين إلى التخصص.

ويطيب لي في الختام أن أقدم خالص الشكر والثناء والتقدير لجميع الذين أسهموا في إخراج هذا العمل العلمي إلى حيز الوجود، وجميع من كان لهم إسهام في الفكرة والمادة العلمية والتحرير والمراجعة والإخراج النهائي، بما في ذلك مجلس إدارة الأكاديمية، وأعضاء هيئة التحرير، والباحثين الذين شاركوا بتزويد المجلة بدراساتهم وبحوثهم.

### هيئة التحرير





## Journal of International Sports Science:

Is a scientific electronic journal, organized by experts and specialists in the field of physical education and sports, and concerned with research and scientific studies and contemporary sports issues, is published to provide researchers and interested in the latest information and knowledge developments in the field of physical education and sports through research and expertise, Physical and Sports (Riyadh Training, Biomechanics and Philosophy in Sports Measurement and Evaluation in Physical Education, Mathematics, Curriculum, Teaching Methods, Education, Mathematical Psychology, Physiology, Physiology, Sports Marketing and Sports management and management and sports play in addition to sports media, fitness, health, rest of the disciplines physical education and sports.)

This should allow researchers and people in all countries of the world to publish their scientific production free of charge, provided that it is original, creative and creative in the fields of physical science and sport, while adhering to the ethics of scientific research and scientific methodology. These include: original research: applied and theoretical, scientific reviews, research reports, short scientific correspondence, reports of conferences, meetings, symposia and scientific forums, summaries of letters and scientific papers, and academic and sports activities The magazine also welcomes the publication of recently published books in the journal.

### The magazine's vision:

To be a magazine classified among the most famous containers and international classifications in accordance with the rules and regulations of scientific and global and spread regionally and globally.

### The message:

Dissemination of scientific research and production according to international scientific professional standards in the field of physical education and sports sciences.







### Goals of the Journal:

1. The International Sports Science Journal should become a scientific reference for researchers, postgraduate students and beneficiaries of the specialized staff.
- 2 - To meet the need of researchers at the local, regional and global levels for publication in the field of physical education and sports.
- 3 - Disseminate educational research, which helps and contributes to the development of society and progress in sports.
4. Provide free published paper to encourage all researchers around the world to contribute to improving the quality of education through their papers, research and experiences.

Research publishing rules

### First: Conditions of publication:

- 1 Scientific research or research should be characterized by originality, innovation and creativity, according to the scientific methodology, the soundness of the direction, the health of the language and the quality of the method.
- 2 - The scientific product or research has not been published, or submitted for publication to another party.
3. All scientific products or research submitted for publication in the Journal are subject to arbitration.
- 4 - The opinion of the referees and the referees accredited by the editorial board of the magazine is the scientific opinion categorical towards the procedures of amendment or rejection of research submitted to the magazine for the purpose of publication.

### Second: Publishing Instructions:

- 1 - The researcher sends his research electronically on the interactive site of the magazine <http://WWW.ASSKSA.COM/>.
2. Computer-aided search using Microsoft Word (IBM) and one-sided software, on A4 paper with 3 cm left for each margin, and numbered serial number, including shapes and tables.





3. The researcher shall submit a summary of the research in both Arabic and English, so that his words shall not exceed 200 words or one page.
4. The research submitted to the journal for publication purposes shall be organized in accordance with the rules of writing the research and confirmed in paragraph (9) and (10) as well as the possibility of the researcher to compile a research according to the template of the magazine and the installer form it in the magazine site in Arabic and English.
5. The research of the journal may not be reproduced in any other publication except with the written permission of the editor.
- 6 - gives the researcher an electronic copy.
- 7 - The researcher is committed to make the amendments provided in the reports of the arbitrators, with an explanation unless modified.
8. The material published in the journal reflects the opinions of the owners only.

## **9 - Rules for Writing Research in Arabic:**

- 1 The search should not exceed (10) sixteen pages including comprehensive sources, references and annexes, if any, and the system of two columns per page except the first page.
- 2 - written in the type (pattern) line simplified Arabic)) without spacing, and the size of the line (16) of the title dark black, and (14) names of researchers, and (12) workplace and e - mail to researchers, and (12) And (14) the main title of the first level and the second dark black, (12) the usual text of the research, and (8) the writing of tables and (10) for sources and references and annexes, and (10) titles of tables and forms and images and annexes.
3. The research shall be submitted in Arabic and no more than (200) words per page.
- 4 - Write the title of the research in the middle of the first page and bottom of the middle writes the name of the researcher or researchers in the case of more than one researcher in the research with a marker (1) reference to the first researcher and so (2) for the second researcher, as well as (3) for the third researcher, (2) and the third researcher if found (3), including the following (department, college,





4 - Write the title of the research in the middle of the first page and bottom of the middle writes the name of the researcher or researchers in the case of more than one researcher in the research with a marker (1) reference to the first researcher and so (2) for the second researcher, as well as (3) for the third researcher, (2) and the third researcher if found (3), including the following (department, college, university), and below the place of work. The researchers also find that the researcher or the researcher is more likely to prove that he is more than one researcher in the research. ) And the second researcher (2) and the third researcher if found (3).

5 - Writing the table and shapes and images, the table number is placed in the middle of the table above the bottom of the table and write under it any title, while the figure or image is placed at the bottom of the form or image and write under the suspension any address.

6. The sources and references shall be documented and written in the Metn according to the American Scientific Research System (APA) (ie, the source number, the year of authorship or publication, the page from which they were cited) (156 ,2019 ,6), and the list of sources and references at the end (The name of the researcher or its author; the title of the research or the author, the translation in the case of the author being translated, the edition number if any, the penalty number if any: (the town, the printing press or the publisher) , The year), as for the periodicals mention the title of the research and then the author and then the name of the magazine and the number and year of publication.

7 - You can use the consolidation of research according to the magazine template by using the form attached in the template magazine

## 10 - Rules of Writing Research in Arabic:

-1 The search should not exceed (10) sixteen pages including comprehensive sources, references and annexes, if any, and the system of two columns per page except the first page.

2 - written in the type (pattern) Arial (Body)), and the style of the font (Regular), and the line (Centered), and the size of the line (20) of the title dark black, and (11) names of researchers, and (10) (9) The main title of the first level is black, font, and Roman numbered, and (10) the main title of the second level is dark black and font style (italic, (1) letter capital, and alphabetical numbered, left line, 10 regular text of the search, line line indentation has 0.51 cm), and 8 for sources, references, appendices, and line alignment (Justified numbered , and has hanging of 0.63 cm).





3. The research shall be submitted in Arabic and no more than (200) words per page.

4 - Write the title of the research in the middle of the first page and bottom of the middle writes the name of the researcher or researchers in the case of more than one researcher in the research with a marker (1) reference to the first researcher and so (2) for the second researcher, as well as (3) for the third researcher, (2) and the third researcher if found (3), including the following (department, college, university), and below the place of work. The researchers also find that the researcher or the researcher is more likely to prove that he is more than one researcher in the research. ) And the second researcher (2) and the third researcher if found (3).

5 - Writing the table and shapes and images, the table number is placed in the middle of the table above the bottom of the table and write under it any title, while the figure or image is placed at the bottom of the form or image and write under the suspension any address.

6 - Writing sources and references in Metn through the use of the clock system (ie source number, year of authorship or publication, the page from which they were quoted) (156 ,2019 ,6), as the reference numbers in the research board, (The name of the researcher or the author, the title of the research or the author, the translation in case the author is translated, the edition number if any, the penalty number if any: (the town, the printing press or publisher) ), the year).

7 - You can use the consolidation of research according to the magazine template by using the form attached in the template magazine

11 - All scientific products, research or work papers are subject to the process of astrology, and it is not the researcher's right to claim a paper supporting the proportion of Asthlal used in his research.

### Sample Material:

Papers submitted must be written in English and Arabic, not exceeding as specified in the rules of research writing in the Journal of International Sports Science (publishing rules), which are double pages in ISSJ format. Sheets that must be in MS Word format with the extension of the .doc or .docx file) to send the manuscript to: [info@assksa.com](mailto:info@assksa.com).





-5 The issue is expected to be published electronically on the website of the magazine (International Sports Science) for the period from 31-30 of each month.

6. Timings and Gregorian dates are based on the submission and receipt of scientific findings and research.

7 - The process of correspondence and correspondence by the editorial board and researchers electronically under the website (Emile) confirmed scientific output or research paper or work by the researcher.

8. If the researcher fails to comply with the specified dates and dates, it is not possible for the editorial board to publish the scientific output.

## Posting Fees:

There is no fee here. We seek to improve the quality of learning by creating a good space for researchers to share and express their desire to improve learning through their scientific papers, research and experiences that are presented in our international magazine for free.

## Guidelines for reviewers:

We are seeking to identify all your interventions to be a critical component of scientific publishing, and one of the main pillars of the scientific process, to contribute to and ensure that published research is sound and properly verified and improves the quality of research.

And that it does not necessarily mention the name of the commentator and that the magazine will retain confidentiality (anonymity or institution) and make sure all the information obtained from commentators that would increase the scientific sensitivity of the magazine.



## الصفحة

## المحتويات

- 1-المحتويات..... 3
- 2-تأثير استراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) وتعلم مهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم ..... 5
- 3-تأثير أنموذج كيلر في تنمية أهم القدرات العقلية وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ..... 21
- 4-مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر الطلبة ..... 35
- 5-أثر انموذج التعلم التوليدي في اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات ..... 43
- 6-أثر استراتيجيتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى طلبة المرحلة الثالثة ..... 55
- 7-تأثير الاسلوب التنافسي بألعاب مشابهة في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبين بأعمار (13-15) سنة ..... 71
- 8-تأثير تدريبات القوة الارتدادية للذراع والذراعين في بعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب ..... 81
- 9-تأثير تمرينات القوة العضلية المصاحبة للمكمل (BCAA) في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبي القوة البدنية فئة الشباب ..... 91
- 10-تأثير تناول مكمل AL-RGININE المصاحب لمنهج التدريب في الرشاقة والقوة الانفجارية للاعبي كرة اليد المتقدمين ..... 101
- 11-تأثير تمرينات مركبة باستخدام الذكاء الصناعي بالاستجابة للحركة لمؤشر دقة التصويب من الفخذ للاعبين منتخب تربية الكرخ الثالثة بكرة اليد ..... 109
- 12-حساسية واستقرار اختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل ..... 117
- 13-اثر تمرينات خاصة في بيئات تعليمية متنوعة على تعلم اداء بعض انواع التهديد في كرة السلة للبنات (13-15) سنة ..... 125
- 14-علاقة بعض المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية باقتصاد الركض لعدي 5000 متر ..... 137
- 15-دراسة فاعلية الأداء الإداري للاتحادات المركزية بألعاب المضرب من وجهة نظر أعضاء الاتحادات الفرعية في العراق ..... 151
- 16-اثر استخدام تمرينات تصحيحية على وفق التحليل الكيفي لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران لأحد ابطال القطر لسنة 2022 ..... 157



17-الهدوء النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى بإعمار دون 19 سنة وعلاقته بترتيب الفرق في الدوري ..... 167



## تأثير استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي في تنمية بعض

### القدرات الادراكية (الحس-حركية) وتعلم مهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم

السيد عمار غازي فيصل العبيدي<sup>1</sup> أ.م.د علي فتاح رشيد العبيدي<sup>2</sup>

جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> dr.ali\_fattah@yahoo.com, <sup>2</sup> ammarghazy1992@gmail.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الحالي الى التعرف على: تأثير استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) والاسلوب المتبع في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) لمجاميع البحث الثلاث . فضلا عن تأثير استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) والاسلوب المتبع في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لمجاميع البحث الثلاث. فضلا عن المقارنة بين مجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في الاختبار البعدي في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية). بالإضافة الى المقارنة بين مجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في الاختبار البعدي تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم.

وافترض الباحثان ما يأتي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) لطلاب السنة الدراسية الاولى. وكذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الاولى. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) لطلاب السنة الدراسية الاولى. فضلا عن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاث في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الاولى. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة، وقد بلغت عينة البحث (30) طالبا من طلاب المرحلة الاولى في جامعة الموصل في كلية التربية الاساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/محافظة نينوى للعام الدراسي 2022/2021، إذ تم تقسيم العينة إلى (3) مجاميع ويواقع (10) طلاب في كل مجموعة، يتم تعليم المجموعة التجريبية الأولى على وفق استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل، أما المجموعة التجريبية الثانية فيتم تعليمها على وفق استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين العشوائي ، في حين المجموعة الضابطة يتم تعليمها على وفق أسلوب المدرس المتبع، وقد اشتمل المنهج التعليمي على (24) وحدة تعليمية بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع لكل مجموعة، زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة .. واستنتج الباحثان ما يأتي: اظهرت النتائج تأثيرا ايجابيا لاستراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي والاسلوب المتبع في تنمية اهم القدرات الادراكية (الحس-حركية). وكذلك تفوقت المجموعتين التجريبيتين (الاولى والثانية) التي استخدمت استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي على المجموعة الضابطة والتي استخدمت الأسلوب المتبع في تنمية اهم القدرات الادراكية (الحس-حركية). واطهرت النتائج تأثيرا ايجابيا لاستراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي والاسلوب المتبع في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم.

**الكلمات المفتاحية:** خرائط المفاهيم - التمرين المتسلسل - التمرين العشوائي - القدرات الادراكية - الدرجة والاحماد بكرة القدم.



**1-المقدمة:**

والسمعية والحركية عند أُنْبَاهِهِ للمثيرات التي يتلقاها أثناء الأداء مما يجعله بحاجة لأن يفسرها في ضوء مهاراته وخبراته السابقة ومحاولة التغلب عليها، وأن فهم الحركة وإدراكها وتكوين صورة واضحة لمفهوم الحركة أو المهارة له اثر كبير على التعلم، وأن ظاهرة الإدراك للحركة من إذ المسافة والزمن والاتجاه تؤثر في قابلية الفرد الحركية وتطويرها، فضلا عن سهولة فهم المهارات الحركية المختلفة وإدراكها، إذ يشير (محبوب، 1989) الى " أن الإدراك في الحركة يسهل عملية الربط بين الحركات وخاصة المركبة، وأن ادراك المتعلم للمحيط يأتي عن طريق الاحساس، فالإدراك يستمد فعاليته ومقاومته من الحواس التي تنقل المؤثرات من الاعصاب إلى الحواس وهناك تتم عملية الإدراك " (محبوب: 1989، 32) لذا يرى الباحثان بان إجراء مثل هذه الدراسة يعطي للبحث الحالي أهمية كبيرة من خلال معرفة آلية توظيف ودمج استراتيجي[ة] خرائط المفاهيم بمصاحبة جدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) للتمرينات المهارية في التطبيق العملي في القسم الرئيسي من الدرس والمؤثرة للمهارات الحركية المراد تعلمها، لكي يتم الحصول على اكبر قدر من المهام المطلوب تعلمها وبشكل إيجابي لغرض تسريع وتسهيل عملية التعلم لمهارتي الدرجة والاحماد قيد البحث .

**مشكلة البحث:**

تتبع مشكلة الدراسة الحالية من خلال ايجاد استراتيجيات حديثة تتناسب التطورات التي يمر بها المتعلمين في عصرنا الحالي من تطور تكنولوجية معلومات، إذ ان المناهج والطرق والاساليب الحالية قد لا تتمكن امام هذا التطور السريع من احتواء كل هذا الكم من المعرفة المتزايدة، مما قد يؤدي الى عجزها عن مواكبة كل ما يحدث من تطورات معرفية وعلمية وتكنولوجية، اخذين بنظر الاعتبار مدى تأثير الاستراتيجيات الحديثة في تطوير التطبيق العملي وكذلك عدم وجود تفاعل مع المادة الدراسية من قبل الطلاب إذ يحتاج الطالب إن يعكس ما تعلمه في الجانب النظري من معلومات إلى تطبيق فعلي داخل الملعب للمهارات المراد تعلمها والتي تحتاج الى بنية معرفية تساعده على الاداء الصحيح على وفق مواقف اللعب العديدة والمتغيرة، إذ تعد مرحلة التطبيق العملي أهم وأصعب المراحل الواجب الاهتمام بها، مما دفع الباحثان الى القيام باستخدام استراتيجية خرائط

ويعد التعلم الحركي من العلوم المهمة والرئيسة ذات العلاقة المباشرة بالتعلم والانجاز في مجال التربية البدنية والمهارية، مما أدى ذلك إلى اهتمام العديد من المختصين بتقديم الدراسات والبحوث العلمية التي تهدف إلى تطوير أداء المتعلم في جميع الأنشطة الرياضية، ولا سيما في مجال كرة القدم التي تعد احدى الألعاب الرياضية الجماهيرية بين ممارسيها كونها تمارس في أغلب الأماكن والأوقات، لذلك يجدر بالمدرس تحديد أهدافه التي تتفق مع خصائص الطلبة وخلفياتهم السابقة، واختيار أدوات ووسائل تسهم في تحقيق الأهداف المتوخاة، لذلك كان لا بد من استخدام استراتيجيات حديثة وفعالة، ومن هذه الاستراتيجيات استراتيجية خرائط المفاهيم والتي تعد إحدى الاستراتيجيات المهمة والمؤثرة في مدى تكوين الطلاب للمفاهيم، (حيث ان خرائط المفاهيم بما تمنحه من فرصة للمتعلمين لزيادة للتعلم واكتساب المفاهيم الصحيحة للمهارات الرياضية، وبالتحديد مهارات كرة القدم إذ تزخر مهارات كرة القدم بالعديد من المواد التي تناسب التدريس باستخدام الخرائط المفاهيمية)(طلافه: 2012، 336) وجدولة التمرين احد هذه الوسائل التي لاقت الاهتمام من قبل المعنيين بالعملية التعليمية لانه يسهم بشكل إيجابي في تحقيق التنوع في التمرينات المستخدمة وأساليب تنفيذها فضلاً عن تسهيل عملية التعلم " فضلاً عن الطرائق الخاصة بالتعلم وهي الجزئية والكلية والمختلطة، فقد برزت أساليب تعليمية جديدة تطبيق داخل التمرين لغرض تطوير التعلم وتحسين الأداء، ومن ضمنها الأسلوب المتسلسل والعشوائي، والموزع والمكثف، والثابت والمتغير وغيرها من الأساليب " (الطائي: 2000، 2) وأن تطوير قدرات المتعلمين الإدراكية (الحس-حركية) والمهارية يعتمد اعتماداً كلياً في مدى تفاعلهم مع الاستراتيجية او الطريقة أو الأسلوب أو المنهج التعليمي المتبع واستجابتهم له. وأن الوحدة التعليمية التي تحتوي على خرائط المفاهيم وتنفيذها بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) لا بد أن يتم وضع برنامج تعليمي علمي مقنن لتطبيقها وممارستها من حيث تسلسل التمارين وطرق تنفيذها وتكراراتها واولقات العمل والراحة فيها لكي يمارسها الطلاب بدافعية ونشاط أكثر. إن المتعلم يتفاعل مع البيئة عن طريق الاحساس البصرية

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية) لطلاب السنة الدراسية الأولى.

4-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاث في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الأولى.

#### مجالات البحث:

المجال البشري: طلاب السنة الدراسية الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية/جامعه الموصل للعام الدراسي 2021/2022.

المجال الزمني: للفترة من 2021/12/30 ولغاية 2022/3/9.  
المجال المكاني: الملاعب المكشوفة بكلية التربية الأساسية/جامعة الموصل.

#### تحديد المصطلحات:

-استراتيجية خرائط المفاهيم: تعرفها (الشمري، 2012) بأنها: "استراتيجية تخطيطية ذهنية معرفية تعرض فيها مجموعة من المفاهيم على شكل تركيب هرمي، بحيث يكون المفهوم الرئيس في قمة الهرم، ثم تتفرع عنه المفاهيم الأكثر عمومية الى الأقل عمومية والأكثر تحديداً" (الشمري: 2012، 275).

-الاسلوب المتسلسل: عرفه (محبوب، 2000) بأنه: " التمرن على جميع المحاولات الخاصة بالمهمة الأولى قبل الانتقال الى المهمة الثانية ومن ثم التمرن على جميع محاولات المهمة الثانية قبل الانتقال الى المهمة الثالثة وبتكرارات معينة وهذا ما يعرف بالتمرين المتسلسل (المغلق-قابل للتكرار)" (محبوب: 2000، 205).

-الاسلوب العشوائي: عرفه (محبوب، 2000) بأنه: "التمرين الذي تعرض فيه المهام عشوائيا إذ يكون التمرن على المهام المختلفة بشكل مختلط خلال التمرين، إذ يستطيع المعلم ان يدور بين المهام المختلفة دون التمرن على نفس المهمة في محاولتين متتاليتين (المفتوح-غير قابل للتكرار)" (محبوب: 2000، 205)

-القدرات الإدراكية (الحس-حركية): عرفه (محبوب، 2001): " هو عملية عليا تشمل عمليات متعددة وتعتمد على الانتباه

المفاهيم التي استخدمت في الجوانب النظرية فقط وإدخالها على الجانب العملي من خلال جدولتها بالتمرين المتسلسل والعشوائي ومعرفة مدى الفائدة التي تحققها هذه الاستراتيجيات في التطبيق العملي لتعلم اهم المهارات الحركية بكرة القدم لدى افراد الدراسة الحالية، لتكون تجربة جديدة لهذه الاستراتيجيات في الجانب العملي وهذا ما يساعد في إمكانية الطالب في التطبيق العملي للمهارات قيد الدراسة، من هنا برزت مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤلات الآتية:

1-هل لاستراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي ستعمل على تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية) لطلاب السنة الدراسية الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الأساسية/جامعة الموصل؟

2-هل لاستراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي دور ايجابي في تعلم مهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الأساسية/جامعة الموصل؟

هدفاً للبحث: يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

1-تأثير استراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) في تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية) لمجاميع البحث الثلاث.

2-تأثير استراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي) في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لمجاميع البحث الثلاث.

#### فروض البحث:

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية) لطلاب السنة الدراسية الأولى.

2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الأولى.

الجدول (2) يتبين المعالم الإحصائية لنتائج المتغيرات (العمر والطول والكتلة) لدى أفراد عينة البحث .

ت	المعالم الإحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المحسوبة	قيمة sig
1	العمر	شهر	بين المجموعات	186.067	2	93.033	0.512	0.605
			داخل المجموعات	4909.800	27	181.844		
			المجموع	5095.867	29			
2	الطول	سم	بين المجموعات	20.467	2	10.233	0.359	0.702
			داخل المجموعات	769.400	27	28.496		
			المجموع	789.867	29			
3	الفتلة	كغم	بين المجموعات	2.067	2	1.033	0.260	0.975
			داخل المجموعات	1090.100	27	40.374		
			المجموع	1092.167	29			

يتبين من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في كل من (العمر والطول والكتلة) إذ تراوحت قيمة (sig) على التوالي (0.605، 0.705، 0.975) وهي أكبر من نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  مما يشير إلى تجانس مجموعات البحث الثلاث في تلك المتغيرات.

## 2-5 تكافؤ مجاميع البحث:

### 2-5-1 التكافؤ مجاميع البحث في الذكاء:

الجدول (3) يبين نتائج تحليل التباين بين المجموعات في متغير الذكاء

ت	المعالم الإحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المحسوبة	قيمة sig
الذكاء		درجة	بين المجموعات	0.467	2	0.233	0.049	0.952
			داخل المجموعات	128.500	27	4.759		
			المجموع	128.967	29			

يتبين من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في متغير الذكاء إذ تراوحت قيمة (sig) (0.952) وهي أكبر من نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  مما يشير إلى تكافؤ مجموعات البحث الثلاث في هذه المتغير.

### 2-5-2 التكافؤ في اهم القدرات الادراكية (الحس-حركية) واهم المهارات الحركية قيد الدراسة: الباحثان

على مفردات المنهج الدراسي المخصص في مادة كرة القدم لطلاب السنة الدراسية الاولى (الفصل الدراسي الأول) في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل، للعام الدراسي 2021-2022 والذي يتضمن المهارات الاساسية بكرة القدم من الكتاب المنهجي (زهير قاسم الخشاب،

والتركيز في تفسير المعلومات وتوضيحها لاختيار المنهج الحركي المناسب (محبوب: 2001، 76).

## 2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث وتجربته.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الأولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي 2021/2022، وان سبب اختيار هذا المجتمع كون مادة كرة القدم من ضمن مقررات الفصل الدراسي الاول والتي تدرس لهذه السنة الدراسية، والبالغ عددهم (59) طالب موزعين على (3) قاعات دراسية هي (A,B,C)، وكان عدد طلاب القاعة الدراسية الاولى (A) (19) طالب والقاعة الدراسية الثانية (B) (20) طالبا والقاعة الثالثة (C) (20) طالبا.

الجدول (1) يبين افراد مجتمع البحث وعينته والاسلوب المستخدم

القاعة الدراسية	مجاميع البحث	المتغير المستقل	العدد الكلي	الطلاب المستبعدون	عدد افراد العينة النهائي
الاولى	الضابطة	اسلوب المدرس المتبع	19	9	10
الثانية	التجريبية الاولى	خرائط المفاهيم بالاسلوب المتسلسل	20	10	10
الثالثة	التجريبية الثانية	خرائط المفاهيم بالاسلوب العشوائي	20	10	10
		المجموع	59	29	30

## 2-3 التصميم التجريبي للبحث: أقدم الباحثان على

استخدم التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعات العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبلية والبعدي المحكمة الضبط)(فأن دالين: 1984، 384).

2-4 وسائل جمع البيانات: أستخدم الباحثان وسائل بحثية عديدة لجمع المعلومات للوصول إلى البيانات والنتائج المطلوبة على وفق ما يأتي: (الاستبيان، المصادر والمراجع العلمية، الملاحظة، المقابلات الشخصية، الاختبارات والمقاييس).

2-5 تجانس عينة البحث: تم التجانس لأفراد عينة البحث في المتغيرات الآتية (العمر، الطول، الكتلة).

## 2-7 المجموعة التجريبية الاولى خرائط المفاهيم

المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل: تؤدي عينة البحث المجموعة التجريبية الاولى الواجبات والمهام على وفق الوحدات التعليمية لخرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل الفترة (8) أسابيع وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع الواحد وزمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرضها الباحثان على مجموعة من السادة المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس فضلا عن مدرس المادة لبيان رأيهم السديد في صلاحيتها، وبعد استعادة الاستبيان الخاص بها تبين موافقتهم على هذه الخطط مع إجراء بعض التعديلات عليها وقدموا للباحثين عدداً من الملاحظات التي تم الأخذ بها في ضوء آرائهم وتوجيهاتهم ومقترحاتهم، إذ تم تنفيذ خطوات الوحدات التعليمية على النحو الآتي:

- 1- استخدم المدرس استمارة خرائط المفاهيم إنشاء شرح وعرض المادة التعليمية ويعمد المدرس على جمع وتصنيف وترميز المعلومات في استمارة خرائط المفاهيم حسب التشابهات.
- 2- ترتيب المعلومات من الأعم ولأشمل في قمة الخارطة وتترج تحتها المفاهيم الأكثر خصوصية والأقل شمولية.
- 3- يربط المدرس المعلومات السابقة بالمعلومات الجديدة مع بعضها البعض بروابط وهي عبارة عن كلمات وأسهم تربط بينها.
- 4- إعطاء كل متعلم ورقة الواجب الخاصة بخرائط المفاهيم ليكمل بمفرده، وهنا يتم التنفيذ حسب خطوات جدولة التمرين المتسلسل إذ يتم جدولة التمرينات للمهارة المراد تعلمها .
- 5- يقوم المدرس أداء المتعلمين وتوجيههم نحو العمل الصائب.
- 6- يعمل المدرس على شرح توضيح المهارة المراد تعلمها بواسطة هذه الخريطة.
- 7- يطلب من المتعلمين أن يركزوا ويفهموا الخارطة المعدة من قبل المدرس.
- 8- يقوم المتعلمين بأخذ ورقة الواجب الخاصة بهم وتطبيق المهارة وتقييم أدائهم بأنفسهم.
- 9- يكون دور المدرس هو توجيه وارشاد المتعلمين.
- 10- يطبق المتعلمين الواجبات المطلوبة منهم بأسلوب جدولة

معترز يونس ذنون: (2005):

والجدول (4) يبين نتائج تحليل التباين بين المجموعات في متغيرات القدرات الادراكية (الحس-حركية) لا (الزمن، القدم المسيطرة، الوثب العمودي، الوثب الافقي) الاداء الفني لعدد من المهارات الحركية بالكرة القدم

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المحصوية	قيمة sig
1	الادراك (الحس - حركية) بالزمن	درجة	بين المجموعات	0.021	2	0.010	0.122	0.886
			داخل المجموعات	2.280	27	0.084		
			المجموع	2.301	29			
2	الادراك (الحس - حركية) بالقدم المسيطرة	درجة	بين المجموعات	0.067	2	0.033	0.027	0.973
			داخل المجموعات	33.400	27	1.237		
			المجموع	33.467	29			
3	الادراك (الحس - حركية) بالوثب العمودي	درجة	بين المجموعات	5.267	2	2.633	0.239	0.789
			داخل المجموعات	298.100	27	11.041		
			المجموع	303.367	29			
4	الادراك (الحس - حركية) بالوثب الافقي	درجة	بين المجموعات	0.267	2	0.133	0.004	0.996
			داخل المجموعات	965.100	27	35.744		
			المجموع	965.367	29			
5	مهارة المرحلة	درجة	بين المجموعات	0.018	2	0.009	0.033	0.968
			داخل المجموعات	7.394	27	0.274		
			المجموع	7.412	29			
6	مهارة الاخمد	درجة	بين المجموعات	0.005	2	0.002	0.002	0.998
			داخل المجموعات	35.129	27	1.301		
			المجموع	35.134	29			

يتبين من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في كل من (الزمن والقدم المسيطرة والوثب العمودي والوثب الافقي) إذ تراوحت قيمة (sig) على التوالي (0.886، 0.973، 0.789، 0.996، 0.968، 0.998) وهي أكبر من نسبة خطأ (0.05) مما يشير إلى تكافؤ مجموعات البحث الثلاث في تلك المتغيرات .

## 2-6 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث: (جهاز

حاسوب نوع Lenovo، ساعة توقيت عدد (3)، ميزان طبي، كرات قدم عدد (10)، صور لمخططات خرائط المفاهيم، شريط قياس، مصاطب عدد (2)، لاصق بالوان مختلفة، شواخص عدد (8)، أقلام، قطع قماش لعصب العينين عدد (2)، أوراق (استمارة تقويم الاداء واستمارة تفريغ النتائج)، مسطرة مدرجة عدد (2)، قطعة طباشير عدد (5)).

التمرين العشوائي مستعنيين بالخرائط المعدة لتلك المهارة.

**2-9 التجربة الرئيسية:** تم البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية على مجموعات البحث الثلاثة يوم الأحد الموافق 2022/1/16، ويواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع الواحد، تنفذ يوم (الأحد) من كل أسبوع وتم تطبيق وتنفيذ الخطط الخاصة بكل مجموعة من قبل مدرس المادة في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الحركية وعلى وفق المنهج المقرر للمجموعات الثلاث في الملاعب الخارجية في كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل، وكان مجموع عدد الوحدات التعليمية (24) وحدة للمجاميع البحث الثلاث ويواقع (8) وحدات تعليمية لكل مجموعة وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة، تم الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية لمجموعات البحث الثلاث يوم الاحد الموافق 2022/3/6.

## 2-10 الاختبارات البعدية النهائية:

**2-10-1 الاختبار الخاص لتنمية القدرات الادراكية (الحس-حركية):** طبق هذه الاختبار يوم الثلاثاء الموافق 2022/3/8 في تمام الساعة الثامنة والنصف صباحا للمجاميع البحث الثلاثة، مع مراعات الظروف والاجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبليّة والزمن المحدد علما انها نفذت في الساحات المكشوفة لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

## 2-10-2 الاختبار البعدي لتقييم الاداء المهاري:

طبق هذه الاختبار يوم الاربعاء الموافق 2022/3/9 في تمام الساعة الثامنة والنصف صباحا للمجاميع البحث الثلاثة، مع مراعات الظروف والاجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبليّة والزمن المحدد علما انها نفذت في الساحات المكشوفة لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

## 2-11 الوسائل الإحصائية:

توصل إليها الباحثان إحصائياً من خلال الحقيبة الإحصائية (Spss V.11.5): (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط المتعدد، النسبة المئوية، تحليل تباين باتجاه واحد، اختبار (T-test) لعينتين مرتبطتين، اختبار أقل معنوي ((L.S.D)).

التمرين المتسلسل مستعنيين بالخرائط المعدة لتلك المهارة.

## 2-8 المجموعة التجريبية الثانية خرائط المفاهيم

**المصحوبة بجدولة التمرين العشوائي:** تؤدي عينة البحث المجموعة التجريبية الثانية الواجبات والمهام على وفق الوحدات التعليمية لخرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين العشوائي الفترة (8) أسابيع ويواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع الواحد وزمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرضها الباحثان على مجموعة من السادة المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس فضلا عن مدرس المادة لبيان رأيهم السديد في صلاحيتها، وبعد استعادة الاستبيان الخاص بها تبين موافقتهم على هذه الخطط مع إجراء بعض التعديلات عليها وقدموا للباحث عدداً من الملاحظات التي تم الأخذ بها في ضوء آرائهم وتوجيهاتهم ومقترحاتهم، إذ تم تنفيذها خطوات الوحدات التعليمية على النحو الآتي:

1- استخدم المدرس استمارة خرائط المفاهيم أثناء شرح وعرض المادة التعليمية ويعمد المدرس على جمع وتصنيف وترميز المعلومات في استمارة خرائط المفاهيم حسب التشابهات.

2- ترتيب المعلومات من الأعم ولأشمل في قمة الخارطة وتترج تحتها المفاهيم الأكثر خصوصية والأقل شمولية.

3- يربط المدرس المعلومات السابقة بالمعلومات الجديدة مع بعضها البعض بروابط وهي عبارة عن كلمات وأسهم تربط بينها.

4- إعطاء كل متعلم ورقة الواجب الخاصة بخرائط المفاهيم ليعمل بمفرده، وهنا يتم التنفيذ حسب خطوات جدولة التمرين العشوائي إذ يتم جدولة التمرينات للمهارة المراد تعلمها.

5- يقوم المدرس أداء المتعلمين وتوجيههم نحو العمل الصائب. 6- يعمل المدرس على شرح توضيح المهارة المراد تعلمها بواسطة هذه الخريطة.

7- يطلب من المتعلمين أن يركزوا ويفهموا الخارطة المعدة من قبل المدرس.

8- يقوم المتعلمين بأخذ ورقة الواجب الخاصة بهم وتطبيق المهارة وتقييم أدائهم بأنفسهم.

9- يكون دور المدرس هو توجيهه وارشاد المتعلمين.

10- يطبق المتعلمين الواجبات المطلوبة منهم بأسلوب جدولة

الثلاث في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (\*4.32)، (\*6.91)، (\*15.54)، (\*13.04) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $< (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالباغلة (1.83).

الجدول (9) يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية)

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
	س	ع±	س	ع±		
الادراك (الحس - حركية) بالزمن	4.65	2.33	1.15	0.57	*8.51	0.001
الادراك (الحس - حركية) بالقدم المسيطرة	13.90	2.23	4.70	1.05	*4.60	0.001
الادراك (الحس - حركية) بالوثب العمودي	25.50	2.01	12.30	1.41	*16.81	0.001
الادراك (الحس - حركية) بالوثب الافقي	17.25	0.85	7.40	2.06	*8.01	0.001

\* معنوي عند نسبة خطأ  $< (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت) الجدولية = (1.83)

يتضح من الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (\*8.51)، (\*4.60)، (\*16.81)، (\*8.01) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $< (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالباغلة (1.83).

### 3-1-2 عرض نتائج الفرضية الثانية: لا توجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الأولى.

الجدول (10) يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد قيد الدراسة

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
	س	ع±	س	ع±		
مهارة الدرجة	3.69	0.49	5.74	0.99	*5.83	0.00
مهارة الاحماد	3.11	1.14	5.68	0.74	*7.12	0.00

\* معنوي عند نسبة خطأ  $> (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت)

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### 3-1 عرض النتائج وتحليلها:

#### 3-1-1 عرض نتائج الفرضية الاولى: لا توجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث الضابطة والتجريبيتين في تنمية بعض القدرات الادراكية لطلاب السنة الدراسية الأولى.

الجدول (7) يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية)

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة Sig
	س	ع±	س	ع±		
الادراك (الحس-حركية) بالزمن	4.75	2.17	2.05	0.36	*4.17	0.002
الادراك (الحس-حركية) بالقدم المسيطرة	14.20	2.29	7.10	1.19	*7.14	0.000
الادراك (الحس-حركية) بالوثب العمودي	25.45	2.06	17.40	2.22	*9.92	0.001
الادراك (الحس-حركية) بالوثب الافقي	17.20	0.88	12.10	2.02	*7.26	0.003

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت) الجدولية = (1.83)

يتبين من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (4.17)، (7.14)، (9.92)، (7.26) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالباغلة (1.83).

الجدول (8) يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية)

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
	س	ع±	س	ع±		
الادراك (الحس - حركية) بالزمن	4.60	2.31	1.25	0.63	*4.32	0.002
الادراك (الحس - حركية) بالقدم المسيطرة	14.00	2.40	5.10	1.96	*6.91	0.002
الادراك (الحس - حركية) بالوثب العمودي	25.20	2.29	12.50	1.35	*15.54	0.004
الادراك (الحس - حركية) بالوثب الافقي	17.05	1.01	7.60	2.17	*13.04	0.002

\* معنوي عند نسبة خطأ  $< (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت) الجدولية = (1.83)

يتضح من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعات البحث

أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالبالغة (1.83).

**3-1-3 عرض نتائج الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الإدراكية لطلاب السنة الدراسية الأولى.

الجدول (13) يبين نتائج تحليل التباين للاختبار البعدي بين المجموعات الثلاث (التجريبيين والضابطة) في تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية)

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة Sig
1	الادراك (الحس - حركية) بالزمن	درجة	بين المجموعات	4.867	2	2.433	8.343	0.002
			داخل المجموعات	7.875	27	0.292		
			المجموع	12.742	29			
2	الادراك (الحس - حركية) بالقدم المسيطرة	درجة	بين المجموعات	33.067	2	16.533	7.710	0.002
			داخل المجموعات	57.900	27	2.144		
			المجموع	90.967	29			
3	الادراك (الحس - حركية) بالوثب العمودي	درجة	بين المجموعات	166.867	2	83.433	28.515	0.000
			داخل المجموعات	79.000	27	2.926		
			المجموع	245.867	29			
4	الادراك (الحس - حركية) بالوثب الأفقي	درجة	بين المجموعات	141.267	2	70.633	16.203	0.000
			داخل المجموعات	117.700	27	4.359		
			المجموع	258.967	29			

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجتي حرية (27) قيمة (ف) الجدولية = (3.35)

يتضح من الجدول (13) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجاميع البحث الثلاث في تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركي) وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثالث، إذ بلغت قيم (F) المحسوبة لمهارات البحث الحالي (الادراك (الحس-حركية) بالزمن، الادراك (الحس-حركية) بالقدم المسيطرة، الادراك (الحس-حركية) بالوثب العمودي، الادراك (الحس-حركية) بالوثب الأفقي) هي (على التوالي) (8.343، 7.710، 28.515، 16.203)، وهي أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ  $< (0.05)$  وأمام درجتي حرية (27) وبالبالغة (3.35).

ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاثة ولصالح أيها، لجأ الباحثان إلى استخدام اختبار أقل معنوي (L.S.D) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما إذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية.

الجدولية = (1.83)

يتبين من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (5.83\*)، (7.12\*)، وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالبالغة (1.83).

الجدول (11) يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد قيد الدراسة

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
	س	ع±	س	ع±		
مهارة الدرجة	3.66	0.51	6.82	0.81	*13.59	0.003
مهارة الاحماد	3.12	1.13	6.35	0.98	*13.48	0.001

\* معنوي عند نسبة خطأ  $> (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت) الجدولية = (1.83)

يتبين من الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (13.59)، (13.48)، وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وبالبالغة (1.83).

الجدول (12) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد قيد الدراسة

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
	س	ع±	س	ع±		
مهارة الدرجة	3.63	0.54	6.98	0.57	*14.17	0.000
مهارة الاحماد	3.14	1.14	6.89	0.84	*11.82	0.000

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (9) وأن قيمة (ت) الجدولية = (1.83)

يتبين من الجدول (12) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (على التوالي) (14.17)، (11.82) وهي

		0.956	27	25.818	داخل المجموعات
			29	33.267	المجموع

والجدول (14) يبين ذلك

الجدول (14) يبين اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغيرات

\* معنوي عند نسبة خطأ > (0.05) وأمام درجتي حرية (27) قيمة (ف) الجدولية = (3.35)

من الجدول (15) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجاميع البحث الثالث في تعلم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الرابع، إذ بلغت قيم (F) المحسوبة لمهارات البحث الحالي (مهارة الدرجة، مهارة الاحماد) هي (على التوالي) (6.856)\*، (4.894)\*، وهي أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ > (0.05) وأمام درجتي حرية (27) والبالغة (3.35). ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاثة ولصالح أيها، لجأ الباحثان إلى استخدام اختبار أقل معنوي (L.S.D) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما إذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية. والجدول (16) يبين ذلك.

الجدول (16) يبين اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغيرات

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	الفرق في المتوسطات	المعنوية
1	الادراك (الحس-حركية) بالزمن	درجة	1 مج	2 مج	0.006
			3 مج	0.002	
			1 مج	0.006	
			3 مج	0.664	
			1 مج	0.002	
			2 مج	0.664	
2	الادراك (الحس-حركية) بالقدم المسيطرة	درجة	1 مج	2 مج	0.020
			3 مج	0.002	
			1 مج	0.020	
			3 مج	0.365	
			1 مج	0.002	
			2 مج	0.365	
3	الادراك (الحس - حركية) بالوثب العمودي	درجة	1 مج	2 مج	0.89
			3 مج	0.003	
			1 مج	0.89	
			3 مج	0.155	
			1 مج	0.003	
			2 مج	0.155	
4	الادراك (الحس - حركية) بالوثب الافقي	درجة	1 مج	2 مج	0.95
			3 مج	0.004	
			1 مج	0.95	
			2 مج	0.175	
			1 مج	0.004	
			3 مج	0.175	

### 3-1-4 عرض نتائج الفرضية الرابعة: لا توجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثالث في تعلم الأداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد بكرة القدم لطلاب السنة الدراسية الاولى.

الجدول (15) يبين نتائج تحليل التباين للاختبار البعدي بين المجموعات الثلاث (الضابطة والتجريبيتين) في تعلم الاداء لمهارتي الدرجة والاحماد

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	الفرق في المتوسطات	المعنوية
1	مهارة الدرجة	درجة	1 مج	2 مج	0.006
			3 مج	0.002	
			1 مج	0.006	
			3 مج	0.664	
			1 مج	0.002	
			2 مج	0.664	
2	مهارة الاحماد	درجة	1 مج	2 مج	0.95
			3 مج	0.004	
			1 مج	0.95	
			3 مج	0.175	
			1 مج	0.004	
			2 مج	0.175	

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	المعنوية
1	مهارة الدرجة	درجة	بين المجموعات	9.099	2	4.549	*6.856	0.004
			داخل المجموعات	17.916	27	0.664		
			المجموع	27.015	29			
			داخل المجموعات	21.216	27	0.786		
			المجموع	29.432	29			
2	مهارة الاحماد	درجة	بين المجموعات	7.349	2	3.674	*4.894	0.015
			داخل المجموعات	20.270	27	0.751		
			المجموع	27.619	29			



العصبي المركزي، إذ يشير (العميري) " بأن التمرينات تؤدي إلى ترقية العمل الوظيفي للنظام (الحس-حركية) واجهزته المختلفة الخاصة باستقبال ومعالجة المعلومات (الحس-حركية) " (العميري: 2010، 152).

### 3-2-2 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار القبلي والبعدي لمهاترتي الدرجة والاحماد ولمجاميع البحث

**الثلاث:** يتبين من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب المتبع ولصالح الاختبار البعدي في تعلم الاداء الفني لمهاترتي الدرجة والاحماد بكرة القدم. إذ يرى الباحثان أن السبب في تحسن أداء المجموعة الضابطة ونجاح أفراد عينتها في الاختبار البعدي يعود إلى الأسلوب المتبع من خلال تنفيذ خطواته من حيث شرح وعرض كل مهارة على حدة من قبل مدرس المادة وحسب تسلسلها الفني ثم بعد ذلك قام الطلاب بتأدية المهارة عملياً ولكن لم تبلغ الأفضلية كما بلغت في المجموعتين التجريبتين اللتين استخدمتا خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل والعشوائي)، ويتفق كلامنا هذا مع (شلس ومحمود، 2000) " أن فترة الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق الحركي في أدائه " (شلس ومحمود: 2000، 129). أما فيما يخص النتائج المعروضة في الجدولين (11) و(12) يرى الباحثان أن المجموعتين التجريبتين حققنا تحسناً ملموساً في نتائج الاختبارات البعدي عنه في الاختبارات القبلي، إذ ظهرت نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي ذات دلالة إحصائية ولجميع الاختبارات المهارات الحركية بكرة القدم. ويعزو الباحثان ذلك التقدم في مستوى المهارات قيد الدراسة هو استخدام خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين بنوعيه (المتسلسل والعشوائي) في تنفيذ التمارين الحركية التي تعمل على تثبيت الأداء المهاري من خلال تكرار الأداء داخل الوحدات التعليمية، وأن هذا التكرار أدى إلى حصول هذا التطور في الأداء الفني لمهاترتي الدرجة والاحماد قيد البحث، " إن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب، والتكرارات المستمرة ضروري في عملية التعلم،

### 3-2 مناقشة النتائج:

#### 3-2-1 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار القبلي والبعدي في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-

حركية) ولمجاميع البحث الثلاث: في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها والمعروضة في الجداول (7) و(8) و(9)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) (الزمن، القدم المسيطرة، الوثب العمودي، الوثب الافقي)، ويعزو الباحثان التطور الحاصل لدى افراد المجموعة الضابطة إلى التأثير الذي أحدثه المنهج التعليمي المتبع الذي تضمن شرح وعرض لكل مهارة من المهارات الحركية بكرة القدم ثم تطبيقها بشكل متكرر من قبل المتعلمين في كل وحدة تعليمية، مما أسهم في تنمية العمل الوظيفي للنظام الادراكي (الحس-حركية) واجهزته الخاصة، وهذا يدل على أن المنهج التعليمي المتبع قد أسهم في تنمية القدرات الادراكية (الحس-حركية) للجهاز العصبي وزيادة الخبرة الحركية لدى المتعلمين، إذ يذكر (الجبيلي، 1990) نقلا عن (رودريك) " أن وظائف الادراك (الحس-حركية) تتغير جوهرياً عند خضوعها لعملية تدريب خاصة وموجهة " (الجبيلي: 1990، 217)، ويشير (محبوب) إلى " أن الأدرار يستمد فعاليته ومقاومته من الحواس التي تنقل المؤثرات من الاعصاب إلى الحواس وهناك تتم عملية الادراك " (محبوب: 1989، 32) فيما يخص النتائج التي تم الحصول عليها والمعروضة في الجدول (8 و9)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى افراد مجموعة البحث التجريبية الاولى في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركي) ولمصلحة الاختبار البعدي. ويعزو الباحثان التطور الحاصل إلى تأثير استراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والذي يضمن مجموعة من الخطوات المتسلسلة في تطبيق المهارات الحركية، إذ يرى الباحثان أن هذه التمارين المعدة وفق جدولة التمرين المتسلسل أدت إلى تنمية القدرات الادراكية (الحس-حركية) وذلك من خلال استقبال ومعالجة المعلومات الواردة إلى الجهاز العصبي المحيطي من الجهاز

كما أن استخدام استراتيجيات خرائط المفاهيم في التعليم أسهم في جعل الطلاب يقومون بدور إيجابي وتحويلهم إلى مشاركين فاعلين في العملية التعليمية التعليمية، من خلال تنظيم وتصنيف وترتيب المفاهيم، مما يجعلهم يشغلون عقولهم للوصول إلى المعرفة بأنفسهم ولا يستقبلونها، ولذلك تبقى المعرفة في ذاكرتهم لفترة طويلة، كما إن أفراد المجموعتين التجريبيتين تعلموا بطريقة يتم فيها ترجمة الأفكار، والكلمات إلى صور ذهنية تساعدهم على التأمل في كل جانب من جوانبها، وبالتالي تثبيتها في ذاكرتهم فترة زمنية أطول، وأكد (الهويدي، 2010) بأن خرائط المفاهيم تفيد الطالب في التعرف على المفاهيم الأساسية والثانوية وتعلمها ومعرفة علاقاتها ببعضها وتنظيمها مما يقوي تعلم الطلاب لتلك المفاهيم ويثبتها في ذاكرتهم وبالتالي فإن خريطة المفاهيم تساعد على تذكر المعلومات كما تساعد على بقاء التعلم لمدة أطول عند الطلاب (الهويدي: 2010، 242).

### 3-2-4 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار البعدي

### لمجاميع البحث الثلاث (الضابطة والتجريبتين) في

### تعليم الاداء الفني لمهارتي الدرجة والاحماد: أظهرت

النتائج التي عرضت في الجدول (15) للاختبارات البعدية والذاتان يبينان نتائج الفروق بين المجاميع البحثية الثلاث (الضابطة والتجريبتين)، في المهارات قيد الدراسة، يظهر إن النتائج تميل لصالح المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية التي استخدمت خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة تمرين (متسلسل وعشوائي)، يرى الباحثان إلى أن الوحدات التعليمية المعدة حسب خطوات خرائط المفاهيم وجدولة تمارين القسم الرئيسي من الدرس بالأسلوبين (المتسلسل والعشوائي) كان لها أثرًا كبيرًا وبما تضمنته من تقسيم الوقت الزمني للتعلم والعرض التفصيلي مع تزويد المتعلم بالنصح والإرشاد المتواصل لتصحيح الأخطاء التي يقع بها.

كما يشير (سالم، 2001) "عند تعليم أية فعالية يتم وضع المتعلم في موقف تعليمي لكن يكون لديه الاستعداد الذهني والنفسي لاكتساب خبرات معينة تناسب قدراته واستعداداته من خلال وجوده في هذه البيئة التعليمية" (سالم: 2001، 29)، كما ان لجدولة التمرين لها الأثر الكبير في تعلم المهارات قيد الدراسة عن ذلك فان التنوع بالتمرينات ونوع المهارة والوقت المخصص

والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة، والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع وسليم " (شلس، أكرم: 2000، 129). وهذا ما يؤكد (شمت) إذ يقول " إن تكرار الأداء الحركي هو مطلب يحتاجه الأشخاص للوصول إلى مستويات عالية " (محبوب: 2001، 125)، في حين أضاف (ظافر، 2002) (بأن التداخل في الأساليب التعليمية وطرق تنفيذها يزيد من خبرة المتعلم ويسد متطلبات الدرس واحتياجات المتعلم، ويتوصل إلى تطور منظور المتعلم، وزيادة تمكنه من السيطرة على الأداء ومتغيراته) (ظافر: 2002، 26)،

### 3-2-3 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار البعدي

### لمجاميع البحث الثلاث (الضابطة والتجريبتين) في

### تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية): في

ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من الجدول (13) و (14)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبار البعدي في تنمية بعض القدرات الادراكية (الحس-حركية) ولمصلحة المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى تأثير استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي والذي كان لهما التأثير الايجابي في هذا التفوق، إذ تشير العديد من نتائج البحوث إلى "أن التمرينات المهارية أو البدنية يصاحبها بشكل تلقائي تنمية للقدرات الادراكية (الحس-حركية) " مثل نتائج دراسة كل من (Dxu,&Jil,2004. p 130) و (العميري: 2010، 164)، وفي هذا الصدد يشير كل من (Hiertz& Ludwing,2003) إلى " أن معظم المراجع العلمية اتفقت حول امكانية تنمية الادراك (الحس-حركية) ووصوله إلى درجة عالية من الدقة والوضوح الا أنها اشترطت أن يتم ذلك من خلال استخدام تمرينات ووسائل مختارة ومناسبة للهدف المراد تحقيقه ويشيران أيضاً....إلى أن هنالك مجموعة من الطرائق والوسائل التي يجب الاستعانة بها عند تنمية الادراك الحس-حركي وتعد طريقة التنوع هي إحدى أهم هذه الطرائق وذلك من خلال التنوع بالتمرينات أو التنوع بمتطلبات الاداء الحركي وذلك لضمان حدوث الادراك (الحس-حركية) " (Hiertz& Ludwing,2003, p41).

مصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي في تعليم مهارات اخرى بكرة القدم.

3-الاهتمام بالقدرات الادراكية لما لها دور كبير في عملية تعلم المهارات الرياضية والوصول بالأداء الى مستوى مرتفع .

#### المصادر:

- [1] طلافحة، حامد عبدالله (2012): "أثر استخدام استراتيجيات خرائط المفاهيم في التحصيل المباشر والمؤجل لطلاب الصف السادس الاساسي في مبحث الجغرافيا " بحث منشور، العلوم التربوية/مجلة 39، العدد2، الاردن.
- [2] الطائي، نغم حاتم حميد (2000): "أثر استخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها " رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- [3] محجوب، وجيه (1989): علم الحركة، التعلم الحركي، جامعة الموصل، الموصل .
- [4] الشمري، زينب حسن (2012): " فاعلية استراتيجيات الخرائط المفاهيمية في تكوين الصورة الفنية الكتابية وتنمية مهارات التفكير الابداعي في مادة التعبير لدى طالبات الصف الثالث متوسط في المملكة العربية السعودية"، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد العشرون، العدد الثاني، كلية التربية، جامعة حائل.
- [5] الجبيلي، سناء (1990): أثر برنامج مقترح على تنمية الإدراك الحس-حركي للزمن والمسافة ومستوى الأداء في السباحة ، المؤتمر العلمي الأول، دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة، المجلد (2)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة الزقازيق.
- [6] العميري، أحمد عبد الحميد (2010): تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض المدركات الحس حركية على مستوى الإنجاز للمبتدئين في رياضة رفع الأثقال، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، مصر.
- [7] شلش، نجاح مهدي ومحمود، أكرم محمد صبحي (2000): التعلم الحركي، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- [8] محجوب، وجيه (2000): التعلم وجدولة التدريب الرياضي، مكتبة العادل للطباعة الفنية، بغداد.
- [9] محجوب، وجيه (2001): محاضرات في التعلم الحركي لطلبة الدكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، بغداد .
- [10] ظافر هاشم الكاظمي (2002): الأسلوب التدريبي المتداخل وأثره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس. أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- [11] الهويدي، زيد (2010): أساليب تدريس العلوم في المرحلة الأساسية، دار الكتاب الجامعي، ط2، العين، الإمارات العربية المتحدة.
- [12] Dxu,Hong,&Jli,Chan(2004):Effect of Tai Chi Exercise on Proprioception of Ankle and Knee Joints in old people .Bri. J.of sport Med. Japan..
- [13]Hiertz,P. & Ludwing, A.(2003): Bewegungsjk ompetenz- Bewegunsggef Fuhl. Verlag Karl Hoffmann.London.

للممارسة كل هذه الأمور كان لها اثر كبير في عملية تطوير هذه المهارات، إذ يعد التكرار والتمرين وسيلة تعليمية ذات اثر فعال وإيجابي في حصول عملية تعلم المهارات الحركية، ويذكر (محجوب) (أن من الشروط الواجب توافرها لحصول عملية التعلم هو التمرين على المهارة)(محجوب: 1989، 96)، ويؤكد (خاطر، و(آخرون)،(1987)(أن التكرار المعزز (التمرين) تساعد اللاعب على إتقان الحركات الفرعية التي تمثل في مجموعها المهارة المطلوب تعلمها، ويحقق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل أداءها في تتابع صحيح وزمن مناسب)(خاطر، و(آخرون): 1978، 15).

#### 4-الخاتمة:

من خلال المعالجات الإحصائية والنتائج التي حصل عليها الباحثان تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية:

- 1-أظهرت النتائج تأثيراً إيجابياً لاستراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي والأسلوب المتبع في تنمية اهم القدرات الادراكية (الحس-حركية).
  - 2-أظهرت النتائج تأثيراً إيجابياً لاستراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي والأسلوب المتبع في تعلم الاداء الفني لمهاتري الدرجة والاحماد بكرة القدم.
  - 3-تفوقت المجموعتين التجريبيتين (الأولى والثانية) التي استخدمت استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي على المجموعة الضابطة والتي استخدمت الأسلوب المتبع في تعلم الاداء الفني لمهاتري الدرجة والاحماد بكرة القدم.
  - 4-تفوقت المجموعتين التجريبيتين على المجموعة الضابطة في الادراك الحس حركي.
- وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان وضعا التوصيات الآتية:
- 1-ضرورة استخدام استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي في تعليم مقررات مادة كرة القدم في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل.
  - 2-اجراء دراسات وبحوث باستخدام استراتيجيات خرائط المفاهيم

## الملاحق:

الملحق (1) يوضح استبيان لتحديد مدى صلاحية خريطة المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل)

م/استبيان لتحديد مدى صلاحية خريطة المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل)

الأستاذ الفاضل ..... المحترم .

يروم الباحثان إجراء البحث الموسوم ب (تأثير استراتيجيات خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل والعشوائي في تعلم الأداء الفني لمهاتري الدرجة والاحماد بكرة القدم للطلاب) على طلاب السنة الدراسية الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل للعام الدراسي 2021/2022، وبغية معرفة مدى صلاحية الوحدة التعليمية

وفق خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين المتسلسل، تم اعداد هذه الاستمارة، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في التعلم الحركي وطرائق التدريس، يرجى من سيادتكم بيان مدى صلاحية ورقة الفعاليات (1)(2) وخريطة المفاهيم المصحوب بجدولة التمرين (المتسلسل). شاكرين تعاونكم معنا

التوقيع:

الاسم الثلاثي:

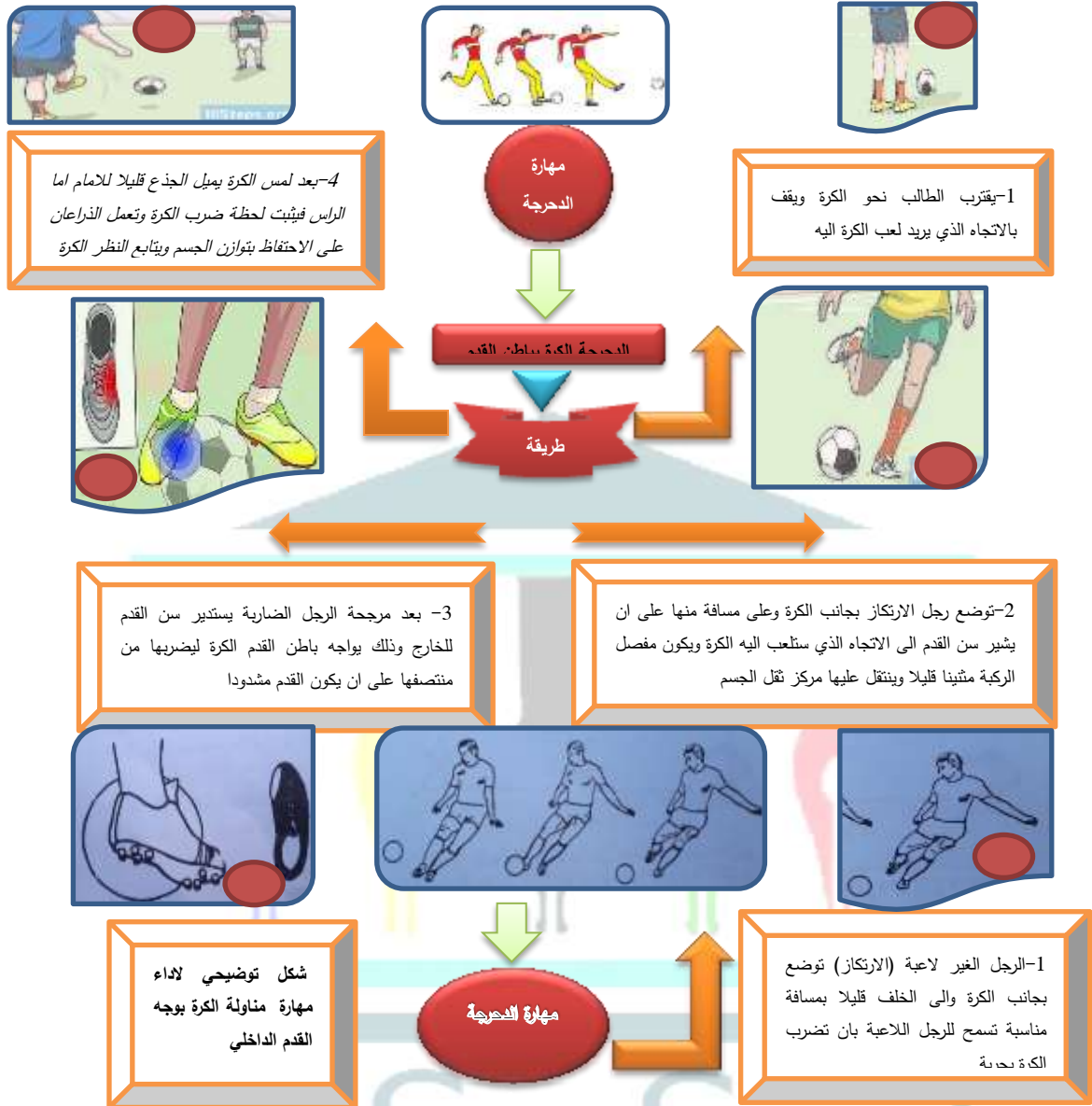
اللقب العلمي وتاريخ الحصول عليه:

مكان العمل:

الاختصاص الدقيق:

الباحثان

I . S . S . J



الملحق (2) يوضح نموذج لوحة تعليمية باستخدام استراتيجية خرائط المفاهيم المصحوبة بجدولة التمرين (المتسلسل).  
المرحلة الدراسية: (الأولى)

الأدوات المستخدمة: كرة قدم عدد(25)/شريط قياس/ بوسترات

اسم المدرس:

المجموعة التجريبية: الاولى

الاسبوع: الثاني

زمن الوحدة: (90 دقيقة)

الوحدة: الثانية

عدد الطلاب: (10)

الأهداف التعليمية:

1-تعليم مهارة الدرجة بباطن القدم

2-تعليم مهارة الدرجة بوجه القدم الداخلي

3-تعليم مهارة الدرجة بوجه القدم الخارجي

الأهداف التربوية:

1-تنمية الثقة بالنفس.

2-تعويد الطالب على الضبط والالتزام.

الأهداف السلوكية:

1-ان يؤدي الطالب مهارة الدرجة بباطن القدم بصورة صحيحة.

2-ان يؤدي الطالب مهارة الدرجة بوجه القدم الداخلي بصورة جيدة.

3-ان يؤدي الطالب مهارة الدرجة بوجه القدم الخارجي وبشكل جيد.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الزمن	نوع النشاط	اقسام الدرس
1-الالتزام بالنظام والوقوف بشكل نسق مواجه للمدرس. 2-التأكيد على الحضور 3-التأكيد على ارتداء الزي الرياضي 4-تطبيق الاحماء من قبل جميع الطلاب 5-التأكد من تنفيذ التمارين البدنية بصورة صحيحة		تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية واخذ الغيابات والحضور. السير الاعتيادي _ السير على الكعبين - السير على المشطين - الهرولة الخفيفة - الهرولة مع تدوير الذراعين للأمام والخلف - الهرولة مع ضرب الورك بالكعبين -الهرولة مع رفع الركبتين عالياً للأمام - الهرولة مع مس الأرض باليدين عند سماع الصافرة	(د3)	المقدمة	القسم الاعدادي (الاعدادي) (20 د)
		*الوقوف) القفز على البقع (حر) *الوقوف-فتحاً) ثني الركبتين نصفاً(2عدة) *وقوف-فتحاً) سند القدم اماما وسند القدم خلفاً (8عدات) *وقوف) ثني الركبتين كاملاً مع رفع الذراعين عالياً (2 عدة)	(د7)	الاحماء العام	
			(د10)	التمارين البدنية	
التأكيد على انتباه الطلاب للشرح والعرض		*وقوف الطلاب على شكل مربع ناقص ضلع. *يقوم المدرس بشرح مهارة الدرجة (باطن القدم، داخل القدم، خارج القدم) على التوالي كلا على حدا مستعينا بالطلاب النموذج وخرائط المفاهيم	(د15)	النشاط التعليمي	
*تزويد الطلبة بورقة عمل خرائط مفاهيم *تشجيع الطلاب من خلال استخدام التغذية الراجعة وتصحيح الاداء يستطيع الطالب الاطلاع على ورقة لخرائط المفاهيم اثناء تأدية المهارة (اثناء التطبيق)		1. تؤدي حركة الدرجة الكرة بباطن القدم بدون كرة . (8) تكرار 2. يقف المتعلم مواجه لزميله الاخر والمسافة بينهما من (3-5م) توضع الكرة امام المتعلم ليقوم بالدرجة الكرة بباطن القدم من الثبات بالطريقة الصحيحة الى زميلة الذي يقوم بإيقاف الكرة . (7) تكرار 3. يقف المتعلم مواجه لزميله الاخر والمسافة بينهما من (5-8م) توضع الكرة امام المتعلم وعلى مسافة (3م) منه ، يقترب المتعلم ببطيء الى الكرة ويقوم بضربها بباطن القدم بالطريقة الصحيحة الى زميلة الذي يقوم بإيقافها (7) تكرار 4. يقوم المتعلم بدرجة الكرة امامه ثم يقوم بضربها بباطن القدم بالطريقة الصحيحة ويركض خلفها ويكرر الأداء نفسة (7) تكرار 5. اعد التمرين ( 1 ) بوجه القدم الخارجي (8) تكرار 6. اعد التمرين ( 2 ) بوجه القدم الخارجي (7) تكرار 7. اعد التمرين ( 3 ) بوجه القدم الخارجي (7) تكرار 8. اعد التمرين ( 4 ) بوجه القدم الخارجي (7) تكرار 9. اعد التمرين ( 5 ) بوجه القدم الداخلي (8) تكرار 10. اعد التمرين ( 6 ) بوجه القدم الداخلي (7) تكرار 11. اعد التمرين ( 7 ) بوجه القدم الداخلي (7) تكرار 12. اعد التمرين ( 8 ) بوجه القدم الداخلي (7) تكرار	(د45)	النشاط التطبيقي	القسم الرئيسي (60د)
1-التأكيد على اشترك جميع الطلاب في اللعبة		نشاط تقويمي على شكل اختبار موضوع من قبل المدرس لمعرفة مستوى الذي وصل اليه الطلاب في تعلم هذه المهارة بأنواعها	(د5)	نشاط حر تقويمي	القسم الختامي

<p>2-التأكيد على الهدوء اثناء الانصراف ارجاع الأدوات والانصراف</p> <p>3-التأكيد على اداء التحية بصوت واضح ومفهوم</p>		<p>السير الاعتيادي - هرولة خفيفة - السير على رؤوس الأصابع مع سحب نفس عميق- السير مع رفع الذراعين عاليا مع سحب نفس عميق أيضا لتخفيف الضغط والتوتر - السير الاعتيادي</p> <p>الوقوف بشكل نسق امام المدرس وتريد شعار الرياضة .</p>	<p>(د3)</p> <p>(د2)</p>	<p>تمارين تهدئة</p> <p>الانصراف</p>	<p>(10)</p>
--	--	--	-------------------------	-------------------------------------	-------------



## تأثير أنموذج كيلر في تنمية أهم القدرات العقلية وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

السيد خليل إبراهيم خليل<sup>1</sup> أ.م.د. علي فتاح رشيد العبيدي<sup>2</sup>

كلية التربية الاساسية جامعة الموصل<sup>1</sup>

كلية التربية الاساسية جامعة الموصل<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> khailichappan@gmail.com, <sup>2</sup> dr.ali\_fattah@yahoo.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الحالي التعرف على تأثير أنموذج كيلر في تنمية أهم القدرات العقلية. وكذلك تأثير أنموذج كيلر في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة. وافترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تنمية اهم القدرات العقلية لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة الاختبار البعدي. وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة الاختبار البعدي. استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث. تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الأولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي 2021/2022، والبالغ عددهم (75) طالب وطالبة موزعين على (3) قاعات دراسية هي (C,B,A)، وكان عدد طلاب القاعة الدراسية الاولى (28) (A) طالب وطالبة والقاعة الدراسية الثانية (24) (B) طالبا والقاعة الثالثة (C) (23) طالبا. ولتحديد عينة البحث والمجموعتين التي سوف يطبق عليهما تجربة البحث الرئيسية أجرى الباحث عملية القرعة وبالطريقة العشوائية البسيطة بين القاعات الدراسية الثلاث لتكون القاعة الدراسية الثانية هي المجموعة التجريبية التي سوف يطبق عليها انموذج كيلر والقاعة الدراسية الثالثة هي المجموعة الضابطة التي سوف يطبق عليها أسلوب المدرس المتبع. واستنتج الباحثان ما يأتي أظهرت النتائج تفوق أنموذج كيلر على الأسلوب المتبع في تنمية أهم القدرات العقلية. وان أنموذج كيلر كان أكثر تأثيرا من الأسلوب المتبع في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بكرة الطائرة. ويوصي الباحثان بما يأتي الاستفادة من الخطط التعليمية المقترحة في تعليم مهارات كرة الطائرة في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضية بما يتفق ونتائج البحث. ويفضل استخدام أنموذج كيلر المباشر في تعليم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية اخرى وذلك لتحقيقه مستوى أفضل من الأسلوب المتبع.

**الكلمات المفتاحية:** انموذج- كيلر - القدرات العقلية - الكرة الطائرة.



**1-المقدمة:**

مهاري ويجب ان يدرك كل من يعمل في المجال الرياضي، إن القدرات سواءً كانت حركية أو عقلية وغيرها تعمل جميعها بصورة متناسقة لإظهار الحركة في صورتها المثالية (محمد: 1988، 196). وتكمن أهمية البحث الحالي في مدى الفائدة المرجوة تحقيقها من تطبيق أنموذج كيلر من قبل طلاب السنة الدراسية الأولى لتنمية اهم قدراتهم العقلية وتعلمهم لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة والتي هي من ضمن المقررات الدراسية لهم ليستفيد العاملون في مجال تعليم مهارات الكرة الطائرة منها من نتائج هذه الدراسة. على حد علم الباحثان لم يجدا مثل هذه الدراسة بما فيها من متغيرات طبقت على مهارات لعبة الكرة الطائرة، لذا وجد الباحثان دافعا قويا للبحث في هذا المجال.

**مشكلة البحث:**

بالرغم من التعدد في نماذج التعلم في التربية البدنية وعلوم الرياضة، يبقى البحث من قبل العاملين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة على اختلاف تخصصهم بشكل عام وفي لعبة الكرة الطائرة بشكل خاص والتفتين عن الانموذج الافضل والامثل وما يتميز به من مميزات تكون أكثر ملائمة لمهارات لعبة الكرة الطائرة، اخذين بنظر الاعتبار القابليات والقدرات للمتعلمين والتي تساهم في الاقتصاد بالجهد والاستثمار الامثل في وقت التعلم فضلا عن الاسراع في العملية التعليمية، ومن الأسباب التي دفعت الباحثان الى اجراء هذه الدراسة هو ان النشاط السائد في المحاضرات العملية يكون محاطا بغلاف تقليدي في محتواه وذلك لكون المنهاج المستخدم في التعليم يعتمد على التلقين وتنفيذ الأوامر والتي تصدر من قبل المدرس في التنفيذ والتطبيق وان ذلك قد لا يفسح المجال امام المتعلمين للتعبير عن ذاتهم وامكانياتهم الحركية كلا حسب مستواه وقدراته، فضلا عن قلة الدراسات والبحوث التي عنيت بالتعلم وفقا لأنموذج كيلر في تنمية القدرات العقلية وتعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة. وبرزت مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل الاتي:

-هل أن أنموذج كيلر تأثيرا إيجابياً في تنمية اهم القدرات العقلية وتعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة قيد

ان الاهتمام بالمتعلمين بوصفهم أفراداً يندرج تحت اسم نوع من التعليم الفردي أو افراد التعليم، اذ يتم توفير فرص عديدة ومتنوعة، فضلا عن مصادر وأدوات ووسائل مختلفة ومتعددة للمتعلمين، وتهيئة الإمكانيات التي تؤدي إلى إعداد بيئة تعليمية أفضل للتعلم " (سلامة، 1995، 165). إذ يذكر (بسام، 2006) أن أنموذج كيلر يحدث تغييرات في سلوك المتعلم وإكسابه المعلومات والمهارات والمعارف من اجل تحقيق هذه الأهداف. وعلى المدرس أن ينقل هذه المعلومات والمعارف الى المتعلم بطريقة مشوقة تثير اهتمامه ورغبته وتدفعه إلى التعلم، ووجد انه فعالا ومؤثرا في مجال التعلم بحيث يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين والذي يجعل المتعلم معتمداً على نفسه في تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة من خلال اختياره للمستوى المناسب حسب قدراته وامكانياته دون مقارنة مستواه مع الجماعة التي ينتمي اليها شريطة ان لا ينتقل الى مستوى اخر الا بعد اتقانه للمستوى الذي هو فيه وهذا ما يميز هذا الانموذج (بسام: 2006، 68). ولما كانت الكرة الطائرة من الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى التطوير والتحديث فان القدرات العقلية تعد من أهم الاتجاهات الحديثة في عملية التطوير هذه، وفي ضوء ما تقدم فقد أشار كل من (شمعون والجمال، 1996) " إلى أن لعبة الكرة الطائرة تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية إذ إن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني أصبحت محط اهتمام المدربين والرياضيين " (شمعون، والجمال: 1996، 27). اذ يذكر (القيسي، 2002) ان لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الأساسية التي تدرس ضمن مقررات جميع كليات التربية الرياضية وأقسامها في العراق، اذ تتألف من المهارات الأساسية التي يعد ممارستها ضرورة إتقان هذه اللعبة، ويتطلب اكتشاف دقائق الأداء الفني الامثل للمهارات السعي المستمر نحو معرفة خصائص ومقومات تلك المهارات (القيسي: 2002، 3). اذ إن التقدم بمستوى الأداء الفني للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة يكون من خلال التعليم والتدريب إذ إن هذا التقدم في أداء المهارات الأساسية يعتمد على القدرات العقلية، وفي مجال الكرة الطائرة بصفة خاصة تشير دراسة (محمد، 1988) إلى أن " جميع أجهزة الجسم تعمل في ترابط تام وصولاً إلى أفضل أداء

### تحديد المصطلحات:

-**أ نموذج كيلر:** عرفه (القبيلات، 2005) بأنه: "سلسلة إجراءات تعليمية تشكل في مجملها نظاما يهدف إلى تنظيم التعلم وتيسيره للمتعلم بأشكال مختلفة طبقا لأولويات والإبدال بحيث يتعلم ذاتيا ويدافعية وإتقان وفقا لحاجاته وقدراته واهتماماته وخصائصه النمائية" (القبيلات: 2005، 138).

-**القدرات العقلية:** عرفها (حسين، 2013) بأنها "الأحداث التي تدور داخل الدماغ من لحظة دخول المثير الى لحظة اتخاذ القرار للاستجابة عن ذلك المثير" (حسين: 2013، 82).

-**المهارات الأساسية بالكرة الطائرة:** عرفها ايضا (الصفار، 1996) بأنه: جميع الحركات الخاصة بالكرة الطائرة والتي يؤديها اللاعبون بأسلوب هادف واقتصادي مع مراعاة قانون تلك اللعبة في إثناء القيام بالحركة والغرض منها تحقيق الفوز والوصول إلى مستوى رياضي عال (الصفار: 1996، 5).

### 2- إجراءات البحث:

**2-1 منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث.

**2-2 مجتمع البحث وعينه:** تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الأولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي 2022/2021، والبالغ عددهم (75) طالب وطالبة موزعين على (3) قاعات دراسية هي (A، B، C)، وكان عدد طلاب القاعة الدراسية الأولى (A) (28) طالب وطالبة والقاعة الدراسية الثانية (B) (24) طالبا والقاعة الثالثة (C) (23) طالبا، ولتحديد عينة البحث والمجموعتين التي سوف يطبق عليهما تجربة البحث الرئيسية أجري الباحثان عملية القرعة وبالطريقة العشوائية البسيطة بين القاعات الدراسية الثلاث لتكون القاعة الدراسية الثانية هي المجموعة التجريبية التي سوف يطبق عليها انموذج كيلر والقاعة الدراسية الثالثة هي المجموعة الضابطة التي سوف يطبق عليها أسلوب المدرس المتبع وبذلك بلغت عينه البحث (40) طالبا بنسبة (67.79%) من مجتمع البحث من الذكور موزعين على قاعتين دراسيتين بواقع (20) طالب لكل قاعة والجدول (1) يبين ذلك.

الدراسة لطلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل؟

**هدفاً للبحث:** يهدف البحث الحالي التعرف على:

1- تأثير أنموذج كيلر في تنمية أهم القدرات العقلية.  
2- تأثير أنموذج كيلر في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

### فرضيات البحث:

1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تنمية اهم القدرات العقلية لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة الاختبار البعدي.

2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة الاختبار البعدي.

3- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تنمية أهم القدرات العقلية لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة المجموعة التجريبية.

4- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالححة المجموعة التجريبية.

### مجالات البحث:

**المجال البشري:** طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الأساسية /جامعة الموصل.

**المجال الزمني:** من 2021/1/2 ولغاية 2022/3/10

**المجال المكاني:** القاعات الدراسية والقاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل.

**2-6-1 التكافؤ في بعض الصفات البدنية والحركية المؤثرة في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة والاختبارات المناسبة لها:** والجدول (3) يبين ذلك: الجدول (3) يبين نتائج اختبار "ت" بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في اختبارات بعض الصفات البدنية والحركية المختارة

ت	المعيار الإحصائية الاختبارات البدنية والحركية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			±ع	-س	±ع	-س		
1	رمي كرة طبية زنة (3كغم) من فوق الرأس من وضع الجلوس	متر	4.84	4.47	4.67	0.62	0.99	0.93
2	الركض المرتد ضمن خطوط ملعب الكرة الطائرة (9-3-6-3-9)	ثانية	11.11	0.53	10.52	0.86	0.82	0.15
3	ثقي الذراعين ومدهما من وضع الاستناد الأمامي خلال (10) ثوان.	تكرار	15.05	2.21	14.65	3.15	0.46	0.23
4	قياس المدى الحركي للكتفين من وضع المد الكامل للذراعين	سم	9.55	2.74	9.05	2.66	0.58	0.49

\* إن القيمة الاحتمالية تكون غير معنوية عندما تكون أكبر من (0.05) يتبين من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات بعض الصفات البدنية والحركية (القوة الانفجارية للذراعين، القوة المميزة بالسرعة للذراعين، الرشاقة، مرونة الاكتاف) لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أكبر من (0.05) مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

### 2-6-2 التكافؤ في اختبارات أهم القدرات العقلية:

**2-6-2-1 التكافؤ في التصور العقلي الرياضي:** استخدم الباحثان مقياس التصور العقلي الرياضي المقنن ل (رينر مارتنيز، 1992) والمعرب من قبل (راتب، 2000) تطبيق هذه الاختبارات وإجراءاتها.

الجدول (1) يبين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وعدد أفراد العينة

ت	الشعبة والمجموعة	العدد الكلي	المستبعدون	عدد أفراد العينة
1	القاعة (B) المجموعة التجريبية	24	4	20
2	القاعة (C) المجموعة الضابطة	23	3	20
	المجموع	47	7	40

### 2-3 التصميم التجريبي: يقصد بالتصميم التجريبي ذلك

التصميم الذي يتم فيه ضبط المتغيرات الخارجية ضبطاً يمنع من تأثير عوائق الصدق الداخلي والصدق الخارجي إلى حد كبير (العساف: 1989، 316).

بناءً على ذلك فقد استخدم الباحثان التصميم التجريبي الآتي:

" تصميم المجموعتين المتكافئتين العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعدية المحكم الضبط" (الزويبي والغنام: 1981، 112).

### 2-4 وسائل جمع المعلومات: أستخدم الباحثان وسائل

بحثة عديدة لجمع المعلومات للوصول إلى البيانات والنتائج المطلوبة على وفق ما يأتي: (الاستبيان، الملاحظة، الدراسات السابقة، المصادر والمراجع العلمية، المقابلات الشخصية، الاختبارات والمقاييس).

### 2-5 تجانس عينة البحث: تم التجانس لأفراد عينة البحث

في المتغيرات (العمر، الطول، الكتلة).

الجدول (2) يبين تجانس عينة البحث

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	C.V
العمر	شهر	260.00	6.13	2.35
الطول	سم	172.93	4.58	2.64
الكتلة	كغم	72.16	5.21	7.22

يتبين من الجدول (2) ان معامل الاختلاف (C.V) لجميع المتغيرات كانت < 30 مما يدل على تجانس العينة في تلك المتغيرات.

### 2-6-2 تكافؤ مجاميع البحث: تكافؤ مجموعتي البحث "

ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة في الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث" (فان دالين: 1984، 398).

الجدول (5) يبين نتائج الفروق بين الاختبار القبلي بين لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في تعلم عدد المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية للمهارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			±ع	-س	±ع	-س		
1	الإرسال المواجه من الأسفل	درجة	4.61	0.58	4.44	0.70	0.87	0.39
2	الإرسال المواجه من الأعلى (التنس)	درجة	4.17	0.83	4.50	0.59	1.12	0.15
3	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	4.33	0.71	4.34	0.67	0.75	0.96
4	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	4.42	0.76	4.28	0.65	0.63	0.53

\* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $\geq$  من (0.05) وإمام درجة الحرية (38) وإن قيمة (ت) الجدولية (2.02)

يتبين من الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة والتجريبية في اختبارات عدد المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الإرسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى "التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس إلى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال)، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ والبالغة على التوالي (0.39، 0.15، 0.96، 0.53) يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أكبر من (0.05).

## 7-2-7 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

7-2-7-1 الأجهزة المستخدمة في البحث: (اللة تصوير فيديو نوع سوني، ميزان طبي لقياس الكتلة عدد (1)، ساعة توقيت عدد (3)، جهاز لا بتوب نوع (hp Elite book)، فلاش ميموري نوع (ADATA) السعة (32GB).

## 7-2-2 الأدوات المستخدمة في البحث: (كرات طائرة

عدد (11)، (استمارة تقويم الاداء واستمارة تفريغ النتائج)، شريط قياس عدد (1)، كرات طبية زنة (3) كغم عدد (1)، ملعب الكرة الطائرة قانوني، شبكة الكرة الطائرة عدد (2)، كرات طائرة عدد ((25).

## 2-2-6-2 التكافؤ في مظاهر الانتباه (حدة

### الانتباه، تركيز الانتباه، توزيع الانتباه): والجدول (3)

يبين ذلك:

الجدول (4) يبين نتائج اختبار "ت" بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات أهم القدرات العقلية (التصور العقلي وبعض مظاهر الانتباه)

ت	العمليات العقلية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			±ع	-س	±ع	-س		
1	حدة الانتباه	درجة	9.11	2.66	9.21	2.95	0.79	0.290
2	تركيز الانتباه	درجة	10.80	3.05	9.31	15.26	0.85	0.543
3	توزيع الانتباه	درجة	10.57	1.27	10.48	1.25	0.68	0.780
4	البعد السمعي	درجة	9.10	1.41	8.95	1.43	0.88	0.740
5	البعد البصري	درجة	9.30	1.52	9.25	1.33	0.74	0.913
6	البعد الحركي	درجة	9.15	1.59	9.05	1.43	0.87	0.836
7	البعد الانفعالي	درجة	9.00	1.45	8.95	1.27	0.72	0.908

\* إن القيمة الاحتمالية تكون غير معنوية عندما تكون أكبر من (0.05) وإمام درجة الحرية (38) وإن قيمة (ت) الجدولية (2.02)

يتبين من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات أهم العمليات العقلية (التصور العقلي، حدة الانتباه، تركيز الانتباه، توزيع الانتباه) لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أكبر من (0.05) مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

## 2-6-3 التكافؤ في عدد من المهارات الأساسية بكرة

### الطائرة: أعتد الباحثان على مفردات المنهج الدراسي

المخصص في مادة الكرة الطائرة لطلبة السنة الدراسية الأولى (الفصل الدراسي الأول) في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل، للعام الدراسي 2022/2021 والذي يتضمن المهارات الأساسية بالكرة الطائرة من الكتاب المنهجي (ليث محمد داود البنا: 2008، ص 49-79)، والجدول (5) يبين ذلك:

## 2-10 تجربة البحث الرئيسية: اتباع الباحثان في تطبيق

تجربة البحث الرئيسية الخطوات الآتية:

- أعطيت مجموعتي البحث المادة التعليمية نفسها وحسب المنهج المقرر في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل، واقتصر تطبيق الخطط التعليمية على الجزء الرئيس من الدرس.

### - المجموعة التجريبية الخطط التعليمية الخاصة ب (خطة كيلر):

يؤدي المتعلمون الواجبات والمهام على وفق أنموذج كيلر لفترة (8) أسابيع وبواقع وحدة تعليمية بالأسبوع وزمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، إذ قام مدرس المادة بتنفيذ وحدات المنهج التعليمي، إذ تم شرح المهارة المطلوبة بشكل مفصل وواضح ثم عرضها بأنموذج من قبل مدرس المادة في الجزء التعليمي من القسم الرئيس أنموذج كيلر، ثم التطبيق العملي من قبل المتعلمين للتمرين المهاري بشكل محطات (مستويات) يختار الطالب المستوى المناسب له حسب إمكانياته ويؤدي المهارة بشكل فريدي أي (تفريد التعلم) حسب أنموذج كيلر في الجزء التطبيقي من القسم الرئيس للوحدة التعليمية في المنهج التعليمي.

يعتمد هذا الأسلوب على وجود دليل مطبوع للمادة التعليمية، يساعد الطالب في عملية التعلم الفردي، إذ تحدد فيه أهداف الوحدة الدراسية بتجزئة المهارة الى اجزاء بوضع عدد كبير من الخطوات الصغيرة تسمى فقرات مرتبة ترتيباً منطقياً، ويشار الى الوسائل التعليمية والصور التوضيحية والمراجع العلمية اللازمة لتحقيق الأهداف، وكيفية السير في الوحدات التعليمية، وتنفيذ الأنشطة والتدريبات التي تشتمل عليها المادة التعليمية، وكيفية تنفيذ الاختبارات الذاتية، وكيفية التقدم للاختبار في نهاية الوحدة ومعيار الاتقان المعتمد لتلك الوحدة، إذ يقوم الطالب بدراسة المادة التعليمية حسب قدراته، وسرعته الخاصة. والمبدأ الأساسي الذي يقوم عليه هذا الأسلوب هو ان يقوم المتعلم باستيعاب مفاهيم الوحدة ومهاراتها، واتقانها قبل الانتقال الى الوحدة التي تليها ولا يوجد زمن محدد لإنجاز الوحدة الدراسية، اما المراقبون فهم حجر الاساس في خطة كيلر، ويختارون من الطلبة المتفوقين الذين انهوا مادتهم التعليمية بسرعة وإتقان، ويقومون بدور المدرس بمساعدة زملائهم غير المتعلمين واختبارهم

## 2-9 التجربة الاستطلاعية:

2-9-1 التجربة الاستطلاعية الاولى: قام الباحثان ومدرس المادة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية لعملية تصوير الأداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الارسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى "التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال). بالكرة الطائرة، وذلك يوم الاحد الموافق 2022/1/9 على عينة من طلاب القاعة الدراسية الاولى من خارج عينة البحث والبالغ عددهم (10) طالب.

كان الهدف من التجربة الآتي:

- معرفة بعد وارتفاع آلة التصوير وعدستها عن مكان منطقة الأداء المهاري.

- التعرف على كيفية وضع آلة التصوير ثابتة أم متحركة والأخطاء المحتملة عند تنفيذ الأداء المهاري بعض انواع لمهاري الارسال والتمرير بالكرة الطائرة.

- كفاية فريق العمل المساعد.

- كان من نتائج التجربة التعرف على المسافة بين موقع الطالب المؤدي ومكان وضع آلة التصوير فكانت على بعد (4) متر من مكان الأداء، والتعرف على ارتفاع عدسة آلة التصوير البالغة (140) سم ووضع آلة التصوير الثابتة.

## 2-9-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: قام الباحثان

ومدرس المادة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية لاختبار القدرات العقلية على عينة من طلاب القاعة الدراسية الاولى من خارج عينة البحث والبالغ عددهم (10) طالب.

كان الهدف من التجربة الآتي:

- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحثان اثناء تطبيق هذه الاختبارات على عينة البحث.

- مدى ملائمة هذه الاختبارات لعينة الدراسة الحالية.

- كفاية فريق العمل المساعد والاجهزة والادوات.

كان من نتائج التجربة التعرف تحديد الصعوبات ومعالجتها وكذلك كفاية فريق العمل والاجهزة والادوات.

درجات المقيمين الثلاث فكانت ( 89.42 ) وهو معامل ارتباط عالٍ في تقويم المهارات الحركية وهذا يدل على أن عملية التقويم كانت موضوعية.

## 2-12 الاختبارات البعدية النهائية:

### 2-12-1 الاختبار البعدي في تنمية أهم القدرات

**العقلية:** طبق هذا الاختبار يومي الثلاثاء والأربعاء الموافقين 2022/3/9-8 في تمام الساعة الثامنة النصف ولكلا المجموعتين، مع مراعاة الظروف والإجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبليّة والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 2-12-2 الاختبار البعدي في لتقييم الأداء المهاري:

طبق هذا الاختبار يومي الخميس الموافق 2022/3/10 في تمام الساعة الثامنة النصف ولكلا المجموعتين، مع مراعاة الظروف والإجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبليّة والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 2-13 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في معالجة النتائج، والوسائل الإحصائية هي: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري-النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، معامل الارتباط المتعدد، اختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين متساويين بالعدد، اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطتين متساويين بالعدد).

وتزويدهم بتغذية راجعة فورية، اما المدرس فهو الموجه والمرشد فقط.

## 2-11 تقويم الأداء الفني للمهارات الأساسية بالكرة

**الطائرة قيد الدراسة:** تم إجراء تقويم الاداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الارسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى" التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال) لمجموعتي البحث في يوم الاثنين الموافق 2022/1/10، وقبل القيام بأداء الاختبار القبلي من قبل الطلاب قام مدرس المادة بأداء محاولة واحدة أمام الطلاب لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الارسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى" التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال) لتكوين فكرة عن كيفية إجراء الاختبار، ثم قام الطلاب بأداء (3) محاولات لكل مهارة من لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (الأرسال المواجه من الأعلى، الأرسال المواجه من الأسفل، تمرير الكرة من أمام الرأس الى الأمام وتمرير الكرة كمن الأسفل) (كمحاولة تجريبية) للطلاب، بعدها تم الاختبار القبلي بإعطاء كل طالب ثلاث محاولات ولكل مهارة على وفق الاداء الفني الخاص بها، وصاحب أداء كل مهارة لكل طالب تصوير الأداء المهاري بآلة تصوير فيديو لغرض تقويمها، إذ تم عرضها على السادة المقومين الثلاث والموضح أسمائهم الملحق (15) إذ تم إعطاء درجة لكل مختبر من (10) درجات لكل مهارة من مهارات الدراسة الحالية وحسب البناء الظاهري للحركة، ومن ثم تم جمع الدرجات الثلاث للمقومين لكل مختبر على حدة ولكل مهارة وبعدها تم استخراج الوسط الحسابي للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الارسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى" التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال)، وتم تسجيل النتائج في استمارات خاصة أعدت لهذا الغرض ولكل مجموعة على حده، وبهدف التأكد من موضوعية التقويم بين المقومين الثلاث تم اختيار إحدى المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الإرسال المواجه من الأعلى التنس)، وتم حساب معامل الارتباط المتعدد بين

يتبين من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية ولمصاححة الاختبار البعدى، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ والبالغة على التوالي (0.004، 0.006، 0.002، 0.008، 0.003، 0.009، 0.001) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أصغر من (0.05).

### 3-1-1-2 عرض نتائج الفرضية الثانية:

### 3-1-1-2-1 عرض نتائج الفروق بين

### الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

### والتجريبية في تعلم عدد المهارات الاساسية بكرة

### الطائرة:

الجدول (8) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الاحصائية القدرات العقلية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			±	-س	±	-س		
1	حدة الانتباه	درجة	2.66	11.38	2.45	11.38	*3.19	0.001
2	تركيز الانتباه	درجة	3.05	8.11	2.24	8.11	*10.56	0.02
3	توزيع الانتباه	درجة	1.27	8.90	1.19	8.90	*6.19	0.005
4	البعد السمعي	درجة	1.41	10.55	1.23	10.55	*4.52	0.003
5	البعد البصري	درجة	1.52	10.45	1.19	10.45	*3.43	0.005
6	البعد الحركي	درجة	1.59	10.20	1.28	10.20	*3.80	0.001
7	البعد الانفعالي	درجة	1.45	10.35	0.98	10.35	*4.76	0.002

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $\geq (0.05)$  وامام درجة الحرية (19) وان قيمة (ت) الجدولية (1.72).

يتبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة البحث الضابطة في تنمية اهم القدرات العقلية ولمصاححة الاختبار البعدى، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ والبالغة على التوالي (0.001، 0.005، 0.002، 0.003، 0.005، 0.001) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أصغر من (0.05).

الجدول (7) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية

ت	المعالم الاحصائية القدرات العقلية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			±	-س	±	-س		
1	حدة الانتباه	درجة	2.95	15.89	2.72	15.89	*3.74	0.004
2	تركيز الانتباه	درجة	9.31	15.26	1.81	6.74	*9.35	0.002
3	توزيع الانتباه	درجة	1.25	10.48	1.21	6.43	*13.55	0.006
4	البعد السمعي	درجة	1.43	13.10	1.41	13.10	*9.12	0.008
5	البعد البصري	درجة	1.33	12.95	2.01	12.95	*7.27	0.003
6	البعد الحركي	درجة	1.43	13.15	1.53	13.15	*11.81	0.009
7	البعد الانفعالي	درجة	1.27	12.75	1.33	12.75	*8.54	0.001

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $> (0.05)$  وامام درجة الحرية (19) وان قيمة (ت) الجدولية (1.72).

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $\geq (0.05)$  وامام درجة الحرية (19) وان قيمة (ت) الجدولية (1.72).

يتبين من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة ولمصاححة الاختبار البعدى في اختبارات مهارات (مهارات الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمير من أمام الرأس إلى الأمام، التمير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال)، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ والبالغة على التوالي (0.004، 0.001، 0.003، 0.007) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أصغر من (0.05)، وبهذا يحقق صحة من الفرض البحث.

الجدول (9) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم عدد المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية للمهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			-س	±ع	-س	±ع		
1	الارسال المواجه من الأسفل	درجة	4.44	0.70	7.61	0.46	*17.94	0.002
2	الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)	درجة	4.50	0.59	7.74	0.56	*16.08	0.005
3	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	4.34	0.67	7.38	0.51	*19.54	0.006
4	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	4.28	0.65	7.58	0.51	*16.03	0.003

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $(0.05) >$  وإمام درجة الحرية (19) وإن قيمة (ت) الجدولية (1.72).

يتبين من الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبارات مهارات (مهارات الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمرير من أمام الرأس إلى الأمام، التمرير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال))، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ وبالباغ على التوالي (0.002، 0.005، 0.006، 0.003) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أصغر من (0.05)، وبهذا يحقق صحة من الفرض البحث.

### 3-1-1-3 عرض نتائج الفرضية الثالثة:

الجدول (10) يبين نتائج الفروق بين الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			-س	±ع	-س	±ع		
1	حدة الانتباه	درجة	11.38	2.45	15.89	2.72	*3.66	0.003
2	تركيز الانتباه	درجة	8.11	2.24	6.74	1.81	*4.55	0.001
3	توزيع الانتباه	درجة	8.90	1.39	6.43	1.21	*5.98	0.002
4	البعد السمعي	درجة	10.55	1.23	13.10	1.41	*6.08	0.004
5	البعد البصري	درجة	10.45	1.19	12.95	2.01	*4.78	0.002
6	البعد الحركي	درجة	10.20	1.28	13.15	1.53	*6.60	0.005
7	البعدي الانفعالي	درجة	10.35	0.98	12.75	1.33	*6.46	0.001

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $(0.05) >$  وإمام درجة الحرية (38) وإن قيمة (ت) الجدولية (2.02).

يتبين من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ وبالباغ على التوالي (0.003، 0.002، 0.001، 0.004)،

الجدول (11) يبين نتائج الفروق بين الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية للمهارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ*
			-س	±ع	-س	±ع		
1	الارسال المواجه من الأسفل	درجة	6.81	0.54	7.61	0.46	*4.99	0.01
2	الارسال المواجه من الأعلى	درجة	6.73	0.44	7.74	0.56	*6.30	0.03
3	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	6.96	0.61	7.38	0.51	*2.34	0.02
4	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	6.61	0.48	7.58	0.51	*6.07	0.01

\*إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون  $(0.05) \geq$  وإمام درجة الحرية (38) وإن قيمة (ت) الجدولية (2.02).

يتبين من الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات مهارات (الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمرير من أمام الرأس إلى الأمام، التمرير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال))، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ وبالباغ على التوالي (0.01، 0.03، 0.02)، (0.01) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم احتمالية نسب الخطأ أصغر من (0.05).

### 2-3 مناقشة النتائج :

1-2-3 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في تنمية أهم القدرات العقلية: في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها والمعروضة في الجداول (6) و(7)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في تنمية أهم القدرات العقلية (حدة الانتباه، تركيز الانتباه، توزيع الانتباه، البعد السمعي، البعد البصري، البعد الحركي،



كبيرة على النضج، كما أن النضج يعد إمكانية سلوك المتعلم، ومدى ما يستطيع القيام به من نشاط، ومقدار ما يكسبه من مهارات وخبرات " (علاوي: 1992، 102).

### 3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تعلم عدد

**من المهارات الأساسية بكرة الطائرة:** يتبين من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب المتبع ولصالح الاختبار البعدي في تعلم الأداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بكرة الطائرة (الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى التنسي، التمير من فوق الرأس إلى الأمام، التمير من الأسفل إلى الأمام)، وان هذا التحسن يعود إلى المنهج التعليمي المتبع الذي اسهم في تعلم المهارات الدراسية المبحوثة ونجاح أفراد عينتها في الاختبار البعدي يعود إلى الأسلوب المتبع من خلال تنفيذ خطواته من حيث شرح وعرض كل مهارة على حدة من قبل مدرس المادة وحسب تسلسلها الفني ثم بعد ذلك قام الطلاب بتأدية المهارة عملياً، ويتفق الباحثان مع ما ذكره (شلس ومحمود، 2000) " أن فترة الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق الحركي في أدائه" (شلس ومحمود: 2000، 129). يشير (محبوب، 2001): بأن " عملية التدريب والممارسة على مهارة معينة ضمن الواجب الحركي يؤدي إلى زيادة الخبرة وإحداث تطور في القابليات الذهنية والبدنية وامتلاك خزين من المعلومات يمكن الرجوع إليها عند الحاجة " (محبوب: 2001، 4). في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها في الجدول (9)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم عدد من المهارات الأساسية بكرة الطائرة ولمصلحة الاختبار البعدي . يرى الباحثان أن الجانب النظري (الجزء التعليمي) في العملية التعليمية وحده لا يكفي وأن المتعلمين قد استفادوا بدرجة كبيرة أيضاً من الجانب العملي (الجزء التطبيقي)، إذ تم إعطاء تمارين متنوعة ومتدرجة تناولت جميع الجوانب المهمة لتعلم المهارات الأساسية بكرة الطائرة وإتقانها، وإن

البعد الانفعالي) ولمصلحة الاختبار البعدي وهذا ما يحقق الجزء الأول من الفرض الأول من البحث. ويعزو الباحثان النتائج التي حصلت لدى المجموعة الضابطة والمبينة في الجدول (6) إلى التأثير الذي أحدثه المنهج التعليمي المتبع للمتبع للمتعلمين والذي تضمن شرح وعرض المهارات الأساسية المختارة بالكرة الطائرة ثم تطبيقها بشكل متكرر من قبل المتعلمين، مما أسهم في تنمية العمل الوظيفي وهذا يدل على أن المنهج التعليمي المتبع قد أسهم في تنمية القدرات العقلية وزيادة الخبرة الحركية لدى المتعلمين، ويذكر (بسطويسي والسامرائي، 1984) (اذ ان الطرائق التي يستخدمها المدرس ينبغي ان تكون جيدة واقتصادية في تحقيق الهدف، وان تحرك دافعية المتعلم واهتمامه لبيدل جهداً لتحقيق الهدف) (بسطويسي والسامرائي: 1984، 20). في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها والمعروضة في الجدول (7) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في تنمية أهم القدرات العقلية ولمصلحة الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان التطور الحاصل لدى المجموعة التجريبية إلى استخدام (أنموذج كيلر) الذي لعب دوراً مهماً في تحسين مستوى الأداء من جهة، والاداء المهاري القائم على تكرار تمرينات كناحية تطبيقية من جهة أخرى، وهذا ما ساعد على زيادة التركيز وثبيت البرامج الحركية وتفعيلها وتحسينها، ومن ثم زيادة الخبرة المتعلم، وكل ذلك يصب في تحسين مستوى الأداء. كما يعزو الباحثان هذا التحسن إلى استخدام دليل الطالب كأداة مساعدة في التعلم فقد يزود الطالب بتغذية راجعة من خلال ما قدمه الدليل من مثيرات مختلفة ومتنوعة أكسبته معلومات مفيدة ومتعمقة عن المهارة المراد تعلمها، ويتفق الباحثان مع (شلس، 1996) قائلاً " تزداد أهمية التغذية الراجعة بالنسبة للمتعلم المبتدئ فهي تساعده على سرعة تعلم المهارة الحركية وتدفعه الى الرغبة والاستمرار في التعلم من اجل الحصول على النتائج المطلوبة" (شلس: 1996، 21). يعزو الباحثان السبب في ذلك إلى التكرار والرغبة والشوق للتعلم من قبل العينة كونها من المتعلمين الجدد لهذه المهارات، وتمتاز هذه المرحلة العمرية بسرعة التعلم الحركي نتيجة لعامل النضج وياستعدادها للتعلم، وهذا ما أكده (علاوي، 1992) بقوله " هناك صلة وثيقة بين التعلم والنضج، فالتعلم يعتمد بدرجة

به الى أعلى المستويات " (Feltz، 2007، p340). يعزو الباحثان أيضاً سبب ذلك التحسن الى أن المهارات الأساسية بالكرة الطائرة قيد الدراسة تتصف بالانسيابية عند الأداء وتحسن المهارة خلال تحسين الصورة التي تتطبع في ذهن المتعلم خلال تكرار أدائها، يرى الباحثان ان (انموذج كيلر) قد ساهم من تقليل الجهد البدني المبذول على عاتق المتعلمين، ويستطيع إعادة نشاطه من خلال تبادل الادوار بين الجانبين المهاري والعقلي، ترى (الدليمي، 2016) " أن العملية التعليمية والتدريبية تعتمد على التدريب الذهني والبدني معاً " (الدليمي: 2016، 140).

### 3-2-4 نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات

**الاساسية بالكرة الطائرة:** يتبين من الجدول (11)، تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهج التعليمي بتمرينات أنموذج كيلر على المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهج التعليمي المتبع في نتائج الاختبار البعدي في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التتسي)، التمير من الأسفل إلى الأمام، التمير من فوق الرأس إلى الأمام)، ويوضح الباحثان سبب هذا التفوق لإفراد المجموعة التجريبية الى ان المعرفة التي تتوفر للمتعلم سواء من المدرس او دليل الطالب يصاحب ذلك تمريناً ذهنياً يعد مكملاً مهماً للتعلم المهاري فيكون الفرق بين المنهجين قد اثار بشكل إيجابي لصالح المجموعة التجريبية. يعزو الباحثان الى ان التحسن الذي حققه افراد المجموعة التجريبية في مستوى الاداء قدرة المتعلم على تصور المهارة بكل تفاصيلها وظروفها الزمنية أو المكانية فالمهارات الحركية ماهية الا قدرات ادراكية حسية تتطلب قدرات عقلية، وهذا ما اكده (بطانية، 2013) اذ ان المهارات الحركية الاساسية او في المجال الرياضي هي " ذات طبيعة معرفية تعتمد بالأساس على المعلومات التي تستقبلها الاعضاء الحسية ثم تنقلها الى الدماغ الذي يقوم بترجمتها وأرسالها الى العضلات المعنية بالأعصاب الحركية على صورة أوامر " (بطانية: 2013، 232). ويذكر الباحثان ان لتأثير أنموذج كيلر ساهم في ربط مفردات الحركة كلها وتكوين التصور الكلي للمهارة الحركية من خلال تنفيذ الخطط التعليمية والتغلب على المصاعب التي يواجهها اثناء

الممارسة وتكرار التمارين أدى بالمتعلمين إلى تعلم المهارات وإتقانها إتقاناً جيداً وإن الجانب التطبيقي زيادة على الجانب النظري ساعد المتعلمين على السيطرة على حركاتهم والتناسق الحركي عند أداء المهارة، وهذا ما أكده كل من (شلش ومحمود، 2000) بقولهما " أن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، التدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب " (شلش ومحمود: 2000، 129). يعزو الباحثان ان التحسن في تعلم المهارات المبحوثة تعود على ان المتعلم يعتمد على نفسه في تنفيذ التمارين المهارية التي تعتمد في تطبيقاتها عليه مما أدى الى زيادة تكرار الواجب الحركي، اذ يساعد التدريب المتواصل على المهارة من خلال المحطات الى تثبيتها وإتقانها، لأن ممارسة المتعلمين واعتمادهم على قدراتهم الذاتية في التوصل الى تعلم المهارات ويتفق الباحثان مع (عثمان، 1990) " ان طريقة الإعادة والتكرار تعد من الطرق الهامة لتطوير التكنيك وتركيز المسار الحركي للأداء " (عثمان: 1990، 61).

### 3-2-3 مناقشة نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تنمية أهم القدرات

**العقلية:** في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من الجدول (10)، يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبار البعدي في تنمية أهم القدرات العقلية ولمصلحة المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى تأثير المنهج التعليمي (بأنموذج كيلر) والذي كان له التأثير الإيجابي في هذا التفوق والمتضمن تمارين مهارة، إذ تشير العديد من نتائج البحوث إلى "أن التمرينات المهارية أو البدنية يصاحبها بشكل تلقائي تنمية القدرات العقلية " (مرعي والحيلة: 2005، 104). ويشير (Nagel، 2002) "أن التفوق في المجال الرياضي يتطلب التكامل التام بين العقل والجسم، فمن خلال تدفق الطاقة البدنية والذهنية في اتجاه واحد، يستطيع اللاعب الاستفادة من أقصى طاقاته في تحقيق الأهداف المرجوة" (Nagel، 2002، p 179). يرى (Feltz، 2007) "أن التوافق المناسب بين التدريب العقلي والأداء من أهم العوامل التي تؤدي الى تطوير الأداء والوصول

- [7] شلش، نجاح مهدي ومحمود أكرم محمد صبحي (2000): التعلم الحركي، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- [8] شمعون، محمد العربي والجمال، عبد النبي (1996): التدريب العقلي في التنس، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- [9] الصفار، زياد يونس (1996): دراسة مقارنة بين التغذية الراجعة الفورية والمتأخرة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- [10] الضمد، عبد الستار (2000): فسيولوجيا العمليات العقلية، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
- [11] عثمان، محمد عبد الغني (1990): موسوعة ألعاب القوى (تكنيك، تدريب، تعلم، تحكيم) دار التعلم. الكويت.
- [12] العساف، صالح بن حمد (1989): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط1، جامعة الإمام حمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
- [13] علاوي، محمد حسن (1992): علم التدريب الرياضي، ط1، دار المعارف، الإسكندرية، مصر.
- [14] علي يونس حسين (2013): دراسات متقدمة في علم النفس الرياضي، ط1، دار الضياء للطباعة، النجف، العراق.
- [15] عويس، خير الدين علي، (1999): دليل البحث العلمي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- [16] فان دالين، ديوبولد (1984): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة: محمد نبيل نوفل وآخرون، ط3، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- [17] القبيلات، راجي عيسى (2005): اساليب التدريس العلوم في المرحلة الأساسية الدنيا ومرحلة رياض الأطفال، ط1، دار الثقافة للنشر، عمان.
- [18] القيسي، وسن جاسم محمد (2002): الإدراك الحسي-حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- [19] ليث محمد داود البناء، (2008): الكرة الطائرة، فن الاداء المهاري، كتاب منهجي لطلبة السنة الدراسية الثانية، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

- [20] محجوب، وجيه (2001): التعلم وجدولة التدريب الرياضي ط1، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- [21] محمد، الهام عبد الرحمن (1988): أثر ممارسة الكرة الطائرة على القدرات الحركية والعقلية للناشئات (تحت 16 سنة)، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد الرابع.
- [22] ناهدة عبد زيد الدليمي (2016)، أساسيات في التعلم الحركي، جامعة بابل كلية التربية الرياضية، الدار المنهجية للنشر والتوزيع.
- [23] وافي أحمد مرعي ومحمد محمود الحيلة (2005): طرائق التدريس العامة، ط2، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- [24] Feltz DI (2007): self – effeciacy beleifs of athletes، teams and coaches، handbook of sport، psychology، 2ed.
- [25] Nagel، C.F (2002): the effect of relaxation Training، video obseration. and mental imagery upon ther education

التطبيق، وهذا ما أكده (الضمد، 2000) إذ إن التصور الذهني يحقق نتائج ايجابية إذا تم لمدة وجيزة من الزمن، وذلك لتجنب المتعلم الصعوبات التي يواجهها (الضمد: 2000، 202).

#### 4-الخاتمة:

- طبقاً لما توصل اليه الباحثان من نتائج يمكن استنتاج ما يأتي:
- 1-أظهرت النتائج تفوق أنموذج كيلر على الأسلوب المتبع في تنمية أهم القدرات العقلية.
  - 2-ان لأنموذج كيلر تأثيرا إيجابي في زيادة التصور الذهني مما انعكس بشكل إيجابي في ثقة المتعلم بنفسه بسبب اختياره المستوى المناسب لقدراته واستعداداته وميوله.
  - 3-تفوق افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة في أتقان الأداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بكرة الطائرة.
- يوصي الباحثان في ضوء النتائج والاستنتاجات التي حصل عليها الباحثان في بحثه الحالي بما يأتي:
- 1-الاستفادة من الخطط التعليمية المقترحة في تعليم مهارات كرة الطائرة في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بما يتفق ونتائج البحث.
  - 2-يفضل استخدام أنموذج كيلر في تعليم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية الأخرى وذلك لتحقيقه مستوى أفضل من الأسلوب المتبع.

#### المصادر:

- [1] احمد سالم بطاينة وآخرون (2013): الإدراك الحس حركي وعلاقته بالاحتفاظ بدقة الثبات الحركي مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد 40، عدد1، جامعة اليرموك، الأردن.
- [2] بسطويسي احمد، والسامرائي عباس احمد (1984): طرائق التدريس في مجال التربية الرياضية، مطبعة جامعة الموصل، الموصل.
- [3] بو حديد بسام (2006): أثر استراتيجيات التدريس التبادلي والتعليم الشخصي (خطة كيلر) في تحصيل طلبة الصف الرابع الأساسي في مادة العلوم، رسالة ماجستير، الجامعة الهاشمية، الأردن.
- [4] راتب، أسامة كامل (2000): تدريب المهارات النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- [5] سلامة، حسن علي (1995): طرق تدريس الرياضيات بين النظرية والتطبيق، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- [6] شلش، نجاح مهدي (1996): أثر استخدام التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات المغلقة والمفتوحة، بحث منشور في مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد الثاني، العدد الرابع: جامعة الموصل.

### الملاحق

المحلق (1) يوضح أنموذج لوحدتة تعليمية وفق أنموذج كيلر .

الهدف التربوي: تعزيز ثقة الطالب بنفسه من خلال الأداء الصحيح. الهدف التعليمي: -تعليم مهارة الأرسال المواجه من الأسفل		السنة الدراسية: الأولى عدد الطلاب: 20	اليوم والتاريخ: زمن الوحدة 90 دقيقة			
الهدف السلوكي: ان يؤدي الطالب مهارة الأرسال من الأسفل بشكل جيد. الأدوات: كرة طائرة عدد(15) ، صافرة						
ت	أقسام الدرس	نوع النشاط	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية	التنظيم	التقويم
1	القسم الإعدادي 20 دقيقة	المقدمة الأحماء العام	د3 د7 د10	تهيئة الأدوات وأخذ الحضور والغياب يتم من خلالها رفع حرارة الجسم من أجل الواجب الرئيسي للوحدة التعليمية اي يشمل جميع أجزاء الجسم. السير ثم الهرولة بتدوير الذراعين ثم الهرولة ثم القفز من الهرولة (الوقوف-فتحا) سند القدم اماما مع رفع الذراعين اماما(2عدتات) (الوقوف)رفع الذراعين اماما (2عدتات) (الوقوف -فتحا -تخصرا) قتل الجذع للجانبين(2عدتات) (الوقوف-فتحا -تخصر) ميل الجذع للأمام والخلف (2عدتات) (الوقوف)بثي الركبتين مع رفع الذراعين عاليا(2عدتات).	***** © ***** © * * * * * * * * * * * * * ©	الوقوف بشكل نسق الحماء الجيد للجسم التأكد من تطبيق لتمرين لجميع الطلاب
2	القسم الرئيسي 60 دقيقة	النشاط التعليمي النشاط التطبيقي اختبار تقويمي	د12 د3 د35 د10	يقوم المعلم بشرح المهارة والأداء الفني للمهارة ويزود المتعلم بورقة العمل. المحطة الأولى: حمل الكرة باليد الغير مسيطرة ثم رميها الى الأعلى وعلى ارتفاع الأكتاف المحطة الثانية: التمرين السابق مع ضرب الكرة بشكل خفيف المحطة الثالثة: ضرب الأرسال من المنقطة الجانبية للملعب. المحطة الرابعة: تطبيق الأرسال بشكل المثالي (قانوني). يقوم الطلاب باداء مهارة الأرسال المواجه من الأسفل بشكله القانوني بحيث يقف خلف خط الأرسال ويؤدي مهارة الأرسال المواجه من الأسفل دون لمس قدمه خط الأرسال.	***** * * * * © *** ** © *** ** 	التأكد على انتباه الطلاب للشرح والعرض تشجيع الطلاب على الأداء التأكد على الأداء الصحيح
3	القسم الختامي 10 دقيقة	تمارين تهدئة انصراف	د7 د3	عودة الجسم الى وضعه الطبيعي هرولة خفيفة، مشي الوقوف على خط واحد أداء تحية الأنصراف رياضة قوة.	***** © ©	أرجاع الجسم الى وضعه الطبيعي أرجاع الأدوات والأنصراف





## مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر الطلبة

د. احمد عناد جرجيس الصوفي<sup>1</sup>

مدير تربية محافظة نينوى<sup>1</sup>

(<sup>1</sup> www.ahmad.enad.1987@gmail.com)

**المستخلص:** هدفت الدراسة الى إعداد استبانة مهارات الإدارة الصفية لأعضاء (هيئة التدريس) الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الأوربي (EFQM) والى معرفة اهم مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر الطلبة. تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وذلك باعتباره الأنسب للبحث الحالي في ضوء أهدافها وتساولاتها، تكون مجتمع البحث من جميع طلبة المرحلة الرابعة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/الجامعة المستنصرية للعام الدراسي الحالي2021/2022م. بلغ عدد الطلبة بالفترتين الصباحية والمسائية (135) طالب وطالبة، وتم اختيار نسبة (90%) وبعده (122) طالب وطالبة تم تطبيق الاستبانة عليهم وقد تكونت العينة من (45) طالبة و (77) طالب تم تطبيق الاستبانة عليهم . استنتج الباحث التوصل الى اعداد استبانة مهارات ادارة الصف الدراسي مكون من (3) مجالات و(19) عبارة ويتمتع اعضاء هيئة التدريس بمهارات ادرة الصف مختلفة في مجال القيادة الصفية . وهناك ضعف في مهارات ادارة الصف الدراسي في مجال التخطيط للدرس .

**الكلمات المفتاحية:** مهارات الادارة الصفية-أعضاء الهيئة التدريسية - التربية البدنية وعلوم الرياضة - معيار التميز الاوربي (EFQM).



## 1-المقدمة:

في ظل التطورات الهائلة في تكنولوجيا التعليم التي يشهدها العالم بشكل كبير في جميع مرافق الدولة من سياسيه واقتصادية وتعليمية ولاسيما ما اثر على التدريس في الكليات والجامعات من خلال الاسلوب الأساليب المتبعة من قبل أعضاء هيئة التدريس في ادارة الصف الدراسي بشكل صحيح وسليم من أجل الوصول الى تحقيق الاهداف الموضوعة من قبل عضو هيئة التدريس المعني لان المهارات التي يستخدمها التدريسي المدرس ذات اهمية كبيرة في تحسين مستوى التدريس من خلال المهارات الخاصة بإدارة الصف الدراسي والتي تقف على عاتق عضو هيئة التدريس في استخدامها بشكل صحيح وملئم للمتغيرات العالمية وخصوصا في ظل تقدم دول العالم في التصنيفات الدولية بجودة التعليم ولكون العراق يعتبر من الدول الغير متقدمة في تلك التصنيفات فكان من الضروري ان يتم توفير تلك المهارات الصفية وفق معايير التميز الاوربي (EFQM) والتي تعد من اهم المعايير التي يتم الاعتماد عليها في تحسين مستوى التعليم في دول العالم وتكمن اهمية البحث الحالي في معرفة مدى استخدام مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر طلبتهم من اجل الوقوف بشكل صحيح على تلك المهارات وسبل تطويرها بما يتلاءم مع التقدم في دول العالم .

### مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة البحث الحالي (معرفة مدى استخدام مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM)).

### أهداف الدراسة:

1-إعداد استبانة مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM)  
2-معرفة اهم مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر الطلبة.

## مجالات الدراسة:

**المجال البشري:** طلبة المرحلة الرابعة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية التربية الأساسية/المستتصيرية .

**المجال الزمني:** للمدة من 2022/3/3 ولغاية 2022/5/16 .

**المجال المكاني:** قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/المستتصيرية .

## 2-منهج البحث واجراءاته الميدانية:

**2-1 منهجية البحث:** تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي من قبل الباحث وذلك باعتباره الأنسب للبحث الحالي في ضوء أهدافها وتساؤلاتها (2: 2005، 159)، ومن خلال استخدام هذه المنهج استطاع الباحث التعرف على اهداف بحثه .

**2-2 مجتمع وعينة البحث:** تكون مجتمع البحث من جميع طلبة المرحلة الرابعة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/الجامعة المستتصيرية وللعام الدراسي الحالي 2021-2022 إذ بلغ عدد الطلبة في الدراسة الصباحية والمسائية (135) طالب وطالبة وقم تم اختيار نسبة (90%) ويعدد (122) طالب وطالبة تم تطبيق الاستبانة عليهم وقد تكونت العينة من (45) طالبة و (77) طالب تم تطبيق الاستبانة عليهم .

**2-3 أداة الدراسة وخطوات إعدادها:** من اجل تحقيق اهداف البحث الحالي اعتمد الباحث على استبانة (إبراهيم الحسن الحكمي)(7: 2005، 24) والمعدة على مهارات لإدارة الصفية للأستاذ الجامعي، إذ قام الباحث بأعداد المهارات وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من خلال التعديل على العبارات وعرضها على الخبراء للحصول على التوافق على المقياس وقد تكون المقياس من (3) مجالات ومن (20) عبارة كما في جدول (1).

جدول (1) يبين عدد المجالات والعبارات لمقياس المهارات الادارة الصفية

ت	المجالات	عدد العبارات
1	القيادة الصفية	7
2	التخطيط للدرس	6
3	الاهتمام بالطلبة	7
	المجموع	20

## 2-4-4 الشروط العلمية للدراسة:

## 2-4-2 ثبات الأداة: استخدام الباحث معادلة ألفا

كرونباخ) من خلال البرنامج الإحصائي spss للحصول على الثبات، وقد تبين أن معاملات ثبات المحاور بلغت قيم للاستبانة ككل (0.81). كما في جدول (3) .

جدول (3) يبين قيم الثبات لمقياس المهارات الادارة الصفية

ت	المجالات	
	مجال القيادة الصفية	مجال التخطيط للدرس
1	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على ادارة الصف بشكل فعال	0.80
2	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على الاتقاع بشكل جيد للطلبة	0.82
3	يعمل عضو هيئة التدريس التعامل مع الطلبة بشكل متساوي	0.83
4	يراعي عضو هيئة التدريس الفروق الفردية بين الطلبة	0.81
5	يتم تقييم الطلبة من قبل عضو هيئة التدريس بشكل موضوعي ويعيد عن التحيز	0.80
6	يعطي عضو هيئة التدريس الوقت الكافي لفهم الطلبة بشكل صحيح	0.82
7	يؤثر عضو هيئة التدريس بالتأثير بشكل مباشر في الطلبة	0.80
مجال التخطيط للدرس		
1	يضع عضو هيئة التدريس خطط سابقة للدرس قبل الشروع بتنفيذه	0.79
2	لدى عضو هيئة التدريس القدرة على تبسيط المادة بشكل بسيط وغير معقد	0.77
3	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على شرح المواد الدراسية بشكل مفهوم	0.84
4	عضو هيئة التدريس يراعي الفروق الفردية في الاسئلة المطروحة من قبله	0.83
5	يمتلك عضو هيئة التدريس استراتيجية واضحة ومفهومة للمادة الدراسية	0.82
6	يوظف عضو هيئة التدريس جميع قدراته في ايصال المادة الدراسية للطلبة	0.84
مجال الاهتمام بالطلبة		
1	إعطاء الفرصة للطلبة في الدرس من اجل المشاركة في تطوير الخطط الدرس من خلال الاستماع الى افكارهم	0.83
2	يتم تقييم الطلبة بشكل موضوعي من خلال الامتحانات الشهرية واليومية	0.84
3	تحفيز الطلبة بشكل صحيح من خلال عبارات التشجيع والثناء	0.82
4	يهتم عضو هيئة التدريس برغبات واتجاهات الطلبة بشكل يومي	0.79
5	يفسح المجال اما الطلبة في التعبير عن رغباتهم وميولهم بشكل واضح وصحيح	0.79
6	يعمل عضو هيئة التدريس على اعطاء الطلبة درجات تشجيعية لغرض زيادة فعاليتهم	0.80
المجموع		
0.81		

## 2-5 الاستبانة بشكلها النهائي: بعد خضوع الاستبانة

لمجموعة من التحكميات واستخراج الاسس العلمية كالصدق والثبات توصل الباحث الى الاستبانة بشكلها النهائي والجاهزة للتطبيق على عينة البحث إذ تكونت الاستبانة من (3) مجالات موزعه عليها (19) عبارة وقد قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة من الطلبة البالغ عددهم (122) طالب وطالبة من المرحلة الرابعة للدراسة الصباحية والمسائية من قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/الجامعة المستنصرية/كلية التربية الاساسية في يوم الاثنين 2022/5/2 في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/الجامعة المستنصرية وبعد استرجاع الاستبانات واستبعاد الاستبانات الغير صالحة (22) استمارة تبقى لدى الباحث (100) استبانة خاضعة للتحليل الاحصائي .

## 2-6 المعالجات الإحصائية: من أجل الحصول على

الاستجابات وتحليلها بشكل علمي صحيح استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss .

## 2-4-1 صدق الاستبانة: من أجل الحصول على

الاسس العلمية للمقياس او الاستبانة قام الباحث بعرض العبارات بعد تعديلها وجعلها متكيفة من مشكلة البحث تم عرضها على (5) خبراء في مجال الادارة الرياضية من اجل الحصول على صدق الاستبانة وقد حصلت موافقة الخبراء على العبارات (19) وصلاحيتها للعينة واستبعاد عبارة واحدة وهي عبارة (7) من مجال (مجال الاهتمام بالطلبة) والتي تنص على (تحفيز الطلبة بشكل صحيح من خلال عبارات التشجيع والثناء) لحصولها على نسبة اقل من (75%) وكذلك مدى وضوح صياغة العبارات ومناسبتها للمحاور المندرجة تحتها (5: 2015).

جدول (2) يبين النسبة المئوية للاستبانة لمقياس المهارات الادارة الصفية

ت	العبارات		تصلح	النسبة	لا تصلح	النسبة
	مجال القيادة الصفية	مجال التخطيط للدرس				
1	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على ادارة الصف بشكل فعال	11	100%	0	0	0
2	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على الاتقاع بشكل جيد للطلبة	10	90%	1	10%	10
3	يعمل عضو هيئة التدريس التعامل مع الطلبة بشكل متساوي	9	81%	2	19%	19
4	يراعي عضو هيئة التدريس الفروق الفردية بين الطلبة	9	81%	2	19%	19
5	يتم تقييم الطلبة من قبل عضو هيئة التدريس بشكل موضوعي ويعيد عن التحيز	11	100%	0	0	0
6	يعطي عضو هيئة التدريس الوقت الكافي لفهم الطلبة بشكل صحيح	10	90%	1	10%	10
7	يؤثر عضو هيئة التدريس بالتأثير بشكل مباشر في الطلبة	9	81%	2	19%	19
مجال التخطيط للدرس						
1	يضع عضو هيئة التدريس خطط سابقة للدرس قبل الشروع بتنفيذه	9	81%	2	19%	19
2	لدى عضو هيئة التدريس القدرة على تبسيط المادة بشكل بسيط وغير معقد	11	100%	0	0	0
3	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على شرح المواد الدراسية بشكل مفهوم	11	100%	0	0	0
4	عضو هيئة التدريس يراعي الفروق الفردية في الاسئلة المطروحة من قبله	10	90%	1	10%	10
5	يمتلك عضو هيئة التدريس استراتيجية واضحة ومفهومة للمادة الدراسية	9	81%	2	19%	19
6	يوظف عضو هيئة التدريس جميع قدراته في ايصال المادة الدراسية للطلبة					
مجال الاهتمام بالطلبة						
1	إعطاء الفرصة للطلبة في الدرس من اجل المشاركة في تطوير الخطط الدرس من خلال الاستماع الى افكارهم	11	100%	0	0	0
2	يتم تقييم الطلبة بشكل موضوعي من خلال الامتحانات الشهرية واليومية	11	100%	0	0	0
3	تحفيز الطلبة بشكل صحيح من خلال عبارات التشجيع والثناء	10	90%	1	10%	10
4	يهتم عضو هيئة التدريس برغبات واتجاهات الطلبة بشكل يومي	11	100%	0	0	0
5	يفسح المجال اما الطلبة في التعبير عن رغباتهم وميولهم بشكل واضح وصحيح	10	90%	1	10%	10
6	يعمل عضو هيئة التدريس على اعطاء الطلبة درجات تشجيعية لغرض زيادة فعاليتهم	10	90%	1	10%	10
7	تحفيز الطلبة بشكل صحيح من خلال عبارات التشجيع والثناء	8	72%	3	27%	27



### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### 3-1 عرض وتحليل النتائج: قام الباحث بعرض ومناقشة

النتائج السؤاليين إذ كانت النتائج كما يلي:

#### 3-1-1 النتائج التي تتعلق بالسؤال الأول: إعداد

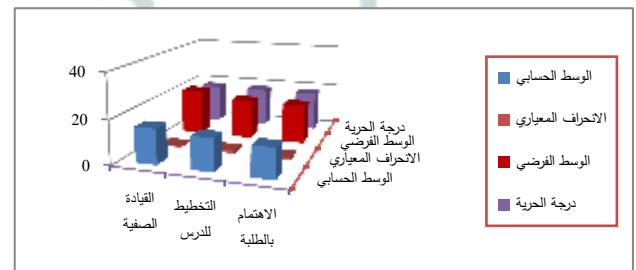
استبانة مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM). وقد تم تحديد اهم المهارات التي يستخدمها عضو هيئة التدريس في القاعة الدراسية وفق معيار التميز الاوربي (EFQM).

#### 3-1-2 النتائج التي تتعلق بالسؤال الثاني: معرفة

اهم مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM) من وجهة نظر الطلبة . وقد تم التعرف على تلك المهارات لدى اعضاء الهيئات التدريسية من خلال عرض المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب لكل عبارة من عبارات الاستبانة كما يوضحها الجدول (4) .

جدول (4) يبين دلالة الفروق بين الوسط الحسابي والمتحقق والوسط الفرضي لمجالات مهارات الادارة الصفية

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	Sig	الدلالة الاحصائية
1	القيادة الصفية	15.94	0.63	21	18	0.00	معنوي
2	التخطيط للدرس	14.63	1.23	18	18	0.00	معنوي
3	الاهتمام بالطلبة	13.56	1.12	18	18	0.00	معنوي
	الدرجة الكلية للمقياس	44.13	2.98	57	99	0.00	معنوي



الشكل (1) يوضح دلالة الفروق بين الوسط الحسابي والمتحقق والوسط الفرضي لمجالات مهارات الادارة الصفية

بعد استكمال إعداد استبانة مهارات الادارة الصفية لأعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وفق معيار التميز الاوربي (EFQM). طبق على عينة البحث الاساسية البالغ عددهم (100) طالب وطالبة والمتضمن (3) مجالات و(19) عبارة توزعت بواقع (7) عبارات لمجال (القيادة الصفية) و(6) لمجال (التخطيط للدرس) و(6) لمجال (الاهتمام بالطلبة)، ومن ثم قام الباحث باستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة على الاستبانة وحساب الوسط الفرضي للاستبانة والبالغ (57) درجة وبعد الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين (الوسط الحسابي والمتحقق والوسط الفرضي للمقياس) عن طريق استخدام اختبار (T) لعينة واحده كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الغرض والتعرف على مهارات الادارة الصفية من وجهة نظر الطلبة، وقد اوضحت النتائج ان الوسط الحسابي عينة البحث قد بلغ (44.13) درجة وبنحرف معياري قدره (2.98) درجة وعند اجراء المقارنة مع الوسط الفرضي وجد ان هناك فرقا دالا احصائيا بين الوسطين ولصالح الوسط الفرضي أي ان لا توجد مهارات ادارة صفية فعالة لدى اعضاء الهيئة التدريسية .

### 3-2 مناقشة النتائج:

#### 3-2-1 مناقشة مجال القيادة الصفية: من خلال

جدول (4) يتبين ان الوسط الحسابي لمجال القيادة الصفية في مقياس مهارات الادارة الصفية قد حصل على متوسط بلغ (15.94) وبدرجة انحراف بلغت (0.63) ومن خلال المقارنة (الحسابي والفرضي) تبين ان هنالك فرقا دال احصائيا بين الوسطين ولصالح الوسط الحسابي وهذا يدل على ان اعضاء هيئة التدريس يمتلكون القدرة على ادارة الصف بشكل فعال من خلال ما يمتلكونه من قوة شخصية وقيادية في ادارة الصف الدراسي (3: 2017، 121)، وهذا ما أعطى استجابات العينة بهذا الشكل إذ ان عضو هيئة التدريس يمتلك القدرة على الاقتناع من خلال التحاور مع الطلبة وبالتالي فان هذه القدرة تساعد على كسب ود وحب الطلبة والذي يعد من اهم اسباب نجاح التدريسي في الصف الدراسي (1: 2002، 85)، وان نجاح عضو هيئة التدريس مع الطلبة يعتمد بالدرجة الاساس على التعامل بشكل متساوي معهم أي لا توجد تفرقة بين طالب واخر في التعامل

للطالب بشكل صحيح ومفهوم من اجل تطوير جوانب الدرس اضعف الدرس بشكل كبير مما اعطى انطباع سلبي للعينة للاستجابة على هذه العبارة وان التقييم المستمر من قبل عضو هيئة التدريس بإجراء الامتحانات الشهرية المتكررة واليومية تضعف من قيمة الدرس ويكون المادة الدراسية هي فقط مادة امتحانيه وتقلل قيمة العمل بشكل صحيح في تطوير الدرس وكذلك ابتعاد عضو هيئة التدريس من التشجيع والثناء للطلاب في جميع المواقف ايضا تضعف قيمة الدرس بشكل كبير وتؤدي الى ان يكون الدرس ممل وليس ذي جودة صحيحة وان الاهتمام الصحيح برغبات وميول الطلبة ليس في جانب الدرس فقط هو نوع من اساليب تطوير الدرس وبالتالي فان يؤدي الى تأثير ايجابي له (4: 2019، 30)، هذا ما كان غير موجود عند اغلب اعضاء هيئات التدريس من خلال الاستجابات التي اعطاها الطالب .

#### 4-الخاتمة:

على ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحث التالي:

- 1-التوصل الى اعداد استبانة مهارات ادارة الصف الدراسي مكون من (3) مجالات و (19) عبارة .
- 2-يتمتع اعضاء هيئة التدريس بمهارات ادره الصف مختلفة في مجال القيادة الصفية .
- 3-هنالك ضعف في مهارات ادارة الصف الدراسي في مجال التخطيط للدرس .
- 4-هنالك ضعف في مجال مهارات ادارة الصف الدراسي في مجال الاهتمام بالطالب .

على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحث يوصي بالتالي:

- 1-ضروري وجود تقويم مستمر لأعضاء الهيئة التدريسية من قبل الكلية للوقوف على جوانب القوة والضعف لديهم .
- 2-ضرورة ادخال عضو هيئة التدريس بدورات وورش عمل لتعلم مهارات الاتصال الفعال مع الطلبة .
- 3-ضرورة الاعتماد على استجابات العينة في تحديد المهارات الضرورية توافرها لدى عضو هيئة التدريس .
- 4-التعرف على اهم المعوقات التي تعيق عمل عضو هيئة التدريس في ادارة الصف الدراسي .

من خلال مراعاة للفروق الفردية بينهم إذ ان هنالك فروق في الذكاء والاستيعاب الدراسي من خلال اعطاء الوقت الكافي للطلبة لفهم المادة بشكل صحيح وهذا ما يؤثر بشكل ايجابي على العلاقة بين التدريسي والطالب وهذا ما جعل هذا المجال يحصل على ترتيب جيد وبوسط حسابي اعلى من الفرضي .

#### 3-2-2 مناقشة مجال التخطيط للدرس: من خلال

جدول (4) يتبين ان الوسط الحسابي لمجال التخطيط للدرس في مقياس مهارات الادارة الصفية قد حصل على متوسط بلغ (14.63) وبدرجة انحراف بلغت (1.23) ومن خلال المقارنة (الحسابي والفرضي) تبين ان هنالك فرقا دال احصائيا بين الوسطين ولصالح الوسط الفرضي وهذا يدل على ان مجال الاهتمام بالطالب من قبل عضو هيئة التدريس غير فعال وغير مجدي إذ ان اغلب الاجابات جاءت بهذه الصورة إذ عضو هيئة التدريس خطط سابقة للدرس قبل الشروع بتنفيذه تكون ضعيفة ولا يضع الخطط للدرس قبل الشروع بالعمل وهذا ما جاءت الاجابات ضعيفة لهذه العبارة وكذلك ان الربط بين مادة الدراسة تكون ضعيفة جدا من قبل عضو هيئة التدريس وأما ما يعتمد على الشرح المعقد والغير مبسط مما يؤدي الى عدم فهم المادة الدراسية وعدم التدرج بالمادة من السهل للصعب (6: 2009، 397). وان اغلب الصعوبات التي تواجه الباحث هي عدم الشرح بشكل صحيح للمادة الدراسية بشكل مفهوم مما يؤثر سلبا على مستوى القاعة الدراسية والطلبة وكذلك عدم مراعاة للفروق الفردية بين الطلبة ادى ان تكون الاستجابات لهذا المجال ضعيفة .

#### 3-2-3 مناقشة مجال الاهتمام بالطلبة: من خلال

جدول (4) يتبين ان الوسط الحسابي لمجال الاهتمام بالطلبة في مقياس مهارات الادارة الصفية قد حصل على متوسط بلغ (13.56) وبدرجة انحراف بلغت (1.12) ومن خلال المقارنة (الحسابي والفرضي) تبين ان هنالك فرقا دال احصائيا بين الوسطين ولصالح الوسط الفرضي إذ ان إعطاء الفرصة للطلبة في الدرس من اجل المشاركة في تطوير الخطط الدرس من خلال الاستماع الى افكارهم لم تكن متوفرة بشكل كبير لدى عضو هيئة التدريس مما اثر سلبا على استجابات العينة على هذه العبارة ويرى الباحث ان عدم استماع عضو هيئة التدريس

5-وضع برامج مقترحة لتفعيل المهارات الادارة لدى عضو هيئة التدريس وفق معايير التميز الاوربي .

### المصادر:

- [1]خضير كاظم حمود؛ السلوك التنظيمي، ط1: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2002).
- [2]صباح حمزة العجيلي؛ القياس والتقويم التربوي، ط3: (جامعة صنعاء، اليمن، مركز التربية للطباعة والنشر، كلية التربية، 2005).
- [3]عبد الرحمن احمد سيف؛ وظائف القائد الناجح، ط1: (القاهرة، دار المعتز للنشر والتوزيع، 2017).
- [4]عدي غانم محمود الكواز؛ الادارة الرياضية: (دار نون للنشر، الموصل، 2019).
- [5]محبوب إبراهيم ياسين؛ الاختبارات والمقاييس في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة: (بغداد، دار الدكتور للعلوم الإدارية والاقتصادية، بغداد، 2015).
- [6]محمد عيود الحراشة، محمد قاسم مقابلة؛ درجة ممارسة وظائف العملية الادارية لدى رؤساء الاقسام في مديريات التربية والتعليم في الاردن: (منشور في وقائع مجلة جامعة دمشق، المجلد 25، العدد 43، 2009).
- [7]نادر فهمي الزبود: مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط3: (عمان، دار الفكر العربي للنشر، 2005).



**الملاحق:**

الملحق (1) يوضح أسماء الخبراء الذين عرض عليهم مقياس البحث

ت	الاسم	اللقب	التخصص	مكان العمل
1	خالد اسود لايج	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة المثنى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	محمد فاضل مصلح	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	سلام حنوش رشيد	أ.د.	الإدارة الرياضية	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الاساسية
4	صلاح وهاب شاكر	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	ياسين علي خلف	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة الانبار/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	غزوان عزيز محسن	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة واسط/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	ثامر حماد رجة	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	بهاء صالح	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة القادسية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	رنا تركي ناجي	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة المستنصرية/ كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	ابراهيم فيصل	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة تكريت/ كلية التربية الاساسية
11	عمر نوري عباس	م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة المستنصرية/ كلية التربية الاساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملحق (2) يوضح الاستبانة بشكلها النهائي لمقياس مهارات الادارة الصفية

ت	العبارة	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل
1	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على ادارة الصف بشكل فعال			
2	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على الاقتناع بشكل جيد للطلبة			
3	يعمل عضو هيئة التدريس التعامل مع الطلبة بشكل متساوي			
4	يراعي عضو هيئة التدريس الفروق الفردية بين الطلبة			
5	يتم تقييم الطلبة من قبل عضو هيئة التدريس بشكل موضوعي ويبعد عن التحيز			
6	يعطي عضو هيئة التدريس الوقت الكافي لفهم الطلبة بشكل صحيح			
7	يؤثر عضو هيئة التدريس بالتأثير بشكل مباشر في الطلبة			
8	يضع عضو هيئة التدريس خطط سابقة للدرس قبل الشروع بتنفيذه			
9	لدى عضو هيئة التدريس القدرة على تبسيط المادة بشكل بسيط وغير معقد			
10	يمتلك عضو هيئة التدريس القدرة على شرح المواد الدراسية بشكل مفهوم			
11	عضو هيئة التدريس يراعي الفروق الفردية في الاسئلة المطروحة من قبله			
12	يمتلك عضو هيئة التدريس استراتيجية واضحة ومفهومة للمادة الدراسية			
13	يوظف عضو هيئة التدريس جميع قدراته في اقبال المادة الدراسية للطلبة			
14	إعطاء الفرصة للطلبة في الدرس من اجل المشاركة في تطوير الخطط الدرس من خلال الاستماع الى افكارهم			
15	يتم تقييم الطلبة بشكل موضوعي من خلال الامتحانات الشهرية واليومية			
16	تحفيز الطلبة بشكل صحيح من خلال عبارات التشجيع والثناء			
17	يهتم عضو هيئة التدريس برغبات واتجاهات الطلبة بشكل يومي			
18	يفسح المجال اما الطلبة في التعبير عن رغباتهم وميولهم بشكل واضح وصحيح			
19	يعمل عضو هيئة التدريس على اعطاء الطلبة درجات تشجيعية لغرض زيادة فعاليتهم			



## أثر نموذج التعلم التوليدي في اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات

ا.د. قصي حازم محمد عبد الرحمن<sup>1</sup> الباحث عمر جليل هاشم<sup>2</sup>

كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل<sup>1</sup>

كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> mailto:pdr.qusayhazem@uomosul.edu.iq, <sup>2</sup> omarjaleel020@gmail.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الحالي الى:

- التعرف على القدرة في اتخاذ القرار لقانون كرة القدم الصالات لدى طلاب المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية جامعة الموصل.

- التعرف على اثر نموذج التعلم التوليدي في اتخاذ القرار لقانون كرة القدم الصالات لدى طلاب المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية جامعة الموصل وافترض الباحثان ما يلي:

- وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القدرة على اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات.

واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث الحالي، واشتملت عينة البحث على طلاب المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية -جامعة الموصل للعام الدراسي 2022/2021، واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) للتوصل الى نتائج البحث. واستنتج الباحثان ما يلي:

- حقق الأسلوب المتبع وانموذج التعلم التوليدي تطورا في القدرة على اتخاذ القرار في قانون لعبة كرة قدم الصالات.

- تفوق انموذج التعلم التوليدي على الأسلوب المتبع في القدرة على اتخاذ القرار وذلك في الاختبارات البعدية.

وأوصى الباحثان ما يلي:

- ضرورة تطبيق الأساليب الحديثة في عملية التدريس وخاصة التي تنمي الجوانب المعرفية للمناهج الدراسية.

- ضرورة توجيه التدريسيين الى تطبيق أساليب تدريسية متنوعة في عملية التدريس وخاصة التي تنمي الجانب المعرفي.

- فتح دورات تدريبية لتطوير الجانب الادائي للتدريسيين لاستخدام الأساليب التدريسية.

**الكلمات المفتاحية:** التعلم التوليدي - اتخاذ القرار - قانون لعبة - كرة قدم - الصالات.

## 1-المقدمة:

الفردية بينهم، إذ غالبا ما تستخدم الأساليب التقليدية التي تعتمد على الالتقاء من المدرس والاستماع من الطالب، دون مراعاة أمور خاصة بهم ومنها قدراتهم والتي تؤثر على مستوى تحصيلهم المعرفي وصعوبة اتخاذ القرارات المناسبة وخاصة في الحالات التحكيمية مع الاخطاء القانونية التي تحدث في المباراة.

هذا فضلا عن ملاحظة بعض المشاكل في صفوف الطلبة وهي تدني القدرة على اتخاذ القرار بشكل عام للمواد الدراسية المعرفية ولقانون كرة قدم الصالات بشكل خاص وهذا يعود لعدد من الاسباب وكما ذكر الباحثان فمنها طرائق وأساليب التدريس التي تتصف بالتلقين والنمطية، وحيث ان مادة قانون كرة الصالات تحتاج الى الفهم والادراك ليكون المتعلمين قادرين على تطبيق مواد القانونية عند ممارسة اللعب داخل الصف الدراسي أو التحكيم للمباريات بعد التخرج من الكلية وفي مواقع وحالات تحكيمية مختلفة، فضلا عن ضعف قدرات الطلبة على التفكير الصحيح وبالتالي سوف يؤدي الى الضعف في القدرة على اتخاذ القرار الصحيح للمواقف التي سوف تواجههم في المواقف التعليمية والتحكيمية اللاحقة.

ومن هنا وجدت مشكلة البحث الحالي للإجابة عما يلي:

-هل ان لأنموذج التعلم التوليدي أثر في القدرة على اتخاذ القرار لقانون كرة قدم الصالات لدى طلبة المرحلة الدراسية الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل؟

### هدفا البحث:

1-الكشف عن الفروقات بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية في القدرة على اتخاذ القرار لعبة كرة قدم الصالات.

### فرضا البحث:

1-وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في التحصيل القدرة على اتخاذ القرار لعبة كرة قدم الصالات.

### مجالات البحث:

المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية -جامعة الموصل.

يتطلب الارتقاء بمستوى التربية والتعليم من المدرس أن يتجاوز دور الناقل للمعلومات والمعارف إلى دور جديد يمنح فيه فرصاً حقيقية للمتعلمين في اشراكهم فعليا في نشاطات الدرس المختلفة، ولا شك أن هذا الامر يستوجب ايجاد وتطبيق نماذج تدريسية تأخذ بعين الاعتبار رغبات ودوافع المتعلمين وقدراتهم في تحقيق ما يمكن تحقيق من اهداف الدرس فضلا عن تنمية. يعد انموذج التعلم التوليدي أحد النماذج التعلم الحديثة، فهو عبارة عن انموذج تعلم وتعليم في آن واحد، إذ يشارك الطلاب في الأنشطة والتمريبات بفعالية كبيرة، من خلال بيئة تعليمية غنية ومتنوعة، لذا فإن هذه الانموذج يقوم على التعلم، من أجل الفهم أو التعلم القائم على المعنى، وذلك من خلال ربط الخبرات السابقة للتعلم بخبراته اللاحقة، وتكوين ارتباطات وعلاقات بينهما، وأن التعلم من خلال عمليات توليدية يستخدمها في تعديل التصورات البديلة والمفاهيم الخاصة في ضوء المعرفة العلمية الصحيحة (ظهيرة: 2009، 66).

ومن خلال خبرة الباحثان وملاحظاتهم للعلمية التعليمية لهذه المادة، فقد لاحظوا أن الكثير من المدرسين لا يتبعون النماذج التدريسية الحديثة وتطبيقها في مجال التدريس والتعليم للدروس العملية، وإنما الاعتماد فقط على الإلقاء من المدرس والاستماع من الطالب في العمليات التعليمية، في حين أن النماذج الحديثة تشجع على عملية التعليم والتعلم في آن واحد، ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال إسهامه في تزويد مدرسي التربية الرياضية بأنموذج التعلم التوليدي، الذي قد يساعدهم في زيادة التحصيل المعرفي لقانون كره القدم الصالات وتنمية القدرة على اتخاذ القرار لطلبتهم في المجال الرياضي.

### مشكلة البحث:

بعد اطلاع الباحثان على مجموعة من البحوث والدراسات السابقة في تدريس المواد القانونية للألعاب الجماعية بصورة عامة وقانون لعبة كرة قدم الصالات بصورة خاصة، فقد لاحظ قلة استخدام استراتيجيات التدريس الحديثة والتي تستخدم في تعليم المفاهيم او المواد القانونية الخاصة بهذه اللعبة والتي لا تلي طموح واندفاع وقابليات المتعلمين، او معالجة الفروق

الجدول (1) يبين مجموعتي البحث والاسلوب والاثموزج التدريسي الذي سوف يطبق على كليتهما

العدد النهائي بعد الاستيعاد	الطلاب المستيعدون	العدد الكلي	استراتيجية التدريس	مجموعتي البحث	القاعة الدراسية
15	13	28	اسلوب التدريس المتبع	المجموعة الضابطة	الأولى
15	15	30	أتموزج التعلم التوليدي	المجموعة التجريبية	الثانية
30	28	58	المجموع		

**2-3 التصميم التجريبي للبحث:** استخدم الباحثان

التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعتين المتكافئتين) العشوائية الاختبار ذات الملاحظات القبلية والبعديّة المحكّمة الضبط. (علاوي وراتب: 1999، 30)

**2-4 مصادر البيانات:** استخدم الباحثان عدة مصادر لجمع البيانات وهي: (المراجع والمصادر العلمية، الاستبيان، المقابلات الشخصية 4-الدراسات السابقة).

**2-5 أدوات جمع البيانات:** اختبار القدرة على اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات.

**2-6 عملية اتخاذ القرار:** عملية الاختيار الواعي بين البدائل المتاحة في موقف ما، واختيار أفضل البدائل بعد دراسة النتائج المترتبة على كل بديل أو خيار، وأثرها في الأهداف المراد تحقيقها، يتم رصد من الذي اتخذ القرار للمساعدة في اتخاذ القرار الصحيح(حبيب: 2003، 3).

ويضيف (قطامي، 2010) عملية اتخاذ القرار من العمليات المعقدة فليست كل القرارات سهلة أو واضحة ويشير الباحثان إلى أنه على الرغم من أن اتخاذ القرار هو عملية معرفية إلا أن الاتجاهات ومنظومة القيم والحالة الوجدانية فضلا عن العوامل الاجتماعية المحيطة بالفرد تؤثر على عملية اتخاذ القرار بشكل مباشر أو غير مباشر(قطامي: 2010، 312).

ولتحديد مقياس متلائم مع مشكلة البحث وعينته، اطلع الباحث على عدد من الدراسات والمصادر العلمية ذات العلاقة بالدراسة الحالية، واعتمد على مقياس (علي، 2020) الذي يقيس تنمية القدرة على اتخاذ القرار لأن كون هذا المقياس قد اعد حديثاً في دراسة تتشابه مع الدراسة الحالية وفي الاختصاص نفسه (طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة)، فضلا عن انه قد طبق على عينة تشابه عينة الدراسة الحالية (طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت)، وفي دراسة تشابه عينة

**المجال الزمني:** للفترة من 2021/10/19 ولغاية 2022/1/4  
**المجال المكاني:** القاعات الدراسية والقاعة الرياضية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية-جامعة الموصل.

**2-إجراءات البحث:**

**2-1 منهجية البحث:** استخدم الباحثان المنهج (وصفي-تجريبي) لملائمته لمشكلة البحث وتجربته.

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** حدد مجتمع البحث بطريقة عمدية تمثل بطلبة المرحلة الدراسية الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل للعام الدراسي 2022/2021 وان من اسباب هذا التحديد هو أن هذه المادة الدراسية (كرة قدم الصلات) تدرس لهذه المرحلة من ضمن المواد للفصل الدراسي الاول لها، ومجموع طلبة هذه المرحلة (58) طالب وطالبة توزعوا على قاعتين دراسيتين، إذ كان عدد طلبة القاعة الاولى (28) والثانية (30)، ولتحديد الأسلوب والاثموزج لكل قاعة دراسية، تم تطبيق عملية القرعة البسيطة، اذ سوف تدرس القاعة الدراسية الأولى على وفق الاسلوب المتبع لمدرس المادة والقاعة الدراسية الثانية سوف تدرس على وفق اتموزج التعلم التوليدي، ولتلافي المؤثرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث، استبعد الباحثان عدداً من الطلبة ومن كلا القاعتين الدراسيتين كليهما للأسباب الآتية:

1-طالبات كلا القاعتين والبالغ عددهن (25) طالبة، (12) طالبة من القاعة الدراسية الأولى و (13) طالبة من القاعة الدراسية الثانية، لان مادة كرة قدم الصالات تدرس للطلاب فقط.

2- (1) طالب من القاعة الدراسية الاولى و(2) طالب من القاعة الدراسية الثانية وذلك بسبب عدم انتظامهم بالدوام الرسمي وعدم تطبيق اختبارات التكافؤ والاختبارات القبلية. وبذلك تكونت عينة البحث من (30) طالباً إذ يشكلون نسبة (51.72%) من مجتمع البحث، والجدول (1) يبين مجموعتي البحث اللتين سوف تطبقان على المجموعتين واعداد الطلبة الكلي والمستيعدين والعدد النهائي بعد الاستيعاد.



-**المتغير التابع:** هو نوع السلوك الناتج عن تأثير المتغير المستقل. والمتغير التابع هو:

-**القدرة على اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات.**

-**المتغيرات غير التجريبية (الدخيلة):** من أهم المتغيرات التي تهدد السلامة الداخلية والخارجية:

**أولاً: السلامة الداخلية:** تؤخذ هذه المتغيرات الدخيلة التي لا يستطيع الباحث ملاحظتها أو قياسها ولكنه يفترض وجودها بعين الاعتبار عند مناقشة النتائج وتفسيرها، لذا يجب تحديدها والسيطرة عليها، وهذه المتغيرات غير التجريبية التي تؤثر في السلامة الداخلية للبحث هي:

-**ظروف التجربة والعوامل المصاحبة:** ويقصد به وقوع أية حادثة ليست جزءاً من المعالجة التجريبية إذ يكون لها تأثير محتمل على المتغير التابع، إذ لم يحدث أي شيء أثر في إجراءات تطبيق تجربة البحث.

-**العمليات المتعلقة بالنضج:** تم استبعاد هذا المتغير فهم لان أفراد كلا المجموعتين يتعرضون إلى عمليات النمو نفسها وهذا حد من تأثير هذا المتغير في المتغير التابع.

-**القياس:** تم استبعاد أثر هذا المتغير وذلك بعد اعتماد الباحثان على أدوات لقياس متغيرات البحث موحدة لكلا المجموعتين، وبهذا الاجراء فقد تحققت الموضوعية في اختيار وتحديد الأدوات الخاصة لقياس متغيرات البحث.

-**الفرق في اختيار الأفراد:** الباحثان استبعدوا أثر هذا المتغير بسبب قيام الباحثان باختيار أفراد العينة من مجموعتين متكافئتين إحصائياً فضلاً عن أن هاتين المجموعتين تنتميان إلى بيئة دراسية واحدة.

**ثانياً: السلامة الخارجية للتصميم:** تتحقق السلامة الخارجية للتصميم عندما يتمكن الباحثان من تعميم نتائج بحثها خارج نطاق عينة البحث في مواقف تجريبية مماثلة.

-**أثر الإجراءات التجريبية:** اتفق الباحثان مع مدرس المادة (م. دلددار امين نافخوش: قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل) على ضرورة عدم إخبار الطلبة بطبيعة البحث وأهدافه منذ بداية التجربة والاختبارات القبلية حتى نهايتها لضمان استمرار نشاطهم وتعاملهم مع التجربة بشكل طبيعي بحيث لا يؤثر في سلامة النتائج ودقتها.

الدراسة الحالية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية - جامعة الموصل.

ويتكون المقياس من (30) فقرة، وقد استحصل المقياس على الاسس العلمية له في الدراسة السابقة من تكيف للمقياس و فقراته وصدق للفقرات وثباته، فضلاً عن معاملات تمييز الفقرات والاجابة على فقراته وفق (3) بدائل لكل فقرة، وتحتسب الدرجة بالبدايل (تطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي)، والدرجات (1,2,3) للفقرات الإيجابية، والدرجات (1,2,3) للفقرات السلبية، لذا تعد الدرجة العليا (90) درجة، والدرجة الدنيا (30) درجة للإجابة على فقرات المقياس ودرجة المتوسط الفرضي له هي (60) درجة، وسوف تمنح فترة زمنية مقدارها (30) دقيقة للإجابة على فقراته، ويوضح الملحق (2) مقياس تنمية القدرة على اتخاذ القرار بصورته النهائية.

## 2-7-1 التكافؤ في مقياس اتخاذ القرار: طبق الباحثان

هذا الاختبار في يوم الخميس الموافق 2021/10/20 وفي الساعة (10,30) العاشرة والنصف صباحاً للمجموعتين كلتيهما، مع مراعاة الإجراءات في عملية تطبيق الاختبارات، والزمن المحدد لوقت الاجابة (60 دقيقة)، علماً أنها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ويعد هذا الاجراء كاختبار قبلي لمجموعتي البحث.

الجدول (3) يبين التكافؤ بين افراد مجموعتي البحث في الاختبار القبلي للقدرة على اتخاذ القرار

المجموعتان	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T قيمة	(sig)
المجموعة الضابطة	15	67,45	6,24	0,36	0,78
المجموعة التجريبية	15	68,35	5,95		

يتبين من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في اختبار القدرة على اتخاذ القرار، وعد هذا الاجراء كاختبار قبلي لمجموعتي البحث.

## 2-8 تحديد متغيرات البحث وكيفية ضبطها: تصنف

متغيرات البحث إلى ثلاثة أنواع هي:

-**المتغير المستقل:** هو العامل أو السبب الذي يطبق لمعرفة أثره في النتيجة.

والمتغير المستقل في التجربة الحالية للبحث هو (انموذج التعلم التوليدي).

حدث كان في الجزء الرئيس من الدرس إذ طبقت الاجراءات الخاصة بعملية تنفيذ الدرس على وفق اجراءات كل من انموذج التعلم التوليدي والأسلوب المتبع.

وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرض الباحثان انموذج من هذه الخطط على مجموعة من السادة المختصين في مجال طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة لبيان آرائهم السديدة في صلاحيتها، الملحق (1)، وبعد استعادة الاستبيان الخاص بها تبين موافقتهم على هذا الانموذج من الخطط ومحتوياتها التعليمية مع إجراء بعض التعديلات عليها وقدموا للباحثين عدداً من الملاحظات التي تم الأخذ بها في ضوء آرائهم وتوجيهاتهم ومقترحاتهم السديدة، ويوضح الملحق (2) أنموذج للخطط المعدة بصورته النهائية على وفق انموذج التعلم التوليدي.

## 2-10 التجربة الاستطلاعية للخطط التعليمية

**للمجموعة التجريبية:** طبق مدرس المادة وبحضور الباحثان هذه التجربة وذلك على شكل محاضرة تعريفية للطلاب المشاركين بتجربة البحث وذلك يوم الاحد الموافق 2021/10/10 وذلك لغرض توضيح ما يلي: -توضيح هذا الانموذج ومفهومه وكيفية تطبيقه في المحاضرات الحضورية والعملية.

-تهيئة كافة الاجهزة والأدوات التي يجب توافرها.

-الإجابة عن كافة الأسئلة التي تطرح من قبل الطلاب.

ومن نتائج التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

1-اندفاع الطلبة الإيجابي نحو تطبيق الخطة التي أعدت على وفق الانموذج.

2-إيجابية المدرس في تطبيق الخطة التعليمية.

3-ضرورة تواصل الباحثان مع مدرس المادة لتطبيق المحاضرات أن كانت حضورية او عملية.

## 2-11 تجربة البحث الرئيسية:

تم تطبيق تجربة البحث الرئيسية من يوم الثلاثاء الموافق 2021/10/26 لغاية يوم الثلاثاء الموافق 2021/12/28. فقد درس مدرس المادة مجموعة البحث وطبق الإجراءات الخاصة بالأنموذج على وفق للخطط المعدة وبواقع خطة تدريسية أسبوعياً، علماً أن تجربة البحث نفذت على وفق ما يأتي:

**-المادة التعليمية المعرفية لقانون لعبة كرة قدم الصالات:** تم اختيار المادة التعليمية المعرفية من كتاب القانون الدولي للعبة كرة قدم الصالات وهو كتاب يدرس لطلبة اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة/كليات التربية الأساسية، وبعد إجراء عدد من المقابلات الشخصية مع مدرس المادة واطلاعه بصورة تفصيلية على الانموذج التدريسي الذين سوف يتم تطبيقه في تجربة البحث الحالي وتقديم له الخطط التعليمية وإجراءات تطبيقها فقد أبدى استعداده لتنفيذ تجربة البحث.

**-المدة الزمنية للتجربة:** تمت السيطرة على هذا المتغير إذ كانت فترة التجربة متساوية لكلا المجموعتين، إذ بدأت التجربة يوم الثلاثاء الموافق 2021/10/26 وانتهت يوم الثلاثاء الموافق 2021/12/28، واستغرق تنفيذ التجربة (10) أسابيع، وبلغ زمن الخطة التعليمية الواحدة (90) دقيقة بواقع خطة تعليمية واحدة في الأسبوع.

**-مكان تطبيق المحاضرات:** تلقى طلاب المجموعتين محاضراتهم النظرية في قاعات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، اما المحاضرات العملية فتم تطبيقها في القاعة الرياضية الخاصة بالقسم.

**-توزيع المحاضرات:** وزعت المحاضرات للمادة الدراسية من رئاسة القسم بحسب الجدول الدراسي للمرحلة الدراسية الثالثة، إذ كان وقت المحاضرات لمجموعتي البحث على وفق ما يأتي:

**-المجموعة الضابطة:** يوم (الثلاثاء) من كل اسبوع -الساعة (10.30) صباحاً.

**-المجموعة التجريبية:** يوم (الثلاثاء) من كل اسبوع -الساعة (8.30) صباحاً.

## 2-9 الخطط التعليمية الخاصة بأنموذج التعلم

**التوليدي:** لتطبيق تجربة البحث الحالي اعد الباحثان الخطط التعليمية الخاصة بالمتغير المستقل لتطبيقها على المجموعة التجريبية، إذ تمت الاستعانة بالكتاب المنهجي لمادة قانون كرة قدم الصالات، وتضمنت هذه الخطط (10) خطط بحسب المنهاج الدراسي المقرر للمادة، وبواقع خطة دراسية في الأسبوع، ويتحدد زمن الخطة التعليمية الواحدة ب (90 دقيقة)، علماً أن المادة الدراسية التي تدرس لكلا المجموعتين هي نفسها، إذ وحد الاجراء الخاص بالإجراءات الإدارية، ألا ان الاختلاف الذي

**4-طور التطبيق:** هدف هذه المرحلة هو تطبيق المفاهيم الخاصة بالأهداف التعليمية لحل المشكلات التي قد يتسبب بها الطلبة او عدم الفهم الكامل للأسئلة والوصول للحلول الصحيحة عن الأسئلة وإيجاد حلول لهذه الأهداف في تطبيقها على أرضية الملعب وهذا مما يساعد على توسيع معارف ومدارك الطلبة.

بعد تطبيق هذه الإجراءات الخاصة بأنموذج التعلم التوليدي فالمدرس سوف يمنح وقت لممارسة اللعب، إذ يعمل على تقسيم القاعة الدراسية الى مجموعتان داخل القاعة الرياضية وممارسة اللعب والمدرس هومن يقوم بعملية التحكيم للمباراة في الخطط التعليمية الأولى، ثم تدريجيا ينتقل التحكيم الى الطلبة.

### **2-11-2 الاختبار البعدي الخاص باتخاذ القرار:**

طبق هذا الاختبار في يوم الثلاثاء الموافق 2022/1/4 وفي الساعة (10.30) العاشرة والنصف صباحا للمجموعتين كليهما، مع مراعاة الظروف والإجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبلية والزمن المحدد علماً أنها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### **2-12 الوسائل الإحصائية:** استخدم الباحثان الحقيبة

الإحصائية (SPSS 25) للتوصل الى نتائج البحث.

### **3-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**

### **3-1 عرض وتحليل ومناقشة فرضية البحث الأولى:**

وجود فرق ذا دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في القدرة على اتخاذ القرار لقانون لعبة كرة قدم الصالات ولمصلحة نتائج اختبار المجموعة التجريبية. وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (t) للعينات المستقلة للتعرف على الفروق الإحصائية بين متوسط درجة تنمية القدرة على اتخاذ القرار للمجموعتين الضابطة والتجريبية، والجدول (4) يبين ذلك.

### **2-11-1 المجموعة التجريبية (نموذج التعلم**

**التوليدي):** هناك مجموعة من الخطوات الأساسية التي يجب أن يتبعها كل من المدرس والطالب لتطبيق انموذج التعلم التوليدي وبإمكان المدرس أن يقلل منها او يزيد عليها حسب ما يتناسب والظروف المحيطة (بيئة التعلم)، لذا تتم عملية تطبيق الدرس وفق هذا الانموذج كما يلي:

**1-الطور التمهيدي:** الهدف من هذه المرحلة هو التمهيد للدرس من خلال المناقشة مع الطلبة والتي تعتمد على الحوار وطرح الأسئلة عما يلي:

-ما هي القياسات القانونية لملاعب كرة قدم الصالات الدولية واجزائه.

-ما هي مواصفات وقياسات كرة اللعب.

-كم يبلغ زمن اللعب؟ إشارة النهاية، الوقت المستقطع.

وتكون الإجابة من الطلبة أما لفظية أو في دفتر الملاحظات الخاص بكل طالب، حيث يعمل الطالب هنا على تسجيل الإجابات كافة على الأسئلة المطروحة من مدرس المادة ويلاحظ اهم الأمور التي يطرحها المدرس قبل البدء بالإجابة على الأسئلة ويمكن الإجابة عنها لفظيا وفق المناقشة الحوار.

### **2-الطور التركيزي:** المدرس يوزع الطلبة الى مجموعات والتي

قد سبق تحديدها في القسم الاعدادي من الدرس والمدرس يعمل على ربط بين المعرفة السابقة بالمعرفة المطلوب الوصول اليها، ويركز العمل على المفاهيم المستهدفة مع توضيح المطلوب تحقيقه من اهداف الدرس، وأتاحه الفرص للنقاش والحوار بين المجموعات وهنا يمر الطلبة بخبرة المفهوم.

### **3-الطور المتعارض (التحدي):** في هذا الطور يقوم المدرس

بمناقشة موضوع الدرس بالكامل مع الطلبة مع اتاحة الفرصة لهم للأدلاء بملاحظاتهم وفهمهم، ويعمل على عرض الصور التوضيحية للملعب وقياساته الدولية ويمكن شرح هذه الأمور على أرضية الملعب، وكذلك عرض نموذج لكرة قانونية، ثم يشرح زمن اللعب وإشارة نهايته وكذلك الوقت المستقطع.

وفي حالات أخرى يمكن عرض الأهداف الواجب تعلمها بواسطة عرض الأفلام الفيديو او يتم تطبيق الحالات القانونية بتطبيقها حيا مع الطلبة.

بموقع القوة أو السلطة وتعد التعريفات التي ظهرت لعملية اتخاذ القرار وكان لكل منه وجهة خاصة إذ يشير (الزهراني، 2008) (إلى أن اتخاذ القرار هو عملية المفاضلة بين الحلول البديلة والمتاحة واختيار أكثر هذه الحلول صلاحية لتحقيق الهدف ولحل المشكلة)(الزهراني: 2008، 7)، ويذكر (الوائلي، 2012) اطرار انموذج التعلم التولدي من العوامل الاساسية لتحقيق الهدف المعرفي لدى المتعلمين فضلا عن تنمية عملية اتخاذ القرارات الخاصة بقانون اللعبة، فعندما يطبق مدرس المادة لهذه القرارات والتي تبدأ بالطور التمهيدي والذي سوف يعمل على تهيئة المتعلمين للمناقشة والحوار وتفاعل المتعلمين بالإجابة اللفظية او الكتابة، ثم الانتقال الى طور التركيز وفيه سوف يقسم المتعلمين الى مجموعات صغيره للعمل معا لكي يتم الوصل بين المعرفة القديمة بالحديثة، الا ان الطوران الاخيران يعدان من الاطوار المهمة لأنه سوف يتم في عملية التطبيق لهما الى مناقشة المدرس للمتعلمين للمادة التعليمية وإتاحة الفرصة لهم لإبداء آرائهم وملاحظاتهم وفهمهم للأشطة التعليمية مع تقديم الوسائل التعليمية المناسبة لتحقيق ما هو مطلوب، ومن ثم تطبق هذه المفاهيم لحل المشكلات وإيجاد الحلول الناجعة وتطبيقها في مواقع اللعب المختلفة الأخرى، ويضيف (غباري، وأبو شعيرة، 2015) وتعد القرارات الجماعية هي تلك التي تتخذ بطريقة ديمقراطية ويشترك فيها متخذ القرار مع زملائه وأقرانه في العمل، إذ تتم فيها المناقشة وتبادل الآراء. (الوائلي: 2012، 62). وان هذا النوع من القرارات يكون أكثر حساسية وأكثر أهمية لأن القرار الفردي يخص متخذ القرار وحده فأن وقع في خطأ فالأمر يخص متخذ القرار وحده، مثلا الطالب عندما يختار الاختصاص او الجامعة فهذا امر محدود لكن إذا كان القرار يخص جمعا من الناس فيتضرر منه الآلاف أو عامة الناس كقرار الرئيس في مصلحة الأمة أو كحكم يتخذه القاضي بشأن متنازعين مختلفين فهذا أمر يحتاج المزيد من الحذر والتروي (غباري، وأبو شعيرة، 2015: 167). تتصف عملية اتخاذ القرار بالاستمرارية، اي انها تمتد عبر الزمن فهي تتصل بعوامل وأوضاع حصلت في الماضي يتم الوصول اليها في الحاضر من خلال الأعمال العقلية المتلاحقة ويمتد تأثيرها الى المستقبل، ويمكن تطوير عملية اتخاذ القرار لدى الأفراد فهي مهارة عقلية وعملية متعلمة وتدريب الفرد في كيفية اتخاذ القرار الصحيح من

الجدول (4) يبين المعالم الإحصائية للمقارنة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبار البعدي لتنمية القدرة على اتخاذ القرار

المعالم الإحصائية للاختبار	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحتسبة (sig)	نسبة الخطأ
		ع±	س±	ع±	س±		
اختبار تنمية القدرة على اتخاذ القرار	درجة	3.74	73.57	4.32	76.35	5.68	0.01

\*معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$

يتبين من الجدول (8) وجود فرق ذا دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث في الاختبار البعدي القدرة على اتخاذ القرار بدلالة مستوى الدلالة الأصغر من نسبة الخطأ البالغة (0.05) ولمصلحة نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بدلالة الوسط الحسابي الأعلى.

وبناءً على ذلك تقبل فرضية البحث التي تؤكد على وجود فرق ذا دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القدرة على اتخاذ القرار

لدى طلاب السنة الدراسية الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية ولمصلحة نتائج اختبار المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثان من أسباب ذلك ان النموذج التعلم التوليدي وعند عملية تطبيقه فان العملية التعليمية تمر بأربعة مراحل، فقد ساهمت هذه المراحل الى اكتساب المتعلم الخبرات المعرفية للمادة العلمية وذلك بعد التعرف على المشكلة ودراستها من قبل كل متعلم ثم تعاون المتعلمين فيما بينهم للوصول الى الحل الصحيح للمشكلة المطروحة، فضلا عن دور المدرس الفاعل في تطبيق هذه المراحل مع المتعلمين ومناقشتهم وتزويدهم بالتغذية الراجعة، فكل هذه الإجراءات وغيرها قد ساعدت على التوصل الى المعرفة بمواد قانون اللعبة ومن ثم بناء وتنمية القدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة المعرفية والعملية لمواد القانون للعبة.

ويذكر (قطامي، 2010) (ان عملية اتخاذ القرار من العمليات المعقدة فليست كل القرارات سهلة أو واضحة ويشير الباحثان إلى أنه على الرغم من أن اتخاذ القرار هو عملية معرفية إلا أن الاتجاهات ومنظومة القيم والحالة الوجدانية فضلا عن العوامل الاجتماعية المحيطة بالفرد تؤثر على عملية اتخاذ القرار بشكل مباشر أو غير مباشر)(قطامي: 2010، 312). وتعني كلمة القرار أن العقل يحدد أو ينهي أو يحل مشكلة ما أو يستقر على رأي ما، ويطلق مصطلح متخذ القرار على الطلاب الذي يكون

خلال تدريبه على التفكير النقدي والحساسية للمشكلات والتخطيط وتطوير قدرات البحث والاستقصاء وجمع المعلومات، أي ان المواد القانونية للعبة متنوعة ومتعددة ولغرض التوصل الى معرفتها بصورة نظرية وتطبيقها عمليا في حالات اللعب فأنها تحتاج الى انموذج تعليمي يعمل على تحقيق الهدف المعرفي ومن ثم تطبيقه وهذا سوف يعمل على اكتساب الثقة بالنفس ومن تتميتها في حالات اللعب اللاحقة.

#### 4-الخاتمة:

بعد التوصل الى نتائج البحث، فالباحثان استنتجا ما يلي:

- 1-حقق الأسلوب المتبع وانموذج التعلم التوليدي تطورا في التحصيل المعرفي في قانون لعبة كرة قدم الصالات.
- 2-تفوق انموذج التعلم التوليدي على الأسلوب المتبع في التحصيل المعرفي وذلك في الاختبارات البعيدة.

#### التوصيات:

- 1-الإفادة من هذا الانموذج لتطبيقه في فعاليات رياضية أخرى ضمن مناهج دراسية أخرى المعرفية والعملية.
- 2-توجيه أعضاء هيئة التدريس في القسم لتطبيق هذا الانموذج في المناهج الدراسية بصورة عامة والمناهج الدراسية العملية بصورة خاصة.
- 3-اجراء بحوث علمية بتطبيق أساليب او استراتيجيات حديثة ومقارنة نتائجها مع هذا الانموذج لاستبيان مدى فاعليته في عملية التدريس.

#### المصادر:

- [1] حبيب، مجدي (2003): اتجاهات حديثة في تعلم التفكير (استراتيجيات مستقبلية للألفية الجديدة)، ط2، القاهرة: دار الفكر.
- [2] خالد ضهيره (2009): أثر استخدام إستراتيجية التعلم التوليدي في علاج التصورات البديلة لبعض المفاهيم الرياضية لدى طالب الصف الثامن الأساسي، ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة
- [3] خالد محمد ابو شعيرة، ثامر احمد غباري (2015): صعوبة التعلم بين النظرية والتطبيق، عمان، الاردن: مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع ط1
- [4] الزهراني، عبد الرحمن (2008): اساليب التفكير وعلاقتها باتخاذ القرار (رسالة ماجستير غير منشورة)
- [5] قطامي، يوسف (2010): علم النفس التربوي النظرية والتطبيق، ط1، دار وائل للنشر، الأردن.
- [6] سعيد عبد الله الوائلي (2012): اساليب التدريس. ط1، القاهرة، عالم الكتب.

## الملاحق:

الملحق (1) يبين أسماء المختصين

الخطط التعليمية	عنوان	الاختصاص	اسم الخبير أو المختص	اللقب	ت
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	وليد وعد الله علي	أ.د.	1
.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل	طرائق تدريس	نوفل فاضل رشيد	أ.د.	2
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل	طرائق تدريس	ليث محمود البناء	أ.د.	3
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل	طرائق تدريس	صفاء ذنون أسماعيل	أ.د.	4
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	افراح ذنون يونس	أ.د.	5
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	ايداد محمد شيت	أ.د.	6
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	سلوان خالد محمود	أ.م.د.	7
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	محمد سهيل نجم عبد	أ.م.د.	8
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	جمال شكري بسيم	أ.م.د.	9

الملحق (2) يوضح مقياس القدرة على اتخاذ القرار

عزيزي الطالب .....

بين يديك مقياس خاص لقياس اتخاذ القرار يتكون من (30) فقرة وتكون الإجابة عليه بوضع علامة (√) بجانب الفقرة وأسفل الاختيار الذي ينطبق عليك على وفق ما تجده يتطابق مع قابلية على اتخاذ القرار .... اقرأ الفقرة بتمعن ثم اجب عن كل فقرة بتمهل.

ملاحظات:

1- يرجى الإجابة على فقرات المقياس جميعها وتأكد ان لا تترك أي فقرة.

2- لا تتأثر بأي شيء من حولك، واجابتك هي مقياس لقابليتك على اتخاذ القرار لنفسك.

3- الاجابة بتمهل والتي سوف تكون خدمة للبحث العلمي.

ولكم كل الحب والاحترام

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي
1	اعمل على اتخاذ إجراءات مناسبة للموقف عند اتخاذ القرار			
2	بعد اتخاذ القرار أترجع عنها في اغلب الأحيان			
3	لا أترجع عند اتخاذ القرار الصحيح			
4	أمتلك القدرة على تحمل القرارات التي أتخذها			
5	هناك ردود افعال غير متوقعة عند اتخاذ القرار			
6	أتميز بمهارات على جمع المعلومات قبل اتخاذ القرار			
7	بإمكاني اتخاذ القرارات المتعلقة بمستقبلي الدراسي			
8	أتجنب اتخاذ القرار المصيرية			
9	أمضي قدماً عند اتخاذ قراراتي وان كانت خاطئة.			
10	قراراتي غير قابلة للمراجعة			
11	أعمل على تحويل العاملين معي على إصدار القرارات			
12	أتميز بالقدرة العالية على إصدار القرار المناسب			
13	من السهل اتخاذ أي قرار			
14	ليست لدي القدرة على اتخاذ القرارات الصعبة			
15	أعمل على تأخير إصدار القرارات دون مبرر			
16	أتميز بقدرة عالية على اتخاذ القرارات			
17	أصدر قراراتي بحرية تامة			
18	لدي قناعة بأن الآخرين أفضل مني في اتخاذ القرارات			
19	أتسرع في اتخاذ القرارات المهمة في حياتي			
20	أنفذ القرارات التي أتخذها على الفور			
21	قبل أن أقرر حل أية مشكلة أفكر فيها ملياً			

22	أتعصب لرأيي عند اتخاذ القرار
23	أتميز بقدرة عالية على تحديد المشكلة
24	أخشى المسؤولية عند اتخاذ القرار
25	قراراتي غير مبرمجة
26	أأخذ القرارات في الوقت المناسب
27	أراقب تنفيذ قراراتي باستمرار
28	أعتمد على الصدفة في اتخاذ القرارات
29	أعمل على تحديد الزمن بدقة عند تنفيذ القرار
30	حينما أخطئ في اتخاذ القرار لا أتحمّل مسؤولية الخطأ

الملحق (3) يوضح استبيان لجنة المختصين لتحديد صلاحية الخطط التعليمية

السيد المختص ..... المحترم

م/استبيان لجنة المختصين لتحديد صلاحية الخطط التعليمية

شرح الباحثان في الاجراءات الأولية لبحثهم الموسوم بـ ( أثر انموذج التعلم التوليدي في التحصيل المعرفي لقانون لعبة كرة قدم الصالات) وعلى عينة من طلاب المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل، وإن جزءاً من متطلبات إجراءاته هو تطبيق أنموذج التعلم التوليدي، والباحثان أعدوا انموذج لخطة الدرس على وفق هذا الانموذج، ولما ما تتمتعون به من اختصاص في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي، لذا يرجو الباحثان منكم تقديم المساعدة العلمية القيمة في بيان رأيكم السديد في صلاحية هذه الخطة وتعديلها لكي يتم تطبيقها على عينة البحث.

والله تعالى يوفق الجميع لخدمة العلم

الباحثان

الملحق (4) يوضح أنموذج لخطة تعليمية على وفق التعلم التوليدي

الخطة: الأولى

الأهداف التربوية:

تنمية اتخاذ القرار، التعاون، مهارات التفكير، المناقشة وتقديم الأفكار وإثارة الانتباه.

الأهداف التعليمية:

1-تعليم الطلبة قياسات ملعب كرة قدم الصالات القانونية الدولية وأجزائه.

2-تعليم الطلبة ازمنا للعب والوقت المستقطع، إشارة اليد وموصفات الكرة.

الأهداف السلوكية:

1-ان يذكر الطلبة القياسات القانونية الدولية لملاعب كرة قدم الصالات وأجزائه.

2-ان يبين الطلبة قياسات ومواصفات كرة اللعب زمن اللعب إشارة النهاية، والوقت المستقطع.

اقسام الخطة والزمن	النشاطات التعليمية	الملاحظات
المقدمة (5) دقيقة	تهيئة الأدوات الضرورية لإنجاز الخطة التعليمية. تهيئة التجهيزات اللازمة لتنفيذ خطة الدرس. التأكد من الحضور والغياب. تشكيل المجموعات الخاصة بتنفيذ الاعمال المطلوبة في القسم الرئيس من الدرس.	1-التأكد من كفاية الأدوات والتجهيزات اللازمة لتطبيق الخطة. 2-التأكد على الحضور المستمر للمحاضرات. 3-تقديم النصائح والارشادات للطلبة لمتابعة أجزاء المحاضرة والتفاعل معها بنشاط. 4-التحقق من تقسيم المجموعات بصورة متساوية العدد ومختلفة المستويات المعرفية.
القسم الرئيسي (60) دقيقة النشاط التعليمي	1-الطور التمهيدي (10 دقيقة): الهدف من هذه المرحلة هو التمهيد للدرس من خلال المناقشة مع الطلبة والتي تعتمد على الحوار وطرح الأسئلة عما يلي: -ما هي القياسات القانونية لملاعب كرة قدم الصالات الدولية واجزائه. -ما هي مواصفات وقياسات كرة اللعب.	مدرس المادة يعمل ما يأتي: -التأكد على الإصغاء للأسئلة. -الانتباه لما هو مطلوب من الإجابة. -عدم التسرع في اتخاذ القرار.

<p>-التفكير الصحيح للإجابة على الأسئلة المقدمة. -المناقشة والحوار بطريقة تربوية ومنظمة. -اللغة بين المعلم والطلاب هي الأداة النفسية للتفكير والتحدث والرؤية، وفي هذه المرحلة تتكشف المفاهيم.</p>	<p>-كم يبلغ زمن اللعب؟ إشارة النهاية، الوقت المستقطع. وتكون الإجابة من الطلبة أما لفظية أو في دفتر الملاحظات الخاص بكل طالب، حيث يعمل الطالب هنا على تسجيل الإجابات كافة على الأسئلة المطروحة من مدرس المادة ويلحظ اهم الأمور التي يطرحها المدرس قبل البدء بالإجابة على الأسئلة ويمكن الإجابة عنها لفظيا وفق المناقشة الحوار .</p>	<p>والتطبيقي</p>
<p>يعمل مدرس المادة ما يأتي: -التأكيد على التعاون والتوصل الإيجابي مع الاخرين. -تطبيق الحوار والمناقشة بين أعضاء المجموعة الواحدة. -العمل بروح الفريق في المجموعة. -التأكيد على الوصول الى الإجابات الصحيحة للأسئلة المقدمة.</p>	<p>2-الطور التركيزي (10) دقيقة: مدرس يوزع الطلبة الى مجموعات والتي قد سبق تحديدها في القسم الاعدادي من الدرس والمدرس يعمل على ربط بين المعرفة اليومية والمعرفة المطلوب الوصول اليها، ويركز العمل على المفاهيم المستهدفة مع توضيح المطلوب تحقيقه من اهداف الدرس، وأتاحه الفرص للنقاش والحوار بين المجموعات وهنا يمر الطلبة بخبرة المفهوم.</p>	
<p>يعمل مدرس المادة ما يأتي: -التأكيد على توفير بيئة تعليمية صافية مناسبة لتلائم الطلبة للعرض. -التأكيد على فهم الطالب ومحاولته لإيجاد الحلول الصحيحة للأسئلة. -التأكيد على النقاش العلمي السليم والهادف. -توفير الوقت الكافي للطلبة وإعطائهم التوجيهات اللازمة</p>	<p>3-الطور المتعارض (التحدي): (10) دقيقة: في هذا الطور يقوم المدرس بمناقشة موضوع الدرس بالكامل مع الطلبة مع اناحة الفرصة لهم للأدلاء بملاحظاتهم وفهمهم، ويعمل على عرض الصور التوضيحية للملعب وقياساته الدولية ويمكن شرح هذه الأمور على أرضية الملعب، وكذلك عرض نموذج لكرة قانونية، ثم يشرح زمن اللعب وإشارة نهايته وكذلك الوقت المستقطع. وفي حالات أخرى يمكن عرض الأهداف الواجب تعلمها بواسطة عرض الأفلام الفيديو او يتم تطبيق الحالات القانونية بتطبيقها حيا مع الطلبة.</p>	
<p>المدرس يساعد الطلبة في: -مساعدة الطلبة في التنظيم العقلي للخبرات التي حصل عليها الطلبة وربطها بخبرات سابقة مشابهة. تنظيم أفكارهم وتوجيههم نحو الحلول الصحيحة. التدريب على المهارات والسلوكيات الإيجابية، وهكذا يوسع الطلبة دائرة اهتماماتهم وميولهم.</p>	<p>4-طور التطبيق (10) دقيقة: هدف هذه المرحلة هو تطبيق المفاهيم الخاصة بالأهداف التعليمية لحل المشكلات التي قد يتسبب بها الطلبة او عدم الفهم الكامل للأسئلة والوصول للحلول الصحيحة عن الأسئلة وإيجاد حلول لهذه الأهداف في تطبيقها على أرضية الملعب وهذا مما يساعد على توسيع معارف ومدارك الطلبة.</p>	
<p>تأكيد مشاركة الجميع. تأكيد تطبيق ما تم تعلمه في النشاط التعليمي.</p>	<p>ممارسة اللعب: يقوم المدرس بتقسيم القاعة الدراسية الى مجموعتان داخل القاعة الرياضية وممارسة اللعب والمدرس هومن يقوم بعملية التحكيم للمباراة في الخطط التعليمية الأولى.</p>	<p>النشاط الحر 20 دقيقة</p>
<p>الانتباه إلى المدرس. الالتزام بالهدوء والنظام.</p>	<p>تنفيذ مهارة الغلق للمحاضرة. تمارين تهدئة + الانصراف.</p>	<p>القسم الختامي 5 دقيقة</p>







ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452



## أثر استراتيجيتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى طلبة المرحلة الثالثة

ا.د. قصي حازم محمد عبد الرحمن<sup>1</sup> الباحثة اسراء يسين حمادي<sup>2</sup>

كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل<sup>1</sup>

مديرية تربية نينوى<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> mailto:pdr.qusayhazem@uomosul.edu.iq, <sup>2</sup> Esraayaisse19@gmail.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الحالي الى:

-التعرف على واقع الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى عينة البحث .  
-التعرف على أثر استراتيجيتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى طلبة المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية /جامعة الموصل .  
وافترض الباحثان:

-وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى عينة البحث.  
-وجود فروق معنوية بين أثر أنموذج التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى عينة البحث .

استخدم الباحثان المنهج (الوصفي- التجريبي) لملائمته لطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث على طلبة المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل للعام الدراسي 2022/2021، واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) للتوصل الى نتائج البحث.  
واستنتج الباحثان ما يلي:

1- أثبت أنموذج التعلم المقلوب والوسائط المتعددة أثره في الأداء العملي للتمرينات البدنية لدى طلبة المرحلة الثالثة .

1- ان المجموعة التجريبية الأولى تفوقت على المجموعة التجريبية الثانية في الأداء العملي للتمرينات البدنية في الاختبار البعدي .

التوصيات:

1- ضرورة تطبيق الأساليب الحديثة في عملية التدريس للمناهج الدراسية النظرية والعملية ومنها الصف المقلوب .

2- تأهيل التدريسيين بدورات تطويرية لشرح وتطبيق الأساليب الحديثة ومنها أسلوب الصف المقلوب .

**الكلمات المفتاحية:** استراتيجيتي - التعلم المقلوب - الوسائط المتعددة - الأداء العملي - التمرينات البدنية - طلبة المرحلة الثالثة.

**1-المقدمة:**

المقروءة والمسموعة والمصورة لتحقيق أهداف الدرس، آن الوسائط المتعددة تكون متكاملة مع خطة الدرس وجزء لا يتجزأ منه ومن ثم فان الوسائط ليس وسيلة إضافية للتعليم بل هي المدخل التعليمي نفسه (لطيف: 2020، 9).

وتتفق كثير من الدراسات بأهمية الوسائط المتعددة في التعلم، فقد استخدم كثير من الباحثون هذا الأسلوب بصور مختلفة في مجال تعلم المهارات والأنشطة الرياضية ومنها دراسة (محمد، 2014)، و(عبد الله، 2017)، و(ناهي، 2018)، و(جواد وجاسم، 2019).

وتكمن أهمية البحث الحالي في معرفة أثر البرنامج للصف المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية ولتكون بمثابة يد العون خلال تدريس الاداء العملي للتمرينات البدنية.

**مشكلة البحث:**

ان لتدريس التمرينات البدنية أهمية كبيرة، ولغرض تحقيق ذلك فإنها تحتاج الى تطبيق طرق واستراتيجيات واساليب تعليمية واضحة وحديثة وملائمة بغية الوصول الى تعليمها بشكل جيد يخدم في تطوير الاداء العملي لها وللمتعلمين، ومن خلال الملاحظة الميدانية لدروس التربية الرياضية والاطلاع على الدراسات والبحوث فقد لاحظ الباحثون ان الاهتمام متفرد بتعليم مهارات خاصة بلعبة ما، او تطبيق بعض الطرق والأساليب التي تحقق القليل من الأهداف التعليمية والتي سوف ينعكس تأثيرها على المتعلمين، لذلك سعى الباحثون الى تطبيق برنامجين تعليميين على وفق الصف المقلوب والوسائط المتعددة للتعرف على تأثيرهما في الاداء العملي لها.

لذا ظهرت مشكلة البحث الحالي للإجابة على التساؤل الآتي:

-هل ان لاستخدام استراتيجيتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة فاعلية في الاداء العملي للتمرينات البدنية؟

**اهداف البحث:**

1-التعرف على أثر استراتيجيتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية في الاختبارات النهائية.

نظرا للتقدم التكنولوجي والتطور التربوي المستمر فقد برزت على مسرح العملية التعليمية طرائق واستراتيجيات حديثة تعمل على تعزيز وتطوير العملية التعليمية، ولكون التعليم قابل للتغيير والتطوير من حيث أساليبه وطرقه وذلك ليلبي حاجات تضمن وصوله للمتعلمين واستثمار عقولهم لأجل تحقيق أقصى قدر ممكن من الاستفادة العملية التعليمية، وقد ظهرت بعض المهتمين بتطوير استراتيجيات التدريس بطرق واستراتيجيات متطورة ومنها (التعلم المقلوب والتعليم بالوسائط المتعددة) الذي اعتبر الطريق الأسهل لتكنولوجيا التعليم.

" اذ ان التعليم المقلوب يهدف الى قلب العملية التعليمية باستخدام التقنية الحديثة بذكاء ليتناسب مع متطلبات الطلبة في العصر الحالي من خلال اعداد مقاطع فيديو تعليمية يتفاعل معه الطلبة يرسل عبر شبكات التواصل الاجتماعي فيتيح الفرصة الكافية بعملية وعرض المهارة فيتم تصور حركي أولي للمهارة وفقا لقدرات المتعلمين البدنية والذهنية "(الزهيري، 2021)

ونظرا لأهمية التعلم المقلوب فقد استخدمه الكثير من الباحثون في دراساتهم ومنها دراسة (ناصر، 2019)، والفرحان (2019)، و(الزبون، 2020)، و(العبيس، 2020)، و(عبد الكريم، 2020) و(الزهيري، 2021)، وأظهرت نتائج هذه الدراسات ان التعلم المقلوب يعمل على تعلم مهارات الأنشطة الرياضية ومساعدة المدرس على تحقيق أهداف دروسه، وتحقيق تنمية مهارات الدرس فضلا عن مهارات التواصل الرياضي والتحصيل والابداع.

ولا يخفى أثر الوسائط المتعددة على فهم الأشياء وعلاقتها مع بعضها وكذلك مساعدتها على تنظيم تفكير المتعلم في المواقف التعليمية، وأن لنوعية الوسائط المستخدمة في عملية التعلم أثرا فعالا في تحسينها ويتوقف الأمر على طريقة استخدامها. (ناهي، 2018)

ولاختلاف الوسائط المتعددة عن الوسائل التعليمية من حيث أن عملية التعلم بالوسائل تعتمد بصورة اساسية على المعلم ويتقصد استخدامها كوسيلة للتوضيح وليس للتدريس، الا ان الوسائط المتعددة تسمح للمتعلم بان يتفاعل مع مجموعة من المصادر

والاستراتيجيتين اللتين سوف تطبقان على المجموعتين واعداد الطلبة الكلي والمستبعدين والعدد النهائي بعد الاستبعاد. الجدول (1) يبين مجموعتي البحث والاسلوب التدريسي الذي سوف يطبق على كليهما

القاعة الدراسية	مجموعتي البحث	برنامج التدريس	العدد الكلي	الطلاب المستبعدون	العدد النهائي بعد الاستبعاد
الأولى	المجموعة التجريبية الاولى	التعلم المقلوب	28	3	25
الثانية	المجموعة التجريبية الثانية	الوسائط المتعددة	30	5	25
		المجموع	58	8	50

**2-3 التصميم التجريبي للبحث:** استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعتين المتكافئتين) العشوائية الاختبار ذات الملاحظات البعيدة المحكمة الضبط. (علاوي وراتب: 1999، 30).

**2-4 مصادر البيانات:** استخدم الباحثان عدة مصادر لجمع البيانات وهي: (المراجع والمصادر العلمية، الاستبيان، المقابلات الشخصية (أجرى الباحثان عدداً من المقابلات الشخصية الشفوية للوصول الى أهم المعلومات وحل الاستفسارات والمشكلات جميعها حول الاستراتيجيتين المستخدمتين)، الدراسات السابقة، شبكة المعلومات الالكترونية).

**2-5 الاجهزة والأدوات المستخدمة:** (كاميرا تصوير نوع (Nikon d3 50) عدد (1)، جهاز حاسوب الكتروني نوع (DELL) عدد (1)، جهاز عرض (داتا شو) مع شاشة العرض، كراس دفتري لعرض التمرينات البدنية واطرافها، بوسر لعرض الاوضاع الرئيسية والمشتقة للتمرينات البدنية).

**2-6 أدوات جمع البيانات:** (مقياس الذكاءات المتعددة، مقياس الأداء العملي للتمرينات البدنية).

**اختبار الذكاءات المتعددة:** اعتمد الباحثان على مقياس (المحمد، 2020) الخاص بقياس الذكاءات المتعددة، والذي يتكون من (43) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي (الجسمي-الحركي، الانفعالي، الاجتماعي، الذاتي، البصري)، ويتم الاجابة عنها على وفق خمس بدائل وهي (تنطبق علي تماماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي اطلاقاً) واعطيت الدرجات (1،2،3،4،5) وان

## فروض البحث:

1- وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث ولمصلحة المجموعة التجريبية الأولى في الأداء العملي للتمرينات البدنية.

## مجالات البحث:

**المجال البشري:** طلبة المرحلة الدراسية الثالثة/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل كلية التربية الاساسية.

**المجال الزماني:** للفترة من 2021/10/3 ولغاية 2022/1/30

**المجال المكاني:** القاعات الدراسية وصالة الالعاب الرياضية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

## 2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

**2-1 منهجية البحث:** استخدم الباحثان المنهج (الوصفي - التجريبي) لملائمته لمشكلة البحث وتجربته.

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** حدد مجتمع البحث بطريقة عمدية تمثل بطلبة المرحلة الدراسية الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل للعام الدراسي 2021/2022 وان من اسباب هذا التحديد هو أن هذه المادة الدراسية (التمرينات البدنية) تدرس لهذه المرحلة، ومجموع طلبة هذه المرحلة (58) طالباً وطالبة توزعوا على قاعتين دراسيتين، إذ كان عدد طلبة القاعة الاولى (28) والثانية (30)، ولتحديد نوع الاستراتيجية لكل قاعة دراسية، تم تطبيق عملية القرعة البسيطة، إذ حدد الصف المقلوب للقاعة الدراسية الأولى، والوسائط المتعددة للقاعة الدراسية الثانية، ولتلافي المؤثرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث استبعد الباحثان عدداً من الطلبة ومن كلا القاعتين الدراسيتين للأسباب الآتية:

-(2) طالبان من القاعة الدراسية الاولى و(3) طلاب من القاعة الدراسية الثانية وذلك بسبب عدم انتظامهم بالدوام الرسمي وتطبيق اختبارات التكافؤ.

-(1) طلبة من القاعة الدراسية الأولى و(2) طالبان من القاعة الدراسية الثانية لكونهم معلمين مجازين دراسياً، وبذلك تكونت عينة البحث (50) طالباً وطالبة إذ يشكلون نسبة (86%) من مجتمع البحث، والجدول (1) يبين مجموعتي البحث

فقرات هذه الاستمارة وامتلاكهم الخبرة والدراية في تطبيق فقراتها، فضلا عن كونهم يمتلكون خبرة في تدريس مادة طرائق تدريس التربية الرياضية، وتمت عملية موضوعية التقييم للأداء العملي بعد ان تم تطبيق (10) طلبة (من طلبة المرحلة الرابعة) العدد المحدد من التمرينات البدنية ونوعيتها، وتم توثيق هذا الاختبار من خلال التصوير له بكاميرا نيكون (Nikon d350) ومن ثم تحويل التصوير للأداء على اقراص (DVD)، بعدها عرضت هذه الاقراص على المحكمين المختصين بمادة طرائق التدريس للتربية الرياضية لتقييم الأداء العملي للتمرينات البدنية لعينة البحث وعلى وفق الاستمارة التي تم اعتمادها، وبعد جمع الاستمارات فقد عولجت درجات التقييم احصائيا باستخدام معادلة (معامل الارتباط المتعدد) بين درجات المحكمين وقد بلغت الدرجة (0,85)، ويدل هذا على أن موضوعية تقييم الأداء بين المقيمين لتقييم الأداء العملي ذات ثبات عالٍ جدا.

علما أن هذا الاجراء قد طبق يوم السبت الموافق 2022/1/12، وبهذا الاجراء تكون الاستمارة المعدة للتطبيق في هذا البحث صالحة للتطبيق وأنها قد استوفيت الأسس العلمية لها.

## 2-9 تحديد متغيرات البحث وكيفية ضبطها: يمكن

تصنيف متغيرات البحث إلى ثلاثة أنواع:

-**المتغير المستقل:** هو العامل أو السبب الذي يطبق لمعرفة أثره في النتيجة.

والمتغيران المستقلان في التجربة الحالية للبحث هما:

-**التعلم المقلوب والوسائط المتعددة.**

-**المتغير التابع:** هو نوع السلوك الناتج عن تأثير المتغير المستقل. والمتغير التابع هو:

-**الأداء العملي للتمرينات البدنية.**

-**المتغيرات غير التجريبية (الدخيلة):** ومن أهم المتغيرات التي تهدد السلامة الداخلية والخارجية:

**أولاً: السلامة الداخلية:** هناك متغيرات لا تدخل في تصميم البحث ولا تخضع لسيطرة الباحثان ولكن لها تأثير في نتائج البحث، وتتخذ هذه المتغيرات الدخيلة التي لا يستطيع الباحث ملاحظتها أو قياسها ولكنه يفترض وجودها بعين الاعتبار عند مناقشة النتائج وتفسيرها، وهي:

أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (215) درجة وأدنى درجة هي (43) أما درجة الحياد فهي (129).

## 2-7-1 تكافؤ مجموعتي البحث في مقياس

**الذكاءات المتعددة:** لغرض التعرف على مدى تكافؤ مجموعتي البحث في هذا المقياس، فقد طبقه الباحثان على مجموعتي البحث يوم الاثنين الموافق (2021/10/25)، في القاعات الدراسية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، والجدول (2) يبين المقارنة بين مجموعتي البحث في اختبار الذكاء المتعدد.

الجدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث في مقياس الذكاءات المتعددة

المجموعتان	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	نسبة الخطأ (sig)	المعنوية
المجموعة التجريبية الاولى	25	185,27	4,84	0,329	0,72	غير معنوي
المجموعة التجريبية الثانية	25	183,57	4,95			

يبين من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في اختبار مقياس الذكاءات المتعددة.

## 2-8 مقياس الاداء العملي للتمرينات البدنية: اعتمد الباحثون

على مقياس الاداء العملي للتمرينات البدنية المعد في رسالة (الجبوري، 2013) والمطبق أيضا في دراسة (العباسي، 2018) وذلك لتشابه عينة البحث التي طبق عليها في هاتين الدراستين مع عينة الدراسة الحالية، وتكونت فقرات المقياس لتدريس التمرينات البدنية من (10) فقرات، تعطى الدرجات من (1-3) عن كل أداء لفقرات المقياس وبما يتناسب مع الدرجة المناسبة لها عند تطبيق الاداء العملي للتمرينات البدنية، ودرجة المقياس الكلية (30) درجة، إذ تم الاستعانة بمدرس مادة طرائق التدريس للتمرينات البدنية لأعداد مجموعة من التمرينات البدنية لعينة البحث، ويتم الاختيار من قبل الطالب لـ (5) تمرينات يتسم اثنان منهما بالصعوبة و(3) يتسمان بالسهولة، على أساس القرعة العشوائية ليقوم بعرضها وتدريبها والاختبار بها، والملحق (1) يبين المقياس بصورته المطبقة.

## 2-8-1 موضوعية المقيمين: لغرض التحقق من

موضوعية المقيمين للأداء العملي للتمرينات البدنية، فقد استعان الباحثان بفريق التقييم للأداء \* وذلك بسبب اطلاعهم على

المادة واطلاعه بصورة تفصيلية على البرنامجين التدريسيين الذين سوف يتم تطبيقهما في تجربة البحث الحالي وتقديم أنواع الخطط التعليمية وإجراءات تطبيقها وأبدي استعداداه لتنفيذ تجربة البحث، وقدم للباحثين كثيراً من الملاحظات الخاصة بعملية تطبيق الخطط التعليمية.

**-المدة الزمنية للتجربة:** تمت السيطرة على هذا المتغير إذ كانت فترة التجربة متساوية لكلا المجموعتين، إذ بدأت التجربة يوم الاثنين الموافق 2021/11/8 وانتهت يوم الاثنين الموافق 2021/12/27، واستغرق تنفيذ التجربة (8) أسابيع، وبلغ زمن الخطة التعليمية الواحدة (90) دقيقة بواقع خطة تعليمية واحدة في الأسبوع.

**-مكان تطبيق المحاضرات:** تلقى طلبة المجموعتين محاضراتهم النظرية في قاعات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، أما المحاضرات العملية فتم تطبيقها في القاعة الرياضية الخاصة بالقسم،

**-توزيع المحاضرات:** وزعت المحاضرات للمادة الدراسية من رئاسة القسم بحسب الجدول الدراسي للمرحلة الدراسية الثالثة، إذ كان وقت المحاضرات لمجموعتي البحث على وفق ما يأتي:

**المجموعة التجريبية الأولى:** يوم (الاثنين) من كل اسبوع- الساعة (8.30) صباحاً.

**المجموعة التجريبية الثانية:** يوم (الاثنين) من كل اسبوع- الساعة (10.30) صباحاً.

## 2-10 الخطط التعليمية الخاصة بالبحث: لتطبيق تجربة

البحث الحالي اعد الباحثان الخطط التعليمية الخاصة بالمتغيرين المستقلين (التعلم المقلوب والوسائط المتعددة) لتطبيقها على المجموعتان التجريبتان، إذ تمت الاستعانة بالكتاب المنهجي لمادة طرائق تدريس التربية الرياضية للمرحلتين الدراسيتين الثالثة والرابعة بحسب تحديد المناهج الدراسية لأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في كليات التربية الاساسية.

وتضمنت هذه الخطط (8) خطط بحسب المنهاج الدراسي المقرر للمادة، وبواقع خطة دراسية في الأسبوع، ويتحدد زمن الخطة التعليمية الواحدة ب (90 دقيقة).

علماً أن الماد الدراسية التي تدرس لكلا المجموعتين هي نفسها لكليهما، إذ وحد الاجراء الخاص بالإجراءات الإدارية، ألا أن

**-ظروف التجربة والعوامل المصاحبة:** ويقصد به وقوع أية حادثة ليست جزءاً من المعالجة التجريبية إذ يكون لها تأثير محتمل على المتغير التابع.

**-العمليات المتعلقة بالنضج:** ويقصد بها التغيرات العقلية التي يمكن أن تحصل عند الأفراد مع مرور الزمن، إذ تم استبعاد هذا المتغير فهم يتعرضون إلى عمليات النمو نفسها وهذا يحد من تأثير هذا المتغير في المتغير التابع.

**-القياس:** تم استبعاد أثر هذا المتغير وذلك بعد اعتماد الباحثان على أدوات لقياس متغيرات البحث موحدة لكلا المجموعتين، فضلاً عن ذلك فإن هذه المقاييس قد طبقت في دراسات مشابهة للدراسة والحالية وهي تتمتع بصفات علمية وصلاحية في عمليتي الاعداد والتطبيق، وبهذا الاجراء فقد تحققت الموضوعية في اختيار وتحديد الأدوات الخاصة لقياس متغيرات البحث.

**-الفرق في اختيار الأفراد:** هي مجموعة من الأفراد سبق لها أن تشكلت قبل البدء الفعلي للدراسة من دون أن يتم التأكد من تكافؤها، إلا أنها استبعدت أثر هذا المتغير بسبب قيام الباحثان باختيار أفراد العينة من مجموعتين متكافئتين إحصائياً وأن هاتين المجموعتين تنتميان إلى بيئة واحدة.

**ثانياً: السلامة الخارجية للتصميم:** تتحقق السلامة الخارجية للتصميم عندما يتمكن الباحثان من تعميم نتائج بحثها خارج نطاق عينة البحث في مواقف تجريبية مماثلة.

ولتحقيق السلامة الخارجية للتصميم التجريبي فإنه يتطلب السيطرة على العوامل الآتية:

**-أثر الإجراءات التجريبية:** اتفق الباحثان مع مدرس المادة (أ.م. د. علي فتاح رشيد: قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل) على ضرورة عدم إخبار الطلبة بطبيعة البحث وأهدافه منذ بداية التجربة والاختبارات القبلية حتى نهايتها لضمان استمرار نشاطهم وتعاملهم مع التجربة بشكل طبيعي بحيث لا يؤثر في سلامة النتائج ودقتها.

**-المادة التعليمية المعرفية للتمرينات البدنية:** تم اختيار المادة التعليمية المعرفية للتمرينات البدنية من كتاب طرائق تدريس التربية الرياضية، (الأطوي والزبيدي، 2009) وهو كتاب منهجي يدرس لطلبة اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة/كليات التربية الأساسية، وبعد إجراء عدد من المقابلات الشخصية مع مدرس

-اطلاعهم عن كيفية تطبيق المحاضرة الحضورية فضلا عن كيفية التواصل مع المدرس في المحاضرة.  
-تهيئة كافة الاجهزة والأدوات التي يجب توافرها في المحاضرة التعريفية.

**ومن نتائج التجربتان الاستطلاعتان ما يأتي:**

- 1-اندفاع الطلبة الايجابي نحو تطبيق الخطة التي أُعدت على وفق البرنامجين.
- 2-ايجابية المدرس في تطبيق الخطة التعليمية على وفق البرنامجين المحددين.
- 3-ضرورة تهيئة كافة الأجهزة والأدوات من قبل الباحثة ومدرس المادة قبيل تنفيذ المحاضرات.

**2-12 تجربة البحث الرئيسة:** بعد التحقق من صلاحية الخطتين الخاصتين بالتعلم المقلوب والوسائط المتعددة ، فقد طبقت التجربة الرئيسة على مجموعتي البحث على وفق ما يأتي:

-تم تطبيق تجربة البحث الرئيسة من يوم الاثنين الموافق 2021/11/8 لغاية يوم الاثنين الموافق 2021/12/27. فقد درس مدرس المادة مجموعتي البحث وطبق الإجراءات الخاصة بالاستراتيجيتين كليهما على وفق للخطة المعدة وبواقع خطة تدريسية أسبوعياً، علماً أن تجربة البحث نفذت على وفق ما يأتي:

**2-12-1 المجموعة التجريبية الأولى (التعلم**

**المقلوب):** هناك مجموعة من الخطوات الأساسية التي يجب أن يتبعها كل من المدرس والطالب لتطبيق الصف المقلوب، لذا تمت عملية تطبيق الدرس بمرحلتين وهما:

**المرحلة الأولى: (مرحلة المحاضرة الالكترونية**

**التفاعلية):** تحديد الموضوع الذي ينوي المدرس قلبه، ويتم هذا الاجراء بتحديد المادة الدراسية العلمية التي سوف تعرض في الفيديو التعليمي الذي يكون مدرس المادة قد أعدّه، وبإمكان جميع الطلبة من مشاهدته ومتابعة جميع الأمور المتعلقة به.

تحليل المحتوى إلى مفاهيم ومعارف ومهارات مهمة ويجب معرفتها، ويكون هذا بتقديم شرح عن المادة العلمية بعد تقديمه

الاختلاف الذي حدث كان في الجزء الرئيس من الدرس إذ طبقت الاجراءات الخاصة بعملية تنفيذ الدرس على وفق اجراءات كل استراتيجية.

وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرض الباحثان انموذج من هذه الخطط لكلا البرنامجين الملحق (2) على مجموعة من السادة المختصين في مجال طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة لبيان آرائهم السديدة في صلاحيتها، الملحق (3)، وبعد استعادة الاستبيان الخاص بها تبين موافقتهم على هذه الانموذج من الخطط ومحتوياتها التعليمية مع إجراء بعض التعديلات عليها وقدموا للباحثين عدداً من الملاحظات التي تم الأخذ بها في آرائهم وتوجيهاتهم ومقترحاتهم السديدة.

**2-11 التجربة الاستطلاعية للخطط التعليمية**

**للمجموعتين التجريبتين:** طبق مدرس المادة هذه التجربة وذلك على شكل وحدتين تعريفيتين للطلبة المشاركين بتجربة البحث وذلك يوم الاثنين الموافق 2021/11/1 وكما يلي:

**التجربة الاستطلاعية للمجموعة الأولى (التعلم المقلوب):**

-تم تطبيق هذه التجربة كمحاضرة تعريفية لغرض توضيح هذه الاستراتيجية ومفهومها وكيفية تطبيقها في المحاضرات الخاصة بمادة التمرينات البدنية.

-كيفية المشاركة في الصف الإلكتروني التعليمي الذي سوف يعده مدرس المادة، وكيفية انجاز الواجبات التعليمية التي سوف يكلفون بإنجازها.

-اطلاعهم عن كيفية تطبيق المحاضرة الحضورية، بعد تطبيق المحاضرة الالكترونية

-تهيئة كافة الاجهزة والأدوات التي يجب توافرها في المحاضرة التعريفية.

**التجربة الاستطلاعية للمجموعة التجريبية الثانية (الوسائط المتعددة):**

-تم تطبيق هذه التجربة كمحاضرة تعريفية لغرض توضيح المنهج ومفهومه وكيفية تطبيقه في المحاضرات الخاصة بمادة التمرينات البدنية.

-يمنح وقت (50) دقيقة بوصفها نشاطاً تعليمياً تطبيقياً، لتطبيق كافة النشاطات التطبيقية، وهذا الاجراء يجب ان يطبق من قبل جميع الطلبة. وفيه سوف يوعز المدرس للطلبة لتطبيق، ما تم شرحه وتطبيقه من هذه المادة التعليمية، ويفضل بتقسيم الطلبة عند عملية التطبيق الى مجموعات تتألف من (4-6) طلاب لكي يسهل عليهم عملية التطبيق، ثم تدرج عملية التطبيق الى تقسيم الطلبة الى مجموعتين، ثم مجموعة واحدة. -في نهاية المحاضرة، يعمل المدرس على تقويم الأداء المقدم من قبل الطلبة (معرفةً وعملياً) داخل الصف بأدوات التقويم المناسبة التي يختارها المدرس.

## 2-12-2 المجموعة التجريبية الثانية (الوسائط

المتعددة): سوف تنفذ هذه المجموعة الخطط التعليمية المعدة للتعلم المقلوب بعد توظيفها لكي تتلاءم مع الإجراءات المعدة والمادة التعليمية.

-وقوف الطلبة أمام المدرس لأخذ الغياب، والمدرس يهيأ كافة التجهيزات والمستلزمات التي تخص تطبيق خطط الدرس. -في النشاط التعليمي سوف يقدم المدرس شرح وافى للمادة التعليمية.

-يعرض مدرس المادة هذه المادة التعليمية للطلبة على شكل صور، ومعها شرح وافى لها، وفي بعض الأحيان يمكن استخدام الدفاتر المنقلبة.

-بعدها تعرض المادة على شكل صور واضحة على شاشة العرض، والتي تبين المادة التعليمية.

-بعد ذلك تعرض الأفلام التعليمية (صوت وصورة).

-يمنح وقت (50) دقيقة بوصفها نشاطاً تعليمياً تطبيقياً، لتطبيق كافة النشاطات التطبيقية، وهذا الاجراء يجب ان يطبق من قبل جميع الطلبة. وفيه سوف يوعز المدرس للطلبة لتطبيق، ما تم شرحه وتطبيقه من هذه المادة التعليمية، ويفضل بتقسيم الطلبة عند عملية التطبيق الى مجموعات تتألف من (4-6) طلاب لكي يسهل عليهم عملية التطبيق، ثم تدرج عملية التطبيق الى تقسيم الطلبة الى مجموعتين، ثم مجموعة واحدة.

-في نهاية المحاضرة، يعمل المدرس على تقويم الأداء المقدم من قبل الطلبة (معرفةً وعملياً) داخل الصف بأدوات التقويم المناسبة التي يختارها المدرس.

شرح وتوضيح للمفاهيم والمعارف المتعلقة بالمادة العلمية، (تكون عملية العرض بالصور والأفلام للمادة التعليمية).

تصميم الفيديو التعليمي او التفاعلي الذي يتضمن المادة العلمية بالصوت والصورة بمدة لا تتجاوز (5-10) دقيقة.

توجيه الطلبة بمشاهدة الفيديو من الأقراص المدمجة او على أحد وسائل التواصل على الانترنت في المنزل او مكان اخر وفي أي وقت مناسب كان، ويفضل في هذا الاجراء ان يكون المدرس متواصل مع الطلبة حتى يتأكد من حضور ومشاركة جميع الطلبة للدخول الى الموقع المخصص لهم.

المدرس في هذه المرحلة يقدم للطلبة عدد من الأسئلة والواجبات التي على طلبة هذه المجموعة حلها، معرفية او عمليا، لكي يتم المناقشة فيها في الدرس الحضوري.

## المرحلة الثانية: (مرحلة المحاضرة الحضورية): سوف

تنفذ هذه المجموعة الخطط التعليمية المعدة على وفق استراتيجية التعلم المقلوب بعد توظيفها لكي تتلاءم مع إجراءات هذه الاستراتيجية والمادة التعليمية.

-وقوف الطلبة أمام المدرس لأخذ الغياب، والمدرس يهيأ كافة التجهيزات والمستلزمات التي تخص تطبيق خطط الدرس.

-يحدد مدرس المادة الأهداف التعليمية والسلوكية المطلوب تحقيقها ويوضحها في خطة الدرس في بداية تطبيقه للخطة.

مدرس المادة يوجه الأسئلة الى الطلبة عن المادة التعليمية التي تم نشرها في الموقع الالكتروني، ويستفسر من الطلبة عن هذه المادة من حيث فهمها وكمية ونوعية المادة التي تم نشرها.

-المدرس يعمل على مناقشة جميع الطلبة بخصوص ما تم مشاهدته في المحاضرة الالكترونية التفاعلية، ويوجه المدرس لهم حتى يتوصلوا الى الإجابات الصحيحة، ويوجه المدرس الأسئلة للطلبة عن الواجبات التي تم تكليفهم بحلها ومتابعة وتقييم الإجابات للطلبة عن هذه الواجبات.

-تطبيق المفاهيم التي تعلمها الطلبة من الفيديو في الصف تحت إشراف المدرس، وفي هذه النقطة يتم تطبيق الواجبات العملية الخاصة بالمحاضرة الالكترونية، وتم المناقشة مع المدرس والطلبة عن كافة الأمور والمسائل المتعلقة بتنفيذ هذا الاجراء لحين الوصول الى الإجابات الصحيحة عن هذه الواجبات.



الجدول (3) يبين المعالم الإحصائية للمقارنة في الاختبار البعدي للأداء العملي للمجموعتين التجريبتين

مستوى الدلالة	المعنوية	قيمة t	ع±	س-	المعالجات الإحصائية المجاميع
0.03	معنوي	5.37	2.43	24.25	المجموعة التجريبية الأولى
			1.59	21.15	المجموعة التجريبية الثانية

من الجدول (4) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في الاداء العملي للتمرينات البدنية، بدلالة قيمة (ت) ومستوى الدلالة عند نسبة خطأ (0.05).

ويرى الباحثان أن التطورات التكنولوجية الحديثة المتسارعة واتجاه المتعلمين إلى التقنية الحديثة، فضلا عن زيادة عدد الطلاب في الصف الواحد عوامل أساسية توجه المدرس على تطبيق أساليب وطرق أخرى لمسايرة هذه الأسباب فالمدرس يقضي وقت أطول في شرح المادة التعليمية لبعض الطلاب الذين لم تصل لهم المعلومة بالشكل المطلوب فضلا عن شعور البعض منهم بالملل أثناء شرح الدرس من المدرس أثناء المحاضرة بالأسلوب المتبع ومن ثم عدم القدرة على الانتباه والتركيز، وطول المادة الدراسية وعدم قدرة مد أوقت لكل من الطالب والمدرس خلال المحاضرة، فضلا عن الفروق الفردية بين الطلاب في سرعة الفهم والاستيعاب، فقد ينسى الطالب المعلومات او المهارات التي تعلمها اثناء المحاضرة، ومن ثم عدم القدرة على الاجابة على الأسئلة النظرية والتطبيقية.

يرى الباحثان أن للتعلم المقلوب عدة مميزات تدعم خبرة التدريسي وتصقل من قدرات المتعلمين وتطور من امكانياتهم وقابلياتهم وتساعدهم على تعلم المهارات الحركية كافة حتى وان كانت هنالك فروق فردية بينهم فباستطاعتهم اعادة شرح المادة الدراسية مرة بعد اخرى من خلال الفيديو التفاعلي حتى يتقنون المادة الدراسية، فهو يجعل محور التعلم هو الطالب بمساعدة المدرس، والطلبة يتحملون مسؤولية تعلمهم بأنفسهم ويقدم لهم التغذية الراجعة الفورية ويقلل من جهد المدرس. ويذكر (ابراهيم أبو عيشة، 2017) أن التعلم المقلوب من اساليب التعلم النشط الذي تقلب فيه الاجراءات التعليمية بحيث يتلقى الطلاب المفاهيم المعرفية في المنزل بدلا من القاعات الدراسية من خلال فيديو تعليمي يشاهده الطالب في منزله باستخدام التقنيات الحديثة وتصبح الحصة الصفية للتطبيقات والمناقشات وكل ذلك يكون بإشراف المدرس (ابراهيم أبو عيشة، 2017)، وفي هذا الصدد

## 2-13 الاختبار النهائي للأداء العملي: تم تطبيق هذا

الاختبار وفق الإجراءات التالية:

-مدرس المادة اعد عدد من التمرينات البسيط وقد وضعها في كيس خاص، وفي الثاني قد اعد عدد من التمرينات البدنية المركبة.

-المدرس ينادي على الطلبة وحسب التسلسل في قائمة الأسماء الخاصة للمرحلة، وهذا الطالب يقوم بسحب ثلاثة تمارين من الكيس الأول وتمرينان من الكيس الثاني.

-يطلع الطالب على هذه التمرينات ويقرأها، وكذلك يلاحظها المدرس.

-يكون وقوف الطلبة على شكل أربعة مجاميع لتطبيق هذه التمرينات.

-يطبق الطالب هذه التمرينات تباعا على الطلبة، ويمكن للطالب ملاحظتها مرة ثانية للتأكد من التمرينات (الوضع الرئيس او حركة التمرين) ونوعه.

-يصور الأداء التطبيقي لكل طالب بالكامرة الفيديوية المحدد للتصوير.

-بعد ذلك ينقل هذا التسجيل لجميع الطلبة الى أقراص نوع (DVD) لتسلم بعد ذلك الى السادة المقيمين للأداء، مع الاستمارات الخاصة بعملية تقييم الأداء.

-علما أن هذا الأجراء قد نفذ يوم الاربعاء 2022/1/12.

## 2-14 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة

الإحصائية (SPSS) للتوصل الى نتائج البحث.

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### 3-1 عرض نتائج وتحليل الفرضية الأولى: وجود

فروق معنوية بين مجموعتي البحث في الأداء العملي

للمتمرينات البدنية لدى عينة البحث:

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (t) للعينات الغير مرتبطة للتعرف على الفروق الإحصائية بين متوسط درجة الاداء للمجموعتين التجريبتين، والجدول (3) يبين ذلك.

[5] عيس، خالد نعمه (2020): تأثير استراتيجيات التعلم المقلوب بمنصة أمدود للأداء المهاري وتعلم بعض مهارات الجمنا ستك الفني للبراعم، رسالة ماجستير، جامعة بابل، العراق .

[6] الجنابي، معاذ عبد الكريم (2020): تأثير اسلوبي التعلم المقلوب والاستقصاء التعاوني في تعلم ودقة بعض انواع التصويب ومستوى التحصيل المعرفي بكرة اليد للطلاب، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد، العراق .

[7] هدى عيدان محمد ال محمد: تأثير استراتيجيات التعلم المقلوب في التوافق الجامعي للطلبات واداء التشكيلة الحركية بالكرة في الجمنا ستك الايقاعي، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، العراق .

[8] ناهي، مصطفى (2018): تأثير أسلوب فحص النفس باستخدام الوسائط المتعددة في تعلم اداء وانجاز فعالية رمي الرمح للطلاب، رسالة ماجستير، جامعة بابل، العراق .

[9] جواد، رعد عبد الكاظم وجاسم، سلوان صالح (2019): تأثير استخدام الوسائط المتعددة في تعلم بعض المهارات الرياضية الاساسية الهجومية بكرة السلة لطلاب الثاني متوسطة المتميزين بأعمار 13-14 سنة، جامعة بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق .

[10] عبد القادر، كحل و عبدالله، موكسي (2017): أثر برنامج مقترح باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة السلة لدى ذوي الاعاقة الفكرية البسيطة (15-12 سنة)، رسالة ماجستير، جامعة عبد الحميد بن باديس/مستغانم، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر .

[11] صباح، نور (2019): أثر استراتيجيات الصف المقلوب في تعلم واحتفاظ مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمنا ستك الفني للنساء، رسالة ماجستير، جامعة الانبار، العراق .

[12] لطيف، حنين نبيل (2020): تأثير استراتيجيات المفاهيم (دوائر التعلم) بوسائط متعددة في الاهتمام بالتعلم واداء مهارتي الاستقبال والاعداد بالكرة الطائرة للطلبات، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، العراق .

[13] علاوي، محمد حسن ورائب، اسامة كامل (1999): البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .

[14] الزعبي، لوي (2020): الوسائط المتعددة، منشورات الجامعة الافتراضية السورية، الجمهورية العربية السورية .

[15] أبو عيشة، ابراهيم (2017): أثر وحدة مقترحة قائمة على الفصول المنعكسة في تنمية مهارات رسم الخط العربي لدى طلاب الحادي عشر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين .

[16] الاطوي، وليد وعد الله والزيدي، وقصي حازم (2009): طرائق تدريس التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق .

[17] الجبوري، مؤيد حامد سليمان مطلق (2013): الاسلوب التبادلي الثلاثي وتأثيره في التحصيل المعرفي وتدريب التمرينات البدنية لمادة طرائق تدريس التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الاساسية جامعة الموصل، العراق .

[18] العباسي، حكم سالم الياس (2018): أثر اسلوب العصف الذهني في اكتساب التحصيل المعرفي والاداء العملي للتمرينات البدنية وتنمية التفكير الابداعي، رسالة ماجستير، كلية التربية الاساسية جامعة الموصل، العراق .

[19] المحمد، سعد حمزة حبيب (2020): تأثير التمرينات المشابهة لحالة اللعب في تطوير الذكاءات المتعددة والتماسك الاجتماعي وبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للطلاب، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، العراق .

يشير (Crawford،2015) (بأن قلب الأنشطة الصفية والتطبيقات للطلبة يعد تعلمًا نشطًا وفاعلًا وذلك بعد اكمالهم لواجباتهم الاساسية المعدة من المدرس، من خلال مشاهدة محاضراته المسجلة مسبقا للمحتوى الدراسي، فهو فكرة جديدة تستخدم فيها التقنية التكنولوجية في اسلوب التعليم، مستغلا الوقت والجهد الذي يكون غير مجدي في اغلب الاحيان لشرح وتوضيح المفاهيم الأساسية بتنفيذ الطريقة الاعتيادية والتي يتبعها الكثير من المدرسين، أما وفق هذا المفهوم الحديث فإن عملية التدريس سوف تنفذ على وفق تقديم الأنشطة والتطبيقات من خلال مشاهدة الطلبة للمحاضرة الكترونيا (Crawford،2015).

#### 4-الخاتمة:

من خلال ما تم عرضه من نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها تمكن الباحثان من التوصل الى الاستنتاجات الاتية:

1-ان المجموعة التجريبية الأولى تفوقت على المجموعة التجريبية الثانية في الأداء العملي للتمرينات البدنية في الاختبار العملي البعدي للتمرينات البدنية .

في ضوء ما توصل اليه البحث من نتائج وضع الباحثان عدد من التوصيات منها:

1-ضرورة تطبيق البرامج والأساليب الحديثة في عملية التدريس للمناهج الدراسية النظرية والعملية ومنها الصف المقلوب .

2-تأهيل التدريسيين بدورات تطويرية لشرح وتطبيق البرامج التدريسية الحديثة.

3-تطبيق هذه البرامج في العاب رياضية فردية أو جماعية.

#### المصادر:

[1] الزبون، أحمد (2020): أثر استراتيجيات الصف المقلوب في تحسين مستوى الدافعية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ بطيئي التعلم في الرياضيات، رسالة ماجستير، الجامعة الاردنية، الاردن .

[2] ناصر، أحمد حسن (2019): تأثير استراتيجيات التعلم المعكوس وفق جدولة التمرين في التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات بكرة القدم لطلاب الاول متوسط، رسالة ماجستير، جامعة واسط، العراق .

[3] الزهيري، سهير عادل (2021): أثر منهج تعليمي وفقاً لاستراتيجيات الصف المعكوس في الاخفاق المعرفي وتعلم مهارتي الطيطة والتصويب بكرة السلة، رسالة ماجستير، جامعة ديالى، العراق .

[4] فرحان، نور صباح (2019): تأثير استراتيجيات الصف المقلوب في تعلم واحتفاظ مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمنا ستك الفني، رسالة ماجستير، جامعة الانبار، العراق .



- [20] Johnson, L, (2014: NmcHorizon report: 2014 higher education edition. retrieved p 36.
- [21] Crawford, S, (2015) flipped and blended using blended faculty development to in areas the use of technology among faculty unpublished dissertation, Arizona state university, USA.



### الملاحق:

ملحق (1) يوضح مقياس الذكاءات المتعددة

م/استبيان

عزيزي الطالب ....:

بين يديك مجموعة من الفقرات الخاصة بمقياس الذكاءات المتعددة والمطلوب منك قراءتها بتمهل والاجابة عن هذه الفقرات وإقرار إلى أي حد تعد معبرة عن مشاعرك وسلوكك وآرائك، ثم تبين مدى انطباقها عليك، مع مراعاة كل مما يأتي:

الإجابة بصراحة ودقة عن الفقرات.

عدم ترك أية فقرة من فقرات المقياس بلا إجابة.

وضع علامة (صح) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل فقرة

اجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي فحسب.

ولكم التقدير والاحترام

ت	الفقرات	تطبيق علي تماما	تطبيق علي كثيرا	تطبيق علي احيانا	تطبيق علي قليلا	لا تتطبق علي اطلاقا
1	عندما أقوم بحركات صعبة غالبا ما أنجزها.					
2	اتعلم أفضل عندما يكون لدي ارتباط عاطفي بالموضوع.					
3	أحب ان أتسلى مع زملائي الطلبة وأحضر الحفلات.					
4	لدي القدرة على اصلاح الأخطاء في أدائي من دون مساعدة المدرس.					
5	اهتم بتناسق ألوان التجهيزات الرياضية التي البسها.					
6	اشترك في أكثر من لعبة جماعية مثل كرة القدم والسلة والطائرة.					
7	أحسن التصرف في المواقف الحرجة والصعبة في أثناء التعلم واللعب.					
8	يشاركني زملائي في حل مشكلاتهم.					
9	اقضي وقتا كافيا في التأمل.					
10	أستطيع ان أحدد صورا واضحة عن الملعب عندما أغلق عيني.					
11	أحب تنظيم وقتي بين اللعب والدراسة والمنزل.					
12	أبدى تعاطفا واهتماما بزملائي الطلبة الآخرين.					
13	أحب أن اعمل واقول لزملائي الطلبة كيف يعملون.					
14	بإمكاني التعامل مع المشاكل الرياضية بسهولة.					
15	اهتم بملاحظة المسافات والتمرکز الجيد في أثناء اللعب.					
16	ترتبط معظم هواياتي بمهارات جسمية (جسدية).					
17	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي أمام زملائي الطلبة.					
18	اشغل الامكنة الأكثر خطورة بالملعب عند استحواذ زملائي على الكرة.					
19	لدي نظرة واقعية لنقاط قوتي وضعفي في عملية التعلم واللعب.					
20	أجمع أفكارني بنقطة واحدة لخدمة العمل المهاري المراد تحقيقه.					
21	أحب ممارسة المهارة والتعرف على شروط تأديتها ميكانيكيا.					
22	افضل الابتسامه في مواجهة غضب زملائي الطلبة.					
23	يمكنني تحفيز زملائي الطلبة ليقدموا أفضل ما لديهم.					
24	اشغل تفكيري بتحسين مستواي الرياضي.					
25	تستهويني تصور حركات زملائي الطلبة في أثناء عملية التعلم واللعب.					
26	اقوم ببعض الحركات المبتكرة والبهلوانية في أثناء عملية اللعب مع زملائي الطلبة.					
27	أركز انتباهي على تحركات زميلي المكلف بمراقبته أثناء العب.					
28	اشعر بالراحة مع الغرباء والشخصيات والمجموعات الرياضية الجديدة.					
29	استذكر أحداث الدرس السابق.					

					أفكر دائما قبل بداية الدرس.	30
					أستطيع السيطرة على مشاعري عندما ارى موقفاً مأساوياً.	31
					اتعلم أفضل من تفاعلي مع زملائي الطلبة الآخرين.	32
					اركز على حركات زملائي الطلبة داخل الدرس.	33
					أستطيع ان أزالو عملية التعلم واللعب في اثناء المطر والبرد والحرارة.	34
					أستطيع اتخاذ القرار بدون توجيه المدرس.	35
					لدي القدرة على تغيير وجهة نظر الجماعة تجاه موضوع ما.	36
					استخدم مهاراتي الرياضية بوصفها لغة إشارة للاتصال بالآخرين.	37
					قلما يسلبني الغضب هدوئي.	38
					استمتع بوجودي ضمن مجموعة كبيرة من الطلبة المتميزين.	39
					أتعلم أفضل من خلال التعلم واللعب.	40
					أغض الطرف عن أخطاء زملائي الطلبة وعبوبهم.	41
					لدي موهبة تقليد حركات الطلبة الآخرين.	42
					أعتقد أن الجسم السليم مهم للعقل السليم.	43

الملحق (1) يوضح استمارة الأداء العملي للتمرينات البدنية

ت	الفقرات	1	2	3
1	يطبق أوضاع العرض الخاصة بالتمرينات البدنية ويراعي المسافات بين الطلاب.			
2	يشرح ويعرض التمرين البدني بصورة صحيحة أمام الطلاب.			
3	يستخدم التدرج السليم في تعليم وتطبيق التمرينات البدنية (ذراعين، جذع، رجلين).			
4	صوته مسموع ومفهوم عند الإيعاز على التمرينات البدنية.			
5	وضعه طبيعي وغير متكلف عند الإيعاز على التمرينات البدنية.			
6	يعطي الوقت المناسب عند الإيعاز على أقسام التمرين.			
7	يستخدم الدافعية والتشجيع عند أداء المتعلمين للتمرين البدني.			
8	يتحرك باتجاهات مختلفة ليلتصق أداء المتعلمين ويصحح الأخطاء مباشرة وهم في وضع الوقوف.			
9	يقوم بعرض أنموذج صحيح للحركة بعد ظهور الأداء الخاطئ.			
10	يستخدم الجانب التربوي في إصلاح الأخطاء عند أداء التمرينات البدنية.			
	المجموع			

الملحق (2) استبيان لجنة المختصين لتحديد صلاحية الخطط التعليمية

جامعة الموصل - كلية التربية الأساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

السيد المختص ..... المحترم

م/استبيان لجنة المختصين لتحديد صلاحية الخطط التعليمية

شرح الباحثون في الاجراءات الأولية لبحثهم الموسوم بـ (أثر استراتيجتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة في الأداء العملي للتمرينات البدنية) وعلى عينة من طلبة المرحلة الثالثة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة الموصل، وإن جزءاً من متطلبات إجراءاته هو تطبيق استراتيجتي التعلم المقلوب والوسائط المتعددة، والباحثان أعدوا انموذج لخطتين تعليميتين لغرض تطبيقهما في تجربة البحث الحالية.

ولما تتمتعون به من اختصاص في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي، لذا يرجى الباحثان منكم تقديم المساعدة العلمية القيمة في بيان رأيكم السديد في صلاحية هذه الخطة وتعديلها لكي يتم تطبيقها على عينة البحث.

والله تعالى يوفق الجميع لخدمة العلم

### الباحثان

الملحق (3) يبين أسماء الخبراء

الخط التعليمية	عنوان	الاختصاص	اسم الخبير أو المختص	اللقب	ت
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	وليد وعد الله علي الاطوي	أ.د.	1
.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل	طرائق تدريس	نوفل فاضل رشيد	أ.د.	2
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل	طرائق تدريس	ليث محمود البناء	أ.د.	3
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل	طرائق تدريس	صفاء ذنون أسماعيل	أ.د.	4
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	افراح ذنون يونس	أ.د.	5
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	اياد محمد شيت الزبيدي	أ.د.	6
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	سلوان خالد محمود	أ.م.د.	7
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	محمد سهيل نجم عبد الله	أ.م.د.	8
*	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل	طرائق تدريس	جمال شكري بسيم	أ.م.د.	9
*	كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل	طرائق تدريس	لقاء عبد المطلب خليل	أ.م.د.	10
*	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل	طرائق تدريس	فائق يونس علي	م.د.	11

الملحق (4) يبين انموذج لخطة تعليمية باستخدام التعلم المقلوب

#### الاهداف التعليمية

يعلم الطالب وضعي الوقوف والجلوس .

يؤدي الطالب هذين الوضعين واجراءات تطبيقها .

يطبق الطالب هذين الوضعين .

يطبق الطالب الابعاز الصحيح لهذين الوضعين .

#### الاهداف السلوكية

ان يؤدي الطالب وضعي الوقوف والجلوس بصورة جيدة جدا .

ان يؤدي الطالب الابعاز الصحيح للوصول الى هذين الوضعين بصورة جيدة جدا .

اليوم: الثلاثاء

التاريخ: 2021/11/8

الوقت: 90 دقيقة

تسلسل الخطة: (1)

عدد الطلبة: (25)

التقويم	التنظيم	شرح الفعاليات	الوقت	اقسام الدرس
1- يتحقق المدرس من حضور وغيابات الطلبة والتأكد عليهم بعدم الغياب. 2- يوضح المدرس للطلبة الاهداف التعليمية والسلوكية الخاصة بالخطه . 3- المدرس يستفسر من الطلبة عن مشاهدة ومتابعة النشاطات العلمية التي نشرت بالقلم الفيديوي التعليمي.		1-التحقق من الحضور والغياب للطلبة. 2-توضيح اهداف الخطه التعليمية والسلوكية. 3-التأكد من متابعة الطلبة للنشاطات العلمية في الفيديو التعليمي.	10د	1-القسم الاعدادي
توجيه الاسئلة لأغلبية الطلبة. التأكد على الاجابات الصحيحة. تصحيح الاخطاء للإجابات الخاطئة مباشرة في الدرس. من الممكن تطبيق هذه الحركات من المدرس او الطالب نموذج لتأكيد اداء هذه الحركات امام الطلبة بأداء صحيح.		1-تهيئة اذهان الطلبة عن موضوع المحاضرة مع ربط النشاط التعليمي لهذه المحاضرة مع المحاضرة السابقة. 2-البده بتوجيه الاسئلة للطلبة عما تم تقديمه في الفيديو التعليمي. 3-التأكد على الاجابات الصحيحة للطلاب عن الاسئلة التي توجه من المدرس. 4-يكون توجيه الاسئلة لأغلبية الطلبة.	70د	2-القسم الرئيسي أ-النشاط التعليمي
المدرس يقسم الطلبة للقاعة الدراسية الى مجموعتين. هذا التقسيم يتغير في كل خطه تعليمية. تأدية كافة النشاطات الحركية من الطلبة. المدرس يراقب او يتابع اداء كلا المجموعتين. تأدية الابعازات من أحد الطلبة ويتغير تباعا.		1-تأدية النشاط الحركي الاول وهو تنفيذ تطبيق الوضع الاساسي الاول (الوقوف) وكيفية الابعاز عليه. 2-تأدية النشاط الحركي الثاني وهو كيفية تطبيق الوضع الاساسي الثاني (الجلوس) وكيفية الابعاز عليه. يستمر هذا النشاط لحين الانتهاء من تطبيق كافة الابعازات.	50د	ب-النشاط التطبيقي
1-المدرس يحدد أحد الطلبة لتطبيق الأوضاع الرئيسية المتعلمة ثم يختار طلبة آخرين لتطبيق هذه النشاطات. 2-المدرس يقيم الاداء العملي لهم ويقدم لهم التعزيزات. 3-المدرس يعلق المحاضرة بتقديم ملخص عما تم تقديمه وطرحه في هذه المحاضرة.		اجراء اختبار للطلبة عن كيفية الابعاز للأوضاع الرئيسية التي طبقت تباعا. غلق المحاضرة بتقديم ملخص عن المادة التعليمية والهدف السلوكي منها. توجيه الطلبة الى متابعة المحاضرات الالكترونية التي سوف تدرج لهم في الموقع الالكتروني. الاجابة عن كافة الاسئلة التي تقدم من الطلبة. اداء تحية الانصراف من أحد الطلبة.	10د	القسم الختامي

نموذج لخطه تعليمية باستخدام الوسائط المتعددة

### الاهداف التعليمية:

اليوم: الثلاثاء

التاريخ: 2021/11/8

الوقت: 90 دقيقة

تسلسل الخطه: (1)

يعلم الطالب وضعي الوقوف والجلوس.

يؤدي الطالب هذين الوضعين واجراءات تطبيقها.

يطبق الطالب هذين الوضعين.

يطبق الطالب الابعاز الصحيح لهذين الوضعين.

### الاهداف السلوكية:

ان يؤدي الطالب وضعي الوقوف والجلوس بصورة جيدة جدا.

ان يؤدي الطالب الابعاز الصحيح للوصول الى هذين الوضعين بصورة جيدة جدا.

التقويم	التنظيم	شرح الفعاليات	الوقت	اقسام الدرس
1-المدرس يهيئ كافة المستلزمات والاجهزة الخاصة بتطبيق الخطه التعليمية (جهاز لابتوب، جهاز داتا شو، شاشة بيضاء، سيورة بيضاء).		1-تهيئة كافة المستلزمات اللازمة لتنفيذ الخطه التعليمية الخاصة بالوسائط المتعددة. 2-التحقق من الحضور والغياب للطلبة 3-توضيح اهداف الخطه التعليمية.	د	1-القسم الاعدادي
1-تهيئة اذهان الطلبة عن المادة التعليمية المعدة. 2-المدرس يعرض المادة التعليمية على ورقة فلكس ملونة وفي مكان واضح لجميع الطلبة. 3-شرح وافي لهذه الأوضاع من المدرس ويعمل على عرضها بصورة صحيحة باستخدام الطالب النموذج للعرض. 4-يستخدم المدرس جهاز الداتا شو لعرض المادة التعليمية. 5-يعد المدرس الافلام التعليمية التي تبين الاداء الصحيح لهذه الأوضاع		1-تهيئة اذهان الطلبة عن موضوع المحاضرة مع ربط النشاط التعليمي لهذه المحاضرة مع المحاضرة السابقة. 2-يعرض المدرس الأوضاع الاساسية على ورقة فلكس ملونة ويوزدهم بكراس يتضمن صور ملونة عن هذه الأوضاع. 3-المدرس يشرح ويعرض الأوضاع الاساسية للتمرينات البنديية ويستخدم الطالب النموذج لتطبيقها وكيفية الابعاز عليها. 4-عرض شرح للأوضاع الاساسية (بوربونيت) يتضمن المميزات الخاصة لكل وضع	70د 20د	2-القسم الرئيسي أ-النشاط التعليمي

<p>وكيفية الإيعاز عليها.</p>		<p>مع صور توضح هذه الأوضاع ومن جوانب مختلفة للشكل المعروض. 5-تقديم فلم فيديو تعليمي عن الأوضاع الأساسية وذلك بتطبيقها على نموذج حي من أحد الطلبة ومن ثم على مجموعة من طلبة. (طلبة المرحلة الرابعة).</p>	
<p>1-المدرس يقسم الطلبة للقاعة الدراسية الى مجموعتين. 2-هذا التقسيم يتغير في كل خطة تعليمية. 3-تأدية كافة النشاطات الحركية من الطلبة. 4-المدرس يراقب ويتابع اداء كلا المجموعتين.</p>		<p>1-تأدية النشاط الحركي الاول وهو تنفيذ تطبيق الوضع الاساسي الاول (الوقوف) وكيفية الإيعاز عليه. 2-تأدية النشاط الحركي الثاني وهو كيفية تطبيق الوضع الاساسي الثاني (الجلوس) والإيعاز 3-يستمر هذا النشاط لحين الانتهاء من تطبيق كافة الإيعازات الأخرى.</p>	<p>ب-النشاط التطبيقي د</p>
<p>1-المدرس يحدد أحد الطلبة لتطبيق النشاطات الحركية المتعلمة ثم يختار طلبة . 2-المدرس يقيم الاداء العملي ويقدم لهم التعزيزات. 3-المدرس يعلق المحاضرة بملخص عما تم تقديمه وطرحه في المحاضرة.</p>		<p>1-اجراء اختبار للطلبة عن كيفية الإيعاز للأوضاع الرئيسة التي طبقت تباعا. 2-غلق المحاضرة بتقديم ملخص عن المادة التعليمية والهدف السلوكي منها. 3-الاجابة عن كافة الاسئلة التي تقدم من الطلبة. 4-اداء تحية الانصراف من أحد الطلبة.</p>	<p>القسم الختامي د</p>





ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## تأثير الاسلوب التنافسي بألعاب مشابهة في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبين بأعمار (13-15) سنة

مصطفى خالد محمد<sup>1</sup> أ.م.د. علي سبهان صخي<sup>2</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> ali.sabhan75@gmail.com, <sup>2</sup> 1mustafa.2025.khaled@gmail.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الى معرفة مدى تأثير الاسلوب التنافسي كأحد الاساليب المختلفة في التعلم وتطبيقه على ألعاب مشابهة للعبة الكرة الطائرة حيث يخرج هذا الاسلوب للاعبين من الجو المعتاد للوحدات التعليمية ويضفي التشويق عليه من خلال التنافس بأجواء جديدة غير معتادة ومعرفة مدى تأثيره على مهارة الاعداد في الكرة الطائرة . وافترض الباحثان ان هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة في تطوير مهارة الاعداد للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية . اما مجالات البحث فتألّفت العينة من (24) لاعب من اللاعبين الناشئين (13-15) سنة لمنتخب تربية الرصافة الثانية وقسمها الى مجموعتين تجريبية وضابطة لكل مجموعة (12) لاعب وبواقع (24) وحدة تعليمية تدرجت من السهل الى الصعب على وفق امكانية العينة، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة نوات الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لملائمة طبيعة الدراسة . وبعد عرض ومناقشة النتائج للبحث توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية : ان للأسلوب التنافسي بالألعاب المشابهة اثر ايجابي ساعد في تطوير مهارة الاعداد للعبة الكرة الطائرة . اما التوصيات فقد اوصى الباحثان باستخدام الاسلوب التنافسي في عملية التعلم وادخال الالعب المشابهة للكرة الطائرة وخاصة لعبة التيكفولي ((TEQVOLY في الوحدات التعليمية لما لها من اثر تحفيزي ومشوق للاعبين في تطوير مهارات لعبة الكرة الطائرة .

**الكلمات المفتاحية:** الاسلوب التنافسي - ألعاب مشابهة - مهارة الاعداد - الكرة الطائرة .

**1-المقدمة:**

والفوز بالمباراة ومن خلال متابعة الباحثان للتدريبات ارتأيا الى التركيز على الاسلوب التنافسي واعداد تمرينات تنافسية تعليمية باستعمال بعض الألعاب المشابهة للعبة كرة الطائرة وخلق جو من التشويق والاثارة لتحسين وتطوير مهارة الاعداد في الكرة الطائرة للاعبين بأعمار (13-15) سنة والتركيز على تطوير هذه المهارة بشكل افضل واسرع باعتبارها من اهم المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة .

**اهداف البحث**

1-التعرف على تأثير الاسلوب التنافسي في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة .

2-اعداد تمرينات تعليمية تنافسية باستعمال العاب مشابهة للعبة الكرة الطائرة

3-التعرف على تأثير التمرينات التعليمية التنافسية باستعمال الالعاب المشابهة على تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة .

**فروض البحث**

-هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة وباستعمال الاسلوب التنافسي .

-هناك فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة باستعمال الاسلوب التنافسي .

**مجالات البحث**

**المجال البشري:** لاعبو منتخب تربية بغداد/الرصافة الثانية بأعمار 13-15 سنة .

**المجال الزمني:** المدة من 2021/12/13 لغاية 2022/3/7 .

**المجال المكاني:** ملاعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في وزارة الشباب .

**تحديد المصطلحات:**

**الاسلوب التنافسي:** هو احد الوسائل الناجحة في استثارة رغبة المتعلم وفي حثه على بذل اقصى جهده وهذه المنافسة تكون اما مع متعلم اخر او منافسة المتعلم مع نفسه " كما ذكره (نزار الطالب وكامل لويس)(7:123)، كما ذكر (الجمساني) " ان المنافسة التي تحدث بين المتعلمين ما هي الا محاولة لكل منهم

تعتبر لعبة الكرة الطائرة من أكثر الألعاب الجماعية التي تحقق فرص الممارسة والمنافسة والترويج، مما جذب إليها أنظار العالم من الأطفال والشباب وكبار السن من الجنسين وذلك لما تتميز به من إثارة ومهارات فنية ذات طابع مميز وخاص، ولقد نالت اهتمام الباحثين فحظيت بنصيب وافر من الأبحاث العلمية في المجال الرياضي بهدف تطوير القدرات البدنية والمهارية والخطوية للاعبين للوصول بهم إلى أفضل المستويات، إذ أسهمت الوسائل الحديثة المستخدمة في مساعدة الباحثين والدارسين والقائمين على العملية التدريبية وكيفية قياسها مستوى تطور المهارة لدى المتدربين في تخطي الوسائل والأساليب القديمة المستخدمة وإخراجها من حيز التكهن والمصادفة إلى اعتماد وسائل علمية حديثة تؤدي الى معرفة تأثير التدريب الرياضي في تطوير القدرات المهارية للاعبين مما يزيد من فائدة التدريب الرياضي للوصول به الى أعلى مستوى مطلوب من العملية التعليمية، وهذا لا يأتي عن طريق التشجيع فقط بل عن طريق تهيئة الظروف المناسبة للرياضي واساليب حديثه في تطوير إمكانياته وزيادة من قدراته، وقد يتم ذلك عن طريق تمرينات تعليمية ذات طابع تنافسي تحفز اللاعب على المزيد من العطاء اثناء التمرين واستعمال العاب مشابهة الى حد كبير من اللعبة الاصلية يساعد في تهيئة هذه الظروف والابتعاد عما هو معتاد عليه لصقل المهارات بصورة جيدة يؤدي الى تطور إمكانياته وقدراته بما يلائم الظروف الجديدة، ولا سيما ما يعتبره الباحثان والكثير من المختصين من اهم المهارات الاساسية للكرة الطائرة وهي مهارة الاعداد .

ومن خلال ما تقدم تكمن اهمية البحث الى توجه الباحثان لتوفير اجواء وظروف تنافسية باستعمال العاب مشابهة للعبة الكرة الطائرة في خلق جو جديد خارج عن المؤلف وظروف جديده تساعد في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للناشئين والوصول بها لأفضل مستوى ممكن والارتقاء بإمكانيات اللاعبين .

**مشكلة البحث**

تعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي تعتمد بشكل اساسي على التنافس من اجل الحصول على اكبر عدد من النقاط

جدول (1) يبين تجانس العينة بمؤشرات النمو

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	سنة	14.04	14.00	0.75	0.07
الكتلة	كغم	67.70	68.50	4.35	0.55
الطول	سم	166.37	166.00	5.85	0.19
العمر التدريبي	شهر	16.25	18.00	5.44	0.11

جدول (1) يبين تكافؤ العينة بمتغير البحث

المتغير	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t)	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
مهارة الاعداد	درجة	11.2	2.3	11.0	2.1	0.18	0.8	عشوائية
		5	0	8	9		5	ي

## 2-3 الاجهزة والادوات المستخدمة: كرة طائرة قانونية

عدد 20 نوع (MIKASA)، ملعب كرة طائرة قانوني، صافرة عدد 2 (fox)، شريط لاصق، طاولة تيكفولي عدد 2، حلق كرة سلة مثبت بعامود، جهاز حاسوب محمول عدد 1 نوع (Dell)، كاميرا تصوير ديجتال عدد 1 نوع (Sony) .

## الالعاب المشابهة: ان التطور الكبير الذي مهدته مجالات

التعلم في مختلف الالعاب الرياضية دفع الباحثين والمهتمين في هذا المجال الى البحث عن وسائل واساليب تعليمية تواكب هذا التطور وتهدف الى تعليم وتطوير القدرات المهارية للاعبين والتي تكون عامل مهم في تسهيل عملية التعلم وعلية سوف يستخدم الباحثان بعض الالعاب التنافسية المشابهة للعبة الكرة الطائرة لزيادة التشويق وتسريع عملية التعلم واتقان مهارة الاعداد ومنها:

1- لعبة التنس الارضي .

2- لعبة تيكفولي (TEQVOLY)

## 2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:

### اختبار دقة الاعداد على حلقة كرة السلة (74:8):

الغرض من الاختبار: قياس دقة الاعداد .

الادوات: حلق كرة السلة، كرات طائرة عدد (1) .

مواصفات الاداء: يقوم اللاعب بتمرير الكرات من الاعلى بطريقة بحيث يعطي كالاتي:

1- لكل مختبر 10 محاولات .

2- يجب استخدام الاعداد باليدين والتمرير الى اعلى .

لأحراز التقدم المطلوب وهي بحد ذاتها تعد عنصراً تعزيزياً ديناميكياً تظهر اثاره في التعلم والسلوك" (4:423) .

**الالعاب المشابهة:** بعد الاطلاع على المصادر والبحوث العلمية الخاصة بالكرة الطائرة لم يجد الباحثان تعريفا لمصطلح الالعاب المشابهة لذا لجأ الباحثان الى تعريفها كتعريف اجرائي دعماً لفكرة البحث .

**تعريف اجرائي لمصطلح (الالعاب المشابهة):** ان الالعاب المشابهة هي عبارة عن مجموعة العاب فيها تشابه مع اللعبة الاصلية إذ يمكن تطبيق واستعمال نفس الحركات والمهارات الاساسية للعبة الاصلية مع اختلاف في طريقة اللعب او حدود الملعب او بعض التغيرات التي تساعد على سرعه التعلم واتقان المهارات لدى اللاعب .

## 2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

**2-1 منهج البحث:** لغرض التوصل الى حقيقة علمية واختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث استخدم الباحثان المنهج التجريبي المصمم بمجموعتين (التجريبية والضابطة) ذو الاختبارين القبلي والبعدي .

## 2-2 مجتمع البحث وعينته: أن المجتمع يعني جميع

الأفراد المشاركين في التجربة التي تتشابه بهم المتغيرات المطلوبة للدراسة ومن الطبيعي ان اجراء البحث واسلوبه اذا طبق على اكثر نسبة من المجتمع يعني الحصول على معلومات اكثر دقة، وقد حدد مجتمع البحث باللعبين الناشئين لتدريبات بغداد الرصافة بأعمار 13-15 سنة والبالغ عددهم 84 لاعب. وان حجم عينة البحث يتوقف على عدد من الاعتبارات مثل امكانية الباحث ودرجة التباين وتجانس وحدات مجتمع البحث وقد اختار الباحثان (28) لاعبا من مجتمع البحث كعينة أي ان نسبة عينة البحث بالنسبة لمجتمع البحث 33.33% إذ تم استبعاد 4 لاعبين لأجراء التجربة الاستطلاعية ليكون عدد افراد عينة البحث (24) لاعب تم تقسيمهم الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بطريقه عشوائية (القرعة) وبعدد (12) لاعب عينة تجريبية و (12) لاعب عينة ضابطة وقد اجري الباحثان تجانس وتكافؤ للعينة كما موضح في الجدول (1) والجدول (2).

وأما المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية كانت في يوم السبت 2021/12/18 اختصت بالتمرنات وعلى نفس اللاعبين في التجربة الأولى والبالغ عددهم (4) والهدف من هذه التجربة:

1- التأكد من امكانية اللعب والتعامل بسهولة مع الالعب المشابهة.

2- التعرف على صعوبة وملائمة التمرينات

3- التعرف على جميع المعوقات التي قد تواجه العينة عند التطبيق.

4- التأكد من زمن التنفيذ للتمرينات في الوحدات التعليمية والوقوف على المشكلات التي قد ترافق تطبيق التمرينات التعليمية أو تنفيذ الاختبارات

**2-6 الاختبارات القبلية:** تم إجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث التجريبية والضابطة قبل البدء بتنفيذ التمرينات على قاعة ملعب المدرسة التخصصية بالكرة الطائرة وبعد تحضير الأدوات الخاصة بالاختبارات وبالتعاون مع الفريق المساعد والباحثان وذلك في يوم الاثنين الموافق 2019/12/20 الساعة 3 عصراً .

**2-7 الإجراءات الميدانية (التجربة الرئيسية):** تم تطبيق مفردات التجربة الرئيسية بعد توزيع الوحدات التعليمية إذ بلغ عددها على وفق المنهاج التعليمي (24) وحدة تعليمية موزعة على (8) أسابيع وواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع (السبت، الاثنين، الأربعاء) وبدأ تطبيق التمرينات لعينة البحث التجريبية والمتمثلة بلاعبين منتخب تربية الرصافة الثانية متوسط بنين بالكرة الطائرة المتراوح اعمارهم بين (13-15) سنة، وذلك في يوم الاربعاء الموافق 2021/12/22 الساعة 3 عصراً .

إذ بلغ القسم الرئيس من الوحدة التعليمية (90) دقيقة وكان عمل الباحثان يقتصر على زمن قدره (30-35) دقيقة من زمن القسم الرئيس اجراها على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة للمدرب وبذلك يكون مجمل الوقت (30-35) لتطبيق المنهج والذي يتماشى مع الخطة والمنهج الموضوع من قبل المدرب، إذ تضمنت الوحدة التعليمية استخدام التمرينات الموضوعه من قبل الباحثان وتطبيق التمارين التنافسية على الالعب المشابهة إذ استخدم الباحثان في بداية الوحدات

3- يجب أن يتم الاعداد داخل الدائرة كما موضح بالشكل (4).

4- الدرجة النهائية للاختبار (30).

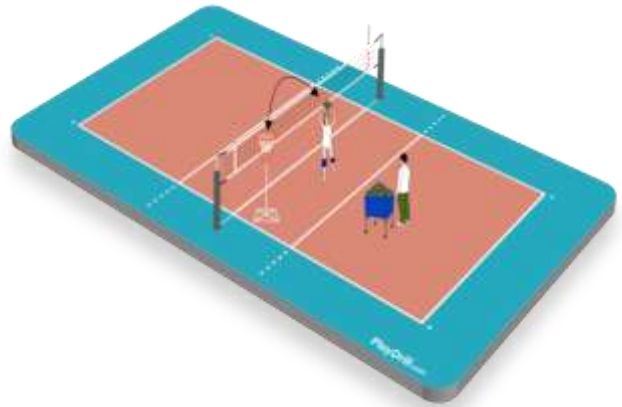
**درجة التسجيل:** يسجل المختبر مجموع النقاط التي يحصل عليها في المحاولات العشر الممنوحة له وذلك وفقاً للاعتبارات الآتية:

3- درجات لكل محاولة تدخل فيها الكرة من دون ملامسته.

2- درجتان لكل محاولة تدخل فيها الكرة الحلقة مع ملامستها (ملامسة الحلقة).

-درجة واحدة لكل محاولة تلمس فيها الكرة الحلقة من دون أن تدخلها.

-صفر في حالة أي اداء يخالف ما سبق.



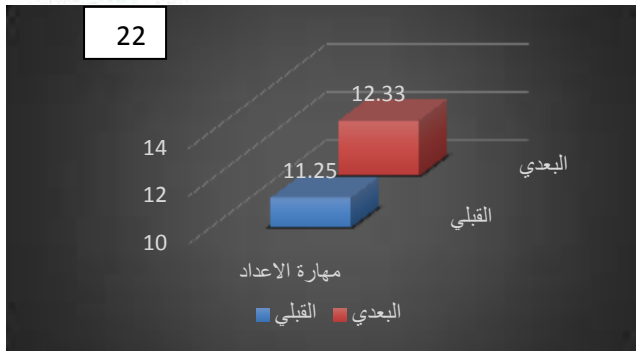
شكل (1) يوضح اختبار الدقة لمهارة الاعداد على حلق كرة السلة

**2-5 التجربة الاستطلاعية:** من اهم الإجراءات البحثية التي يقوم بها الباحثان لكي لا يقع في الأخطاء والصعوبات اثناء التجربة الرئيسية، إذ تم اجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (4) ومن المستبعدين من التجربة الرئيسية الساعة (3عصراً) في يوم الاثنين الموافق 2021/12/13، إذ تم تطبيق الاختبار المستخدمة في البحث ومن ثم التهيؤ لتنفيذ بعض التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي . وكان الهدف من هذه التجربة:

1- التعرف على الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات.

2- معرفة كفاية قدرة الفريق المساعد.

3- قدرة العينة على الأداء الاختبارات وتم اجراء تعديل على ارتفاع حلق كرة السلة المستخدم في اختبار دقة الاعداد ولتتناسب مع امكانية اللاعبين .



الشكل (2) يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة من خلال النتائج الإحصائية التي تم التوصل إليها تمت مناقشة النتائج إذ تبين من الجدول (3) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة بنسبة بسيطة ل مهارة الاعداد، ويعزو الباحثان السبب في ذلك الى المنهاج المتبع من قبل المدرب يفتقر للاهتمام وعد التركيز على التنوع بالأساليب المستخدمة في الوحدة التعليمية إذ يتفق الباحثان مع رأي (حسن سيد معوض) بأن " يمكن استعمال أسلوب المنافسة من اجل تحقيق أهداف مهارية عندما يتطلب استعمال المهارات الحركية فالمنافسة تساهم بنصيب وافر في تطوير قدرات المتعلم وتطوير مهاراته ويذكر ايضا ان من شروط نجاح تعلم المبادئ الأساسية هو ان يكون التعلم عليها في قالب المنافسة قدر المكانة " (32:3)، وان كان هناك وفي فترات متباعدة تمارين ذات طابع تنافسي في الوحدات التعليمية التي اجريت على المجموعة الضابطة فتقتصر على الاسلوب المعتاد والروتيني من قبل اللاعبين او استعمال المدرب لأسلوب التعلم باللعب المباشر وهو يختلف عن الاسلوب التنافسي إذ يتفق الباحثان مع (ناهدة عبد زيد) بأن " اللعب المباشر هو حالة توجيه التعلم المهاري بأسلوب اللعب والغاية منه تعلم المتعلم اداء اللعب والذي يستلزم الجمع بين الوعي والاستيعاب والادراك للمعرفة الخطية وتنفيذ المهارة " (6:137)، وهذا قد يزيد التركيز على الاعداد البدني والخطي على حساب تعلم المهارات الاساسية بصورة اكبر في هذه المرحلة العمرية .

التعليمية التمارين الموضوعية لتطوير مهارة للأعداد ثم الدمج بين هذه المهارات بتمارين مركبة لأكثر من مهارة وفي القسم النهائي من الوحدة التعليمية استخدم الباحثان التمرينات التنافسية باستخدام الالعاب المشابهة (التنس الارضي والتيكفولي) لإضفاء الحماس والتشويق وزيادة السرعة في عملية التعلم و راعي الباحثان التدرج في اعطاء التمرينات من السهل الى الصعب .

**2-8 الاختبارات البعديّة:** تم إجراء الاختبارات البعديّة وذلك بعد الانتهاء من التجربة الرئيسيّة والانتهاء من تطبيق التمارين الخاصة بعينة البحث في يوم الاثنين مصادف 2022/3/7 وبعد ان تمت تهيئة جميع الظروف المشابهة من حيث الأدوات والمكان والزمان للاختبار القبلي لعينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة للتعرف على أثر الاسلوب التنافسي بالالعاب المشابهة ووسائل المساعدة المستخدمة بمساعدة فريق العمل وعلى قاعة المدرسة التخصصية بالكرة الطائرة في وزارة الشباب والرياضة .

**2-9 الوسائل الإحصائية:** استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية spss لاستخراج المعالجات الإحصائية المناسبة للحصول على النتائج من خلال القوانين الآتية: (الوسط الحسابي، t-test للعينات المستقلة، الوسيط، t-test للعينات غير المستقلة، الانحراف المعياري، معامل الالتواء).

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد ان تم اجراء الاختبارات القبلية والبعديّة على العينة قام الباحث بتحليل النتائج ومناقشتها ومعالجتها احصائياً للتوصل الى تحقيق الهدف من البحث وفرضياته وفيما يلي عرض النتائج من خلال هذه الجداول وتحليلها ومناقشتها وفق المراجع العلمية.

### 3-1 عرض النتائج القبلية والبعديّة للمجموعة

#### الضابطة لاختبار مهارة الاعداد ومناقشتها وتحليلها:

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمهارة الاعداد للمجموعة الضابطة

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ع ف	ف س	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س					
مهارة الاعداد	درجة	11.25	2.30	12.33	2.18	1.08	0.51	7.28	0.00	دل

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-1.

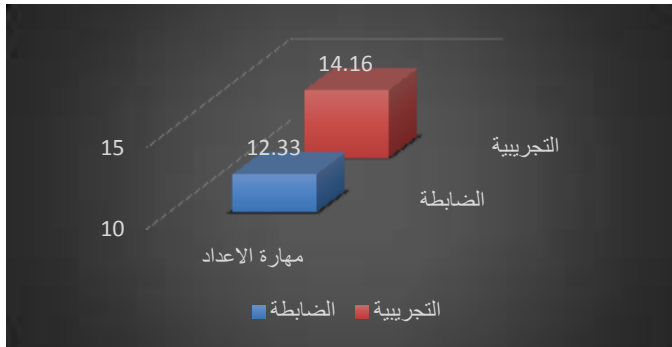
الالعاب المشابهة ووسائل المساعدة ساعد اللاعبين على إعطاء رؤية واضحة عن إمكانية جعل ظروف التمارين مشابهة لظروف المباراة قدر المستطاع من حيث التنافس والدافعية للوصول الى النتيجة المثلى، إذ كلما كانت ظروف التمرين مشابهة لظروف المباراة كلما كان التطور أفضل وأسرع. كذلك هذا ما أكده (قاسم لزام وآخرون)، (2005) إن " الغاية من التعليم هي إحداث تغييرات وتطوير في كيان المتعلم، والتعلم يتضمن نشاطاً من المعلم الذي يعمل على استثارة دوافع المتعلم للتعلم وتكوين الميول والرغبات من خلال استعمال بعض الوسائل المساعدة التي تقوده إلى التطور الصحيح للمهارة وإمكانية أدائها". (36:5).

عرض النتائج البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبار مهارة الاعداد ومناقشتها وتحليلها .

الجدول (5) يبين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
مهارة الاعداد	درجة	2.18	12.33	1.85	14.16	2.21	0.03	دال

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-2



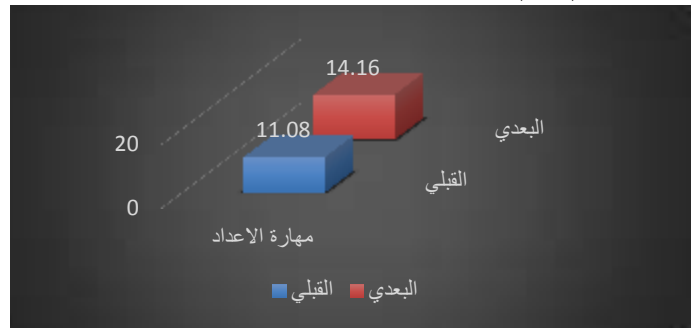
الشكل (4) يوضح نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة يتبين من النتائج المعروضة في الجدول (5) ان هناك تأثيراً معنوياً في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان سبب تفوق المجموعة التجريبية الى الاسلوب المستخدم في تعلم المهارات والتمارين المستخدمة والتي اثبتت فاعليتها في تطوير مهارة الاعداد فالأسلوب التنافسي يعمل على استثارة التحدي والحماص من خلال الطاقة المخزونة لدى المتعلم او اللاعب وعندما تتحفز هذه الطاقة ستنير الرغبة في العمل والتقويم بعطاء غير محدود وكان للأسلوب التنافسي تأثير إيجابي واضح في تطوير

### 2-3 عرض النتائج القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية لاختبار مهارة الاعداد ومناقشتها وتحليلها:

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمهارة الاعداد للمجموعة التجريبية

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدى		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
مهارة الاعداد	درجة	2.19	11.08	1.85	14.16	8.61	0.00	دال

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-1.



الشكل (3) يوضح نتائج الاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية من خلال الاطلاع على الجدول (4) نلاحظ معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمهارة الاعداد ولصالح الاختبار البعدى للمجموعة التجريبية . إذ يعزو الباحثان هذا الفرق الى الاسلوب المستخدم وتنوع التمرينات في الوحدة التعليمية وتأثير الالعاب المشابهة التي استعملت لهذا الغرض، كذلك من خلال التمرينات المنتظمة والتكرارات والتمرينات التنافسية النوعية التي طبقت على المجموعة التجريبية إذ ادت الى استثارة رغبة المتعلم وحته لبذل أقصى جهد، وساهمت في تطوير مهارة الاعداد، فأسلوب منافسة هو نشاط يحاول من خلاله المتعلم احراز الفوز والتقدم على المنافس الاخر الامر الذي يتطلب ضرورة لاستعماله اقصى قوة لقدراته فيعمل هذا الاسلوب على زيادة دافعية المتعلم نحو التعلم الحركي ومعرفة التقدم الحاصل لديه، فاتفق الباحثان مع (ناهدة عبد زيد) بأن " اسلوب المنافسة يساهم بنصيب وافر في تطوير قدرات المتعلم ومهارته اذ ان اعلام المتعلم بنتيجة ادائه ومقارنته بزملائه واعلامه بمدى تقدمه او تأخره يعد من اقوى دوافع التعلم الحركي" (32:6)، مما ادى الى تطور مهارة الاعداد كما في الشكل (3) الذي يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية، إذ ان استخدام

التي استخدمت الاسلوب التنافسي والتمرينات التنافسية على العاب مشابهة والوسائل المساعدة لتطوير مهارة الأعداد ومهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب كانت اكثر فاعلية وهذا ما استدلت عليه الباحثان.

#### 4-الخاتمة:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحثان من خلال التجربة الميدانية على افراد العينة (المجموعة التجريبية) ومن خلال استخدام الوسائل الاحصائية وعرضها وتحليل النتائج توصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية:

1-للأسلوب التنافسي اثر ايجابي في عملية التعلم وتطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة .

2-التمرينات المستخدمة للمجموعة التجريبية ساعدت في تطوير مهارة الاعداد لدى اللاعبين .

3-من خلال نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية تبين أن التعلم وتكرار التمرينات وفق الأسلوب التنافسي أفضل من الأسلوب التقليدي في تطوير مهارة الاعداد بالكرة الطائرة .

4-ان الالعاب المشابهة المستخدمة في البحث كان لها اثر واضح في خلق جو خارج عن المؤلف مليء بالحماس ساعد بشكل ايجابي في عملية التعلم وتطوير المهارات .

فيما يوصي الباحثان بالتالي:

1-يوصي الباحثان باستخدام الاسلوب التنافسي في عملية تعليم المهارات الاساسية للعبة الكرة الطائرة .

2-يوصي الباحثان المدربين باستخدام الاساليب التعليمية المتنوعة والمختلفة لما لها من تأثير ايجابي على سرعة التعلم واتقان المهارات .

3-يوصي الباحثان بتوفير الالعاب المشابهة وخاصة لعبة (التيكفولي) لما لها من اثر تحفيزي ومشوق لدى اللاعبين

4-اجراء دراسات وبحوث اخرى عن استخدام الاسلوب التنافسي على فئات عمرية اخرى ولمهارات الكره الطائرة الاخرى والالعاب الجماعية الاخرى .

#### المصادر:

- [1] احمد خاطر (وأخرون)؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية؛ (القاهرة، دار المعارف، 1978).
- [2] حسن سيد معوض؛ كرة السلة للجميع؛ (القاهرة، دار الفكر العربي، 1980).

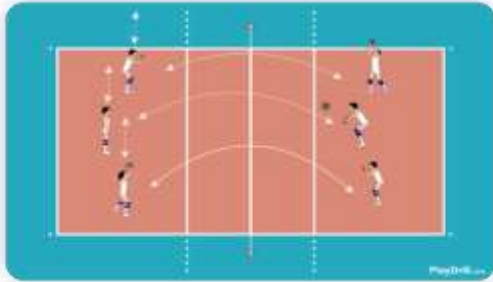
قدرات المتعلم بعيدا عن الملل والتمرينات التقليدية كما ان التمرينات ركزت على التنوع والتكرار وتطبيقها على العاب مشابهة انعكست على أداء اللاعبين واتسمت التمرينات بزياده في التكرار حتى تزيد قدرته على اتقانه للمهارة، وهذا ما أكده (signer) " في سبيل ان يأخذ التمرين مكانه في التعلم لأبد من اجراء محاولات تكرارية كثيرة لتنظيم وتطوير الظروف المحيطة بالتمرين وتثويتها لغرض الابتعاد عن الخطأ مما يساعد على تطوير المهارة ويشارك فعليا في التعلم والأداء " (9:282)، وقد راعى الباحثان بتطبيق التمارين بصورة متدرجة من السهولة الى الصعوبة إذ اعتمدت التمرينات على الأداء الصحيح وتعويد اللاعبين على تقويم ادائهم من خلال تقييم المدرب واطلاعهم على طريقة الصحيحة لأداء المهارة بصورة مستمرة لتحقيق اكثر فائدة من الوحدة التعليمية، " وبعد التمرين الصفة التي تميز الوحدة التدريبية وعليه يبني مقدار التعلم وتطور الأداء، إذ يعرف التمرين "بأنه أداء أو إنجاز عمل أو واجب معين بصورة متكررة لغرض تعلم مهارة مكتسبة بصورة تامة "، وأيضاً باستخدام الالعاب المشابهة مع المجموعة التجريبية زاد من عنصر التشويق والحماس وقللت من الملل وزادت من استئارة وتشويق وانتباه افراد المجموعة وخصوصاً في التمارين التنافسية إذ ان استخدام الأسلوب التنافسي يؤدي الى تحقيق الهدف المطلوب وتعمل على مضاعفة جهد اللاعب لأجل منافسة ذاته والآخرين والمنافسة ما هي الا محاولة لكل واحد منهم لإحراز التقدم وهذا بحد ذاته يعتبر عنصر تعزيز ديناميكي يظهر أثره في التعلم والسلوك ويذكر (حسين معوض) " انه يمكن استخدام أسلوب المنافسات من اجل تحقيق اهداف مهارية عندما يتطلب استخدام المهارات الحركية فالمنافسات تساهم بنصيب وافر في تنمية قدرات الفرد وتطوير مهاراته " (3: 49).

ويؤكد الباحثان ان هذا لا يعني ان المجموعة الضابطة والتي لم تركز او تستخدم الاسلوب التنافسي في تمارينها او الوسائل المساعدة لم تتطور لديهم المهارات بل انه كان واضحاً سواء باستخدام الأسلوب التنافسي او بدونها قد حقق تقدماً ملموساً ويعزو الباحث التقدم للمجموعة الضابطة الى خبرة المدرب الكبيرة ومراعاة الأسس العلمية الصحيحة في تصميم البرنامج التعليمي او التدريبي وتطبيقه ولكن تفوق المجموعة التجريبية

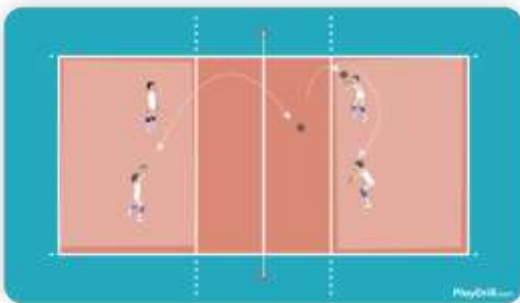




2-تمرين الاعداد بلعبة التنس يقف (6) لاعبين كل (3) في جهة احدهما مقابل الاخر في ملعب التنس تفصل بينهما الشبكة يمرر للاعب الكرة لنفسه من الاعلى باستمرار وحين سماع الصافرة يمررها الى اللاعب الاخر ثم يمسكها ويعيد نفس التمرين لزميله وهكذا .



3-تمرين الاعداد بلعبة التنس يقف اربع لاعبين كل اثنين في جهة من ملعب التنس ويستمران في اللعب ومداولة الكرة في ما بينهم بلمستين لكل فريق تكون التمريزة الاولى من الاعلى للزميل والثانية الى الفريق الاخر في الملعب الخلفي من الاعلى ايضا ويستمر اللعب وهكذا .



4-تمرين تنافسي بلعبة التنس يقسم (12) لاعب الى فريقين ويكون اللعب بطريقة التنس الارضي كل سته في جهة من الملعب شرط اللمسة الاولى للملعب في المنطقة الخلفية .

[3] حسين سيد معوض؛ كرة السلة للجميع، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1980).

[4] عبد علي الجسماني؛ علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية: (بغداد، مطبعة الخلود، 1984).

[5] قاسم لزام و(آخرون)؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (بغداد، 2005).

[6] ناهدة عبد زيد الدليمي؛ اساليب في التعلم الحركي؛ (بيروت، دار الكتب العالمية، 2012).

[7] نزار الطالب وكامل لويس؛ علم النفس الرياضي؛ (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993).

[8] محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، 1997).

[9] Singer, N. Robert , Motor Learning & Performance, (Macmillan Publishing Co. Inc., New york, 1980, P.282.

### الملاحق:

الملحق (1) يوضح طاولة لعبة التيكفولي (TEQVOLY)



ملحق (2) يوضح التمرينات الخاصة بمهارة الاعداد

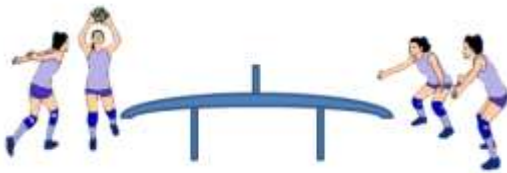
1-تمرين الاعداد بلعبة التنس يقف (6) لاعبين احدهما مقابل الاخر كل ثلاثة في جهة من ملعب التنس تفصل بينهم الشبكة يرمي اللاعب الكرة للأعلى ويتركها ترتد على الارض ويعدها يمررها من الاعلى للاعب الاخر يمسكها اللاعب الاخر ويعيد نفس التمرين وهكذا .



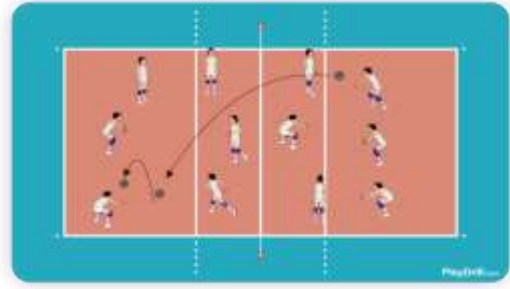
لعبها على ملعب المنافس بطريقة الاعداد ويقوم الفريق الاخر بالملعب الثاني بنفس التمرين بعد مسك الكرة وهكذا.



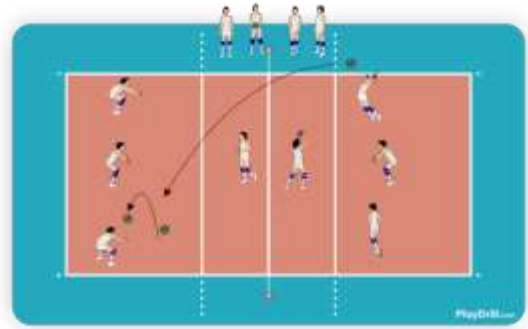
8-تمرين تنافسي على طاولة التيكفولي بلاعبين اثنين يتم لعب وتداول الكرة بين الاعبين بطريقة الثلاث لمسات لكل لاعب بعد عبور الكرة الى ملعبه وارتدادها من الطاولة والتنافس للحصول على نقطه .



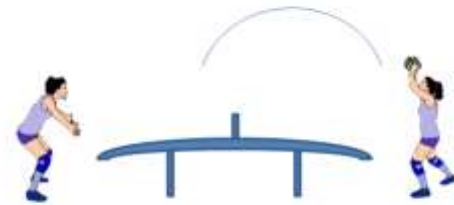
9-تمرين تنافسي ب(4) لاعبين كل اثنين في جهة ملعب على طاولة التيكفولي يتم تداول الكرة بين الفريقين بعد بدأ احد الفريقين بأرسال الكرة للجهة الثانية للملعب والتنافس فيما بينهم للحصول على نقطه.



5-تمرين تنافسي بلعبة التنس يقسم (12) لاعب الى ثلاث فرق من ثلاث لاعبين ورافع يتنافسون في ما بينهم على اخذ ثلاث نقاط متتاليه بشرط سقوط الكرة الاولى في المنطقة الخلفية بطريقة لعب لعبة التنس الارضي الفريق الفائز يبقى في الملعب الخاسر يخرج من الملعب وينتظر دوره .



6-تمرين مهارة الاعداد على طاولة التيكفولي بلاعبين اثنين يقف كل منهما في جهة ملعب يرفع اللاعب الكرة للأعلى ثم الاعداد على طاوله المنافس يمسكها اللاعب الثاني ويعيد نفس التمرين على طاوله جهة اللاعب الاول وهكذا .



7-تمرين مهارة الاعداد على طاولة التيكفولي ب (4) لاعبين يقف كل اثنين في جهة ملعب يتم فيها اعداد الكرة للزميل ثم



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## تأثير تدريبات القوة الارتدادية للذراع والذراعين في بعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي

### الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب

عبدالله محمد علوان<sup>1</sup> أ.م.د. كريم عبيس محمد<sup>2</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> abbouvv95@gmail.com , <sup>2</sup> Kareem\_f64.edbs@uomustansiriyah.edu.iq)

**المستخلص:** يهدف البحث الى اعداد تدريبات القوة الارتدادية للذراع والذراعين، وكذلك التعرف على تأثير التدريبات القوة الارتدادية للذراع والذراعين على بعض مؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة Cp34 الشباب، والتعرف على نسبة التطور لبعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي وواقع المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي تبعاً لطبيعة المشكلة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي فعالية رمي الرمح من الجلوس فئة CP34 الشباب وعددهم (لاعيين) من اصل (4) لاعبين إذ شكلت نسبتهم (50%) من مجتمع الاصل، وقد قام الباحثان بالتجربة الاستطلاعية الاولى والثانية والاختبار القبلي والتمرنات والاختبار البعدي، وقد اظهرت النتائج ان تدريبات القوة الارتدادية للذراع والذراعين تعمل على تطوير بعض المؤشرات البايوكينماتيكية (زوايا الاداء، سرعة الانطلاق، السرعة الزاوية، الزمن) وانجاز لدى لاعبي رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب، وكذلك ان تدريبات القوة الارتدادية تعمل على تطوير زاوية الانطلاق وهجوم و اتجاه الرمح لدى لاعبي رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب مما ساهمت في تطوير الانجاز، ويوصي الباحثان التأكيد على وضع تدريبات القوة الارتدادية يمكن استخدامها بما ينسجم مع المسار الحركي والهدف المنشود التي تعمل على تدعيم العملية التدريبية وكذلك التأكيد على استخدام تدريبات القوة الارتدادية في تدريب المعاقين فضلا عن الفاعلية او اللعبة التي يمارسونها للأطراف العليا او السفلى مع مراعاة قدرة اللاعب والتدرج الصحيح في الشدد.

**الكلمات المفتاحية:** القوة الارتدادية - البايوكينماتيكية - رمي الرمح - فئة cp34 - الشباب

**1- مقدمة:**

الباحثان بالعمل على تحليل بعض المؤشرات البايوكينماتيكية المرتبطة في اداء رمي الرمح من الجلوس لعينة البحث ووضع تدريبات القوة الارتدادية لجذع والذراعين مقترحة تعمل على تطويرها وبالتالي تطوير مسافة الانجاز .

**اهداف البحث:**

1- اعداد تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين .  
2- تأثير تدريبات القوة الارتدادية في بعض مؤشرات البايوكينماتيكية والانجاز لدى لاعبي رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب.

3- التعرف على نسبة التطور بعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب

**فروض البحث:**

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المؤشرات والبايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب لصالح الاختبار البعدي.

2- من خلال الفروق الاحصائية تبين هناك نسبة تطور بين الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** لاعبين رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب

**المجال الزمني:** 2021/11/1 الى 2022/9/15

**المجال المكاني:** المركز التدريبي للألعاب القوى للمعاقين .

**تحديد المصطلحات:**

- **تدريب القوة الارتدادية او البلايومترك:** فقد شاع استخدام تدريبات البلايومترك المختلفة على أنها تدريبات مهمة واسباسية لتنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة وتطويرها بوصفهم أنها من اهم القدرات البدنية لكثير من الألعاب الرياضية ككرة القدم وكرة السلة والسباحة والعباقوى، لذا يعد اسلوب البلايومترك من الركائز المهمة والمؤثرة في تقدم المستوى الرياضي جنبا الى جنب مع (التكنيك) ويؤثران بدورها في مستوى الانجاز (2: 18).

- **معاقين فئة cp34:** هم احد اصناف الشلل الدماغي تحدث لديهم ضعف في الاطراف السفلى وعدم القدرة على السير

أن التطور والتقدم العلمي أصبح يغزو العالم بشكل متزايد وللجانِب الرياضي الحظ الأوفر من التقدم في ظل التكنولوجيا الحديثة في مختلف الالعاب وتحقيق انجازات كبيرة في جميع الفعاليات، وخاصة المعاقين فيمارسون على اختلاف عوقهم أنواع مختلفة من الانشطة الرياضية الجماعية والفردية سواء كانوا وقوفا أم باستخدام الكراسي أم الأجهزة التعويضية فلكل نوع من العوق الرياضة التي تناسب قدراته، وتطور الأساليب التدريبية لمختلف فعاليات العاقب القوى ومنها فعالية رمي الرمح من الجلوس.

ونظرا لطبيعة فعالية رمي الرمح من الجلوس من حيث القوة الانفجارية وسرعة الاداء اثناء الرمي ومن اجل تطبيقها بصورة صحيحة يتطلب استخدام المعلومات الحسية أي التغذية الراجعة كأسلوب تعليمي يسهم في تصحيح بعض تفاصيل أو دقائق أجزاء الحركة، إذ نجد من الصعب تشخيص الخطأ في الأداء اعتمادا على العين المجردة إذ يعد التحليل الحركي هو المفتاح الذي يصلنا لمعرفة دقائق أجزاء الحركة من خلال استخدام التغذية الراجعة الكينماتيكية في تطوير مراحل الاداء الفني ومسافة الانجاز وبعض المؤشرات البايوكينماتيكية لفاعلية رمي الرمح من الجلوس، وتكمن اهمية البحث على وضع تمارين القوة الارتدادية يسعى الباحثان من خلالها تطوير بعض المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز رمي الرمح من الجلوس، إذ لجئ الباحثان الى التحليل الحركي الذي من خلاله يمكن ان نتوصل الى تشخيص الاخطاء او نقاط الضعف ومعالجتها وبالاعتماد على الأساس الحقيقي لتطبيق الأداء الفني .

**مشكلة البحث:**

تعد فعالية رمي الرمح من الجلوس واحدة من الفعاليات التي تتأثر بالمؤشرات البايوكينماتيكية معينة والتي تؤثر على مسافة الانجاز المطلوبة على أساس الخصائص الميكانيكية الحيوية الفردية والشروط المتوفرة لكل لاعب تحت الظروف المتاحة بصفة عامة من الناحية الفنية، وان تدريبات القوة الارتدادية ذات اهمية كبيرة في تطوير القوة الانفجارية اثناء اداء الرمي كونها تعد اهم المتغيرات التي تؤثر تأثيرا فعالا في الانجاز، لذا ارتأى

## 2-4 تحديد المؤشرات البايوكينماتيكية:

1- سرعة انطلاق الرمح: وهي سرعة انطلاق الرمح لحظة ترك يد الرامي، ويتم حساب هذا المتغير من خلال تحديد صورتي المسافة بعد لحظة الانطلاق لنحصل على المسافة الحقيقية وعلى زمن الصورتين نحصل على الزمن ومن خلال قسمة المسافة على الزمن نحصل على سرعة الانطلاق للحظية (12: 226).

2- زاوية الانطلاق: وهي زاوية المحصورة بين (الخط الافقي المار من مركز ثقل المقذوف والموازي للأرض اثناء بدء الطيران المسار الذي يرسمه مركز ثقل الجسم خلال الطيران)، وترتبط قيمة هذه الزاوية بهدف حركة الرمي الذي يتمثل بتحقيق اكبر مسافة افقية ممكنة يقطعها الرمح (4: 27).

3- زاوية الهجوم: هي الزاوية المصورة بين الخط الطولي للأداة الخط الذي يمر من مركز ثقل الرمح مع الخط السيني افقياً من مركز ثقل الاداة لحظة الانطلاق (8: 203).

4- زاوية الاتجاه: هي الفرق بين زاوية الهجوم (الوضع) - زاوية الانطلاق (1: 13).

5- ارتفاع نقطة انطلاق الرمح: وهو المسافة العمودية لمركز ثقل الرمح على الارض لحظة انطلاق، فضلاً عن اعتماد ارتفاع نقطة انطلاق على طول اللاعب وامتداد الجسم لحظة الرمي وهذا يعني زيادة سرعة الانطلاق اي ان هناك علاقة طردية بين سرعة الانطلاق للرمح وامتداد الجسم (13: 310).

6- زاوية ميل الجذع: هي الزاوية المحصورة بين خط الجذع (من نقطة مفصل الكتف الى نقطة مفصل الورك) مع الخط العمودي أو الافقي، ويمكن قياس زاوية الميل لأي جزء من اجزاء الجسم بنفس الطريقة (18: 88).

7- السرعة الزاوية للذراع الرامية والجذع: يمكن قياسها من خلال الفرق بين الوضع الاول الذي ابتدأ منه الجسم حركته، والوضع النهائي الذي وصله، ولكن لا يمكن قياس المسافة في هذه الحركة بوحدات الطول كالمتر والسنتيمتر كما في الحركة الانتقالية بل تحسب المسافة التي يقطعها الجسم بعدد الدرجات التي يتحركها من بداية حركته ونهايتها (5: 113).

بصورة صحيحة ولديهم قوة عضلية في الاطراف العليا تسمح لهم ممارسة الكثير من الفعاليات من الجلوس ويرمز لهم cp34 من خلال التصنيف الطبي الوظيفي .

## 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي تبعاً لطبيعة المشكلة التي فرضت استخدام المنهج المناسب لذي يلائم طبيعة المشكلة، و يعرف المنهج التجريبي (يمثل الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة عملية ونظرية) (17: 217).

2-2 مجتمع البحث وعينته: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي فعالية رمي الرمح من الجلوس فئة CP34 الشباب وعددهم (لاعبين) من اصل (4) لاعبين تم استبعاد (لاعبين) لعدم التزامهم في الاختبارات إذ شكلت نسبتهم (50%) من مجتمع الاصل.

## 2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات: (المصادر والمراجع العربية والاجنبية، شبكة المعلومات الدولية الأنترنيت، استمارة تفريغ المعلومات، المقابلات الشخصية والاتصال الهاتفي وبرامج التواصل الاجتماعي مع ذوي الاختصاص).

## 2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

(ساعة توقيت، صافرة، شريط قياس، كامرة تصوير (NIKON) حجم (5200)، جهاز موبايل (iPhone 13 pro max) عدد (2)، حامل لتثبيت آلة التصوير (3)، حاسبة الكترونية (لابتوب) عدد (3) اثنان منها (hp) و واحدة (Lenovo)، برنامج التحليل الحركي (kinovea)، وحدات خزن متنقلة (فلاش USB G128)، كرسي المخصص لرمي ورمح وزن (600) عدد 8، كرات طبية بأوزان مختلفة، حبال مطاطية، مسطبات، كيس ملاكمة، انقال).

والسليبات التي قد تواجه خلال اجراء التجربة الرئيسية لتفاديها(11:107).

وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية الاولى التعرف على مدى ملائمة المكان لعينة البحث، التعرف على الوقت الملائم للاختبارات التي تستخدم في البحث، التحقق من صلاحية الادوات والاجهزة المستعملة للبحث، التعرف على الوضع المناسب للتصوير، فهم عينة البحث للاختبارات المستخدمة

**2-7-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:** عمد الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية الثانية التي تخص التدريبات المستعملة في البحث في يوم الاثنين 2022\2\7 في تمام الساعة الثالثة مساء على لاعبي عينة البحث، وكان الهدف منها التأكد من سلامة وصلاحية الادوات والوسائل المستخدمة في التمارين، التعرف على مدى ملائمة طبيعة التمارين الموضوعه لمستوى عينة البحث وتحديد درجة صعوبتها وسهولتها، التأكيد على تحديد الشدة المناسبة لكل التمارين للبدأ بالتمرنات المعدة من قبل الباحثان، التعرف على زمن اداء كل التمرين تقريبي وبالتالي معرفة الزمن الكلي لمجموعة التمارين التدريبية للعينة.

**2-8 الاختبار القبلي:** عمد الباحثان بأجراء الاختبار القبلي في يوم الاحد 2022/2/12 الساعة الثالثة بعد الظهر في المركز التدريبي للألعاب القوى للمعاقين، فبعد نصب كاميرات التصوير لغرض التحليل في المواقع المحددة مسبقا في التجربة الاستطلاعية، يعمد الى أداء رمي الرمح من الجلوس ويتم تسجيل انجاز كل رمية ، وبأشراف والفريق العمل المساعد الخبراء في علم البايوميكانيك ولعاب القوى .

**2-9 التدريبات المستخدمة:** عمد الباحثان بأعداد تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين لتطوير المؤشرات البايوكينماتيكية وانجاز الرمح، ووضع التكرارات والشدد وفترات الراحة المناسبة معتمدا على المصادر العلمية في مجال الاختصاص والاطلاع على آراء بعض الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب والبايوميكانيك، وقام الباحثان بعمل لقاءات مع السيد المدرب للاطلاع على مناهجهم المخصصة للاعبين

والجسم الذي يدور حول محور او عدة محاور يتحرك بسرعة زاوية، وهي التي تعبر عن مدى تغير وضع الجسم بالنسبة للمحور، ولحساب هذه السرعة فإننا نقوم بقياس المسافة الزاوية التي يدورها الجسم وتقاس هذه المسافة بالزاوية، او بالتقدير الدائري وتستخدم معادلة حساب السرعة الزاوية هي: السرعة الزاوية = المسافة او الإزاحة الزاوية/الزمن المستغرق (15): (24).

## 2-5 اجراءات التصوير الفيديوي للإداء لغرض

**التحليل الحركي:** قام الباحثان بتصوير اداء الكامل لرمي الرمح من الجلوس لعينة البحث لاستخراج المؤشرات الكينماتيكية المستهدفة في البحث، إذ استخدم الباحثان كامرة جهاز Iphone (13 pro max) ذات سرعة (240) صورة/ثانية، وضع على حامل ثلاثي، ويثبت بجانب اللاعب من جه اليد الرامية وتم تحديد البعد المناسب لمكان وضع الكامرة وعلى ارتفاع (1.25) متر، وتم استخدام مقياس رسم بطول 1 متر وضع على الكرسي.

لقد تم تصوير افراد عينة البحث بإعطائهم (6) محاولات ناجحة حسب قانون الفعالية لكون عدد اللاعبين (2) وبهذا تكون عدد المحاولات (12) محاولة وقام الباحثان باستخدام برنامج (kinovea) في التحليل.

## 2-6 اجراءات الانجاز: بعد نصب الكاميرات لغرض

التحليل الحركي في مكانهم الصحيح ثم يتم تسجيل بيانات الانجاز لأداء رمي الرمح عن طريق استمارة تفريغ البيانات ويتم اعطاء لكل لاعب 8 محاولات يتم تسجيل قراءات افضل 6 محاولات ناجحة فيصبح المجموع 12 محاولة (لذلك اعتمد الباحثان على مجموعة القراءات في الحصول على النتائج)،

## 2-7 تجربتان الاستطلاعتان:

### 2-7-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

عمد الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم الاحد 2022\2\6، تمام الساعة الثالثة مساء برفقة فريق العمل المساعد في المركز التدريبي للألعاب القوى للمعاقين على نفس عينة البحث . وهذه التجربة للباحث تعد تدريبا علميا للوقوف على جميع الايجابيات

القوانين التالية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الخطأ المعياري، الوسيط، اختبار معامل الالتواء للتجانس، اختبار (T) للعينات المترابطة، نسبة التطور )

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

جدول (1) يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات والاختلافات المعيارية ونسبة التطور للمؤشرات البايوكينماتيكية والانجاز للاختبارات القبلية والبعدي .

المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	نسبة التطور
سرعة الانطلاق	قبلي	م/ثا	10.840	0.512	0.147	13.690
	بعدي		12.325	0.645	0.186	
زاوية الانطلاق	قبلي	درجة	19.666	1.073	0.309	16.525
	بعدي		22.916	1.164	0.336	
زاوية الهجوم	قبلي	درجة	31.500	1.087	0.313	6.084
	بعدي		29.583	0.514	0.148	
زاوية الاتجاه	قبلي	درجة	11.833	1.403	0.405	46.479
	بعدي		6.333	1.073	0.309	
ارتفاع الانطلاق	قبلي	م	2.023	0.297	0.085	8.940
	بعدي		2.204	0.011	0.003	
زاوية ميل الجذع	قبلي	درجة	60.750	3.387	0.977	10.150
	بعدي		66.916	0.792	0.228	
السرعة الزاوية للذراع	قبلي	درجة	465.250	28.743	8.297	17.105
	بعدي		544.833	15.331	4.425	
السرعة الزاوية للجذع	قبلي	درجة	269.916	3.175	0.916	20.160
	بعدي		324.333	5.613	1.620	
الانجاز	قبلي	م	11.992	1.171	0.338	29.664
	بعدي		15.550	1.622	0.468	

وفترات التدريب ووقاتها، وكان تطبيق التدريبات القوة الارتدادية كالآتي:

1-البدا بالتدريبات يوم الاثنين 2022/2/14 والانتهاه يوم الاثنين 2022/4/25.

2-مدة التدريبات شهرين مقسمة الى ثلاث وحدات أسبوعيا في ايام (السبت والاثنين والاربعاء) لتكون مجموعها (24) وحدة تدريبية هي مدة التجربة الرئيسية وتم تطبيق التدريبات خلال الجزء الرئيس وتراوحت ازمان التطبيق من 35 الى 45 دقيقة وحسب متطلبات التمرين، مراعيًا بذلك الفروق الفردية بين اللاعبين من حيث القابليات البدنية والقياسات الجسمية والعمر التدريبي.

3-طريقة التدريب التي استخدمها الباحثان كانت بأسلوب التدريب الفترتي مرتفع الشدة والأسلوب التكراري لتدريبات القوة الارتدادية ملائمة مع مرحلة الاعداد الخاص .

4-عمد الباحثان بوضع تدريباتهم على وفق المنهاج العام للمدرب وذلك بدخوله مرحلة الإعداد الخاص، وتعد تدريبات القوة الارتدادية من اعلى مستويات تدريبات القوة من ناحية الشدة والتأثير وقد بدء بشدة تدريبية (80%) في الاسبوع الأول المكون من ثلاث وحدات تدريبية وبشكل تصاعدي حتى تصل الى (100) في الاسبوع ما قبل الاخير، التمرين بالحمل كان (1:3) كما في ملحق رقم (1) مراعيًا بذلك عدد التكرارات واولقات الراحة والمحافظة على عدم وصل اللاعب الى الحمل الزائد، وتم احتساب الشدة حسب نوع التمرين كما في ملحق رقم (2)

2-10 **الاختبار البعدي:** تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث بعد انتهاء المنهج التدريبي يوم السبت 2022/4/30 في اتمام الساعة الرابعة مساء في المركز التدريبي للألعاب القوى للمعاقين، واتبع الباحثان نفس الخطوات التي قام بها الاختبار القبلي من حيث نصب الكاميرات لكل لاعب اثناء اداء الرمي، وينفس الاجراءات القياس ويحضور نفس فريق العمل المساعد.

2-11 **الوسائل الإحصائية:** بعد الحصول على البيانات الخام، استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) على وفق



باستخدام كل الوسائل الممكنة كان هدفها تطوير الشروط الميكانيكية للأداء، ولاسيما زاوية وسرعة الانطلاق التي تؤثر حتما في تحقيق المستوى الرقمي الجيد (10: 167).

اذ يتبين من خلال النتائج ان هنالك تطور في زويا الرمح بالانطلاق وبذلك بتحقيق زوايا قريبة جداً من الزوايا المثالية التي تحققت من خلالها افضل المستويات الرقمية، وذلك من خلال التزايد الحادث في زاوية الانطلاق وكذلك التناقص الحادث في زاوية الهجوم والتناقص الحادث في زاوية الاتجاه وهذه كلها مؤشرات جيدة على تحقيق الزوايا المثالية للرمح بالانطلاق، ويذكر (صريح الفضلي، وايهاب حسن، 2019)، ان العلاقة بين زوايا هي ان النتيجة التي تستخرج من الفرق بين زاوية الهجوم و الانطلاق هذا ينتج زاوية الاتجاه والتي يجب ان تكون ما بين (صفر-10) درجات وهذا يؤدي الى ان الرمح سيأخذ مسار وفق الوضع الذي كان عليه قبل الانطلاق وبما يخدم المسار الحقيقي، اما اذا كانت زاوية الاتجاه اقل من صفر او اعلى من (10) درجات فإن اتجاه الرمح لا يمثل اداء مثالي ولا يخدم المسار الحقيقي (8: 204).

ويرى الباحثان ان زاوية الهجوم يجب تكون علاقة عكسية مع الانجاز اذ يجب أن تكون زاوية الاتجاه اقل من (10 درجات) في لحظة الانطلاق للحصول على اكبر مسافة أفقية ممكنة، فعندما تكون زاوية الاتجاه قليلة سيأخذ الرمح وضعاً أفقياً في أعلى التحليق حيث تقل مقاومة الهواء إلى ابعد الحدود ويعمل الهواء نفسه على حمل الرمح إلى مسافة ابعد فإذا كانت زاوية الهجوم اقل من زاوية الانطلاق فان زاوية الهجوم ستكون كبيرة (3: 46)، أذ إن زاوية الهجوم وهي الزاوية التي تدل على تحقيق أفضل وضعية للرمح لحظة الانطلاق بدلالة زاوية الانطلاق وزاوية الاتجاه. (16: 67)

كما اظهرت النتائج الى تطور في سرعة الانطلاق اذ تعد سرعة الانطلاق في مقدمة العوامل الميكانيكية المهمة المؤثرة على المسافة الأفقية للأجسام المقذوفة بزوايا مع الخط الأفقي سواء كانت المقذوفات بمستوى مختلف او مماثل فكلما زاد الفرق بين مستوى الانطلاق والهبوط زاد زمن الطيران للأداة بالتالي زادت فرصتها في الحركة الأفقية للسرعة فتزداد المسافة الأفقية

جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة (T) المحسوبة للمؤشرات البايوكينماتيكية والانجاز للاختبارات القبلية والبعدي

المتغيرات	س - ف	ع ف	ه ف	قيمة (T)	نسبة الخطأ	الدالة
سرعة الانطلاق	-1.484	0.271	0.078	18.952	.000	معنوي
زاوية الانطلاق	-3.250	0.866	0.250	13.000	.000	معنوي
زاوية الهجوم	1.916	0.792	0.228	8.373	.000	معنوي
زاوية الاتجاه	5.500	1.783	0.514	10.681	.000	معنوي
ارتفاع الانطلاق	-0.180	0.294	0.085	2.124	.057	معنوي
زاوية ميل الجذع	-6.166	3.379	0.975	6.320	.000	معنوي
السرعة الزاوية للذراع	-79.583	13.473	3.889	20.461	.000	معنوي
السرعة الزاوية للجذع	-54.416	3.342	0.964	56.391	.000	معنوي
الانجاز	-3.557	0.725	0.209	16.978	.000	معنوي

النتائج في الجدول (2) ان هناك فروقاً معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمؤشرات البايوكينماتيكية والانجاز كما تم ذكره على النحو الآتي:

### 2-3 مناقشة النتائج الاختبارات (القبلية والبعدي)

**المؤشرات البايوكينماتيكية والانجاز:** يتبين من الجداول (1، 2) أن هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي ولمصلحة الاختبارات البعدي للمؤشرات الكينماتيكية ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى استخدام اسلوب تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين التي استخدمتها عينة البحث، اذ ان تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين قد أثرت إيجابياً في تطور هذه القوة للعضلات العاملة فضلاً عن تأثيرها الإيجابي في اتخاذ الأوضاع والزوايا الصحيحة عند اثناء الاداء وهنا يمكن القول بان الزوايا المتحققة في أجزاء الجسم عند الاداء كانت فاعلة في تحقيق القيم الجيدة، إن التحسن الكبير في متغيرات الانطلاق جاءت نتيجة تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين التي تنفذ من خلال المنهاج التدريبي إذ إن استخدام أنواع عدة من القوة

أو الارتفاع الذي يحققه المقذوف وسرعة الانطلاق دائما، فكلما كان الارتفاع أعلى ما يمكن تحقيق سرعة انطلاق اكبر وهذا ينتج عنه وقت طيران اطول وبالتالي ازاحة أفقية اكبر وهذا يعني التناسب طرديا بين سرعة الانطلاق للمقذوف والارتفاع النسبي لنقطة الانطلاق (7: 131).

وأنّ تدريبات القوة الارتدادية ساعدت على تطوير القوة للعضلات العاملة للأداء الفعلي السريع والمناسب لعضلات والجذع والذراع الرامية فزيادة التي تحصل في السرعة الزاوية يعني اكتساب الجسم مزيد من الزخم الزاوي للجذع والذراع الرامي نقله الى الرمح، وبما ان كتلة واطوال اجزاء الجسم هي ثابتة فأن السرعة الزاوية هي المتغير فزيادة السرعة الزاوية لأي جزء من اجزاء الجسم يعطي زيادة في الزخم الزاوي لذلك الجسم، وان الزيادة في الزخم الزاوي للجذع والذراع الرامية لحظة ما قبل انطلاق الرمح يؤدي الى حصول الرمح على زخم خطي كبير لحظة الانطلاق وما بعد الانطلاق، اذن ان الزخم الزاوي يتناسب طردياً مع الزخم الخطي (كتلة الجسم × سرعته) فكلما يزداد الزخم الزاوي فأن ذلك يكون سبباً كافياً لزيادة الزخم الخطي للجسم اثناء الدوران مع ثبات نسبي في طول ذلك الجسم، اذ يتم تفسير ذلك من خلال المعادلة.

#### 4-الخاتمة:

وعلى وفق النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحثين التالي:

1-ان تدريبات القوة الارتدادية للجذع والذراعين عملت على تطوير بعض المؤشرات البايوكينماتيكية (زوايا الاداء، سرعة الانطلاق، السرعة الزاوية، الزمن) وانجاز لدى لاعبي رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب.

2-ان تدريبات القوة الارتدادية عملت على تطوير زاوية الانطلاق وهجوم و اتجاه الرمح لدى لاعبي رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب مما ساهمت في تطوير الانجاز.

3-ان تدريبات القوة الارتدادية عملت على تطوير زاوية ميل الجذع وارتفاع الرمح لحظة الرمي مما ساهم في تطوير الانجاز رمي الرمح من الجلوس فئة cp34 الشباب.

الإضافية التي تحققها ففي حالة تساوي كل من ارتفاع الانطلاق وزاوية الانطلاق فإنّ الأداة الأسرع سوف تقطع مسافة أفقية أكبر، وعليه يجب على الرامي أن يرمي الأداة بأكبر ما يمكن من السرعة لكي يحقق أكبر من مسافة أفقية قد انققت الكثير من المصادر على أنّ زيادة سرعة الانطلاق (1) ثا يعني زيادة المسافة الكلية (4.59) متر (14: 424).

إذ يتم في مرحلة الرمي النهائي دوران الجسم حول المحول الأفقي المار في مركز ثقل الجسم، اذ تتم في هذه المرحلة تحقيق أفضل وضع للرمي والحصول على أفضل وضعية للدفع وتحقيق زاوية وسرعة انطلاق مناسبتين، إنّ أهم المتغيرات التي تحدد مسافة الرمي هي سرعة انطلاق الرمح وأن هذه السرعة يجب أن تتوافق مع الزيادة المثلى لزاوية الانطلاق (6: 85).

واظهرت النتائج الى وجود فروق معنوية بين القياسات القبالية والبعديّة فزيادة زاوية ميل الجذع له دور كبير في زيادة السرعة الزاوية والمحيطية للجذع لحظة الانطلاق فزيادة ميلان الجذع يؤدي الى زيادة الانتقال الزاوي بزيادة عدد الدرجات المقطوعة وكذلك تؤدي الى زيادة المسافة المحيطية مع بقاء او نقصان زمن الانتقال الزاوي لحظة الانطلاق يعمل الى زيادة السرعة الزاوية والمحيطية للجذع، وذلك لان السرعة المحيطية تتناسب طرديا مع السرعة الزاوية مع ثبات نصف القطر (طول الجذع).

ويذكر (صريح عبد الكريم الفضلي، 2010) ان زيادة ميل الجذع يعمل على زيادة المدى الحركي والذي يساعد على زيادة السرعة والزخم الحركي لذلك الجسم قبل لحظة الانطلاق (في وضع التحضير للرمي) وهذا يعني امتداد الجسم لأبعد مسافة ممكنة وبذلك تزداد سرعة دورانه على وفق قانون السرعة المحيطية: (السرعة المحيطية = السرعة الزاوية × نصف القطر او طول الجسم)، اذ يساعد ذلك الى وصول الجسم الى اعلى سرعة ممكنة لحظة ترك الاداة والى ما بعد الانطلاق (9: 150).

وبالنسبة لمتغير ارتفاع الانطلاق فأظهرت النتائج الى وجود فروق معنوي ويرى الباحثان ان متغير ارتفاع نقطة الانطلاق هو تناسب طردي مع الانجاز يعتمد على مجموعة من العوامل منها القياسات الجسمية والطول الكلي وزوايا الجسم، إذ يعد ثالث العوامل المؤثرة في الانجاز كما ان التناسب طرديا بين المسافة

## المصادر:

- [1] اباد حميد رشيد، خالد خميس جبر؛ تأثير تدريبات على جهاز مقترح في بعض المتغيرات البيوميكانيكية وانجاز رمي القرص للشباب، جامعة ديالى، كلية التربية الاساسية، بحث منشور، 2014.
- [2] بسطويسي احمد؛ المنخل لمعنى ومفهوم واهمية العمل البلايومترى، الحلقة الأولى، نشرة العاب القوى، القاهرة: الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة، مركز التنمية الإقليمي، 1996، العدد 18.
- [3] زكي درويش وعادل عبد الحافظ؛ العاب القوى وفن الرمي والسباقات المركبة، ج3، القاهرة، دار المعارف بمصر، 1977.
- [4] سمير مسلط؛ البايوميكانيك، ط2، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.
- [5] سمير مسلط الهاشمي؛ البايوميكانيك الرياضي، ط2، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1999.
- [6] صائب عطية (آخرون)؛ الميكانيكا الحيوية التطبيقية، ط1، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1991.
- [7] صريح صريح عبدالكريم وهبي علوان البياتي؛ البيوميكانيك الحيوي الرياضي: ط1، بيروت، العالمية المتحدة للطباعة، 2012.
- [8] صريح عبد الكريم الفضلي، إيهاب داخل؛ علم الحركة التطبيقي (الكنسولوجيا)، ط1، بغداد، مكتبة الفصيل للطباعة والنشر، 2019.
- [9] صريح عبدالكريم؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء **الحركي**، ط1، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2007.
- [10] عمر حامد خميس؛ تأثير تدريبات المقاومات المرنة وفق طاقة الاجهاد الميكانيكية في قوة اجزاء الجسم لخطوة الرمي وانجاز رمي الرمح للشباب: (اطروحة دكتوراه، جامعة ديالى، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2020.
- [11] قاسم المندلاوي؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية، ط1، مطابع التعليم العالي، الموصل، 1989.
- [12] قاسم حسن حسين وإيمان شاكر؛ طرق البحث في البايوميكانيك، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1998.
- [13] قاسم حسن حسين وإيمان شاكر؛ مبادئ الاسس الميكانيكية للحركات الرياضية، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998.
- [14] قاسم حسن حسين؛ موسوعة الميدان والمضمار: عمان، دار الفكر للطباعة، 1998.
- [15] قاسم عزيز محمد و(آخرون)؛ الفيزياء للصف السادس علمي، ط5، بغداد، دار الحرية للطباعة والنشر، 1999.
- [16] كندر هاتميس؛ تحديد عوامل رمي القرص بالنسبة للرياضيين ذوي المستوى العالي: (بحث خلال المؤتمر الدولي الأول لتقنية العاب القوى، كولونيا، 1990).
- [17] محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
- [18] ياسر نجاح حسين، احمد تامر محسن؛ التحليل الحركي الرياضي، ط1، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2015.

**الملاحق:**

الملاحق (1) يبين التدرج بالشدة خلال شهري التدريب :

الشهر	الاسبوع	الشدة
الاول	الاول	%80
	الثاني	%85
	الثالث	%90
	الرابع	%85
الثاني	الاول	%90
	الثاني	%95
	الثالث	%100
	الرابع	%95

ملحق (2) يوضح تدريبات القوة الارتدادية

رمز التمرين	الوضع الأساسي	وصف التمرين	طريقة قياس الشدة
A1	جلوس اللاعب على كرسي المخصص للرمي ومسك الرمح وربط الطرف الاول من الحبل المطاط في ذنب الرمح والطرف الاخر يربط بواسطة جسم ثابت خلف اللاعب ويزاوية (37) دقيقة مشابه للأداء الفني.	سحب ودفع للذراع مشابه للأداء الفني لرمي الرمح من بداية الحركة الى نهايتها، ويكرر التمرين.	عن طريق حبل المطاط
A2	استناد ارتدادي من وضع الانبطاح والوجه بمواجهة الارض وتكون الفتحة بين اليدين اعرض قليلا من الكتف والقدمان يقرب بعضهما خلف الجسم.	دفع الجسم للأعلى مع استقامة الظهر والتصفيق باليدين ثم خفض الصدر ببطء للأرض ودفع بكامل القوة حتى تغادر اليدين الارض وحالما ترجع اليدين والهبوط وينكرر نفس التمرين	عن طريق الوقت
A3	الاستلقاء على مصطبة مائلة وماسكا كرة طيبه 2 كيلو والذراعان ممدوتان خلف الرأس الا ابعد نقطة ومواجهها للمدرب على بعد 3 متر.	رمي الكرة الطيبة من خلف الرأس بكلتا الذراعين اماما عاليا الى المدرب ثم يعيد تسليمها مباشرة الا اللاعب وكذا يكرر التمرين.	عن طريق التكرار
A4	الجلوس على مصطبة ويتم ربط الجزء الاول من الحبل المطاط حول الصدر والطرف الاخر ويربط بجسم ثابت اماما بمستوى الصدر ومسك ثقل بكف الذراع الرامية وزنة 1	يقوم بالميلان الجذع الى الخلف والذراع ممدودة الى الخلف ايضا ثم السحب والنهوض بحركة مشابهه للأداء الفني ثم الرجوع، ويكرر التمرين.	عن طريق الحبل المطاط

ملحق (3) يوضح نموذج للوحدة التدريبية

**الوحدة التدريبية رقم: 17**

**الشهر: الثاني**

**الاسبوع: 6**

**الشدة (90)**

**مكان الوحدة التدريبية: المركز التدريبي للألعاب القوى للمعاقين**

**التاريخ: 2022/3/23**

**زمن الكلي: 35 د**

ت	الشدة	التكرارات	المجموع	زمن داء التمرين	الراحة بين المجموع	الزمن الكلي
A1	%85	6	2	8 ثا	3_2 د	690 ثا
A2	%90	5	2	7 ثا	3_2 د	630 ثا
A3	%95	18	3	20 ثا	3_2 د	580 ثا
A4	%90	5	2	7 ثا	3_2 د	530 ثا



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## تأثير تمرينات القوة العضلية المصاحبة للمكمل (BCAA) في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبين القوة

### البدنية فئة الشباب

أ.م.د. علي بديوي طايبور<sup>1</sup> أ.م.د. عمار مثنى جميل<sup>2</sup> أ.م.د. مشتاق عبد الرضا ماضي<sup>3</sup>

<sup>1</sup> جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-العراق

<sup>2</sup> جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-العراق

<sup>3</sup> جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-العراق

(<sup>3</sup> mushtaq.Mashi@qu.edu.iq)

**المستخلص:** هدف البحث: يهدف البحث الى التعرف على:

1-تأثير تمرينات القوة العضلية المصاحبة للمكمل الغذائي (BCAA) في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبين القوة البدنية (الشباب).

فرضيات البحث: يفترض الباحثون:

1-وجود فروق معنوية في الاختبارات البعيدة ولصالح المجموعة التي تستخدم تمرينات القوة العضلية المصاحبة للمكمل الغذائي (BCAA) .

2-وجود فروق معنوية من الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح البعيدة.

اعتمد الباحثون على المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة لملائته لطبيعة البحث، فيما اشتملت عينة البحث على (15) لاعب يمثلون الأوزان الثمانية على وفق القانون الدولي للعبة، ليشكلوا نسبة مئوية مقدارها (100%) من مجتمع الاصل، اذ تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم الى ثلاث مجاميع بالطريقة العشوائية (المجموعة التجريبية الأولى)(5 لاعبين)، تخضع لاستعمال المكمل الغذائي مع التمرينات المعدة من قبل الباحثون، اما (المجموعة التجريبية الثانية)(5 لاعبين)، تخضع فقط للتمرينات من قبل الباحثون، اما (المجموعة الثالثة)(5 لاعبين) تخضع للمنهج المستخدم من قبل المدرب، وتم إجراء التجانس بين المجموعات الثلاثة في بعض المتغيرات، والتكافؤ بينها في المتغيرات قيد الدراسة . بعد معالجة البيانات ظهرت النتائج ومن خلالها استنتج الباحثون التالي:

1-التمرينات المستخدمة أثرت وبشكل كبير في تطوير القدرات البدنية للاعبين الشباب القوة البدنية .

2-لاستخدام التمرينات والمكمل الغذائي (BCAA) أثر ايجابي في تطوير القدرات البدنية وباستخدامهما معاً وفق الأسس العلمية الصحيحة والمقننة .

3-كانت لتدريبات المدرب دور بارز في تحسين القدرات البدنية للاعبين في المجموعة الضابطة .

4-الأفضلية كانت للمجموعة التي استخدمت التمرينات مع المكمل الغذائي (BCAA) .

**الكلمات المفتاحية:** تمرينات القوة العضلية -المكمل (BCAA) - القدرات البدنية - القوة البدنية.

**1-المقدمة:**

تأثيرها في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبين القوة البدنية الشباب.

**هدف البحث:** يهدف البحث الى التعرف على:

1-تأثير تمارين القوة العضلية المصاحبة للمكمل الغذائي (BCAA) في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبين القوة البدنية (الشباب).

**فرضيات البحث:** يفترض الباحثون:

1-وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التي تستخدم تمارين القوة العضلية المصاحبة للمكمل الغذائي (BCAA) .

2-وجود فروق معنوية من الاختبارات القلبية والبعدية ولصالح البعدية.

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** لاعبي القوة البدنية في محافظة الديوانية (فئة الشباب) .

**المجال الزمني:** للمدة من 2022/2/1 ولغاية 2022/5/1 .

**المجال المكاني:** المركز التدريبي للاعبين القوة البدنية في محافظة الديوانية .

**2- منهج البحث واجراءاته الميدانية:**

**1-2 منهج البحث:** اعتمد الباحثون على المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة لملائمته لطبيعة البحث ولكن (المنهج التجريبي) محاولة لضبط كل العوامل الاساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة ماعدا عاملاً واحد يتحكم فيه الباحث ويعدده على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغيرات التابعة (نوري ابراهيم الشوك ورافع الكبيسي: 2004، ص59).

**2-2 مجتمع البحث:** تم اختيار عينة البحث والبالغ عددهم (15) لاعب يمثلون الأوزان الثمانية على وفق القانون الدولي للعبة، وبذلك اصبحت نسبة العينة تمثل (100%) من مجتمع الاصل، اذ تم اختيار المجتمع بالطريقة العمدية، ومن ثم تم تقسيم المجتمع على ثلاث مجموعات بالطريقة العشوائية (المجموعة التجريبية

أن الإعداد البدني يهدف الجميع الى الوصول اليه بأفضل مستوى وخصوصاً الالعاب التي تعتمد عليه في إحرار البطولات والنتائج، ويعتمد الارتقاء بمستوى اللاعب بدنياً في مختلف مراحل الاعداد التركيز على عناصر الياقة البدنية، والعنصر الأهم (القوة العضلية) والتي تكتسب أهمية خاصة نظراً لدورها المرتبط في لعبة القوة البدنية، فضلاً عن ذلك تعد المكملات الغذائية هي احدى العناصر الرئيسية لنجاح اللاعب وتحقيقه الانجاز الافضل على مستوى الوحدة التدريبية وذلك حتى اثناء أداء الدفعات الخاصة به (بنج بريس، ديد لفت، دبنى) ومنها المكمل الغذائي (BCAA) الذي يقوم بتسريع عملية البناء العضلي وزيادة قوة العضلات والانسجة فضلاً عن (فتح العضلات، والاستشفاء الكامل، وتقليل من نسبة الاصابات والتشنجات) بعد التمرينات الشاقة نظراً لاحتوائه على مجموعة من المكونات المميزة التي تخدم لاعب القوة البدنية، وهنا تكمن أهمية البحث في استخدام تمارين القوة العضلية المصاحبة بالمكمل (BCAA) لمعرفة دورهما سواء كان ايجابياً أو سلبياً في تطور بعض القدرات البدنية الخاصة بلاعبين القوة البدنية (الشباب).

**مشكلة البحث:**

ان التطور الذي يحدث في الاساليب التدريبية والتنوع الموجود في الجوانب الغذائية ومنها في مجال المكملات الغذائية دفعت بكل من المدربين الباحثين في ابتكار كلاً وأسلوبه الخاص لغرض رفع القدرات البدنية للاعبينهم، والذي يعد من الامور ذات الاهمية لتحقيق الاهداف المرجوة من العملية التدريبية واختصاراً للوقت والجهد وللحصول على أفضل العناصر التغذوية واسرعها في عملية الاستشفاء العضلي الذي يخدم طبيعة التدريبات الممارسة من قبل اللاعب والتي تمتاز بالشدة العالية، وتعد تدريبات القوة من التدريبات الشاقة التي تحدث فيها عمليات هدم عضلي مالم تكن العناصر الغذائية جيدة لدى اللاعب لتقليل من ذلك قدر الامكان، وهذا ما دعا الباحثون للخوض في المشكلة باستخدام تمارين القوة العضلية المصاحبة بالمكمل الغذائي (BCAA)، والتعرف على

(بنج بريس)، حملات دبني، شفت حديد وزن (20 كغم)، اقراص مختلفة بوزن من (0.5 كغم الى 25كغم)).

**2-4 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث:** عمد الباحثون وفق المصادر العلمية الحديثة الى تحديد المتغيرات التي تلائم الدراسة بشكل كبير والمعالجات الميدانية المتعلقة بها ودراستها وكانت كالتالي:

### 2-4-1 اختبارات القوة القصوى:

1- اختبار الدبني الخلفي (جلوسا القرفصاء الخلفي)(وديع ياسين التكريتي: 1985، ص 172-176).

2- اختبار بنج بريس (الضغط من الاستلقاء على المسطبة المستوية)(محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: 1991، ص111).

3- اختبار الديد ليفت (السحبة الميثة) لقوة عضلات الظهر (قاسم حسن حسين وبسطويسي احمد: 1999، ص131).

### 2-4-1-1 إجراءات الاختبار الدبني (جلوسا القرفصاء الخلفي):

**هدف الاختبار:** يقيس هذا الاختبار القوة القصوى لعضلات الفخذ والساق .

**الاجهزة والادوات:** بار حديدي، اثقال متنوعة، مساند للأثقال عمودية .

**مواصفات الاداء:** يعتمد المختبر بوضع البار الحديدي خلف الرأس فوق لوح الكتف في وضع الاستعداد لتنفيذ الاختبار، يقف المختبر وعضلات الظهر مستقيمة، النظر للأمام، القدمان ملامستان للأرض العقبان في نقطة مباشرة للأمام وقليلة للجانب، الكتفين للخلف، يثنى المختبر ببطء من الركبتين حتى تصبح الفخذان موازيين للأرض، ثم يعود المختبر بعد ذلك لوضع البداية عن طريق مد الرجلين، الرأس عمودي على الجذع والكتفين تبقى للخلف قليلا، يعتمد المختبر برفع أقصى ثقل ممكن رفعة لمرة واحدة .

**طريقة التسجيل:** يعطى للمختبر محاولتين تحسب اعلى محاولة له ب (كغم).

(الأولى)(5 لاعبين)، تخضع لاستعمال المكمل الغذائي مع التمارين المعدة من قبل الباحثون، اما (المجموعة التجريبية الثانية) (5 لاعبين)، تخضع فقط للتمارين من قبل الباحثون، اما (المجموعة الثالثة)(5 لاعبين) تخضع للمنهج المستخدم من قبل المدرب، وتم إجراء التجانس بين المجموعات الثلاثة في بعض المتغيرات، والتكافؤ بينها في المتغيرات قيد الدراسة .

جدول (1) يبين قيم معامل الاختلاف للتجانس بين المجموعات الثلاثة ككل

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلافات
1	كتلة الجسم	كغم	85	10.522	12.378%
2	العمر	سنة	21.334	1.089	5.104%
3	الطول	سم	174.5	2.742	1.571%
4	العمر التدريبي	سنة	6.3	1.044	16.571%

وكما مبين بالجدول (1) ان قيم معامل الاختلاف قد انحصرت تحت (30%) وهذا يدل على تجانس العينة في هذه المجموعات الثلاثة " فكلما قرب معامل الاختلاف من (1%) يعد تجانساً عالياً وإذا زاد عن (30%) يعني ان العينة غير متجانسة "(وديع ياسين وحسن محمد: 1999، ص165).

الجدول (2) يبين قيم (تحليل التباين) للفروق بين المجموعات الثلاثة في الاختبارات القبلية لغرض التكافؤ

المتغيرات	اجزاء الجسم	تحليل التباين	مستوى الدلالة	النتيجة
القوة القصوى	الرجلين	1.824	0.153	عشوائي
	الذراعين	1.382	0.171	عشوائي
	الظهر	1.933	0.093	عشوائي
مطاوله القوة	الرجلين	1.285	0.108	عشوائي
	الذراعين	2.011	0.063	عشوائي
	الظهر	1.558	0.083	عشوائي
القوة السريعة	الرجلين	0.993	0.281	عشوائي
	الذراعين	1.088	0.194	عشوائي
	الظهر	1.194	0.097	عشوائي

\* عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (2 - 12) .

**2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث:** (المصادر العربية والاجنبية، الملاحظة، شريط قياس، مساطب



اختبار الضغط من الاستلقاء للذراعين (البنج بريس) .  
اختبار السحبة الميتة (ديد ليفت) للظهر .  
اجراءات اختبار القرفصاء الخلفي للرجلين (الدبني) حتى  
استنفاد الجهد:

هدف الاختبار: يقيس هذا الاختبار مطاولة القوة للرجلين .  
الاجهزة والادوات: شفت حديدي ومساند للأنتقال عمودية .  
مواصفات الاداء: يعمد المختبر بوضع البار الحديدي زنة (20كغم)  
خلف الرأس فوق لوح الكتف في وضع الاستعداد لتنفيذ  
الاختبار يقف المختبر وعضلات الظهر مستقيمة، النظر  
للأمام، القدمين ملامستين للأرض، العقبين في نقطة مباشرة  
للأمام او قليلا للجانب، الكتفين للخلف يثني المختبر ببطء من  
الورك والركبتين حتى يصبح الفخذين موازيين للأرض، يعود  
المختبر بعد ذلك لوضع البداية عن طريق مد الرجلين، الرأس  
عمودية على الجذع، الكتفين تبقى للخلف قليلا يقوم المختبر  
برفع اقصى ثقل وبوزن (50%) من القصوى حتى استنفاد  
الجهد .

حساب الدرجات: يستمر المختبر في ثني ومد الساقين بدون راحة  
لتسجيل اكبر عدد ممكن من الثني والمد حتى التعب .

اختبار الضغط من الاستلقاء للذراعين (البنج بريس):

هدف الاختبار: يقيس هذا الاختبار مطاولة القوة للذراعين.  
الاجهزة والادوات: مصطبة مستوية، وشفت حديدي.  
مواصفات الاداء: وضع شفت النقل زنة (20) كغم على حمالات  
خاصة، ويتخذ المختبر وضع الرقود على الظهر فوق المقعد  
السويدي، تكون الذراعان في وضع المد، وبأنتساع الاكتاف عند  
اعطاء اشارة البدء يقوم المختبر بمد الذراعين مدا كامل، ومن  
ثم يعمد الى ثني ومد الذراعين وبوزن (50%) من القصوى  
حتى استنفاد الجهد.

حساب الدرجات: درجة المختبر في عدد مرات ثني ومد الذراعين  
الصحيحة التي يسجلها.

اختبار السحبة الميتة (ديد ليفت) للظهر :

2-1-4-2 اجراء الاختبار بنج بريس (الضغط من  
الاستلقاء على المسطبة المستوية) :

هدف الاختبار: يقيس هذا الاختبار قوة عضلات الصدر،  
والاكتاف، والعضلات ذات الرأسين والثلاث رؤوس العضدية .  
الاجهزة والادوات: مسطبة مستوية، بار حديدي، اثقال، متنوعة.  
مواصفات الاداء: يوضع الثقل المناسب في البار الحديدي ويتخذ  
المختبر وضع الرقود على الظهر فوق المقعد السويدي، تكون  
الذراعان بوضع المد، يقوم المساعدان بحمل البار الحديدي من  
الطرفين بحيث يحمله المختبر باليدين امام الصدر وتكون الذراعان  
ممدودتان وبأنتساع الصدر تماما وعند اعطاء اشارة للبدء يعمد  
المختبر بثني الذراعين ثنيا كاملا، زمن ثم يقوم برفع البار الحديدي  
من صدره الى الاعلى .

طريقة التسجيل: يعطي المختبر محاولتين تسجل افضل محاولة له  
ب (كغم) .

اجراءات الاختبار الديد ليفت (السحبة الميتة) لقوة  
عضلات الظهر:

هدف الاختبار: قياس القوة القصوى لعضلات الظهر .

الاجهزة والادوات: بار حديدي، اثقال متنوعة .

مواصفات الاداء: يقف المختبر والبار امام القدمين، والقدمين  
بأنتساع عرض الكتفين، ينخفض المختبر ويقبض البار بالقبض  
المختلط (راحة تشير الى الامام واخرى الى الخلف) المسافة بين  
القبضتين بأنتساع الكتفين، ثني الورك وميل الجذع اماما اسفل إذ  
تضل الاكتاف ممدودتان، يرفع المختبر الجذع لسحب البار الى  
ارتفاع الفخذين ومن ثم انزاله الى الارض .

طريقة التسجيل: يعطي للمختبر محاولتين تسجيل افضل محاولة له  
ب (كغم) .

2-4-2 اختبارات مطاولة القوة (حيدر جبار عبد زيارة

النصري: 2008، ص34):

اختبار القرفصاء الخلفي للرجلين (الدبني) حتى استنفاد الجهد .

## اختبار ثني ومد الذراعين من الجلوس (ضغط خلفي) (لمدة 10 ثانية):

**الغرض من الاختبار:** قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين .  
**الادوات:** بار حديدي نظامي زنة (20كغم)، اقراص حديدية مختلفة الاوزان، حمالات دبني مرتبطة بمقعد ثابت، ساعة توقيت .  
**الاجراءات:** من وضع الجلوس على المقعد مسك عمود الثقل وهو على الحمالة ثم رفعة للأعلى خلف الرأس ثم ثني ومد الذراعين للأعلى باستقامة واحدة للمرفقين وتكرار الاداء لحين انتهاء الوقت بأقصى سرعة ممكنة ولمدة (10 ثانية).  
**طريقة التسجيل:** حساب عدد التكرارات خلال (10 ثانية).

## سحب الثقل من الانحاء الى الاستقامة (ديد ليفت) (لمدة 10 ثانية):

**الغرض من الاختبار:** قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الجذع (لمدة 10 ثانية).  
**الادوات المستخدمة:** عمود الثقل وزن (20كغم)، اقراص حديدية بأوزان مختلفة، ساعة توقيت .  
**الاجراءات:** الوقوف امام الثقل وثنى الركبتين ومسك البار الحديدي (بطريقة القبض المتبادل وحمل الثقل ومن ثم مد الركبتين على استقامة كاملة للركبتين وتكرار الاداء لحين انتهاء الوقت بأقصى سرعة ممكنة ولمدة (10 ثانية).

**طريقة التسجيل:** حساب عدد التكرارات خلال (10 ثانية).

**5-2 التجربة الرئيسية:** بعد إجراء التجربة الاستطلاعية والوقوف على المعوقات والصعاب ان وجدت وحلها جميعا تم إجراء الاختبارات القبلية وتم تطبيق المنهج المعد مع المكمل الغذائي للمجموعة الأولى، والمنهج المعد فقط للمجموعة الثانية، والمنهج المعد من قبل المدرب للمجموعة الثالثة وبعد تطبيق البرامج اجرئت الاختبارات البعدية .

**6-2 الوسائل الاحصائية:** استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية (SPSS) الاصدار (22)، والقوانين المناسبة

**هدف الاختبار:** يقيس هذا الاختبار مطاولة القوة لعضلات الظهر (الجذع) الباسطة (المادة) .

**الاجهزة والادوات:** شفت حديدي.

**مواصفات الاداء:** يقف المختبر والبار امام القدمين ،والقدمين بأتساع عرض الكتفين، ينخفض المختبر ويقبض البار بالقبض المختلط (راحة يد تشير للأمام واخرى تشير للخلف)، المسافة بين القبضتين بأتساع الكتفين، ثني الورك وميل الجذع اماماً أسفل، إذ تظل الركبتان ممدودتين، والكتف أعلى البار، يرفع المختبر الجذع لسحب البار الى ارتفاع الفخذين وبوزن (50%) من القصى حتى استنفاد الجهد.

**حساب الدرجات:** يستمر المختبر في ثني ومد الجذع ،دون الركوع الى الراحة او التوقف لتسجيل اكبر عدد ممكن من ثني ومد الجذع حتى التعب .

**اختبارات القوة المميزة بالسرعة (محمد حسين عبيد السلطاني: 2008، ص78):**

## 2-4-3-1 اختبار من الوقوف ثني ومد الركبتين كاملا (الدبني الخلفي) (لمدة 10 ثانية) :

**اسم الاختبار:** الدبني الخلفي الكامل.

**الغرض من الاختبار:** قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين.

**الاجهزة والادوات:** (بار حديدي نظامي زنة (20 كغم) اقراص حديدية مختلفة الاوزان، حمالات دبني، ساعة توقيت).

**وصف الاداء:** وضع عمود الثقل (البار حديدي) على الكتفين ويستند على الرقبة والكتفين ويمسك بالبار بأتساع الكتفين ويكون البعد بين القدمين بعرض الكتفين مع المحافظة على وضع الظهر مسطحا والصدر بارزا عالياً، وبعد اخذ البار من الحمالات يقوم المختبر بثني الركبتين كاملا ثم النهوض كاملا بالحديد وتكرار الاداء لحين انتهاء الوقت بأقصى سرعة ممكنة ولمدة (10 ثانية) .  
**التسجيل:** حساب عدد التكرارات خلال (10 ثانية).

التدريبي وهي (الشدة، والحجم، والراحة) وقد أشار أبو العلاء الى " ان القوة تتحسن نتيجة التدريب المنتظم وخاصة اذا احتوى هذا التدريب على انتقال لقدرات اللاعبين مع التدرج في هذه الاحمال تبعا لقدراته " (ابو العلاء احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين: 2003، ص 94)، وتم استخدام مبدأ التدرج بالشدة تصاعدياً وهي عوامل مهمة في تطوير القدرات البدنية الخاصة (القوة القصوى، ومطاولة القوة، والقوة المميزة بالسرعة) مع مراعاة (الحجم، والشدة، والراحة) ونظراً لارتفاع الشدة وتراوح اوقات الراحة فيه ما بين (2-4) حسب الهدف من الوحدة التدريبية وهي راحة كانت كافية لاستعادة مخزون الطاقة لإنجاز أكبر قوة بحيث يؤدي الى حصول تطور في القوة .

والمكملات الغذائية هي تركيبة مستخلصة من مكونات غذائية طبيعية (حيوانية، ونباتية وغيرها من المواد الداخلة ضمن الوجبة الغذائية) وهي منتجات جاهزة توجد بمختلف الاشكال والاحجام (اقراص، كبسولات، سوائل، مساحيق) تحوي على المادة الغذائية او المركب الغذائي الذي يهدف الرياضي الى زيادة نسبته في الجسم او الخلايا العضلية للحصول على الطاقة اللازمة او لزيادة مساحة الخلية العضلية وذلك على وفق الفعالية التخصصية بغية الوصول لأعلى انجاز رياضي .

والصحيحة لمعالجة البيانات وهي كالتالي: (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية، ومعامل الاختلاف، واختبار (ت) للعينات المترابطة، واختبار (ف) للعينات المستقلة).

### 3- عرض ومناقشة النتائج :

### 3-1 عرض ومناقشة النتائج بين الاختبارات القبلية والبعدي في قيم بعض القدرات البدنية للمجموعة التجريبية الاولى:

الجدول (3) يبين الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي في قيم بعض القدرات البدنية الخاصة للمجموعة التجريبية الاولى

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	
			ع	س	ع	س			
1	القوة القصوى	كغم	الرجلين	157	3.366	179	6.822	5.916	0.005
2			الذراعين	94	7.927	128	9.477	9.119	0.009
3			الظهر	166	14.941	187	13.746	14.048	0.000
4	مطاولة القوة	عدد	الرجلين	15.2	2.466	24.40	1.992	4.817	0.007
5			الذراعين	18.6	3.099	29.8	4.955	6.038	0.010
6			الظهر	13.8	1.639	22.6	0.988	7.503	0.002
7	القوة المميزة بالسرعة	عدد	الرجلين	8	0.682	13.6	0.799	4.966	0.008
8			الذراعين	9.6	1.004	19.8	1.683	8.055	0.003
9			الرجلين	8.2	1.044	13.6	1.711	6.599	0.001

من خلال الجدول (3) أظهرت النتائج للمجموعة التجريبية الاولى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي في قيم جميع القدرات البدنية قيد الدراسة (القوة القصوى، ومطاولة القوة، والقوة المميزة للسرعة) لأجزاء الجسم (الرجلين، والذراعين، والظهر) من خلال مقارنة قيم (ت) المحسوبة وقيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، إذ أظهرت جميع مستويات الدلالة لهذه المتغيرات المعنوية بالفروق بين هذه الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في هذه المجموعة، إذ كانت جميعها أقل من قيم مستوى دلالة (0.05) وهذا يحقق الهدف والفرض الثاني من هذه الدراسة .

ومن خلال هذه النتائج للمجموعة التجريبية الاولى التي ظهرت هذه المعنوية بالفروق ولصالح الاختبارات البعدي يعود لأثر التمرينات وكذلك استخدام المدعم والمكمل الغذائي (BCAA) الذي تم استعماله من قبل أفراد هذه المجموعة هذا من جانب ومن جانب اخر يعود الى استخدام الاسس العلمية الصحيحة لمكونات الحمل

الجهاز العصبي والاخر مرتبط بتطور نظم انتاج الطاقة اللاهوائية وتنميتها " (زينب مزره خلف: 2011، ص117).

### 3-3 عرض ومناقشة النتائج بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم بعض القدرات البدنية للمجموعة الضابطة :

الجدول (5) يبين الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم بعض القدرات البدنية للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع ±	س	ع ±	س		
1	الرجلين	كغم	10.166	137	11.936	144	2.974	0.031
2	الذراعين	كغم	15.481	104	7.949	110	4.384	0.014
3	الظهر	كغم	19.240	141	5.833	148	3.361	0.042
4	الرجلين	عدد	2.803	14.4	6.862	18.2	6.044	0.006
5	الذراعين	عدد	1.903	15.2	4.101	19.2	5.005	0.011
6	الظهر	عدد	2.818	12.6	3.007	15.8	4.057	0.009
7	الرجلين	عدد	1.318	7	1.826	9.4	3.044	0.019
8	الذراعين	عدد	1.582	9	1.225	12.4	3.922	0.027
9	الظهر	عدد	1.005	7.6	1.219	10.8	2.994	0.035

ومن خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (5) للمجموعة الضابطة تبين وجود فروق ذات دلالات احصائية معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم القدرات البدنية (القوة القصوى، ومطاولة القوة، والقوة المميزة بالسرعة) في متغيراتها لأجزاء الجسم (الرجلين، والذراعين، والظهر)، ومن خلال مقارنة القيم ل(ت) المحسوبة وقيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، إذ أظهرت جميع المستويات للدلالات للمتغيرات أعلاه معنوية بالفروق بينها في هذه الاختبارات ولصالح الاختبار البعدي في هذه المجموعة الضابطة، إذ كانت جميعها أقل من قيم مستوى دلالة (0.05) وهذا يحقق الهدف والفرض الثاني من هذه الدراسة .

ويرى الباحثون ان هناك الكثير من الاساليب التدريبية المتبعة من المدربين والعاملين في المجال الرياضي وان لكل أسلوب تأثيره الخاص على العينة التدريبية بما يتلاءم مع متطلبات نوع الرياضة وخصوصية الأداء فيها، إذ كانت للتدريبات الخاصة بالمدرّب دور كبير في تحسن مستوى اللاعبين ذلك دليل عالي على اختياره لهذه المهمة لتحقيق الإنجازات المستمرة لفرقة وعليه الاستعانة بما هو جديد ومفيد لفرقة لتحسين مستواه البدني، والتباين الذي ظهر بين

### 2-3 عرض ومناقشة النتائج بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم بعض القدرات البدنية للمجموعة التجريبية الثانية:

الجدول (4) يبين الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم بعض القدرات البدنية الخاصة للمجموعة التجريبية الثانية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع ±	س	ع ±	س		
1	الرجلين	كغم	20.661	148	17.519	160	4.922	0.005
2	الذراعين	كغم	15.119	83	13.992	96	6.077	0.002
3	الظهر	كغم	17.064	156	18.146	168	5.951	0.007
4	الرجلين	عدد	1.003	17.2	2.118	24.4	2.994	0.013
5	الذراعين	عدد	5.382	24.6	6.937	32.2	7.827	0.001
6	الظهر	عدد	1.318	18.4	1.404	23.8	9.529	0.000
7	الرجلين	عدد	1.114	8.2	2.748	13.8	6.883	0.003
8	الذراعين	عدد	3.422	12.4	3.528	16.6	4.592	0.004
9	الرجلين	عدد	1.946	8.6	1.672	12.8	3.837	0.008

ومن خلال الجدول (4) أظهرت النتائج للمجموعة التجريبية الثانية وجود فروق ذات دلالات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في قيم القدرات البدنية (القوة القصوى، ومطاولة القوة، والقوة المميزة للسرعة) لأجزاء الجسم (الرجلين، والذراعين، والظهر) من خلال مقارنة قيم (ت) المحسوبة وقيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، إذ أظهرت جميع المستويات للدلالات للمتغيرات أعلاه معنوية بالفروق بينها في هذه الاختبارات ولصالح الاختبار البعدي في هذه المجموعة التجريبية الثانية، إذ كانت جميعها أقل من قيم مستوى دلالة (0.05) وهذا يحقق الهدف والفرض الثاني من هذه الدراسة، ويعزو الباحثون سبب ذلك التطور الى تأثير تدريبات القوة العضلية الذي يهدف الى الارتقاء بالقدرات البدنية الخاصة للاعب المنتخب الوطني للقوة البدنية للشباب مستخدماً التدريب التكراري والتدريب المرتفع الشدة لتطوير هذه القوة، مع جعل حجم الوحدة التدريبية متساوياً لجميع أفراد العينة، ويتفق الباحثون مع الاسباب التي تساعد على تطوير هذه الصفة ومنها نوعية التدريبات المستخدمة خلال المنهج التدريبي، " كون تلك التمرينات تهدف الى تطوير عملية التكيف على اداء الواجبات الحركية بدرجة معينة من القوة لمدة طول في مواجهة التعب ويرتبط ذلك بحدوث بعض التأثيرات التي تكون في اتجاهين احدهما مرتبط بكفاءة وعمل

جدول (7) يبين قانون أقل فرق معنوي (L.S.D) بين المجموعات الثلاثة في المتغيرات المدروسة

المتغيرات	اجزاء الجسم	المجموعات	الفرق بين الاوساط	مستوى الدلالة
القوة القصوى	الرجلين	1م	19	0.000
		2م	35	0.000
		3م	16	0.000
	الذراعين	1م	32	0.000
		2م	18	0.000
		3م	14-	0.000
	الظهر	1م	19	0.000
		2م	39	0.000
		3م	20	0.000
مطاوله القوة	الرجلين	1م	0	1.456
		2م	6.2	0.022
		3م	6.2	0.022
	الذراعين	1م	2.4-	0.043
		2م	0.6	0.064
		3م	3	0.035
	الظهر	1م	1.2-	0.004
		2م	6.8	0.008
		3م	8	0.002
القوة السريعة	الرجلين	1م	0.2-	0.069
		2م	4.2	0.036
		3م	4.4	0.039
	الذراعين	1م	3.2	0.137
		2م	7.4	0.005
		3م	4.2	0.042
	الظهر	1م	0.8-	0.775
		2م	2.8	0.038
		3م	2	0.018

ومن خلال الجدول (7) اظهر النتائج لأقل فرق معنوي (L.S.D) بين المجموعات الثلاثة للجسم الثلاثة (الرجلين، والذراعين، والظهر)، إذ ظهرت المجموعة الأفضل في قدرة (القوة القصوى) في هذه الاجزاء هي المجموعة التجريبية الأولى ومن ثم المجموعة التجريبية الثانية ومن ثم المجموعة الضابطة)، وفي قدرة (مطاوله القوة) المجموعة الأولى في (الرجلين) ومن ثم الثانية وتليها الضابطة، وفي (الذراعين، والظهر) كانت المجموعة الثانية ثم تليها الأولى وبعدها الضابطة، وفي قدرة (القوة السريعة) كانت في (الرجلين، والظهر) للمجموعة الثانية ثم تليها الأولى وبعدها الضابطة، وفي متغير (الذراعين) المجموعة الأولى هي الأفضل ثم تليها الثانية وبعدها المجموعة الضابطة،

المجموعات خير دليل على أن الاضافات الجديدة هي تحسن من قابلية ومستوى اللاعبين في هذه اللعبة التي تعتمد اعتماداً كلياً على القدرات البدنية الخاصة وتطويرها بشكل يجعل اللاعبين في مصافي أبطال العالم .

### 3-3 عرض ومناقشة النتائج بين الاختبارات البعدية في

#### قيم بعض القدرات البدنية للمجموعات الثلاثة :

الجدول (6) يبين الفروق بين الاختبارات البعدية (تحليل التباين) ومستوى الدلالة في قيم بعض القدرات البدنية بين المجموعات الثلاثة

المتغيرات	اجزاء الجسم	تحليل التباين	مستوى الدلالة	النتيجة
القوة القصوى	الرجلين	7.478	0.001	معنوي
	الذراعين	8.387	0.015	معنوي
	الظهر	6.922	0.007	معنوي
مطاوله القوة	الرجلين	3.879	0.038	معنوي
	الذراعين	4.877	0.019	معنوي
	الظهر	2.126	0.043	معنوي
القوة السريعة	الرجلين	4.091	0.032	معنوي
	الذراعين	4.579	0.036	معنوي
	الظهر	2.096	0.044	معنوي

تبين من الجدول (6) ان هناك فرق معنوي بين الاختبارات البعدية ولجميع المتغيرات المدروسة، وهذا يعني تفوق إحدى المجموعات على بقية المجموعات، ولمعرفة أي المجموعات هي الأفضل، قام الباحثون باستخدام قانون أقل فرق معنوي (L.S.D) لمعرفة اي المجموعات هي الأفضل .

### المصادر:

- [1] ابو العلا احمد عبد الفتاح؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003 .
- [2] زينب مزهر خلف؛ استخدام تمارينات بدنية لتطوير التحمل الخاص واثره في تأخير ظهور التعب وتركيز نسبة حامض اللينيك وانزيم (LDH) في الدم لدى لاعبات كرة السلة، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، 2011 .
- [3] حيدر جبار عبد زيارة النصري؛ تأثير جهاز مساعد في تعليم مسار القفل النموذجي لرفعة الخطف للمبتدئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، 2008 .
- [4] قاسم حسن حسين وبسطويسي احمد؛ التدريب العضلي الإيزومتري، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999 .
- [5] محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الاداء الحركي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1991 .
- [6] محمد حسين عبيد السلطاني؛ اثر احمال تدريبيه بأسلوب التكرارات القسرية والهرمي النازل في تطوير القوة الخاصة والمسار الحركي للثقل وانجاز رفعة الخطف للمتقدمين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، 2008 .
- [7] نوري ابراهيم الشوك ورافع الكبيسي؛ دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2004 .
- [8] وديع ياسين وحسن محمد؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999).
- [9] وديع ياسين التكريتي؛ النظرية والتطبيق في رفع الإنثال: (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1985).

وعند تحليل ذلك يرى الباحثون ان المجموعة التجريبية هي الأفضل على العموم ثم تليها المجموعة التجريبية الثانية وبعدها المجموعة الضابطة، أي ان للتمرينات باستخدام المكمل الغذائي (BCAA) له التأثير الفعال في تطوير القدرات البدنية لشباب القوة البدنية.

### 4-الخاتمة :

بعد معالجة البيانات ظهرت النتائج ومن خلالها استنتج الباحثون التالي:

- 1-التمرينات المستخدمة أثرت وبشكل كبير في تطوير القدرات البدنية للاعبين الشباب القوة البدنية .
  - 2-لاستخدام التمرينات والمكمل الغذائي (BCAA) أثر ايجابي في تطوير القدرات البدنية وباستخدامهما معاً وفق الأسس العلمية الصحيحة والمقننة .
  - 3-كانت لتدريبات المدرب دور بارز في تحسين القدرات البدنية للاعبين في المجموعة الضابطة .
  - 4-الأفضلية كانت للمجموعة التي استخدمت التمرينات مع المكمل الغذائي (BCAA) .
- ومن خلال الاستنتاجات التي ظهرت يوصي الباحثون:
- 1-استخدام التمرينات والمكمل الغذائي (BCAA) للاعبين القوة البدنية الشباب .
  - 2-مراعاة الأسس العلمية المقننة والصحيحة من التمارين المعطاة والكميات المستخدمة للمكمل الغذائي (BCAA) بحيث لا تؤثر على صحة اللاعبين .
  - 3-متابعة المدربين من قبل الاتحاد المركزي الدولي والمحلي وتزويدهم بما هو جديد من البحوث والدراسات العلمية الحديثة وطرائق استخدام المكملات الغذائية بعناية ودراسة صحيحة لتجنب اللاعبين التأثيرات السلبية لها .
  - 4-إجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية أخرى وفعاليات أخرى .



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## تأثير تناول مكمل AL-RGININE المصاحب لمنهج التدريب في الرشاقة والقوة الانفجارية للاعبين كرة

### اليد المتقدمين

احمد نعمه جوده<sup>1</sup> أ.م.د. احمد حسن ياس<sup>2</sup>

الجامعة المستنصرية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

الجامعة المستنصرية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> Yasahmedhasan@Gmail.com,<sup>2</sup> ahmed.n.j@uomustansiriyah.edu.iq)

**المستخلص:** تكمن أهمية البحث من خلال العمل تطوير بعض المتغيرات البدنية باستخدام المكمل الغذائي الأرجانين والتعرف على تأثيره على الفريق بشكل عام وتطوير القوة الانفجارية والرشاقة. أما منهجية البحث، فقد استعمل الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات القياس القبلي والبعدي، تم تحديد مجتمع البحث بلاعبين اندية محافظة ذي قار وهم اندية (نادي النصر، نادي الناصرية، نادي الشطرة) لفئة المتقدمين المشاركين في دوري الدرجة الاولى للموسم 2020/2019 والبالغ عددهم 57 لاعبا، اذ اختار الباحثان عينة البحث وهم لاعبي نادي النصر والبالغ عددهم 22 لاعبا، إذ تم استبعاد حراس المرمى البالغ عدد 2 لاعبا إذ تم تقسيمهم عشوائيا وبالتساوي الى مجموعتين تجريبية وضابطة وواقع 10 لاعبين لكل مجموعة. نادي النصر الرياضي للمتقدمين المشارك في الدوري العراقي الدرجة الاولى بكرة اليد للموسم 2020/2019 وقد بلغ مجتمع البحث 30 لاعبا، اذ قام الباحثان بانتقاء عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم 25 لاعبا وهذه العينة تمثل نسبة 83% تم استبعاد حراس المرمى والبالغ عددهم 2 لاعبا و3 لاعبين تم عدمهم من ضمن التجربة الاستطلاعية وتم تقسيمهم بالتساوي الى مجموعتين متكافئتين بواقع 10 لاعبين لكل مجموعة.

ويهدف البحث الى التعرف على تأثير المكمل الغذائي (L-ARGININE) الرشاقة والقوة الانفجارية على للاعبين كرة اليد

وكان فرضيات البحث هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية (الرشاقة والقوة الانفجارية) لأفراد عينة البحث وكذلك هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية-البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات البدنية (الرشاقة والقوة الانفجارية) ولصالح المجموعة التجريبية، وكذلك هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المكمل الغذائي (L-ARGININE) القوة الانفجارية والرشاقة.

وقد استنتج الباحثان استخدام مكمل الأرجانين له الدور الفعال في تطويرا لمتغيرات البدنية وكذلك ان استخدام مكمل الأرجانين له الدور الايجابي في تطوير القوة الانفجارية والرشاقة.

**الكلمات المفتاحية:** مكمل AL-RGININE -الرشاقة -القوة الانفجارية -كرة اليد .



يرجع لهذه العناصر التأثير الأهم على المستويات المهاريه والخطيطة للاعب. من المهم التحسين من عناصر اللياقة البدنية للاعبين كرة اليد عن طريق ممارسة التمرينات البدنية؛ فضلا عن الاهتمام بتغذية اللاعبين من حيث تزويد اللاعبين بالمكملات الغذائية المهمة والتي تساهم في تطوير تلك العناصر ومنها القوة المميزة بالسرعة، تحمل القوة، تحمل السرعة، تحمل الأداء، التوافق، التوازن، الدقة.

ومن هنا تكمن اهمية البحث العمل على تطوير القدرات البدنية باستخدام المكمل الغذائي الأرجانين والتعرف على تأثير هذا المكمل على بعض القدرات البدنية الرشاقة والقوة الانفجارية.

#### مشكلة البحث:

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تشهد تطوراً كبيراً وملحوظاً بسبب الوتيرة السريعة والنمط الديناميكي لهذه اللعبة عند ممارسة مهاراتها الحركية وواجباتها الدفاعية والهجومية لفترات طويلة للعب وتغيير المواقف التي تتطلب أن يتمتع اللاعب بقدرات بدنية ومهاري عالية وقدرات وظيفية، فضلاً عن وجود عامل التشويق والإثارة للوصول إلى مستويات متقدمة لذلك يتطلب من المدربين الاهتمام بتغذية اللاعبين الى جانب التدريب، وتزويدهم بالعناصر الغذائية التي تساهم برفد اللاعبين بالطاقة الضرورية للأداء المهاري والبدني .

ومن خلال اطلاع الباحثان على نتائج نادي النصر ومن خلال المقابلات الشخصية للمدربين لاحظ الباحثان ان الفريق يتراجع مستواه أثناء المباراة من خلال قلة الرشاقة للاعبين وكذلك ضعف القوة الانفجارية لديهم، فعمد الباحثان الى دراسة هذه المشكلة ويجاد الحل من اجل الحفاظ على مستوى الفريق أثناء اللعب وبالتالي تحقيق نتائج مرضية، ومن هنا تكمن مشكلة البحث.

#### هدف البحث:

1- التعرف على تأثير المكمل الغذائي (L-ARGININE) على بعض المتغيرات البدنية الرشاقة والقوة الانفجارية للاعبين كرة اليد.

#### 1- المقدمة:

توفير مصادر الطاقة اللازمة للأداء ومقاومة التعب وسرعة استعادة الشفاء بعد الجهد وتعد التغذية الرياضية علما من علوم الرياضة فهي تلعب دورا هاما في التدريب " وتعد المكملات الغذائية إحدى البدائل التي لاقت رواجاً كبيراً كونها تؤخذ من مصادر غذائية طبيعية ومن فوائدها امداد الجسم بالطاقة والحفاظ على الالياف العضلية من التلف وزيادة التحمل والقدرة على العمل البدني لفترة طويلة ولأن الفرد لا يستطيع الحصول على جميع الاحتياجات اليومية من المعادن والفيتامينات عن طريق الوجبات الغذائية (1: 84).

ويسعى الرياضي الى تحقيق الإنجاز من خلال مجموعة عوامل يجب على الرياضي الاجتهاد وبذل المزيد من الجهد للوصول اليها منها (التدريب الرياضي المهاري والتكتيكي، الأعداد النفسي، التغذية الجيدة، القابلية الوظيفية العالية، تجنب الإصابات) (2: 57) ويشير حسين حشمت (1999) " أن الهدف الأسمى لكل العاملين في المجال الرياضي هو تحسين الأداء بطرق مشروعة من خلال وسائل وبدائل علمية غير ممنوعة دولياً وغير مدرجة في جداول المنشطات" (3: 55).

إذ أن المنشطات تختلف كلياً عن المكملات الغذائية، فالمنشطات ينطبق عليها الأضرار المتعارف عليها وهي ممنوعة دولياً، أما المكملات فهي صورة مشروعة وغير ضارة من صور تدعيم الأداء الرياضي.

ويذكر (أناند و(آخرون)، 2014) أن المكملات الغذائية تختلف بشكل كمي ونوعي بين الرياضيين أنفسهم فباختلاف طبيعة النشاط الرياضي تختلف المتطلبات البدنية والفسولوجية وبالتالي يختلف نوع وكمية الجرعات التي يتناولها الرياضي (4: 108).

وتتطلب رياضة كرة اليد أن يتمتع لاعبيها بلياقة بدنية عالية إذ أصبح مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة اليد من أهم الجوانب في خطة التدريب، ولا بد من التنويه على أنه لوصول اللاعب للمستويات العليا فلا بد أن يطور جميع عناصر اللياقة البدنية؛ إذ

جدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة (الطول، كتلة الجسم، العمر الزمني، العمر التدريبي) لعينة البحث وكما مبين في الجدول.

الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي
6.56	0.1	الطول	سم	175.76
8.84	0.67	الكتلة	كغم	172
2.23	0.62	العمر الزمني	سنة	21
1.65	0.10	العمر التدريبي	سنة	6

إذ يتضح من الجدول اعلاه ان معامل الالتواء قد بلغ اقل من (1-1)، مما يؤكد تجانس عينة البحث في المتغيرات السابقة.

**2-2-2 تكافؤ العينة:** بعد اجراء الاختبارات والقياسات، القبلية أجرى الباحثان عملية، التكافؤ لأفراد العينة، باستخدام اختبار (T.test) للعينات، المستقلة لنتائج الاختبارات القبلية، في المجموعتين وذلك، لأجل ضبط المتغيرات التي تغير، بالتجربة وتكون نقطة البداية واحدة، بالنسبة للمجموعتين وقد، أظهرت النتائج عشوائية الفروق بين، المجموعتين من خلال مقارنة t المحسوبة للجدولية، المقابلة لها وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2) يبين تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارة وقيمة (T) المحتسبة ودلالتهما الإحصائية

المتغيرات	المجاميع	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
الرشاقة	م/ التجريبية	10	8.530	0.195	1.800	0.089	عشوائي
	م/ الضابطة	10	8.159	0.622			
قوة انفجارية	م/ التجريبية	10	35.000	1.886	1.368	0.191	عشوائي
	م/ الضابطة	10	34.030	1.215			

تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية ن=2 = (18).

### 2-3 لأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات:

**2-3-1 الاجهزة والادوات:** ساعة إيقاف stopwatch عدد (2)، لاب توب نوع (Lenovo)، ملعب كرة يد قانوني، صندوق كرات يد، منضدة عدد (2). كرات يد عدد (10)، صافرة نوع (FOX) عدد (2) شريط قياس، ميزان طبي، شريط لاصق).

**2-3-2 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:** (المصادر والمراجع العربية والاجنبية، ملاحظات والمقابلة

### فروض البحث:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات البدنية (الرشاقة والقوة الانفجارية) الأفراد عينة البحث.

2- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المكمل الغذائي (L- ARGNINE) والرشاقة والقوة الانفجارية.

### مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبي اندية محافظة ذي قار لكرة اليد.

المجال الزمني: 2021/11/7 - 2022/8/1

المجال المكاني: قاعة نادي النصر الرياضي

### 2-منهج البحث واجراءاته الميدانية:

**2-1 منهج البحث:** وفقاً لطبيعة مشكلة البحث وتحقيقاً لأهدافه واختباراً لفروضه فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبية).

**2-عينة البحث:** اختار الباحثان عينة بحثهم وهم لاعبي نادي النصر والبالغ عددهم 25 لاعبا وتم استبعاد حراس المرمى والبالغ عددهم 2 لاعبين و3 لاعبين تم عدمهم للتجربة الاستطلاعية ليكون العدد 20 لاعباً تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين متكافئتين تجريبية وضابطة بواقع 10 لاعبين.

### 2-2-1 تجانس العينة:

لغرض التأكد من ان القياسات جميعها ملائمة للفئة العمرية قيد البحث ولمنع المؤثرات التي تؤثر على نتائج البحث من حيث الفروق الموجودة بين اللاعبين يتطلب تجانس العينة (ويتم تحقيق هذا التجانس عن طريق منحى التوزيع الطبيعي)، إذ استخدموا قانون معامل الالتواء لمتغيرات الطول والوزن والعمر التدريبي. إذ يوضح جدول (1).

الأدوات المستخدمة: جدار ملصق عالية شريط قياس، طباشير لوضع العلامات على الجدار او صبغ احد اطراف الأصابع، استمارة تسجيل، صافرة).

#### كيفية اجراء الاختبار:

- يقف الرياضي مواجهها لوحة الاختبار.
- يقوم الرياضي برفع احدى الذراعين رافعا لوحة الاختبار لتحديد نقطة الصفر.
- توضع صبغة من الألوان في طرف الأصابع.
- يقوم الرياضي بأداء اعلى قفزة رافعا الذراع الى اعلى نقطة مستخدما الأصابع التي بها الألوان ملامسا لوحة الاختبار.
- يعطى محاولتين، ثم تسجل أفضل محاولة - بالسينتيمتر.

#### ثانياً: اختبار T (7: ص 12):

الغرض من الاختبار: قياس السرعة والرشاقة والقدرة على تغير حركة الجسم في اتجاهات مختلفة وبسرعة التحكم في وضعية الجسم.

الإجراءات والأدوات المطلوبة للاختبار: ساعة توقيت، ارضية مناسبة للاختبار، اقماع، استمارة تسجيل، صافرة.

#### كيفية اجراء الاختبار:

- احماء مع ترمينات إطالة لمدة 5 دقائق.
- يقف الرياضي من نقطة البداية عند القمع A
- تعطى إشارة الانطلاق ويجب ان يودي الاختبار بسرعة وبأقل زمن.

- يجري الرياضي من القمع A الى B بأقصى سرعة ومن B الى C ويعود الى D ثم يعود الى B ويكون الجري جانبيا معطيا ظهره للقمع A ثم يعود الى القمع A ويكون الجري خلفا.

- يجب ملامسة قاعدة القمع.

#### 2-4-5 التجربة الاستطلاعية: تم اجراء التجربة

الاستطلاعية على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (3) لاعبين ومن المستبعدين من التجربة الرئيسية في الساعة الثانية بعد الظهر يوم الاربعاء 8/12/2021، إذ تم اجراء الاحماء اللازم ثم تطبيق

الشخصية، الاختبار والقياس، استمارة استطلاع آراء الخبراء بخصوص متغيرات البحث، شبكة المعلومات العالمية (الانترنت)، استمارة تسجيل، استمارة نتائج مختبرية).

#### 2-4-4 خطوات إجراء البحث: بعد تحديد متغيرات البحث اطلع

الباحثان على لعديد من المصادر العلمية ومن خلالها قام بترشيح مجموعة من الاختبارات المعنية بقياس كل متغير من هذه المتغيرات بوضعها في استبانة تم عرضها على الخبراء والمختصين في مجال التدريب وكرة اليد وعددهم 11 خبير وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات قام الباحثان بمعالجتها احصائياً بقانون مربع كأي وكما مبين في الجدول (3).

الجدول (3) يبين التعامل الاحصائي (كا<sup>2</sup>) للموافقة وعدمها لا راء الخبراء والمختصين في تحديد الاختبارات

ت	المتغيرات	الاختبارات المرشحة	موافقون	%	غير موافقون	%	قيمة كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة
							محصوية	جدولية	
1	القوة الانفجارية	أ اختبار الوثب الطويل من الثبات	10	90.909	1	9.090	7.363	3.84	مضوي
		ب اختبار القفز العمودي للأعلى	6	54.545	5	45.454	0.090		غير مضوي
		ج اختبار الحجل على رجل واحدة لمدة 10 ثا	7	63.636	4	36.363	0.818		غير مضوي
2	(الرشاقة)	أ اختبار T للسرعة والرشاقة	9	81.818	2	18.181	4.454	3.84	مضوي
		ب اختبار الشكل السداسي للرشاقة	8	72.727	3	27.272	2.272		غير مضوي
		ج اختبار النوبي للرشاقة	7	63.636	4	36.363	0.818		غير مضوي

يبين التعامل الاحصائي (كا<sup>2</sup>) للموافقة وعدمها لا راء الخبراء والمختصين في تحديد الاختبارات

#### 2-4-4-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اولاً: اختبار الوثب الطويل من الثبات (6: ص 11):

الغرض من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للرجلين.

التعليمات الشركة الموضحة على العلبة والتي تحتوي هذه العلبة من الأرجانين على (120) قرص اميني.

3-تستخدم (3) اقراص يوميا قبل واثاء وبعد الوحدة التدريبية.

4-يأخذ من الراجنين من (3-5) غرامات.

5-شرب كميات كبيرة من الماء.

6-تم السيطرة على العينة في برنامجهم الغذائي وذلك عن طريق المراقبة المستمرة من قبل المدربين وأوليائهم والباحثان تم ضبط العينة في تناول هذه المكملات.

7-اعتمد الباحثان على مبدأ الجرعة المنتظمة في اعطاء المكملات الغذائية وهذا المبدأ يعتمد على تناول جرعة منتظمة.

أما المجموعة الضابطة لن تستخدم أي شيء وذلك لغرض المقارنة بين المجموعتين.

**2-4-8 المنهج التدريبي:** لم يتدخل الباحثان بالمنهج

التدريبي المعد من قبل المدرب سواء بالوحدات التدريبية التي تعمل على تطوير المؤشرات البدنية، وعن طريق المقابلات الشخصية التي أجراها الباحثان معه وقراءة مفردات المنهج التدريبي المعد من قبله لحظ الباحثان أن مفردات المنهج التدريبي موحدة لكل أفراد عينة البحث كونهم من اللاعبين المتقدمين في هذه الفعالية في المحافظة، كذلك لتقارب مستوياتهم في الإنجاز علماً أن المدة التي أجرى الباحثان خلالها تجربته هي مدة الأعداد الخاص، علماً أن عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية للاعبين كانت (ثلاث وحدات) أي أن التدريب كان في (الاحد، الاثنين، الثلاثاء).

**2-4-9 الاختبارات البعدية:** قام الباحثان بأجراء الاختبارات

البعدية يوم الاربعاء وذلك بتاريخ 9/3/2022 وقد طبقت الاختبارات من قبل عينة البحث بمجموعته الضابطة والتجريبية في المكان وبالأدوات والظروف نفسها التي سبق وطبقت في الاختبار القبلي قدر المستطاع.

**2-5 الوسائل الاحصائية:** استخدم الباحثان البرنامج

الاحصائي (spss) لاستخراج نتائج البحث مستخدماً الوسائل الاحصائية التالية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط،

الاختبارات المستخدمة في البحث ومن ثم تنفيذ بعض التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي وكان الهدف من اجراءها الاتي:

1-التأكد من سلامة الاجهزة والادوات وسهولة التعامل معها.

2-التأكد من ملائمة الاختبارات لأفراد عينة البحث وطريقة تنفيذها.

3-الوقوف على المشكلات التي قد ترافق تطبيق التمرينات أو تنفيذ الاختبارات.

4-الوقوف على مدى فهم التمرينات ودرجة صعوبتها وسهولتها للاعبين.

**2-4-6 الاختبارات القبلية:** تم إجراء الاختبارات القبلية لعينة

البحث (التجريبية والضابطة) وذلك بتمام الساعة الثانية بعد الظهر في يوم الاربعاء الموافق 2021/12/22 في قاعة التحدي منتدى شباب النصر وقد عمد الباحثان على تثبيت الظروف جميعها المتعلقة بالبحث من حيث الزمان، المكان، الادوات المستخدمة، فريق العمل المساعد، طريق تنفيذ الاختبارات، لضمان توافرها في الاختبارات البعدية، وسجلت نتائج الاختبارات في الاستمارة التي تم أعدادها مسبقاً.

**2-4-7 (التجربة الرئيسية) البرنامج الغذائي (ال-)**

**الأرجانين):** قام الباحثان باستخدام برنامج غذائي لمدة (3) أشهر وفقاً لهذه المكملات عن طريق المراجع العلمية والمقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص وسوف تكون مدة هذا البرنامج الغذائي ثلاثة أشهر يوماً عدا يوم الراحة.

تم اعطاء المكملات الغذائية لعينة البحث عن طريق معرفة مستوى الطبيعي للاختبارات الفسيولوجية من خلال التحليلات المختبرية التي اقامة بها الباحثان وعن ضوء هذه التحليلات قام بتنظيم المنهج الغذائي للعينة وكان كالاتي:

**المجموعة التجريبية:**

1-تم إعطاءها في مدة البرنامج الغذائي (الأرجانين).

2-أما طريقة الاستخدام فتتم على وفق التحليلات المختبرية والاختبارات الفسيولوجية التي مرت بها العينة والاستعانة ببعض

فضلا عن ذلك ان لكل لعبة مهارتها وقدراتها البدنية والحركية الخاصة بها والتي يعمل المدربون على تطويرها بكافة الوسائل ومن هذه الوسائل هي المكملات الغذائية وهذا يتفق مع ما جاء به مفتي إبراهيم بان الإعداد هو " رفع كفاءة مكونات (عناصر) اللياقة البدنية الأساسية والضرورية لنوع الرياضة التخصصية لأقصى درجة ممكنه " (6: 115).

### 2-3 عرض نتائج المجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (4) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية وانحرافات في اختبارات الرشاقة والقوة الانفجارية.

المجاميع	المتغيرات	الاختبارات	س-ف	ع ف	هـ	T	نسبة الخطأ	الدلالة
المجموعة الضابطة	الرشاقة	قبلي - بعدي	0.807	0.377	0.119	6.777	0.000	معنوي
	قوة انفجارية	قبلي - بعدي	-2.370	1.730	0.547	-4.333	0.003	معنوي

يبين الجدول (4) المعالم الاحصائية في اختبارات الرشاقة والقوة الانفجارية لأفراد المجموعة الضابطة، وتبين من خلال النتائج المبينة في الجدول الى وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان هذه الفروق الى فاعلية المنهج المعد من قبل المدرب بالإضافة الى المكمل الغذائي الذي ساهم في تطوير اللياقة البدنية وتطوير القدرات (الرشاقة والقوة الانفجارية) .

### 3-3 عرض نتائج الاختبارين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها:

جدول (5) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمة (t) المحسوبة في اختبارات البحث.

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	العينة	فرق الاوساط	فرق الانحرافات المعيارية	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
الرشاقة	ث/م	المجموعة التجريبية	10	-0.461	0.172	2.685	0.015	معنوي
		المجموعة الضابطة	10					
قوة انفجارية	سم	المجموعة التجريبية	10	2.600	1.046	2.487	0.037	معنوي

معامل الالتواء، اختبار t للعينات المستقلة، اختبار t للعينات الغير مستقلة).

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

### 1-3 عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية ومناقشتها:

جدول (3) يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية وانحرافات وقيمة (t) المحسوبة في اختبارات لقوة الانفجارية و الرشاقة للمجموعة التجريبية .

المجاميع	المتغيرات	الاختبارات	س-ف	ع ف	هـ	T	نسبة الخطأ	الدلالة
المجموعة التجريبية	الرشاقة	قبلي - بعدي	1.639	0.233	0.074	22.284	0.000	معنوي
	القوة الانفجارية	قبلي - بعدي	-4.000	2.625	0.830	-4.819	0.007	معنوي

تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية ن-1 = (9)

يبين جدول (3) دلالة الفروق للاختبارات البدنية من خلال مقارنة قيمة (T) بنسبة الخطأ كانت الفروق معنوية وللمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات الرشاقة، القوة الانفجارية، اذ بلغت قيمة (T) (22.284)، (-3.498، 10.710، 8.151)، على التوالي وكانت نسبة الخطأ للقدرات البدنية قيد البحث اقل من (0.05) مما يعني ان الفروق معنوية.

ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية الى المكمل الغذائي الذي استخدمه خلال الوحدات التدريبية وما له من دور في تطوير الرشاقة والقوة الانفجارية لدى اللاعبين العينة التجريبية وذلك لتوسيع الاوعية الدموية لأداء الحركات والمهارات الخاصة باللعبة وهذا ما اكده كمال درويش وآخرون بالقول " يعتمد اللاعب على العمل اللاهوائي أي في الحصول على الطاقة اللازمة لأداء الحركات القوية السريعة التي تتطلبها ظروف اللعب مثل التمرير، والتصويب بأنواعه، وحركات الوثب إثناء الهجوم او الدفاع، كذلك العدو السريع كما يحدث في الهجوم الخاطف، او العودة السريعة للدفاع بالإضافة الى أداء العمل العضلي بأقصى قوة وسرعة وفي مواجهة اللاعب المنافس اثناء اللعب

### المصادر:

- [1] ابو العلا احمد عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية؛ ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995)
- [2] حسين حشمت؛ التقنية البيولوجية والبيو كيميائية وتطبيقاتها في المجال الرياضي: (القاهرة، دار النشر للجامعات، 1999).
- [3] سميرة خليل محمد؛ المكملات الغذائية كبدل للمنشطات: (بغداد، الأكاديمية الرياضية العراقية، 2006).
- [4] كمال جميل الرضي؛ التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين: (عمان، الجامعة الأردنية، 2001).
- [5] مفتي ابراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2001).
- [6] نبيل طه حسين وحسين جعفر حسين و(آخرون)؛ اختبارات اللياقة البدنية، اللجنة الاولمبية البحرينية .
- [7] Anand, P. S., Kohli, M. P. S., Kumar, S., Sandarac K., Roy, S. DVenkateshwarlu, G. & Pail an, G. H. (2014). Effect of dietary supplementation of biofloc on growth performance and digestive enzyme activities in *Penaeus monodon*. *Aquaculture*, 418, 108-115.

يبين الجدول (5) المعالم الاحصائية للاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث، وظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان دلالة الفروق المعنوية في نتائج الاختبارات البدنية الى أهمية التمرينات التي خضع لها اللاعبون في المجموعتين التجريبية والضابطة تحت اشراف المدرب ولكن المكمل الغذائي (L-ARGININE) الذي تم إعطائه الى المجموعة التجريبية ساعد لاعبي هذه المجموعة على توسعة اوعية الدموية بشكل اكبر مما هو في المجموعة الضابطة والذي يزيد تدفق الدم الى انحاء الجسم والعمل على نقل الأوكسجين للعضلات العاملة اثناء الأداء الحركي وهذا ما أكدته عليه (مدحت قاسم).

وبما أن هناك تطور في القوة الانفجارية والرشاقة.

فضلا عما تقدم ان ظهور فروق معنوية في متغيرات البحث البدنية في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان ذلك إلى أهمية تأثير المكمل الغذائي على تحسين المؤشرات البدنية الرشاقة والقوة الانفجارية.

### 4-الخاتمة:

وعلى ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتج الباحثان التالي:

- 1-ان استخدام مكمل الأرجانين له الدور الفعال في تطوير بعض المتغيرات البدنية (الرشاقة والقوة الانفجارية)
- 2-ان استخدام مكمل الأرجانين له الدور الايجابي في تطوير القوة الانفجارية والرشاقة والسرعة وتحمل السرعة ... الخ وعلى ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحثان يوصيان بالتالي:
- 1-الاهتمام بالتغذية الصحية الجيدة للرياضيين اثناء التدريب.
- 2-الاهتمام بتناول مكمل الأرجانين اثناء التدريب.
- 3-تناول مكمل الأرجانين في فترة الاعداد العام.
- 4-استخدام المكمل الغذائي الأرجانين لفعاليات والألعاب أخرى اثناء فتره التدريب والمنافسات.



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## تأثير تمرينات مركبة باستخدام الذكاء الصناعي بالاستجابة الحركية لمؤشر دقة التصويب من القفز

### للاعبين منتخب تربية الكرخ الثالثة بكرة اليد

م.م مصطفى عادل رشيد احمد<sup>1</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

(<sup>1</sup> musadel49@gmail.com)

**المستخلص:** هدف البحث إلى اعداد تمرينات خاصة باستخدام جهاز (optical vision sensor) وتأثيرها في تطوير فاعلية الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز للاعبين الشباب بكرة اليد. واستخدم الباحث المنهج التجريبي ب المجموعتين المتكافئتين (الضبط المحكم) ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته لطبيعة البحث، وتمثل مجتمع البحث بمنتهات تربيات بغداد بكرة اليد والبالغ عددهم (84) لاعباً وبأعمار من (16- 18) سنة، وأختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية وهم منتخب تربية الكرخ الثالثة ليمثل المجموعة التجريبية البالغ عددهم (14) لاعباً، ومنتخب التربية الرصافة الاولى بكرة اليد ليمثل المجموعة الضابطة البالغ عددهم (14) لاعباً، للعام الدراسي (2022/2021). وعمد الباحث الى إعداد تمرينات خاصة تم تنفيذها بالوحدات التدريبية ضمن (20) وحدة تدريبية خلال (8) اسابيع ويواقع (3) وحدات في الاسبوع الواحد، وبعد تنفيذ التمرينات واجراء الاختبار القبلي والبعدي. استنتج الباحث إن التمرينات الخاصة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد ولصالح مجموعة البحث التجريبية. وان استخدام تقنيات النانو تكنولوجي والذكاء الصناعي جهاز (optical vision sensor) في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد لدى لاعبي منتخب تربية الكرخ الثالثة. يوصى الباحث باستخدام تقنيات النانو تكنولوجي والذكاء الصناعي (optical vision sensor) في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد لما لها من دور كبير في الوصول الى نتائج أكثر دقة.

**الكلمات المفتاحية:** تمرينات خاصة - جهاز (optical vision sensor) - الاستجابة الحركية - مهارة التصويب من القفز - كرة اليد



**1- المقدمة:**

ذات طبيعة ادراكية تتسجم مع التطور الكبير الذي يشهده علم التدريب الرياضي الحديث. وبالتالي الوصول الى الاهداف العلمية الموضوعية بكل دقة وتنفيذ التدريبات بطرق علمية تحقق مستوى مهاري وحركي متقدم.

**المشكلة:**

تعد البحوث والدراسات العلمية الركيزة الأساسية لتطوير مستوى الاداء وخاصة في مجال كرة اليد، لما لها من اهمية كبيرة في تطوير مستوى البرامج التدريبية، واصبح بالإمكان التشخيص الدقيق لقدرات اللاعبين ووضع برامج تدريبية بإمكانات متطورة تضمن بشكل كبير معالجة حالات ومتغيرات تساهم في رفع مستوى الاداء الهجومي او الدفاعي من خلال توفر اجهزة خاصة خفيفة الوزن وسهلة الحمل تساهم في تقنين الاحمال التدريبية وتطويرها. كما تعد حاجة ملحة للمدربين للوقوف على مستوى الأداء الحقيقي للاعبين في الأداء التنافسي ومتغيراته بما يخدم فاعلية الاداء الدفاعي والهجومي الخططي والتكتيكي، ولما تمثله لعبة كرة اليد من قوة وسرعة عالية وتحمل أداء في المهارات التي تحاكي متطلبات الأداء البدني والمهاري الهجومي. تكمن مشكلة البحث في الحاجة الى استخدام اجهزة وتقنيات ترفع من مستوى القدرات والامكانيات المهارية في البرامج التدريبية وخاصة في تطوير بعض حالات اللعب التي تتطلب السرعة والدقة العالية اثناء الاداء ومنها مهارة التصويب من القفز.

**أهداف البحث:**

1- اعداد تمارين خاصة باستخدام جهاز optical vision (sensor) وتأثيرها في تطوير فاعلية الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز للاعبين الشباب بكرة اليد.

2- التعرف على المجموعة الافضل بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز للاعبين الشباب بكرة اليد.

**فرض البحث:**

1- هناك فروقات ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي ونتائج الاختبار البعدي في تطوير الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز ولصالح الاختبارات البعدية.

ان التطور الذي يشهده النانو تكنولوجي خلال العقدين الاخيرين، والانتشار الكبير في جميع مجالات الحياة ومنها المجال الرياضي، لم يأتي من فراغ ولكن جاء نتيجة الحاجة الملحة لربط العلوم الرياضية بالعلوم الاخرى التي استطاعت الرياضة الاستفادة منها واستخدامها في مختلف الالعاب الرياضية واصبحت عامل مؤثر في حسم الكثير من النتائج وخاصة في المنافسات العالمية والاولمبية والقارية، إذ ان استخدام هذا النوع من التقنيات في عمليات التدريب اثبت فاعليته في تطوير مستوى اللاعبين من جميع النواحي وتحقيق أفضل النتائج، وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب التي تعمل على تطوير ورفع مستوى لاعبيها من الناحية البدنية والمهارية وان امتلاك اللاعبين لهذه الامكانيات والقدرات دائما ما يكون الحد الفاصل في حسم المباريات، وبما ان مواقف اللعب بلعبة كرة اليد متغيرة وتمتاز بسرعة وقوة خلال المباريات ويتطلب من اللاعبين بالكثير من الفعاليات الحركية ارتباطاً بظروف غير محددة وسريعة وخاصة اثناء التصويب، فعليه يتطلب من لاعب كرة اليد سريع التصرف في تلك المواقف ليكون أكثر ملائمة لاتخاذ القرارات في نفس اللحظة ويحقق الهدف بسرعة وبدون تباطؤ بالأداء فان فاعليته أثناء المباراة تتوقف على نوع ردود الفعل الحركي، ولذلك يعد سرعة رد الفعل أي (سرعة الاستجابة الحركية) من العناصر المهمة في لعبة كرة اليد. ووفقاً للمتغيرات والصعوبة التي يؤدي بها التصويب في كل مركز من مراكز اللعب مع اضافة الامكانيات التقنية والاجهزة التي تساهم في هذا المجال جهاز (optical vision sensor) جهاز الاستشعار المتغير لخيارات التصويب لغرض وضع اللاعبين في احتماليات اوسع للتصويب لمعرفة مستوى التأثير البدني أي (مهمة بدنية لنواتج مهارة) للوصول الى نتائج أكثر اتساقاً وموضوعية كونها تمثل ظروف اللعب المشابهة، لذا العمل على تطوير سرعة الاستجابة الحركية للاعبين في إمكانية استغلال الثغرات في الهدف المنافس.

وتكمن اهمية البحث في استخدام التقنيات والاجهزة الحديثة للذكاء الاصطناعي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز للاعبين كرة اليد من خلال تدريبات خاصة

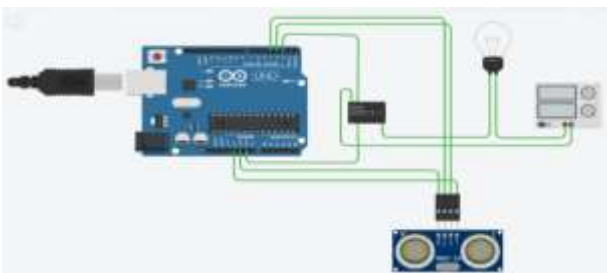
## 2-3-3-1 جهاز حساس الرؤية البصرية (optical vision sensor):

**1-تحديد مواصفات نظام الاختبارات:** في هذه المرحلة يتم تحديد الوظائف والمهام المطلوبة من النظام وهي: لاكتشاف أي حركة للاعب في المنطقة، يتم استخدام جهاز استشعار المسافة بالموجات فوق الصوتية. عند اكتشاف الحركة، يتم قياس المسافة بين الجسم والمستشعر بالموجات فوق الصوتية. إذا كانت المسافة أقل من 20 سم، يتم إيقاف تشغيل جميع المصابيح تلقائياً. إذا كانت المسافة أكثر من 20 سم، يتم إيقاف تشغيل جميع المصابيح واعاده تشغيل مصباح واحد فقط بصورة عشوائية. ويتم التحكم فيها بواسطة متحكم الاردوينو عبر تنشيط محول الطاقة).

**2-تصميم مخطط دائرة نظام الاختبارات:** يوضح الشكل التالي مخطط العمل للدائرة الإلكترونية للنظام.

**3-التحقق والإثبات:** إذ يتم اختبار التصميم بواسطة بيئة محاكاة للتأكد من سلامة التصميم والتأكد من أن النظام يؤدي الوظائف المطلوبة منه بالكامل. يوضح الشكل التالي تصميم النظام في بيئة افتراضية وتم استخدام موقع Tinkercad.

**4-مرحلة التنفيذ:** بعد التأكد من سلامة نظام الاختبار في بيئة المحاكاة، يتم البدء في ربط الأدوات معاً وفقاً لتصميم الدائرة الإلكترونية. أداة Arduino مبرمجة للتحكم في الأدوات المتصلة بها، إذ تمت برمجتها لاستقبال البيانات من مستشعر الموجات فوق الصوتية وقياس المسافة، وعند وجود أي حركة للاعب ضمن مجال المستشعر يتم إرسال إشارة إلى المرحل لإطفاء جميع المصابيح وفتح الدائرة الكهربائية للمصباح واحد فقط بصورة عشوائية. كما تمت برمجة النظام لقياس المسافة، وإذا كانت أقل من (20 سم) سيتم إغلاق الدائرة الكهربائية، بحيث يمكن التحكم في الدائرة الكهربائية يدوياً أيضاً.



2-هناك فروقات ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** منتخب التربية الكرخ الثالثة للمرحلة الاعدادية للعام الدراسي 2022/2021.

**المجال الزمني:** تمت إجراءات البحث خلال المدة من 2022/3/7 ولغاية 2022/5/16.

**المجال المكاني:** قاعة الكرخ الثالثة.

## 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

**1-2 منهج البحث:** استخدام الباحث المنهج التجريبي بالمجموعتين المتكافئتين (الضبط المحكم) ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته لطبيعة البحث.

**2-2 مجتمع البحث وعيناته:** تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم منتخبات تربيات بغداد بكرة اليد والبالغ عددهم (84) لاعباً وبأعمار من (16- 18) سنة، وأختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية وهم منتخب تربية الكرخ الثالثة ليمثل المجموعة التجريبية والبالغ عددهم (14) لاعباً، ومنتخب التربية الرصافة الاولى بكرة اليد ليمثل المجموعة الضابطة والبالغ عددهم (14) لاعباً، للعام الدراسي 2022/2021.

## 2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستعملة في البحث:

**1-3-2 أدوات البحث:** استخدمها الباحث الأدوات الآتية:

المقابلة، الملاحظة، الزيارات الميدانية لجمع المعلومات، الاستبيان.

**2-3-2 الوسائل المستعملة في البحث:** (المصادر والمراجع العربية والأجنبية، شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت)).

**2-3-3 الأجهزة المستعملة في البحث:** (جهاز حاسوب محمول نوع (Acer)، ساعة إيقاف، كامرا نوع نيكون (7100)).

-يعطى لكل مختبر 5 محاولة.

**التسجيل:** كما يلي:

يتم تسجيل عدد الرميات التي تمر فيها الكرة في المربعات.

تسجيل زمن الاختبار.

**الدرجة النهائية للاختبار:** يتم تقسيم عدد النقاط على الزمن

الكلي للاختبار.



الشكل (3) يوضح اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية: تم اجراء التجربة

الاستطلاعية الاولى بتاريخ 2022/3/7 على عينة من لاعبي منتخب الرصافة الثانية والبالغ عددهم (10) لاعبين، إذ تم تطبيق اختبار البحث لغرض ضبط وتهيئة مستلزمات ومتغيرات البحث، وتهيئة فريق العمل المساعد لضمان نجاح الاختبار لجمع البيانات. وقام الباحث بتطبيق وحدة تدريبية من البرنامج المعد على عينة البحث لمعرفة مدى ملائمته للعينة.

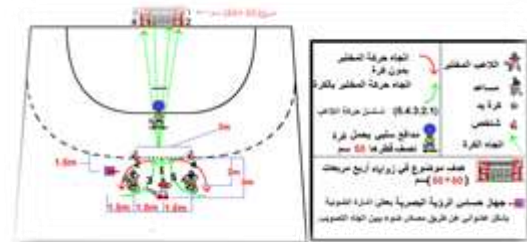
## 2-4-3 الاسس العلمية للاختبارات:

### 2-4-3-1 الصدق الظاهري: قام الباحث باستخراج

معامل الصدق لنتائج الاختبارين، اذ قام الباحث بعرض الاختبارين على مجموعة من الخبراء لإيجاد صدق الظاهري للاختبارين وذلك من خلال استبانة لإيجاد الاهمية النسبية للاختبارين. وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين الصدق المحتوى للاختبارين.

ت	اختبارات	1 2 3 4 5				
		1 التكرار	2 التكرار	3 التكرار	4 التكرار	5 التكرار
1	اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري	0	0	0	1	6
2	اختبار رد الفعل وسرعة الاستجابة الحركية	0	1	4	2	0
		عدد الخبراء = 7				



شكل (2) يوضح جهاز حساس الرؤية البصرية

## 2-4-4 خطوات تنفيذ البحث:

### 2-4-4-1 تحديد اختبار البحث:

اسم الاختبار: اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري.

**الغرض من الاختبار:** قياس سرعة الاستجابة للتصويب من خط الـ (9) أمتار من القفز للأعلى لاجب الوسط.

**الادوات:** ملعب كرة يد قانوني، كرات يد قانونية عدد (10)، ساعة إيقاف، شريط لاصق، شريط قياس، كرة (swiss ball) نصف قطرها (50 سم)، شواخص مثلث عدد (4)، جهاز حساس الرؤية البصرية (optical vision sensor) عدد (1).

**طريقة الاداء:** يقف المختبر خلف خط البداية المرسوم على الارض الذي يبعد عن خط الـ (9) امتار) مسافة (3) متر، ويوضع شاخصين مقابل قائمي المرمى ويقف مزود كرات على بعد (2) متر مقابل كل شاخص، ويقف على خط الـ (7) امتار لاعب يحمل كرة سويس بول (حائط صد ثابت)، يقوم المختبر بالتحرك للأمام بالطبعية السريعة ثم التصويب من القفز للأعلى ثم الالتفاف بسرعة من الجهة الخارجية للمساعد الايسر واستلام كرة باليد ثم اخذ طبة والتصويب بالقفز من الاعلى، ثم الالتفاف بسرعة من الجهة الخارجية للمساعد الايمن واستلام كرة باليد، ثم اخذ طبة والتصويب بالقفز من الأعلى. وهكذا يستمر اللاعب حتى ينهي جميع المحاولات. ويوضع جهاز حساس الرؤية البصرية (optical vision sensor) بمسافة (1.5) متر من خط الـ (9) أمتار)، اذ يعطي اشارة الضوئية بشكل عشوائي بمجرد تحرك اللاعب باتجاه خط الـ (9) عن طريق مصادر ضوء يبين اتجاه التصويب، وكما موضح في الشكل (6).

## تعليمات الاختبار:

-يعطى للمختبر محاولتين تجريبية.

الاستجابة الحركية لمهارة التصويب واعتماد مجموعة من الاسس والمبادئ في عملية التنفيذ، اذ قام الباحث بتصميم منهج تدريبي بدني مهاري شمل مجموعة من تدريبات الاستجابة الحركية وفق المتطلبات البصرية لمهارة التصويب من القفز من خلال استخدام الجوانب الخطية لتطوير العقلية الادراكية والتصرف الخطي فريداً باستخدام تقنيات حديثة ضمن مسارات حركية لمراكز اللعب بكرة اليد وكما يلي:

1- بلغ عدد الوحدات التدريبية (20) وحدة تدريبية خلال (8) اسابيع وبواقع (3) وحدات في الاسبوع الواحد.

2- تم تنفيذ التمرينات في القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية والبالغ زمنها من (54-60) دقيقة.

3- تم تنفيذ التمرينات خلال فترة الاعداد الخاص.

4- تم استخدام طريقة التدريب الفكري المرتفع الشدة (80-90%).

5- استخدام جهاز (حساس الرؤية البصرية) (optical vision sensor) لتطوير الاستجابة الحركية والانتباه اثناء اداء مهارة التصويب من القفز من مناطق مختلفة لجميع اللاعبين ضمن نطاق التمرينات الخطية.

6- التدريب ضمن نطاق امكانات التصرف الخطي والمسار الحركي لكل مركز: وشملت تمرينات التمركز ثم الهجوم وخاصة في حالات متعددة تستشعر حركة اللاعب اثناء الاداء لغرض تطوير الإمكانيات التصرف وفق فرص التصويب من القفز بوجود مدافع سلبي.

7- استخدام اضاءة داخل مربع التصويب عبارة عن اهداف صغيرة مضاءة لتحفيز اللاعبين تجاه الرؤية البصرية وتركيز الانتباه تجاه مثير محدد اثناء الاداء.

8- تصميم تمرينات محاكات الواقع: تطبيق درجة التشابه والصعوبة ضمن إطار التشكيل الخطي والهجومى باعتماد التكرارات الموجهة فريداً وجماعياً لتطوير الاستجابة الحركية حسب تخصص اللاعبين.

9- التدريب ضمن واجبات التخصص والتنظيم الخطي وشملت: خلق مسارات حركية لمناطق اللعب حسب فرص الهجوم والتصويب لجميع اللاعبين حسب التخصص. لتطوير

2-3-4- الثبات: يعد اسلوب الثبات عن طريق الاختبار - واعادة الاختبار أكثر طرق ايجاد عامل الثبات بالنسبة لاختبار الاداء. ومن خلال تنفيذ الاختبار في التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2022/3/17 على عينة مكونة من (10) لاعبين كما ذكرنا آنفاً، وبعد خمسة أيام أعيدت تطبيق الاختبار على نفس العينة، والتي تم من خلالها استخراج نتائج الاختبار التي عولجت إحصائياً بإيجاد معامل الارتباط البسيط ل (بيرسون)، وكما مبين الجدول (2)، والتي تبين أن جميع الاختبار تتمتع بالثبات العالي لنتائجها إذا ما أعيدت أكثر من مرة.

جدول (2) يبين قيم معامل الثبات لنتائج الاختبار

الاختبارات	وحدة القياس	الاختبار		اعادة الاختبار		معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
		ع	س	ع	س		
اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري	درجة/ ثانية	0.302	0.019	0.305	0.018	0.905	0.00

معنوي > (0.05) عند درجة حرية (ن = 1-9) وتحت مستوى دلالة (0.05).

2-3-4- الموضوعية: تم إيجاد الموضوعية للاختبار في التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2022/3/12 عن طريق تسجيل النتائج بوساطة محكمين اثنين يقومان بتحكيم نتائج لكل مختبر وللاختبار جميعها وفي الوقت نفسه، واستخرج الارتباط بين تسجيل الحكمين بوساطة معامل الارتباط البسيط ل(بيرسون) فكانت الاختبار ذات موضوعية عالية جداً، وكما مبين بالجدول (3).

جدول (3) يبين الموضوعية لنتائج الاختبار.

الاختبارات	وحدة القياس	المحكم الاول		المحكم الثاني		معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
		ع	س	ع	س		
اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري	درجة/ ثانية	0.305	0.019	0.308	0.019	0.952	0.00

معنوي > (0.05) عند درجة حرية (ن = 1-9) وتحت مستوى دلالة (0.05).

## 2-5 التجربة الرئيسية:

2-5-1 التحليل القبلي: تم اجراء الاختبار الخاصة بسرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب بتاريخ 2022/3/14.

2-5-2 تطبيق التجربة الرئيسية: قام الباحث بتصميم تمرينات تخصصية مهارة تشمل مجموعة من التمرينات الخاصة من خلال استخدام الجوانب الخطية لتطوير سرعة

والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، ويعود ذلك تطور سرعة الاستجابة الحركية وانتقال أثر التدريب نتيجة استخدام أجهزة متطورة في زيادة فاعلية التمرينات الخاصة، إذ إن التصويب أمر على المرمى أمر طبيعي لكن التصويب على منطقة محددة وبدقة يحتاج إن يكون اللاعب قد تدرب بشكل جيد على تمرينات تمي الكفاءة الإدراكية تجاه مثيرات تحاكي صعوبة المنافسات ضمن مستوى صعوبة ومسارات حركية تتلائم مع طبيعة مواقف اللعب أن سرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب كرة اليد فهو يحتاج إلى التكيف والتحول السريع تجاه المرمى وهذا يعتمد سرعة اللاعب الحركية وكذلك مقدار سرعة حركته باتجاهات وأوضاع مختلفة والقدرة على الالتفاف والقفز فاتجاه الحركة وديناميكيته وتوقيتها والاستعمال المتتابع للأجزاء أمر ضروري للحصول على شعور ملائم للحركة الدقيقة والغرض هو اكتساب تدريجي للمهارة الحركية الشاملة المتداخلة، وإن تنفيذ هذه الحركة من التآلف مع الحركة يقتضي ويستلزم متطلبات نشطة مميزة بالنسبة لسرعة رد الفعل وسرعة التحرك وضبط الجسم والدقة الحركية (سعد محسن اسماعيل: 1996، ص53)، فاللاعب يكون مشغولاً لتحديد مسار الكرة وسرعتها وموضع هبوطها لذلك يتطلب منه اختيار الاستجابة الفنية المناسبة ضمن قوانين اللعبة وضبط الجسم والدقة الحركية، وأن هذا التعاقب والتتابع للحركات في اللعبة هو الاستجابة الفردية للاعب الذي تواجهه مشكلة (سعد محسن اسماعيل: 1996، ص53).

#### 4-الخاتمة:

ومن نتائج البحث يمكن استنتاج الآتي:

- 1-إن التمرينات الخاصة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد ولصالح مجموعة البحث التجريبية.
- 2-أن استخدام تقنيات النانو تكنولوجي والذكاء الصناعي جهاز (optical vision sensor) في تطوير سرعة الاستجابة الحركة لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد لدى لاعبي منتخب تربية الكرخ الثالثة.

امكانيات وقدرات اللاعبين في التركيز واخذ القرار السليم في مناطق الفراغ اثناء التصويب من القفز من مناطق مختلفة.

2-5-3 الاختبارات البعدية: قام الباحث بأجراء الاختبار البعدية بتاريخ 2022/5/16.

2-6 الوسائل الإحصائية: قام الباحث باستخدام الحقيبة الإحصائية SPSS اصدار (26) لاستخراج.

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج تحليل اختبار سرعة الاستجابة

الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (4) يبين الوسط والانحراف وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للتحليل القبلي والبعدى لسرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب للمجموعة التجريبية والضابطة.

التحليل	وحدة القياس	المجموعة	التحليل	س-	ع±	ف	ف-ه	قيمة T	نسبة الخطأ	معنوية الفروق
اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب	درجة/ثانية	التجريبية	قبلي	0.367	0.006	0.356	0.018	73.84	0.000	معنوي
			بعدى	0.724	0.024					
التجريبية والضابطة	درجة/ثانية	الضابطة	قبلي	0.396	0.012	0.080	0.005	54.88	0.000	معنوي
			بعدى	9.476	0.016					

معنوي > (0.05) عند درجة حرية (ن = 1-13) وتحت مستوى دلالة (0.05).

3-2 عرض نتائج تحليل اختبار سرعة الاستجابة

الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري بعدى-بعدى

لمجموعة البحث التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (5) يبين الوسط والانحراف وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للتحليل البعدى والبعدى لسرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب للمجموعة التجريبية والضابطة

المهارة	وحدة القياس	المجموعة	التحليل	س-	ع±	قيمة T	نسبة الخطأ	معنوية الفروق
اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب	درجة / ثانية	التجريبية	بعدى	0.734	0.021	8.807	0.00	معنوي
			بعدى	0.526	0.096			

معنوي > (0.05) عند درجة حرية (ن = 2-26) وتحت مستوى دلالة (0.05).

3-3 مناقشة نتائج التحليل البعدى اختبار سرعة

الاستجابة الحركية لمهارة التصويب لمثير بصري:

من خلال ملاحظة الجدول (4، 5) تبين وجود فرق معنوي في اختبار سرعة الاستجابة الحركية من القفز بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية والبعدى بين التجريبية

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها يوصي الباحث بما يلي:

1- استخدام تقنيات النانو تكنولوجي منها جهاز ( optical vision sensor) في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد لما لها من دور كبير في الوصول الى نتائج أكثر دقة.

2- ضرورة استخدام التمرينات الاستجابة الحركية في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمهارة التصويب من القفز بكرة اليد.

### المصادر:

- [1] ضياء الخياط ونوفل محمد؛ كرة اليد، (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2001).
- [2] سامي الصفر واخرون؛ كرة القدم، ج1، ط1: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987).
- [3] كمال عبد الحميد اسماعيل صبحي حسنين؛ رباعية كرة اليد الحديثة، ط2، ج1: (القااهرة، مركز الكتاب للنشر، 2019).
- [4] مفتي ابراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة، ط2: (القااهرة، دار الفكر العربي، 2001).
- [5] عادل عبد البصير؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1: (القااهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999).
- [6] ابراهيم احمد سلامة؛ المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية، ط1: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 2000).
- [7] يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2010).
- [8] ولهان حميد هادي (وأخرون)؛ سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة: (بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2008).
- [9] دراسة ندى زيد محمد، ونكتل مزاحم خليل؛ تأثير تمرينات مركبة خاصة في بعض القدرات البدنية ودقة التصويب اماما وعاليا للاعبين كرة اليد بأعمار (14-16): (جامعة تكريت، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، بحث منشور، المجلات الاكاديمية العراقية، العدد 11).
- [10] سعد محسن اسماعيل؛ تأثير اساليب تدريب لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، أطروحة دكتوراه، غير منشورة، 1996).



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## حساسية واستقرار اختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل

احمد اياد محمود<sup>1</sup> أ.م.د احمد مؤيد حسين<sup>2</sup>

جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> ahmedmoayad27@yahoo.com)

**المستخلص:** ويهدف البحث الحالي الى التعرف على:

- 1- التعرف على قيم الصدق (الحساسية) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.
- 2- التعرف على قيم الثبات (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.
- 3- التعرف على الفروقات بين قيم الصدق (الحساسية) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل
- 4- التعرف على الفروقات بين قيم معاملات الثبات بطريقة الإعادة (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

ويفترض الباحثان ما يأتي:

- 1- وجود فروقات ذات دلالة معنوية بين قيم الصدق (الحساسية) لاختبار ركض 30 متر بين فئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.
- 2- وجود فروقات ذات دلالة معنوية بين قيم معاملات الثبات بطريقة الإعادة (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

**المجال البشري:** نظرا لخصوصية البحث الحالي سيشتمل المجال البشري على عدة عينات (المرحلة الابتدائية بإعمار 10-12 سنة) (المرحلة المتوسطة بإعمار 13-15 سنة) (المرحلة الإعدادية بإعمار 16-18 سنة) (المرحلة الجامعية من طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة) في مدينة الموصل.

**المجال الزمني:** المدة من 2021/12/1 ولغاية 2022/6/22

**المجال المكاني:** مباني المدارس المشمولة بالبحث والقاعة الداخلية في كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والمقارنات لملائمتها وطبيعة البحث الحالي. ونظرا لخصوصية فكرة البحث ومجال البحث وجب على الباحثين اختيار (4) مجتمعات للبحث وهم كالاتي: (مجتمع المرحلة الابتدائية للأعمار (10-12) سنة في مدينة الموصل، مجتمع المرحلة المتوسطة للإعمار (13-15) سنة في مدينة الموصل، مجتمع المرحلة الإعدادية للإعمار (16-18) سنة في مدينة الموصل، مجتمع المرحلة الجامعية للإعمار (19-22) سنة في مدينة الموصل). اما عينة البحث والتي تم اختيارها عشوائيا من كل مرحلة عمرية فقد اشتملت وفقا لفكرة البحث وأهدافه وفرضياته على (4) عينات، اشتملت كل عينة على (100) فرد وذلك لتحقيق اهداف البحث في اجراء المقارنات للصدق التمييزي (حساسية الاختبارات) وللثبات (استقرار الاختبارات) اذ تكونت عينة البحث من (4) عينات. واستنتج الباحثان ما يأتي:

- 1- اختبار السرعة الانتقالية ركض (30) متر يمتلك حساسية اكبر مع عينة المرحلة الاعدادية من باقي العينات الأخرى.
  - 2- اختبار السرعة الانتقالية ركض (30) متر يمتلك استقرار اكبر مع عينة المرحلة المتوسطة من باقي العينات الأخرى.
- الكلمات المفتاحية:** حساسية - استقرار - اختبار ركض 30 متر



**1- المقدمة:**

ونفس الحال بالنسبة لاستقرار الاختبار او معامل الثبات فان الباحثان يعمدون بتطبيق الاختبار لمرتين على نفس العينة واجراء معامل الارتباط بين التطبيقين ويكتفون الى هذا الحد، اما الاستقرار فانه يعطينا نتائج ادق حول استقرار الاختبار من خلال تطبيقه لمرتين متتاليتين على عينات مختلفة واجراء مقارنات بين معاملات الارتباط المستحصلة للتعرف على اعلى معامل استقرار للاختبار مع أي عينة من العينات المدروسة (الفرطوسي: 2015، 46)

ومما تقدم ظهرت أهمية البحث لدى الباحثان في دراسة حساسية واستقرار اختبار ركض 30 متر على عينات مختلفة المستوى والسن وسيحاول اخذ اكبر عدد ممكن من العينات لفئات مختلفة لأجل ان يصل الى الحقيقة العلمية التي ستخدم الباحثين.

**مشكلة البحث**

من خلال متابعة الباحثان واطلاعهما على اغلب الدراسات العلمية التي أجريت في ميدان التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظا بان جميع هذه الدراسات عند قياسها لصدق الاختبارات البدنية المستخدمة في بحوثهم لم يتم مراعاة حساسية الاختبار واقتصرت تلك البحوث على اجراء الصدق بأحد أنواع الصدق المعروفة ومنها الظاهري والمنطقي والصدق التلازمي وصدق التكوين الفرضي وهي طرائق علمية صحيحة ويمكن الحصول منها على صدق الاختبارات ولا يمكننا معرفة مدى حساسيتها للعينة المطبقة عليها الاختبارات وهل هي فعلا ملائمة لمستوى العينة ولأعمارها ام لا، اذ لم يتم التعرف على حساسية هذه الاختبارات بطرائق علمية.

وكذلك لاحظا بان كل الدراسات العلمية السابقة التي تعاملت مع الاختبارات البدنية كان الباحثون يستخرجون الثبات بطريقة إعادة الاختبار وهي صحيحة 100% ولكن لم يتطرقوا الى معامل استقرار هذه الاختبارات لمستوى عيناتهم المدروسة فالاختبار الذي يعطي نتائج ضعيفة او نتائج عالية في التطبيق الأول سيعطي على الاغلب نفس النتائج في التطبيق الثاني دون اية مراعاة لمستوى العينة التي تم التطبيق عليها.

من هنا برزت مشكلة البحث لدى الباحثان في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

أصبحت الاختبارات البدنية تحظى يوما بعد يوم بأهمية كبيرة في مجال الرياضة وعلومها، وكذلك تعد هي الأساس للتقدم العلمي في مجالات التربية البدنية وعلوم الرياضة المختلفة والركن الأساس فيها اذ تسهم في تحقيق جوانب كثيرة للفرد بصورة عامة وللرياضيين بصورة خاصة، كما انها تعد مقياسا للتقدم العلمي والرياضي في الدول والمجتمعات المختلفة.

ومن المعلوم للجميع ان من صفات الاختبار الجيد معاملات العلمية الجيدة لذلك الاختبار والتي تشمل على صدق الاختبار وثباته وموضوعيته، فضلا عن معايير ذلك الاختبار وان كل صفة من هذه الصفات المذكورة للاختبار يجب ان تكون دقيقة بنسبة كبيرة حتى يمكننا استخدام الاختبار، اذ انه يجب ان يكون الاختبار حساسا في قياس الصدق للعينة المستهدفة وفعلا يقيس ما وضع لأجله في قياس الصفة البدنية او الوظيفية المطلوب دراستها للعينة المدروسة في البحث، اذ ان مفهوم الحساسية اكبر واشمل من مفهوم الصدق وان الصدق هو جزء من الحساسية لا يتعدى في قياسه الى صدق الاختبار بالنسبة للعينة، وان مفهوم الحساسية يعطينا فكرة واضحة تماما عن الاختبار في قياسه للصفة وللعينة بصورة دقيقة وعلمية تسهل لنا كباحثين عملية اختبار الاختبار بما يتلائم مع عينة البحث.

وكذلك فان مفهوم الاستقرار للاختبار هو نفس مفهوم الثبات بطريقة إعادة الاختبار ولكن يتعدى الى قياس الثبات والاستقرار للعينة المدروسة.

فعلى سبيل المثال لا الحصر اختبار السحب على العقلة من المعلوم انه يقيس القوة بأشكالها (مطاولة القوة، القوة المميزة بالسرعة، القوة القصوى) للأطراف العليا ولكن مع عينات تستطيع إجراء هذا الاختبار وإعطاء نتائج منطقية فمثلا يعد هذا الاختبار صادقا اذا استخدم مع عينات من طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة ومع الرياضيين المتقدمين اما عند استخدامه مع عينات من الناشئين او طلاب المدارس الابتدائية فانه لن يعط اية نتائج علمية دقيقة، وهذا ما نعني به حساسية الاختبار فهذا الاختبار لديه حساسية مع عينات من الافراد ولا يمتلك حساسية لعينات أخرى (سهيل: 2019، 390).

### تحديد المصطلحات

-**حساسية الاختبار:** هي خاصية سيكومترية تشير الى قدرة الاختبار في قياس العلاقة بين السمة المراد قياسها والأداء عليها ولنفس العينة التي وضعت من اجلها، ويحسب مؤشر الحساسية من خلال الاعتماد على قيم تحليل التباين بين الافراد وتباين الخطأ، وتختبر دلالاته على وفق مستويات الدلالة الإحصائية للتوزيع الطبيعي (إسماعيل: 2014، 11).

**ويعرفها الباحثان اجرائياً:** بانها قدرة الاختبار (اختبار ركض 30 متر) في قياس ما صنع من اجله للعينة المستهدفة من التطبيق. -**استقرار الاختبار:** هو ثبات استجابات الافراد على نفس الاختبار في ظروف مختلفة أي الحصول على نفس الاستجابات في موقف اخر للاختبار (عبد العزيز: 2014، 43).

**ويعرفه الباحثان اجرائياً:** بانه قدرة الاختبار (اختبار ركض 30 متر) في اعطاء نفس النتائج او نتائج متقاربة اذا ما تم تطبيقه اكثر من على نفس العينة مع مراعاة مستوى العينة ودرجاتهم في التطبيقين للاختبار.

### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

**2-1 منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والمقارنات لملائمتها وطبيعة البحث.

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** نظرا لخصوصية فكرة البحث ومجال البحث وجب على الباحثين اختيار (4) مجتمعات للبحث وهم كالاتي:

-مجتمع المرحلة الابتدائية للأعمار (10-12) سنة في مدينة الموصل.

-مجتمع المرحلة المتوسطة للأعمار (13-15) سنة في مدينة الموصل.

-مجتمع المرحلة الاعدادية للأعمار (16-18) سنة في مدينة الموصل.

-مجتمع المرحلة الجامعية للأعمار (19-22) سنة في مدينة الموصل.

اما عينة البحث والتي تم اختيارها عشوائيا من كل مرحلة عمرية فقد اشتملت وفقا لفكرة البحث وأهدافه وفرضياته على (4) عينات، اشتملت كل عينة على (100) فرد وذلك لتحقيق اهداف

1-هل لحساسية اختبار ركض 30 متر تأثير في صدقه عند تطبيقه على فئات مختلفة من الافراد ام لا؟

2-هل لاستقرار اختبار ركض 30 متر تأثير في ثباته عند تطبيقه على فئات مختلفة من الافراد ام لا؟

3-هل تختلف قيم الصدق (الحساسية) والثبات (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر عند تطبيقه على فئات مختلفة من الافراد ام لا؟

### اهداف البحث

1-التعرف على قيم الصدق(الحساسية) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

2-التعرف على قيم الثبات ( الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

3-التعرف على الفروقات بين قيم الصدق(الحساسية) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل

4-التعرف على الفروقات بين قيم معاملات الثبات بطريقة الإعادة (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

### 1-4 فرضا البحث

1-وجود فروقات ذات دلالة معنوية بين قيم الصدق(الحساسية) لاختبار ركض 30 متر بين فئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

2-وجود فروقات ذات دلالة معنوية بين قيم معاملات الثبات بطريقة الإعادة (الاستقرار) لاختبار ركض 30 متر لفئات مختلفة من الافراد في مدينة الموصل.

### مجالات البحث

**المجال البشري:** نظرا لخصوصية البحث الحالي سيشتمل المجال البشري على عدة عينات (المرحلة الابتدائية بإعمار 10-12 سنة) (المرحلة المتوسطة بإعمار 13-15 سنة) (المرحلة الإعدادية بإعمار 16-18 سنة) (المرحلة الجامعية من طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة) في مدينة الموصل.

**المجال الزمني:** المدة من 2021/12/1 ولغاية 2022/6/22  
**المجال المكاني:** مباني المدارس المشمولة بالبحث والقاعة الداخلية في كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل.

جدول (2) يبين نسبة اتفاق السادة الخبراء حول اختبار ركض 30 متر

ت	اسم الاختبار	الصفة البدنية	العدد الكلي	الموافقون	غير الموافقون	النسبة المئوية
1	اختبار ركض (30) متر	السرعة الانتقالية	22	19	3	86.36%

وننتج عن هذه العملية وكما مبين في الجدول (2) قبول الاختبار فقط كون ان نسب موافقتهم تجاوزت الـ(75%).

**2-3-2-1-2 الصدق المنطقي:** ان هذا النوع من الصدق يعتمد على فحص مضمون الاختبار فحصا دقيقا ونعني به مدى تمثيل الاختبار لنواحي الجانب المقاس ويطلق عليه أيضا (صدق المحتوى)(النبهان: 2004، 275). اذ نتج عن عملية توزيع الاختبار على السادة الخبراء والمختصين الحصول على الصدق المنطقي لهذا الاختبار اذ ان موافقة السادة الخبراء تعد دليلا على ان الاختبارات البدنية تتمتع بالصدق المنطقي في قياس ما وضعت من اجله ويمكن اعتمادها حسب الأطر النظرية والعملية للبحث.

واكتفى الباحثان باستخراج هذين النوعين السابقين من الصدق للاختبار كون ان فكرة البحث تدرس استخراج الصدق العاملي (التمييزي) للاختبار لفئات مختلفة من العينات بإعمار مختلفة والتي سيوضح الباحثان نتائجها في عرض النتائج ومناقشتها من خلال دراسة حساسية الاختبار على كل مستوى من مستويات العينات الأربعة.

**2-3-2-2 ثبات الاختبارات البدنية:** " يشير ثبات الاختبار الى اتساق الدرجات التي يحصل عليها من الافراد نفسهم في مرات الاجراء المختلفة، ومعنى هذا ان وضع الفرد بالنسبة الى جماعته لا يتغير جوهريا في هذه الحالة " (عبد العزيز: 2014، 61). ويعني أيضا ثبات الاختبار " ان تكون نتائج الاختبار متشابهة او متقاربة اذا ما كرر هذا الاختبار اكثر من مرة أي لا توجد فروق كبيرة بتلك النتائج لان ثبات الاختبار يتوقف على مدجى هذه الفروق والتي يتم العمل على تقليلها او تلافيتها دائما " (القيسي: 2018، 189).

واستخرج الباحثان الثبات للاختبار ركض 30 متر والذي سيستخدمه في البحث الحالي باستخدام طريقة تطبيق الاختبار

البحث في اجراء المقارنات للصدق التمييزي (حساسية الاختبارات) وللثبات (استقرار الاختبارات) اذ تكونت عينة البحث من (4) عينات موزعة كما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين توزيع عينة البحث للفئات المختلفة

ت	العينة	اسم المدرسة	العدد
1	الابتدائية	مدرسة ابن سينا للبنين مدرسة ذي قار للبنين مدرسة الازد للبنين	100
2	المتوسطة	متوسطة بدر الكبرى للبنين متوسطة أبو بكر الصديق للبنين	100
3	الإعدادية	اعدادية دمشق للبنين اعدادية ابي حنيفة للبنين	100
4	الجامعة	كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	100
	المجموع		400

**2-3 وسائل جمع البيانات:** استخدم الباحثان الوسائل

التالية لجمع البيانات والمعلومات الخاصة بالبحث

**2-3-1 الاختبارات البدنية:** اعتمد الباحثان على اختبار ركض 30 متر والذي يعد اكثر الاختبارات استخداما لغرض تحقيق اهداف البحث في قياس حساسية واستقرار هذا الاختبار.

**2-3-2 المعاملات العلمية لاختبار ركض 30 متر:**

**2-3-2-1 صدق الاختبار:** ان صدق الاختبار يعد شرطا أساسيا من شروط الاختبار الجيد والذي نعني به: قدرة الاختبار في قياس السمة المراد قياسها ولا يقيس شيء اخر بدلا منها او مشاركا معها (الطائي والعبادي: 2018، 144). اذ عمد الباحثان باستخراج الصدق للاختبار ركض 30 متر عن طريق أنواع الصدق الآتية:

**2-3-2-1-1 الصدق الظاهري:** ان هذا النوع من الصدق يعد من اقل الأنواع أهمية او استخداما اذ يعتمد هذا النوع من الصدق على محتوى الاختبار ومدى ارتباطه بالظاهرة المطلوب قياسها، ان هذا النوع من الصدق يتم بعرض الاختبار على عدد من الخبراء لبيان ارائهم في مدى صلاحية الاختبار، يشير (بلوم واخرون، 1983) الى " انه يمكن الاعتماد على موافقة اراء الخبراء والمحكمين بنسبة 75% في مثل هذا النوع من الصدق " (بلوم و(اخرون): 1983، 126). كما مبين في الجدول (2).

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف، ختان مرسوم لتحديد البداية والنهاية المسافة بينهما (30) متر. طريقة أداء الاختبار: يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بالركض حتى وصوله الى خط النهاية.

طريقة التسجيل: يسجل الزمن بالثانية ولأقرب 1/100 من الثانية الذي استغرقه المختبر من خط البداية وحتى خط النهاية. (حسانين، 2003)

## 2-4 التجربة الاستطلاعية: بعد استكمال الإجراءات

العلمية للاختبار وتحديد فريق العمل المساعد للباحثين ينظر الملحق (1)، عمد الباحثان بتطبيق الاختبار على عينات التجربة الاستطلاعية البالغة (10) اشخاص من كل مستوى من مستويات العينة، اذ بلغت عينة التجربة الاستطلاعية (40) فردا من جميع المستويات وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية للمدة من 2021/12/27 ولغاية 2022/1/6 وكان الغرض منها هو:

1-تدريب فريق العمل المساعد .  
2-معرفة الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحثان خلال التطبيق.

3-زيادة الالفة لفريق العمل المساعد مع الأجهزة وأدوات القياس المستخدمة للبحث.

4-معرفة قدرة عينات البحث على تطبيق الاختبارات البدنية وعدم وجود اختبار صعب جدا او اختبار سهل جدا.  
5-تحديد وسائل القياس وساعات والإيقاف وشريط القياس وكل ما تتطلبه الاختبارات البدنية.

نتج عن هذه التجربة الاستطلاعية الاتي:

1-تكييف فريق العمل مع اجراء الاختبارات البدنية.  
2-توزيع الواجبات على فريق العمل المساعد في قياس الاختبارات البدنية.  
3-تهيئة الأجهزة والأدوات اللازمة لقياس الاختبارات البدنية.

2-5 التطبيق النهائي للاختبار: بعد تحديد الاختبار والحصول على صدقه وثباته واجراء التجربة الاستطلاعية وتدريب فريق العمل على تطبيقه عمد الباحثان بتطبيق الاختبار على عينة البحث الرئيسة عينة التطبيق والبالغة (400) فرد

وأعاد تطبيقه واستخراج معامل الثبات (معامل الاستقرار) في التطبيقين على عينة الثبات والتي اختارها الباحثان قبل الشروع بتجربة البحث الرئيسة وكانت عينة الثبات مقسمة كما مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين عينة الثبات لكل مستوى من العينات

ت	المستوى (المرحلة)	العدد
1	الابتدائية	30
2	المتوسطة	30
3	الإعدادية	30
4	الجامعة	30
	المجموع	120

وقد اختار الباحثان (30) فرد من كل مستوى من العينات الأربعة التي يشملها البحث الحالي لكي يمثلوا عينة الثبات من مجتمع البحث ومن خارج العينة الرئيسة للبحث، اذ يشير كل من (Ahmaidis,collompc) الى انه يمكن ان تكون العينة الخاصة بالثبات متكونة من (30) فردا فاكثر وعمد الباحثان بتطبيق الاختبار على عينات الثبات وذلك من خلال المدة من 2021/1/9 ولغاية 2022/2/17 وقام بعد ذلك باستخراج معاملات الثبات (الاستقرار) ( Ahmaidis,collompc.1992; ) (125) وكما مبين في الجدول (4).

جدول (4) يبين معاملات الثبات لاختبار ركض 30 م للعينات الأربعة

ت	اسم الاختبار	الابتدائية		المتوسطة		الإعدادية		الجامعة	
		معامل الثبات	المعنوية	معامل الثبات	المعنوية	معامل الثبات	المعنوية	معامل الثبات	المعنوية
1	ركض (30) متر	0.72	0.002	0.88	0.001	0.88	0.001	0.71	0.003

وقد اعتمد الباحثان على درجة معامل ثبات الاختبارات البدنية لقبولها (0.71) فما فوق كون ان هذه القيمة تقابل (0.70) لمعامل الاغتراب والذي يقيس عكس ما يقيسه الارتباط (الزبير: 2019، 47).

2-3-2-4 مواصفات الاختبار: بعد استكمال الباحثان لإجراءات استخراج المعاملات واعتمادها من قبل الباحثان نستعرض هنا مواصفات الاختبار:

## 2-3-2-4-1 اختبار ركض (30) م من الوقوف:

الهدف من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية القصوى

المنوال، الالتواء، اختبار كروسكال واليز للفروقات، اختبار كا<sup>2</sup> (الكناني، 2009).

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### 3-1 عرض النتائج:

جدول (5) يبين المعالم الإحصائية للاختبار لفئة المرحلة الابتدائية

ت	الاختبار	وحدة القياس	س-	±ع	المنوال	الالتواء	النتيجة
1.	السرعة الانتقالية 30م	ثا	6.08	0.56	6	0.14	موجب طبيعي

جدول (6) يبين المعالم الإحصائية للاختبار لفئة المرحلة المتوسطة

ت	الاختبار	وحدة القياس	س-	±ع	المنوال	الالتواء	النتيجة
1.	السرعة الانتقالية 30متر	ثا	5.17	0.41	4.80	0.90	موجب طبيعي

جدول (7) يبين المعالم الإحصائية للاختبار لفئة المرحلة الإعدادية

ت	الاختبار	وحدة القياس	س-	±ع	المنوال	الالتواء	النتيجة
1.	السرعة الانتقالية 30متر	ثا	5.79	0.57	6.01	0.38-	سالب طبيعي

جدول (8) يبين المعالم الإحصائية للاختبارات البدنية لفئة المرحلة الجامعية

ت	الاختبار	وحدة القياس	س-	±ع	المنوال	الالتواء	النتيجة
1	السرعة الانتقالية 30متر	ثا	5.02	0.42	4.75	0.64	موجب طبيعي

اذ يتبين من الجداول (5,6,7,8) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم المنوال ومعامل الالتواء للاختبار ركض 30 متر للعينات الاربعه، وكان معامل الالتواء محصور بين  $(1 \pm)$  مما يؤكد ملائمة الاختبار لهذه العينات وإمكانية تعميم نتائجه مستقبلاً، "اذ يعد معامل الالتواء مقبولاً اذا ما تراوح بين  $(1 \pm)$ " (التكريتي والعيدي، 1999: 179).

جدول (9) يبين قيم التمييز للاختبار للمرحلة الابتدائية حسب احجام العينة المختلفة.

ت	الاختبارات	التمييز عند %27	التمييز عند %33	التمييز عند %50
1	السرعة الانتقالية 30 متر	12.70	12.46	10.66

جدول (10) يبين قيم التمييز للاختبارات البدنية للمرحلة المتوسطة حسب نسب التمييز المختلفة.

ت	الاختبارات	التمييز عند %27	التمييز عند %33	التمييز عند %50
1	السرعة الانتقالية 30 متر	11.22	10.88	10.18

موزعين على (4) مراحل عمرية (دراسية) وبقاوع (100) فرد من كل مرحلة عمرية ودراسية لغرض تحقيق اهداف البحث وإيجاد الحساسية للاختبار والاستقرار الخاص بالاختبار لكل عينة. ومن اجل تحقيق فكرة البحث وأهدافه من خلال قياس حساسية الاختبار عمد الباحثان ولغرض الحصول على اكثر من قيمة للصدق التمييزي لأجل تسهيل العمليات الإحصائية لأجراء المقارنات بين حساسية الاختبار للعينات الأربعة عمد الباحثان باستخراج التمييز للاختبار لكل عينة بعد تقسيمهم الى (3) تقسيمات (27%) و (33%) و (50%) لعينة التمييز وبهذا تكون لكل عينة (3) قيم صدق تمييزي لكل اختبار لاجراء المقارنات.

اما استقرار الاختبار ولأجل الحصول على اكثر من قيمة استقرار للاختبار لأجل المقارنات عمد الباحثان بتطبيق الاختبار تطبيق اول ومن ثم إعادة تطبيق الاختبار بعد (4) اوقات وهي: -بعد استعادة الشفاء.

-بعد يوم واحد من التطبيق الأول.

-بعد (3) أيام من التطبيق الأول.

-بعد (5) أيام من التطبيق الأول.

وبهذا الاجراء حصل الباحثان على (4) قيم استقرار للاختبار لكل عينة لغرض المقارنة وتحقيق اهداف البحث.

وقد راعى الباحثان تطبيق الاختبار واعادته والعينة في وضع الاستشفاء وعدم التأثير بالتطبيق الأول او الثاني وعدم التغيير في أدوات القياس او في فريق العمل لأجل الحد من أخطاء القياس التي قد تؤثر في نتائج الثبات (الاستقرار) للاختبار للعينات المختلفة في البحث.

وقد تم اجراء التطبيق النهائي للاختبار للحصول على الحساسية والاستقرار خلال المدة 2022/1/9 ولغاية 2022/3/24..

#### 2-6 الوسائل الإحصائية: استخدام الباحثان الوسائل

الإحصائية التالية للوصول الى نتائج البحث الحالي وذلك عن طريق البرنامج الاحصائي SPSS: (النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون، قانون (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين ومتساويين بالعدد،

جدول (15) يبين قيم معاملات الثبات بطريقة إعادة بعد اوقات مختلفة لإعادة التطبيق لفئة المرحلة الاعدادية

ت	الاختبارات	التميز عند %27	التميز عند %33	التميز عند %50
1	السرعة الانتقالية 30 متر	22.73	20.90	13.85

جدول (16) يبين قيم معاملات الثبات بطريقة إعادة بعد اوقات مختلفة لإعادة التطبيق لفئة المرحلة الجامعية

ت	الاختبار	بعد استعادة الشفاء	بعد يوم واحد	بعد 3 أيام
1	السرعة الانتقالية 30 متر	0.71	0.76	0.83

اذ يتبين من الجداول (13,14,15,16) ان قيم معاملات الثبات لاختبار ركض 30 متر لعينة المرحلة الابتدائية لإعادة التطبيق بعد استعادة الشفاء بلغت (0.72)، وبعد يوم واحد بلغت (0.73)، وبعد (3) أيام بلغت (0.63)، وبعد (5) أيام بلغت (0.69)، اذ كانت اعلى قيم للثبات عند إعادة التطبيق بعد يوم واحد من التطبيق، وبلغت قيم معاملات الثبات للمرحلة المتوسطة بعد استعادة الشفاء (0.88)، وبعد يوم واحد بلغت (0.86)، وبعد (3) ايام بلغت (0.87)، وبعد (5) ايام بلغت (0.86) وكانت اعلى قيم للثبات عند إعادة التطبيق بعد استعادة الشفاء، أما في المرحلة الإعدادية فأن قيم معاملات الثبات بلغت بعد استعادة الشفاء (0.81)، وبلغت بعد يوم واحد (0.79)، وبلغت بعد (3) ايام (0.77)، وبلغت بعد (5) ايام (0.83)، وكانت اعلى قيم للثبات عند إعادة التطبيق بعد (5) ايام من التطبيق، وفي المرحلة الجامعية بلغت قيم معاملات الثبات بعد استعادة الشفاء (0.71)، وبعد يوم واحد بلغت (0.76)، وبعد (3) ايام بلغت (0.83)، وبعد (5) ايام بلغت (0.85)، وكانت اعلى قيمة للثبات بعد (5) ايام من التطبيق.

جدول (17) يبين الفروقات في قيم التميز (الحساسية) للاختبارات البدنية بين المراحل الأربع (الابتدائية، المتوسطة، الإعدادية، الجامعية)

ت	الاختبار	متوسط الرتب				2كا	المعوية	الفرق
		1	2	3	4			
1	السرعة الانتقالية 30 متر	3	14.50	8.63	7.88	11.79	0.008	معنوي

اذ يتبين من الجدول (17) عند قياس صدق (حساسية) اختبار ركض 30 متر قيد الدراسة ان اختبار السرعة الانتقالية 30 متر يمتلك اكثر صدق وحساسية مع عينة المرحلة الإعدادية وتليها

جدول (11) يبين قيم التميز للاختبارات البدنية للمرحلة الاعدادية حسب نسب التميز المختلفة

ت	الاختبارات	التميز عند %27	التميز عند %33	التميز عند %50
1	السرعة الانتقالية 30 متر	19.01	17.95	13.88

جدول (12) يبين قيم التميز للاختبارات البدنية للمرحلة الجامعية حسب نسب التميز المختلفة

ت	الاختبار	بعد استعادة الشفاء	بعد يوم واحد	بعد 3 أيام	بعد 5 أيام
1	السرعة الانتقالية 30 متر	0.81	0.79	0.77	0.83

اذ يتبين من الجداول (9,10,11,12) بان قيم معاملات التميز للمرحلة الابتدائية بلغت (12.70) عند حجم عينة (27%)، وعند حجم عينة (33%) بلغت (12.46)، وعند حجم عينة (50%) بلغت (10.66)، وكانت اعلى قيم للتميز عند حجم عينة (27%)، أما في المرحلة المتوسطة فأن قيم معاملات التميز بلغت (11.22) عند حجم عينة (27%)، وعند حجم (33%) بلغت (10.88)، وعند حجم (50%) بلغت (10.18) وكانت اعلى قيم للتميز عند حجم عينة (27%)، وفي المرحلة الاعدادية فأن قيم معاملات التميز بلغت (22.73) عند حجم عينة (27%)، وعند حجم عينة (33%) بلغت (20.90)، وعند حجم عينة (50%) بلغت (13.85)، وكانت اعلى قيمة للتميز عند حجم عينة (27%)، أما في المرحلة الجامعية فأن قيم معاملات التميز بلغت (19.01) عند حجم عينة (27%)، وعند حجم عينة (33%) بلغت (17.95)، وعند حجم عينة (50%) بلغت (13.88) وكانت اعلى قيمة للتميز عند حجم عينة (27%).

جدول (13) يبين قيم معاملات الثبات بطريقة إعادة بعد اوقات مختلفة لإعادة التطبيق لفئة المرحلة الابتدائية

ت	الاختبار	بعد استعادة الشفاء	بعد يوم واحد	بعد 3 أيام	بعد 5 أيام
1.	السرعة الانتقالية 30 متر	0.72	0.73	0.63	0.69

جدول (14) يبين قيم معاملات الثبات بطريقة إعادة بعد اوقات مختلفة لإعادة التطبيق لفئة المرحلة المتوسطة

ت	الاختبار	بعد استعادة الشفاء	بعد يوم واحد	بعد 3 أيام	بعد 5 أيام
1	السرعة الانتقالية 30 متر	0.88	0.86	0.87	0.86

- [3] بلوم، بنيامين واخرون (1983): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة: محمد امين المفتي واخرون، دار مكاروهيل، القاهرة، مصر
- [4] إسماعيل، حساني (2014): استخراج الخصائص السيكومترية لقياس معايير جودة المعلم، مذكرة ماجستير، غير منشورة، جامعة البليدة 2.
- [5] حسانين، محمد صبحي (2003): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، دار الفكر العربي، القاهرة.
- [6] سهيل، ليلي زيادي (2019): الاختبارات ودورها في تحليل مبدأ الجودة التعليمية، أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة خضير بسكرة، الجزائر.
- [7] الطائي، يوسف والعبادي، هشام فوزي (2018): مناهج البحث العلمي للبحوث الإعلامية والإدارية والإنسانية، دار الأيام، عمان، الأردن
- [8] الفرطوسي، علي سموم واخرون (2015): القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي، مطبعة المهيم، بغداد.
- [9] القيسي، ثائر داؤد سلمان (2018): اساسيات عامة في القياس والتقويم في التربية الرياضية، مطبعة الكتب، بغداد، العراق.
- [10] الكنائي، عايد كريم عبد عون (2009): التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب ببرنامج SPSS، دار الضياء للطباعة والنشر، النجف، العراق
- [11] النبهان، موسى (2004): اساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.
- [12] وديع ياسين محمد التكريتي، حسن محمد العبيدي، التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1999 .
- [13] Ahmaidi S, Collop K, Caillaue C (1992): Maximal and functional aerobic capacity as assessed by two graduated field methods international journal of sport

### الملاحق:

الملحق (1) يوضح فريق العمل المساعد

ت	الاسم الثلاثي	مكان العمل
1	د. احمد مؤيد حسين	كلية التربية الأساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
2	مأمون غسان	طالب دراسات عليا / ماجستير
3	خليل إبراهيم خليل	طالب دراسات عليا / ماجستير
4	محمد سعد نوري	طالب دراسات عليا / ماجستير
5	احمد قدوري جابر	مدرس تربية رياضية
6	رائد عبد الستار يونس	مدرس تربية رياضية
7	خالد إسماعيل السراج	مدرس تربية رياضية
8	محمد مكي فرحان	مدرس تربية رياضية

عينة المرحلة الجامعية اذ كان الفرق معنوي بين العينات الأربعة.

جدول (18) يبين الفروقات في قيم الثبات (الاستقرار) للاختبارات البدنية بين المراحل الأربع (الابتدائية، المتوسطة، الإعدادية، الجامعية)

ت	الاختبار	متوسط الرتب				المعنوية	الفرق
		1	2	3	4		
1	السرعة الانتقالية 30 متر	4.33	2.67	10	9	0.033	معنوي

اذ يتبين من الجدول (18) عند قياس ثبات (استقرار) اختبار ركض 30 متر قيد الدراسة وجود فروقات ذات دلالة معنوية في معامل الاستقرار لاختبار السرعة الانتقالية 30 متر اذ يمتلك هذا الاختبار استقرار اكبر مع عينة المرحلة المتوسطة من باقي العينات الأخرى وانه الأفضل للاستخدام عند قياس هذه الصفة البدنية لطلاب المرحلة المتوسطة وتليها عينة المرحلة الإعدادية.

### 4-الخاتمة:

من خلال النتائج المتحصلة استنتج الباحثان التالي:

- 1-اختبار السرعة الانتقالية (30) متر يمتلك حساسية اكبر مع عينة المرحلة الإعدادية من باقي العينات الأخرى.
- 2-اختبار السرعة الانتقالية (30) متر يمتلك استقرار اكبر مع عينة المرحلة المتوسطة من باقي العينات الأخرى.

فيما اوص الباحثان بالاتي:

- 1-اعتماد اختبار السرعة الانتقالية (30) متر عند قياس هذه الصفة البدنية لطلاب المرحلة الإعدادية في مدينة الموصل.
- 2-اعتماد اختبارات (السرعة الانتقالية 30 متر) عند قياس هذه الصفة البدنية لطلاب المرحلة المتوسطة كونه اكثر استقرارا وثباتا في قياس هذه الصفة لهذه العينة.

### المصادر:

- [1] آل زبير، احمد مؤيد حسين (2019): بناء اختبارات (بدنية - مهارية) بالسباحة الحرة للمتقدمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل، العراق.
- [2] بوسالم، عبد العزيز (2014): القياس في علم النفس والتربوية- الأسس النظرية والمبادئ التطبيقية، ط1، دار قرطبة للنشر والتوزيع، الجزائر.

## اثر تمارين خاصة في بيئات تعليمية متنوعة على تعلم اداء بعض انواع التهيف في كرة السلة للبنات (13-15) سنة

ندى خورشيد حسن<sup>1</sup> أ.م. عمر عبد الغفور عبد الحافظ<sup>2</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>omar\_abdulghfoor1975@uomustansiriyah.edu.iq <sup>2</sup>Nada.khorsheed@yahoo.com)

**المستخلص:** من الاهداف الرئيسة لدرس التربية الرياضية في مجال التعلم الحركي هو تعلم المهارات الاساسية وتطويرها للألعاب المقررة وقام الباحثان بتطبيق التمارين المهارية وفقا للملاحقة التتبعية على لاعبات منتخب تربية بغداد الرصافة الاولى والبالغ عددهم (24) طالبة تم اختيارهم بصورة عمدية ثم تم استبعاد (4) لاعبات لاشتراكهم بالتجربة الاستطلاعية، إذ بلغت العينة النهائية (20) لاعبة ومن ثم تم تقسيم العينة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية (10) لاعبة لكل مجموعة وهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير التمارين المهارية وفقا للملاحقة التتبعية في تعلم بعض المهارات في كرة السلة وقد فرض الباحثان وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ووجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولغرض الوصول الى افضل النتائج من خلال اتباع اساليب تجعل من اللاعبات هن من يتابعن المهارة الحركية من البداية الى النهاية والخروج بمهارة جديدة، بجمع عدة مهارات في مهارة واحدة اي تمارين مهارة وفقا للملاحقة التتبعية وحل مشكلاتهم والعمل على استعمال وسائل تكنولوجية حديثة من هنا جاءت اهمية البحث في اعداد هذه التمارين المهارية لتعلم بعض المهارات في كرة السلة ايماننا منا بضرورة بذل جهد متواضع لغرض الارتقاء بهذه اللعبة الجميلة في بلدنا العزيز .

**الكلمات المفتاحية:** تمارين مهارة - الملاحقة التتبعية - البرامج الحركية - كرة السلة .



**1- المقدمة:**

الهجومى والدفاعى، لذلك لا بد ان تتجه العملية التعليمية للعناية بهم وتطوير تعلمهم بأساليب نوعية غير تقليدية تحقق التطور بمستوى الاداء، واعداد جيل من اللاعبين يتصفون بالتكامل.

ونتيجة لهذه الصعوبات ظهرت الحاجة إلى اسلوب جديد من شأنه إيصال المتعلمين إلى الأداء المهارى الأمثل ومن هذه الأساليب هي التمرينات المهارية وفقا للملاحظة التتبعية للبرنامج الحركي والتي من شأنها دمج اكثر من مهارة لينتج لنا مهارة مركبة مكونة من اكثر من مهارة أساسية ومثال على ذلك التهديد السلمي إذ ان التسلسل الحركي لمهارة التهديد السلمي يتكون من مهارة الطبطة وخطوات التهديد السلمي إضافة إلى عملية التهديد على السلة، اما الملاحظة التتبعية وهي عملية يقوم الرياضي او المتعلم بمتابعة البرامج الحركية المخزونة كخبرات مهارية وعند أداء الحركة الجديدة يتم الربط بين البرامج المخزونة لينتج عنها برنامج حركي جديد لمهارة مركبة من عدة مهارات مخزونة في الدماغ كبرامج حركية لمهارة واحدة

ومن هذه المفاهيم التي تم طرحها انبثقت أهمية البحث في دراسة بحثية يسعى الباحثان من خلالها إلى نتائج تحقق نقله نوعية للنهوض بتدريس مهارات كرة السلة في فرق ومنتخبات التربية عن طريق معرفة دور التمرينات المهارية المعدة من قبل الباحثان وفقا للملاحظة التتبعية للبرامج الحركية المخزونة في الدماغ ... الخ، وبذلك ستكون الأهمية باتجاهين الأول هو توفير معلومات فكرية ومعرفية للباحثين واللاعبات اما الاتجاه الثاني يمثل الوصول إلى البيانات والارقام التي تثبت فروض واهداف البحث لتكون الدراسة مرجعا علميا.

**مشكلة البحث:**

من خلال اطلاع الباحثان على مجال كرة السلة فضلاً عن اطلاعها على العديد من الدراسات والبحوث في التربية البدنية وعلوم الرياضة، وكونها مشرف فني اول في قسم النشاط الرياضي والمدرسي ومن خلال اعدادها للمنتخبات المشاركة في السباقات التي يجريها قسم النشاط الرياضي والمدرسي على مستوى القطر لاحظت وجود ضعف واخفاق لدى العديد من اللاعبين في المهارات الهجومية في كرة السلة لدى لاعبات منتخب تربية الرصافة لأولى اذ يعزو الباحثان هذا الضعف إلى الطرق التقليدية المتبعة في تعلم واتقان مهارات كرة السلة في مما

ما لا شك في ان التقدم الحاصل شهد تطور ملحوظ في المجال الرياضي بمختلف المستويات وحققت قفزة نوعية في تحقيق انجازات كبيرة في الالعاب الرياضية و اننا اليوم احوج الى بذل المزيد من الجهد لإيجاد طرق ووسائل تعليمية وتدريبية علمية من شأنها تضمن للحركات الرياضية تطوراً علمياً واسعاً في مختلف المجالات كما ان عملية الارتقاء للمستويات العليا والحصول على انجاز للوصول إلى منصة التتويج لا يأتي بمحض الصدفة او بالطرأق العشوائية انما هناك اسس لمجمل هذه العمليات التي تحدد الفرد الذي يحمل المسؤولية وكي يصبح له اهمية كبيرة في الفريق وتحديد مهمته بالطريقة العلمية الصحيحة، ويشهد المجال التربوي لوقتنا الحاضر وفي ظل التطور الحاصل والتقدم العلمي بمختلف مجالات الحياة التجدد في المعارف بشكل متسارع، وذلك للسعي الحثيث الذي يبذله الانسان كباحثين وخبراء للاستفادة من ادبيات الكثير من النظريات التي فرضها العلماء واثبتت فاعليتها في تحقيق التقدم والابداع في العملية التعليمية وبمختلف الاختصاصات ومنها عملية تعليم المهارات الرياضية .

ويوجه عام يركز التربويين في مجال العملية التعليمية إلى تطبيق انماط جديدة في التعليم وهي تعد من اولويات التربية الحديثة لجعل المتعلم هو المحور الاساسي للتعلم وفي اثاره وتشويق دائم من خلال استخدام استراتيجيات التعلم الخاصة بالمهارات الرياضية التي من شأنها وصول الفرد إلى مستوى الأداء المهارى الأمثل.

وتعد لعبة كرة السلة من الالعاب الفرعية التي لها حضور جماهيري واسع على المستوى المحلي والعالمي فهي من الالعاب المشوقة والجميلة التي تحتاج إلى متطلبات مهارية وبنية وخطوية على مستوى عالي، فضلاً عن ذلك تحتوي على الكثير من المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية والمركبة التي تتطلب الكثير من الجهد و الصبر من المدربين واللاعبين إلى ان يتم اتقانها بشكل صحيح وان نجاح اي فريق يتوقف على مقدار اتقان اللاعبين للمهارات ان كانت هجومية او دفاعية او مركبة التي تتصف مهارتها بالصعوبة النسبية وطبيعة اداء هذه اللعبة

الجدول (1) يبين تجانس افراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	السنتمتر	147.85	148.00	3.407	0.585
كتلة الجسم	كغم	42.80	43.50	3.622	0.187
العمر البيولوجي	السنة	14.15	14.00	0.875	0.315
العمر التدريبي	الشهر	4.00	4.00	0.795	0.000

**2-2-2 التكافؤ:** قام الباحثان بتقسيم أفراد عينة البحث مجموعتين تجريبتين متساويتين بواقع (10) طالبات لكل مجموعة، وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية، فضلاً عن قيام الباحثين بإجراء التجارب الاستطلاعية على (4) طلاب من نفس عينة البحث

الجدول (2) يبين المعامل الإحصائية بين المجاميع في متغيرات البحث لغرض التكافؤ

المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		نسبة الخطأ	الدالة
		ع±	س	ع±	س		
الاستلام + الطبطة + المناولة	درجة /ثانية	5.876	1.659	2.229	6.459	0.071	غير معنوي
استلام + مناولة /ثانية	درجة /ثانية	16.746	3.726	3.403	17.172	0.267	غير معنوي

\* معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (0.05).

### 2-3 ادوات و أجهزة البحث ووسائل جمع المعلومات:

#### 2-3-1 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

(ملاعب لكرة السلة (قانونية) مغلقة ومفتوحة، اهداف كرة سلة متحركة، حلقات كرة سلة مختلفة الاحجام، مثيرات سمعية بصرية، شاشة عرض، ساعة إيقاف stopwatch عدد (2)، كرات سلة عدد (10)، ارقام لاصقة واشرطة، صافرة، لاصق، مساطب، شواخص، شريط قياس، أداة لقياس الدقة عدد (2) طول 200 cm وعرض 120 cm ومعلق في داخلها شبكة مربعة طول ضلعها 120 cm من الأعلى مقسمة الى 9 مربعات طول ضلع المربع الواحد 40 cm وهذه المربعات التسعة ملونة وكل لون له قيمة عددية، إذ أن اللون الأحمر يمثل أعلى قيمة 3 درجات واللون الأزرق 2 درجة واللون الأخضر 1 درجة ومن الخلف مثبت عليه عامود اسناد يمسك من قبل فريق العمل ببعد 1 m، عمود عدد 4 طول 2 متر متغير الارتفاع من 160 الى 200 cm علما ان قدرة التغيير كل 10 cm، فضلاً

دفع بالباحثين الوقوف عند هذه المشكلة ومعالجة هذا الضعف من خلال ايجاد اسلوب تعليمي جديد يبعث روح الاثارة والتشويق في تعلم المهارات من خلال اعداد تمارينات مهارية مركبة وفقاً للملاحقة التتبعية، وقد افترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة. وان هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة السلة للأعمار (13-15) سنة ولصالح المجموعة التجريبية.

### 2- اجراءات البحث:

**2-1 منهج البحث و اجراءاته الميدانية:** استخدم الباحثان المنهج التجريبي للمجموعتين لملائمته لطبيعة المشكلة وأهداف البحث.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

إن إهداف العينة التي يصفها الباحث لبحثه والجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها، اشتملت عينة البحث على لاعبات منتخب تربية الرصافة الاولى والبالغ عددهم (24) لاعبة تم اختيارهم بصورة عمدية ثم تم استبعاد (4) لاعبات لاشتراكهم بالتجربة الاستطلاعية إذ بلغت العينة النهائية (20) طالبة ومن ثم تم تقسيم العينة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية (10) طالبات لكل مجموعة، للعام الدراسي 2022/2023، وسيشرف الباحثان بنفسهما على متابعة عينة البحث والتأكد من تطبيقهم التمارين بصورة صحيحة. كذلك سيتم اجراء التجانس والتكافؤ على افراد العينة.

#### 2-2-1 تجانس افراد العينة:

للتأكد من تجانس أفراد العينة وصحة التوزيع الطبيعي بين أفرادها استخدم الباحثان الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لنتائج المسح الميداني في قياسات (العمر البيولوجي والعمر التدريبي والوزن والطول)، وكما مبين في الجدول (1).

**2-4-3 الاختبار الاول:** قياس القدرة على الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية باليدين بطارية (فارس سامي: 2006، 116).

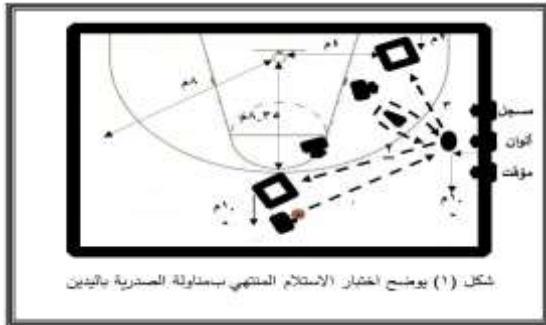
**وصف الأداء:**

• يقف اللاعب المختبر على النقطة الجانبية من جهة اليسار البعيدة والمؤشرة على الأرض، وفي الوقت نفسه يقف أحد أفراد فريق العمل ومعه الكرة على النقطة الأمامية (الجانب الأيسر للاعب المختبر)

• عند إشارة البدء (صافرة) يتم تسلم الكرة للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية باليدين مباشرةً باتجاه أداتي قياس الدقة بالتبادل.

• مرة باتجاه النقطة الأمامية ومرة أخرى باتجاه النقطة العميقة حتى نهاية المحاولات الثمانية، وكما موضح بالخطوات (1، 2، 3).

• تقسم المحاولات الثماني إلى أربع محاولات من الثبات، والأربع الأخرى الأخيرة تتم بعد أن يحصل دوران حول الشاخص الموجود بين اتجاها المناولة، ورجوع اللاعب إلى النقطة الجانبية نفسها.



**حساب الدرجة:**

• يحسب الوقت منذ استلام اللاعب المختبر للكرة حتى نهاية المحاولة الثامنة بعد أن تمس لوحة أداة قياس الدقة.

• تقسيم الزمن على (60 ثانية).

• تحسب للاعبة (3) درجات للون الأحمر، ودرجتان للون الأزرق، ودرجة للون الأخضر.

• تحسب للاعبة درجتان للمختلط من الألوان للمربعات الأربعة (جمع ÷ 4)، و(2.5) درجة للونين الأحمر والأزرق (جمع ÷ 2)، و(1.5) درجة للونين الأزرق والأخضر (جمع ÷ 2)،

عن حاجز جلدي معلق عليا بطول 100cm من الأعلى وعرضه 50 cm.

**2-3-2 وسائل جمع المعلومات:** (المصادر العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، الخبراء والمختصون، استمارة استطلاع آراء الخبراء لتحديد المهارات).

**2-4-2 خطوات البحث:**

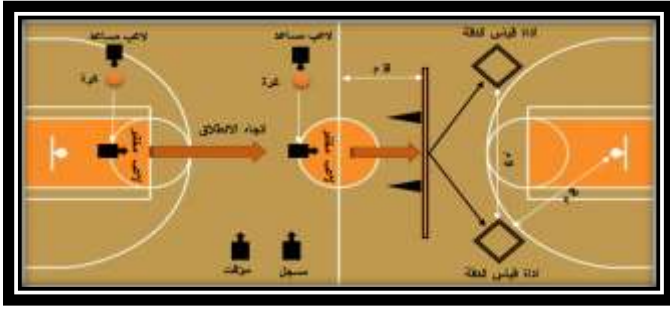
**2-4-2-1 تحديد المهارات:** قام الباحثان بتصميم استبانة لاختيار المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة ومن خلال خبرة الباحثين كون احدهم مشرف فني اول في نفس المديرية وبعد الاطلاع على المصادر والمراجع الخاصة بكرة السلة ومقابلة بعض الخبراء والمختصين في لعبة كرة السلة تم ترشيح المهارات الانسب لهذه الدراسة وتم التوصل الى تحديد بعض المهارات الهجومية تمثلت بـ (الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية، الاستلام والطبطة المنتهية بالمناولة الصدرية) ووقع الاختيار على هذه الانواع لأنها تعد من المهارات الهجومية المركبة المهمة في لعبة كرة السلة التي يجب أن تتمتع فيها لاعبة كرة السلة.

**2-4-2-2 تحديد الاختبارات:** قام الباحثان بتصميم استبانة لاختيار الاختبارات المناسبة للبحث وسيتم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين، لاختيار الاختبارات المناسبة للمهارات الخاصة بهذه الدراسة التي تسهم في القياس الدقيق للملائم لأفراد العينة، وسيتم اختيار الاختبارات التي تحقق نسبة (70%) فأكثر على اتفاق الخبراء وكما مبين في الجدول (3).

الجدول (3) يبين تحديد الاختبارات المناسبة للمهارات الخاصة بهذه الدراسة

ت	الاختبارات	الاتفاق	نسبة اتفاق الخبراء
1	الاستلام والطبطة المنتهية بالمناولة الصدرية	يصلح	87%
2	الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية	يصلح	92%

اعتمد الباحثان المهارات الهجومية المركبة و تم تحديدها من قبل السادة الخبراء والمختصين في مجال كرة السلة، وهي (الاستلام والطبطة المنتهية بالمناولة الصدرية باليدين، الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية).



شكل (2) يوضح الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالمناولة الصدرية باليدين

**ملاحظة:** تم إعادة رسم الشكل أعلاه من قبل الباحثان من اجل ان يكون الشكل واضحا .

#### -وصف الأداء:

• يقف اللاعب المختبر على النقطة الأولى المحددة في المنتصف والمؤشرة خلف خط المنتصف، وفي الوقت نفسه يقف أحد أفراد فريق العمل ومعه الكرة بجانبه من جهة اليسار.

• عند إشارة بدء الصافرة يتم تسليم الكرة مناولة صدرية باليدين من قبل أحد أفراد فريق العمل عند النقطة الأولى للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام والطبقة العالية مباشرةً باتجاه الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد خط المنتصف لأداء المناولة الصدرية باليدين باتجاه جهازي قياس الدقة بالتبادل، والعودة مسرعاً إلى النقطة نفسها لتكرار المحاولة، ومن ثم يعود مسرعاً إلى النقطة الثانية لتكرارها مرتين.

• مرة على جهة اليمين ومرة أخرى على جهة اليسار حتى نهاية المحاولات الأربع.

• تقسم المحاولات الأربع إلى محاولتين من النقطة الأولى وباتجاه الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد خط المنتصف وكما في الخطوة (1)، والمحاولتان الأخريان تتمان من النقطة الثانية وباتجاه الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد خط المنتصف وكما في الخطوة (2).

#### -شروط الاختبار:

• السرعة في الأداء، ومساعدة اللاعب المختبر التثبيته لأداء المحاولات الأربع من أماكنهم المحددة، ومن حق اللاعب المختبر أن يتجاوز الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد خط المنتصف بعد أداء المناولة الصدرية باليدين، وفضلاً عن

ودرجة لنصف لون الأزرق، و(5.00) درجة لنصف لون الأخضر، و(0.75) درجة لنصف لون أزرق ونصف لون أخضر (جمع ÷ 2).  
• تقريب العدد النهائي الناتج من الألوان (الدقة) إلى أقرب عدد صحيح إن وجد.

• الدرجة الكلية (النهائية): تقسيم ناتج الدقة على الزمن.

**2-4-4 اختبار الثاني:** (الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالمناولة الصدرية باليدين): (فارس سامي: (3): (121).

-**الغرض من الاختبار:** قياس القدرة على الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالمناولة الصدرية باليدين .

-**الأدوات اللازمة:** ملعب كرة السلة، وشاخصان، وأداتان لقياس الدقة، وكرات سلة عدد (4) قانونية، وشريط قياس جلدي (20 متر)، وشريط لاصق، وساعة توقيت إلكترونية، صافرة.

-**الإجراءات:** ينظر الى الشكل (4).

• تحدد نقطة مركزية اسفل السلة يعتمد عليها في تأشير بعض النقاط الرئيسية.

• تحدد نقطتان لأداتي قياس الدقة على الجانبين وبعيد (8 متر) عن النقطة المركزية، وتبتعدان بدورهما عن الخط الجانبي للملاعب (1.50 متر) وبشكل مواجه للخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد المنتصف. يحدد ملعب للكرة الطائرة داخل ملعب كرة السلة.

• تحدد نقطتان (خلف الخط مباشرة) الأولى منهما على بعد (3 متر) عن الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة، والثانية على بعد (9 متر) عن خط المنتصف، وتمثلان وقفة اللاعب المختبر في المنتصف، وفضلاً عن نقطتين على الجانب الأيسر للاعب المختبر الأولى والثانية تبتعدان عن اللاعب المختبر في النقطة الأولى والثانية (4.60 متر)، وتمثلان أحد أفراد فريق العمل ومعه الكرة في كل نقطة.

• وضع شاخصين على الخط الأول لملاعب الكرة الطائرة بعد خط المنتصف وعلى امتداد جانبي الدائرة المركزية يمثلان الحدود المسموح بها للتنفيذ .

(10) طلاب من عينة البحث واعيد الاختبار بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول إذ يشير (محمد صبحي، 1984) ان لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول" (محمد صبحي: 1984، 5) 2-5-2 صدق الاختبار: يعد الاختبار صادقا اذا كان " يقيس ما وضع لقياسه اي انه يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئا اخر بدلا منها او بالإضافة اليها " (وجيه محجوب: 1993، 146). وقد اعتمد الباحثان في استخراج صدق الاختبار على صدق المحتوى او المضمون وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتعلم الحركي وكرة السلة وقد ثبت صدق الاختبارات بعد ان اتفق الخبراء على انها تحقق الغرض الذي وضعت من اجله وملائمتها للعينة.

2-7-3 موضوعية الاختبار: الموضوعية تعني " عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما او على موضوع معين" (مصطفى حسين باهي: (6): 56)، و لغرض استخراج موضوعية الاختبارات التي استخدمها الباحثان وبحساب قيمة معامل الارتباط البسيط كوسيلة احصائية بين نتائج المحكمين في كل اختبار وكما مبين في الجدول (4)، وقد توصل الباحثان الى انها ذات موضوعية عالية عند درجة حرية (ن-2) وبمستوى دلالة (0.05) .

الجدول (4) يبين الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة

الموضوعية	الثبات	المعالم الاحصائية	ت الاختبارات
0.841	0.998	الاستلام والطبقة المنتهية بالمناولة الصدرية	1
0.904	0.963	الاستلام المنتهية بالمناولة الصدرية	2

عند درجة حرية (ن-2) وبمستوى دلالة (0.05).

## 2-8 الاختبارات القبليّة:

2-9 التجربة الرئيسيّة: تم إجراء الاختبارات القبليّة بإشراف ومساعدة فريق العمل المساعد، وتم شرح الإجراءات الخاصة بكل اختبار وعدد المحاولات فيه وكيفية احتساب وتسجيل النقاط وشروط الاختبار، في يوم (الاحد) المصادف 2022/2/14 لأجراء الاختبارات المهاريّة.

الالتزام بالمنطقة المحددة بين الشاخصين، ولكل لاعب محاولتان خاطئتان فقط.

## - إدارة الاختبار:

•موقت: يقوم بإعطاء إشارة البدء، أحد أفراد فريق العمل بالألوان للمحاولات فضلاً عن حساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار.

•مناذ: ينادي الأربع على أداتي قياس الدقة.

•مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء أولاً وتأشير كل من الألوان والزمن ثانياً.

## -حساب الدرجة:

•يحسب الوقت منذ استلام اللاعب المختبر للكرة حتى نهاية المحاولة الرابعة بعد أن تمس لوحة أداة قياس الدقة.

•تقسيم الزمن على (60 ثا). تحسب للاعبة (3) درجات للون الأحمر، ودرجتان للون الأزرق، ودرجة للون الأخضر.

•تحسب للاعبة درجتان للمختلط من الألوان للمربعات الأربعة (جمع ÷ 4)، و(2.5) درجة للونين الأحمر والأزرق (جمع ÷ 2)، و(1.5) درجة للونين الأزرق والأخضر (جمع ÷ 2)، ودرجة لنصف لون الأزرق، و(0.5) درجة لنصف لون الأخضر، و(0.75) درجة لنصف لون أزرق ونصف لون أخضر (جمع ÷ 2).

\*تقريب العدد النهائي الناتج من الألوان (الدقة) إلى أقرب عدد صحيح إن وجد.

•الدرجة الكلية (النهائية): تقسيم ناتج الدقة على الزمن.

2-5 الاسس العلمية للاختبارات: نظرا الى الاجراءات التي قام بها الباحثان في تصميم اجهزة لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة واختيارها لمجموعة من الاختبارات الاخرى التي تم تحديدها من قبل الخبراء ولغرض تطبيقها على عينة البحث كان من الضروري مراعاة الاسس العلمية للاختبار إذ تم تطبيق الاختبارات المصممة والاختبارات الاخرى على عينة مكونة من (10) طلاب ومن خارج عينة البحث.

2-5-1 ثبات الاختبار: " تطلق هذه التسمية على الاختبار اذا تكرر الاختبار واعطى النتائج نفسها في كل مرة " (سامي ملحم: 2000، 287)، و لحساب معامل الثبات تم اختيار طريقة الاختبار واعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من

المختارة لأفراد العينة وتم أيضا استخدام أدوات مساعدة مثل الاقماح والحواجز.

-الوحدات التعليمية للأسبوع الرابع والخامس والسادس في الملعب الخارجي لمديرية تربية الرصافة الأولى مع استخدام أدوات مساعدة بالاختبارات.

-الوحدات التعليمية للأسبوع السابع والثامنة كانت في قاعة نادي الصليخ وتم استخدام نفس الأدوات التي تم استخدامها في الأسبوع الرابع والخامس والسادس .

-الوحدات التعليمية للأسبوع التاسع والعاشر بنفس ما تم العمل به في اول ثلاث أسابيع وبفلس قاعة مديرية تربية الرصافة الأولى.

**2-9 الاختبارات البعدية:** بعد الانتهاء من التطبيق على عينة البحث، سيجري الباحثان الاختبارات البعدية على عينة البحث في الساعة (العاشرة) من يوم (الاحد) المصادف 2022/6/5، إذ سوف تتبع في ذلك الطريقة نفسها التي سوف تتبع في الاختبارات القبلية مراعيًا في ذلك الظروف المكانية والزمانية ووسائل الاختبار والأدوات نفسها وفريق العمل المساعد الذي أجرى في الاختبارات القبلية نفسها.

**2-10 الوسائل الإحصائية:** قام الباحثان باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لإتمام مجريات بحثها وتحديد مقدار الفرق بين الاختبارات القبلية والبعدية كذلك الفرق بين الاختبارات البعدية المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

**3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:** يتضمن هذا الفصل عرض نتائج الاختبارات التي استخدمت في البحث وخضعت لها عينة البحث في الاختبارات القبلية والبعدية على وفق جداول وأشكال توضيحية لمعرفة الفروقات ومقارنة نتائج العمليات الإحصائية للوصول إلى النتائج النهائية، ومناقشة هذه النتائج التي تم التوصل إليها لتحقيق أهداف البحث وفروضه.

في أدناه توضيح للخطوات التي سيتم تعليم المهارات الأساسية بكرة السلة لأفراد العينة.

-سيكون مدة البرنامج (12) أسبوع .

-عدد الوحدات التعليمية الكلية (24) وحدة تعليمية .

- سيتم البدء بتطبيق المنهاج بتاريخ (2022/2/27) في يوم الاحد.

- سيتم الانتهاء من تطبيق المنهاج (2022/5/29) يوم الاحد

-عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (وحدتين تعليميتين)

-ايام الوحدات التعليمية (الاحد والاربعاء).

-زمن الوحدة التعليمية بالدقائق (90د).

-سيتم إعطاء التمرينات في الجزء الرئيس من وحدة التعليمية .

-تم اعداد تمرينات خاصة لأفراد المجموعة التجريبية قائم على أساس تمرينات خاصة مهارية إذ كانت التمرينات مهارية من المهارات التي تم اختيارها للبحث ودمجها في تمرين واحد، إذ تعرض التمرينات بعد شرحها لأفراد العينة ثم يتم تطبيقها من قبل افراد العينة، وعلى غرار ذلك وضعت تلك التمرينات في القسم الرئيسي من الوحدات التدريبية، اما التغذية الراجعة فتكون ذاتية اي يبدأ اللاعب بالتصحيح لنفسه، اما دور (المدرّب) فيكون موجها بالتغذية الراجعة اللفظية المتأخرة البسيطة.

-تضمنت الوحدات التدريبية ثلاث اختبارات ببنية تتبعية للمهارات المركبة المختارة في البحث وهي نفس الاختبارات (القبلية و البعدية) وقد اجريت هذه الاختبارات بعد مضي كل اسبوعين من الوحدات التعليمية في ايام (الاحد) في 2022/3/6 و 2022/3/20 و 2022/4/3، اي بعد الاسبوع (الثاني والرابع والسابع) لملاحقة ومتابعة مدى تطور المجموعة التجريبية وكذلك لرفع مستوى صعوبة الوحدات التعليمية، وقد لوحظ تطوراً في المستوى المهاري للاعبين بعد إجراء كل اختبار بيني للاعبين.

-كانت الوحدات التعليمية لأول ثلاث اسابيع في القاعة الداخلية لمديرية تربية الرصافة الأولى وتم استخدام قاعة خاصة بنفس القاعة الداخلية وهي عبارة عن مختبر للحاسوب معد مسبقاً من قبل مديرية النشاط الرياضي تم فيها عرض المهارات الخاصة بالوحدات التعليمية بالإضافة الى عرض التمرينات

التعليمية بجميع محاورها في التعلم من حيث الانماط التعليمية التي تساعد على زيادة التفاعل مع الموقف التعليم وترفع من معنويات اللاعبين وتزيد الثقة بالنفس مما يؤثر ايجابا في عملية التعلم، كذلك توفر جوا من المتعة داخل الوحدة التعليمية وتصبح اكثر تشويقا مما يؤدي الى خلق بيئة تعليمية مليئة بالمتغيرات التي تساهم في تحسين عملية التعلم مما أدى الى رسم الحركة الصحيحة في ذهن اللاعبين وتطبع تلك الصورة في ذهن اللاعبين مما جعل من اللاعبين قادرين على أداء المهارات بصورة دقيقة وسريعة وأكثر تلقائية ودون تردد في اختيار آلية الاداء المهاري وشكل الحركة النهائية للمهارة وبذلك فإن تصور الحركة كان له دوره الفعال في تطوير دقة الاداء وفي هذا الصدد يذكر (حامد سليمان حمد) " أن أهمية التصور العقلي للمهارة لا يقتصر استعماله على الاشتراك في المنافسة الرياضية، ولكن يستعمل في مجال الحركة بشكل عام وفي مراحل اكتساب المهارات الحركية (" Batter way Books,2016)، كما وأن التمرينات المستخدمة اثرت بشكل مباشر في كيفية اوصول افراد العينة الى فهم البرنامج الحركي للمهارة حتى يستطيع من أداء الحركة دون تردد لذلك تستطيع اللاعبين تحقيق النتائج التي يهدفن اليها، وبفهم الوقت يكون بناء البرنامج بشكل صحيح من خلال تتبع خطواته وعملية التصحيح الذاتية للبرنامج من خلال المعلومات التي يحصل عليها اللاعبين ومن خلال عمل الملاحقة التتبعية في تصميم البرنامج الحركي وهذا ما أكده (طالب حسنين) " ان الملاحقة التتبعية هي عملية تتبعه للبرامج الحركية المخزونة في الدماغ عند الاداء إذ يقوم المتعلم أو الرياضي بمتابعة أداء الحركة من خلال المقارنة بنين منا تتم وما يجب أن يتم و تتخللها عملية لتصحيح الأخطاء ذاتيا اثناء الاداء (" Jack Richard:1963)، على تنظيمها على خلق حالة من التطور في مستوى اداء اللاعبين من خلال انسجام هذه التمرينات مع قابليات افراد عينة البحث وقدراتهم وبالنتيجة تطورهم الايجابي، كذلك كان للأدوات والوسائل المساعدة التي استخدمتها الباحثان الاثر في تسهيل فهم اللاعبين للمهارة، كما تسهل عملية التعليم، وكان لطريقة عرض وشرح المهارات والتمرينات وطريقة الاداء أثر كبير في تثبيت وتخزين المهارات لدى افراد العينة، فلم يعد

### 3-1 عرض نتائج متغيرات البحث للاختبارات القبلية

#### والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الأوساط والانحرافات وقيمة (T) المحسوبة للاختبارات القبلية والبعدية للمتغيرات المبوثة للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة الضابطة		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
		الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	ع ±	س					
الاستلام+الطيطبة+ المناولة	درجة/ثا	6.459	2.229	12.901	2.205	6.442	2.736	7.446	0.000	معنوي
مناولات+ استلام+ مناولة صدى	درجة/ثا	16.812	3.520	33.611	4.331	16.799	6.537	8.126	0.000	معنوي

• عند مستوى دلالة المعتمد (0.05)

### 3-2 عرض نتائج متغيرات البحث للاختبارات القبلية

#### والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الأوساط والانحرافات وقيمة (T) المحسوبة للاختبارات القبلية والبعدية للمتغيرات المبوثة للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة الضابطة		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
		الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	ع ±	س					
الاستلام+الطيطبة+المدولة	درجة/ثا	16.7	3.7	22.1	3.3	5.3	6.1	2.75	0.0	معنوي
مناولات+الاستلام+مناولة صدى	درجة/ثا	5.87	1.6	7.67	2.1	1.7	2.2	2.52	0.0	معنوي

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (6) والذي يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية، نلاحظ أن المجموعة التجريبية قد تطورت بنسبة أعلى من مقارنة بالمجموعة الضابطة، إذ ان التمارين المستخدمة قد كونت لدى اللاعبين البرنامج الحركي الصحيح للأداء المهاري وبذلك أرتفع مستوى أداء اللاعبين وانخفضت نسبة الاخطاء ويشير (طلحة حسام الدين: 1993) " أن الوصول الى الاداء النموذجي مع نسبة قليلة من الاخطاء يأتي من خلال التدريب الفعال والمناسب، إذ يصل المتعلم الى أداء سريع ودقيق وهذه احدى علامات اتقان المتعلم للوصول الى مرحلة الالية في الأداء" (Juhanz. M., & wilsan, B.D., 2016)، كذلك يعزو الباحثان هذا التطور الى تنوع اساليب عرض المعلومة و التي تؤدي الى ترسيخ المعلومة وتعدد المصادر التي تخدم العملية

وان بناء القابليات البدنية للاعب تسهم بشكل فعال في بناء القابليات المهارية إذ ان " أن الاعداد المهاري و الخططي يعتمد اساسا على مدى اعداد اللاعب بدنيا فهو الذي يحدد الى حد كبير كفاءة هذا الاداء، اذ انه مهما بلغت مهارة اللاعب واجادته للخطط اللعب فانه لن يستطيع تنفيذها بمساعدة لياقة بدنية عالية " (Maguire, Frank, offensive, 1959)، كذلك يعزو الباحثان هذا التطور إلى فاعلية الأدوات المساعدة المستخدمة الخاصة بتطوير التمرير والتمرينات التي وضعتها الباحثان بالنسبة لمجموعة الأدوات فقط وقد تطورت بنسبة كبيرة بالنسبة للمجموعة التجريبية اذ حققت هذه المجموعة أكبر فرق في نسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي ويعزو الباحثان نسبة هذا التطور إلى الوسائل التعليمية التي وضعتها وتم تطبيقه خلال منهج البحث.

#### 4-الخاتمة:

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للاختبارات القبلي والبعدي لعينة البحث تمكنت الباحثان من التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

1-أدى استخدام الوسائل و الأدوات المساعدة إلى تحسن مستوى أداء المهارات المركبة بكرة السلة، بشكل أفضل للمجموعة التجريبية.

2-ساهمت التمرينات المهارية في أسلوب الملاحقة التتبعية للبرنامج الحركي في تحسن مستوى أداء المهارات للمجموعة التجريبية.

3-أظهرت النتائج تحسن في مستوى أداء المجموعة الضابطة ولكن بدرجة أقل من المجموعة التجريبية ولجميع المهارات الأساسية بكرة السلة

من خلال ما تم التوصل إليه من استنتاجات يمكننا الخروج بالتوصيات الآتية:

1-تشجيع المدربين والمدرسين على استخدام الوسائل المساعدة المستخدمة في البحث في تعلم المهارات المركبة الهجومية بكرة السلة .

2-إجراء دراسات مقارنة في استخدام أسلوب الملاحقة التتبعية لمختلف الالعب الرياضية لمعرفة تأثيرها في التعلم .

الشرح عن طريق المدرب كافيًا لترسيخ تلك المعلومات في عقل اللاعب.

### 3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (7) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الأوساط والانحرافات وقيمة (T) المحتسبة للاختبارات البعدية للمتغيرات المبوثة للمجموعة الضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة الاختبار البعدي		المجموعة التجريبية الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	نسبة الخطأ الدلالة	مستوى
		ع ±	س	ع ±	س			
الاستلام +الطيطية + المناولة	درجة/ ثا	3.423	22.087	4.331	33.611	6.601	0.000	معنوي
مناولات + استلام + مناولة صدرية	درجة/ ثا	2.183	7.671	2.205	12.901	5.330	0.000	معنوي

عند مستوى دلالة (0.05)

### 4-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

من خلال الاطلاع على الجدول (7) يتبين وجود فرق معنوي في جميع النتائج البعدية للاختبارات المهارية الاساسية المبوثة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، ويعود السبب في ذلك الى المنهجية العلمية الصحيحة المتبعة في استخدام التمرينات المهارية المركبة التي تخدم تطور المهارات الاساسية بكرة السلة، واعتماد مبدأ التدرج في تصعيب الاداء واستخدام التمرينات المهارية وفقا للملاحقة التبعية، كما أن هذه التمرينات المهارية اثرت بشكل مباشر في كيفية ايصال اللاعب الى مرحلة تثبيت وتصحيح البرنامج الحركي حتى يستطيع من اداء الحركة دون تشويش لذلك يستطيع تحقيق النتائج التي يهدف اليها وبنفس الوقت يكون بناء البرنامج بشكل صحيح من خلال تتبع خطواته وعملية التصحيح الذاتية للبرنامج من خلال المعلومات التي يحصل عليها اللاعب ومن خلال عملية الملاحقة التتبعية للبرنامج الحركي إذ " ان الملاحقة التتبعية هي عملية تتبعية للبرامج الحركية المخزونة في الدماغ عند الاداء إذ يقوم المتعلم او الرياضي بمتابعة اداء الحركة من خلال المقارنة بين ما تم وما يجب ان يتم وتتخللها عملية لتصحيح الازخطاء ذاتيا اثناء الاداء " ( Jack Richard : 1963)، فضلا عن ان التمرينات المهارية المركبة المستخدمة في البحث أدت الى تطوير قدرات البدنية مع المهارات الأساسية التي كان لها الاثر الكبير في تعزيز الناحية المهارية للاعبين



## الملاحق:

ملحق (1) يوضح التمرينات المهارية المركبة:

1-الوقوف بالرتل في صف واحد امام جدار وعلى بعد ثلاث امتار ثم تبدأ اللاعبة بأداء طبطبة عالية بالمكان بالذراع المسيطرة وبعد سماع صافرة المدرب يتم أداء ثلاث مناولات صدرية على الجدار ثم يتم أداء طبطبة عالية بالمكان بالذراع الغير مسيطرة مع مراعات وضعية الجسم والنظر للأمام صافرة المدرب يتم أداء ثلاث مناولات صدرية على الجدار ثم يتم أداء طبطبة عالية بالمكان بالذراع الغير مسيطرة مع مراعات وضعية الجسم و النظر للأمام.



2-لوقوف بالرتل في صف واحد امام جدار و على بعد ثلاث امتار ثم تبدأ اللاعبة باداء طبطبة.خمسة مناولات صدرية على الجدار ثم يتم أداء طبطبة عالية (بتغيير الاتجاه) مع مراعاة وضعية الجسم .



3-الوقوف بالرتل في صفين على خط المنتصف بمسافة خمسة عشر عن الجدار وعند سماع الصافرة يتم الانطلاق بالهولة والطبطة بتغيير الاتجاه بكلتا اليدين وعند الوصول الى الشاخص الذي يبعد عن الجدار بمسافة 4 متر يتم أداء (5) مناولات صدرية و بعدها يتم الرجوع خلف الصف بالطبطة العالية بالذراع المسيطرة بالسرعة القصوى الى نقطة البداية مع مراعات وضعية الجسم و النظر للأمام.

## المصادر:

- [1] وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي، بغداد، مطبعة دار الحكمة، 1993،
- [2] فارس سامي يوسف؛ بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للشباب، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2006.
- [3] سامي ملحم؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2000).
- [4] سامي الصفار واخرون؛ كرة قدم، ج2، ط2: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987)
- [5] محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية، ط3، ج1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995.
- [6] مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الثبات الصدق الموضوعية المعايير، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999).
- [7] Pat Head summit& debby Jennings: Basket ball fundamentals& team play, brown benchm Ark 2000 ،
- [8] Morgan Wootten Coaching Basketball Successfully. Leisure press 2005.
- [9] Juhanz. M., &wilson, B.D. Effect of ball size on shooting characteristics of Junior basket ballers in comparison to adults, Australian Journal of sport sciences , king swood, S.A., 2016.
- [10]Pat Head summit& debby Jennings Basket ball fundamentals& team play, brown benchm Ark 2000.
- [11]Hirschhorn, Douglas,Kamin the relationship between emotional intelligence and performance statistics of NCAA division caliber baseball player, south .connecticut. stat university. Dissertation abstracts international page,2000.
- [12]John Mc cartby Youth basketball the guide for coaches and parents, and Ed., Batter way Books.2016.
- [13]Jack Richard: The Shamble Attack For Winning Basket Ball, Publishing Company, Inc. West Nyack N.y.1963.
- [14]Kamin the relationship between emotional intelligence and performance statistics of NCAA division caliber baseball player, south .connecticut. stat university. Dissertation abstracts international page,2000,
- [15]John Mc cartby Youth basketball the guide for coaches and parents, and Ed., Batter way Books.2016.
- [16]Jack Richard: The Shamble Attack For Winning Basket Ball, Publishing Company, Inc. West Nyack N.y.1963
- [17]Maguire, Frank, offensive Basketball Prentice Hall, Inc, Englewood Cliffs, N.J.1959.

6-الوقوف بالرتل بصف واحد على خط القاعدة واداء طبطبة عالية بالذراع المسيطرة بالمكان وعند سماع صافرة، الانطلاق بالهرولة الى خط المنتصف والرجوع بالطبطبة بالدوران الى خط البداية بالذراع الاخرى ثم الانطلاق بالذراع المسيطرة الى نهاية الملعب والرجوع بالذراع الاخرى الى خط النهاية.



7-الوقوف بالرتل ثلاث صفوف على خط القاعدة مجموعة في الوسط تحمل الكرات ومجموعتان على خطي جانبي الملعب ثم يتم أداء المناولات بالهرولة (حركة الويف) الى نهاية الملعب .



4-الوقوف بالرتل في صفين على خط القاعدة وعند سماع صافرة ،يتم الانطلاق بالهرولة مع أداء مناولات صدرية بين الزميلين وعند الوصول الى خط النهاية يتم الرجوع من الخارج وعلى الخطيين الجانبيين بالسرعة القصوى مع اداء طبطبة الى نهاية الملعب.



5-الوقوف بالرتل في صفين على خط القاعدة واداء طبطبة بتغيير الاتجاه بالمكان بالذراع المسيطرة وعند سماع صافرة، الانطلاق بأقصى سرعة بالطبطبة بين الشواخص و عند الوصول الى الشاخص العاشر الاخير تقوم اللاعبة باداء مناولة صدرية الى الزميلة الواقفة على خط القاعدة في الجهة المقابلة و التي تؤدي بدورها نفس التمرين رجوعا .



الملحق (2) نموذج وحدة تعليمية

التأكد على ضبط النظام و الالتزام بالوقت	يتم فيه تهيئة مكان التدريب والأدوات الخاصة بالوحدة التعليمية مع اجراء احماء عام وخاص احماء عام يتضمن : هرولة هرولة مع تمرينات مرونة عامة احماء خاص يتضمن : انطلاقات سرعة وتمرينات قوة مع اجراء تمرينات مرونة خاصة للمفاصل المشتركة بالأداء المهاري					10 د	التحضيري
	يتم فيه شرح التمارين المهاري بالوحدة التعليمية مع شرح مفصل لطريقة أداء التمرينات الخاص بالوحدة التعليمية والتأكد على الأداء الصحيح للمهارات الخاصة بالوحدة التعليمية كذلك يتم عرض المهارة من قبل المدرب وعرض طريقة أداء التمارين كذلك يتم عرض المهارات في القاعة المخصصة لهذا الغرض ليتم مشاهدة الأداء المثالي للمهارات					الجزء التعليمي 15 دقيقة	
التأكد على تعزيز التغذية الراجعة لأفراد العينة حول الأداء و النتيجة	الزمن الكلي للتمرين	الراحة بين التمارين	المجموع	الراحة بين المجموع		الجزء التطبيقي 55 دقيقة	الرئيسي
	1	503×ثا	40 ثا	2	120 ثا		
	2	503×ثا	40 ثا	2	120 ثا		
	3	503×ثا	40 ثا	2	120 ثا		
	4	503×ثا	40 ثا	2	120 ثا		
5	3×ثا50	40 ثا	2	120 ثا			
التأكد على جمع الأدوات والانصراف بهدوء	يتم فيه جمع الأدوات مع اجراء تمرينات تهدئة و استرخاء					10 دقيقة	الختامي

## علاقة بعض المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية باقتصاد الركض لعادائي 5000 متر

م.م فادي محمد شيت يونس محمد الجرجري<sup>1</sup> أ.د محمد توفيق عثمان آل حسين أغا<sup>2</sup>

الموصل/مديرية تربية نينوى<sup>1</sup>

جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> fadi.bep34@student.uomosul.edu.iq, <sup>2</sup> dr.mohammedtwfeeq@uomosul.edu.iq)

**المستخلص:** ان أهمية هذه الدراسة هي تحديد العلاقات بين المتغيرات الحركية والاقتصاد. ان علاقة بعض المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية باقتصاد الركض موضوع نقاش على نطاق واسع ولا سيما في رياضات التحمل وعلى الرغم من أن عديد من الدراسات قد أظهرت بالفعل مجموعة متنوعة من التغييرات في كينماتك الركض الاقتصادي، إلا أن القليل منها عمد بتحليل العدائين التنافسيين وركز على ركض 5000 متر.

هدف البحث الى التعرف للعلاقة بين صرفيات الطاقة (الاقتصاد) مع زمن التلامس والطيوان الازاحة الافقية والعمودية والمسار والكفاءة الميكانيكية في اثناء خطوة.

ويفرض الباحثان ان هناك علاقة بين صرفيات الطاقة (الاقتصاد) مع زمن التلامس والطيوان الازاحة الافقية والعمودية المقطوعة والمسار والكفاءة الميكانيكية في اثناء خطوة.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائته وطبيعة البحث. وتكونت عينة وبشكل عمدي وبالبالغ عددهم (6 لاعبين) من عدائي المسافات المتوسطة والطويلة لمنتخب محافظة نينوى من الذين يتمرن بشكل مستمر على الركض المسافات ومتكيفين مع التكنيك ركض (5000) متر في المضمار. وكان هناك تجانس مقبولاً بين افراد العينة الواحدة إذ كانت قيمة معامل الاختلاف اقل من (30%).

استنتج الباحثان: وجود علاقة ارتباط طردية بين الازاحة الافقية والمسار مع الصرفيات الطاقة/دقيقة (EEm) في نصف الدورة في مرحلة التلامس، ووجود علاقة بين الازاحة العمودية في الدورة (1)، و(12) مع الصرفيات الطاقة/كم/ساعة (EEKm).

وأوصى الباحثان الى اجراء دراسة على نفس المتغيرات في الجو البارد او على السير المتحرك، ويمتغيرات بايوميكانيكية أخرى (معدل الحمل العمودي، القوى العمودية، زوايا المفاصل وثباتها).

**الكلمات المفتاحية:** الفسيولوجية - البايوميكانيكية - اقتصاد - الركض - عدائي 5000 متر

**1- المقدمة:**

(1123)، كانت نتائجه مخالفة لما جاء بدراسة (Tartaruga et al., 2012, 367-375)، في حين العوامل الزمنية الأخرى بما في ذلك زمن مرجحة الساق وغيرها قد اخذت القليل من اهتمام الباحثان. أن شكل الطرف السفلي عند لمس الأرض يحدد جانباً مهماً من تكنيك الركض ومن ثم الطاقة المصروفة التي تتضمن نوعية ضرب القدم (Ahn et al., 2014, 102-112)، والذي نستطيع التعبير عنه من بوساطة قياس زاوية القدم لحظة للمس، فضلاً عن زاويتي الساق والخذ. وقد تستهلك حركة الساق المتأرجحة بنسبة (20%) تقريباً من الطاقة المصروفة كتكلفة الانتقال (Modica, 2005, 2126-2131)، قد تكون الحد الأدنى لزاوية مفصل الركبة في أثناء مرحلتي الارتكاز والمرجحة من المتغيرات الرئيسية أيضاً؛ ولأن نسبة كبيرة من الشغل ومن ثم القدرة تعمل ضد الجاذبية في أثناء الركض، لذا يفترض ان يكون هناك تنذب عمودي كبير لمركز كتلة الجسم (م.ك.ج) (Center of Mass-CM or COM) (Saunders et al., 2004, 465-485)، أو أجزاء أخرى من الجسم ك (الحوض والجذع ومرجحة الذراعين) التي قد تكون مرتبطة بالاقتصاد. وأظهرت الدراسات ان تقليل الازاحة العمودية لمركز الكتلة (م.ك.ج) يسهم في اقتصاد الركض بشكل أفضل (Tartaruga et al., 2012, 367-375; Heise & Martin., 2001, 438-442)، في حين لم تجد دراسات أخرى هذه العلاقة (Williams & Cavanagh., 1987, 1236-1245). وبصورة عامة يوجد تغيير في السرعة الأفقية لا (م.ك.ج) بسبب الكبح والتباطؤ عند الاصطدام؛ وهذا يتطلب إعادة التسارع (تعجيل) مما يؤدي الى تكلفة في الطاقة من أجل الحفاظ على سرعة ثابتة (Heise & Martin., 2001, 438-442) وهذا يتفق مع دراسة (Williams & Cavanagh., 1987, S107-S118) التي وجدت أن حدوث تسارع كبير في السرعة الأفقية لا (م.ك.ج) مرتبط بأفضل اقتصاد للطاقة (RE). في الآونة الأخيرة، افترضت بعض الدراسات أن الحالة (الوضعية) في أثناء الركض يمكن أن يؤثر على الاقتصاد والأداء، مثل ميل الجذع للأمام والدوران المستعرض للحوض، ولكن بدون دليل مقنع حتى الآن. أجرى (Williams &

الركض هو شكل من أشكال الأساسية لحركة البشرية، وهو نشاط بدني شائع جداً وأكثر أنماط الحركة انتشاراً في الأنشطة الرياضية. يعتمد أداء مسافة الركض في الغالب على إنتاج الطاقة الهوائية باستدامة، وتحويل هذه الطاقة إلى حركة أمامية، والذي يشار إليها بالاقتصاد الركض (Running Economy-RE). ولأن الركض حركة غير مقيدة نوعاً ما، فإن العدائين يحققون الحركة الأمامية باستخدام "الطاقة الناتجة"، مع التباين الكبير بينهم في أنماط الخطوات (Nummela et al., 2007, 655-661) كينماتيك الأطراف السفلية (Ahn et al., 2014, 102-112). حسب أسلوب وتكنيك الركض ومسافته. الركض، وتشكل محدداً حاسماً لأداء ركض التحمل (Di Prampero, 2003, 420-429; Ingham et al., 2008, 345-350). ثبت أن (RE) يمثل (65%) من التباين في أداء السباق على مدى (10) كم في المجموعات المتجانسة من العدائين المدربين تدريباً عالياً. إذ ثبت أن الجمع بين الـ (RE) و الـ (VO<sub>2</sub>max) يفسر (96%) من التباين في أداء عدائي المسافات المتوسطة النخبة (Ingham et al., 2008, 345-350). فكلما انخفضت تكلفة التمثيل الغذائي التي تم قياسها عند سرعة ركض معين، كانت (RE) للفرد أفضل. بصورة عامة لا يوجد اتفاق في الأدبيات للجوانب الكينماتكية الأكثر أهمية التي قد تؤثر في (RE) والأداء والانجاز وهذه المتغيرات هي طول الخطوة وتردها، وزوايا الأطراف السفلية، والإزاحة العمودية للجسم (التذبذب العمودي)، والتغير في السرعة الأفقية في أثناء ملامسة الأرض (الكبح - الاصطدام)، وتوجد اختلاف في نتائج الدراسات، إذ وضحت دراسات وجود علاقة قوية بين اقل زمن اتصال بالأرض مع اقتصاد بالركض (Nummela et al., 2007, 655-661; Santos-Concerto et al., 2014, 1118-1123) وكانت النتائج عكسية (Di Michele & Merin, 2014, 414-418). والعلاقة بين اقتصاد الطاقة او الجهد - أي الركض ومعدل الخطوة وطول خطواتها - غير واضحة النتائج في دراسة (Santos-Concerto et al., 2014, 1118-1123)

-هناك علاقة بين صرفيات الطاقة (الاقتصاد) مع الاراحة الافقية والعمودية المقطوعة وزمن التلامس القدم مع الأرض والطيران والمسار لمركز كتلة الجسم في اثناء خطوة للركض 5000 متر

مجال البحث:

المجال البشري: عدائي مسافات الطويلة لتربية محافظة نينوى.

المجال المكاني: ملعب كلية التقنية الشمالية.

المجال الزماني: 2022/29/5-12/5.

تحديد المصطلحات:

زمن التلامس ((Contact-Time (C-T)): هي زمن بقاء القدم متصلاً بالأرض في اثناء مرحلة الارتكاز (اصطدام، ثني، دفع) أي من لحظة اللمس الى لحظة الترك ووحدة قياسه (ثانية).

زمن الطيران ((Flight-time(F-T)): هي زمن بقاء الجسم في الهواء من لحظة الترك الى لحظة اللمس مرة أخرى ووحدة قياسه (ثانية).

الازاحة الافقية-التلامس (Contact-Horizontal)

((Displacement (C-HD): هي الازاحة الافقية

المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة التلامس القدم بالأرض ووحدة قياسها (متر)..

الازاحة العمودية-التلامس (Contact-Vertical)

((Displacement (C-VD): هي الازاحة العمودية

المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة التلامس القدم بالأرض ووحدة قياسها (سنتمتر).

الازاحة الافقية-الطيران (Flight-Horizontal)

((Displacement (C-HD): هي الازاحة الافقية

المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة الطيران من لحظة ترك القدم الأرض الى لحظة اللمس مرة أخرى ووحدة قياسها (متر)..

الازاحة العمودية-الطيران (Flight-Vertical)

((Displacement (C-VD): هي الازاحة العمودية

المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة الطيران من لحظة ترك القدم الأرض الى لحظة اللمس مرة أخرى ووحدة قياسها (سنتمتر).

دراسة كينماتيكية، اذ (Cavanagh., 1987, 1236-1245) عداً إلى مجموعات (منخفضة ومتوسطة وعالية) اقتصاداً في الركض، ووجدا اختلافات بين المجموعات لـ(50) متغيراً كينماتيكياً. تم دراسة خطوة واحدة على الميدان مرتبطة باقتصاد الركض وعلى جهاز المشي. لكن هذه الدراسة لم تدرس طول السباق وعلى التكنيك ومن ثم الأداء والانجاز

عرض نتائج هذه الدراسات التي توجي الى وجود ثغرة في تفسير النتائج، لذا يجد الباحثان اهمية لدراسة العلاقة ببعض المؤشرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية عند أداء ركض (5000) متر التي قد تتأثر نتيجة لأداء والتكنيك ومن ثم صرفيات طاقة أي الاقتصاد وكفاءته الميكانيكية.

مشكلة البحث:

ان أهمية هذه الدراسة هي تحديد العلاقات بين المتغيرات الحركية والاقتصاد؛ ولان التعلم والأداء يتأثران بمجموعة من المتغيرات البشرية التشريحية (كالطول والكتلة)، والفسيولوجية (استجابة، تأقلم، وتكيف) والمتغيرات العضلية الهيكلية الاساسية (مكونات ونوع على مستوى الفرعي).

المشكلة ان الركض وبأداء تكنيك بآلياته (البايوميكانيكية) وآثاره موضوع نقاش على نطاق واسع ولا سيما في رياضات التحمل. على الرغم من أن العديد من الدراسات قد أظهرت بالفعل مجموعة متنوعة من التغييرات في كينماتك الركض ذات العلاقة مع اقتصاد الركض، إلا أن القليل منها عمد بتحليل العدائين التنافسيين وركز على ركض 5000 متر.

علاوة على ذلك، استنتجت الدراسات التي تبحث في هذا المجال على المتغيرات في الغالب من حيث المعلمات المنفصلة (اما من الناحية فسيولوجية او الكينماتيكية) التي تحدث في المراحل الفرعية من دورة المشي والركض سواء في الميدان او على السير المتحرك.

اهداف البحث:

-التعرف الى العلاقة بين صرفيات الطاقة (الاقتصاد) مع الازاحة الافقية والعمودية المقطوعة وزمن التلامس القدم مع الأرض والطيران والمسار لمركز كتلة الجسم في اثناء خطوة للركض 5000 متر

فرضيات البحث: يفترض الباحثان ان:

الجدول (1) يبين مواصفات والقياسات عينة البحث

المتغيرات	المعالم الإحصائية		
	(م)	(ع+)	(ع)
العمر (سنة)	24,656	4,152	16,842%
الطول (سم)	170,600	3,782	2,217%
الكتلة (كغم)	62,200	2,490	4,003%
عمر التدريري (سنة)	5,800	1,095	1,095%
مؤشر كتلة الجسم (BMI)	22,249	0,512	2,302%
المساحة السطحية للجسم (BSA)	1,689	0,032	1,897%

### 2-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة: (جهاز وحدة قياس

الأيض القابل للارتداء (k5 Cosmed) إيطالي المنشأ مع كافة ملحقاته، متحسس للنبض نوع (GARMIN)، جهاز قياس الطول والكتلة نوع (Medical Scale Detector) أمريكي المنشأ).

كاميرات سريعة عدد (1) (240 إطار/ثانية) نوع (AHASO V50 Elite, Action camera).

### 2-4 وسائل جمع البيانات: استخدم الباحثان الاختبارات

والقياسات وسائل لجمع البيانات التي شملت على وفق ما يلي:

#### 2-4-1 الاختبارات البدنية:

#### 2-4-1-1 الاختبارات البدنية في المضمار: تم

استخدام ركض (5000) متر في المضمار وذلك على وفق شروط وقواعد الاتحاد الدولي للساحة والمضمار. إذ تم تتبع زمن وسرعة العداء في كل دورة. ومن ثم تم تحليل الزمن والسرعة المقطوع ومعالم الخطوات (طول الخطوة وتردها) في اوقات مختلفة وهي على وفق ما يلي: (الانطلاق، ونصف الدورة، و(الدورة الأولى-1 دقيقة)، و(الدورة السادسة-6 دقيقة)، و(الدورة الحادية عشر-11 دقيقة)، و(الدورة الثانية عشر-12 دقيقة).

#### 2-4-2 القياسات الجسمية:

#### 2-4-2-1 قياس طول الجسم وكتلة: تم قياس طول

وكتلة أفراد عينة البحث باستخدام جهاز (قياس الطول والكتلة) نوع (Detecto). بعد تشغيل الجهاز وتصفيره يقف المختبر على الجهاز حافي القدمين ويعمد الشخص القائم بالقياس بتحريك اللوحة المعدنية لتلامس رأس المختبر، وبعد التثبيت يقرأ المؤشر الذي يمثل طول المختبر بالسنتيمتر، أما قياس الكتلة

سرعة-التلامس (Contact-Speed (C-S)): هي سرعة مركز كتلة الجسم في مرحلة التلامس ووحدة قياسها (متر/ثانية).

سرعة-الطيران (Flight-Speed (F-S)): هي سرعة مركز كتلة الجسم في مرحلة الطيران ووحدة قياسها (متر/ثانية).

المسار-التلامس (Contact-Path (C-P)): وهو المسافة المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة التلامس ووحدة قياسه (متر).

المسار-الطيران (Flight-Path (F-P)): وهو المسافة المقطوعة لمركز كتلة الجسم في مرحلة الطيران ووحدة قياسه (متر).

#### صرفيات الطاقة بالدقيقة (Expenditure of energy/min)

(EEem): هي الطاقة المصروفة للجسم بالدقيقة ووحدة قياسها (كيلوكلوري/دقيقة).

#### صرفيات الطاقة/كم/ساعة (Expenditure of energy/km/h (EEkm)

: هي الطاقة المصروفة للجسم/كيلومتر/ساعة ووحدة قياسها (كيلوكلوري/كم/ساعة).

#### الكفاءة الميكانيكية ((Mechanical efficiency (MEH):

هي الطاقة المنتجة من العمليات الايضية في العضلات العاملة المستغلة في الشغل كحركة ميكانيكية.

### 2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

#### 2-1 المنهج المستخدم: استخدم الباحثان المنهج الوصفي

لملاءمته طبيعة البحث الحالي.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته: تم اختيار مجتمع البحث

بالطريقة العمدية والمتمثلة بعدائي منتخب محافظة نينوى يركض المسافات الطويلة (5000) متر للموسم الرياضي 2022/2021 لفئة المتقدمين والبالغ عددهن (6) عدائين، وبهذا اصبحت العينة تمثل نسبة (100%) من مجتمع البحث الحالي. وقد راعى الباحثان عند اختياره لعينة البحث، ان هذه العينة مستمرة في التدريب ومتكيفين للعدو في المضمار وعلى السير المتحرك على حد سواء، وتبين الجدول (1) الذي يبين بعض مواصفات عينة البحث نلاحظ ان هناك تجانس مقبولاً بين افراد العينة الواحدة إذ كانت قيمة معامل الاختلاف اقل من (30%).

في المضمار تم وضع آلة التصوير في نهاية مسافة (400) متر لكل دورة و200 متر بالنسبة للانطلاق. وتم وضع على بعد 5.50 متر من مجال الركض وبارتفاع 120 سم.

## 2- التحليل باستخدام برنامج (Tracker):

-يرفع الفيديو المراد تحليله على البرنامج.  
-يشغل الفيديو ومن ثم يحدد بداية ونهاية المقطع المراد تحليله (الخطوة واحدة).

-نعمد بإجراء معايرة (مقياس رسم) ومن ثم تكوين نقاط على المفاصل ونعمد بتسميتها مثلا (راس، كتف، مرفق، الخ) الشكل (1) ومن ثم نتتبع تأشير النقاط الى نهاية الحركة. بعدها نعمد بإدخال كتلة كل جزء بالاعتماد على معادلات خاصة ببرنامج (Excel) بتوزيع كتل كل جزء من اجزاء الجسم كنسبة من كتلة الكلية (حسب نسب فشر).

-بعد تحديد نقاط الكتل لجميع اجزاء الجسم نعمد بإنشاء مركز كتلة للجسم (م.ك.ج) وعند طريق نافذة معينة في البرنامج نعمد بتحديد نقاط الكتلة لجميع اجزاء الجسم فتظهر نقطة (م.ك.ج) لتحديد حركته ومساره على طول مقطع الفيديو. الشكل (2).

-من نافذة (المتغيرات) يتم تحديد المتغيرات المراد قياسها، إذ يتم تتبعا وإظهارها على شكل ملف (Excel).



الشكل (1) يوضح نقاط على المفاصل

فبعد أن تستقر القراءة على الشاشة الالكترونية يمثل الرقم كتلة المختبر بالكيلوغرام.

**2-4-3 المتغيرات الفسيولوجية:** تم قياس المتغيرات الوظيفية بطريقة معملية عن طريق جهاز تحليل الغازات بالطريقة المفتوحة بجهاز وحدة قياس الأيض ( Metabolic Measurement System ) (K5). إذ يتم أولا إدخال البيانات الخاصة بكل مختبر وهي الطول والكتلة وتاريخ الميلاد والجنس. بعد وضع القناع الخاص للتنفس على وجه المختبر ونعمد بتثبيته بشبكة خاصة على الرأس وتؤكد من انه لا يوجد أي تسريب للقناع من أي جهة إذ يجب ان يكون الزفير داخل الجهاز كي تكون القراءات صحيحة.

يبدأ الجهاز بتسجيل القراءات بشكل مستمر بالنقر على زر (Start) ويبدأ الجهاز بأخذ القراءات آليا ( breath by breath ) التي تظهر على شاشة الجهاز نفسه المعدة لهذا الغرض، وفي نهاية الاختبار نقرر على (Stop Test). وقد عمد الباحثان بأخذ متوسط قيم المتغيرات لزم (15 ثانية) كما أشار اليه دليل استخدام جهاز (K5) ( User Manual, ) (2020, p.25) في الانطلاق، نصف الدورة، و(1) دقيقة، و(6) دقيقة، و(11) دقيقة، و(12) دقيقة، وقد شملت متغيرات الدراسة على وفق ما يلي:

-**المتغيرات الوظيفية:** (صرف الطاقة في الدقيقة ( Energy Expenditure-EEem ) (كيلو كالري/دقيقة)، صرف الطاقة لكل كيلومتر (Energy Expenditure-EEkm) (كيلو كالري/كم/ساعة)).

**2-4-4 القياسات البايوميكانيكية:** إن عملية التحليل البايوميكانيكي باستخدام الحاسوب تمر بعدة مراحل وقد عمد الباحثان باتباع الخطوات الآتية في عملية التحليل وهي على وفق ما يلي:

**1-تصوير الحركة:** تم تصوير عينة البحث في اثناء ادائهم ركض (5000) متر في المضمار وعلى السير المتحرك من الجهة اليمنى للعداء، باستخدام آلة تصوير من نوع (Akaso)، وتم تثبيت ارتفاع آلي التصوير وبعدهما عن مركز الحركة كما مثبت في الجدول (2)، وتم تصفير ال Zoom لآلي التصوير،



الازاحة العمودية لـ (م.ث.ج) (سم) (من لحظة الدفع الى اعلى نقطة في مرحلة الطيران)

مسار (م.ث.ج) (متر) (هي المسافة المقطوعة من لحظة ترك الأرض الى لحظة لمس الأرض مرة اخرى)

أعلى سرعة (م/ثا): (تم تحديد أعلى سرعة من مرحلة (الطيران) في الخطوة وعلى أساسها تم تحديد زوايا المقاسة عند تلك السرعات).

البيانات المحسوبة: عمد الباحثان بحساب البيانات وذلك

بوساطة الاستفادة من البيانات الخام المقاسة وبعض المعادلات التي تم ادخالها في برنامج (Excel) الذي استفاد الباحثان منه في معالجة البيانات الخام حسابياً التي شملت على وفق ما يلي:

القدرة (واط) = الشغل/الزمن

الكفاءة الميكانيكية = صرفيات الطاقة/الشغل الخارجي

اذ ان الشغل = القوة × الإزاحة

2-5 التجربة الاستطلاعية: عمد الباحثان بأجراء تجربة

استطلاعية بتاريخ 2022/3/12، إذ تم اجراء اختبار تجريبي على اللاعبين في الميدان (5000 متر) ركض، وكان الهدف من التجربة على وفق ما يلي:

1- التعرف على بيئة الاختبار (زمن، كيفية ربط الجهاز، توفير المستلزمات والأدوات ...)

2- إمكانية اجراء الاختبار مع حمل الجهاز.

3- قابلية العداء على التكيف او التالف مع قناع الوجه.

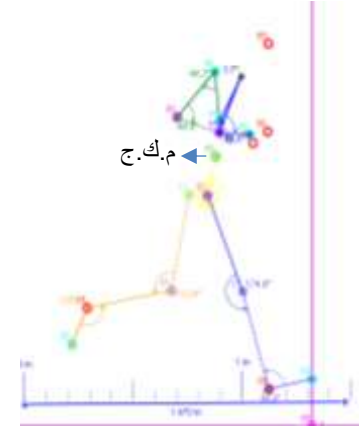
4- مكان وضع الكاميرة مع تحديد ارتفاعها وبعدها عن مضمار الركض .

2-6 التجربة الرئيسية: عمد الباحثان مع فريق العمل

المساعد بإجراء التجربة الرئيسية الأولى في ملعب الجامعة التقنية الشمالية وذلك للفترة من 2022/3/31-14، إذ تم ربط جهاز (K5) على اللاعب والتأكد من القراءات بعد اجراء المعايرة على البيئة المحيطة .. بعدها بدء اللاعب بالركض مسافة (5000) متر بصورة منفردة. وفي نهاية السباق تم سحب البيانات الخاصة باللاعب.

2-7 الوسائل الإحصائية: عولجت البيانات إحصائياً

باستخدام الحاسوب الالكتروني، واستخدام البرامج الإحصائية



شكل (2) يوضح (م.ك.ج) وقياس زوايا المفصل

3- استخراج البيانات الخام: عمد الباحثان باستخراج البيانات الخام للمتغيرات المدروسة على وفق ما يلي:

4- البيانات المقاسة: عمد الباحثان باستخراج البيانات الخام

وذلك باستخدام برنامج (Tracker) والذي هو برنامج يستخدم في تحليل الحركات الفديوية استفاد الباحثين منه في هذا الغرض، وقد عمد الباحثان باستخراج المتغيرات في مرحلتها (التلامس والطيران) وقد شملت المتغيرات الآتية:

أولاً: مرحلة التلامس:

- زمن التلامس مع الأرض (ثا): يحدد زمن التلامس من لحظة لمس القدم الى لحظة ترك الأرض للقدم نفسها .

-الازاحة الافقية لـ (م.ث.ج) (م) (تم استخراج المتغيرات بالطريقة نفسها التي استخراج بها زمن)

-الازاحة العمودية لـ (م.ث.ج) (سم) (من لحظة لمس الأرض الى لحظة ترك الأرض)

-مسار (م.ث.ج) (متر) (هي المسافة المقطوعة من لحظة ترك الأرض الى لحظة لمس الأرض مرة اخرى)

-أعلى سرعة (م/ثا): (تم تحديد أعلى سرعة من مرحلة (التلامس) في الخطوة وعلى أساسها تم تحديد زوايا المقاسة عند تلك السرعات).

ثانياً: الطيران:

زمن الطيران (ثا) : هي من لحظة ترك القدم للأرض الى لحظة قبل اللمس بالقدم الأخرى.

الازاحة الافقية لـ (م.ث.ج) (م) (تم استخراج المتغيرات بالطريقة نفسها التي استخراج بها زمن)

±ع	-س	المتغيرات
12.902	63.172	EEKmh
16.139	80.833	EEKm1
15.053	90.875	EEKm6
15.425	92.292	EEKm11
9.914	84.390	EEKm12

الجدول (3) يبين العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصريفات الطاقة في اثناء التلامس مع الأرض من الخطوة

EEK m12	EEK m11	EEK m6	EEK m1	EEK mh	EE m1 2	EE m1 1	EE m6	EE m1	EE mh	المتغيرات	المتغيرات
				0.281					0.566	Pears on Correlation	C-Th
				0.59					0.241	Sig. (2-tailed)	
			0.576						0.698	Pears on Correlation	C-T1
			0.231						0.123	Sig. (2-tailed)	
		0.131						0.56		Pears on Correlation	C-T6
		0.805						0.248		Sig. (2-tailed)	
	0.543							0.767		Pears on Correlation	C-T11
	0.266							0.075		Sig. (2-tailed)	
0.803								0.768		Pears on Correlation	C-T12
0.055								0.074		Sig. (2-tailed)	
				0.689					0.817*	Pears on Correlation	C-HDh
				0.13					0.047	Sig. (2-tailed)	
			0.37						0.233	Pears on Correlation	C-HD1
			0.47						0.657	Sig. (2-tailed)	
		0.476							0.102	Pears on Correlation	C-HD6
		0.34							0.848	Sig. (2-tailed)	
0.186								0.397		Pears on Correlation	C-HD11

نوعي (Excel، Spss)، وتم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الارتباط (المتعدد)).

### 3- عرض النتائج ومناقشتها:

1-3 عرض نتائج العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصريفات الطاقة في اثناء التلامس مع الأرض من الخطوة:

الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحراف للمتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) في اثناء التلامس مع الأرض من الخطوة

±ع	-س	المتغيرات
0.013	0.215	C-Th
0.023	0.229	C-T1
0.031	0.233	C-T6
0.040	0.234	C-T11
0.033	0.230	C-T12
0.134	1.033	C-HDh
0.139	0.966	C-HD1
0.172	0.969	C-HD6
0.218	1.006	C-HD11
0.138	1.040	C-HD12
1.877	9.764	C-VDh
1.809	9.357	C-VD1
3.015	10.289	C-VD6
2.637	11.161	C-VD11
2.933	11.041	C-VD12
0.692	5.469	C-Sh
0.707	4.958	C-S1
1.286	4.950	C-S6
1.684	5.140	C-S11
0.997	5.431	C-S12
0.146	1.040	C-Ph
0.142	0.954	C-P1
0.141	0.957	C-P6
0.206	0.998	C-P11
0.092	1.020	C-P12
2.954	16.721	Eemh
3.554	19.587	EEm1
4.096	21.272	EEm6
5.090	21.613	EEm11
4.719	22.463	EEm12

EEK m12	EEK m11	EEK m6	EEK m1	EEK mh	EE m1 2	EE m1 1	EE m6	EE m1	EE mh	المتن	
										المعنوية	بروات
7					35					on Correlation	S1 2
0.582					0.175					Sig. (2-tailed)	
				0.701					0.836*	Pears on Correlation	C-Ph
				0.121					0.038	Sig. (2-tailed)	
			0.187					0.029		Pears on Correlation	C-P1
			0.722					0.956		Sig. (2-tailed)	
		0.269				0.192				Pears on Correlation	C-P6
		0.607				0.716				Sig. (2-tailed)	
	0.445				0.644					Pears on Correlation	C-P11
	0.377				0.168					Sig. (2-tailed)	
0.321					0.598					Pears on Correlation	C-P12
0.535					0.211					Sig. (2-tailed)	

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$

يتبين من الجدول (3) انه لا توجد علاقة الارتباط ذات دلالة معنوية بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة (بالدقيقة وعلى أساس السرعة) في اثناء التلامس مع الأرض من الخطوة الا هنا وهناك في المتغيرات (C-HDh مع EEmh، C-VD1 مع EEkm1، C-S11 مع EEkm12، C-VD12 مع EEkm1، C-Ph مع EEmh) اذ كانت القيم المعنوية (0.047، 0.042، 0.040، 0.043، 0.038) على التوالي.

EEK m12	EEK m11	EEK m6	EEK m1	EEK mh	EE m1 2	EE m1 1	EE m6	EE m1	EE mh	المتن	
										المعنوية	بروات
										ation	
	0.724								0.435	Sig. (2-tailed)	
					0.039				0.016	Pears on Correlation	C-HD12
					0.511				0.976	Sig. (2-tailed)	
								0.181		Pears on Correlation	C-VDh
								0.731		Sig. (2-tailed)	
								0.71		Pears on Correlation	C-VD1
						0.042			0.114	Sig. (2-tailed)	
						0.597			0.265	Pears on Correlation	C-VD6
						0.211			0.612	Sig. (2-tailed)	
	0.024					0.254				Pears on Correlation	C-VD11
	0.964					0.627				Sig. (2-tailed)	
						0.648				Pears on Correlation	C-VD12
						0.164				Sig. (2-tailed)	
						0.53			0.781	Pears on Correlation	C-Sh
						0.28			0.067	Sig. (2-tailed)	
						0.34			0.114	Pears on Correlation	C-S1
						0.51			0.83	Sig. (2-tailed)	
						0.246			0.203	Pears on Correlation	C-S6
						0.639			0.7	Sig. (2-tailed)	
	0.636					0.825*				Pears on Correlation	C-S11
	0.174					0.043				Sig. (2-tailed)	
0.28						0.6				Pears	C-

إلى تبني طريقة الركض الذاتي، إلى أن تقليل الإزاحة العمودية بين الجسم (م.ك.ج) والقدم عند التلامس الأرضي الأولي وتقليل من قمع الكبح وقوى الدفع أي الإزاحة العمودي (Arendse et al., 2004, 272-277; Fletcher et al., 2008, 365-380)، ونبضات الكبح (فقدان سرعة أقل) التي يولدها العداء (Heiderscheit et al., 2011, 296-302; Lieberman et al., 2015, 3406-3414).

### 3-3 عرض نتائج العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة في أثناء الطيران من الخطوة:

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحراف للمتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) في أثناء الطيران من الخطوة

المتغيرات	س-	±ع
F-Th	0.131	0.010
F-T1	0.128	0.030
F-T6	0.127	0.025
F-T11	0.131	0.022
F-T12	0.141	0.030
F-HDh	0.638	0.084
F-HD1	0.579	0.144
F-HD6	0.573	0.186
F-HD11	0.619	0.219
F-HD12	0.641	0.135
F-VDh	11.407	2.469
F-VD1	11.899	3.072
F-VD6	11.426	4.074
F-VD11	12.702	2.683
F-VD12	13.050	3.569
F-Sh	5.382	0.640
F-S1	4.928	0.722
F-S6	5.029	1.265
F-S11	5.236	1.411
F-S12	5.156	0.954
F-Ph	0.698	0.165
F-P1	0.634	0.213
F-P6	0.648	0.278
F-P11	0.675	0.267
F-P12	0.722	0.194
MEH	160.949	3.907
ME1	162.781	20.735
ME6	159.740	14.498
ME11	161.476	14.991

### 2-3 مناقشة نتائج يبين العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة في أثناء التلامس مع الأرض من الخطوة:

نلاحظ ان هناك علاقة ارتباط طردي بين الإزاحة الأفقية والمسار مع الصرفيات لكل دقيقة (EEm) في نصف الدورة وهذه العلاقة تدل على وجود اقتصاد في الجهد للتلامس ومن ثم تدل على ان قطع مسارات او ازاحات طويلة تساعد على الاقتصاد في حين العلاقة السلبية للازاحات العمودية في أثناء الثني او الدفع فان تأثيرها سلبي نتيجة لعمليات التباطؤ (تعجيل السلبي).

فكما ذكرت الدراسات التي أظهرت التدخلات الحادة على أن زيادة الإزاحة العمودية تؤدي إلى زيادة (VO<sub>2</sub>) (Tseh et al., 2008, 91-95)، وتؤدي عند الركض إلى حالة الإرهاق. حتى ان كانت ضئيلة فتزيد الـ(VO<sub>2</sub>) كثيرا (Fourchet et al., 2014, 199-203; Hayes & Caplan, 2014, 556-562)، مما يعني أن العديد من العوامل الفسيولوجية والبايوميكانيكية تساهم في زيادة (VO<sub>2</sub>) في أثناء الجهد (McKenna & Hargreaves, 2008, 286-287; Levine, 2008, 25-34).

ووجود تحسن في (RE) لانخفاض الإزاحة العمودية عند الركض (Moore et al, 2014, 1-11)، وربما للإزاحة العمودية الصغيرة في أثناء مرحلة الارتكاز (Divert et al., 2008, 512-518). اذ ذكرت (Kyrolainen et al., 2001) ان اعلى تنشيط لعضلة الساق في أثناء مرحلة الدفع للعضلة ذات الرأسين الفخذية في أثناء الكبح والدفع مرتبط مع أعلى (VO<sub>2</sub>)، اذ ان زيادة النشاط العضلي للأطراف السفلية كآلية محتملة لزيادة (VO<sub>2</sub>) ومن ثم يُنظر إليها على أنها سلبي لـ (RE) (Kyrolainen et al., 2001, 1330-1337). وقد تؤدي ازمة التلامس الطويلة مع الأرض إلى تكلفة ايضية عالية لأنها تولد القوة ببطء، مما يعني مراحل كبح طويلة نتيجة لتباطؤ العدائين (Nummela et al., 2007, 655-661) تشير النتائج المستمدة من دراسات التلاعب في تردد الخطوة ودراسات إعادة التدريب الشاملة على المشي التي توجه العدائين

±ع	-س	المتغيرات
16.987	165.281	ME12

الجدول (5) يبين العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة في اثناء الطيران من الخطوة

EEK m12	EEK m11	EEK m6	EEK m1	EEK mh	EEm 12	EEm 11	EEm 6	EEm 1	EEm h	المتغيرات	
										المغوبة	المتن
5					2					(2-tailed)	
				-0.516						Pearson Correlation	F-VDh
				0.294						Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-VD1
				-0.887*					0.681	Sig. (2-tailed)	
									0.136	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-VD6
				0.805					-0.416	Sig. (2-tailed)	
				0.053					0.412	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-VD11
									0.097	Sig. (2-tailed)	
									0.509	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-VD12
									-0.910*	Sig. (2-tailed)	
									0.012	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-Sh
									0.336	Sig. (2-tailed)	
									0.515	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-S1
									-0.204	Sig. (2-tailed)	
									0.698	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-S6
									-0.108	Sig. (2-tailed)	
									0.839	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-S11
									0.534	Sig. (2-tailed)	
									0.275	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-S12
									0.340	Sig. (2-tailed)	
									0.592	Sig. (2-tailed)	
									0.509	Sig. (2-tailed)	

EEK m12	EEK m11	EEK m6	EEK m1	EEK mh	EEm 12	EEm 11	EEm 6	EEm 1	EEm h	المتغيرات	
										المغوبة	المتن
										(2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-Th
										Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-T1
									0.425	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-T6
									-0.269	Sig. (2-tailed)	
									0.606	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-T11
									0.093	Sig. (2-tailed)	
									0.862	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-T12
									-0.314	Sig. (2-tailed)	
									0.544	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HDh
									-0.371	Sig. (2-tailed)	
									0.469	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD1
									0.800	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD6
									0.547	Sig. (2-tailed)	
									0.261	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD1
									0.001	Sig. (2-tailed)	
									0.676	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD6
									-0.447	Sig. (2-tailed)	
									0.374	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD1
									0.314	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD1
									0.544	Sig. (2-tailed)	
										Pearson Correlation	F-HD1
									-0.097	Sig. (2-tailed)	
									0.384	Sig. (2-tailed)	
									0.85	Sig. (2-tailed)	

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$

يتبين من الجدول (5) انه لا توجد علاقة الارتباط ذات دلالة معنوية بين بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة (بالدقيقة وعلى أساس السرعة) في اثناء الطيران من الخطوة عدا في المتغيران (F-VD1 مع EEkm1، F-VD12 مع EEkm12) اذ كانت القيم المعنوية (0.018، 0.012) على التوالي .

### 3-4 مناقشة نتائج العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية لمراحل الركض (5000 متر) مع الصرفيات الطاقة في اثناء الطيران من الخطوة:

نلاحظ من الجدول وجود علاقة بين الازاحة العمودية في الدورة (1، و12) مع الصرفيات الطاقة/كم/ساعة (EEkm) اذ تدل هذه العلاقة الى الإيجابية على ان الازاحة العمودية كلما زادت ساعدت على الاقتصاد في الطيران من الركض في تلك الدورتان (1، 12) وهما الدورتان اللتان كانتا فيهما السرعة عالية مقارنة للصرفيات الطاقة بالمقارنة مع دورات الأخرى فنلاحظ الأوساط الحسابية لصرفيات (EEkm) (80.833، 84.390) على التوالي هي اقل من الدورات الأخرى (6، 11) (90.875، 92.292) جدول (2)، اذ ان الصرفيات قد كانت قليلة في تلك الدورتان والسرعة العالية تدل مع الازاحة العمودية في الطيران على كبر طول الخطوة اذ كلما ارتفع مركز ثقل الجسم عند الطيران دل على كبر طول الخطوة مما يسهم في اقتصاد الركض، اذ ذكرت دراسة (Raffalt et al., 2013, 213) ان (222) توجد زيادة في زمن الطيران مع زيادة طول الخطوة . ان من أسباب التي تساعد على حفظ الطاقة في الركض هي قابلية الجسم (وتر العرقوب) على خزن الطاقة وإطلاقها في اثناء الدفع من اجل الطيران للأمام والاعلى. وبوساطة دورة التقلص والتمدد، يمكن تخزين الطاقة أثناء التقلصات اللامركزية داخل المكون المرن المتسلسل لوحدة وتر- عضل في وتر العرقوب التي يمكن إطلاقها بشكل سلبي في أثناء المرحلة التقلص مركزي (concentric phase) للحركة، مما يقلل من متطلبات الطاقة الصافية للحركة. تشير الدراسات إلى أنه في أثناء

EEm m12	EEm m11	EEm m6	EEm m1	EEm mh	EEm 12	EEm 11	EEm 6	EEm 1	EEm h	المتغيرات	
										المعنوية	المتغير
											tailed)
				-	0.016				0.095		Pearson Correlation
				0.976					0.858		Sig. (2-tailed)
			-	0.407				-	0.330		Pearson Correlation
			0.424						0.523		Sig. (2-tailed)
		-	0.745				-		0.354		Pearson Correlation
		0.089						0.491			Sig. (2-tailed)
	-	0.294					0.070				Pearson Correlation
	0.571						0.896				Sig. (2-tailed)
-	0.741				-		0.243				Pearson Correlation
0.092					0.642						Sig. (2-tailed)
				-	0.699				-		Pearson Correlation
				0.123					0.276		Sig. (2-tailed)
			-	0.299				-	0.185		Pearson Correlation
			0.566						0.726		Sig. (2-tailed)
		-	0.754				-		0.253		Pearson Correlation
		0.083						0.629			Sig. (2-tailed)
	-	0.302					0.193				Pearson Correlation
	0.561						0.715				Sig. (2-tailed)
-	0.622				-		0.200				Pearson Correlation
0.187					0.704						Sig. (2-tailed)

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

في الحوض والمفصل الركبة ودوران الجذع نتيجة غياب عزم مضاد من مرجحة الذراعين.

#### 4-الخاتمة:

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لعينة البحث تمكن الباحثان من التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

1-توجد علاقة ارتباط بين اقتصاد الركض والمتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية عند السرعات العالية ممل قلل من صرفيات الطاقة وذوي كفاءة عالية.

2-القوة المولدة من العضلات لا توازي الطاقة الناتجة من العمليات الأيضية وهذا ضياع لمزيد من الطاقة على شكل حرارة مما يسبب ارتفاع درجة حرارة المركز ومن ثم يؤثر على الاتزان الداخلي نتيجة لإعادة توزيع الدم للتشيت.

3-هناك انخفاض في سرعة عدائي المسافات لمنتخب محافظة نينوى لضعف أداء والقدرة الهوائية واللاهوائية مما نتج عنها أسباب السابقة انفة الذكر.

من خلال ما تم التوصل إليه من استنتاجات يمكننا الخروج بالتوصيات الآتية:

1-إجراء دراسة على نفس المتغيرات في الجو البارد او على السير المتحرك.

2-إجراء دراسات بمتغيرات بايوميكانيكية أخرى (معدل الحمل العمودي، القوى العمودية، زوايا المفاصل وثباتها).

#### المصادر:

[1] الحبيب، محمود عمار سالم (2013): دراسة مقارنة تحليلية ميكانيكية ثلاثية الأبعاد لخطوة الركض السريع بين الرجل المسيطرة وغير المسيطرة، جامعة الموصل، كلية التربية الأساسية، رسالة ماجستير غير منشورة.

[2] Ahn AN, Brayton C, Bhatia T, Martin P. Muscle activity and kinematics of forefoot and rearfoot strike runners. J Sport Health Sci. 2014; 3 (2): 102-112.

[3] Andrew, James. Shaw., (2016): The Reliability, Validity and Trainability of Running Economy in Trained Distance Runners, A Doctoral Thesis, Loughborough University, p1-135.

[4] Arendse, RE., Noakes, TD., & Azevedo, LB., (2004): Reduced eccentric loading of the knee with the pose running method. Med Sci Sports Exerc. 2004;36:p272-277.

الركض بسرعة معتدلة، يمكن للأوتار الموجودة في قوس القدم ووتر العرقوب تخزين طاقة كامنة (17% و35%) على التوالي من الطاقة الكنتيكية والكامنة المكتسبة والمفقودة في خطوة؛ (مقدرة من استجابات نموذج القدم المبتور) (Andrew, ) (2016)؛ إذ إن الخصائص الهيكلية المتغيرة باللفافة (aponeuroses) والأوتار حول الكاحل والركبة والورك التي تعزز التخزين والاطلاق الطاقة الكامنة أثناء الركض من شأنها أن تعزز اقتصاد الركض (RE) (Lussiana et al., 2013, ) (e246-253; Padulo et al., 2013, e69006). من هذا المنطلق يمكن القول ان الفرد في حالة تقليل الازاحة العمودية في مرحلة الارتكاز وخرن الطاقة ومن ثم اطلاقها في مرحلة الدفع بشكل سلبي يساعد على الاقتصاد، وفي دراسة (الحبيب، 2013) عند المقارنة بين الساق المسيطرة وغير المسيطرة لدى عدائي المسافات القصيرة، فعلى الرغم من وجود فروق معنوية بين الساقين في طول الخطوة اذ كانت الازاحة العمودية معنوية في اثناء مرحلة دفع الساق المسيطرة وكان زمن طيرانها ومسافتها العمودية أطول من الأخرى وهذه ساعدت على حفظ للطاقة والاكتساب السرعة في السباق مقارنة للإزاحة العمودية في مرحلة التني او الدفع في اثناء التلامس مع الارض. هذه العملية عكس ما تم ملاحظتها في مرحلة التلامس مع الأرض اذ وجدت علاقة الارتباط طردية بين الازاحة العمودية مع الصرفيات/كم/ساعة (EEkm) وهذه تدل على أثر السلبي للتذبذب العمودي (الازاحة العمودية) في اثناء التلامس سواء في التني او الدفع جدول (3) في دورة (1، 12) من مرحلة التلامس. تشير النتائج المستمدة من هذه الدراسة ان هناك علاقة ارتباط بين اقتصاد الركض والمتغيرات الفسيولوجية والبايوميكانيكية وكلما زادت سرعة الركض كانت افضل اقتصادا في الجهد وقلة في صرفيات الطاقة كما لاحظنا من العلاقات في الدورة (1، 12) الا ان الانخفاض الحاد في الكفاءة الميكانيكية تدل على ضعف استغلال الطاقة المحررة من العضلات العاملة كشغل منجز في الحركة الميكانيكية. وهذا يعني ان الجسم لم يكون في حالة ثبات أي اتزان الداخلي وقد يكون فسيولوجي بسبب ارتفاع درجة حرارة المركزية مما سبب إعادة توزيع الدم لتشتيت الحرارة او خارجي نتيجة لعدم ثبات الجسم بحركات زائدة



- and somatosensory feedback influence running economy and injury risk? *Footwear Sci.* 2014;6:p1–11.
- [19] Nummela A, Keränen T, Mikkelsen LO. Factors related to top running speed and economy. *Int J Sports Med.* 2007; 28 (8): 655–661.
- [20] Nummela, AT., Keranen, T., Mikkelsen, LO., (2007): Factors related to top running speed and economy. *Int J Sports Med.* 2007;28: p655–661.
- [21] Padulo, J., Powell, D., Milia, R., (2013): A paradigm of uphill running. *PLoS One.* 2013;8:e69006.
- [22] Raffalt, Peter C., Hovgaard-Hansen, Line., Jensen, Bente Rona., (2013): Running on a lower-body positive pressure treadmill:  $VO_2$ max, respiratory response, and vertical ground reaction force, *Res Q Exerc Sport.* 2013 Jun; 84 (2) :213–22. DOI: [10.1080/02701367.2013.784721](https://doi.org/10.1080/02701367.2013.784721).
- [23] Santos-Concerto J, Tam N, Granados C, et al. Stride angle as a novel indicator of running economy in well-trained runners. *J Strength Cond Res.* 2014; 28 (7): 1889–1895.
- [24] Saunders PU, Pyne DB, Telford RD, Hawley JA. Factors affecting running economy in trained distance runners. *Sports Med.* 2004; 34 (7): 465–485.
- [25] Tartaruga MP, Brisswalter J, Peyre-Tartaruga LA, et al. The relationship between running economy and biomechanical variables in distance runners. *Res Q Exerc Sport.* 2012; 83 (3): 367–375.
- [26] Tseh, W., Caputo, JL., Morgan, DW., (2008): Influence of gait manipulation on running economy in female distance runners. *J Sports Sci Med.* 2008;7:91–95.
- [27] Williams KR, Cavanagh PR, Ziff JL. Biomechanical studies of elite female distance runners. *Int J Sports Med.* 1987; 8: S107–S118.
- [28] Williams KR, Cavanagh PR. Relationship between distance running mechanics, running economy, and performance. *J Appl Physiol.* 1987; 63 (3): 1236–1245.
- [5] Di Michele R, Merin F. The concurrent effects of strike pattern and ground-contact time on running economy. *J Sci Med Sport.* 2014; 17(4): 414–418.
- [6] Divert, C., Morneau, G., Freychat, P., Baly, L., Mayer, F., Belli, A., (2008): Barefoot-shod running differences: Shoe or mass effect? *Int J Sports Med* 29, 2008: p512–518.
- [7] Fletcher G, Bartlett R, Romanov N., (2008): Pose\_ method technique improves running performance without economy changes. *Int J Sports Sci Coach.* 2008;3: p365–380.
- [8] Fourchet F, Girard O, Kelly L., (2014): Changes in leg spring behaviour, plantar loading and foot mobility magnitude induced by an exhaustive treadmill run in adolescent middle-distance runners. *J Sci Med Sport.* 2014;18: p199–203.
- [9] Hayes, PR., Caplan, N., (2014): Leg stiffness decreases during a run to exhaustion at the speed at  $VO_2$ max. *Eur J Sport Sci.* 2014;14:556–562.
- [10] Heiderscheidt, BC., Chumanov, ES., Michalski, MP., (2011): Effects of step rate manipulation on joint mechanics during running. *Med Sci Sports Exerc.* 2011;43: p296–302
- [11] Heise GD, Martin PE. Are variations in running economy in humans associated with ground reaction force characteristics? *Eur J Appl Physiol.* 2001; 84(5): 438–442.
- [12] Kyrolainen, H., Belli, A., Komi, PV., (2001): Biomechanical factors affecting running economy. *Med Sci Sports Exerc.* 2001;33: p1330–1337.
- [13] Levine, BD., (2008): what do we know, and what do we still need to know? *J Physiol.* 2008;586: p25–34.
- [14] Lieberman, DE., Warrener, AG., Wang, J., (2015): Effects of stride frequency and foot position at landing on braking force, hip torque, impact peak force and the metabolic cost of running in humans. *J Exp Biol.* 2015;218: p3406–3414.
- [15] Lussiana, T., Fabre, N., Hebert-Losier, K., (2013): Effect of slope and footwear on running economy and kinematics. *Scand J Med Sci Sports.* 2013;23: p246–253.
- [16] McKenna, MJ., Hargreaves, M., (2008): Resolving fatigue mechanisms determining exercise performance: integrative physiology at its finest! *J Appl Physiol.* 2008;104: p286–287.
- [17] Modica JR, Kram R. Metabolic energy and muscular activity required for leg swing in running. *J Appl Physiol.* 2005; 98(6): 2126–2131.
- [18] Moore, IS., Jones, AM., Dixon, SJ., (2014): The pursuit of improved running performance: can changes in cushioning





ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## دراسة فاعلية الأداء الإداري للاتحادات المركزية بألعاب المضرب من وجهة نظر أعضاء الاتحادات

### الفرعية في العراق

نبيل عباس اتويه<sup>1</sup> ا.د صلاح وهاب شاكر<sup>2</sup>

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/الجامعة المستنصرية<sup>1</sup>

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> nwtaen63@yahoo.com,<sup>2</sup> salahalkindi62@gmail.com)

**المستخلص:** هدف البحث إلى تفصيلات فاعلية الأداء الإداري للاتحادات المركزية بألعاب المضرب من وجهة نظر أعضاء الاتحادات الفرعية في العراق، وأُعيد المنهج الوصفي بأسلوب المسح على (60) فرد يمثلون ما نسبته (46.512%) من مجتمعهم المتمثل بأعضاء الاتحادات الفرعية بألعاب المضرب لكل من ألعاب (التنس، والريشة الطائرة، وتيس الطاولة، والإسكواش) المُستمرين في تشكيلاتهم الإدارية في الموسم الرياضي 2022/2021 البالغ عددهم (129) فرد، كما أُختير منهم للعيننة الاستطلاعية (6) أفراد يمثلون ما نسبته (4.651%) منهم، وبعد تحديد أداة القياس وتوصيفها وتطبيقها عليهم جمعت البيانات وتمت معالجة النتائج بنظام (SPSS) كانت الاستخلاصان والتطبيقات بأنه لدى اتحادات ألعاب المضرب مستوى مقبولاً من فاعلية الأداء الإداري من وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق، وحققت وجهة نظر الاتحادات الفرعية ألعاب المضرب في العراق مستوى متقدماً من الرضا الإداري والفني التي ترفع من مستوى فاعلية الأداء الإداري لدى الاتحادات المركزية، ويحتاج رفع مستوى فاعلية الأداء الإداري لدى الاتحادات المركزية ألعاب المضرب إلى الاهتمام بالفاعلية الإدارية من وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق، ولابد اعتماد نتائج الدراسات الأكاديمية التخصصية بالإدارة الرياضية، ودعم جهود الباحثين الأكاديميين في التشكيلات الإدارية لاتحادات ألعاب المضرب لما لها من دور في رفع مستويات فاعلية الأداء الإداري لمستويات مستحسنة أعلى.

**الكلمات المفتاحية:** فاعلية الأداء الإداري، اتحادات مركزية، ألعاب مضرب.

**1- المقدمة:**

بالأساس الى مستوى التراجع في فاعلية الاداء لإدارات هذه الاتحادات، كونها احد اهم المهارات الادارية في تحديد السياسات والبرامج و خلق البيئة التنظيمية المناسبة ودراسة التحديات وإمكانية استثمار الفرص المتاحة لضمان تحقيق الأهداف بتجدد وإبداع.

ليهدف بذلك البحث إلى: التعرف على تفصيلات فاعلية الأداء الإداري للاتحادات المركزية بألعاب المضرب من وجهة نظر أعضاء الاتحادات الفرعية في العراق.

**منهج البحث:** أُعتمدَ منهج البحث الوصفي الذي يُعرف بأنه "بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها بالأرقام من خلال جمع البيانات والمعلومات وتحليلها وتفسيرها بطريقة علمية دقيقة" (عدنان وعبدالله: 2020، 272)

مجتمع البحث وعينته: يشمل بأعضاء الاتحادات الفرعية بألعاب المضرب لكل من ألعاب (التنس، والريشة الطائرة، وتنس الطاولة، والإسكواش) المُستمرين في تشكيلاتهم الإدارية في الموسم الرياضي 2022/2021 البالغ عددهم (129) فرد، اختير منهم عشوائياً للعيننة الاستطلاعية (6) أفراد يمثلون ما نسبته (4.651%) من مجتمعهم الأصل، ولعيننة التطبيق اختير عشوائياً (60) فرد يمثلون ما نسبته (46.512%) من المجتمع الأصل، وهم يحققون أغراض البحث وإجراءاته المختلفة.

أدوات القياس والإجراءات: تبنى الباحثان مقياس نبيل عباس حمادي (نبيل، 2022) الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب، الذي يضم مجالات سبعة موزع عليها (49) فقرة، بدرجة كلية تتراوح (49-245)، وبوسطٍ فرضي (147) كما موضح في ملحق (1) وهذا المقياس خاص بالعيننة المستهدفة للقياس نفسها واجريت له معاملات إحصائية عدة، ولم يمض على بناءه مدة طويلة، عمد الباحثان إلى مسح آراء وميول واتجاهات وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق عن فاعلية الأداء الإداري للاتحادات المركزية بألعاب المضرب بواسطته، وهم الممثلين لعيننة التطبيق المحددة مُسبقاً ب(60) فرد، بإجراء الدراسة المسحية الرئيسة عليهم باستمارات ورقية لإدلة القياس وقياس مباشر لهم وبطريقة جمعية وفردية، إذ أستمّر هذا المسح في العاصمة بغداد للمدة الزمنية الممتدة من يوم 2022/4/12

**مشكلة البحث:** " أن الإدارة الرياضية من اهم العناصر في تحقيق النجاحات والفوز بالبطولات في مجال الرياضة والعلم اكتب فيها من اختلاف في وجهات نظر الكتاب جاء ليفسر مدى حاجة اي مؤسسة رياضية الى ادارة رياضة ممتاز الفكر الاداري الجيد والتخطيط المستقبل للفريق وتباين نظرية الادارة الرياضية في هذا المجال ظهور مدارس الفكر الاداري الرياضي". (أحمد، 2019: 22) وتُعد إدارة المؤسسة مفتاحاً لفاعليتها، فالإدارة العليا بحكم مستواها التنظيمي يتوقع منها تقديم معدلات من الترابط التنسيقي بين العاملين معها لرفع وتحسين العملية الإدارية وتطوير الأداء العام وتحقيق الأهداف المرسومة وأهمها ما تحققه من مكانة تتميز بها عن مثيلاتها من الهيئات الأخرى، إذ إنّ الفاعلية هي درجة بلوغ الهدف من الأطراف المؤثرة والمتأثرة بالمنظمة بموارد متاحة وأحياناً أخرى تكون محدودة وفق النظم الإدارية الصحيحة للعمل في الهيئات الرياضية كافة، ومن ضمن تلك الهيئات الرياضية اتحادات ألعاب المضرب، كما إن الاتحادات الرياضية الوطنية تؤدي دوراً مهماً وكبيراً في تطوير الفعاليات الرياضية وعلى المستويات كافة، فهي المسؤولة عن الالعب الرياضية وكيفية تطويرها ابتداء من قواعدها في (المدارس، الأندية الرياضية، والمراكز التخصصية)، وما لهذه المسؤولية من حاجة ملحة لمستلزمات النجاح في جوانب متنوعة ومُدخلات أساسية للفعالية الرياضية المسؤولة عنها تتمثل بالجهود الإدارية والفنية والخطط الاستراتيجية التي تُعدها، فضلاً عن تأمين الموارد البشرية و المادية المؤهلة و المناسبة حتى تضمن مخرجات أداء مُناسف وإنجاز مُتميز في المفاصل الإدارية و التنظيمية ضمن تشكيلاتها كافة وصولاً لمستويات منتخباتها الوطنية وحضورها المُشرف محلياً وأقليمياً وقارياً ودولياً، من خلال اطلاع الباحثان على الدراسات والبحوث الادارية والتربوية والنفسية ونتائجها، فضلاً عن متابعة التاريخ الرياضي والنتائج المُتحققة لاتحادات العاب المضرب (تنس الطاولة، الريشة الطائرة، التنس الأرضي، والإسكواش)، لاحظا إن مستوى الاداء لهذه الاتحادات لا يتسم بالفاعلية المرجوة منهما مقارنة مع تاريخها و إنجازاتها السابقة، الذي قد يعود

مجال من مجالات المقياس بالمقارنة مع الوسط الفرضي لكل منها، وكما مبين في الجدول (2):

جدول (2) يبين نتائج مجالات مقياس فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب بالمقارنة مع الوسط الفرضي لكل مجال وحدة القياس (الدرجة) ن= 60 درجة الحرية (59) مستوى الدلالة (0.05) دال إذ كانت (Sig) > (0.05)

تبين نتائج الجدول (2) أنه بمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي لكل مجال يتبين أن أعضاء الاتحادات الفرعية تعدوا في درجات وجهة نظرهم الوسط الفرضي للمجالات الخاصة بمقياس فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب والتي تؤكد هذه النتائج بتوافر الظاهرة لديهم وبمستويات متفاوتة بين مجالاتها، إذ كانت الفروق الإحصائية دالة جميعها، على

اسم المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين الوسطين	(ت)	(Sig)	الدالة
فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب	49	245	147	170.72	53.576	23.717	3.429	0.001	دال

وفق دلالة قيم (t-test) لعينة واحدة بين الوسطين الحسابي والفرضي لكل مجال، كما جاءت نتائج إجابات العينة لمجال الرضا الإداري والفني في المرتبة الأولى عن باقي المجالات السبعة، وجاءت نتائج إجابات العينة لمجال الفاعلية الإدارية في المرتبة الأخيرة منها، ويعزو الباحثان ظهور هذه النتائج إلى انجذاب أعضاء وجهات نظر أعضاء الاتحادات الفرعية حول توافر فاعلية الأداء الإداري بهذا المستوى إلى تقدير وتثمين الاتحاد المركزي الأداء الإداري الذي يقدمه العاملون في الاتحادات الفرعية، وإلى طبيعة علاقات الاحترام والتقدير بين العاملين في بيئة العمل ضمن تشكيلات الاتحاد كافة، ومشاركتهم في صنع القرار، وملائمة طبيعة الأعمال المناطة بالعاملين إلى قدراتهم وتحملهم، مما يشعرون بتحقيق الاتحاد المركزي لهم المكانة الاجتماعية اللائقة لتحقيق الذات، ويضمن العمل مع الاتحاد المركزي للعاملين حياة كريمة في المستقبل، كما يدعم الاتحاد المركزي الاتحادات الفرعية مشاركتهم في المؤتمرات والدورات والمعسكرات الداخلية والخارجية، كما إن الاتحادات المركزية بألعاب المضرب الأربعة بحاجة إلى رفع مستوى الالتزام بمحددات خدمة المصلحة العامة

الترتيب	الدالة	(Sig)	(ت)	متوسط الفرق بين الوسطين	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الدرجة الكلية للمجال	عدد الفقرات	أسماء مجالات المقياس
الخامس	دال	0.011	2.62	2.533	7.491	26.53	24	40	8	الفاعلية الإدارية
الرابع	دال	0.000	4.213	4.15	7.631	25.15	21	35	7	الكفاءة المالية والانتظام
الثالث	دال	0.002	3.32	3.467	8.087	24.47	21	35	7	الانتماء والولاء الوظيفي
الثاني	دال	0.005	2.917	2.467	6.55	20.47	18	30	6	العلاقات الإحصائية
الأول	دال	0.000	3.832	4.033	8.153	25.03	21	35	7	الدمج والتشجيع الأداء
السادس	دال	0.020	2.401	2.617	8.441	23.62	21	35	7	العلاقات العامة والإعلام
السابع	دال	0.000	4.247	4.45	8.117	25.45	21	35	7	الرضا الإداري والفني

ولغاية يوم 2022/5/7، والتي كانت في مقر هذه التشكيلات الإدارية في مختلف محافظات العراق والعاصمة بغداد، وبعد انتهاء كل فرد مستجيب من إجابته؛ تم سحب استمارات المقياس الورقيتين منه وتم تبويب البيانات في استمارات خاصة تمهيداً لمعالجتها إحصائياً، تتحقق الباحثان من معالجة نتائجهما باستعمال نظام الحقيبة الإحصائية الاجتماعية (SPSS) الإصدار (V28) لمعالجة البيانات لكل من قيم النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (t-test) لعينة واحدة.

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

جدول (1) يبين المعالم الإحصائية لمقياس فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب بالمقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس وحدة القياس (الدرجة) ن= 60 درجة الحرية (59) مستوى الدلالة (0.05) دال إذ كانت (Sig) > (0.05)

تبين نتائج الجدول (1) بأن الوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي لمقياس فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب حسب آراء أعضاء الاتحادات الفرعية، وأن هذا الفرق الإحصائي بين هذين الوسطين دال حسب دلالة قيمة (t-test) لعينة واحدة، لمعرفة ظهور نتائج الدرجة الكلية لهذا المقياس بهذا المستوى ولغرض أعزاء أسباب ظهور نتيجته الكلية، يعرض الباحث مستوى استجابات عينة التطبيق تفصيلاً لكل

وفي الوقت نفسه يكون غير راضي عن واحد أو أكثر من مكونات معينة من عمله، وربما يدرك الشخص أن عمله الفعلي الذي يؤديه قد يكون مجدداً وممتعاً، ولكنه يهتم قليلاً بزملائه الذين يعمل معهم، وقد يكون الموظف راضياً جداً عن فرص الترقية داخل التشكيل الإداري، ولكنه يتلقى أجراً أقل بكثير مما يعتقد أنه مناسب لعمله وقدراته" (Patterson, 2014: 167) ويرى بعض المختصين أن إشباع حاجات العاملين هو أحد المحددات الخاصة بالرضا، وآخرون يعطون الأهمية لبعض الجوانب الاجتماعية مثل روابط وأواصر الصداقة التي تربط العاملين وبعضهم البعض، ومنهم من يرجع مستوى الرضا إلى موقف المرؤوسين من رؤسائهم ونمط الأشراف الذي يخضعون له، وهناك من يعطي الاعتبارات الخاصة بالشخصية ومدى تكاملها في محيط العمل فضل تحقيق هذا الرضا (راوية حسن: 2004، 4).

#### 4-الخاتمة:

- 1- لدى اتحادات ألعاب المضرب مستوى مقبولاً من فاعلية الأداء الإداري من وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق.
- 2- حققت وجهة نظر الاتحادات الفرعية ألعاب المضرب في العراق مستوى متقدماً من الرضا الإداري والفني التي ترفع من مستوى فاعلية الأداء الإداري لدى الاتحادات المركزية.
- 3- يحتاج رفع مستوى فاعلية الأداء الإداري لدى الاتحادات المركزية ألعاب المضرب إلى الاهتمام بالفاعلية الإدارية من وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق.
- 4- لا بد اعتماد نتائج الدراسات الأكاديمية التخصصية بالإدارة الرياضية، ودعم جهود الباحثين الأكاديميين في التشكيلات الإدارية لاتحادات ألعاب المضرب لما لها من دور في رفع مستويات فاعلية الأداء الإداري لمستويات مستحسنة أعلى.

#### المصادر:

- [1] احمد قباقي؛ مدخل إلى الادبة الرياضية، ط1، 2019.
- [2] أسعد لعنزي، ويعرب السعيد؛ فاعلية المنظمة في فلسفة ابرز منظري الفكر الإداري: جامعة بغداد، مجلة كلية الإدارة والاقتصاد، مجلد (15)، العدد (53)، 2009.
- [3] راوية حسن؛ السلوك التنظيمي المعاصر: الاسكندرية، الدار الجامعية، 2004.
- [4] عدنان يوسف العتوم وعبدالله فلاح المنيزل؛ مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية، ط(3): الأردن، دار إثراء للنشر والتوزيع، 2020.

فقط عن أداء واجباته، وبحاجة إلى توطيد علاقات يسودها الحب والاحترام بين العاملين، و رفع الروح المعنوية للعاملين لضمان أداء مُثمر، فضلاً عن تأكيد مبدأ المعاملة العادلة بين العاملين جميعهم لتنمية عامل الثقة المتبادلة بينهم، ونشر قيم المحبة بتعاون ونكران للذات، مما أدت وجهات النظر هذه باختلافها وتباينها بين أعضاء الاتحادات الفرعية إلى ظهور فاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب بهذا المستوى. إذ " أن فاعلية إنجاز الأفراد لما يُناط إليهم من مهمات تعتمد على تنسيقات الاداء الاداري للتشكيل الاداري، باعتماد زيادة التفاعل وتوزيع المهام بعدالة، وتنظيم إطلاع العاملين على واجباتهم وواجبات أقرانهم بشكل دوري واضح يسوده أجواء العدالة، وبذلك تثير لديهم عوامل تحقيق النجاح في التشكيل الإداري المنسوبين إليه" (Armstrong, 2012: 143). كما أنه "تحصل على فاعلية الجماعة من خلال فاعلية عمل الفرد ضمن مجموعة، إذ أن فاعلية الجماعة لا يمكن ان تساوي مجموع فاعليات المشاركين فيها، بل هي اكبر من ذلك نتيجة التفاعلات المستمرة التي تحصل بين الافراد" (أسعد ويعرب: 2009، 117) فضلاً عن ذلك فإن " زيادة مستوى فاعلية الاداء الاداري للتشكيل الإداري يعد مؤشراً عن حسن نجاح إدارتها، وضمان لتحقيق رؤيتها ورسالتها، كما أنه يعد مؤشراً عن سلامة خططها، وتحقيق أهدافها على يسر" (Armstrong:2014، ) (167)، كما " أن نجاح التشكيل الإداري يعتمد على فاعلية إدارتها في اتخاذ القرارات، وما يميز الإدارة الكفوة عن غيرها هو قدرتها على التصرف بنجاح حيال المشكلات المطروحة أمامها، فبسبب التغييرات البيئية المتسارعة أصبحت هذه المشكلات والتحديات التي تواجهها الإدارة أكثر تعقيداً مما يتطلب كفاية أكثر في اتخاذ القرارات الصائبة والسريعة" (غسان وقاسم: 2009، 87) كذلك " يعد الافراد هم الحلقة الاله في تحسين وتطوير الاداء ويتطورون مع تطور التشكيل الإداري، وقد بدأت التشكيلات الإدارية تركز على مجموعة من الافراد ممن يمتلكون المهارات المتكاملة وتسعى للحفاظ عليهم ويدعى هؤلاء بالقدرات الجوهرية ممن يساهمون في وصول التشكيل الإداري الى مستويات عالية من الاداء" (يوسف وآخرون: 2004، 4). إذ " الممكن أن يكون الموظف راضياً عن وظيفته بالمعنى الشامل،

- [8] Armstrong, Michael; **Performance Management: Key strategies and Practical Guidelines**, 3<sup>th</sup>, Ed: Kogan Page Limited, U.S.A.2012.
- [9] Armstrong, Michael ; **A Hand Book of Management Techniques**, 3<sup>th</sup>, Ed: Kogan Page Limited, U.S.A.2014.
- [10] Patterson, Colema; **Business Briefs: Business Theory Made Simple**. Coleman Patterson & Ventus Publishing APS, 2010

- [5] غسان فيصل عبد وقاسم احمد حنظل؛ أثر عناصر المعلومات الإدارية في فاعلية اتخاذ القرارات الإدارية: مجلة تكريت للعلوم الإدارية والاقتصادية، جامعة تكريت المجلد (5) العدد (13)، 2009.
- [6] نبيل عباس حمادي؛ دراسة لفاعلية الأداء الإداري لدى اتحادات ألعاب المضرب وعلاقته بالميزة التنافسية من وجهة نظر الاتحادات الفرعية في العراق: رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، الجامعة المستنصرية، 2022.
- [7] يوسف حبيب الطائي وآخرون؛ **نظم إدارة الجودة في المنظمات الإنتاجية والخدمية**: عمان، دار اليازوري للنشر والتوزيع، 2004.

## الملاحق

### الملحق (1) مقياس فاعلية الأداء الإداري لاتحادات ألعاب المضرب

ت	أولاً: مجال الفاعلية الإدارية:	أتفق تماماً	أتفق	أنفق نوعاً ما	لا أتفق	لا تماماً
1	يرسم الاتحاد أهدافه في الموسم الرياضي بوضوح؟.					
2	يحدد الاتحاد التوقيتات الزمنية اللازمة لتحقيق الأهداف المرسومة؟.					
3	يتابع الاتحاد تذليل عقبات معوقات الأداء الإداري؟.					
4	ينجز الاتحاد الأهداف المرسومة بموارد محدودة؟.					
5	يؤمن الاتحاد الاتصال الفاعل مع العاملين كافة؟.					
6	يوضح الاتحاد المهام والواجبات المطلوب تحقيقها من لدن العاملين؟.					
7	يستمتع الاتحاد لأراء العاملين التي تزيد من فاعلية الاداء الإداري؟.					
8	يتخذ الاتحاد القرارات التي تُيسر تنفيذ تحقيق الأهداف المرسومة؟.					
ت	ثانياً: مجال الكفاءة المالية والاستثمار	أتفق تماماً	أتفق	أنفق نوعاً ما	لا أتفق	لا تماماً
1	يعتمد الاتحاد سياسة التخطيط الاستراتيجي المالي المدروس لتسيير الأعمال بتجنب الضائقة المالية؟.					
2	يلتزم الاتحاد بقوانين حماية الأموال والاستثمار في مختلف المجالات؟.					
3	يُنسق الاتحاد مع الممولين لضمان توافر السيولة النقدية؟.					
4	يتبع الاتحاد سياسة الشفافية المالية بخطط واضحة للعاملين جميعهم؟.					
5	يتوافر لدى الاتحاد خبراء متخصصين بالإدارة المالية؟.					
6	ينوع الاتحاد بمجالات الاستثمارات لتضخيم موارده المالية؟.					
7	يضع الاتحاد في الاعتبار خطط التأمين مع شركات التأمين المتخصصة وإبرام العقود معها ليتمكن من مواجهة المخاطر الطارئة؟.					
ت	ثالثاً: مجال الانتماء والولاء الوظيفي:	أتفق تماماً	أتفق	أنفق نوعاً ما	لا أتفق	لا تماماً
1	يعتمد الاتحاد مبادئ القيم المجتمعية النبيلة في تعاملاته؟.					
2	يُركز الاتحاد في إنجاز واجباته على احترام إدارة الوقت وتجنب هدره؟.					
3	يمنح الاتحاد المكافآت والحوافز التشجيعية لإتجاز الأداء المُبدع بتميز لمختلف العاملين؟.					
4	يُثقف الاتحاد على تعزيز الانتماء المؤسسي وديمومته؟.					
5	يُثقف الاتحاد على مبدأ النجاح يشمل الجميل؟.					
6	تتق إدارة الاتحاد بقدرة وكفاءة العاملين؟.					
7	يدعم الاتحاد تطوير إمكانات العاملين المخلصين بواجباتهم؟.					
ت	رابعاً: مجال العلاقات الاجتماعية والإنسانية:	أتفق تماماً	أتفق	أنفق نوعاً ما	لا أتفق	لا تماماً
1	يدعم الاتحاد توطيد علاقات بين العاملين يسودها الحب والاحترام؟.					
2	يُعزز الاتحاد من رفع الروح المعنوية للعاملين لضمان أداء مُثمر؟.					
3	يؤكد الاتحاد على مبدأ المعاملة العادلة بين العاملين جميعهم؟.					
4	يُثقف الاتحاد على تنمية الثقة المتبادلة بين العاملين ومسؤوليهم كافة؟.					
5	يبنى الاتحاد ثقافة كون العاملين هو قيمة عليا وأساسية في تشكيلات الاتحاد كافة؟.					

ت	خامساً: مجال الدعم وتشجيع الأداء:	أتفق تماماً	أتفق	نوعاً ما	لا أتفق	لا أتفق تماماً
6	يهتم الاتحاد بالتواصل الاجتماعي بين الأفراد ونشر قيم المحبة بتعاون ونكران للذات ؟.					
1	يؤدي الاتحاد واجباته بمحددات خدمة المصلحة العامة فقط؟.					
2	يضمن الاتحاد حقوق العاملين ومكتسباتهم؟.					
3	يكافئ الاتحاد العاملين المتميزين في أداء المهام الإدارية ؟.					
4	يضع الاتحاد لوائح داخلية تحدد تميز وابداع والعاملين؟.					
5	يتابع الاتحاد السلوكيات غير السوية وغير الأخلاقية، بحساسية مرتكبيها؟.					
6	يُنمي الاتحاد الصفات الفاضلة والسلوكيات المعتمدة للأخلاق الحميدة؟.					
7	يسمّع الاتحاد للشكاوي والانتقادات التي يقدمها العاملون؟.					
ت	سادساً: مجال العلاقات العامة والإعلام:	أتفق تماماً	أتفق	نوعاً ما	لا أتفق	لا أتفق تماماً
1	يتوافر متخصصين بالعلاقات العامة والإعلام في الاتحاد؟.					
2	تغطي وسائل الإعلام المختلفة نشاطات الاتحاد المختلفة؟.					
3	تقوم العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد بدراسة وتحليل الرأي العام لتصحيح الأفكار والأبناء غير الدقيقة عنه؟.					
4	تعتمد العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد معلومات البيانات الموثقة؟.					
5	تعمل العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد على نشر الوعي الأولمبي الرياضي لدى الجمهور؟.					
6	تعقد العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد المؤتمرات الصحفية لإيصال المعلومات الصحيحة لجمهورها الداخلي والخارجي؟.					
7	تتابع العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد الاجتماعات نشاطات الاتحادات الفرعية بشكل دوري؟.					
ت	سابعاً: مجال الرضا الإداري والفني:	أتفق تماماً	أتفق	نوعاً ما	لا أتفق	لا أتفق تماماً
1	يقدر الاتحاد المركزي الأداء الإداري الذي يقدمه العاملون في الاتحادات الفرعية؟.					
2	تسود علاقات الاحترام و التقدير بين العاملين في بيئة العمل ضمن تشكيلات الاتحاد كافة ؟.					
3	يُنَبِّح الاتحاد المركزي الفرصة للعاملين ضمن تشكيلات الاتحاد كافة المشاركة في صنع القرار؟.					
4	تتناسب الأعمال التي تكلف بها مع بتوازن قدراتنا وتحملنا ؟.					
5	يحقق العمل مع الاتحاد المركزي لنا المكانة الاجتماعية اللائقة لتحقيق الذات ؟.					
7	يدعم الاتحاد المركزي الاتحادات الفرعية مشاركتهم في المؤتمرات والدورات والمعسكرات الداخلية والخارجية ؟.					
8	يضمن عملي مع الاتحاد المركزي لي حياة كريمة في المستقبل ؟.					

## اثر استخدام تمرينات تصحيحية على وفق التحليل الكيفي لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران لأحد أبطال القطر لسنة 2022

محمد جاسم محمد<sup>1</sup> أ.د. ثائر غانم حمدون ملا علو<sup>2</sup>

جامعة الموصل/ كلية التربية الأساسية<sup>1</sup>

جامعة الموصل/ كلية التربية الأساسية<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> Mohammedjay929@gmail.com)

**المستخلص:** يهدف البحث الحالي الى الكشف عن:

1- التعرف على قيم المتغيرات البايوكيميائية قيد البحث لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران .  
2- التعرف على مجموعة من اخطاء الاداء لدى عينة البحث عن طريق التحليل الكيفي لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران ووضع التمارين التصحيحية لها.  
مشكلة البحث

يعتقد الباحثان ان طريقة الدوران قد تشكل نقطة التقدم في تحقيق المزيد من الارقام لهذه الفعالية فضلا عن عدم تناول البحوث والدراسات السابقة حقيقة المتغيرات البايوكيميائية التي تصاحب هذا الاداء الفني.  
فرضيتا البحث:

1- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات (القبلي، الوسطي، البعدي) في عدد من المتغيرات البايوميكانيكية لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران.  
2- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات (القبلي، الوسطي، البعدي) في انجاز لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران.

أستخدم الباحثان المنهاج التجريبي وقد تكونت عينة البحث من احد ابطال العراق في فعالية دفع النقل لعام (2022) وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية إذ تم تطبيق ثلاث اختبارات (قبلي، وسطي، بعدي) على عينة البحث واستكشاف أخطاء الاختبارين (القبلي، البعدي) و بعد عرضها على السادة الخبراء حيث قام الخبراء بإعطاء تمارين تصحيحية لعينة البحث بواقع (10) تمرين لمدة (14) أسبوع  
أستنتج الباحثان:

1- أثرت التمارين التصحيحية تأثيرا واضحا في الاختبار البعدي مقارنة بالقياسيين الوسطي والقبلي في عدد من المتغيرات البايوميكانيكية في الحركة كاملة .  
2- ان التمارين التصحيحية المستخدمة من قبل عينة البحث أثرت تأثيرا واضحا في متغيرات زاوية مفاصل وضع القوة .  
يوصي الباحثان:

1- التأكيد على المدربين ضرورة إعطاء التمارين التصحيحية المستخدمة من قبل عينة البحث لأنها مفيدة في تطوير الإنجاز.

1- التأكيد على المدربين ضرورة الاهتمام بتطوير متغير الزمن لأنه من المتغيرات الأساسية في تطوير الإنجاز الرقمي لفعالية دفع النقل.

**الكلمات المفتاحية:** تمرينات تصحيحية - دفع النقل - طريقة الدوران .



المسافات بالنسبة لإبطال المستوى المحلي (العراقي) في فعالية دفع الثقل غير ملائمة قياساً بالمستوى العربي او العالمي وكذلك ابتعاد مدربيننا وعدم تدريب لاعبيهم على طريقة الدوران التي اعطت نتائج جيدة على المستوى العالمي فضلا عن عدم تطبيق الشروط البايوميكانيكية لخدمة الاداء الفني الصحيح وصولاً للإنجاز الافضل وهو هدف المدرب والرياضي (الهاشمي): (2010، 86).

**اهداف البحث:** يهدف البحث الحالي الى الكشف عن:

- 1- التعرف على قيم المتغيرات البايوميكانيكية قيد البحث لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران .
- 2- التعرف على مجموعة من اخطاء الاداء لدى عينة البحث عن طريق التحليل الكيفي لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران ووضع التمارين التصحيحية لها.

**فرضيتنا البحث:**

- 1- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات (القبلي، الوسطي، البعدي) في عدد من المتغيرات البايوميكانيكية لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران.

- 2- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات (القبلي، الوسطي، البعدي) في انجاز لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** اشتملت عينة البحث على احد ابطال العراق في فعالية دفع الثقل لعام (2022).

**المجال الزمني:** 2022/7/1-2022/4/10

**المجال المكاني:** ملعب كرة القدم الخارجي/كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل .

**تحديد المصطلحات:**

**-المتغيرات البايوميكانيكية:** تعتبر الكينماتيكا فرع من فروع الميكانيك الذي يدرس حركة الأجسام بغض النظر عن أي قوى مسببه للحركة ومن المتغيرات التي يتم دراستها، الأزرحة، المسار، السرعة والتسارع، اما تعريفها أجزائياً: وهي العوامل المؤثرة على الأداء الحركي من ناحية، السرعة والتسارع، الأطوال، الازمنة، زوايا اجزاء الجسم (McGinni,2013,46).

## 1-المقدمة:

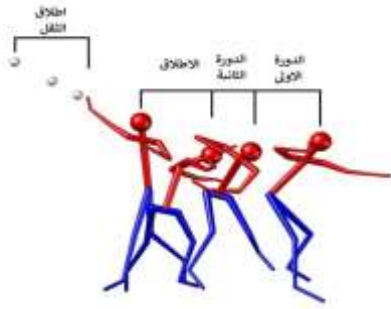
اصبح التطور العلمي في مختلف المجالات الرياضية من الاساسيات التي يعتمد عليه في برمجة عملية التدريب والتي يجب ان تتلائم مع قدرات الفرد الرياضي واستثمار امكانياته الجسمية والبدنية والمهارية للوصول به الى افضل المستويات، ان فعالية دفع الثقل التي يتعامل فيها الرامي مع ثقل يزن (7.260) كغم يجب ان يمتاز رياضيين هذه الفعالية بمواصفات جسمية وبدنية خاصة، لقد دفع تنافس الخبراء والمدربين في مجال التدريب الى ايجاد السبل والطرائق لتحقيق هذا التطور وظهرت عدة طرق ومنها طريقة الدوران كأحد الاساليب الفنية التي تتلائم مع مواصفات دفع الثقل، لذا جاءت اهمية البحث في دراسة المتغيرات البايوميكانيكية لدفع الثقل بطريقة الدوران من خلال التحليل الحركي باستخدام الاجهزة التقنية إذ يلعب التحليل الحركي باستخدام التصوير الفيديوي دورا مهما في تشخيص نقاط الضعف والقوة لدى قاذفي الثقل لان اعتماد المدرب على النظر للحركة لا يؤدي للتشخيص الدقيقة للأخطاء وذلك لسرعة الحركة أثناء دفع الثقل (درويش: 1993، 56).

## مشكلة البحث

تطورت الارقام العالمية عند رياضيين العاب القوى كثيرا خلال الفترة المنصرمة ومنها فعاليات الرمي ودفع الثقل بالتحديد إذ وصل الرقم العالمي الى (23.37) متر مقارنة بالرقم العراقي (18.35) متر والذي سجل قبل اكثر من (6) سنوات وان ما يؤكد كلام الباحثان من خلال الجدول (1) الذي يظهر تواضع النتائج بدفع الثقل مع ابطال العرب والعالم على الرغم من انتشار طريقتي الدوران والزحقة واستخدامهما من قبل خيرة ابطال العالم الا ان نتائج (عثمان: 1990، 137).

جدول (1) يوضح الرقم العراقي في دفع الثقل مقارنة بالرقم العربي، الآسيوي، الأولمبي و العالمي

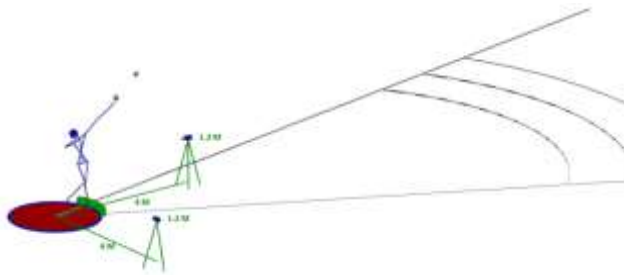
الملاحظات	العراقي	العربي	الآسيوي	الأولمبي	العالمي
الرقم (م)	18.35	15.21	21.49	23.30	23.37
الدافع والبلد	سيف نوري (العراق)	عبد الرحمن (البحرين)	تيجيندر تور (الهند)	راين كاراوزر (امريكا)	راين كاراوزر (امريكا)
السنة	2017	2021	2019	2021	2021



الشكل (1) يوضح مراحل الحركة

**2-5-2 الأوضاع:** (وضع التحضير (وضع الرجلين انثناء، امتداد)، وضع تثبيت الثقل عند الرقبة (اعلى الرقبة، وسط الرقبة، اسفل الرقبة)، وضع القدمين عند بداية الدورة الأولى (فتحة كبيرة، فتحة صغيرة) للرجلين، وضع دخول القدم اليمنى باكتساح (حرج، كبير)، وضع الرمي (وضع القوة)، وضع فتح الذراع اليسرى بمستوى (كبير، صغير)، وضع التبديل بالقفز (العالي، المنخفض)).

**2-6 تصوير عينة البحث:** تم تصوير عينة البحث في ملعب كرة القدم في كلية التربية الاساسية إذ تم تثبيت آلة التصوير رقم (1) من الجانب الايسر للاعب وضعت آلة التصوير بعد (4 م) عن اللاعب وبارتفاع (1،2 متر) ووضعت آلة التصوير رقم (2) من جهة الامام للاعب ببعد (4 متر) عن اللاعب وبارتفاع (1،2 متر) والشكل (2) يوضح موقع آلي التصوير .



الشكل (2) يوضح مواقع آلي التصوير

ولأجل التزامن بين آلي التصوير المستخدمين في عملية التحليل الثلاثي الأبعاد تم الاعتماد على عملية التوحيد في بداية الحركة باعتماد على الصورة التي فيها اللحظة التي ينتهي الرامي من عملية الدوران الى جهة اليسار وبيداء بداية الدورة الاولى وجعلها صورة رقم (1) وكذلك في آلة التصوير الثانية في الوضع نفسه واعتماده ايضا صورة رقم (1) لأن الصور من

## 2- اجراءات البحث:

### 2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي

لملائمته مشكلة البحث وتجربته.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته: تكونت عينة البحث من احد

ابطال العراق في فعالية دفع الثقل لعام (2022) وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لان دراستنا الحالية هي (دراسة حالة) اي دراسة شخصية رياضية من حيث الانجاز والتطور في

الانجاز والجدول (2) يبين مواصفات عينة البحث

الجدول (2) يبين مواصفات عينة البحث.

أفضل انجاز	الكتلة	الطول	العمر	أرامي
15.72 متر	120 كغم	189 سم	29 سنة	محمد جاسم محمد

### 2-3 وسائل جمع البيانات: استخدم الباحثان وسائل بحثية

عديدة لجمع المعلومات للوصول إلى البيانات والنتائج المطلوبة على وفق ما يأتي: (الملاحظة العلمية التقنية، استمارة الاستبيان، المقابلات الشخصية، المصادر والمراجع العربية والأجنبية

### 2-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة: من أجل الحصول

على أفضل دقة للبيانات استخدم الباحثان الأجهزة والأدوات الآتية: (آلة تصوير رقمية عدد (2) نوع (CASIO HIGH SPEED EXILIM EX-FH20)، ثقل زنة (7.260) كغم عدد (2)، مقياس رسم (بطول 1 متر)، شريط قياس متري (30 متر)، جهاز حاسوب، طباشير، كرة طبية بوزن (5) كغم عدد (1)، حامل ثلاثي ذو ميزان مائي عدد (2)، عامود بطول 4 متر، حبال مطاطية للتدريب) .

### 2-5 مراحل وأوضاع الحركة: تجزئة الحركة الى أهم

المراحل والأوضاع من أجل تحليل الحركة تحليلاً ميكانيكياً، وتتكون حركة دفع الثقل بطريقة الدوران من المراحل والأوضاع الآتية:

### 2-5-1 المراحل: (وضع الاستعداد، مسك الثقل وحمله،

الدوران، دوران اول، دوران ثاني، وضع القوة، الدفع، التغطية والاتزان).

تحويل وصلة الفلم المقطع إلى **Frames** (صور): وذلك باستخدام برنامج (Adobe After Effects CS4) والذي يمكن من خلاله تقطيع الحركة إلى صور منفردة متسلسلة (Frames) 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 برنامج (Acadsee Photo Manager 12).

**استخراج البيانات:** قام الباحثان باستخراج البيانات الخام (المقاسة) والبيانات المحتسبة وذلك كما يأتي:

استخراج البيانات الخام المقاسة: قام الباحثان باستخراج البيانات الخام لكل من (الأبعاد والمسافات والزوايا) لكل صورة بمفردها وذلك باستخدام برنامج (AutoCAD 2022) والذي هو عبارة عن برنامج عالمي يستخدم في التطبيقات الهندسية واستفاد الباحثان منه في هذا الغرض.

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

## 2-8 تجربة البحث:

**2-8-1 التجربة الاستطلاعية:** تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً علمياً مهماً للباحث للوقوف على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبار وتقاديرها وتعد التجربة الاستطلاعية بمثابة تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن يتوفر فيها نفس الشروط والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية، وبعد الأخذ بآراء المدربين والخبراء والمختصين فقد قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية في الملعب الخارجي لكرة القدم في الساحة الخلفية لكلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في يوم الاثنين 2022/4/4 عند الساعة 10 صباحاً.

## 2-8-2 إجراءات التجربة الرئيسية: تم إجراء التجربة

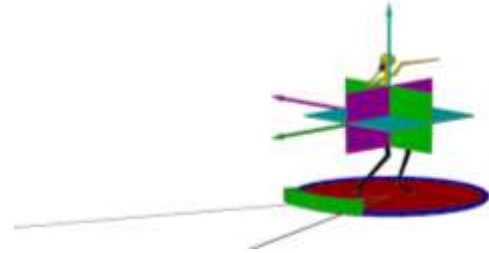
الرئيسية والتي تضمنت ثلاث تجارب

آتي التصوير ليست متطابقة في رقم الصور بسبب التشغيل غير الموحد لآلي التصوير (تشغيل يدوي). ومن اجل الحصول على بيانات (X,Y,Z) لأجزاء جسم الرامي تم اعتماد آلة التصوير رقم (1) الجانبية كونها الآلة التي يتم من اتجاهها التحليل ثلاثي الأبعاد (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) الخلفية 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 بروية الاحداثي (Z)، من هنا يكون اتجاه المحاور الثلاثة (X,Y,Z) كما موضح في الشكل (3) وعليه تصبح الأبعاد الثلاثة كما يأتي:

البعد (X): يتحرك فيه اللاعب متجها الى الأمام او الخلف وتكون الحركة داخل المسطح الجانبي.

البعد (Y): يتحرك فيه اللاعب الى الأعلى أو اسفل وتكون الحركة داخل المسطح الجانبي او الامام.

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



شكل (3) يوضح المحاور والمساحات لحركة الرامي

## 2-7 التحليل البايوميكانيكي للحركة: تمر عملية التحليل

البايوميكانيكي بعدة مراحل وهي:

**تصوير الحركة:** تم تصوير عينة البحث في أثناء أدائه لطريقة الدوران باستخدام آلي التصوير.

**تحويل الفلم الرقمي إلى جهاز الحاسوب:** تم تحويل الفلم إلى جهاز الحاسوب من (Memory Card Reader) الخاصة بآلة التصوير نوع (AKASO v50 elite) من اجل بدء عملية التحليل.

2022/7/20 في يوم الاربعاء الساعة 10 صباحا، إذ كان البعد بين بورة العدسة وموقع اللاعب (4 متر) وكان ارتفاع الكاميرا عن سطح الارض (1.20 متر) وتم تصوير مقياس الرسم في البداية وبالاجاهين الأفقي والعمودي، في جميع الاختبارات الثلاثة، أما طريقة التصوير فقد تمت عن طريق إعطاء أشاره بتشغيل آلتى التصوير والشكل (3) يوضح موقع آلة التصوير .

**9-2 متغيرات البحث:** اعتمد الباحثان على تحليل المصادر العلمية للتوصل الى أهم المتغيرات التي استخرجت في أهم مراحل الحركة وهي:

الجدول (4) يبين متغيرات البحث

ت	المتغيرات
1	زمن المرحلة
2	ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي
3	أزاحة أفقية باتجاه المحور X
4	أزاحة عمودية باتجاه المحور Y
5	أزاحة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z
6	أزاحة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y
7	أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y
8	أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z
9	أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z
10	سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X

**10-2 الوسائل الإحصائية:** (تحليل التباين، اختبار (L.S.D) (اقل فرق معنوي)، الانحراف المعياري، الوسط الحسابي).

### 3- عرض ومناقشة النتائج:

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها من عينة البحث على وفق أهداف البحث وفرضياته على النحو الآتي:

**1-3 عرض نتائج الهدف الأول:** التعرف على قيم المتغيرات البايوكينماتيكية قيد البحث لفعالية دفع النقل بطريقة الدوران . والجدول (6) يبين ذلك:

## 2-8-2 التجربة الرئيسية الأولى (الاختبار القبلي):

تم اجراء الاختبار في الملعب الخارجي لكرة القدم في الساحة الخلفية لكلية التربية الاساسية في يوم 2022/4/10 في يوم الاحد الساعة 10 صباحا إذ تم تثبيت آلتى التصوير من الجانب الأيسر ومن الامام كما مبين بالشكل (2)، إذ كان البعد بين بورة العدسة وموقع اللاعب (4 متر) وكان ارتفاع الكاميرا عن سطح الارض (1.20 متر)، وتم تصوير مقياس الرسم في البداية وبالاجاهين الأفقي والعمودي، أما طريقة التصوير فقد تمت عن طريق إعطاء أشاره بتشغيل آلتى التصوير والشكل (2) يوضح موقع آلة التصوير .

## 2-2-8-2 التمرينات التصحيحية:

قام الباحثان بأعداد عدة تمارين تصحيحية في فعالية دفع الثقل بطريقة الدوران وفق الاخطاء التي ظهرت من خلال تحليل الاختبار الأول (القبلي) من خلال تفريغ استمارة استبيان (اخطاء الأداء الفني للحركة) التي قدمت للسادة الخبراء والمدرسين مع ارفاق فيديو (للاختبار القبلي)، وبعد تفريغ الاختبار تم وضع تمارين تصحيحية من قبل ذوي الاختصاص من خبراء الساحة والميدان والمدرسين.

الجدول (3) يبين ملخص وحدات التمرينات التصحيحية

عدد التمرينات التصحيحية	عدد الأسابيع	زمن الوحدة (دقيقة)	تكرارات الوحدة التدريبية الواحدة مع (الراحة)
4	14	60-120	10ت5م /راحة 2 د بين مجموعة واخرى

## 2-2-8-3 التجربة الرئيسية الثانية (الاختبار الوسطي):

قام الباحثان بأجراء الاختبار الوسطي في يوم 2022/6/4 في الساعة 10 صباحا في الملعب الخارجي لكرة القدم في الساحة الخلفية لكلية التربية الاساسية ،ان الغاية من الاختبار الوسطي هو لأجل معرفة مدى نسبة التطور، وهل ان التمارين التصحيحية المستخدمة أدت أغراضها الايجابية نحو التقدم بالمستوى؟، وأيضا ان التمارين التصحيحية كانت جزء من الوحدة التدريبية ذات الاداء الفني الكامل، ولأجري عليها اي اجراءات إحصائية.

## 2-2-8-4 التجربة الرئيسية الثالثة (الاختبار البعدي):

تم اجراء الاختبار البعدي في الملعب الخارجي لكرة القدم في الساحة الخلفية لكلية التربية الاساسية في يوم

ت	المتغيرات	الوصف	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	Sig.
		المجموع	5.668	8			

يتبين من نتائج الجدول (5) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في المتغيرات الاتية: (زمن المرحلة - ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي - أزاحه محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z - أزاحه محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z - سرعة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z - سرعة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z - سرعة الإزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z)، لان نسبة الخطأ (Sig) لهذه المتغيرات اقل من (0.05).

ومن اجل التعرف على الفروق الإحصائية بين الاختبارات في هذه المتغيرات استخدم الباحثان اختبار (LSD) اقل فرق معنوي والجدول (8) يبين نتائج اختبار (LSD) لهذه المتغيرات.

جدول (8) يبين نتائج اختبار (LSD) للمتغيرات البايوميكانيكية بين الاختبارات الثلاثة (القبلي، الوسطي، البعدي) لمرحلة الدوران الأول ولجميع المتغيرات البايوميكانيكية

ت	المتغيرات	الوصف	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	الخطأ المعياري	Sig.
1	زمن المرحلة	القبلي	الوسطي	0.561*	0.025	0.000	
		القبلي	البعدي	0.601*	0.025	0.000	
		الوسطي	القبلي	0.561*	0.025	0.000	
		الوسطي	البعدي	0.040	0.025	0.168	
2	ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي	القبلي	الوسطي	0.639*	0.022	0.000	
		القبلي	البعدي	0.089*	0.022	0.008	
		الوسطي	القبلي	0.639*	0.022	0.000	
		الوسطي	البعدي	0.550*	0.022	0.000	
3	أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z	القبلي	الوسطي	0.601*	0.020	0.000	
		القبلي	البعدي	0.089*	0.020	0.005	
		الوسطي	القبلي	0.601*	0.020	0.000	
		الوسطي	البعدي	0.512*	0.020	0.000	
4	أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z	القبلي	الوسطي	0.599*	0.021	0.000	
		القبلي	البعدي	0.086*	0.021	0.007	
		الوسطي	القبلي	0.599*	0.021	0.000	
		الوسطي	البعدي	0.513*	0.021	0.000	

الجدول (5) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات البايوميكانيكية قيد البحث لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران

الدرج	حل	ت	المتغيرات	القبلي		الوسطي		البعدي	
				الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		1	زمن المرحلة	0.928	0.043	0.367	0.031	0.326	0.010
		2	ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي	0.325	0.008	0.965	0.047	0.414	0.007
		3	أزاحة أفقية باتجاه المحور X	0.191	0.033	0.522	0.440	0.277	0.011
		4	أزاحة عمودية باتجاه المحور Y	0.030	0.019	0.019	0.014	0.010	0.009
		5	أزاحة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z	0.028	0.028	0.408	0.313	0.057	0.009
		6	أزاحة محصلة داخل المسطح الجانبي للمحورين X,Y	0.193	0.035	0.527	0.433	0.278	0.012
		7	أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y	0.047	0.019	0.409	0.312	0.058	0.009
		8	أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z	0.194	0.031	0.796	0.028	0.283	0.011
		9	أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z	0.197	0.034	0.796	0.028	0.283	0.011
		10	سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X	0.207	0.046	1.486	1.265	0.851	0.052

2-3 عرض نتائج الهدف الثاني: التعرف على مجموعة من اخطاء الاداء لدى عينة البحث عن طريق التحليل الكيفي لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران ووضع التمرينات التصحيحية لها. من اجل تحقيق هدف البحث الثاني تحديد أخطاء الأداء قام الباحثان بتوضيح أخطاء الأداء ووضع التمرينات التصحيحية لهذه الأخطاء وكما موضحة في الملحق (1) وبهذا الاجراء تم تحقيق الهدف الثاني للدراسة الحالية.

جدول (6) يبين نتائج اختبار (F) للمتغيرات البايوميكانيكية بين الاختبارات الثلاثة (القبلي، الوسطي، البعدي) لمرحلة الدوران الأول

ت	المتغيرات	الوصف	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	Sig.
1	زمن المرحلة	بين المجاميع	0.678	2	0.339	346.736	0.000
		داخل المجاميع	0.006	6	0.001		
		المجموع	0.683	8			
2	ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي	بين المجاميع	0.720	2	0.360	460.830	0.000
		داخل المجاميع	0.005	6	0.001		
		المجموع	0.725	8			
3	أزاحة أفقية باتجاه المحور X	بين المجاميع	0.178	2	0.089	1.365	0.325
		داخل المجاميع	0.390	6	0.065		
		المجموع	0.568	8			
4	أزاحة عمودية باتجاه المحور Y	بين المجاميع	0.001	2	0.000	1.387	0.320
		داخل المجاميع	0.001	6	0.000		
		المجموع	0.002	8			
5	أزاحة أفقية داخل المسطح الامامي باتجاه المحور Z	بين المجاميع	0.268	2	0.134	4.075	0.076
		داخل المجاميع	0.198	6	0.033		
		المجموع	0.466	8			
6	أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y	بين المجاميع	0.180	2	0.090	1.432	0.310
		داخل المجاميع	0.378	6	0.063		
		المجموع	0.558	8			
7	أزاحة محصلة داخل المسطح الامامي للمحورين Z,Y	بين المجاميع	0.255	2	0.127	3.892	0.082
		داخل المجاميع	0.196	6	0.033		
		المجموع	0.451	8			
8	أزاحة محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين X,Z	بين المجاميع	0.633	2	0.316	498.927	0.000
		داخل المجاميع	0.004	6	0.001		
		المجموع	0.637	8			
9	أزاحة محصلة ثلاثية البعد X,Y,Z	بين المجاميع	0.630	2	0.315	464.319	0.000
		داخل المجاميع	0.004	6	0.001		
		المجموع	0.634	8			
10	سرعة أفقية داخل المسطح الجانبي باتجاه المحور X	بين المجاميع	2.458	2	1.229	2.296	0.182
		داخل المجاميع	3.211	6	0.535		

ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين  $X,Z$ ) بين الاختبار الوسطي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي.

أزاحه المحصلة داخل المسطح العرضي  $(Z-X)$ : ويعزو الباحثان ان زيادة المحصلة بين المحورين  $(X_Z)$  جاء بسبب زيادة الدورة الاولى من وسط الدائرة الى الخلف باتجاه اليمين بسبب استخدام تمرين طورت هذا الجزء (تمرين النصف دوران بالكرة الطبية) تمرين رقم (6) ملحق رقم (1) وهذه الحركة تزودنا بسرعة للجسم وتخدم اطلاق الحركة .

وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة ثلاثية البعد  $X,Y,Z$ ) بين الاختبار القبلي والاختبار الوسطي ولصالح الاختبار الوسطي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة ثلاثية البعد  $X,Y,Z$ ) بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، ولصالح الاختبار البعدي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة ثلاثية البعد  $X,Y,Z$ ) بين الاختبار الوسطي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثان ان المحصلة ثلاثية الابعاد ادت الى زيادة الابعاد الثلاثة  $(X_Y_Z)$  اذ زادت الازاحة  $(x)$  والازاحة  $(z)$  بسبب زيادة مجال الدورة من خلال استخدام تمرينات رقم (1)، التي مهدت الطريق للتطور في تمرين رقم (3) ملحق رقم (1) الذي انصب في تطوير هذا المتغير كما اسلفنا سابقا في المتغير رقم (8) اما زيادة البعد  $(y)$  فقد زاد بسبب ارتفاع مركز ثقل الجسم كما ذكرنا في المتغير رقم (2) وهذا أدى الى زيادة محصلة ازاحة ثلاثية الابعاد بسبب زيادة الابعاد الثلاثة.

#### 4-الخاتمة:

ومن نتائج البحث يمكن استنتاج الآتي:

1-أثرت التمرينات التصحيحية تأثيرا واضحا في الاختبار البعدي مقارنة بالقياسين الوسطي والقبلي في عدد من المتغيرات البايوميكانيكية في الدورة الاولى.

2-أثرت التمرينات التصحيحية تأثيرا واضحا في الاختبار البعدي مقارنة بالقياسين الوسطي والقبلي في عدد من المتغيرات البايوميكانيكية في الحركة كاملة.

يتبين من نتائج الجدول (5) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (زمن المرحلة) بين الاختبار القبلي والاختبار الوسطي ولصالح الاختبار الوسطي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (زمن المرحلة) بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (زمن المرحلة) بين الاختبار الوسطي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحثان الى ان انخفاض الزمن في الاختبار القبلي الى الوسطي الى البعدي بسبب استخدام تمارين طورت سرعة الاداء في الجسم مثل استخدام (الدوران بالعصى باكتساح، الدوران بالكرة الطبية) تمرين رقم (9، 3) ملحق (1) مع التركيز على سرعة أداء الحركة أثناء الرمي، إذ أن كلما قل الزمن زادت السرعة لنفس المسافة، وهذا ما أكدته (Bartlett 2001،4) ان السرعة تتناسب طردياً مع المسافة وعكسياً مع الزمن.

وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (ارتفاع م.ث.ج عن الارض للوضع الابتدائي) بين الاختبار القبلي والاختبار الوسطي ولصالح الاختبار الوسطي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (زمن المرحلة) بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (زمن المرحلة) بين الاختبار الوسطي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثان ان التطور في مركز ثقل الجسم خلال الاختبارات الثلاثة يعود الى التغيير في اتجاه الجسم أثناء الرمي بسبب وضع شاخص يبعد عن اللاعب (3، 4) متر يقوم اللاعب برمي النقل من فوق هذا الشاخص والذي بدوره يعمل على رفع الجسم الى الأعلى تمرين رقم (15) ملحق (1) .

وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين  $X,Z$ ) بين الاختبار القبلي والاختبار الوسطي ولصالح الاختبار الوسطي، وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متغير (أزاحه محصلة داخل المسطح العرضي للمحورين  $X,Z$ ) بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي، وجود فروق معنوية



الصورة توضح تمرين ( Sweep leg kick ) تمرين رقم (3)



الصورة توضح تمرين (180 med ball) تمرين رقم (4)



الصورة توضح تمرين (South African) تمرين رقم (5)



في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها يوصي الباحثان بما يلي:

- 1-التأكيد على المدربين ضرورة إعطاء التمارين التصحيحية المستخدمة من قبل عينة البحث لأنها مفيدة في تطوير الأناجاز .
- 2-التأكيد على المدربين ضرورة الاهتمام بتطوير متغير الزمن لانه من المتغيرات الأساسية في تطوير الأناجاز الرقمي لفعالية دفع الثقل.

### المصادر:

- [1] درويش زكي؛ موسوعة ألعاب القوى، والرمي والمسابقات المرمية، ط1، مطبعة التوني، القاهرة، 1993.
- [2] درويش، زكي محمد؛ فن الرمي والمسابقات المرمية، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1980 .
- [3] عثمان، محمد؛ موسوعة ألعاب القوى، ط1، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت، 1990 .
- [4] علاوي، محمد حسن؛ علم التدريب الرياضي، ط1، مطبعة المصري، القاهرة، 1966.
- [5] الهاشمي، سمير مسلط؛ البيوميكانيك الرياضي، ط3، النبراس للطباعة والتصميم، بغداد، 2010.
- [6] Bartlett, Rorer (2001): Introduction to Sport Biomechanic, E & FN Sport, an imprint of Champman & Hall, USA.
- [7] Peter M. McGinni. Biomechanics of Sport and Exercise Third Edition. U.S.A, 2013.

### الملاحق:

الملحق (1) التمرينات التصحيحية

الصورة توضح تمرين (turn 360) تمرين رقم (1).



الصورة توضح تمرين (turn 180) تمرين رقم (2)

تمرين رقم (6) (Half turn with med ball) الصورة توضح  
تمرين



الصورة توضح تمرين ( Band push ) تمرين رقم (7)







ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 12, December 2022

ISSN: 1658- 8452

## الهدوء النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى بإعمار دون 19 سنة وعلاقته

### بترتيب الفرق في الدوري

م.م عقيل حسن كاظم<sup>1</sup> م.د علي خليفة بريس<sup>2</sup> م.م عصام صالح مهدي<sup>3</sup>

كلية بلاد الرافدين الجامعة/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

كلية بلاد الرافدين الجامعة/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>3</sup>

(<sup>1</sup> aqeelaltimim69@gmail.com, <sup>2</sup> k31809956@gmil.com, <sup>3</sup> samsaieh197411.@gmail.com)

**المستخلص:** لعبة كرة الطائرة هي احدى الالعاب الرياضية الفرعية المهمة ذات القاعدة الشعبية الواسعة الانتشار، ويعتمد مستوى اللاعب على عدة علوم ومنها علم النفس الرياضي ذي التأثير المباشر عليه وخاصة أثناء المنافسات، الا ان كرة الطائرة في العراق تتطلب الطموح الاكثر تطوراً مما يتطلب من الباحثين والمهتمين الوقوف على اهم المسببات الرئيسية التي تعمل دون تطورهما وبالتالي تلك التي تحول دون تقدم اللعبة في القطر، ان عملية التطور اصبحت شاغلة تفكير المدربين واللاعبين والمختصين في لعبة كرة الطائرة وذلك من خلال الكشف عن المعضلات ومسبباتها وبالتالي معالجتها لتطوير الحالة المطلوبة .

وتكمن مشكلة البحث عدم معرفة الهدوء النفسي لدى لاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى وكذلك لدى مدربيهم ومدى علاقتهما بترتيب فرقهم .

ويرمي الباحثون الى معرفة الهدوء النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى المتقدمين ببطولة اندية محافظة ديالى العام 2021 .

ويفترض الباحث هناك تباين في مؤشر الهدوء النفسي لدى المدربين واللاعبين .

اما عينة البحث شملت عينة الدراسة على (42) شخصاً والمتمثلة (12) مدرباً وموزعين (6) مدربين و (6) مساعدي مدربين وشملت عينة الدراسة على (30) لاعب، اذ وزعت العينة على ستة اندية هي (نادي بلاد الرافدين، هبهب، المقدادية، شهربان، جلولاء، الوجيهية) ضمن بطولة اندية محافظة ديالى لعام 2021 بكرة الطائرة، وبالتجانس مدرب واحد ومساعد واحد و (5) لاعبين اساسيين من كل نادي من اندية محافظة ديالى.

**الكلمات المفتاحية:** الهدوء النفسي - كرة الطائرة - اندية محافظة ديالى.

## 1-المقدمة:

ان تطور المجال الرياضي يعد مرآة لتطور جميع الالعاب الرياضية الفرعية او الفردية، ومن بين هذه الالعاب التي اشتملت التطور هي لعبة كرة الطائرة التي هي احدى الالعاب الرياضية الفرعية المهمة ذات القاعدة الشعبية الواسعة الانتشار، ويعتمد مستوى اللاعب على عدة علوم ومنها علم النفس الرياضي ذي التأثير المباشر عليه وخاصة أثناء المنافسات، الا ان كرة الطائرة في العراق تتطلب الطموح الاكثر تطوراً مما يتطلب من الباحثين والمهتمين الوقوف على اهم المسببات الرئيسة التي تعمل دون تطورهما وبالتالي تلك التي تحول دون تقدم اللعبة في القطر.

وتكمن أهمية البحث في كونه يساعد على الكشف عن درجات الهدوء النفسي لدى المدربين واللاعبين الشباب في اندية محافظة ديالى في لعبة كرة الطائرة ببطولة اندية محافظة ديالى لعام 2021 بكرة الطائرة بإعمار دون 19 سنة، وان تشخيصها بشكل علمي ودقيق سوف يساعدهم على الاهتمام الجاد بهذا الجانب المهم، والحيوي للارتقاء بمستوى الفرق وتحقيق ترتيب افضل.

### مشكلة البحث

من خلال المقابلات الشخصية مع مدربي كرة الطائرة العراقيين والبعض من المختصين اشر الباحثان بوجود ضعف لدى المدربين والمختصين في معرفة المتغير قيد البحث (الهدوء النفسي)، لدى لاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى لعام 2021، فضلا عن مدربيهم ومدى علاقة هذه المتغيرات بترتيب فرقهم، لذا ارتأى الباحثان تناول هذه المشكلة ودراستها من خلال استخدام المقاييس الخاصة بهذا المتغير على ما تحمله عينة البحث .

### اهداف البحث:

- 1-وجود تباين في الهدوء النفسي لدى افراد عينة البحث..
  - 2-وجود علاقة بين الهدوء النفسي وترتيب الفرق في الدوري.
- فروض البحث الى:
- 1-هناك تباين في الهدوء النفسي لدى عينة البحث .
  - 2-توجد علاقة بين الهدوء النفسي وترتيب الفرق في الدوري.

## 2-منهجية البحث والاجراءات الميدانية:

**2-1 منهج البحث:** استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث إذ ان المنهج الوصفي هو "دراسة الظواهر والاحداث وجمع الحقائق والمعلومات ودراسة حالة النمو" (الياسري: 2017، ص34) .

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** تشكلت عينة البحث من المجتمع الكلي البالغ لأندية محافظة ديالى (233) لاعب إذ اقتصر البحث على عدد من اللاعبين والمدربين والبالغ عددهم (42) فرداً توزعوا بالشكل الاتي:

**أ-المدربون:** تشكلت مجموعة المدربين من (12) مدرب ومساعد مدرب وواقع مدرب ومساعد لكل فريق من الفرق الستة المشاركة في بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة بإعمار دون 19 سنة لعام 2021 وكانت النسبة المئوية لهم (100%) من عينة المدربين في البطولة .

**ب-اللاعبون:** تشكلت مجموعة اللاعبين من (30) لاعب وواقع (5) لاعبين من كل فريق (نادي بلاد الرافدين، هيبه، المقدادية، شهربان، جلولاء، الوجيهية) وبهذا كانت النسبة المئوية لمجموعة اللاعبين (42%) من عينة اللاعبين في بطولة اندية محافظة ديالى والبالغ عددهم (72) لاعب .

## 2-3 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

(المصادر والمراجع العربية والاجنبية، الملاحظة، الاستبانة، التجارب الاستطلاعية، فريق العمل المساعد، الوسائل الإحصائية اما الأدوات والأجهزة المستخدمة حاسبة يدوية، كمبيوتر، ساعة توقيت).

## 2-4 المقاييس:

**2-4-1 مقياس الهدوء النفسي:** استعمل الباحثان مقياس الهدوء النفسي الذي يهدف الى التعرف على درجة الهدوء النفسي لدى عينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي اعده (علي العبادي، 2019)(العبادي: 2019، ص222).

ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس مستوى الهدوء النفسي وله درجة عالية من الثبات والصدق والموضوعية . ويتكون هذا

## 2-6 إجراءات البحث الميدانية:

### 2-6-1 التجربة الاستطلاعية: تم اجراء التجربة

الاستطلاعية الساعة الواحدة والنصف ظهراً يوم 2021/1/21 على القاعة المغلقة لمديرية شباب محافظة ديالى على لاعبي نادي بعقوبة والبالغ عددهم (12) لاعب وكذلك مدرب ومساعد المدرب وبهذا يكون مجموع العينة (14) فرداً . علماً بأن العينة الاستطلاعية تحمل نفس مواصفات العينة الرئيسية بكونها من فرق اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة . وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على:

1-كفاءة فريق العمل المساعد.

2-الوقت المستغرق بتسليم واستلام الاستثمارات حتى يتلائم مع تدريب الفريق ووقت مبارياتهم.

3-الصعوبة التي تواجه الباحثان أثناء تنفيذ التجربة الرئيسية.

4-مدى استجابة عينة البحث لمحتويات استمارات المقياسين.

### 2-6-2 التجربة الرئيسية: بعد اعداد اداتي البحث بشكل

نهائي وبعد تحديد العينة الاصلية والبالغ مجموعها (42) فرداً المتضمنة (12) مدرب و (30) لاعب من الاندية المشاركة في بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة، طبق المقياس بصيغته النهائية في فترة اجراء بطولة اندية محافظة ديالى للفرق للفرق المشاركة في بطولة كرة الطائرة إذ تمثل هذه العينة افضل مستوى تنافسي للعبة في المحافظة . وقد وزعت الاستثمارات الخاصة بالمقاس على افراد عينة البحث قبل (60) دقيقة من بدء المباراة، وبأسلوب الاتصال المباشر، إذ أجري التطبيق من الباحثين وفريق العمل المساعد وقام الباحثان بشرح اهداف البحث لإفراد العينة مع التأكيد على ضرورة الاجابة عن جميع الفقرات في المقياس بصدق . وقد استغرق وقت الاجابة على المقياس بين (30-40) دقيقة.

### 2-7 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة

الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات التي حصل عليها.

المقياس من (48) فقرة . والاجابة على هذه الفقرات تكون على ثلاثة بدائل وتقيم الدرجات كالاتي:

(3 درجة) غالباً (2 درجة) احياناً (1 درجة) نادراً

وقد تم تعريف المقياس واخضاعه لبعض التعديلات لأجل تطبيقه على البيئة العراقية وعلى افراد اخرين غير اللاعبين وهم المدربين، وذلك من خلال عرض المقياس على الخبراء المختصين وبذلك اصبح مقياس الهدوء النفسي من (44) فقرة .

جدول (1) يبين اعلى درجة للمقياس واقل درجة للمقياس

اعلى درجة للمقياس	اقل درجة للمقياس
132	44

## 2-5 الاسس العلمية لمقياس الاستقرار النفسي:

1-الصدق: يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد إذ ان الصدق يعني " ان الاختبار يقيس ما وضع لأجل قياسه ولا يقيس شيئاً اخر (باهي: 1999، ص 33) .

2-الثبات: هو الذي يعطي نتائج متقاربة او النتائج نفسها إذ طبق اكثر من مرة في ظروف متماثلة (فهمي، عامر: 2005، ص145) . ولغرض معرفة درجة ثبات المقياس قام الباحثون بتطبيق الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية من خلال توزيع المقياس على افراد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغة (14) فرد والمتضمنة (12) لاعب و (2) مدرب وذلك على لاعبي ومدربي منتدى شباب الوجيهية، ومن خلال معرفة مدى درجة ثبات المقياسين على الافراد المذكورين انفاً، تم تطبيق معادلة معامل الارتباط (بيرسون) بين الاختبارين الاولي والنهائي وذلك بعد توزيع المقياس مرة ثانية بعد مرور اسبوع واحد وبنفس ظروف الاختبار الاولي وتم الحصول على درجة ثبات (88.9)، (86.4) لمقياس الهدوء النفسي للاعبين والمدربين .

3-الموضوعية: تشير الى ان الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار (عبد المجيد، الياسري: 2013، ص121). وتعد احد عوامل الاسس العلمية في مجال البحوث العلمية، ويتضمن عدم تدخل العوامل الشخصية والتحيز في وضع الاختبارات او الفقرات المعنية في البحث.

ان فريق نادي بلاد الرافدين كان لديه وسط حسابي عالي وانحراف معياري قليل في الهدوء النفسي حقق المركز الاول في البطولة .

ان الهدوء النفسي العالي لدى فريقي (نادي بلاد الرافدين ونادي ههيب) يدل على مدى حرص لاعبي الفريقين في الحصول على المركز الاول والثاني التي تعتبر من المراكز المتقدمة في بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة، وان حصول الفريقين على هذه المراكز ناتجة من بذل المجهود العالي في الاداء الافضل من حيث الاداء واللياقة البدنية وتطبيق الخطط الموضوعية التي تهدف الى تحقيق افضل النتائج وبالتالي الفوز بالمباراة .

ان حرص لاعبي فريقي (نادي بلاد الرافدين ونادي ههيب) كان اعلى من بقية افراد الفرق الاخرى بسبب كونهم بطلي المحافظة للسنتين السابقتين، مما ساهم حصول الفريقين على مراكز متقدمة مقارنة ببقية الفرق الاخرى، وهذا يشير الى انه كلما كان الهدوء النفسي عالي للاعبين كان افضل من خلال تشجيع اللاعبين لدفعهم للأداء الافضل (زيد: 2011، ص123) .

### 3-3 عرض وتحليل نتائج الهدوء النفسي لدى مدربي فرق اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة بإعمار دون 19 سنة:

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والهدوء النفسي لدى مدربي فرق اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة

ترتيب الفرق في الدوري	القلق النفسي		الفرق
	ع ±	س	
الاول	0.5	91.5	نادي بلاد الرافدين
الثاني	1	87	ههيب
الثالث	3	109	المقدادية
الرابع	4	90	شهران
الخامس	6.5	84.5	جلولاء
السادس	8	84	الوجيهية

يتبين من الجدول (3) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للهدوء النفسي لدى مدربي بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة . ويؤكد الباحثون على مدى اهمية الهدوء النفسي المتوسط لدى مدربي فرق اندية محافظة ديالى، إذ كلما كان الهدوء النفسي متوسطاً كانت نتائج فرقهم افضل من حيث ترتيب هذا الفرق في بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة.

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### 3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبالية والبعدية

لدى اقرء عينة البحث ومناقشتها: قام الباحثون بعرض النتائج التي توصل اليها ومناقشتها للتعرف على مدى تأثيرها على ترتيب الفرق بطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة بإعمار دون 19 سنة وفيما يلي عرض لنتائج البحث وتحليلها ومناقشتها بعد عرض البيانات الاولية :

#### 3-2 عرض وتحليل نتائج الهدوء النفسي لدى لاعبي كرة الطائرة:

جدول (2) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للهدوء النفسي للاعبين وترتيب الفرق في الدوري

ترتيب الفرق في الدوري	الهدوء النفسي		الفرق
	ع ±	س	
الاول	2.1	94.2	نادي بلاد الرافدين
الثاني	3.7	96.2	ههيب
الثالث	4.4	88.4	المقدادية
الرابع	5.2	90	شهران
الخامس	5.9	85.4	جلولاء
السادس	11.5	84.6	الوجيهية

يبين جدول (2) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للهدوء النفسي لدى لاعبي فرق بطولة اندية محافظة ديالى وعلاقتها بترتيب الفرق النهائي لبطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة . يتضح مما سبق انه كلما كان الوسط الحسابي للهدوء النفسي عالي يحقق اللاعب انجاز افضل وبالتالي تكون محصلة هذا الانجاز الافضل الى الفريق الذي ينضم له اللاعب .

وهذا ما يؤكد حصول فريق نادي بلاد الرافدين على المركز الاول وفريق ونادي ههيب اعلى المركز الثاني، وهما الفريقان اللذان يحملان وسطاً حسابياً عالياً في الهدوء النفسي (المقدادي، العميره: 2002، ص134)، بينما باقي الاندية وخاصة (نادي جلولاء والوجيهية) يحملان وسطاً حسابياً منخفض جداً، لذلك حققا المركزان الخامس والسادس في الترتيب العام لبطولة اندية محافظة ديالى بكرة الطائرة .

وان الفريق الذي يحصل على وسط حسابي عالي وبنفس الوقت يحصل على انحراف معياري قليل يحقق افضل النتائج، وذلك إذ

#### 4-الخاتمة:

وتوصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية:

1-ترتفع قيمة الهدوء النفسي لدى لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتقدمة، وتخفض مع لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتأخرة وان قيمة الهدوء النفسي للمدربين تكون متوسطة لدى مدربي الفرق المتقدمة لذا كانت الدلالة الاحصائية للهدوء النفسي غير معنوية بين المدربين واللاعبين .

ويوصي الباحثان:

1-ان العمل على زيادة الهدوء النفسي لدى لاعبي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى من اجل الحصول على نتائج افضل ومحاولة المحافظة على الهدوء النفسي بمستوى متوسط لدى مدربي كرة الطائرة لأندية محافظة ديالى وضرورة اجراء دراسة مشابهة على فئات عمرية لنفس اللعبة وكذلك استخدام مقاييس نفسية اخرى على نفس العينة.

#### المصادر:

- [1] علي خليفة بريص العبادي؛ تأثير منهج تدريبي في التهذنة النفسية وتطوير دقة أداء بعض المهارات الأساسية للشباب بكرة القدم (اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة ديالى، 2019).
- [2] محمد جاسم الياسري؛ البحث التربوي مناخه وتصاميمه، ط1 (العراق، دار الضياء للطباعة، 2017) .
- [3] معتز يونس ذنون و ريان عبد الرزاق الحو؛ اساسيات التدريب الرياضي: (الموصل، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، 2013).
- [4] ناهدة عبد زيد الدليمي؛ مفاهيم في التربية الحركية، ط1 (بيروت، دار الكتب العلمية، 2011) .
- [5] هدى جلال؛ بناء وتقنين قياس للتوتر النفسي لدى لاعبين المتقدمين في الألعاب الفرعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2004.
- [6] يوسف موسى مقدادي وعلي محمد العميرة؛ علم النفس الرياضي: (عمان، مطبعة المكتبة الوطنية، 2002) .
- [7] Dan Austin & Bryan Mann, The Complete Guide to train young soccer: (London, Ellis Harwood, 2015).

#### 3-4 عرض وتحليل نتائج الفروق في الهدوء النفسي

#### بين المدربين واللاعبين ومناقشتها:

جدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمدربين واللاعبين في الهدوء النفسي

الدالة الاحصائية	قيمة ت		درجة الحرية	حجم العينة	الانحراف المعياري ع <sup>+</sup>	الوسط الحسابي س	
	الجدولية	المحسوبة					
غير معنوي	2.02	0.06	40	30	32.8	93.96	اللاعبون
				12	23	91.83	المدربون

يتبين من جدول (4) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للهدوء النفسي لدى كل من المدربين واللاعبين . وان ارتفاع مستوى الهدوء النفسي للمدربين يدل على حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه للحفاظ على مكانتهم العالية في تمثيل هذه اللعبة في بطولة اندية محافظة ديالى، وهذا دليل على تنافسهم العالي مع المنافس وحرصهم الشديد على تحقيق افضل النتائج .

ان ارتفاع مستوى الهدوء النفسي لدى اللاعبين بسبب ان ادارة المنتدى تطلب منهم الاداء الافضل مما يؤدي الى الحرص الشديد للاعبين للفوز والبقاء على مستواهم (ذنون، عبد الرزاق: 2013، ص33).

اما بالنسبة للمدربين فان ارتفاع مستوى الهدوء النفسي لهم يدل على مدى حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه من خلال اداء كامل المباراة بكامل قواهم البدنية والنفسية من اجل حرصهم الشديد لعدم خسارتهم امام المنافس والبقاء على هذا المستوى الجيد والمحافظة على سمعة ومركز المنتدى العريق الذي ينتمون اليه (جلال: 2004، ص121)، ودليل ذلك ما ورد في جدول (5) بعدم وجود فروق معنوية بين اللاعبين والمدربين في الهدوء النفسي .

ويرى الباحثون سبب ذلك الى ان معظم مدربي ولاعبين الاندية هم من اصحاب التأهيل الاكاديمي المختص بالجانب الرياضي وبالتالي يمتلكون خلفية لا بأس بها عن الجانب والاعداد النفسي وكذلك ان عينة البحث كانت تمثل أغلبها لاعبي الاندية في ديالى وكذلك الحالة بالنسبة للمدربين .

## الملاحق:

الملحق (1) يوضح لاستبانة الخاصة بتحديد فقرات مقياس الهدوء النفسية

### عزيزي اللاعب

### تحية طيبة ...

بين يديك استمارة استبيان تتضمن مجموعة فقرات على شكل أسئلة ولكل سؤال (ثلاثة) اختيارات (بدائل) هي (تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا) وتغطي أوزان الدرجات (3، 2، 1) على التوالي للفقرات الايجابية والعكس بالنسبة للفقرات السلبية يرجو الباحثان قراءة الفقرات بدقة ثم الإجابة عنها بكل صدق وصراحة وعدم ترك أي فقرة من فقرات المقياس بلا إجابة، وتؤكد أن إجابتك ستحظى بسرية تامة وهي لغرض البحث العلمي فقط، ولا داعي لذكر اسمك .

ملاحظة: تكون الإجابة على ورقة الإجابة المخصصة وكما موضح:

### مثال:

ت	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا
1	✓		
2		✓	
3			✓

### الباحثين

### مع فائق الشكر والتقدير

ت	الفقرات	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا
1	أحافظ على هدوئي عند اتخاذ الحكم قرارا خاطئا ضدي			
2	أستطيع استعادة هدوئي عند فشل أدائي خلال وقت المنافسة			
3	عندما ينتقذي المدرب طول فترة المنافسة فاني استعيد هدوئي بسرعة			
4	استطيع ان احتفظ بهدوئي على الرغم من مضايقة الجمهور لي			
5	بإمكاني المحافظة على هدوء أعصابي في حالة وقوع أخطاء قبل المنافسة			
6	في المنافسة عندما اعتقد ان الحكم قد أخطأ في حقي وحق زملائي فاني لا انفعل			
7	استطيع التصرف بشكل جيد في أي موقف تنافسي مفاجئ			
8	أنا واثق من قدرتي على الأداء الجيد في أية منافسة.			
9	لدي القدرة على التكيف مهما اختلفت مواقف اللعب لكي احقق الفوز في المنافسة			
10	استطيع التصرف بشكل جيد في أي موقف تنافسي مفاجئ.			
11	انتقاد المدرب لي في المنافسة لا يؤثر في مستوى أدائي .			
12	واثق من القدرة على الأداء الناجح بعد أداء فاشل امام خصم قوي في اثناء المنافسة			
13	أقدم لمدربي بعض الآراء التي أجدها ترفع من مستوى أدائي			
14	عندما اخطي في الملعب فاني اعترف بخطي أمام الآخرين			
15	ضغوط التدريب والمنافسة لا تؤثر في قدراتي النفسية .			
16	عندما يتطلب مني انجاز عمل ما فاني افكر في تقديم أفضل مستوى لدي			
17	اعتقد أنني قادر على هزيمة أي منافس			
18	اشعر دائما أنني متسامح مع نفسي ولا الومها			
19	أرى أنني يقض تماما لحقوقي وواجباتي			
20	يصفني أقرابي و أصدقائي باني شخص مسؤول ويعتمد عليه			
21	البعض يحمل أفكار خاطئة عني وأنا قادر علي تغيير تلك الأفكار			
22	كل تجربة فشل تمر بي تمثل لي عبرة يمكن الاستفادة منها في المستقبل			
23	كل مشكلة تواجهني فهي تحدي جديد لقدراتي الإدارية			
24	إذا ارتفع صوت احد علي فاني ليس من عادتي أن استجيب انفعاليا حتى ولو أراد احد وان يثيرني			



			25	انا اعتقد ان سبيل النجاح هو الجد والاجتهاد
			26	اشعر دائما انه باستطاعتي مواجهة الظروف الصعبة
			27	أثق في الناس حتى وإن عانيت من بعضهم
			28	أتمسك برأيي في المناقشات طالما كان صحيحا
			29	استمتع بنوم هادي ومريح
			30	هل يسهل عليك الاندماج مع مجموعه من الغرباء بسرعه؟
			31	لا يصعب علي ضبط انفعالاتي أثناء المواقف الحرجة
			32	افرح عند نجاح زملائي في العمل
			33	أي إساءة لي من المنافس لا أبادلها بإساءة مماثلة في المباراة
			34	أحب أن أتبادل ملابس اللعب مع الفريق المنافس في نهاية المباراة
			35	طموحي أن اكونا حسن لاعب في اللعبة
			36	أحب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة أثناء الاداء
			37	إننا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه
			38	أتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من منافس
			39	مهما كانت العقبات فإنني استطيع تحقيق أهدافي
			40	أعتقد أن متعة الحياة وأثارها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها
			41	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم
			42	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدراتي على تنفيذها
			43	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى
			44	اعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب او المنافسة





I.S.S.J

