



مجلة علوم التربية البدنية والرياضة

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة بنها

علمية محكمة تعني بنشر الأبحاث والدراسات
في مختلف ميادين الرياضة

عميد الكلية ورئيس التحرير

أ. د / أسامة صلاح فؤاد

المجلد الخامس والعشرون (شهر يونيو) (الجزء الثاني) ٢٠٢٠م

توجه جميع المراسلات إلى نائب رئيس التحرير علي العنوان التالي :
كلية التربية الرياضية للبنين – جامعة بنها – شارع فريد ندا
بحوار النحلة – القليوبية – جمهورية مصر العربية
تليفون : ٠١٣٣٢٢٧٣٩٩ فاكس : ٠١٣٣٢٢٧٣٩٩





هيئة تحرير المجلة

الصفة	الوظيفة	الاسم
رئيس التحرير	أستاذ المبارزة بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات وعميد الكلية	أ . د أسامة صلاح فؤاد
نائب رئيس التحرير	وكيل الكلية لشئون الدراسات العليا والبحوث	أ . د محمد سعد إسماعيل
عضوا	رئيس قسم المناهج وطرق التدريس	أ . د رضا مصطفى هلال
عضوا	أستاذ رياضات المضرب بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب	أ . د أحمد أنور السيد
مدير المجلة	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس	أ . م . د أحمد شوقي محمد
أمين صندوق المجلة	قائم بعمل رئيس قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات	أ . م . د هيثم أحمد إبراهيم
مساعد هيئة تحرير	مدرس بقسم رياضات بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب	م . د إسلام خليل مدبولي
مساعد هيئة تحرير	مدرس مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس	م . م محمد مرسي محمد
سكرتير المجلة	موظف بقسم الدراسات العليا	أ - عبد المجيد صبحي

تقديم



الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلي آله وصحبه أجمعين.

وبعد ،،،

أنطلاقاً من إحدى وظائف وزارة التعليم العالي ومؤسساته المختلفة المتمثلة في الإهتمام بالبحث العلمي كأحد روافد الثقافة الرياضية في كليات التربية الرياضية ، نبادر إلي تقديم العدد الثالث والعشرون من مجلة " التربية البدنية وعلوم الرياضة " الذي إكتمل وأزدهر، وقد حرص السادة العاملون في المجلة العلمية علي الإهتمام بالجوانب المختلفة للبحوث المحكمة التي تضمنتها المجلة العلمية خدمة للباحثين وأعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم ، فبارك الله لنا جمعياً في صدور هذا العدد من هذه المجلة .

ولا يفونتي أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير للزملاء أعضاء هيئة تحرير المجلة والسادة أعضاء لجنة التحكيم والعاملين بالمجلة علي ما يبذلونه من جهود واضحة ، وأعمال مميزة تمثل في السعي للتواصل مع جميع المثقفين في مجال الرياضة والتفاعل معهم ... وفيما بينهم .

والله ولي التوفيق

عميد الكلية ورئيس التحرير

أ . د / أسامة صلاح فؤاد



تقديم

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونتوكل عليه ، والصلاه والسلام علي خاتم النبيين وعلي آله وأصحابه الطيبين .

أما بعد ،،،

يلعب البحث العلمي دوراً أساسياً في تطوير الأفراد والمجتمعات ، وبوساطته تمكن الإنسان من تغيير شروطه حياته وترقيتها ، وبالأعتماد عليه يواصل عملية تقدمه ، ويستمر في إكتشافاته وأختراعاته ، وعليه يعول في التصدي لكل مشكلة جديدة في المجال الرياضي .

وقد أدرك الباحثون في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة هذه الحقيقة ، فعملوا علي الاستفادة من التطور الذي يحدث الآن في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، وحاولوا بدورهم أن يقدموا لنا بعض نتائج أبحاثهم ، وذلك إدراكاً منهم في أن التنمية عملية تراكمية متكاملة تتم في إطار نسيج من الروابط الصعبة بسبب التفاعل المتبادل والمستمر بينهم في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

وكلنا أمل أن نجد من السادة قراء المجلة " التربية البدنية وعلوم الرياضة" المحترمين في هذه البحوث المحكمة كل الفائدة والمتعة ، وأن تكون أحد المراجع العلمية الهامة يعتمدها الباحثون جميعاً في مجال "التربية البدنية وعلوم الرياضة" وفي النهاية تود هيئة تحرير المجلة من قرائها أن يتفاعلوا معها من خلال الموقع الرسمي لها علي شبكة الإنترنت بإبداء ملاحظاتهم وتقديم مقترحاتهم العلمية التي تعمل علي تطوير ورفع شأن المجلة العلمية بين المجالات العلمية الأخرى .

والله ولي التوفيق

نائب رئيس التحرير ووكيل الكلية

لشئون الدراسات العليا والبحوث

أ . د / محمد سعد إسماعيل

رسالة ورؤية مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة

الرؤية

أن تكون مجلة رائدة ومصنفة ضمن أشهر القواعد العالمية ، في نشر البحوث المحكمة في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الرسالة

نشر البحوث العلمية المحكمة وفق معايير مهنية عالمية متميزة في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة .

هدف المجلة

- ١- أن تصبح المجلة مرجعاً علمياً للباحثين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- ٢- تهدف المجلة العلمية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها إلي الابتكار والابداع العلمي في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- ٣- تلبية رغبات وحاجات الباحثين علي المستويات المحلية والإقليمية والعالمية للنشر في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

قائمة محتويات البحوث

قياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب

- د/ مصطفى طه محمود طه..... (١)
 " توجيه تدريبات للإدراك الحس - حركي بدلالة مؤشرات بيوميكانيكية على أداء مهارة الإرتماء لحراس مرمي كرة القدم الناشئين"
- أ.م.د. / حسام حسين عبد الحكيم* *أ.م.د. / عمرو على فتحي شادي..... (٤٧)
 الاسلوب الخططي الدفاعي انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال (Fastbreak /Fast throw-off) باستخدام برنامج تقني مصمم ببطولة العالم لكرة اليد للرجال ٢٠١٩م.
- د/ أحمد محمد السيد القط..... (٩٨)
 تأثير استخدام استراتيجية v- shape على بعض جوانب التعلم المعرفي والمهاري)
 بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية .
- *د/ علاء طه أحمد إبراهيم..... (١٣٢)
 تأثير تدريبات S.A.Q على بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم
- *د/ مصطفى عبدالله عبدالمقصود على..... (١٦٧)
 برنامج تدريبي موجه في ضوء بعض المحددات الكينماتيكية وتأثيره على تطوير المستوى الرقمي لدى متسابقين ٤٠٠ متر عدو
- *د/ . أحمد عبد المرضي عبد العزيز..... (١٨٦)
 أسباب الإلتحاق بالدراسات العليا وتأثيره على الحياة العملية للباحثين بمجال الرياضات المائية جامعة بنها
- *د/ . هشام عمر محمد فوزي أحمد..... (٢٠٧)
 تأثير برنامج تعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمي الرمح
- د/ محمود عبد المنعم غنيم محمد فضل..... (٢٢٧)
 . تأثير تنمية القدرات الحس حركية على مستوى أداء (الكاتا . Kata) في رياضة الجودو
- د/ بلال محمود محمد عبد الرازق..... (٢٦٠)
 دراسة قلق المستقبل الرياضي لدى لاعبي رياضة الكاراتيه

- د/ احمد السيد عبدالسلام..... (٢٨٢)
- استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم
- د/ الباحث: أحمد طه محمود (٢٩٩)
- تأثير برنامج تأهيلي باستخدام المغناطيس الحيوى على استعادة الكفاءة الحركية للمصابين بآلام أسفل الظهر
- د / محمد عودة خليل..... (٣٣٠)
- استخدام المنصة التعليمية "Edmodo" في تدريس مقرر كره الماء وتأثيرها علي نواتج التعلم لطلاب كليه التربيه الرياضيه جامعه بنها
- أ . م . د / محمد عبد الحميد طه مقلد..... (٣٥١)
- أثر استخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي
- أ . م . د / أحمد عيد عدلي علي عبد الهادي..... (٣٧٨)
- فعالية دمج أطفال ذوى الإحتياجات الخاصة الصم والبكم مع أقرانهم من الأسوياء لتعلم بعض مهارات رياضة الكاراتيه
- أ . م . د / أحمد يوسف عبدالرحمن أحمد..... (٤٠٨)
- تأثير التدريب المتقطع على الشدة على بعض المتغيرات الفسيولوجية للاعبى كرة القدم
- م . د / محمود السيد إبراهيم السيد..... (٤٢٥)



ملخص للبحث

قياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب

اسم الباحث مصطفى طه محمود طه
التخصص الدقيق : رياضات المضرب
اسم الكلية التربية الرياضية
اسم الجامعة : بنها
اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني: Mustafa.Taha@fped.bu.edu.eg
dr.mostafa.taha1984@yahoo.com

هدف البحث : يهدف هذا البحث إلى محاولة التعرف على القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب

المنهج المستخدم : المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

عينة البحث وخصائصها : تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من داخل مجتمع البحث من حكام رياضات المضرب المسجلين بالاتحادات، وذلك بحيث تمثل العينة الأساسية للبحث ما يعادل (٢٠%) من تعداد حكام كل رياضة كلاً على حدا وبحد أدنى (١٠) حكم من كل رياضة، على أن لا يكونوا قد اشتركوا في التجربة الاستطلاعية، وبذلك يصبح عدد افراد العينة الأساسية للبحث (٢٩٢) حكم.

اهم الاستنتاجات : ١- بناء مقياس القيادة للحكم الرياضى في رياضات المضرب ٢- أظهرت نتائج البحث أن الحكام فى رياضات المضرب بينهم فروق فى درجات أبعاد مقياس القيادة للحكم الرياضى ٣- أن حكام التنس الأرضى وهوكى الميدان يمارسون دوراً قيادياً بصورة أكبر من الدور القيادى الذى يقوم به حكام تنس الطاولة فحكام الريشة الطائرة وحكام كرة السرعة والإسكواش.



Search Name : "Measuring the driving ability of tennis referees"

Researcher Name Mostafa Taha Mahmoud Taha

Faculty Name : Faculty of Physical Education

University Name : Banha

Name of the country : Egypt

E-mail : Mustafa.Taha@fped.bu.edu.eg / dr.mostafa.taha1984@yahoo.com

Search aim: This research aims to try to identify the ability to lead to tennis referees

. Curriculum used: Descriptive approach with its steps and procedures to suit the nature of the research

Research Sample and Characteristics: The basic research sample was randomly selected from within the research community from the referees of tennis registered with the federations, so that the main sample of the research represents the equivalent of (٢٠%) Of the number of referees of each sport, each has a minimum of ١٠ judgments from each sport, but they should not have participated in the exploratory experiment, so that the number of members of the basic research sample (٢٩٢) becomes a judgment.

: The most important results: ١- Building the driving scale of sports governance in tennis sports ٢ - the results of the research showed that the referees in tennis sports between them differences in the degrees of the dimensions of the driving scale of sports referee ٣ - that the referees of tennis and the hockey field exercise a leadership role more than the leading role played by the rulers of table tennis, badminton referees and referees of speedball and squash.



قياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب

مصطفى طه محمود طه

مقدمة ومشكلة البحث

يشكل التحكيم عنصراً أساسياً في المنافسات الرياضية، وأحياناً ما يكون عاملاً في فوز فريق وضياع جهد فريق آخر، وربما يكون التحكيم سبباً من أسباب أحداث الشغب، لذلك من الأهمية بمكان أن نسعى بالبحث العلمي للارتقاء بمجال التحكيم وتعدد المداخل لتحقيق هذا الهدف، ولعل اختيار الباحث لدراسة القدرة على القيادة لدى الحكام قد تصبح من المحددات التي يمكن الاعتماد عليها عند عملية انتقاء الحكام، فهم قادة حَوَّل لهم القانون اتخاذ القرارات وإصدار الأحكام في المنافسات الرياضية التي تشكل أهمية للمتنافسين والقائمين عليها.

وانطلاقاً من هذا المفهوم يمكن أن نطلق مصطلح القائد على جميع أنواع القادة الرياضيين بصورة عامة بغض النظر عن مستوياتهم أو سلطاتهم أو مسؤولياتهم أو موقعهم من خط السلطة الذي ينساب من أعلى إلى أسفل في التنظيمات الإدارية، وتعتبر القيادة من أهم ظواهر التفاعل الإجتماعي، حيث يقوم القادة بدور رئيسي فيه، فالقيادة ظاهرة نلمسها في مختلف الميادين ففي كل العلاقات الإنسانية هناك القائد وهناك الجماعة ويتوقف النجاح والتقدم على نوع وكفاية القادة. (١٢ : ١٨-١٩)

ويعتبر مفهوم القيادة Leadership من المفاهيم المركبة التي تتضمن العديد من المتغيرات المتداخلة والتي تؤثر كل منها في الأخرى وتتأثر بها (١٦ : ٢٨)، (١٧ : ١٥).

والقيادة الرياضية Sport Leadership هي العملية التي يقوم بها فرد من أفراد جماعة رياضية منظمة بتوجيه سلوك الأفراد الرياضيين أو الأعضاء المنضمين للجماعة الرياضية من أجل دفعهم برغبة صادقة نحو تحقيق هدف مشترك بينهم (١٧ : ١٦).

وانطلاقاً من هذا المفهوم يمكن أن نطلق مصطلح القائد Leader على جميع أنواع القادة الرياضيين بصورة عامة بغض النظر عن مستوياتهم أو سلطاتهم أو مسؤولياتهم أو موقعهم من خط السلطة Line of authority الذي ينساب من أعلى إلى أسفل في التنظيمات الإدارية (١٧ : ١٨-١٩).



وعلى ذلك فعملية القيادة تعتمد على ثلاثة أركان هي: القائد والتابعين والموقف الإجتماعى الذى يتفاعلون فيه، وهذه الأركان الثلاثة هي التى يتشكل نتيجة لتفاعلها بالمظهر القيادى، ويجب أن يتم التوافق بين الأركان الثلاثة حتى يتم التفاعل، فالموقف يساعد على تهيئة الفرصة للقيادة ويظهر الإحتياج إليها، والقائد هو فرد من الجماعة يشعر بشعور أفرادها ولديه القدرة على إستغلال قدرات الأفراد والتأثير عليهم ليجابها الموقف الذى يتفاعلون فيه، والأفراد بالتالى يجب أن يكون لديهم شعوراً بالحاجة إلى القيادة، كذلك الإستعداد للتعاون مع القائد فى الموقف الذى يتفاعلون فيه. (٧: ١٠)

ولعل الوصول إلى التمثيل الرياضى العالمى هو هدف من أهداف الرياضة المصرية، ولتحقيق ذلك هناك ركائز رئيسية هي اللاعب، المدرب، الحكم، الإدارى، وارتفاع مستوى أى رياضة يتحقق من خلال الاهتمام بهذه العناصر الأربعة، لأن كل منها يكمل الآخر وضعف أحدهما يؤثر على الباقي (١٣ : ١٩٥) .

وإذا كان المسئولون فى الرياضة يعطون الأهمية الكبيرة للاعب لأنه حقيقة هو المنفذ والذى يظهر فى الصورة، إلا أن أى فوز لأى فريق قد ساهم فى تحقيقه أجهزة عديدة أدت دورها، مما انعكس على النتيجة النهائية سواء كانت فوزاً أو هزيمة، فهناك المدربين والإداريين والفنيين والجهاز الطبى، إلا أن هناك جهاز آخر يساعد على رفع المستوى التنافسى، ألا وهم الحكام (١٣ : ١٨٧) .

والحكم قائد فى ملعبه ومسئول عما يحدث داخل الملعب، كما أن لقراراته تأثير كبير على نتائج المباريات (٣٠)، (٣٤) .

ولا شك أن التحكيم عنصر هام يتطلب من المعنيين بشئونه الاهتمام بعملية الانتقاء والإعداد والتدريب والتأهيل للحكام والأخذ بالأساليب العلمية فى خططهم هذه للارتقاء بمستوى الحكام ولعل الجانب النفسى للحكم ينال اهتماماً فى مجال البحث العلمى خاصة ما يرتبط بكون هذا الحكم قائداً يتحمل مسئولية اتخاذ القرار فى جزء من الثانية أثناء المنافسات الرياضية .

فيجب أن يدرك القائد الرياضى مدى قدراته وكفاءته فى عمله القيادى الرياضى، وكذلك مدى ثقته فى ذاته لأنها من العوامل الهامة التى تساعد القائد الرياضى على النجاح فى عمله وزيادة فاعليته وتسهم فى زيادة دافعيته نحو الإنجاز والتفوق (١٧ : ٩١) .

ونظراً للضغوط الحياتية والعملية التي يعيشها العالم حالياً نتيجة التطور العلمي فى مختلف المجالات وما يصاحبه من تأثيرات بالإضافة إلى الصراع النفسى بين الفرد والمجتمع للوصول إلى ما يتمناه، فقد أصبح العامل النفسى عاملاً مؤثراً فى أداء الفرد نحو الفشل أو النجاح، بل أصبح علم النفس حالياً أحد العلوم الهامة التى تحتاج إلى الدراسة والتعمق، لما لها من مؤثرات حيوية كثيرة ولذلك دخل الإعداد النفسى مجال الرياضة مثل الإعداد الفنى والبدنى بعد اقتناع المسؤولين بجدواه نحو الوصول إلى مستويات عليا، بل وأصبح علماً يستفيد منه المدربون واللاعبون والإداريون والحكام، حتى أن البعض يوليه أولوية فى التدريب لأنه يؤثر على النواحي الفسيولوجية لأجهزة الجسم المختلفة والتى تقوم بدور فعال فى الأداء.

والحكم فى رياضات المضرب هو المشرف على الفعالية الرياضية بحيث تقام فى اطار القواعد فى اللعبة الرياضية، وله سلطة فى اتخاذ قرارات وتطبيق القوانين وعلان النتيجة، من وجهة نظر محايدة.(٢٦ : ١٤)

ومما لا شك فيه أن متطلبات التحكيم فى رياضات المضرب تختلف فيما بينها، حيث تتفاوت عوامل الضغط النفسى وتختلف وفقاً لطبيعة المنافسة وشدتها، الجمهور "حجمه، تعصبه"، عدد اللاعبين داخل الملعب، طبيعة حساب النقاط، الاحتكاك المباشر بين اللاعبين (يزيد من الصعوبة)، بالإضافة إلى عوامل وضغوط أخرى قد تؤثر على الحكم بصورة سلبية وبالتالي تؤثر فى خصائصه وسماته الشخصية من ضعف الثقة بالنفس، مفهوم سلبى نحو الذات، مفهوم سلبى نحو الآخرين، الإحساس بالتوقف وعدم التقدم وعدم تحقيق إنجاز ملموس، وبشكل عام يؤثر على مستوى أدائه فى التحكيم وفى قدرته على إدارة المباراة .

ويلعب الحكم دوراً هاماً فى رياضات المضرب ويعتبر احد اضلاع المثلث الهامة لتطوير رياضات المضرب للوصول بها الي أعلى المستويات العليا، والاهتمام باعداد وصقل الحكام ضروره هامة حتي يستطيعون القيام بقيادة عملية التحكيم للمباريات بجميع مستوياتها الدولية او القاريه او المحلية ، فنجاح الحكم فى قيادته للمباريات يتطلب توافر مجموعة من المواصفات التي تمكنه من عدم حدوث بعض الاخطاء التحكيمية القانونية اثناء المباراة .

وهذا ما دفع الباحث إلى محاولة التعرف على الخصائص والسمات المرتبطة بالتحكيم فى رياضات المضرب المختلفة فيما يتعلق بالقدرة على القيادة، فهل الحكم فى "هوكى الميدان" له

مواصفات وخصائص فيما يتعلق بالقدرة على القيادة تختلف عن نظيراتها بالنسبة للحكم فى "التنس - الريشة الطائرة - تنس الطاولة - الإسكواش - كرة السرعة"، وقد يرجع ذلك لمجموعة من الابعاد والمواصفات التي لا بد من توافرها فى الحكم لوصوله لاعلى الدرجات التحكيمية، لذا سعى الباحث إلى بناء مقياس للقدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب.

أهمية البحث :

تتمثل أهمية هذا البحث فى حدود علم الباحث أنه أول بحث يتناول توصيف الحكام على أساس القدرة على القيادة ومن ثم اعتماد هذا المتغير ضمن محددات انتقاء الحكام حيث الحاجة ملحة إلى أسس علمية لانتقاء الحكام وفقاً لمحددات موضوعية، كما أن البحث قد يسهم فى التوصل إلى بناء مقياس للقيادة يمكن الاعتماد عليه فى عملية تقويم الحكام، كما يمكن أن تسهم نتائج البحث فى رسم بروفيل لحكام رياضات المضرب فى مفهوم القيادة .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب وذلك من

خلال:-

- ١- بناء مقياس للقدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب .
- ٢- التعرف على مستوى القيادة لحكام رياضات المضرب.

تساؤلات البحث

فى ضوء أهمية وهدف البحث يضع الباحث التساؤلات التالية:.

- ١- ما هي أبعاد القدرة على القيادة التي يجب أن يتحلى بها حكام رياضات المضرب؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب طبقاً لنوع النشاط (هوكى الميدان، تنس أرضى، تنس طاولة، ريشة طائرة، كرة سرعة، الاسكواش)؟

مصطلحات البحث :

القيادة Leader ship :

هى سلوك الفرد عند قيامه بتوجيه أنشطة جماعة من الأفراد تجاه هدف مشترك بينهم

(١٧ : ١٥)

القائد Leader :



هو الفرد فى الجماعة الذى يوجه وينسق الأنشطة المرتبطة بالجماعة لتحقيق أهدافها، وأنه الفرد فى الجماعة الذى يمتلك أكبر قدر من النفوذ والتأثير على أفراد الجماعة بالمقارنة بغيره من الأفراد (١٧ : ١٦)

الحكم The Referee:

هو الرياضى المخوّل له تنفيذ القانون فى المنافسات الرياضية فيما يتعلق بأحداث هذه المنافسة وفقاً للقواعد التى أقرتها الاتحادات المعنية، وضمن قائمة الحكام المعتمدين من اتحاد اللعبة (٤ : ٧)

إجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفى بخطواته وإجراءاته وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على حكام رياضات المضرب (هوكى الميدان، تنس أرضى، تنس طاولة، ريشة طائرة، كرة سرعة، الاسكواش) المسجلين بالاتحادات والبالغ عددهم (١٤١٨) حكم. العينة الاساسية :

تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من داخل مجتمع البحث من حكام رياضات المضرب (هوكى الميدان، تنس أرضى، تنس طاولة، ريشة طائرة، كرة سرعة، الاسكواش) المسجلين بالاتحادات، وذلك بحيث تمثل العينة الاساسية للبحث ما يعادل (٢٠%) من تعداد حكام كل رياضة كلاً على حدا وبعد أدنى (١٠) حكم من كل رياضة، على أن لا يكونوا قد اشتركوا فى التجربة الاستطلاعية، وبذلك يصبح عدد افراد العينة الاساسية للبحث (٢٩٢) حكم.

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث

اجمالي العينة		العينة الاساسية		العينة الاستطلاعية		تعداد المجتمع	تصنيف مجتمع البحث
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٢٧,٦٩٢	١٨	٢٠,٠٠٠	١٣	٧,٦٩٢	٥	٦٥	هوكي
٢٥,٠٠٠	١٢٥	٢٠,٠٠٠	١٠٠	٥,٠٠٠	٢٥	٥٠٠	تنس طاولة
٢٥,٥٣٢	٢٤	٢٠,٢١٣	١٩	٥,٣١٩	٥	٩٤	تنس ارضي
١٠٠,٠٠٠	١٥	٦٦,٦٦٧	١٠	٣٣,٣٣٣	٥	١٥	اسكواش
٣٥,٧١٤	١٥	٢٣,٨١٠	١٠	١١,٩٠٥	٥	٤٢	ريشة طائرة
٢٥,٠٠٠	١٧٥	٢٠,٠٠٠	١٤٠	٥,٠٠٠	٣٥	٧٠٠	كرة السرعة
٢٦,٢٧١	٣٧٢	٢٠,٦٢١	٢٩٢	٥,٦٥٠	٨٠	١٤١٦	مجموع

وقد اختار الباحث كل فئة من فئات العينة وفقاً لما يلي:

- ١- أن يكون الحكم مسجلاً في الاتحاد المصري لرياضات المضرب.
- ٢- أن يكون الحكم مستمر وممارس عمله في مجال التحكيم حتى تاريخ تطبيق البحث.
- ٣- للدور الفعال الذي يقوم به الحكام في رياضات المضرب.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

أولاً: دراسة مسحية للمراجع العلمية المتخصصة وذلك بهدف :

- ١- مراجعة الأطر النظرية والدراسات المرجعية بموضوع القيادة في مجال علم النفس الرياضي.
- ٢- مراجعة قوائم ومقاييس القيادة التي سبق إعدادها في مجال علم النفس الرياضي.
- ٣- تحديد الأبعاد المقترحة لمقياس القيادة لحكام رياضات المضرب استرشاداً بالخطوات السابقة.
- ٤- تحديد المفهوم النظري الإجرائي لأبعاد المقياس المقترحة.
- ٥- تصميم وإعداد مقياس القيادة لحكم رياضات المضرب.

ثانياً: المقابلة الشخصية:

ثالثاً: الاستمارات :

- ١- استمارة استطلاع رأي الخبراء في تحديد (محاور المقياس).
 - ٢- استمارة استطلاع رأي الخبراء في تحديد عبارات المقياس.
- رابعاً : خطوات بناء مقياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب.:-



اعتمد الباحث في تصميم المقياس المقترح على الخطوات التالية

الخطوة الأولى: تحديد الهدف وذلك من خلال القراءات النظرية في المراجع والأبحاث العلمية وهو بناء مقياس للقدرة على القيادة وتطبيقه للتعرف على مستوى القيادة لحكام رياضات المضرب.

الخطوة الثانية: تم تحليل المحتوى والمفاهيم الخاصة التي تناولت موضوع القيادة كذلك تم مراجعة قوائم ومقاييس القيادة التي سبق إعدادها في مجال علم النفس الرياضي

وهي :

- مقياس السلوك القيادي للمدرب الرياضي إعداد مصطفى محمد كامل ١٩٩٠م (١٦).
- مقياس القيادة في الرياضة تصميم صالح وشيلادوراى ١٩٨٠م اقتباس محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م) (١٤ : ٣٥٩-٣٦٥).
- قائمة النمط القيادي المميز للمدرب الرياضي تصميم فيدلر ١٩٨٠م اقتباس محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م) (١٤ : ٣٧٣-٣٧٧).
- قائمة السمات الشخصية للمدرب الرياضي تصميم محمد حسن علاوى ٢٠٠٢م
- مقياس السمات النفسية لحكام كرة القدم إعداد محمد أحمد درويش ٢٠٠٠م (١٠).

الخطوة الثالثة: تحديد المحاور الرئيسية استرشاداً بالمراجع العلمية المتخصصة في هذا المجال وما اوضحته البحوث السابقة وبذلك تم ترشيح عدد (١٠) محاور لمقياس

القيادة لحكم رياضات المضرب وهم كالتالى:-

- | | | |
|-----------------------------|-------------|---------------------|
| ١- الاتزان الانفعالى | ٥- الطموح. | ٩- الشجاعة. |
| ٢- القدرة على اتخاذ القرار. | ٦- القيادة. | ١٠- الحيوية والنشاط |
| ٣- الثقة بالنفس. | ٧- الذكاء. | |
| ٤- تحمل المسؤولية. | ٨- الإنجاز. | |

ثم قام الباحث من خلال القراءات النظرية بوضع تعريفات إجرائية للأبعاد المقترحة لمقياس القيادة لحكام رياضات المضرب، وتم إعدادها في شكل استمارة قبل عرضها على الخبراء ثم قام الباحث بوضع المحاور المقترحة للمقياس في استمارة لأستطلاع رأي الخبراء حول تلك الأبعاد، ثم تم عرضها على السادة الخبراء وعددهم (١٠) خبراء مرفق (١) بهدف التعرف على:

جدول (٢)

النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول محاور " مقياس القيادة لحكم رياضات المضرب "

ن=١٠

م	الابعاد	اتفاق آراء الخبراء	النسبة المئوية
١	الاتزان الانفعالى	١٠	١٠٠
٢	القدرة على اتخاذ القرار	١٠	١٠٠
٣	الثقة بالنفس	١٠	١٠٠
٤	القيادية	٨	٨٠
٥	الطموح	٦	٦٠
٦	تحمل المسؤولية	١٠	١٠٠
٧	الذكاء	٦	٦٠
٨	الإنجاز	٥	٥٠
٩	الشجاعة	٥	٥٠
١٠	دافعية الانجاز	٩	٩٠

وقد توصل الباحث من خلال استطلاع الرأي إلى :

تحديد الابعاد الخاصة بمقياس " القيادة لحكم رياضات المضرب "، وقد ارتضى الباحث نسبة لا تقل عن (٧٠%) كحد أدنى لتحديد محاور المقياس، وعلى ذلك فقد تم تحديد (٦) محاور بعد العرض على الخبراء وهى:.

الخطوة الرابعة: اقتراح عبارات المقياس لكل بعد من أبعاد المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظرى الخاص لكل بعد :

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظرى الخاص لكل بعد، ومسترشداً بالمقاييس والاختبارات التالية:

اختبار السلوك التنافسى:

إعداد دروثنى هاريس ١٩٨٤م اقتباس محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م) (١٤ : ٤-٤٦).

قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين :

إعداد محمد حسن علاوى(٢٠٠٩م)(١٤ : ٤٧-٥٣).

قائمة سمة الثقة الرياضية، وقائمة حالة الثقة الرياضية:



تصميم روبين فيلى ١٩٨٦م تعريب محمد حسن علاوى ٢٠٠٩م (١٤ : ٥٥-٦٣).

قائمة التوجه التنافسى [الصورة (أ)، الصورة (ب)]:

إعداد محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م) (١٤ : ٢٠١-٢٠٧).

مقياس السلوك القيادى للمدرب الرياضى:

إعداد مصطفى محمد كامل ١٩٩٠م (١٦).

اختبار مساعدة الذات للحكام :

إعداد روبرت واينبرج Weinberg، وبجى ريتشاردسون Richardson ١٩٩٠م تعريب

محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م) (١٤ : ٥٣٩-٥٤٢).

مقياس السمات النفسية لحكام كرة القدم :

إعداد محمد أحمد درويش ٢٠٠٠م (١٠).

حيث تم الحصول على بعض العبارات من تلك المقاييس وتم تعديل صياغتها بما

يتناسب مع طبيعة عمل الحكم، وتم إعداد المقياس فى ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد

وصياغة العبارات تحت كل بعد كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٩٤)

الخطوة الخامسة: قام الباحث بوضع عبارات المقياس فى استمارة استطلاع رأى

لعرضها على السادة الخبراء لإبداء الرأى:-

وقد بلغ عدد عبارات المقياس فى صورته المبدئية (٩٤) عبارة، والجداول (٣ ، ٤ ، ٥ ،

٦ ، ٧ ، ٨) مرفق ٣ توضح النسبة المئوية لأتفاق السادة الخبراء على بنود ابعاد المقياس.

جدول (٣)

عدد بنود المقياس في صورته المبدئية وعدد البنود

المحذوفة وأرقامها وفقاً لنسبة آراء الخبراء

م	الابعاد	عدد العبارات	عدد العبارات المحذوفة	عبارات البُعد بعد استبعاد المحذوف	أرقام البنود المحذوفة
١	الاتزان الانفعالي	١٦	٨	٨	١٦، ١٥، ١٤، ١١، ١٠، ٨، ٦، ٣
٢	القدرة على اتخاذ القرار	١٥	٧	٨	٣٠، ٢٩، ٢٨، ٢٦، ٢٤، ٢٣، ٢٢
٣	الثقة بالنفس	١٤	٦	٨	٤٤، ٤٣، ٤٢، ٤١، ٣٧، ٣٤
٤	القيادية	١٦	٨	٨	٥٨، ٥٧، ٥٦، ٥٥، ٥٢، ٥٠، ٦١، ٦٠
٥	تحمل المسؤولية	١٧	٩	٨	٧٣، ٧٢، ٧٠، ٦٩، ٦٧، ٦٤، ٧٧، ٧٦، ٧٤
٦	دافعية الانجاز	١٦	٨	٨	٩١، ٨٩، ٨٨، ٨٦، ٨٢، ٨٠، ٩٤، ٩٣
	الإجمالي	٩٤	٤٦	٤٨	—

ويتضح من جدول (٣) عدد عبارات المقياس في صورته المبدئية، وعدد العبارات المحذوفة من كل بُعد، وعدد عبارات الابعاد بعد استبعاد العبارات المحذوفة، وأرقام العبارات المحذوفة، وذلك وفقاً لنسبة اتفاق آراء السادة الخبراء، وبذلك يصبح إجمالي عدد بنود المقياس الأولية (٤٨) بند.



جدول (٤)

عبارات تم تعديلها طبقاً لرأى الخبراء

الأبعاد	رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١- الاتزان الانفعالى	٢	أتمتع بقدر كبير من ضبط النفس فى المواقف الحرجة .	أتمتع بقدر كبير من السيطرة على انفعالاتى فى المواقف الحرجة أثناء المنافسة .
	٩	عند حدوث أشياء غير متوقعة أثناء المنافسة ينتابنى القلق .	ينتابنى القلق عند حدوث أشياء غير متوقعة أثناء المنافسة .
٢- القدرة على القرار	١٧	أثناء قيامى بالتحكيم لا أتردد فى اتخاذ القرار مهما كان رد فعل اللاعب .	أثناء قيامى بالتحكيم لا أتردد مهما كان رد فعل اللاعب أثناء قيامى بالتحكيم .
	١٨	سرعة اتخاذ قراراتى أثناء التحكيم تؤدي إلى التزام جميع من فى الملعب .	اتخاذ قراراتى فى التوقيت المناسب تؤدي إلى التزام اللاعبين والجهاز الفنى والإدارى .
٣- الثقة بالنفس	٢١	أفاجئ اللاعبين دائماً بالقرار السريع العادل فى التوقيت المناسب	لدى سرعة رد فعل فى اتخاذ القرار السليم فى التوقيت المناسب .
	٣٢	عندما أقوم بالتحكيم أستطيع الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتى فى نفسى طوال وقت المنافسة .	أحتفظ بثقتى بنفسى طوال فترة التحكيم .
٤- القيادة	٤٥	عندما أبدأ المباراة بقرارات غير موفقة أفقد ثقتى فى نفسى طوال المباراة .	تنخفض ثقتى بنفسى عندما أبدأ المنافسة بقرارات غير موفقة .
	٤٧	أثناء قيامى بالتحكيم إذا لم يتعاون معى أحد من زملائى المساعدين فإننى أخبره بأننى غير راض عن تصرفه .	أستطيع مواجهة زملائى المساعدين فى حالة خطأهم أثناء التحكيم .
٥- تحمل المسؤولية	٤٩	أثناء قيامى بالتحكيم لا أجادل اللاعبين فيما يختص بقراراتى .	أتجنب مجادلة اللاعبين فيما يختص بقراراتى أثناء قيامى بالتحكيم .
	٦٨	يجب أن أنقذ نفسى ذاتياً عند تيقنى بخطئى .	أعترف بقراراتى الخاطئة وأتعلم منها وأتحمل عواقبها .
٦- إيجابية الإنجاز	٧٥	عندما أقوم بالتحكيم أحاول أن أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء فى المنافسة .	أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء تحكيمية أثناء المنافسة .
	٩٢	مستوى أدائى فى إدارة المنافسات يرتفع وينخفض من منافسة لأخرى .	يرتفع وينخفض مستوى أدائى التحكيمى من منافسة لأخرى .

يتضح من جدول (٤) أن العبارات التي تم تعديلها ١٢ عبارة .

تم إعداد المقياس في صورته الثانية والتي تكونت من ٤٨ عبارة مرفق رقم (١٠)، وتم عرض المقياس مرة أخرى على الخبراء للتحقق من صدق عبارات المقياس وأجمع الخبراء على صدق العبارات المقترحة .

وقد توصل الباحث إلى الاتي :-

- تم موافقة الخبراء على (٤٨) عبارة من العبارات المعروضة على الخبراء .

الخطوة السادسة: إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على الأبعاد :

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من ٤٨ عبارة مرفق رقم (٥)

طريقة تصحيح المقياس:

وقد أتفق السادة الخبراء علي أن يكون ميزان تقدير الدرجات للمقياس ثلاثي التقدير

كالتالي :

الدرجة	العبارات السلبية	الدرجة	العبارات الإيجابية
درجة واحدة	تتطبق على تماماً	ثلاث درجات	تتطبق على تماماً
درجتان	تتطبق على بدرجة متوسطة	درجتان	تتطبق على بدرجة متوسطة
ثلاث درجات	لا تتطبق على نهائياً	درجة واحدة	لا تتطبق على نهائياً

ويتم جمع عبارات كل بعد على حده وكلما ارتفعت الدرجة كلما تميز الحكم بالخصائص التي يصفها البعد .

- الدرجة العظمى لكل بعد = ٢٤ درجة .

- الدرجة الصغرى لكل بعد = ٨ درجات .



جدول (٥)

عبارات البعد الأول "الاتزان الانفعالي"

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	١	أهدأ بسرعة عند إثارتى أثناء المنافسة.
٢	٧	أتمتع بقدر كبير من السيطرة على انفعالاتى فى المواقف الحرجة أثناء المنافسة.
٣	١٣	أستطيع أن أتحكم فى انفعالاتى أثناء قيامى بالتحكيم.
٤	١٩	أستطيع الاحتفاظ بهدوئى عندما يهتف الجمهور ضدى.
٥	٢٥	أستطيع الاحتفاظ بهدوئى عندما يعترض لاعب على قراراتى.
٦	٣١	ينتابنى القلق عند حدوث أشياء غير متوقعة أثناء المنافسة.
٧	٣٧	أعتقد أننى أكثر حساسية من معظم زملائى الحكام.
٨	٤٣	أشعر بتوتر عندما يهتز أدائى التحكيمى أثناء المنافسة.

جدول (٦)

عبارات البعد الثانى "القدرة على اتخاذ القرار"

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	٢	أخذ قراراتى بدون تردد مهما كان رد فعل اللاعب أثناء قيامى بالتحكيم.
٢	٨	اتخاذ قراراتى فى التوقيت المناسب تودى إلى التزام اللاعبين والجهاز الفنى والإدارى.
٣	١٤	لدى القدرة على اتخاذ القرار العادل فى التوقيت المناسب مهما كان تأثيره على كلا المتنافسين.
٤	٢٠	لدى القدرة على اتخاذ القرار بثبات وبدون تردد أثناء المنافسة.
٥	٢٦	لدى سرعة رد فعل فى اتخاذ القرار السليم فى التوقيت المناسب.
٦	٣٢	تتأثر قراراتى سلبياً بسبب الاحتجاجات المستمرة من اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء المنافسة.
٧	٣٨	أشعر بالتوتر عند اتخاذ قرار يحسم نتيجة المنافسة فى اللحظات الأخيرة.
٨	٤٤	أتردد فى اتخاذ قراراتى بسبب الخوف من الفشل فى تحكيم المنافسة.



جدول (٧)

عبارات البعد الثالث " الثقة بالنفس "

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	٣	أحتفظ بثقتي بنفسى طوال فترة التحكيم .
٢	٩	أثق فى قدراتى المعرفية والبدنية أثناء قيامى بالتحكيم .
٣	١٥	أستطيع الاحتفاظ بثقتى بنفسى تحت أى ظرف أثناء قيامى بالتحكيم .
٤	٢١	لدى القدرة على مواجهة الصعوبات التى تقابلنى أثناء التحكيم .
٥	٢٧	أنا واثق كل الثقة فى قدرتى على تحكيم أى منافسة .
٦	٣٣	تهنز ثقتى بنفسى عند ارتكابى لأى خطأ أثناء قيامى بالتحكيم .
٧	٣٩	أشعر بعدم الثقة فى قراراتى عندما أقوم بالتحكيم فى منافسة قوية .
٨	٤٥	تنخفض ثقتى بنفسى عندما أبدأ المنافسة بقرارات غير موفقة .

جدول (٨)

عبارات البعد الرابع " القيادة "

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	٤	أعتقد أننى قادر على قيادة كل من فى الملعب أثناء قيامى بالتحكيم .
٢	١٠	أستطيع مواجهة زملائى المساعدين فى حالة خطأهم أثناء التحكيم .
٣	١٦	أكون حازماً فى مواجهة غضب اللاعبين أثناء قيامى بالتحكيم .
٤	٢٢	أتجنب مجادلة اللاعبين فيما يختص بقراراتى أثناء قيامى بالتحكيم .
٥	٢٨	أستطيع السيطرة على تصرفات اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء قيامى بالتحكيم .
٦	٣٤	أتغاضى عن ثورة المدربين ضدى أثناء قيامى بالتحكيم .
٧	٤٠	أتغاضى عن تصرفات اللاعبين الثائرين أثناء قيامى بالتحكيم .
٨	٤٦	أتجنب توجيه اللوم لزملائى المساعدين فى حالة ارتكابهم الأخطاء التحكيمية .

جدول (٩)

عبارات البعد الخامس " تحمل المسؤولية "

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	٥	أبذل أقصى جهدي أثناء قيامي بالتحكيم .
٢	١١	أستطيع أن أتحمل مسؤولية المنافسة مهما كانت قوتها .
٣	١٧	أشعر بالضيق عند اتخاذ قرار خاطئ أثناء قيامي بالتحكيم .
٤	٢٣	أخطائي في التحكيم تجعلني في حالة سينة لفترات طويلة .
٥	٢٩	أعترف بقراراتي الخاطئة وأتعلم منها وأتحمّل عواقبها .
٦	٣٥	أعتذر عن قبول تحكيم المنافسات القوية والهامة .
٧	٤١	أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء تحكيمية أثناء المنافسة .
٨	٤٧	أتجنب التحكيم في المنافسات التي يقوم بتحكيمها حكام جدد .

جدول (١٠)

عبارات البعد السادس " دافعية الإنجاز "

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات
١	٦	أخطط لمستقبلي التحكيمي بمنتهى الثقة .
٢	١٢	أراجع تعديلات القانون أولاً بأول حتى أكون جاهزاً لتحكيم أى منافسة حساسة وهامة .
٣	١٨	أحب أن أتفوق على زملائي الحكام .
٤	٢٤	أشعر بأنني كنت في أفضل مستوى تحكيمي بعد الانتهاء من إدارتي للمنافسة .
٥	٣٠	أرتكب أخطاء قليلة جداً عند تحكيمي في المنافسات الحساسة والهامة .
٦	٣٦	أشعر بالاستسلام عند مواجهتي بعض الصعوبات أثناء قيامي بالتحكيم .
٧	٤٢	أستمتع بأدائي التحكيمي خلال المنافسة على الرغم من ارتكابي العديد من الأخطاء .
٨	٤٨	يرتفع وينخفض مستوى أدائي التحكيمي من منافسة لأخرى .



الدراسة الاستطلاعية:

كان الهدف من هذه الدراسة هو التأكد من المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) لمقياس " القيادة لحكم رياضات المضرب ".

المعاملات العلمية لمقياس القيادة لحكم رياضات المضرب:

صدق المقياس :

صدق المُحكِّمين (الصدق المنطقي):

قام الباحث باستخدام صدق المُحكِّمين (الصدق المنطقي)، حيث تم عرض استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لمقياس " القيادة لحكم رياضات المضرب " في صورتها الأولية مرفق (٢) على مجموعة الخبراء (المُحكِّمين) والبالغ عددهم (١٠)، والموضحة أسمائهم بالمرفق (١) ، واعتبر الباحث نسبة اتفاق السادة الخبراء علي بنود المقياس معياراً لصدقه .

صدق الاتساق الداخلي :

جدول (١١)

مُعاملات الارتباط ما بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس

ن=٨٠

الانجاز		تحمل المسؤولية		القيادة		الثقة بالنفس		القدرة علي اتخاذ القرار		الاتزان الانفعالي	
"ر"	م	"ر"	م	"ر"	م	"ر"	م	"ر"	م	"ر"	م
*٠,٤٩٠	٦	*٠,٤٤٨	٥	*٠,٥٩٦	٤	*٠,٤٩٤	٣	*٠,٤٩٣	٢	*٠,٤٧٠	١
*٠,٤٥٣	١٢	*٠,٤٩٥	١١	*٠,٥١٤	١٠	*٠,٤٩٤	٩	*٠,٥٦٠	٨	*٠,٤٦٠	٧
*٠,٤٥٠	١٨	*٠,٤٥٢	١٧	*٠,٤٥٥	١٦	*٠,٤٦٧	١٥	*٠,٤٤٤	١٤	*٠,٤٧٢	١٣
*٠,٤٥٦	٢٤	*٠,٤٧٩	٢٣	*٠,٤٩٦	٢٢	*٠,٥٠٦	٢١	*٠,٤٧٩	٢٠	*٠,٥٠٩	١٩
*٠,٤٦١	٣٠	*٠,٤٧٦	٢٩	*٠,٤٦٨	٢٨	*٠,٥٧٥	٢٧	*٠,٤٤٤	٢٦	*٠,٤٦٦	٢٥
*٠,٤٦٥	٣٦	*٠,٤٦١	٣٥	*٠,٤٥٣	٣٤	*٠,٤٥٣	٣٣	*٠,٥٢٩	٣٢	*٠,٤٤٤	٣١
*٠,٤٧٤	٤٢	*٠,٤٨٨	٤١	*٠,٥٧٩	٤٠	*٠,٦٤٤	٣٩	*٠,٦١٧	٣٨	*٠,٤٩٣	٣٧
*٠,٥٢٤	٤٨	*٠,٤٤٧	٤٧	*٠,٤٥٧	٤٦	*٠,٦٥١	٤٥	*٠,٥٥٦	٤٤	*٠,٤٨١	٤٣

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١١) قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٤٤٤ - ٠,٦٥١).

جدول (١٢)

معاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد الأول "الاتزان الانفعالي"

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
١	أهدأ بسرعة عند إثارتى أثناء المنافسة	*٠,٧٣٠
٧	أتمتع بقدر كبير من ضبط النفس في المواقف الحرجة	*٠,٦٧٦
١٣	أستطيع أن أتحكم في انفعالاتى أثناء قيامى بالتحكيم	*٠,٦٢٥
١٩	أستطيع الاحتفاظ بهدوئى عندما يهتف الجمهور ضدى	*٠,٦٣٢
٢٥	أستطيع الاحتفاظ بهدوئى عندما يعترض لاعب على قراراتى	*٠,٦٥١
٣١	عند حدوث أشياء غير متوقعة أثناء المنافسة ينتابنى الضيق	*٠,٥٦٢
٣٧	أعتقد أننى أكثر حساسية من معظم زملائى الحكام	*٠,٥٨٤
٤٣	أشعر بتوتر عندما يهتز أادانى التحكيمى أثناء المنافسة	*٠,٧٤٩

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٢) قيم معاملات الارتباط لبُعد الأول "الاتزان الانفعالي" لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للبُعد ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائية

جدول (١٣)

معاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد الثاني "القدرة على اتخاذ القرار"

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
٢	أثناء قيامى بالتحكيم لا أتردد فى اتخاذ القرار مهما كان رد فعل اللاعب	*٠,٥٩٣
٨	سرعة اتخاذ قراراتى أثناء التحكيم تودى إلى التزام جميع من فى الملعب	*٠,٧٣٩
١٤	لدى القدرة على اتخاذ القرار العادل فى التوقيت المناسب مهما كان تأثيره على كلا المتنافسين	*٠,٧١٥
٢٠	لدى القدرة على اتخاذ القرار بثبات وبدون تردد أثناء المنافسة	*٠,٦٦٥
٢٦	أفاجئ اللاعبين دائماً بالقرار السريع العادل فى التوقيت المناسب	*٠,٧١٥
٣٢	تتأثر قراراتى سلبياً بسبب الاحتجاجات المستمرة من اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء المنافسة	*٠,٦٠٤
٣٨	أشعر بالتوتر عند اتخاذ قرار يحسم نتيجة المنافسة فى اللحظات الأخيرة	*٠,٧٩٩
٤٤	أتردد فى اتخاذ قراراتى بسبب الخوف من الفشل فى تحكيم المنافسة	*٠,٦٧٣

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٣) قيم معاملات الارتباط لبُعد الثاني " القدرة علي اتخاذ القرار" لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للُبُعد ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة

جدول (١٤)

مُعاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد الثالث " الثقة بالنفس "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
٣	عندما أقوم بالتحكيم أستطيع الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتي في نفسي طوال وقت المنافسة	*٠,٨٤٨
٩	أثق في قدراتي المعرفية والبدنية أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٦٢٦
١٥	أستطيع الاحتفاظ بثقتي بنفسى تحت أى ظرف أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٨٧٦
٢١	لدى القدرة على مواجهة الصعوبات التي تقابلني أثناء التحكيم	*٠,٦٧١
٢٧	أنا واثق كل الثقة في قدرتي على تحكيم أى منافسة	*٠,٦٨٠
٣٣	تهتز ثقتي بنفسى عند ارتكابى لأى خطأ أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٨٣٣
٣٩	أشعر بعدم الثقة في قراراتى عندما أقوم بالتحكيم فى منافسة قوية	*٠,٦٥٦
٤٥	عندما أبدأ المباراة بقرارات غير موفقة أفقد ثقتي فى نفسي طوال المباراة	*٠,٨٩٣

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٤) قيم معاملات الارتباط لبُعد الثالث " الثقة بالنفس" لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للُبُعد ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائياً

جدول (١٥)

مُعاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد الرابع " القيادة "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
٤	أعتقد أنني قادر على قيادة كل من فى الملعب أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٥٤٨
١٠	أثناء قيامي بالتحكيم إذا لم يتعاون معى أحد من زملاىي المساعدين فإننى أخبره بأننى غير راض عن تصرفه	*٠,٧١٨
١٦	أكون حازماً فى مواجهة غضب اللاعبين أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٥٩٥
٢٢	أثناء قيامي بالتحكيم لا أجادل اللاعبين فيما يختص بقراراتى	*٠,٦٨٤
٢٨	أستطيع السيطرة على تصرفات اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٦٠٢
٣٤	أتغاضى عن ثورة المدربين ضدى أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٦٥٧
٤٠	أتغاضى عن تصرفات اللاعبين الثانىين أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٣٥
٤٦	أتجنب توجيه اللوم لزملاىي المساعدين فى حالة ارتكابهم الأخطاء التحكيمية	*٠,٦٢٦

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٥) قيم معاملات الارتباط لبنود البُعد الرابع " القيادية " لمقياس " القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للبُعد ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائية

جدول (١٦)

مُعاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد الخامس " تحمل المسؤولية "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
٥	أبدل أقصى جهدى أثناء قيامى بالتحكيم	*٠,٦٣٥
١١	أستطيع أن أتحمّل مسؤولية المنافسة مهما كانت قوتها	*٠,٥٨٧
١٧	أشعر بالضيق عند اتخاذ قرار خاطئ أثناء قيامى بالتحكيم	*٠,٦١٦
٢٣	أخطانى فى التحكيم تجعلنى فى حالة سينة لفترات طويلة	*٠,٦٧٧
٢٩	يجب أن أنقد نفسى ذاتيا عند تيقنى بخطئى	*٠,٦٣٧
٣٥	أعتذر عن قبول تحكيم المنافسات القوية والهامة	*٠,٦٢٩
٤١	عندما أقوم بالتحكيم أحاول أن أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء فى المنافسة	*٠,٧٢٣
٤٧	أتجنب التحكيم فى المنافسات التى يقوم بتحكيمها حكام جدد	*٠,٥٦٤

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٦) قيم معاملات الارتباط لبنود البُعد الخامس " تحمل المسؤولية "

لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للبُعد، قد جاءت جميعها ذات دلالة

جدول (١٧)

مُعاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات البُعد السادس " دافعية الانجاز "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل الارتباط ودلالته
٦	أخط لمستقبلى التحكيمى بمنتهى الثقة	*٠,٦٢٨
١٢	أراجع تعديلات القانون أولاً بأول حتى أكون جاهزاً لتحكيم أى منافسة حساسة وهامة	*٠,٥٦٥
١٨	أحب أن أتفوق على زملائى الحكام	*٠,٧١٢
٢٤	أشعر بأننى كنت فى أفضل مستوى تحكيمى بعد الانتهاء من إدارتى للمنافسة	*٠,٥٦٥
٣٠	أرتكب أخطاء قليلة جداً عند تحكيمى فى المنافسات الحساسة والهامة	*٠,٧٣٣
٣٦	أشعر بالاستسلام عند مواجهتى بعض الصعوبات أثناء قيامى بالتحكيم	*٠,٦١١
٤٢	أستمع بأدانى التحكيمى خلال المنافسة على الرغم من ارتكابى العديد من الأخطاء	*٠,٧١٨
٤٨	مستوى أدائى فى إدارة المنافسات يرتفع وينخفض من منافسة لأخرى	*٠,٥٨٥

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٧) قيم معاملات الارتباط لبنود البُعد السادس "دافعية الانجاز" لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للبُعد ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائياً

جدول (١٨)

مُعاملات الارتباط ما بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

ن=٨٠

م	المحاور	معامل الارتباط
١	الاتزان الانفعالي	*٠,٧٢٩
٢	القدرة على اتخاذ القرار	*٠,٧٥٠
٣	الثقة بالنفس	*٠,٧٠٦
٤	القيادية	*٠,٧٨١
٥	تحمل المسؤولية	*٠,٧٣٧
٦	دافعية الانجاز	*٠,٧٣٨

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يوضح الجدول رقم (١٨) قيم معاملات الارتباط لكل بُعد من ابعاد مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" مع الدرجة الكلية للمقياس ، وقد جاءت جميعها ذات دلالة إحصائياً عند مستوي معنوية (٠,٠٥) ، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٩٣٦ - ٠,٩٩٤).

من خلال العرض السابق للجدول يتضح أن جميع معاملات الارتباط لبنود المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس ذات دلالة إحصائية ، في حين تشير الجداول إلي أن جميع معاملات الارتباط الخاصة بكل بند والدرجة الكلية للبُعد التابع له ذات دلالة إحصائية ، وكذلك يوضح جدول إلي ارتباط جميع الأبعاد بمعاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية مع الدرجة الكلية للمقياس، ومن هنا نستطيع أن نحكم علي المقياس بأنه متسق داخلياً وبالتالي صادق في قياس ما صمم من أجله.

صدق التمايز لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" قيد البحث :

وكذلك تم حساب معامل الصدق لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" عن طريق حساب صدق التمييز من خلال المقارنة الطرفية بين درجات حكام رياضات المضرب علي المقياس وذلك بتطبيقها علي (٨٠) حكم "العينة الاستطلاعية"، وذلك يوم الاثنين ١٠ / ٢

٢٠٢٠م، حيث يمثل كل من الربيع (الأعلى ، الأدنى) عدد (٢٢) حكم والجدول التالي يوضح دلالة الفروق بين المجموعتين في المقياس.

جدول (١٩)

دلالة الفروق بين متوسط درجات الربيع (الأعلى والأدنى) علي مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

$$n=22=22$$

المقياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
	n=22		n=22			
	ع±	/س	ع±	/س		
القيادة لحكم رياضات المضرب	١٢٠,٤٠٩	٤,٧٣٧	٧٠,٥٩١	٣,٠١٨	٤٩,٨١٨	*٤٠,٦٤١

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤٢) = ٢,٠٧٤

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى للمقياس مما يدل علي صدق المقياس.

الثبات باستخدام التجزئة النصفية لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" قيد البحث :

قام الباحث بإيجاد معامل ثبات بنود المقياس وعددها (٤٨) مفردة باستخدام معادلة سبيرمان وبراون Spearman & Brown لإيجاد معامل الارتباط بين البنود الزوجية والبنود الفردية.

جدول (٢٠)

ثبات التجزئة النصفية لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

$$n = 80$$

معامل الارتباط	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		المقياس
	ع±	/س	ع±	/س	
٠,٨٩٧*	١٠,٠٧٨	٤٦,٤٥٠	١٠,٤٢٦	٤٨,٣١٣	القيادة لحكم رياضات المضرب

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) د. ح (٧٨) = (٠,٢٣٢)

يتضح من الجدول (٢٦) أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين بنود المقياس ككل مما يدل على ثبات المقياس.



الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ Cronbach`s alpha لمقياس "القيادة لحكم

رياضات المضرب" قيد البحث : وقد كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ لبنود المقياس والتي عددها

(٤٨) عبارة هو (٠,٩٣٤٢) .

جدول (٢١)

معامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

ن=٨٠

دافعية الانجاز		تحمل المسؤولية		القيادية		الثقة بالنفس		القدرة علي اتخاذ القرار		الاتزان الانفعالي	
معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م
*٠,٩٣٣٠	٦	*٠,٩٣٣٣	٥	*٠,٩٣٢١	٤	*٠,٩٣٢٩	٣	*٠,٩٣٢٩	٢	*٠,٩٣٣١	١
*٠,٩٣٣٢	١٢	*٠,٩٣٢٩	١١	*٠,٩٣٢٨	١٠	*٠,٩٣٢٩	٩	*٠,٩٣٢٤	٨	*٠,٩٣٣٢	٧
*٠,٩٣٣٢	١٨	*٠,٩٣٣٢	١٧	*٠,٩٣٣٢	١٦	*٠,٩٣٣١	١٥	*٠,٩٣٣٣	١٤	*٠,٩٣٣١	١٣
*٠,٩٣٣٣	٢٤	*٠,٩٣٣١	٢٣	*٠,٩٣٢٩	٢٢	*٠,٩٣٢٨	٢١	*٠,٩٣٣٠	٢٠	*٠,٩٣٢٨	١٩
*٠,٩٣٣٢	٣٠	*٠,٩٣٣١	٢٩	*٠,٩٣٣١	٢٨	*٠,٩٣٢٣	٢٧	*٠,٩٣٣٣	٢٦	*٠,٩٣٣١	٢٥
*٠,٩٣٣١	٣٦	*٠,٩٣٣١	٣٥	*٠,٩٣٣٢	٣٤	*٠,٩٣٣٢	٣٣	*٠,٩٣٢٦	٣٢	*٠,٩٣٣٣	٣١
*٠,٩٣٣١	٤٢	*٠,٩٣٣٠	٤١	*٠,٩٣٢٢	٤٠	*٠,٩٣١٧	٣٩	*٠,٩٣١٩	٣٨	*٠,٩٣٢٩	٣٧
*٠,٩٣٢٧	٤٨	*٠,٩٣٣٣	٤٧	*٠,٩٣٣٢	٤٦	*٠,٩٣١٧	٤٥	*٠,٩٣٢٤	٤٤	*٠,٩٣٣٠	٤٣

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) للمقياس = (٠,٩٣٤٢)

جدول (٢٢)

معامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " الاتزان الانفعالي "

ن=٨٠

معامل ألفا	العبارات	م
*٠,٧٦٧٩	أهدأ بسرعة عند إثارتى أثناء المنافسة	١
*٠,٧٧٨٥	أتمتع بقدر كبير من ضبط النفس في المواقف الحرجة	٢
*٠,٧٩٠٠	أستطيع أن أتحكم في انفعالاتى أثناء قيامى بالتحكيم	٣
*٠,٧٨٦٥	أستطيع الاحتفاظ بهدونى عندما يهتف الجمهور ضدى	٤
*٠,٧٨٣٥	أستطيع الاحتفاظ بهدونى عندما يعترض لاعب على قراراتى	٥
*٠,٧٩٩٩	عند حدوث أشياء غير متوقعة أثناء المنافسة ينتابنى الضيق	٦
*٠,٧٩٤٩	أعتقد أننى أكثر حساسية من معظم زملاى الحكام	٧
*٠,٧٦٤٢	أشعر بتوتر عندما يهتز أداى التحكيمى أثناء المنافسة	٨

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " الاتزان الانفعالي " = (٠,٨٠٥٣)



جدول (٢٣)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " القدرة علي اتخاذ القرار "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل ألفا
٩	أثناء قيامي بالتحكيم لا أتردد في اتخاذ القرار مهما كان رد فعل اللاعب	*٠,٨٣٥٨
١٠	سرعة اتخاذ قراراتي أثناء التحكيم تؤدي إلى التزام جميع من في الملعب	*٠,٨١٥١
١١	لدى القدرة على اتخاذ القرار العادل في التوقيت المناسب مهما كان تأثيره على كلا المتنافسين	*٠,٨١٧٦
١٢	لدى القدرة على اتخاذ القرار بثبات وبدون تردد أثناء المنافسة	*٠,٨٢٣٩
١٣	أفاجئ اللاعبين دائماً بالقرار السريع العادل في التوقيت المناسب	*٠,٨١٧٦
١٤	تتأثر قراراتي سلبياً بسبب الاحتجاجات المستمرة من اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء المنافسة	*٠,٨٣٥٨
١٥	أشعر بالتوتر عند اتخاذ قرار يحسم نتيجة المنافسة في اللحظات الأخيرة	*٠,٨٠٣٢
١٦	أتردد في اتخاذ قراراتي بسبب الخوف من الفشل في تحكيم المنافسة	*٠,٨٢٤٣

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " القدرة على اتخاذ القرار " = (٠,٨٤٠٧)

جدول (٢٤)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " الثقة بالنفس "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل ألفا
١٧	عندما أقوم بالتحكيم أستطيع الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتي في نفسي طوال وقت المنافسة	*٠,٨٧٠٠
١٨	أثق في قدراتي المعرفية والبدنية أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٨٩٣٩
١٩	أستطيع الاحتفاظ بثقتي بنفسى تحت أى ظرف أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٨٦٦٤
٢٠	لدى القدرة على مواجهة الصعوبات التي تقابلني أثناء التحكيم	*٠,٨٩١٩
٢١	أنا واثق كل الثقة في قدرتي على تحكيم أى منافسة	*٠,٨٩٣٦
٢٢	تهتز ثقتي بنفسى عند ارتكابي لأى خطأ أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٨٧١٩
٢٣	أشعر بعدم الثقة في قراراتي عندما أقوم بالتحكيم في منافسة قوية	*٠,٨٩٣٧
٢٤	عندما أبدأ المباراة بقرارات غير موفقة أفقد ثقتي في نفسي طوال المباراة	*٠,٨٦٤٤

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " الثقة بالنفس " = (٠,٨٩٤٥)

جدول (٢٥)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " القيادية " لمقياس " القيادة لحكم رياضات المضرب "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل ألفا
٢٥	أعتقد أنني قادر على قيادة كل من في الملعب أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٩٨٧
٢٦	أثناء قيامي بالتحكيم إذا لم يتعاون معي أحد من زملائي المساعدين فإنني أخبره بأنني غير راض عن تصرفه	*٠,٧٦٢٨
٢٧	أكون حازما في مواجهة غضب اللاعبين أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٨٥٨
٢٨	أثناء قيامي بالتحكيم لا أجادل اللاعبين فيما يختص بقراراتي	*٠,٧٦٩٩
٢٩	أستطيع السيطرة على تصرفات اللاعبين والأجهزة الفنية أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٨٤٢
٣٠	أتغاضى عن ثورة المدربين ضدى أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٧٤٣
٣١	أتغاضى عن تصرفات اللاعبين الثائرين أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٥٩٨
٣٢	أتجنب توجيه اللوم لزملائي المساعدين في حالة ارتكابهم الأخطاء التحكيمية	*٠,٧٨٠٤

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " القيادية " = (٠,٧٩٩٦)

جدول (٢٦)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " تحمل المسؤولية "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل ألفا
٣٣	أبذل أقصى جهدي أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٦٦٣
٣٤	أستطيع أن أتحمل مسؤولية المنافسة مهما كانت قوتها	*٠,٧٧٢٩
٣٥	أشعر بالضيق عند اتخاذ قرار خاطئ أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٦٦٩
٣٦	أخطائي في التحكيم تجعلني في حالة سينة لفترات طويلة	*٠,٧٥٧١
٣٧	يجب أن أنقد نفسي ذاتيا عند تيقني بخطئي	*٠,٧٦٤٢
٣٨	أعتذر عن قبول تحكيم المنافسات القوية والهامة	*٠,٧٦٣٤
٣٩	عندما أقوم بالتحكيم أحاول أن أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء في المنافسة	*٠,٧٤٦٧
٤٠	أتجنب التحكيم في المنافسات التي يقوم بتحكيمها حكام جدد	*٠,٧٧٦٤

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " تحمل المسؤولية " = (٠,٧٨٧٧)



جدول (٢٧)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لبنود بُعد " دافعية الانجاز "

ن=٨٠

م	العبارات	معامل ألفا
٤١	أخطت لمستقبلي التحكيمي بمنتهى الثقة	*٠,٧٧٠٨
٤٢	أراجع تعديلات القانون أولاً بأول حتى أكون جاهزاً لتحكيم أى منافسة حساسة وهامة	*٠,٧٨٢٦
٤٣	أحب أن أتفوق على زملائي الحكام	*٠,٧٥٢١
٤٤	أشعر بأنني كنت في أفضل مستوى تحكيمي بعد الانتهاء من إدارتي للمنافسة	*٠,٧٨٨٢
٤٥	أرتكب أخطاء قليلة جداً عند تحكيمي في المنافسات الحساسة والهامة	*٠,٧٤٧٧
٤٦	أشعر بالاستسلام عند مواجهتي بعض الصعوبات أثناء قيامي بالتحكيم	*٠,٧٧٠٢
٤٧	أستمع بأدائي التحكيمي خلال المنافسة على الرغم من ارتكابي العديد من الأخطاء	*٠,٧٥٠٩
٤٨	مستوى أدائي في إدارة المنافسات يرتفع وينخفض من منافسة لأخرى	*٠,٧٧٦٣

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) لبُعد " دافعية الانجاز " = (٠,٧٩٠٧)

جدول (٢٨)

مُعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

ن=٨٠

م	المحاور	معامل ألفا
١	الاتزان الانفعالي	*٠,٨٠٥٣
٢	القدرة على اتخاذ القرار	*٠,٨٤٠٧
٣	الثقة بالنفس	*٠,٨٩٤٥
٤	القيادية	*٠,٧٩٩٦
٥	تحمل المسؤولية	*٠,٧٨٧٧
٦	دافعية الانجاز	*٠,٧٩٠٧

*قيمة (معامل ألفا كرونباخ) للمقياس = (٠,٩٣٤٢)

يتضح من جدول (٣٤) معامل ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس وقد تراوحت قيمة معامل ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٨٧٧ - ٠,٨٩٤٥) وهي قيم أقل من معامل ألفا كرونباخ للمقياس والتي كانت (٠,٩٣٤٢)، مما يدل علي ثبات المقياس.

من خلال العرض السابق للجدول (٢٧) يتضح أن معامل ألفا كرونباخ لبنود المقياس في حالة حذف بند من بنود المقياس كانت اقل من قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس، في حين تشير



الجدول (٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٣) إلي أن قيم معامل ألفا كرونباخ لبنود كل بُعد من أبعاد المقياس في حالة حذف البند من البُعد كانت اقل من قيمة معامل ألفا كرونباخ للبُعد

خطوات تنفيذ الدراسة:

١. الإجراءات الإدارية :

وقد تضمنت الآتى :

- ❖ توجيه خطابات للاتحادات المصرية لرياضات المضرب قيد البحث وذلك لمعرفة عدد الحكام المقيدون في كل رياضة من رياضات المضرب مرفق رقم (٢)٠
 - ❖ تم التنسيق مع لجان الحكام الرئيسية لتحديد كيفية تطبيق الدراسة الاستطلاعية والأساسية
- #### ٢. تنفيذ الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق المقياس في شكله النهائي على عينة البحث فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٠/٣/١م إلى يوم الأحد الموافق ٢٠٢٠/٤/٥م وذلك بعد تحويل المقياس من الورقى إلى الالىكترونى وارساله للحكام عينة الدراسة عن طريق البريد الالىكترونى من خلال لجنة الحكام الرئيسية بكل اتحاد من الاتحادات المصرية لرياضات المضرب قيد البحث.

تم تجميع الاستمارات وتصنيفها فى مجموعات، وقام الباحث بتصحيح المقاييس كل وفق مفتاح التصحيح الخاص به، وتم إعداد البيانات فى بطاقات مجمعة لإجراء التحليل الإحصائى المناسب.

المعالجات الإحصائية:

وقد أجريت جميع المعالجات الإحصائية للبيانات باستخدام الحاسب الآلى على حزم البرامج الإحصائية Spss.



عرض النتائج ومناقشتها:

عرض النتائج : من خلال أهداف البحث وتساؤلاته والبيانات الخاصه بعينة البحث وتبويبها في جداول ومعالجتها إحصائيا ظهرت نتائج البحث كالتالي:

جدول (٢٩)

التوصيف الاحصائي للحكام طبقا لرياضتهم على مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

ن=٢٩٢

المجموع	دافعية الانجاز	تحمل المسؤولية	القيادية	الثقة بالنفس	القدرة علي اتخاذ القرار	الاتزان الانفعالي	الأبعاد	
١٢٢,٣٠٨	١٨,٦١٥	٢٣,٠٠٠	٢٢,٨٤٦	٢٠,٠٧٧	٢٢,١٥٤	١٥,٦١٥	المتوسط الحسابي	الهوكي
١٢٢,٠٠٠	١٩,٠٠٠	٢٣,٠٠٠	٢٣,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	١٦,٠٠٠	الوسيط	
٤,٥٧١	١,٠٤٤	٠,٥٧٧	٠,٦٨٩	٠,٨٦٢	٠,٩٨٧	١,٠٤٤	الانحراف المعياري	
٠,١٦٧	٠,١٠١-	٠,٠٠٠	٠,٢٠٣	٠,١٦٤-	٠,٢٦٢	٠,١٠١-	معامل الالتواء	
١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	١٣,٠٠٠	العدد	
١١٧,٦٠٠	٢٠,٢٥٠	١٩,٠٢٠	١٩,٢٢٠	٢٠,٩٩٠	٢٠,٠٨٠	١٨,٠٤٠	المتوسط الحسابي	تنس الطاولة
١١٨,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	٢١,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	١٨,٠٠٠	الوسيط	
٥,٦٢٨	١,٤٨٦	١,٤١٤	١,٤٤٠	١,٤٠٣	١,٢٦٩	١,٠٥٣	الانحراف المعياري	
٠,٠٩١	٠,٠٢٩	٠,٠١٤-	٠,١٢٦-	٠,٠١٨	٠,٠٣٢-	٠,٠٢٨-	معامل الالتواء	
١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	العدد	
١٣١,٥٢٦	٢٢,٠٥٣	٢١,٥٢٦	٢٠,٤٧٤	٢١,٧٨٩	٢٣,٠٠٠	٢٢,٦٨٤	المتوسط الحسابي	التنس الأرضي
١٣٢,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	٢٣,٠٠٠	٢٣,٠٠٠	الوسيط	
٤,٧٨٩	٠,٩١١	٠,٨٤١	١,٣٠٧	٠,٩١٨	٠,٧٤٥	٠,٧٤٩	الانحراف المعياري	
٠,١١٣-	٠,٦٠٤-	٠,٠٩٢-	٠,٣١٤	٠,٠٢٠-	٠,٠٠٠	٠,٢٧٠-	معامل الالتواء	
١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٩,٠٠٠	العدد	
٩٧,٦٠٠	١٧,٦٠٠	١٥,٢٠٠	١٥,٩٠٠	١٦,٠٠٠	١٥,٦٠٠	١٧,٣٠٠	المتوسط الحسابي	الاسكواش
٩٦,٥٠٠	١٧,٥٠٠	١٥,٠٠٠	١٦,٠٠٠	١٦,٠٠٠	١٦,٠٠٠	١٧,٠٠٠	الوسيط	
٤,٦٠٠	٠,٩٦٦	٠,٦٣٢	٠,٧٣٨	٠,٩٤٣	٠,٨٤٣	٠,٩٤٩	الانحراف المعياري	
٠,٣٦٤	٠,١١١	٠,١٣٢-	٠,١٦٦	٠,٩٩٤	٠,٣٨٩-	٠,٢٣٤	معامل الالتواء	
١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	العدد	
١١٠,٨٠٠	١٦,٦٠٠	١٧,٨٠٠	١٨,٣٠٠	١٨,٤٠٠	١٨,٨٠٠	٢٠,٩٠٠	المتوسط الحسابي	الريشة الطائرة
١٠٨,٠٠٠	١٦,٠٠٠	١٧,٥٠٠	١٨,٠٠٠	١٨,٠٠٠	١٨,٠٠٠	٢١,٠٠٠	الوسيط	
٧,٨٠٠	١,٣٥٠	١,٧٥١	١,١٦٠	١,٥٧٨	١,٣١٧	٠,٩٩٤	الانحراف المعياري	
١,٨٢٢	١,٩٣٨	١,٦٢٠	١,٤١١	١,٠٧٨	١,٩١٣	١,٠٨٥	معامل الالتواء	
١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	١٠,٠٠٠	العدد	
١٠٧,٢٠٧	١٩,٣٢٩	١٦,٢٣٦	١٧,٤٨٦	١٦,٩٥٧	١٧,٦٠٧	١٩,٥٩٣	المتوسط الحسابي	كرة السرعة
١٠٧,٠٠٠	١٩,٠٠٠	١٦,٠٠٠	١٧,٠٠٠	١٧,٠٠٠	١٨,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	الوسيط	
٣,١١٨	٠,٧٩١	١,٢٩٠	٠,٩٦٣	١,٢٤٠	٠,٧٥٦	١,٠١٠	الانحراف المعياري	
٠,٤٤٦	٠,٣١٦	٠,١٠٣-	٠,٠١٧	٠,١٠٥	٠,٠١٦-	٠,٠٠٣-	معامل الالتواء	
١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	١٤٠,٠٠٠	العدد	



يتضح من جدول (٢٩) التوصيف الإحصائي لدرجات الحكم علي مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" وذلك إعداداً لأجراء تحليل التباين بين متوسط درجات الحكام طبقاً لرياضتهم

جدول (٣٠)

تحليل التباين بين متوسط درجات حكام رياضات المضرب علي مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب"

البُعد	المصدر	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة " ف "
الاتزان الانفعالي	التباين بين المجموعات	٥	٦١٢,٤١٤	١٢٢,٤٨٣	*١٢٠,٠٤٢
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٢٩١,٨١٥	١,٠٢٠	
	المجموع الكلي	٢٩١	٩٠٤,٢٢٩		
القدرة علي اتخاذ القرار	التباين بين المجموعات	٥	٩٣٧,٤٣٢	١٨٧,٤٨٦	*١٨٩,٨٤٦
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٢٨٢,٤٤٥	٠,٩٨٨	
	المجموع الكلي	٢٩١	١٢١٩,٨٧٧		
الثقة بالنفس	التباين بين المجموعات	٥	١٢٢٦,٠٤٦	٢٤٥,٢٠٩	*١٥١,٣٩٨
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٤٦٣,٢١٤	١,٦٢٠	
	المجموع الكلي	٢٩١	١٦٨٩,٢٦٠		
القيادية	التباين بين المجموعات	٥	٥٨٣,٣٨٥	١١٦,٦٧٧	*٨٦,١٠٢
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٣٨٧,٥٦١	١,٣٥٥	
	المجموع الكلي	٢٩١	٩٧٠,٩٤٥		
تحمل المسؤولية	التباين بين المجموعات	٥	١١٧٣,٥٥٠	٢٣٤,٧١٠	*١٤٠,٦٩٣
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٤٧٧,١١٨	١,٦٦٨	
	المجموع الكلي	٢٩١	١٦٥٠,٦٦٨		
دافعية الانجاز	التباين بين المجموعات	٥	٣٠٩,٠٦١	٦١,٨١٢	*٤٩,٣١٧
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٣٥٨,٤٦٠	١,٢٥٣	
	المجموع الكلي	٢٩١	٦٦٧,٥٢١		
المجموع	التباين بين المجموعات	٥	١٦٨٧١,٥١٥	٣٣٧٤,٣٠٣	*١٦٣,٨٨٧
	التباين داخل المجموعات	٢٨٦	٥٨٨٨,٤٩٩	٢٠,٥٨٩	
	المجموع الكلي	٢٩١	٢٢٧٦٠,٠١٤		

*قيمة " ف " الجدولية عند درجة حرية (٥ ، ٢٨٦) ، مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٣,٤١٠)

يتضح من جدول (٣٠) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات حكام رياضات المضرب علي مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" طبقاً لرياضتهم في جميع الأبعاد وكذلك في مجموع درجات المقياس .



جدول (٣١)

تحديد اتجاه دلالة الفروق بين متوسط درجات حكام رياضات المضرب علي مقياس
"القيادة لحكم رياضات المضرب" باستخدام إختبار أقل فرق معنوي (L . S . D)

الأبعاد	رياضات المضرب	المتوسط	الهوكي	تنس الطاولة	التنس الأرضي	الاسكواش	الريشة الطائرة	كرة السرعة
الاتزان الانفعالي	الهوكي	١٥,٦١٥		↑*٢,٤٢٥	↑*٧,٠٩٥	↑*١,٦٨٥	↑*٥,٢٨٥	↑*٣,٩٧٧
	تنس الطاولة	١٨,٠٤٠	٠,٥٨٣		↑*٤,٦٤٤	→*٠,٧٤٠	↑*٢,٨٦٠	↑*١,٥٥٣
	التنس الأرضي	٢٢,٩٨٤	٠,٧١٣	٠,٤٩٥		→*٥,٣٨٤	→*١,٧٨٤	→*٣,٠٩١
	الاسكواش	١٧,٣٠٠	٠,٨٣٢	٠,٦٥٧	٠,٧٧٣		↑*٣,٦٠٠	↑*٢,٢٩٣
	الريشة الطائرة	٢٠,٩٠٠	٠,٨٣٢	٠,٦٥٧	٠,٧٧٣	٠,٨٨٥		→*١,٣٠٧
	كرة السرعة	١٩,٥٩٣	٠,٥٧٤	٠,٢٥٩	٠,٤٨٤	٠,٦٤٨	٠,٦٤٨	
القدرة علي اتخاذ القرار	الهوكي	٢٢,١٥٤		→*٢,٠٧٤	↑*٠,٨٤٦	→*٦,٥٥٤	→*٣,٣٥٤	→*٤,٥٤٧
	تنس الطاولة	٢٠,٠٨٠	٠,٥٧٤٣		↑*٢,٩٢٠	→*٤,٤٨٠	→*١,٢٨٠	→*٢,٤٧٣
	التنس الأرضي	٢٣,٠٠٠	٠,٧٠١١	٠,٤٨٧٥		→*٧,٤٠٠	→*٤,٢٠٠	→*٥,٣٩٣
	الاسكواش	١٥,٦٠٠	٠,٨١٩٣	٠,٦٤٦٠	٠,٧٦١٠		↑*٣,٢٠٠	↑*٢,٠٠٧
	الريشة الطائرة	١٨,٨٠٠	٠,٨١٩٣	٠,٦٤٦٠	٠,٧٦١٠	٠,٨٧١١		→*١,١٩٣
	كرة السرعة	١٧,٦٠٧	٠,٥٦٤٧	٠,٢٥٥٠	٠,٤٧٦٢	٠,٦٣٧٦	٠,٦٣٧٦	
الثقة بالنفس	الهوكي	٢٠,٠٧٧		↑*٠,٩١٣	↑*١,٧١٣	→*٤,٠٧٧	→*١,٦٧٧	→*٣,١٢٠
	تنس الطاولة	٢٠,٩٩٠	٠,٧٣٥		↑*٠,٧٩٩	→*٤,٩٩٠	→*٢,٥٩٠	→*٤,٠٣٣
	التنس الأرضي	٢١,٧٨٩	٠,٨٩٨	٠,٦٢٤		→*٥,٧٨٩	→*٣,٣٨٩	→*٤,٨٣٢
	الاسكواش	١٦,٠٠٠	١,٠٤٩	٠,٨٢٧	٠,٩٧٥		↑*٢,٤٠٠	↑*٠,٩٥٧
	الريشة الطائرة	١٨,٤٠٠	١,٠٤٩	٠,٨٢٧	٠,٩٧٥	١,١١٦		→*١,٤٤٣
	كرة السرعة	١٦,٩٥٧	٠,٧٢٣	٠,٣٢٧	٠,٦١٠	٠,٨١٦	٠,٨١٦	
القيادة	الهوكي	٢٢,٨٤٦		→*٣,٦٢٦	→*٢,٣٧٢	→*٦,٩٤٦	→*٤,٥٤٦	→*٥,٣٦٠
	تنس الطاولة	١٩,٢٢٠	٠,٦٧٣		↑*١,٢٥٤	→*٣,٣٢٠	→*٠,٩٢٠	→*١,٧٣٤
	التنس الأرضي	٢٠,٤٧٤	٠,٨٢١	٠,٥٧١		→*٤,٥٧٤	→*٢,١٧٤	→*٢,٩٨٨
	الاسكواش	١٥,٩٠٠	٠,٩٦٠	٠,٧٥٧	٠,٨٩١		↑*٢,٤٠٠	↑*١,٥٨٦
	الريشة الطائرة	١٨,٣٠٠	٠,٩٦٠	٠,٧٥٧	٠,٨٩١	١,٠٢٠		→*٠,٨١٤
	كرة السرعة	١٧,٤٨٦	٠,٦٦٢	٠,٢٩٩	٠,٥٥٨	٠,٧٤٧	٠,٧٤٧	
تحمل المسؤولية	الهوكي	٢٣,٠٠٠		→*٣,٩٨٠	→*١,٤٧٤	→*٧,٨٠٠	→*٥,٢٠٠	→*٦,٧٦٤
	تنس الطاولة	١٩,٠٢٠	٠,٧٤٦		↑*٢,٥٠٦	→*٣,٨٢٠	→*١,٢٢٠	→*٢,٧٨٤
	التنس الأرضي	٢١,٥٢٦	٠,٩١١	٠,٦٣٤		→*٦,٣٢٦	→*٣,٧٢٦	→*٥,٢٩١
	الاسكواش	١٥,٢٠٠	١,٠٦٥	٠,٨٤٠	٠,٩٨٩		↑*٢,٦٠٠	↑*١,٠٣٦
	الريشة الطائرة	١٧,٨٠٠	١,٠٦٥	٠,٨٤٠	٠,٩٨٩	١,١٣٢		→*١,٥٦٤
	كرة السرعة	١٦,٢٣٦	٠,٧٣٤	٠,٣٣١	٠,٦١٩	٠,٨٢٩	٠,٨٢٩	
دافعية الانجاز	الهوكي	١٨,٦١٥		↑*١,٦٣٥	↑*٣,٤٣٧	→*١,٠١٥	→*٢,٠١٥	↑*٠,٧١٣
	تنس الطاولة	٢٠,٢٥٠	٠,٦٤٧		↑*١,٨٠٣	→*٢,٦٥٠	→*٣,٦٥٠	→*٠,٩٢١
	التنس الأرضي	٢٢,٠٥٣	٠,٧٩٠	٠,٥٤٩		→*٤,٤٥٣	→*٥,٤٥٣	→*٢,٧٢٤
	الاسكواش	١٧,٦٠٠	٠,٩٢٣	٠,٧٢٨	٠,٨٥٧		→*١,٠٠٠	↑*١,٧٢٩
	الريشة الطائرة	١٦,٦٠٠	٠,٩٢٣	٠,٧٢٨	٠,٨٥٧	٠,٩٨١		↑*٢,٧٢٩
	كرة السرعة	١٩,٣٢٩	٠,٦٣٦	٠,٢٨٧	٠,٥٣٦	٠,٧١٨	٠,٧١٨	
المجموع	الهوكي	١٢٢,٣٠٨		→*٤,٧٠٨	↑*٩,٢١٩	→*٢٤,٧٠٨	→*١١,٥٠٨	→*١٥,١٠١
	تنس الطاولة	١١٧,٦٠٠	٢,٦٢٢		↑*١٣,٩٢٦	→*٢٠,٠٠٠	→*٦,٨٠٠	→*١٠,٣٩٣

→*٢٤,٣١٩	→*٢٠,٧٢٦	→*٣٣,٩٥٣		٢,٢٢٦	٣,٢٠١	١٣١,٥٢٦	التنس الأرضي
↑*٩,٦٠٧	↑*١٣,٢٠٠		٣,٤٧٥	٢,٩٥٠	٣,٧٤١	٩٧,٦٠٠	الاسكواش
→*٣,٥٩٣		٣,٩٧٧	٣,٤٧٥	٢,٩٥٠	٣,٧٤١	١١٠,٨٠٠	الريشة الطائرة
	٢,٩١١	٢,٩١١	٢,١٧٤	١,١٦٤	٢,٥٧٩	١٠٧,٢٠٧	كرة السرعة

وقد جاءت تلك الفروق علي النحو التالي:-

الدرجة الكلية لمقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب":

- بين متوسطي حكام (الهوكي ، التنس طاولة) ولصالح حكام (الهوكي) ، حيث كان متوسط حكام (الهوكي)(١٢٢,٣٠٨) بينما كان متوسط حكام (التنس طاولة)(١١٧,٦٠٠).
- بين متوسطي حكام (الهوكي ، التنس الأرضي) ولصالح حكام (التنس الأرضي) ، حيث كان متوسط حكام (الهوكي)(١٢٢,٣٠٨) بينما كان متوسط حكام (التنس الأرضي)(١٣١,٥٢٦).
- بين متوسطي حكام (الهوكي ، الاسكواش) ولصالح حكام (الهوكي) ، حيث كان متوسط حكام (الهوكي)(١٢٢,٣٠٨) بينما كان متوسط حكام (الاسكواش)(٩٧,٦٠٠).
- بين متوسطي حكام (الهوكي ، الريشة الطائرة) ولصالح حكام (الهوكي) ، حيث كان متوسط حكام (الهوكي)(١٢٢,٣٠٨) بينما كان متوسط حكام (الريشة الطائرة)(١١٠,٨٠٠).
- بين متوسطي حكام (الهوكي ، كرة السرعة) ولصالح حكام (الهوكي) ، حيث كان متوسط حكام (الهوكي)(١٢٢,٣٠٨) بينما كان متوسط حكام (كرة السرعة)(١٠٧,٢٠٧).
- بين متوسطي حكام (التنس طاولة ، التنس الأرضي) ولصالح حكام (التنس الأرضي) ، حيث كان متوسط حكام (التنس طاولة)(١١٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (التنس الأرضي)(١٣١,٥٢٦).
- بين متوسطي حكام (التنس طاولة ، الاسكواش) ولصالح حكام (التنس طاولة) ، حيث كان متوسط حكام (التنس طاولة)(١١٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (الاسكواش)(٩٧,٦٠٠).
- بين متوسطي حكام (التنس طاولة ، الريشة الطائرة) ولصالح حكام (التنس طاولة) ، حيث كان متوسط حكام (التنس طاولة)(١١٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (الريشة الطائرة)(١١٠,٨٠٠).
- بين متوسطي حكام (التنس طاولة ، كرة السرعة) ولصالح حكام (التنس طاولة) ، حيث كان متوسط حكام (التنس طاولة)(١١٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (كرة السرعة)(١٠٧,٢٠٧).
- بين متوسطي حكام (التنس الأرضي ، الاسكواش) ولصالح حكام (التنس الأرضي) ، حيث كان متوسط حكام (التنس الأرضي)(١٣١,٥٢٦) بينما كان متوسط حكام (الاسكواش)(٩٧,٦٠٠).



- بين متوسطي حكام (التنس الأرضي ، الريشة الطائرة) ولصالح حكام (التنس الأرضي) ، حيث كان متوسط حكام (التنس الأرضي)(١٣١,٥٢٦) بينما كان متوسط حكام (الريشة الطائرة)(١١٠,٨٠٠).
- بين متوسطي حكام (التنس الأرضي ، كرة السرعة) ولصالح حكام (التنس الأرضي) ، حيث كان متوسط حكام (التنس الأرضي)(١٣١,٥٢٦) بينما كان متوسط حكام (كرة السرعة)(١٠٧,٢٠٧).
- بين متوسطي حكام (الاسكواش ، الريشة الطائرة) ولصالح حكام (الريشة الطائرة) ، حيث كان متوسط حكام (الاسكواش)(٩٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (الريشة الطائرة)(١١٠,٨٠٠).
- بين متوسطي حكام (الاسكواش ، كرة السرعة) ولصالح حكام (كرة السرعة) ، حيث كان متوسط حكام (الاسكواش)(٩٧,٦٠٠) بينما كان متوسط حكام (كرة السرعة)(١٠٧,٢٠٧).
- بين متوسطي حكام (الريشة الطائرة ، كرة السرعة) ولصالح حكام (الريشة الطائرة) ، حيث كان متوسط حكام (الريشة الطائرة)(١١٠,٨٠٠) بينما كان متوسط حكام (كرة السرعة)(١٠٧,٢٠٧).

مناقشة النتائج

يرى الباحث أن المدخل الرئيسي لمناقشة هذا البحث يكمن في محاولة التعرف على قياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب المسجلين بالاتحادات المصرية لرياضات المضرب الموسم الرياضي ٢٠١٩/٢٠٢٠م

وذلك من خلال بناء وسيلة مقننة يمكن من خلالها التعرف على مستوى القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب (مقياس القدرة على القيادة) - من تصميم الباحث.

ويرى الباحث أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في " الاتزان الانفعالي، القدرة على اتخاذ القرار، الثقة بالنفس، القيادة، تحمل المسؤولية، دافعية الانجاز " يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع إعداد وصقل الحكام بالحديث في مواد القانون الدولي وكذلك تنمية الحكام بدنياً وإتباع الأساليب العلمية الحديثة والتكنولوجيا المستخدمة في الدول المتقدمة وذلك من خلال البرامج طويلة المدى ويجب التركيز عليها حيث أنها تمثل بعداً هاماً في إعداد الحكام فهي تلعب دوراً أساسياً في تطوير الأداء.

ويرجع الباحث ذلك إلى أن الإعداد النفسي للرياضيين يعتبر مجالاً هاماً من مجالات علم النفس الرياضي ويرتبط بالدرجة الأولى بالرياضة المستويات العليا حيث يهدف إلى تقديم الخدمات التي تساعد الحكام على مواجهة الصعوبات والمشاكل التي تعوق مستوى أدائهم خلال المنافسات الرياضية، حيث يهدف إلى استثمار قدرات الحكم من أجل تحقيق أفضل انجاز رياضي ممكن، فيعتبر الاهتمام بالمهارات النفسية ووضع برامج التدريب لها أصبح يقف على نفس المكانة والأهمية التي توليها لجان الحكام لوضع برامج صقل وإعداد الحكام.

ومن هنا ظهرت الحاجة لإعداد الحكم نفسياً وذهنياً وتنمية شعوره بضبط النفس والتحكم في انفعالاته وتركيز الانتباه أثناء المباراة والمنافسة ويرى الباحث وجود علاقة ارتباط قوية بين الثقة بالنفس وبين متخذ القرار.

واسترشاداً بما تم عرضه من الجداول السابقة تمكن الباحث من مناقشة هذه النتائج وذلك من أجل الوصول إلى إجابة علي تساؤلات البحث وتحقيقها والتي تم صياغتها في ضوء أهداف البحث ومن أجل التوصل إلى حل المشكلة الأساسية للبحث وهي: التعرف على مستوى القيادة لحكام رياضات المضرب وتصميم مقياس القيادة.

مناقشة نتائج التساؤل الأول:

في إطار العمل للإجابة على التساؤل الأول من البحث والذي يتعلق بمعرفة أبعاد وجوانب القدرة على القيادة التي يجب أن يتحلى بها حكام رياضات المضرب يوضح جدول رقم (٢) أن مهارات الاتزان الانفعالي، القدرة على اتخاذ القرار، الثقة بالنفس، تحمل المسؤولية، قد حصلت على نسبة (١٠٠%) من آراء السادة الخبراء وتشير نتائج جدول رقم (٢) أن مهارة دافعية الانجاز قد حصلت على نسبة (٩٠%) من آراء السادة الخبراء كما توضح نتائج جدول رقم (٢) أن مهارة القيادة قد حصلت على نسبة (٨٠%) من آراء السادة الخبراء



ويشير الباحث إلى أن مهارة الثقة بالنفس تعتبر من المهارات النفسية المهمة جداً في جميع نواحي الحياة في كل الرياضات وفي رياضات المضرب علي وجه الخصوص لأن حكام رياضات المضرب بدون ثقة في أنفسهم لا يستطيعون قيادة المباراة ولا يستطيعون اتخاذ القرار السليم أو تحقيق خبرات النجاح ولذلك تعتبر من أهم المهارات النفسية التي يجب أن تتوافر في حكام رياضات المضرب.

ويشير أسامه كامل راتب (١٩٩٧م) أن الثقة بالنفس هي درجة الاعتقاد التي يمتلكها الفرد عن مدى قدرته على تحقيق النجاح ، ولا شك أن توقع الفرد لنتائج أدائه يعتبر عاملاً هاماً من حيث التأثير على نتائج الأداء كما أن الثقة تجعل الحكم أكثر استعداداً للبدل والعطاء ، وكلما ازدادت درجة الثقة بالنفس أصبح الحكم أكثر قدرة على التحمل والمثابرة والتصميم في مواجهة العقبات التي تقابله أو المشكلات التي تعترضه ويصبح ليس من السهل عليه أن يستسلم لخبرات الفشل أو أن يفقد الأمل وتساعد أيضاً على تركيز الانتباه في المباراة وتستثير قدراته الكامنة، ويتميز أدائه بالانسياابية والمزيد من القوة والسرعة وتساعد على الاحتفاظ بالهدوء والاسترخاء ورباطة الجأش وخاصة في موقف المنافسة الضاغطة. (٨ : ٣٤٢-٣٤٣)

ويؤكد محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) علي أن الحكم الذي يتميز بالانزاع الانفعالي يكون واثقاً جداً من نفسه ومن قدراته ومهاراته ويستطيع التفكير بصورة جيدة في المواقف غير المتوقعة في المنافسة ويعبر بثقة عن وجهة النظر دون تردد. (٤٣ : ١٨)

ويري محمد العربي شمعون (١٩٩٦م) أن القدرة على اتخاذ القرار تأتي نتيجة الثقة بالنفس ومدى انزاع الحكم انفعالياً. (٣٩ : ٢٦٥)

ويذكر عبد العزيز عبد المجيد (٢٠٠٥م) أن القدرة على اتخاذ القرار تعتبر مفتاح النصر للحكم ، وإذا فقد القدرة على اتخاذ القرار فهذه تذكرة الفشل، كما أن عدم القدرة على اتخاذ القرار يمكن أن يشوه الأداء التحكيمي ككل، ويؤثر في النتائج وبهذا تكون القدرة على اتخاذ القرار عاملاً حاسماً خاصة في حالات الضوضاء وحالات الشغب الجماهيري المرتبطة بموقف الأداء. (٢٩ : ١٧٦)

ويري أسامة كامل راتب (١٩٩٧م) أن القيادة هي استحضار للمواقف التحكيمية في عقل الحكم لخبرات سابقة أو أحداث ومواقف لم يسبق حدوثها من قبل كما يمكنه أن يستحضر



مع هذه الصورة مشاعره وانفعالاته التي ترتبط بهذا الموقف المعين وقدرته على كيفية الصرف.(٨: ٣١٦)

ويؤكد **محمد العربي شمعون (١٩٩٦م)** علي أن القيادة تساعد علي استبعاد التفكير السلبي وإعطاء المزيد من الدعم والثقة بالنفس وزيادة الدافعية وبناء أنماط الأداء الإيجابي وتحقيق الأهداف.(٣٩: ٢٢٢)

كما تمثل دافعية الإنجاز أهمية كبيرة للحكام حيث أن استشارة الدافعية لدى الحكم بهدف تحقيق التفوق في النشاط التحكيمي تتطلب اكتساب الحكم للمتطلبات التحكيمية من هنا يأتي دور الدافعية لتحث الحكم على بذل الجهد وتحقيق الأهداف المرجوة (٥ : ١) .

ويؤكد **محمد حسن علاوي (١٩٩٨)** إلى دافعية الإنجاز الرياضي بأنها " استعداد الحكم لمواجهه موقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من المعايير أو مستويات التفوق والامتياز عن طريق أظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية " ويرى الباحث أن تحمل المسؤولية كمهارة نفسية من أهم النواحي النفسية التي يجب أن يتميز بها الحكم علي اختلاف نوع الرياضة وفي رياضات المضرب على وجه الخصوص فهي تعتبر مهمة جداً في عملية التحكيم وذلك لأن تحمل المسؤولية تساعد الحكم علي القدرة على قيادة المنافسات الرياضية باختلاف نوع الموقف حيث أنه إذا كان هناك خلل في تحمل المسؤولية لدي الحكم يؤثر ذلك علي مستوي أدائه وقدرته على القيادة .

حيث تعتبر مهارة نفسية هامة جداً لحكام رياضات المضرب لأنها تعتبر أساس عمل الحكم في مهنة التحكيم.

وبذلك تحقق الإجابة على التساؤل الأول القائل :-

ما هي أبعاد القدرة على القيادة التي يجب أن يتحلى بها حكام رياضات المضرب

مناقشة نتائج التساؤل الثاني:

في إطار العمل للإجابة على التساؤل الثاني من البحث والذي يتعلق بمعرفة هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب طبقاً لنوع النشاط (هوكي الميدان، تنس أرضي، تنس طاولة، ريشة طائرة، كرة سرعة، الاسكواش)



يتضح من الجدول (٣٧) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات حكام رياضات المضرب علي مقياس "القيادة لحكم رياضات المضرب" تشير نتائج البحث إلى أن جميع حكام رياضات المضرب لديهم قدرة على القيادة وإن اختلف ترتيبهم وفقا لطبيعة الرياضة، وأنهم قادة في كل نشاط يقومون بالتحكيم فيه، فهم قادة بسبب مراكزهم أو مواقعهم وعليهم أن يقوموا بما يتطلبه المركز من أسلوب قيادي وأن يمارسوا دوراً قيادياً داخل ملعبهم الذي يقومون بالتحكيم فيه، وعلى ذلك فإن حكام رياضات المضرب يتوافر فيهم سمات القائد الناجح من الاتزان الانفعالي، القدرة على اتخاذ القرار، الثقة بالنفس، القيادة، تحمل المسؤولية، دافعية الإنجاز.

فعلى الرغم من اختلاف طبيعة النشاط فالحكم قائد في ملعبه ولا بد أن يكون لديه قدر من ضبط النفس والقدرة على التحكم في انفعالاته بالإضافة إلى القدرة على اتخاذ القرار العادل في التوقيت المناسب، كما يجب أن يكون لديه قدر من الثقة بالنفس من خلال قدراته البدنية والمعرفية وأن يكون قادراً على تحمل مسؤولية تحكيم المباريات وما يواجهه فيها من صعوبات، بالإضافة إلى الطموح العالي وأن يضع لنفسه أهدافاً واضحة يحاول الوصول إليها عن طريق بذل الجهد والإرادة القوية.

حيث أن الحكم الناجح يجب أن يتوافر فيه السمات السابقة من القدرة على اتخاذ القرار في توقيته المناسب، الثقة بالنفس اعتماداً على إمكانياته وقدراته البدنية والمعرفية، القدرة على القيادة والتوجيه والتأثير في سلوك اللاعبين، تحمل مسؤولية المباريات التي يقوم بتحكيمها والاعتراف بالأخطاء التي قد يرتكبها.

ويرى الباحث أن السبب الرئيسي لتداخل هذه الأبعاد مع بعضها البعض ينبع من قدرة الفرد على إدراك مواطن الضعف في نفسه وبالتالي فهو يرتبط ببعد تحمل المسؤولية حيث الاعتراف بالأخطاء التي يرتكبها الحكم وتحمل عواقب ذلك، كما يرتبط أيضاً ببعد دافعية الإنجاز حيث أن الدافعية نحو التفوق تأتي من خلال معرفة الفرد لإمكانياته وقدراته، كما يرتبط أيضاً ببعد



القدرة على اتخاذ القرار فمن خلال التعرف على القرارات الخاطئة والتعلم منها يستطيع الحكم اتخاذ القرار السليم في المواقف المشابهة.

وبالتالى سوف يتعرض من خلال وصفه لذاته هل هو قائد فى مجال عمله أم لا وهل يستطيع التأثير فى سلوك الآخرين وبذلك يرتبط ببعد القيادة، كما أنه يضع أهدافه فى ضوء إمكانياته وقدراته التى يعرفها عن نفسه مع محاولته السعى والكفاح نحو إنجاز وتحقيق هذه الأهداف، وبذلك فبعد الذات الواقعية يرتبط أيضاً ببعد دافعية الإنجاز.

ويرجع الباحث وجود فروق فى بعد الاتزان الانفعالى إلى أن الحكام يمكن أن يصادفوا مواقف انفعالية كثيرة عند قيامهم بالتحكيم تتطلب منهم ضبط النفس والسيطرة على انفعالاتهم، وبالتعرض المتكرر لهذه المواقف قد يؤدي ذلك إلى سرعة الانفعال والغضب والنفرة، حيث أنه أحد الأسباب التى تؤدي إلى مواقف يصعب السيطرة عليها.

أما بالنسبة لوجود فروق فى بعد دافعية الإنجاز قد يرجع ذلك إلى إختلاف درجة الطموح بين حكام المضرب، أو إختلاف قدرتهم على بذل أقصى جهد أثناء التحكيم وبالتالي فليدهم الدافع للنجاح والكفاح من أجل التفوق بصورة أكثر تميزاً، كل ذلك يؤثر على أهدافه التى وضعها لنفسه. ويرجع الباحث ذلك إلى أن متطلبات التحكيم فى رياضات المضرب تتطلب من الحكم السمات السابقة من قدرة على ضبط النفس والبعد عن سرعة الانفعال والغضب، القدرة على اتخاذ القرار السليم بما يتناسب مع حجم الخطأ، وأن يتميز الحكم بالهدوء والثبات وعدم التردد، وأن يكون لديه القدرة على تحمل المسؤولية فى جميع الأوقات وخاصة فى حالات الفشل فى إدارة المباراة، كما يجب أن يتميز بالمثابرة والإصرار على تحقيق التفوق وتأكيد الذات.

وتشير نتائج البحث إلى أن حكام " التنس الأرضى " هم أعلى درجات حكام رياضات المضرب فى القدرة على القيادة، يليهم حكام " هوكى الميدان "، يليهم حكام " تنس الطاولة "، كما جاء حكام " الريشة الطائرة " فى الترتيب الرابع، واحتل حكام " كرة السرعة " الترتيب الخامس فى درجات المقياس، وجاء فى المركز الأخير حكام " الإسكواش " فى درجات مقياس القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب

ويعزى الباحث حصول حكام "التنس الأرضى" على أعلى درجات مقياس القدرة على القيادة نتيجة قيام الاتحاد المصرى للتس الأرضى بتنظيم ما يقرب من مائة بطولة دولية، مما أدى

إلى حدوث طفرة فى كافة عناصر اللعبة ومن أهمها الحكام مما أدى إلى زيادة خبرات الحكام، بالإضافة إلى اختلاف زمن المباريات، حيث يتواجد حكام التنس الأرضى مع اللاعبين فترة زمنية كبيرة نسبياً، كما أنهم يمارسون الأسلوب القيادى عليهم من خلال تعديل سلوكهم الخاطئ، ومعاقبة مخالفات القانون التى يقوم بها اللاعبين، وعلى ذلك فحكام التنس الأرضى يمارسون دوراً قيادياً بصورة أكبر من الدور القيادى الذى يقوم به حكام رياضات المضرب الأخرى، الأمر الذى أدى فى النهاية إلى وصول بعض حكام التنس الأرضى للتحكيم فى المحافل الدولية العالمية واختيارهم للمشاركة فى بطولة مثل بطولة "ويمبلدون" والتى تعد اكبر وأقوى بطولات التنس الأرضى.

كما يرجع الباحث حصول حكام "هوكى الميدان" على المركز الثانى فى درجات مقياس القدرة على القيادة وذلك لما تتمتع به رياضة هوكى الميدان من سمعة طيبة فى جمهورية مصر العربية، وذلك لما تحققه من انتصارات على كافة المستويات المحلية والقارية والدولية، وكذلك إلى كثرة المشاركات والخبرات المكتسبة من خلال تحكيم المباريات فى المحافل الدولية، الأمر الذى أدى إلى صعود الحكام المصريين إلى المستوى الأول للتحكيم من قبل الاتحاد الدولى للهوكى حيث يساعدهم هذا الصعود فى المشاركة فى تحكيم المنافسات الكبرى مثل "كاس العالم، والاولمبياد "

وعلى الرغم من ذلك فان ظهور بعض الضغوط مثل التعامل مع الجمهور ذو الثقافات المختلفة والتى تقوم بالتشجيع والتحفيز لفريقهم لاعطائهم الحافز والدافع نحو الفوز بغض النظر عن الاساليب التى يستخدمونها فى التشجيع فقد تصل فى بعض الاحيان الى الشغب الامر الذى يعرضهم الى حدوث اهتزاز والتوتر فى كثير من الاحيان وبالتالي يؤثر على اتخاذهم للقرارات الحاسمة والفاصلة.



ويؤكد "محمد حسن علاوى" (٢٠٠٢م) (١٣) نقلا عن "ليوناردبركوفتزر" الى ان الشعور بالانهك العقلى والبدنى يمكن ان يحرض على المزيد من الجوانب الانفعالية الامر الذى يؤدى الى الاحباط وحدوث الاحتراق النفسى .

ويتفق كلا من "محمد العربى شمعون، وماجدة محمد اسماعيل" (٢٠١٨م) (١١) الى ان تدخل الجمهور والمدربين للمطالبة بتحقيق الفوز يؤدى الى زيادة الضغوط الاجتماعية وبالتالي يؤدى الى زيادة الاحتراق النفسى.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة "ريتشيرد" (٢٠١٦م) (٢٣) التى اوضحت ان الاحباط والقلق والاحتراق النفسى نتيجة المواجهة السلبية من اللاعبين والمدربين.

ويشير "بابليينو وديفيد" (٢٠١٢م) (١٨) الى مصادر الضغوط منها اصدار الحكم صفارة خاطئة اثناء اللعب، نقص التعاون مع الحكام الاخرين، التهديد بالايذاء الجسدى او الايذاء اللفظى من المدربين.

اما عن حكام "تنس الطاولة، الريشة الطائرة" فجااء ترتيبهم فى المركز الثالث والرابع حيث ان طبيعة البطولات تتطلب اقامة اكثر من مباراة فى يوم واحد بل وفى وقت واحد الامر الذى يتطلب من الحكام ادارة اكثر من مباراة فى اليوم الواحد مما يعمل على حدوث الانهك العقلى والبدنى لهم، إضافة الى اختلاف قرارات الحكام بينهم فى المباراة نتيجة عدم الخبرة الامر الذى يصيبهم بالتوتر وضعف الثقة بالنفس ومع توجيه النقد الغير موضوعى لقراراتهم التحكيمية وكذلك اغفال وتعتيم وسائل الاعلام عن المستوى والدور الذى يقوم به الحكام.

كذلك عدم وجود امكانيات بالاتحادات لدعم الحكام وصقلهم حيث ان حكم الريشة الطائرة يعتمد على نفسه فى التطوير والأرتقاء بالمستوى التحكىمى على نفقته الخاصة حيث يتطلب ترقى حكم الريشة الطائرة لى يصبح حكم قارى حضوره خمسون مباراة قارية خارج مصر وبعد ذلك ليصبح حكم دولى عليه حضوره خمسون مباراة دولية خارج مصر، كما أن حكام تنس الطاولة

يتطلب الارتقاء بالمستوى التحكيمي لهم قيامهم بتحكيم لعدد من المباريات وكلما زاد عدد مشاركة الحكم فى تحكيم المباريات كلما ارتقاء فى مستوى الدرجات التحكيمية كل هذه الضغوط علاوة على ضعف العائد المادى والذى يصيب حكام "تنس الطاولة، الريشة الطائرة" بالشعور بالعزوف عن ممارسة مهنة التحكيم او لتحقيق اى طموح له فى مجال التحكيم

ويؤكد "محمد حسن علاوى" (١٩٩٨م) (١٢) على ان اهم عوامل الضغط النفسى للحكام هى المشكلات الاقتصادية، حيث تودى الى اثار سلبية فى حياة الفرد الشخصية والعملية. ويشير "صبرى ابراهيم عمران" (١٩٩٦) (٦) الى ان احد الضغوط النفسية للعاملين فى المجال الرياضى (الحكام . المدربين . اللاعبين) هى نقص التقدير المادى. وفيما يخص حكام "كرة السرعة، الإسكواش" هم اضعف درجات الحكام فى القدرة على القيادة ويعزى الباحث تلك النتيجة إلى تعرضهم للضغوط من قبل المدربين وأولياء الامور واللاعبين انفسهم، مع عدم قناعة اللجنة العليا الحكام بقدراتهم، إضافة الى عدم وجود دورات صقل للاعداد النفسى والارشاد النفسى للحكام وتعلمهم كيفية مواجهة الضغوط، وكذلك عدم اهتمام وسائل الاعلام ببطولات "كرة السرعة" التى يقوموا بتحكيمها حيث تعتبرها وسائل الاعلام بطولات غير مهمة وليست ذات شأن، وكذلك عدم اهتمام وسائل الاعلام بالدور الذى يقوم به حكام "الإسكواش" مع الاهتمام الاعلامى المتزايد للاعبى الاسكواش، كما أن الاتحاد المصرى للإسكواش لايقوم بإعداد كوادر جديدة.

كل ذلك ومع عدم دخول "كرة السرعة، الإسكواش" إلى الاولمبياد أدى إلى شعورهم بالضيق العام لعدم التقدير للجهد المبذول فى عملية التحكيم، وكذلك لتحيز اللجنة العليا للحكام عند اختيار الحكام لادارة المنافسات والبطولات الرسمية، اضافة الى تأخر صرف مستحقاتهم المالية والتى تمثل لهم احدى المشاكل الاقتصادية مما يعمل على انهاكهم اجتماعيا، علاوة على تجاهل اللجنة العليا للحكام وجهة نظر الحكام فى مقترحاتهم لتطوير مهنة التحكيم .



وقد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة "السيد عبد المنعم" (٢٠٠١م) (٤) والذي أكد على وجود علاقة بين الضغوط المرتبطة بالناحية الاجتماعية بمهنة التحكيم وعوامل القدرة على اتخاذ القرار.

ويتفق ذلك مع "وليد شاهين" (٢٠١٠م) (١٧) حيث أشار الى ان من اكثر اسباب العزوف عن ممارسة تحكيم المنافسات الرياضات، فيتمثل في ضعف التشجيع من قبل وسائل الاعلام.

ومن خلال ما سبق اتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية في القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب طبقا لنوع النشاط (هوكى الميدان، التنس الارضى، تنس الطاولة، الريشة الطائرة، الإسكواش).

وبذلك تحقق الاجابة على التساؤل الثانى القائل :-

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى القدرة على القيادة لحكام رياضات المضرب طبقا لنوع النشاط (هوكى الميدان، تنس أرضى، تنس طاولة، ريشة طائرة، كرة سرعة، الاسكواش)؟

الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات:

فى ضوء أهداف البحث وتساؤلاته والمنهج المستخدم، وفى حدود عينة البحث وخصائصها، ووفقا لما أشارت إليه نتائج المعالجات الإحصائية للبيانات، ومن واقع النتائج التى توصل إليها الباحث من خلال الأدوات المستخدمة ، تمكن الباحث من التوصل للإستخلاصات التالية:

١- بناء مقياس القيادة للحكم الرياضى فى رياضات المضرب حيث يتكون من ستة أبعاد هى(الاتزان الانفعالى، القدرة على اتخاذ القرار، الثقة بالنفس، القيادية، تحمل المسؤولية، دافعية الإنجاز) تمثلها ٤٨ عبارة.



٢- أظهرت نتائج البحث أن الحكام فى رياضات المضرب (هوكى الميدان، التنس الأرضى، تنس الطاولة، الريشة الطائرة، كرة السرعة، الإسكواش) بينهم فروق فى درجات أبعاد مقياس القيادة للحكم الرياضى، وهذه الأبعاد هى (الاتزان الانفعالى، القدرة على اتخاذ القرار، الثقة بالنفس، القيادة، تحمل المسؤولية، دافعية الإنجاز)

٣- أظهرت نتائج القدرة على القيادة بالبحث أن حكام التنس الأرضى وهوكى الميدان يمارسون دوراً قيادياً بصورة أكبر من الدور القيادى الذى يقوم به حكام تنس الطاولة فحكام الريشة الطائرة وحكام كرة السرعة والإسكواش.

التوصيات :

فى ضوء أهداف البحث واعتماداً على البيانات والنتائج التى تم التوصل إليها وفى ضوء عينة البحث يوصى الباحث بالتوصيات التالية:-

١- وضع مقياس القيادة للحكم الرياضى ضمن محددات ومعايير انتقاء الحكام الجدد مع الاعتماد على النتائج الخاصة بها .

٢- وضع مقياس القيادة للحكم الرياضى كأحد محددات الترقى للدرجة الأعلى لحكام رياضات المضرب.

٣- اهتمام لجان الحكام الرئيسية بالتقويم المستمر للحكام أثناء قيامهم بالتحكيم من خلال تحليل سلوك الحكم، مع إجراء القياسات النفسية المتعددة للحكام حتى يمكن العناية بهم وتوجيههم وإرشادهم ليكونوا متوازنين نفسياً .

٤- ضرورة اهتمام لجان الحكام الرئيسية بالجانب النفسى للحكام من خلال الاستعانة بالأخصائيين النفسيين لإلقاء محاضرات على الحكام تساعدهم فى تكوين فكرة صحيحة عن أنفسهم .

٥- يجب على الحكام أن يقيّموا أنفسهم بعد كل مباراة يقومون بتحكيمها وذلك لإدراك مواطن الضعف فى أنفسهم وتقييم أدائهم بصورة صحيحة، والاعتراف بالخطأ والتعلم منه عند تحكيم المباريات التالية .



٦- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث فى مجال التحكيم والأخذ بنتائجها، وذلك لرفع مستوى التحكيم، فكلما ارتفع مستوى التحكيم انعكس ذلك على مستوى الرياضة سواء المستويات المحلية أو العالمية.

قائمة المراجع

أولا المراجع العربية:

- ١- أحمد أمين فوزى، طارق حمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة، ط٢، ٢٠١٣م.
- ٢- أحمد ماهر: السلوك التنظيمى (مدخل بناء المهارات) ، مركز التنمية الإدارية، الإسكندرية، ١٩٩٤م.
- ٣- أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة(المفاهيم-التطبيقات) ، الطبعة الثانية، دار الفكر العربى، القاهرة، ط٢، ٢٠٠٧م.
- ٤- السيد عبد المنعم محمد: عوامل الضغط النفسى وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية (دراسة تحليلية مقارنة)، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، ٢٠٠١م.
- ٥- أمين أنور الخولى : أصول التربية البدنية والرياضة (المهنة والإعداد المهني-النظام الأكاديمي) ، دار الفكر العربى، القاهرة، ط٢، ٢٠٠٨م.
- ٦- صبرى ابراهيم عمران : دراسة مقارنة للضغوط النفسية لدى بعض العاملين فى المجال الرياضى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان، ١٩٩٦م.
- ٧- صلاح محمد حسب الله : أنماط القيادات الطلابية ببعض الجامعات وعلاقتها بمفهوم الذات الجسمية وبعض سمات الشخصية ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان، ٢٠٠٠م.
- ٨- عصام الدين الهاللى: الصفات الشخصية للقادة كما يقدرها أقران جماعة الفريق للناشئين تحت ١٦سنة ، بحث منشور، المؤتمر العلمى الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، مارس، ١٩٨٢م.



- ٩- عصمت محمد عبدالمقصود: احترام الحكم نحو عالمية الرياضة المصرية ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، المؤتمر العلمى الدولى "الرياضة المصرية والعربية نحو آفاق عالمية ، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان، المجلد الثانى، أبريل، ١٩٩٨م.
- ١٠- محمد أحمد درويش : بناء مقياس لدراسة السمات النفسية لبعض فئات حكام كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٠م.
- ١١- محمد العربى شمعون، ماجدة اسماعيل: التوجيه والارشاد النفسى فى المجال الرياضى ، سلسلة علم النفس الرياضى التطبيقي والتدريب العقلي، مركز الكتاب الحديث ، ط٢، ٢٠١٨م.
- ١٢- محمد حسن علاوي : سيكولوجية القيادة الرياضية ، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ١٣- محمد حسن علاوي: علم نفس المدرب والتدريب الرياضى ، الطبعة الأولى، دار المعارف، القاهرة، ط٢، ٢٠٠٢م.
- ١٤- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ط٢، ٢٠٠٩م.
- ١٥- محمود يحيى سعد : الأسلوب القيادى للمدربين وعلاقته بنتائج الفرق فى كرة السلة ، المؤتمر الدولى لتاريخ وتطور علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، المجلد الثالث، يناير ١٩٨٨م.
- ١٦- مصطفى محمد كامل: العوامل المرتبطة بالسلوك القيادى فى المجال الرياضى، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٠م.
- ١٧- وليد محمد شاهين: اسباب عزوف طلبة كلية التربية الرياضية عن ممارسة تحكيم منافسات الالعاب الرياضية، جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية، مجلة الابحاث للعلوم الانسانية، ٢٠١٠م.

ثانيا المراجع الاجنبية:



- ١٨- **Bableno ,dived** : Bacon Asimon Schuster Company, Psychology ,
٢٠٠٢.
- ١٩- **Bil recard, D** : Shool(c-) Level Referee , Journal- Articale in
Sport Diricts, ٢٠١٥.
- ٢٠- **John, Maxwell** : Are officials Leaders ? , Referee – Journal-
Articale in Sport Discus, Jan, ٢٠٠٢.
- ٢١- **Lenard Berony** : Judge in sport Field , Journal of Sport
Management, winter, N.Y.٢٠١٥.
- ٢٢- **Mashal , carlos** : Leadership Burnd out human out humal behavior
, ٢٠١٢.
- ٢٣- **Racherd** : Sport Management , soirees of stress burnout and
intention among basketball journal- of sport behavior, ٢٠١٦.
- ٢٤- **Robbins.P.Stephen** : organizational behavior , Concepts,
Contraventees, application, prentice Hall, New Jersey, ١٩٩٨.
- ٢٥- **Richard ,Cox** : Sport Psychology (Concepts and applications) ,
University of Missouri, colombia, ٢٠٠٢.
- ٢٦- **Sabaini, D.** : How to act? , Referee- Journal- Sport Discus,
June, ٢٠٠٢.



مستخلص البحث باللغة العربية

" توجيه تدريبات للإدراك الحس - حركي بدلالة مؤشرات بيوميكانيكية على أداء

مهارة الإرتماء لحراس مرمي كرة القدم الناشئين "

* أ.م.د / حسام حسين عبد الحكيم

**أ.م.د/ عمرو على فتحي شادي

تهدف هذه الدراسة إلى تحسين أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم بتطبيق تدريبات للإدراك حس - حركي بدلالة المؤشرات البيوميكانيكية ، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم ذو المجموعة التجريبية الواحدة بالقياسات القبلية والبعديّة، واستخدام التحليل البيوميكانيكي ، وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية وعددها (٩) من حراس المرمي الناشئين في كرة القدم.

وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى تصميم إختبار لقياس أداء مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرة لحراس المرمي، وأن تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي لها تأثيراً إيجابياً في تطوير الإحساس بمسافة الوثب الأفقي، الإدراك الحسي لقوة القبضة، الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع، الإحساس بالزمن، الإحساس بالقدم المسيطرة، وتطوير المؤشرات البيوميكانيكية المرتبطة بفعالية أداء مهارة الإرتماء وتحسين أدائها لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم.

وعليه يوصي الباحثان باستخدام إختبار أداء مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرة لحراس المرمي الناشئين، وتطبيق تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي في تطوير الإحساس بمسافة الوثب الأفقي، الإدراك الحسي لقوة القبضة ، الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع، الإحساس بالزمن، الإحساس بالقدم المسيطرة، والمؤشرات البيوميكانيكية المرتبطة بفعالية أداء مهارة الإرتماء وتحسين أدائها لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم، أهمية استخدام طرق وأساليب التحليل الحركي البيوميكانيكي لفهم ودراسة تكتيك المهارات الرياضية وفعاليتها، إجراء المزيد من الدراسات علي مركبات الإدراك الحس حركي علي مهارات أخرى في كرة القدم وألعاب أخرى.

الكلمات المفتاحية: الإدراك الحس حركي - التحليل البيوميكانيكي ثلاثي الابعاد - مهارة

الإرتماء - حراس المرمي - كرة القدم.

* أستاذ مساعد الميكانيكا الحيوية بقسم علوم الحركة الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

** أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.



Guiding Sensory-Motor Perception Exercises by Biomechanical Indicators of Diving Skill Performance of Junior Soccer Goalkeepers

Hosam Hussein Abdel Hakem*, Amr Ali Shady**

This study aims to improve the diving skill performance of the soccer junior goalkeepers through guiding the sensory-motor perception exercises by biomechanical indicators. The experimental approach was conducted through a single experimental group design while tracking the pre and post measurements of the group, and the biomechanical analysis. The sample was intentionally chosen containing 9 junior soccer goalkeepers.

The results of the study led to the design of a test to measure the performance of the lateral diving skill of ball grabbing or exclusion for goalkeepers, and that the exercises of the sensory-motor perception components have a positive effect in developing the sense of the distance of the horizontal jump, the perception of the grip strength, the sensory-motor of the distance and the horizontal space of the arm, the sensation of time, the sensation of the dominant foot, and the development of biomechanical indicators related to the effectiveness of the performance of the diving skill and the improvement of its performance in junior soccer goalkeepers.

And thus, the researchers recommend using the lateral diving skill of ball grabbing or exclusion for junior soccer goalkeepers, and applying the sensory-motor perception components exercises for developing the sense of the distance of the horizontal jump, the perception of the grip strength, the sensory-motor of the distance and the horizontal space of the arm, the sensation of time, the sensation of the dominant foot, and the development of biomechanical indicators related to the effectiveness of the performance of the diving skill and the improvement of its performance in junior soccer goalkeepers. Finally the importance of using the methods and techniques of biomechanical analysis to understand and study the technique and effectiveness of sport skills, conduct more studies on sensory-motor perception components on other skills in soccer and other games.

Keywords: Sensory-Motor Perception - 3d Biomechanical Analysis - Diving Skill
- - Goalkeepers – Soccer

*Department of Kinesiology - Faculty of Physical Education - Mansoura University.

**Sport Training Department - Faculty of Sport Education- Mansoura University.



" توجيه تدريبات للإدراك الحس - حركي بدلالة مؤشرات بيوميكانيكية على أداء مهارة الإرتماء لحراس مرمي كرة القدم الناشئين "

*أ.م.د/ حسام حسين عبد الحكيم

**أ.م.د/ عمرو على فتحي شادي

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي يتفاعل فيها اللاعب مع البيئة المحيطة به من خلال المهارات الأساسية وعناصر اللياقة البدنية الخاصة بهذه اللعبة والتي تظهر خلالها أداء الحركة والمهارة وتناسق مستوى الأداء فضلاً عن إختلاف المؤثرات الحسية المتعددة والتي تحتاج إلى تفسير و إدراك للحركة بغية أدائها على الوجه الأمثل، وحارس المرمي كأحد اللاعبين ذوي الأهمية الكبيرة في مباريات كرة القدم يحتاج إلى مواصفات إدراكية حتى يتمكن من أداء واجبه على الوجه الأكمل نظراً لطبيعة مركزه المتأتية من وقوفه في مرمى مكون من قائمين وعارضة وهدفه منع الكرة من الدخول إلى المرمى يحتم عليه ذلك تمتعه بإدراك حس حركي متميز .

والإدراك الحس حركي يمثل مكوناً مهماً في تقوية التصور لدي اللاعبين، من خلال إحساس اللاعب بحركة أجزاء جسمه ومدى السيطرة علي تغيير وضعه بما يتناسب مع أنجاز الواجب الحركي المطلوب منه، من حيث متى يسرع الأداء ومتى يبطئه، وكيف يغير من وضع جسمه ووصلاته، وهذا يساعد اللاعب في تعزيز وتوقع البيانات الحركية والقدرة البدنية بناء علي خبراته السابقة، حيث يعتبر الحاسة التي تمكنه من تحديد وضع الجسم وأجزائه وحالتها وامتدادها وإنجاحها للحركة.(٢٧:٣٨)،(١٤: ١٥٧)

حيث يلعب الإدراك الحس حركي دوراً مهماً في حل المشكلات المهارية التي يواجهها اللاعب أثناء التدريب والمنافسة فنواحي النشاط الرياضي في صورتها المتعددة وخطتها ذات الطبيعة المختلفة تحتاج من الرياضي إدراك دائم لعناصر الموقف الذي يواجهه حتى يستطيع

* أستاذ مساعد الميكانيكا الحيوية بقسم علوم الحركة الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

** أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .



التغلب علي الظروف المتغيرة في الملعب، لذا يجب الإهتمام بقياس الإدراك الحس حركي وتقويمه نظرا لدوره المهم في الإدراك الحركي وتعلم المهارات الحركية بالطريقة الصحيحة وإتقانها، وأن إرتفاع دقة المدركات الحس حركية تزيد من قدرة الفرد على التحكم والتوجيه الواعي لحركة الجسم ككل في الفراغ أو لأجزائه بالنسبة لبعضها البعض فضلاً عن ذلك فإنه يسمح بإدراك الحركات السلبية والإيجابية والإحساس بالوضع وبالمقاومة وبالتثقل وبتوافق الحركات، بمعنى أنه عن طريق الإحساس الحركي يمد اللاعب بمعلومات عن خصائص المسافة والمدى الحركي بالنسبة للزمن الأمر الذي يمكنه من توجيه وتصحيح الحركة خلال أدائها. (١٠٨:٢٤)، (٧١:٢)

ومما تقدم يري الباحثان أن الإدراك الحس حركي عملية معقدة تستلزم استنفار الكثير من الأعضاء الحسية في وقت واحد حيث تقدم المعلومات الهامة لتوجيه حارس المرمى لوصلات جسمه بالشكل الذي يتيح له التعامل مع المواقف الحركية المختلفة التي يواجهها أثناء المباراة، وأن أي خلل في عمل هذه الأجهزة الحسية يؤدي إلى إدراك الحركة بشكل خاطئ ومن ثم تفقد إنجازها بالشكل المطلوب، حيث يحتاج حارس المرمى في كل موقف يواجهه إلى تفكير و إدراك صحيحين لإتخاذ القرار المناسب بأقصى سرعة ليحصل على أفضل نتيجة، وبما أن التفكير السليم و الحل المناسب لا يكونان إلا بعد إدراك صحيح لعناصر الموقف الذي يواجهه، عليه فإن معرفة و إدراك حارس المرمى له أهمية كبيرة في حل المشكلات الحركية التي يواجهها أثناء استخدامه مهارات اللعب المختلفة.

وبالتالي لما كانت مهمة حارس المرمى الرئيسية هي حماية مرماه من التهديد كان و لا بد من تسليحه بالعديد من المهارات الخاصة التي تمنحه الثقة بالنفس في مواجهة منافسيه، حيث يتطلب منه حماية مرمى إرتفاعه ٨ أقدام (٢,٤٤م) وعرضه ٢٤ قدم (٧,٣٢م)، وهي مساحة كبيرة فلا بد أن يتوافر لديه الصفات البدنية والمهارية والخطئية والنفسية الخاصة التي تمكنه من ذلك، ولذا يعتمد عليه الفريق بشكل كبير في التصدي للكرات طوال المباراة، و يقوم بدور دفاعي كدور أساسي لحماية مرماه بالإضافة أنه يلهم فريقه الهجوم باستخدام أساليب التوزيع المختلفة، كما يقع على عاتقه مهمة تنظيم زملائه في مراكزهم وتوجيههم للإتجاه الصحيح، وعلى الرغم من ذلك إلا أنه عادة لا يحصل على فرصة ثانية حيث أن خطأ واحد غالباً ما يعني إحراز هدف في



مرمـــــاه. (٤١ : ١١٨، ١١٩)، (٣٤ : ٣٤)، (١٧٣ - ١٧٥)، (٣٠ : ١٤٥، ١٤٦)، (٢٩ : ٧ - ٢٠)، (٣٢ : ٩٥، ٩٦)، (١٩ : ٢٤٢ - ٢٦٧)، (٤٧ : ٤٢)

وعليه يري الباحثان أن حارس المرمى في لعبة كرة القدم يشكل ثقلاً أساسياً وعنصراً بارزاً في تشكيلة الفريق، بل ويعد نصف الفريق في كثير من الأحيان كما يصفه العديد من المختصين في مجال كرة القدم بأنه اللاعب الأكثر أهمية في الفريق حيث يؤثر نجاحه وخطأه بطريقة مباشرة في نتيجة المباراة، و أن المجهود الذي يبذله أثناء المباريات لا يقتصر على المجهود البدني والمهاري وإنما تفاعل كامل بين أجهزة الجسم العقلية والوظيفية من أجل إنتاج أداء فني حركي مميز بفعالية وكفاءة عالية، و أن ما يميزه عن بقية اللاعبين هو التدريب الفردي وله مدرب خاص به كونه يختلف عن بقية اللاعبين في واجباته ومهامه المكلف بها والتي يؤديها بمفرده ضمن مساحة معينة، وما يحتاجه من قدرات مهارية تختلف عن أي لاعب في الفريق من حيث المواصفات الإدراكية الحس حركية لتمكنه من أداء واجبه بأفضل صورة.

والمكونات المهارية لحراسة المرمى تعتمد على الجوانب الهجومية والدفاعية، وأحد هذه المهارات الهامة التي تميز أداء حارس المرمى هي مهارة الإرتماء، فعادة ما تسلط الأضواء عليه وهو يطير في الهواء وهو ما يعرف بالإرتماء، حيث يعد الطيران في الهواء لإنقاذ الكرات واحدة من الأعمال الحاسمة التي يقوم بها حارس المرمى، ولا يتطلب من حارس المرمى أن يكونوا طوال القامة على قدر ما يتطلب منهم أن يتمتعوا بالرشاقة اللازمة والقدرة الجيدة على الوثب لإنجاز الإرتماء والتصدي للكرات المصوبة بإتجاه المرمى. (٤١ : ١٤٩، ١٤٨)، (٤٧ : ١٢١)، (٤٥ : ٧٣ - ٨١)، (٤٠ : ١٢٤ - ١٢٦)، (٣٢ : ١٠١ - ١٠٣)

حيث يري الباحثان أن مهارة الإرتماء من أكثر المهارات إثارة في حراسة المرمى، ومفتاح إنجاز ذلك الأداء بنجاح هو إمتلاك حارس المرمى مقدرة عالية من الإدراك الحس الحركي كرد الفعل السريع، وتحركات القدمين الجيدة، وإتخاذ الوضع المناسب في الوقت المناسب، وفي كثير من الأحيان يتم تنفيذ الإبعاد أو التشتيت أثناء الإرتماء باستخدام يد واحدة أو الاثنين معاً، والإبعاد أو التشتيت عادة يكون الأداء الفني المفضل أو خيار عندما يكون حارس المرمى غير متأكد من مسك الكرة أثناء الإرتماء.



ومما تقدم ولأهمية الإدراك الحس حركي لحراس المرمي في كرة القدم لفت ذلك أنتباه الباحثان ولذلك كان لابد من الإعتماد علي أساس علمي موضوعي يتيح لهم إختيار عناصر الإدراك الحس حركي الأكثر تأثيراً في مهارة الإرتماء، كما يتيح لهم قياس مخرجات الأداء الحركي لمهارة الإرتماء موضوعيا بصورة كمية، وعليه تم استخدام التحليل البيوميكانيكي الذي يتيح نتائج علمية موضوعية هدفها الاستخدام الأمثل للإمكانات والقدرات الحركية للاعبين.

حيث يعتبر التحليل البيوميكانيكي وسيلة من وسائل القياس في الميكانيكا الحيوية ويتم من خلالها تجزئة الحركة المدروسة إلى مراحلها أو أجزائها الأولية المكونة لها لتسهيل دراستها وتعميق فهمها بما ينعكس إيجابياً على استيعابها وتفسيرها أو أدائها في صورتها الكلية، كما تتيح دراسة المؤشرات البيوميكانيكية إمكانية تقويم الأداء المهاري بصورة موضوعية للوقوف على نقاط القوة والضعف في الأداء، وكذلك الحصول على معلومات تساعد في وضع تدريبات خاصة بالنشاط الرياضي الممارس على أساس علمي بما يساهم في الإرتقاء بمستوى الأداء المهاري للاعب والوصول إلى أعلى مستوى ممكن (٢٨ : ٣١٢-٣١٤)، (٢٢ : ١٠٥-١٠٩)، (٤٤ : ٣١١-٣١٣)، (٣٦ : ١٩-٢٣)، (١١ : ١٨)، (٢٣ : ٢٢٧)، (٤ : ٣٩٣)، (١٩ : ٨٧)، (١٣ : ١٢٠)، (١٢ : ٢٤)، (١٥ : ١٤).

ولأهمية البحث العلمية من وجهة نظر الباحثان وفي حدود علمها توصلنا إلى مجموعة من الدراسات المرجعية التي تناولت دراسة الإدراك الحس حركي، والتحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتماء لحراس المرمي في كرة القدم فعلي سبيل الذكر وليس الحصر تناولت دراسة كل من فريز وآخرون (Farrer, C., et al ٢٠٠٣ م) (٣٣)، نوفل فاضل رشيد (٢٠٠٨ م) (٢٥) (٢٦)، كورأن معروف قادر (٢٠١٠ م) (١٧)، أراز محمد نوري وآخرون (٢٠٠٩ م) (٥)، محمد رمضان البلقاسي (٢٠١٣ م) (٢٠)، هادجر وآخرون (Hadjar Kh et al ٢٠١٦ م) (٣٥)، أبأن عبد الكريم مزهر (٢٠١٧ م) (١)، فرات جبار سعد الله، محمد شاكر حميد (٢٠٢٠ م) (١٥) أهمية تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي لحراس المرمي، ثم تناولت دراسات أخرى التحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتماء لأهميتها لحراس المرمي منها دراسة إكرامي إبراهيم محمد (٢٠٠٤ م) (٦)، كاي أوي-شميت، وآخرون (Schmitt, K. et al ٢٠١٠ م) (٤٩)، محمد عبد الحميد حسن (٢٠١١ م) (٢١)، بيوتوندا (Putatunda, A. ٢٠١٣ م)



(م) (٤٨)، كيتا ماتسوكورا، وآخرون Matsukuraa, K, et al (٢٠١٤ م) (٤٣)، قيس قحطان داود (٢٠١٦ م) (١٦)، أحمد علي سويلم (٢٠١٦ م) (٣)، ناكي، وهوراشي Naoki N ، Norihisa F (٢٠١٨ م) (٤٦)، هيروفا، وآخرون et al T.Hervéou (٢٠١٨ م) (٣٨)، وباستقراء الدراسات المرجعية السابقة يتضح لنا الأهمية العلمية لدراستنا الحالية من خلال استخدام التحليل البيوميكانيكي كوسيلة موضوعية كمية للحكم علي كيفية تأثير تدريبات الإدراك الحس حركي علي المؤشرات البيوميكانيكية المرتبطة بفعالية أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي وهذا ما لم تتناوله الدراسات السابقة.

وتتضح لنا الأهمية التطبيقية لدراستنا الحالية في أن هناك أداءات حركية مهارية يتم قياسها وفقا للتقييم الذاتي وحسب ما يمتلكه المقوم من خبرة في مجال تخصصه، والذي قد يصاحبه بعض الأخطاء، إذ قد تختفي العديد من أجزاء الحركة نتيجة لعدم قدرة العين على متابعة سرعة الحركة، لذا فإن الإعتقاد على التحليل البيوميكانيكي الذي يتميز بإعتماده علي أحدث الوسائل التكنولوجية الحديثة في مجال التصوير بكاميرا الفيديو، وبرامج التحليل الحركي يعطي حلولاً علمية للعديد من المشاكل العلمية التي يحتاجها الكثير من الباحثين في وضع التدريبات الأكثر خصوصية بأداء المهارات الحركية المختلفة حيث يتميز التدريب الرياضي الحديث بزيادة الإتجاه للتخصصية من خلال التركيز على متطلبات الأداء التخصصي للنشاط الرياضي الممارس وزيادة حجم تمارين الإعداد الخاص (التخصصية) خلال خطة التدريب.

هذا ما دعا الباحثان إلى دراسة تأثير تدريبات الإدراك الحس - الحركي علي التوصيف الكمي البيوميكانيكي لفعالية مهارة الإرتماء لحراس المرمي، وتطبيق ذلك علي حراس المرمي الناشئين في كرة القدم حيث أنهم القاعدة التي يبنى عليها الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

• هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى " توجيه تدريبات للإدراك الحس - حركي بدلالة مؤشرات بيوميكانيكية على أداء مهارة الإرتماء لحراس مرمي كرة القدم الناشئين " وذلك من خلال:

- التعرف على تأثير تطوير الإدراكات الحس حركية على المؤشرات البيوميكانيكية لأداء مهارة الإرتماء يمينا ويسارا - لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.



- التعرف على تأثير تطوير الإدراكات الحس حركية على أداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.

• **فروض البحث:**

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس حركية قيد البحث لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية لأداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.

• **مصطلحات البحث:**

- **الإدراك الحس - حركي Kinesthetic perception**

هو الفرق بين أوضاع وحركات وأجزاء الجسم على أساس المعلومات البصرية وغير البصرية و السمعية و المعلومات اللفظية. (١٠:٢٢)

- ***المؤشرات بيوميكانيكية Biomechanical indicators**

هي المتغيرات البيوميكانيكية الكمية التي لها علاقة إحصائية (إرتباطية) بفعالية أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم. * (تعريف إجرائي)

• **الدراسات المرجعية:**

أولاً: الدراسات المرتبطة بالإدراك الحس - حركي:

- دراسة فريير وآخرون et alFarrer, C., (٢٠٠٣ م) (٣٣) وهدفت الدراسة إلى التعرف على تقييم دور الإدراك الحس - حركي في عملية المزاجية (المقارنة) أثناء تنفيذ الحركات الإرادية، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٢٢) رياضي، وكانت أهم النتائج أن أثبتت التجربة أهمية الإدراك الحس - حركي في التعرف على الحركة، إلا أنها أكدت على الدور الذي

تلعبه الأوامر الحركية المركزية فى تنفيذ الحركة، وأيضاً المزوجة بين المعلومات الحس - حركية والأوامر المركزية يمكن أن تتم من خلال المقارنة بين (معلومات التغذية المرتدة الحس - حركية الحالية) و(الخطه الحركية) الداخلية المخزنة فى الذاكرة.

- دراسة نوفل فاضل رشيد(٢٠٠٨ م) (٢٥) وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق فى بعض القدرات الإدراكية الحس - حركية بين لاعبي وحراس المرمى فى لعبة كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٣٠) لاعباً وحارس مرمى بواقع (١٥) لاعباً و (١٥) حارس مرمى، وكانت أهم النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين اللاعبين وحراس المرمى فى الإختبارات الخاصة بالرجلين، كما توجد فروق ذات دلالة معنوية بين اللاعبين وحراس المرمى فى الإختبارات الخاصة بالذراعين ولصالح حراس المرمى، ويوصي الباحث بضرورة الإهتمام بالقدرات الإدراكية الحس حركية للاعبين وحراس المرمى فى الوحدات التدريبية وتخصيص أوقات لها ضمن تلك الوحدات نظراً لأهمية القدرات الإدراكية، وأيضاً الإهتمام بالقدرات الإدراكية الحس حركية الخاصة بالذراعين للاعبين وذلك لأهميتها فى تنفيذ بعض المهارات ومنها رامية التماس.

- دراسة نوفل فاضل رشيد(٢٠٠٩ م) (٢٦) وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق فى بعض القدرات الإدراكية الحس - حركية بين الرجلين والذراعين لدى حراس المرمى فى كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (١٥) حارس مرمى من محافظة نينوي، وكانت أهم النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الرجلين والذراعين فى الإختبارات الإدراكية الحس حركية المختارة، كما توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الرجل المسيطرة والذراع المسيطرة فى الإختبارات الإدراكية الحس حركية المختارة، ويوصي الباحث بالعمل على تطوير القدرات الإدراكية الحس - حركية لدى حراس المرمى للذراعين والرجلين وخاصة الإدراك الحس - حركي بالمسافة والقوة وذلك من خلال إعطاء تمارين خاصة بتلك القدرات فى الوحدات التعليمية والتدريبية فى كرة القدم.

- دراسة كوران معروف قادر(٢٠٠٩ م) (١٧) وهدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة بعض قدرات الإدراك الحس - حركي بدقة التصويب فى كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٢٢) لاعباً من نادي أسو الرياضي فئة المتقدمين، وكانت أهم النتائج وجود علاقة



إرتباطية معنوية بين الإحساس بالقدم المسيطرة ودقة التصويب بكرة القدم، كما توجد علاقة إرتباطية معنوية بين الإحساس بالقدم بالفراغ رأسي ودقة التصويب في كرة القدم، كما يوصي الباحث بزيادة أهتمام المدربين بدمج تمارين المهارات الأساسية بالقدرات الإدراك الحس - حركي وخصوصاً مهارة التصويب.

- دراسة أراز محمد نوري وأخرون (٢٠٠٩ م) (٥) وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الإدراك الحس - حركي والتوافق العضلي العصبي وأداء حراس المرمى بكرة اليد أثناء المباريات لبعض أندية الدرجة الممتازة في محافظة السليمانية، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي على عينة قوامها (٩) حراس مرمى من نادي السليمانية الرياضي ونادي نوروز الرياضي ونادي سيروان الجديد بواقع (٣) حراس من كل نادي، وكانت أهم النتائج وجود علاقة معنوية بين الإدراك الحسي حركي (القفز العمودي ولمسافة الوثب) و إختبار التوافق العضلي العصبي، كما توجد علاقة معنوية بين الإدراك الحسي حركي وأداء حراس المرمى بكرة اليد، كما أتضح عدم وجود علاقة معنوية بين التوافق العضلي العصبي وأداء الحراس بكرة اليد، وأوصى الباحثون بضرورة التأكيد على التدريبات التي تعمل على تنمية الإدراك الحس - الحركي والتوافق العضلي العصبي أثناء مرحلة تعلم المهارات الأساسية لحراس المرمى، والإهتمام الزائد من قبل المدربين على عنصر التوافق العضلي العصبي والإدراك الحس - حركي لما لهما من علاقة بالصد للكرات والتوقع الحركي لدى حراس المرمى بكرة اليد.

- دراسة محمد رمضان البلقاسي (٢٠١٣ م) (٢٠) وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير تنمية الإدراك الحس - حركي على فاعلية الأداءات المهارية المركبة للناشئين في كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٦) لاعب من ناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة، وتم تقسيمهم بصورة عشوائية إلى مجموعتين الأولى ضابطة وتكونت من (٨) لاعبين والثانية تجريبية وتكونت من (٨) لاعبين، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في بعض الإدراكات الحس حركية و مستوى الأداء المهاري للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة هادجر وآخرون Hadjar Kh et al (٢٠١٦ م) (٣٥) وهدفت الدراسة إلى الإجابة علي تساؤل هام ما التدريب الذي يحسن القدرة على التحكم في الكرة والتلاعب بها لحراس المرمى؟



باستخدام المنهج التجريبي، علي عينة ١٢ حارس مرمي تحت ٢٠ سنة، وكانت أهم النتائج أن تدريب اللياقة البدنية لحارس المرمى ينبغي أن يركز على تطوير القدرة على التحكم في الكرة والتلاعب بها.

- دراسة أبن عبد الكريم مزهر (٢٠١٧ م) (١) وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير تمارين الإدراك الحس حركي في بعض مظاهر الانتباه لدى حراس المرمى الناشئين بكرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٢٠) حارس مرمى من ناشئ المركز الوطني لرعاية الموهبة وتم تقسيمهم بصورة عشوائية إلى مجموعتين الأولى ضابطة وتكونت من (١٠) حراس والثانية تجريبية وتكونت من (١٠) حراس، وكانت أهم النتائج أن تمارين الإدراك الحس حركي قد طورت الأداء المهاري والخططي لحراس المرمى الناشئين، كما تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمارين الإدراك الحس حركي وعلاقتها بمظاهر الانتباه على المجموعة التجريبية في الأداء الخططي، وأوصى الباحث بضرورة استخدام تدريبات الإدراك حس حركي لما له من تأثير في تطوير مستوى الأداء الخططي والمهارى للرياضيين وخاصة حراس المرمى بكرة القدم.

- دراسة فرات جبار سعد الله ، محمد شاكر حميد (٢٠٢٠ م) (١٥) وهدفت الدراسة إلى إقتراح تدريبات مهارية مصاحبة للتحفيز السمعي البصري وتأثيرها علي سرعة الإستجابة الحركية وأداء بعض المهارات الأساسية الدفاعية لحراس مرمي كرة القدم الناشئين، باستخدام المنهج التجريبي علي مجموعة واحدة، علي عينة قوامها ٦ حراس مرمي ناشئين، وكانت أهم النتائج أن هناك تطور في سرعة الإستجابة الحركية وبعض المهارات الأساسية الدفاعية لحراس مرمي كرة القدم الناشئين.

تأنيا: الدراسات المرتبطة بالتحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتماء لحراس المرمى في كرة القدم.

- دراسة إكرامي إبراهيم محمد (٢٠٠٤ م) (٦) وهدفت الدراسة إلى التعرف على بعض المتغيرات البيوميكانيكية المؤثرة في مستوى أداء مهارة الإرتماء للإمسك بالكرة لدى حراس المرمى، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (١٠) حراس مرمى من أندية محافظة القليوبية، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى إمكانية التعرف على المقادير الكمية لكل من المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسمية والقدرات البدنية الخاصة والمؤثرة في مهارة الإرتماء للإمسك



بالكرة، وأيضا نسب مساهمة كل من المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسمية والقدرات البدنية الخاصة في مستوى أداء الإرتماء لإمساك الكرة.

- دراسة كاي أوى-شميت وآخرون Schmitt, K. et al (٢٠١٠م) (٤٩) وهدفت الدراسة إلى التعرف على تقييم تحميل الفخذ لدي حراس المرمى في كرة القدم عند تنفيذ الإرتماء، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٨) حراس مرمى، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى أن حركات الدرجة تقلل من قوة التأثير والتحميل على الفخذ في كلاً من الإختبارات المعملية والميدانية.

- دراسة محمد عبد الحميد حسن (٢٠١١م) (٢١) وهدفت الدراسة إلى التعرف على الخصائص البيوميكانيكية لإمساك الكرة العالية لحراس المرمى في كرة القدم من خلال التعرف على دلالات الفروق للإزاحات والسرعات لمركز ثقل الجسم، و دلالات الفروق للزوايا لإمساك الكرة العالية للمحاولات الناجحة والفاشلة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (١) حراس مرمى منتخب جامعة الزقازيق لكرة القدم، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى أن حراس المرمى في المحاولات الناجحة يقوم بمد أجزاء جسمه الأمر الذي يمكنه من الوصول للكرة في أعلى نقطة لها، كما أن الإزاحة العرضية للمحاولات الناجحة كانت أكبر عن المحاولات الفاشلة حيث تساعد حراس المرمى للذهاب لملاقاة الكرات العالنة.

- دراسة بيوتوندا Putatunda, A. (٢٠١٣م) (٤٨) وهدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة بعض المتغيرات الكينماتيكية مع أداء امتداد الإرتماء الهوائي في كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٥) حراس مرمى، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إرتفاع مركز الثقل ومتغيرات الكينماتيكية الخطي، كما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للمتغيرات الكينماتيكية الزاوية المختارة مع أداء الإرتماء الهوائي لحظة الإتصال خلال مرحلة الطيران، كما توجد علاقة معنوية بين مركز الثقل مع الأداء للحصول علي أقصى ارتفاع للجسم والحفاظ على توازن الجسم الديناميكي في الهواء وجعل وضع الإمساك بالكرة أكثر دقة.

- دراسة كيتا ماتسوكورا، وآخرون Matsukuraa, K, et al (٢٠١٤م) (٤٣) وهدفت الدراسة إلى التعرف على خصائص الحركة والقوة المبذولة من قبل حراس مرمى كرة القدم أثناء حركة



الإرتقاء وفقاً لإرتفاع ومسافة التصويب، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (١١) حراس مرمى، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى حدوث تغييرات في مفصل الفخذ والركبة وزاوية مفصل الكاحل خلال الثني الأخمصي والقبض الأخمصي، فضلاً عن وجود تماثل في الرجل الحرة، كما وجد في المحاولات المنخفضة (مقارنة بالعالية)، و زيادة وقت بداية الإمتداد لكل مفصل.

- **دراسة قيس قحطان داود (٢٠١٦ م) (١٦)** وهدفت الدراسة إلى التعرف على توصيف مهارة إرتقاء حارس المرمى للإمساك بالكرة متوسطة الإرتفاع في كرة القدم للناشئين تحت (١٧ سنة) في ضوء التحليل الكيفي والكمي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٢) حراس مرمى من نادي سموحة الرياضي، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث إلى المجموعات العضلية العاملة خلال أداء مهارة الإرتقاء، كما تم التوصل إلى أهم المؤشرات البيوميكانيكية الأكثر إرتباطاً مع بعضها البعض خلال أداء مهارة الإرتقاء.

- **دراسة أحمد علي سويلم (٢٠١٦ م) (٣)** هدفت الدراسة إلى التعرف على التحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتقاء لحراس المرمى في كرة القدم كأساس لوضع تدريبات نوعية استناداً على المؤشرات البيوميكانيكية المؤثرة في الأداء، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٣) حراس مرمى، وكانت أهم النتائج أن توصل إلى بعض المعادلات للتنبؤ بمستوى الأداء الفني لمهارة الإرتقاء لحراس المرمى في كرة القدم بمعلومية المؤشرات البيوميكانيكية المؤثرة في أداء مهارة الإرتقاء، وكذلك ساهمت في تصميم التدريبات النوعية الخاصة بالمهارة.

- **دراسة ناكي ، و هوراشي Naoki N ,Norihisa F (٢٠١٨ م) (٤٦)** هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين حركة وإتجاه الركل للاعب ومهارة الإرتقاء لحراس المرمى، و توقع حارس المرمى لإتجاه الكرة من معرفة حركات الأقتراب للاعب الراكل للكرة، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي على عينة قوامها (١٤) حارس مرمي و ١١ لاعب، باستخدام نظام تحليل حركي، وكانت أهم النتائج أن يبدأ حراس المرمى في الإرتقاء أما لحظة وضع قدم الارتكاز للاعب الراكل للكرة أو مباشرة قبل تصادم الرجل الراكلة للكرة، وأن حراس المرمى يقرروا تحديد إتجاه الكرة وفقاً للمرحلة التمهيدية للاعب الراكل للكرة.



- دراسة هير وفا ، وآخرون **Hervéou, T., et al** (٢٠١٨ م) (٣٨) هدفت الدراسة إلى تقييم الخصائص الميكانيكية لسرعة عضلات الطرف السفلي أثناء الوثب لحراس مرمى كرة القدم المدربين تدريباً جيداً و يلعبون على المستوى الوطني للهواة، باستخدام المنهج الوصفي علي ١١ حارس تم إختبارهم بإختبار الوثب لأعلي، وإختبار نصف القرفصاء، وتم قياس سرعة القوة العضلية للطرف السفلي وكانت أهم النتائج أن التدريبات الخاصة يجب أن تركز بشكل أساسي على السرعة لتحسين أداء حراس المرمى في كرة القدم.

أوجه الاستفادة من الدراسات المرجعية:

في حدود علم الباحثان توصلا إلى ١٨ دراسة مرجعية في الفترة الزمنية من ٢٠٠٣م إلى ٢٠٢٠م منها ٩ دراسات إهتمت بدراسة الإدراك الحس حركي لحراس المرمى، و ٩ دراسات إهتمت بدراسة التحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتماء لحراس المرمى، وقد إستفاد الباحثان منها فيما يلي:

- تعضيد مشكلة الدراسة الحالية وأهميتها العلمية والتطبيقية في تفردتها لدراسة تأثير تدريبات الإدراك الحس حركي المختارة علي التوصيف الكمي البيوميكانيكي لشكل وصلات جسم حارس المرمى الناشئ أثناء أداء مهارة الإرتماء بفعالية كبيرة.
- إختيار عناصر الإدراك الحركي الأكثر خصوصية تأثيراً في مهارة الإرتماء لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم.
- تحديد أكثر المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في فعالية أداء الإرتماء لحراس المرمى لتتبع مسارها قبل تطبيق برنامج تدريبات الإدراك الحس حركي وبعد تطبيقها.
- إختيار المنهج المناسب والعينة ووسائل جمع البيانات المناسبة للبحث الحالي.
- تحديد لحظة نهاية الخطوة (التخميد)، و لحظة الإرتقاء (كسر الإتصال)، و لحظة الإتصال بالكرة لدراسة بيوميكانيكية النقاط التشريحية المختارة أثناء أداء مهارة الإرتماء.
- تحديد الخطوات الإجرائية للتصوير بكاميرات الفيديو لإجراء التحليل البيوميكانيكي لعينة الدراسة.
- تحديد أهداف ومحتوى البرنامج المقترح لتدريبات الإدراك الحس حركي.
- تحديد المدة الزمنية لتطبيق البرنامج، وكذلك عدد الوحدات الأسبوعية، زمن الوحدة.

- تحديد طرق قياس الإدراك الحس حركي قيد البحث، وإقتراح إختبار لقياس فعالية أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي في كرة القدم.
- تحديد طرق المعالجة الإحصائية المناسبة لتحقيق هدف البحث.
- الإستفادة من نتائج الدراسات المرجعية في طريقة عرض نتائج الدراسة الحالية وفي تعضيد ومناقشة نتائجها من حيث إتفاقها وإختلافها معها.

● **إجراءات البحث:**

● **منهج البحث:**

استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

● **مجتمع وعينة البحث:**

اشتمل مجتمع البحث على حراس المرمى الناشئين بمنطقة الدقهلية لكرة القدم والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم موسم ٢٠١٩/٢٠٢٠ م، وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية و قوامها (٩) حراس مرمى تحت ١٨ سنة من أندية (دكرنس - بني عبيد - عمال المنصورة)، حيث تعرضت المجموعة التجريبية لتدريبات الإدراك الحس- حركي، وتم إختيار عشرون (٢٠) حارس مرمى من مجتمع البحث للدراسات الاستطلاعية ولحساب المعاملات العلمية للإختبارات قيد البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، ويوضح جدول (١) تصنيف عينة البحث.

جدول (١)

تصنيف أفراد عينة البحث

م	عينة البحث	العدد	أسباب التصنيف
١	نادي طلخا	٦ حراس مرمى ناشئين (٣ مميزين + ٣ غير مميزين)	لإجراء الدراسات الاستطلاعية
٢	نادي بني عبيد	٨ حراس مرمى ناشئين (٤ مميزين + ٤ غير مميزين)	
٣	نادي أجا	٦ حراس مرمى ناشئين (٣ مميزين + ٣ غير مميزين)	
٤	نادي دكرنس	٣ حراس مرمى ناشئين	لتطبيق تجربة البحث
٥	نادي نيرة	٣ حراس مرمى ناشئين	
٦	نادي عمال المنصورة	٣ حراس مرمى ناشئين	
	إجمالي العينة	٣٠ حارس مرمى	



- أسباب اختيار عينة البحث:
 - جميع أفراد العينة من حراس المرمى الناشئين بمنطقة الدقهلية لكرة القدم والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم موسم ٢٠١٩/٢٠٢٠ م.
 - استعداد ورغبة جميع اللاعبين في المشاركة في مجموعة البحث.
 - تقارب العمر الزمني والتدريبي والقدرات البدنية والفنية لعينة الدراسة.
- تجانس عينة البحث:
 - تم التأكد من تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية السن والطول والوزن والعمر التدريبي ودرجات الإختبارات قيد البحث كما هو موضح بجدول (٢).

جدول (٢)

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية السن والطول والوزن والعمر التدريبي

ن = ٩

والمغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الإحراف	الإلتواء
المتغيرات الأساسية	السن	١٧,٦٦ ٦	١٨	٠,٥	٠,٨٥٧ -
	الطول	١٧٠,٧ ٧	١٧١	١,٦٤١	٠,٤١٩ -
	الوزن	٦٨,٣٣ ٣	٦٨	١,٧٣٢	٠,٤٧٤ -
	العمر التدريبي	٧,٢٢٢	٧	٠,٦٦٦	٠,٢٥٤ -
الإدراك الحس حركي	إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي	٩,٢٢٧	٩,٢	٠,٥٢٨	٠,١٣٥
	إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة	٥,٨٨٣	٦	٠,٣٣٣	٠,٣١٨ -
	إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع	١٠,٤	١٠,٦٥	٠,٨٢٣	٠,٥٣٨ -
	إختبار الإحساس بالزمن	١,٨١	١,٨	٠,٠٩٨	٠,٢٦٧ -
مهارة الإرتماء	إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة	٨,٧٢٨	٨,٩	٠,٤٨٢	٠,٧٢١ -
	الإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات	٦,٦٦٦	٧	١	٠,١٠٧ -
	الدرجة	٠,٨١٣	٠,٨٣	٠,٠٨٥	٠,٣٤٣ -

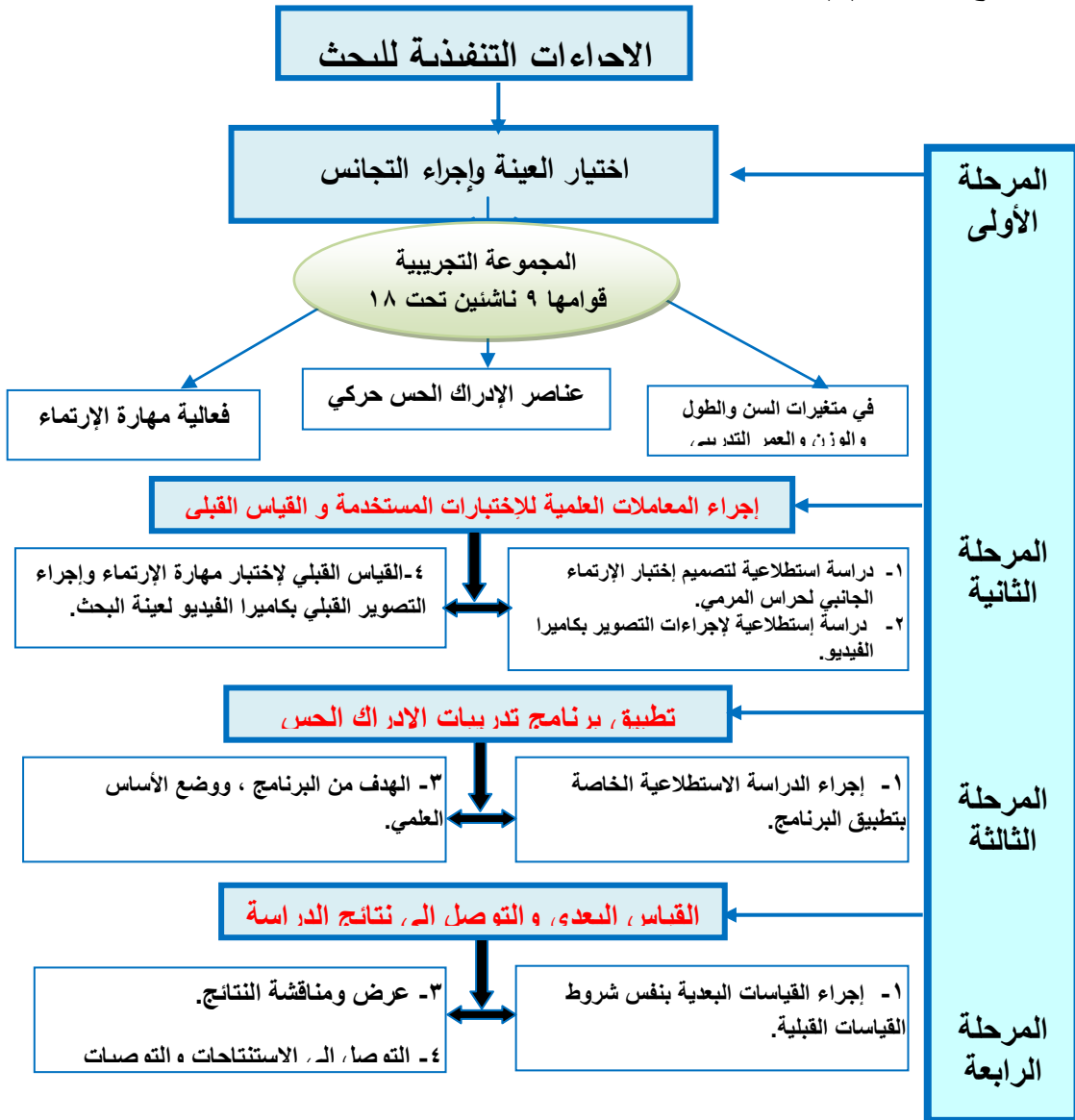


يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث في متغيرات ضبط العينة تقع بين ± 3 مما يدل على اعتدالة توزيع عينة البحث.

• الإجراءات التنفيذية لتحقيق هدف البحث:

لكي يحقق الباحثان هدف البحث قاموا بمجموعة من الإجراءات تم تقسيمها لثلاث مراحل

كما يتضح من شكل (١):



شكل (١): الإجراءات التنفيذية للبحث



- متغيرات البحث.
- المتغير المستقل: تم تحديد المتغير المستقل والمتمثل في تدريبات الإدراك الحس الحركي حيث تم اختيارها وفقا لنسب مساهمة المؤشرات البيوميكانيكية في أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي مرفق (٤) وإعتاماداً علي الدراسات المرجعية (١)، (٣)، (٦)، (١٧)، (٢٠)، (٢١)، (٢٦)، (٣٣)، (٣٥)
- المتغير التابع: تم اختيار مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات (تم قياسها بإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات) من تصميم الباحثان. مرفق (١)، المؤشرات البيوميكانيكية التي يستهدف الباحثان توجيهها وتتبع مسار تغيرها من خلال القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي، تم اختيارها اعتمادا علي الدراسات المرجعية (٣)، (٦)، (١٦)، (١٩)، (٢٠)، (٢١)، (٤٨)، (٤٩).
- الإختبارات المستخدمة فى البحث: مرفق (٢)
تم تحديد الإختبارات المستخدمة بالبحث وفقا للقراءات النظرية والدراسات المرجعية إلى:
أولاً: إختبارات الإدراك الحس - حركي:
 - إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي. (٢)
 - إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة. (٢)
 - إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع. (١٨)
 - إختبار الإحساس بالزمن. (٢)
 - إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة. (٢)ثانياً: إختبار مهارة الإرتماء لحراس المرمى.
 - إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات.
- الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث:
 - ميزان طبي لقياس وزن اللاعبين بالكيلو جرام.
 - رستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
 - شريط قياس معتمد لقياس أطوال الوصلات (لأقرب سم).
 - ساعات إيقاف لقياس الزمن **Stop Watches**



• أدوات ووسائل جمع البيانات:

- القياسات الأنثروبومترية (الجسمية).

- التصوير والتحليل الحركي باستخدام جهاز الكمبيوتر.

• الأجهزة والأدوات المستخدمة في التصوير:

- عدد (3) كاميرا فيديو ٢٥٠ صورة/ ثانية نوع الكاميرا **Fastec Imaging**.

- عدد (3) حامل ثلاثي مزود بميزان مائي.

- برنامج التحليل الحركي **Simi Motion**.

- مكعب للمعايرة $1\text{m} \times 1\text{m} \times 1\text{m}$ Calibration.

- العلامات الضابطة الفسفورية لتحديد نطاق مفاصل الجسم المختارة وهي دائرية الشكل

- قطرها (10 cm)، وبمركزها دائرة سوداء قطرها (2 cm).

- جهاز كمبيوتر.

- جهاز الطابعة **Printer**.

- جهاز قاذف الكرات **JUGS soccer machine**.

- علامات إرشادية ضابطة تحدد خلفية المصورة.

- شريط قياس لتحديد إبعاد التصوير.

• الدراسات الاستطلاعية.

- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

- تم إجرائها في الفترة من ٢٠١٩/١٢/٢٢ م وحتى ٢٠١٩/١٢/٢٤ م وذلك بهدف

التصميم الأولى لإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات و ذلك من خلال:

- التعرف على المسافات المناسبة لوضع جهاز قاذف الكرات، وأيضاً ضبط سرعة جهاز

قاذف الكرات، وكذلك إرتفاع الكرة في إتجاه المرمى، حتى يتمكن الباحثان من تحليل الخصائص

البيوميكانيكية للمهارة.

- التأكد من مدى مناسبة الإختبار الذي قام الباحثان بتصميمه لقياس ما وضع من أجلة

وذلك قبل إجراء المعاملات العلمية لهذه الإختبار.

نتائج الدراسة:



- تم تحديد المسافة المناسبة لوضع قاذف الكرات وتم تحديدها على بعد ٢٤ م من خط المرمى بحيث يكون عمودي على الزاوية العليا، وتم ضبط سرعة جهاز قاذف الكرات على سرعة (٢٠) متر/ الثانية، بحيث تصل الكرة إلى حارس المرمى على ارتفاع (٢) متر.
- تم وضع الإختبار في تصميمه الأولى في إستمارة إستطلاع رأى الخبراء وذلك للتأكد من مدى صلاحيته لقياس الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات وصدقه من ناحية المحتوى قبل إجراء المعاملات العلمية له.

• استطلاع رأى الخبراء : مرفق (٢)

تم عرض الإختبار الخاص لقياس مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات لناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة بعد التصميم الأولى له على السادة الخبراء للتأكد من مدى مناسبته لقياس ما وضعت من أجله وقد تم الاستفادة من آرائهم في الوقوف على الشكل النهائي للإختبار ووضع الإختبار في صورته النهائية.

- شروط اختيار الخبير:

- الحصول على درجة الدكتوراه في التربية الرياضية في تخصص كرة القدم.
- العمل في المجال التطبيقي في كرة القدم.

• الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجرائها يوم الخميس الموافق ٢٦/١٢/٢٠١٩ م وذلك بهدف:

- تدريب المساعدين على طرق القياس وتسجيل البيانات في الإستمارات الخاصة بذلك.
- وأيضا التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في التدريب.
- تحديد أماكن وضع الكاميرا، و تجربة استخدام التحليل الحركي باستخدام برنامج التحليل

الحركي Simi Motion.

نتائج الدراسة:

- تم وضع الكاميرا الأولى مواجهة لحارس المرمى وعلى بُعد (٢٠) متر من خط المرمى وعلى ارتفاع (١,٥٠) متر وبزاوية (٩٠°) على نقطة الجزاء.
- تم وضع الكاميرا الثانية بزاوية (٤٥°) وعلى بُعد (١٢) متر وارتفاع (١,٥٠) متر من منتصف خط المرمى.

الكرات وذلك على عينة قوامها ٢٠ حارس من خارج عينة البحث ومن داخل المجتمع الأصلي للبحث، وقد استخدم الباحثان صدق التمايز لحساب صدق الإختبارات وطريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيق الإختبار (TEST & RE TEST) لحساب الثبات، وإيجاد معامل الارتباط لإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات لحراس المرمي الناشئين بين نتائج تطبيق الإختبار لأثنين من المحكمين وذلك لحساب الموضوعية كما هو موضح بجدول (٣)(٤)(٥):

- صدق الإختبارات قيد البحث:

استخدم الباحثان طريقة صدق التمايز لحساب صدق الإختبارات قيد البحث وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات على مجموعتين متباينتين من حراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة المجموعة الأولى و عددهم ١٠ حراس مرمي مميزين، والمجموعة الثانية وعددهم ١٠ حراس مرمي غير مميزين، من مجتمع البحث الأصلي وخارج العينة الأساسية، كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣)

معامل الصدق للإختبارات قيد البحث
ن=٢٠

قيمة ت	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط			
١٨,٤٣	٠,٤١٨	٩,٧٤٤	٠,٢٤١	٨,٧٥٤	سم	إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي	الإدراكات - الحس - حركية
١٣,٤٢	٠,٣٦٥	٦,٣٤٢	٠,٢٠٢	٥,٧١٩	كجم	إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة	
١٥,٨٣	٠,٣٧٠	١١,٤١٩	٠,٦٢٩	١٠,١٣٣	سم	إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع	
١٦,٤٣	٠,١٦٤	٢,٢٧١	٠,٠٧٩	١,٩٣٧	ث	إختبار الإحساس بالزمن	
٢١,٣١	٠,٣٨٧	٩,٤٣٥	٠,٢٨١	٨,٣	سم	إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة	مهارة الإرتماء الكرات
١٠,٨٢	٠,٩٤٨	٦,٣	٠,٦٧٤	٧,٧	الدرجة	الإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات	
٨,٣٥	٠,٠٤٠	٠,٨١٧	٠,٠٥٠	٠,٧٥٧	ث		

قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,١٦٠

يتضح من جدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات العينة المميزة ودرجات العينة الغير مميزة، حيث أن قيم ت المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية وهذا يعنى قدرة هذه الإختبارات على التمييز بين المستويات أي أنها تعد إختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

- ثبات الإختبارات قيد البحث:

وقد استخدم الباحثان طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه لحساب ثبات الإختبارات قيد البحث على عينة استطلاعية مكونة من ١٠ لاعبين من عينة الدراسة الاستطلاعية وتم إعادة تطبيق الإختبارات على نفس العينة الاستطلاعية بعد ٣ أيام من التطبيق الأول وتم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للعينة الاستطلاعية لحساب معامل ثبات الإختبارات قيد البحث وأوضحت النتائج ثبات الإختبار كما هو موضح بجدول (٤).

جدول (٤)

معامل الثبات للإختبارات قيد البحث

ن ١

١٠ =

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط			
٠,٩٨ ٨	٠,٢٤٠	٨,٧٥٦	٠,٢٤١	٨,٧٥٤	سم	إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي	الإدراكات - الحس حركية
٠,٩٨ ٠	٠,٢١٢	٥,٧٢٩	٠,٢٠٢	٥,٧١٩	كجم	إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة	
٠,٩٦ ٩	٠,٦٧٩	١٠,١٨ ٥	٠,٦٢٩	١٠,١٣ ٣	سم	إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع	
٠,٨٢ ١	٠,٠٨٠	١,٩١٣	٠,٠٧٩	١,٩٣٧	ث	إختبار الإحساس بالزمن	
٠,٩٧ ٨	٠,٢٨٣	٨,٢٩٧	٠,٢٨١	٨,٣	سم	إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة	
٠,٧٠ ٧	٠,٦٧٤	٨,٣	٠,٦٧٤	٧,٧	الدرجة	إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات	مهارة الإرتماء
٠,٨٨ ٢	٠,٠٤٢	٠,٧٤٩	٠,٠٥٠	٠,٧٥٧	ث		

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩

يتضح من جدول (٤) أن هناك ارتباط طردي دال عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للإختبارات على عينة الدراسة الاستطلاعية، حيث أنحصرت قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٧٠٧ : ٠,٩٨٨ مما يدل على ثبات الإختبارات قيد البحث.

جدول (٥)

ن = ١٠

موضوعية إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات

معامل الارتباط (ر)	قيمة ت	المحكم الثاني		المحكم الأول		وحدة القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
١	٠	٠,٦٧٤	٨,٣	٠,٦٧٤	٨,٣	الدرجة	إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات
٠,٩٧١	٠,١٣٩	٠,٠٤٣	٠,٧٥١	٠,٠٤٢	٠,٧٤٩	ث	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٦٣٢ * دال

يتضح من الجدول رقم (٥) أن هناك ارتباط طردي دال بين المحكم الأول والثاني لإختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم، حيث أن قيمة "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على موضوعية الإختبار الذي قام الباحثان بتصميمه قيد البحث.

• الإجراءات التمهيدية للبرنامج التدريبي:

قام الباحث بتصميم مجموعة من الإستمارات: مرفق (٣)

- إستمارة تسجيل بيانات اللاعب الشخصية.
- إستمارة لتسجيل نتائج إختبارات الإدراك الحس-حركي قيد البحث.
- إستمارة لتسجيل نتائج إختبار مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات قيد البحث.

• البرنامج التدريبي: مرفق (٤)

تم وضع البرنامج التدريبي من قبل الباحثان وذلك بعد إجراء تحليل مرجعي للمراجع العلمية والدراسات المرجعية (١)، (٣)، (٢٠)، (٢١)، (٢٦)، (٣٣)، (٣٥) وتوصل الباحثان إلى الأسس التي يمكن من خلالها وضع البرنامج التدريبي وتمثلت فيما يلي:

- مدة البرنامج التدريبي ٨ أسابيع.
- عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع الخاصة بتدريبات الإدراك الحس حركي (٣) وحدات.
- زمن تدريبات الإدراك الحس-حركي داخل الوحدة التدريبية يتراوح ما بين (٣٠:٤٠) دقيقة.



- شدة الحمل المستخدمة (شدة أقل من القصوى - شدة قصوى).
- طريقة التدريب المستخدمة - الفترتي مرتفع الشدة.
- يتم وضع تدريبات الإدراك الحس-حركي عقب عملية الإحماء مباشرة.
- ألا يتخطى زمن الأداء من ٢٠-٣٠ ثانية.
- عدد التكرارات من (٦ - ٨) تكرار .
- عدد المجموعات من (٣ : ٤) مجموعات.
- الراحة بين المجموعات (٢ - ٣) دقيقة.
- تطبيق التجربة الأساسية :
- القياس القبلي للاختبارات قيد البحث:
تم ذلك فى الفترة من ٢٠٢٠/١/١ م : ٢٠٢٠/١/٣ م لأفراد عينة البحث.
- تنفيذ التجربة الأساسية (البرنامج التدريبي):
تم تطبيق التجربة الأساسية فى الفترة من ٢٠٢٠/١/٥ م : ٢٠٢٠/٢/٢٧ م و ذلك لمدة (٨) أسابيع بواقع ٣ وحدات أسبوعيا.
- القياسات البعدية للاختبارات قيد البحث:
تم ذلك فى الفترة من ٢٠٢٠/٢/٢٩ م : ٢٠٢٠/٣/١ م وذلك بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي.

المعالجات الإحصائية

- تم تطبيق المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة الدراسة وهى :
- المتوسط الحسابي - الوسيط - الإنحراف المعياري
- معامل الالتواء - نسبة التغير - إختبار
- Wilcoxon ويلكوكسون



- عرض ومناقشة النتائج:

عرض نتائج دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس حركية قيد البحث لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة كما هو موضح بجدول (٦) (٧) وشكل (٣) كالتالي:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في

(ن=٩)

مكونات الإدراك الحس - حركي

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
٠,٠١	*٢,٦٦٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٤٥,٠٠	٥,٠٠	سم	إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي
٠,٠١	*٢,٦٦٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٤٥,٠٠	٥,٠٠	كجم	إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة
٠,٠١	*٢,٦٦٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٤٥,٠٠	٥,٠٠	سم	إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع
٠,٠١	*٢,٦٦٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٤٥,٠٠	٥,٠٠	ث	إختبار الإحساس بالزمن
٠,٠١	*٢,٦٦٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٤٥,٠٠	٥,٠٠	سم	إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة

*قيمة "z" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس - حركية لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥.

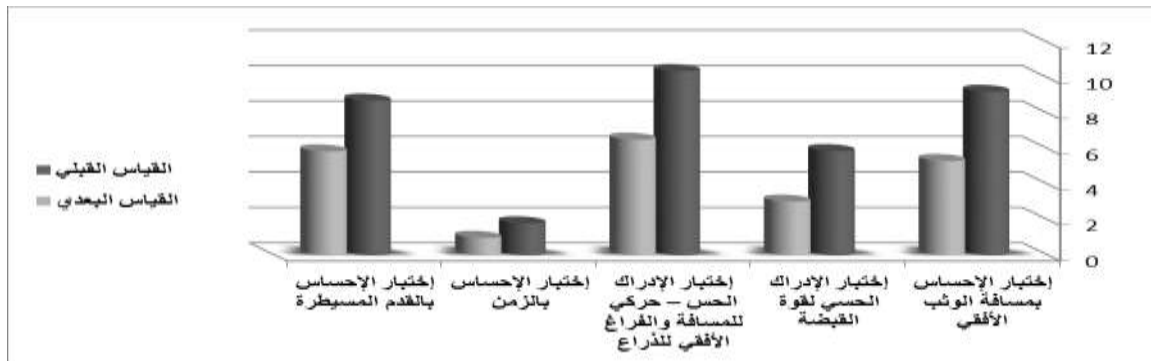
جدول (٧)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في مكونات الإدراك الحس - حركي

(ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		الإتحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإتحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
%٤٢,٢٦٤	٣,٩٠٠	٠,٤٨٣	٥,٣٢٨	٠,٥٢٩	٩,٢٢٨	سم	إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي
%٤٨,٣٨٥	٢,٨٤٧	٠,٢٦٥	٣,٠٣٧	٠,٣٣٤	٥,٨٨٣	كجم	إختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة
%٣٧,٢٤٤	٣,٨٧٣	٠,٦٦٨	٦,٥٢٧	٠,٨٢٤	١٠,٤٠٠	سم	إختبار الإدراك الحس - حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع
%٤٥,٢٤٢	٠,٨١٩	٠,١٤٤	٠,٩٩١	٠,٠٩٨	١,٨١٠	ث	إختبار الإحساس بالزمن
%٣٢,٨٠٣	٢,٨٦٣	٠,٣٧٠	٥,٨٦٦	٠,٤٨٢	٨,٧٢٩	سم	إختبار الإحساس بالقدم المسيطرة

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس-حركية لصالح القياس البعدي، حيث أن نسبة التغير للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس-حركية تراوحت ما بين (٣٢,٨٠٣% إلى ٤٨,٣٨٥%) كما بشكل (٣).



شكل (٣)

مقارنة المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مكونات الإدراك الحس حركي يتضح من جدول (٧) أن مجموع الرتب الموجبة تساوي (٩) والرتب السالبة تساوي (صفر)، ويدل ذلك على حدوث تحسن لكل حراس المرمى الناشئين في كرة القدم المشاركين في المجموعة التجريبية في المدركات الحس حركية قيد البحث، حيث أن قيم "Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

كما يتضح من الجدول (٨) والشكل البياني (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس-حركية لصالح القياس البعدي، حيث أن نسبة التغير للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس-حركية تراوحت ما بين (٣٢,٨٠٣% إلى ٤٨,٣٨٥%)، حيث كانت أكبر نسبة تغير لإختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة بنسبة ٤٨,٣٨٥% وهذا يبين مدى أهمية دور الذراعين وتحديداً الإدراك الحسي لقوة القبضة في إمساك الكرة أو إبعادها حيث أنها تمثل المرحلة الأساسية لإنجاز الواجب الحركي لمهارة الإرتماء لدى الحارس والتي يكون لها الدور الفعال في الإنهاء السليم للمهارة.

كما بلغت نسبة التغير لإختبار الإحساس بالزمن ٤٥,٢٤٢% وهذه النسبة تبين مدى أهمية إدراك الحارس للزمن اللازم للوصول للكرة للإمساك بها أو إبعادها بشكل سريع مما يساعده على إنقاذ



مرماه، كما بلغت نسبة التغير في إختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي ٤٢,٢٦٤%، ونسبة التغير في إختبار الإدراك الحس- حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع ٣٧,٢٤٤% وهذا يبين مدى تحسن الحارس في الإرتماء الجانبي والإحساس بمسافة الوثب الأفقي اللازمة للوصول للكرة وأيضا حركة الذراع الأفقية للوصول للإمساك بالكرة أو إبعادها عن المرمى، كما بلغت نسبة التغير لإختبار الإحساس بالقدم المسيطرة ٣٢,٨٠٣% ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى خصوصية مركز حارس المرمى الذي يستخدم الزراعين والرجلين معاً في أداء مهارة الإرتماء والتي تحتاج إلى قوة معينة وهذا يتطلب منه إدراك حس حركي عالي بوضع المفاصل ودرجة الانقباض العضلي في عضلات الزراعين والرجلين معاً، كما أن حارس المرمى عند قيامه بالإرتماء لأحد الجانبين لإبعاد الكرة أو لإمساكها فإن ذلك لا يعتمد فقط على الزراعين بل أيضا على الرجلين، إذ أن دور القدمين هو أنتاج قوة مناسبة على الأرض تبعاً لسرعة الكرة وإرتفاعها من أجل الإرتماء على الكرة، وهذا يتطلب إدراك حس حركي عالي لعضلات الرجلين، ثم يأتي دور الزراعين في مقدار مداها للأعلى أو للجانب من أجل إبعاد الكرة أو إمساكها وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من دراسة فريير وآخرون *et al Farrer, C.,* (٢٠٠٣ م) (٣٣)، دراسة نوفل فاضل رشيد (٢٠٠٨ م) (٢٥)، دراسة أراز محمد نوري وآخرون (٢٠٠٩ م) (٥)، دراسة أبان عبد الكريم مزهر (٢٠١٧ م) (١)، دراسة فرات جبار سعد الله ، محمد شاكر حميد (٢٠٢٠ م) (١٥).

ويري الباحثان أن التحسن الواضح في معدلات التغير في المدركات الحس حركية قيد البحث يرجع إلى البرنامج التدريبي الذي طبق، و إحتوائه على تدريبات خاصة هدفها تطوير تلك المدركات الحس حركية لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم، إذ أن إختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية والمهارية للاعبين فضلا عن أن التمرينات قد راعت الربط بين الجانب البدني والمهاري وبصورة تتماشى وطبيعة أداء حراس المرمى في كرة القدم وأيضا تتشابه التدريبات الموضوعة مع التركيب الحركي للأداء الفعلي لمهارة الإرتماء لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول الذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراكات الحس حركية قيد البحث لصالح القياس البعدي لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.



- عرض نتائج دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية لأداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة كمتساها و موضوع بحج دول (٨)، (٩)، (١٠)، (١١)، (١٢)، (١٣)، (١٤)، (١٥)، (١٦)، (١٧)، (١٨) شكل (٤)، (٥) كما يلي:

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (التخميد)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الرأسية للمرفق الأيمن
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة العرضية للركبة اليسرى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	العجلة العرضية لمركز الثقل
.٠٠٧	*٢,٧١٤	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة العرضية لمقدمة القدم الأيسر
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الرأسية لرسغ اليد اليمنى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	العجلة الزاوية للكاحل الأيمن
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	السرعة الزاوية للكنتف الأيسر
.٠١٢	*٢,٥٢٤	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	العجلة الزاوية للكنتف الأيسر
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
.٠٣٥	*٢,١٠٣	٣,٠٠	١,٥٠	٣٣,٠٠	٥,٥٠	القوة العرضية لمقدمة القدم الأيسر
.٠٣٥	*٢,١٠٣	٣,٠٠	١,٥٠	٣٣,٠٠	٥,٥٠	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم الأيسر

*قيمة "z" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥.



جدول (٩)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة

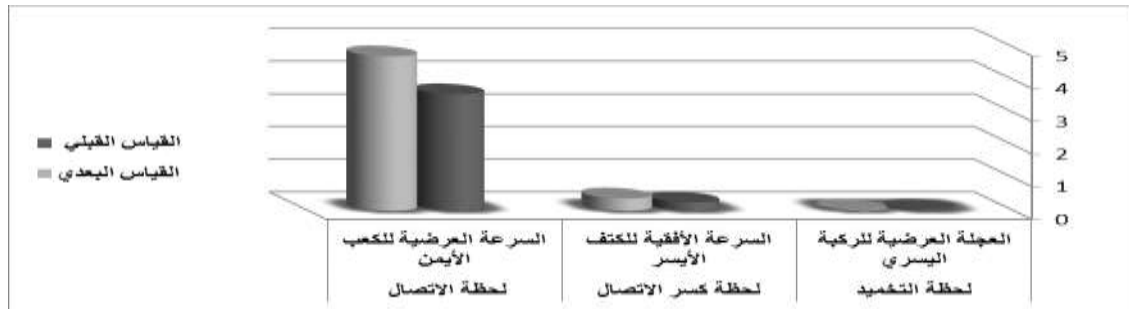
اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (التخميد)
		الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٪٢٠,٢٣٨	-٠,٠١٧	٠,٠٠٥	٠,١٠١	٠,٠٠٥	٠,٠٨٤	العجلة الرأسية للمرفق الأيمن
٪٤٢,١٠٥	-٠,٠١٦	٠,٠٠٢	-٠,٠٢٢	٠,٠٠٢	-٠,٠٣٨	العجلة العرضية للركبة اليسرى
٪١٥,٤٦٤	٠,٠٤٥	٠,٠٦١	٠,٢٤٦	٠,٠٦٦	٠,٢٩١	العجلة العرضية لمركز الثقل
٪٧,٧٥٩	-٠,٠٢٧	٠,٠١٠	-٠,٣٢١	٠,٠٢٤	-٠,٣٤٨	العجلة العرضية لمقدمة القدم الأيسر
٪٤,٤٩٤	-٠,٠١٢	٠,٠١٣	٠,٢٧٩	٠,٠١٧	٠,٢٦٧	العجلة الرأسية لرسغ اليد اليمنى
٪٢٤,٩١٩	-١٨,٦٦٣	٤٨,١٩٧	-٥٦,٢٣١	٠,٣٣٤	-٧٤,٨٩٤	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
٪٤,٤٦٨	٢,٠١٦	١,٠٦٩	-٤٧,١٤٠	١,٠٠٠	-٤٥,١٢٤	العجلة الزاوية للكاحل الأيمن
٪١٦,١٥٢	٠,٥٤٤	٠,٧٠٧	-٣,٩١٢	٠,٦٦٦	-٣,٣٦٨	السرعة الزاوية للكتف الأيسر
٪١٠,٨٥٣	٣,٦١٩	١,٣٢٠	٢٩,٧٢٨	١,٨٣٣	٣٣,٣٤٧	العجلة الزاوية للكتف الأيسر
٪٥,٤٤٨	-٠,٩٧٤	٠,٧٤٣	-١٦,٩٠٥	٠,٧٠٦	-١٧,٨٧٩	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٪٢٠,٥٠٢	٠,٩٦٤	٠,٤٤٥	٣,٧٣٨	٠,٨٨٣	٤,٧٠٢	القوة العرضية لمقدمة القدم الأيسر
٪٢٥,٢٩٧	١,٥١٢	٠,٨٦٦	٤,٤٦٥	٠,٦٠٨	٥,٩٧٧	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم الأيسر

يتضح من جدول (٩) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية

المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية

الخطوة (التخميد) تراوحت ما بين (٤,٤٦٤% إلى ٤٢,١٠٥%).



شكل (٤)

المؤشرات البيوميكانيكية الأكثر تغيراً بين القياس القبلي

والبعدي في اللحظات الزمنية المختارة لمهارة الإرتماء للجانب الأيسر

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة



اليسرى قيد البحث لحظة التخميد، ومن جدول (٩) وشكل (٤) يتضح أن أكثر تغير كان لمؤشر العجلة العرضية للركبة اليسرى لحظة التخميد أثناء أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى بنسبة تغير ٤٢,١٠٥%، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي حيث ساعدت في نقصان العجلة العرضية للركبة اليسرى لقدم الإرتقاء في القياس البعدي وهذا يعني تناقص معدل التغير في سرعة الركبة اليسرى للتحرك حول المحور الطولي للجسم حيث يساعد ذلك حارس المرمى في أن يميل جسمه علي قدم الارتكاز فينتقل مركز ثقله علي قدم الارتكاز فيحافظ علي إتزانه في لحظة التخميد، حيث تعتبر هذه الخطوة حركة تمهيدية يقوم فيها الحارس بثني الركبة اليسرى لحظة نهاية الخطوة (التخميد) وهو ما يسمى بدفع الفرملة استعداداً لدفع الأرض والإرتقاء (دفع العجلة)، وهذا يتفق مع مبدأ قوة البداية والوضع الأنسب للقوى القصوى حيث تعمل قوة الجاذبية على هبوط الجسم لأسفل وفي نفس الوقت تعمل قوة العضلات على إيقاف هذا الهبوط ويكون تأثيرها في عكس تأثير قوة الجاذبية بمعنى أن يكون هناك قوة إيجابية وهي ما تعرف بقوة البداية وبالتالي تعمل فرملة الحركة على تغيير محصلة العجلة لتصبح سالبة (٢٢: ٤٣ -٤٨).

ويتفق ذلك مع جمال علاء الدين وناهد أنور الصباغ (٢٠٠٧م) ، ماتسوكورا K. Matsukura (٢٠١٤م) (٤٣) ، ديفيد كيراون D. Kerwin (٢٠٠٦م) (٣٩) بأن المرحلة التمهيدية التي تسبق الرئيسية تعمل على تحقيق الإستعداد للمرحلة الرئيسية وتتمثل في الوثب بهبوط الجسم لأسفل نتيجة ثني مفاصل الرجلين أي أن الدفع لأعلى كمرحلة رئيسية يسبقه هبوط لأسفل كمرحلة تمهيدية ، كما أن هذه اللحظة تعد بمثابة فترة إعداد لرفع مركز الثقل عند الإرتماء للكرات البعيدة ويترتب على ذلك أن حارس المرمى يصبح قادر على تغطية ٧٦% من المرمى.



جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة الإرتقاء (كسر الإتصال) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
.٠٠٥	*٢,٨٢٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	السرعة الأفقية للكتف الأيسر
.٠٣٣	*٢,١٢٧	٣,٠٠	١,٥٠	٣٣,٠٠	٥,٥٠	العجلة الأفقية للكتف الأيسر
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	العجلة الأفقية للخذ الأيمن
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الأفقية لمقدمة القدم الأيسر
.٠١٠	*٢,٥٨٥	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	السرعة الزاوية للركبة اليمنى
.٠١٣	*٢,٤٩٠	١,٠٠	١,٠٠	٣٥,٠٠	٥,٠٠	السرعة الزاوية للكاحل الأيمن
.٠٠٧	*٢,٧١٤	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
.٠٠٨	*٢,٦٤٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية المرفق الأيسر
.٠١١	*٢,٥٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية الكتف الأيسر
.٠١١	*٢,٥٥٢	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم اليسرى

*قيمة "z" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

جدول (١١)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة الإرتقاء (كسر الإرتقاء) (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (كسر الإرتقاء)
		الإرتقاء المعياري	المتوسط الحسابي	الإرتقاء المعياري	المتوسط الحسابي	
٪٤٦,٩٢٣	٠,١٢٢	٠,٠٩٣	-٠,٣٨٢	٠,٠٨٨	-٠,٢٦٠	السرعة الأفقية للكتف الأيسر
٪٢٥,٤٩٥	٠,١٠٣	٠,٠٦٩	٠,٣٠١	٠,٠٥٠	٠,٤٠٤	العجلة الأفقية للكتف الأيسر
٪٩,٢٤٧	٠,٠٢٧	٠,٠٧٣	٠,٢٦٥	٠,٠٧١	٠,٢٩٢	العجلة الأفقية للخذ الأيمن
٪١٢,٦١٣	-٠,٠٥٦	٠,١٠٦	-٠,٣٨٨	٠,١٢٩	-٠,٤٤٤	العجلة الأفقية مقدمة القدم الأيسر
٪١٠,٩٤٧	٠,٢٩٦	٠,٢٩٢	٢,٤٠٨	٠,٧٢٧	٢,٧٠٤	السرعة الزاوية للركبة اليمنى
٪١٢,٣٨٨	٠,٣٦٠	٠,١٦٢	-٣,٢٦٦	٠,٤٤١	-٢,٩٠٦	السرعة الزاوية للكاحل الأيمن
٪٦,٤٧٠	-٢,٣٧٠	١,١٩١	-٣٤,٢٦٢	٣,٧٤١	-٣٦,٦٣٢	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
٪٢,٥٦٥	-٣,٥٨٦	٣,٧٢٠	١٤٣,٣٧٨	١١,٢٦٠	١٣٩,٧٩٢	زاوية المرفق الأيسر
٪٣,٤٨٩	-٤,٩١٢	٤,٨٣٦	١٤٥,٧٠٣	٧,٨٢٧	١٤٠,٧٩١	زاوية الكتف الأيسر
٪٢٦,٥١٥	-١,١٢٩	٠,٧٨٠	٥,٣٨٧	٠,٨٦٧	٤,٢٥٨	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم اليسرى

يتضح من جدول (١١) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (كسر الإرتقاء) تراوحت ما بين (٢,٥٦٥% إلى ٤٦,٩٢٣%) .

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليسرى قيد البحث لحظة الإرتقاء، كما يتضح من جدول (١١) وشكل (٤) أن أكثر تغير كان لمؤشر السرعة الأفقية للكتف الأيسر لحظة الإرتقاء أثناء أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليسرى بنسبة تغير ٤٦,٩٢٣%، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي حيث ساعدت في زيادة السرعة الأفقية للكتف الأيسر أثناء لحظة الإرتقاء في القياس البعدي وهذا يعني أن الكتف الأيسر يتحرك في إتجاه الإرتقاء (جهة اليسار) لملاقاة الكرة بسرعة لتقليل زمن الوصول للكرة والسيطرة عليها قبل وصولها خط المرمى، ويرجع ذلك نتيجة للخطوة الأخيرة ما قبل الإرتقاء حيث تزيد من سرعة الحارس وهي ترجمة للسرعة الأفقية المكتسبة من وصلات الجسم المختلفة، حيث أظهرت نتائج الدراسات أن (٦٠%) من تحسن أداء الوثب يرجع إلى زيادة سرعة

الإرتقاء (الإنطلاق)، وأن سرعة الأنطلاق يمكن أن تزيد من (٦ - ١٠٪) عند استخدام مرجحة الذراعين. (٣٨ : ١٠)، (٣١ : ١٢).

وهذا يتفق مع دراسة **Matsukura, K. (٢٠٠٩م) (٤٢) Kerwin, D. (٢٠٠٦م)** (٣٩) حيث ظهرت مرحلتين لتسارع الكتف أثناء أداء مهارة الإرتقاء العالي وكانت الأولى خلال لحظة الإرتقاء (كسر الإتصال) ثم تباطأت بشكل مؤقت في اللحظة التالية (الإتصال بالكرة) من أداء المهارة قيد البحث، وذلك على عكس ظهور مرحلة واحدة لتسارع الكتف للإرتقاء المنخفض، كما أن تحرك الحارس مع مرجحة الذراعين قبل الإرتقاء يترتب عليها زيادة سرعته، وبالتالي يقلل من زمن طيران الكرة نحو خط المرمى.

ويتفق ذلك مع دراسة **محمد عبد الحميد حسن (٢٠١١م) (٢١)** أن حارس المرمى في المحاولات الناجحة يقوم بمد أجزاء جسمه الأمر الذي يمكنه من الوصول للكرة في أعلى نقطة لها، كما أن الإزاحة العرضية للمحاولات الناجحة كانت أكبر عن المحاولات الفاشلة حيث تساعد حارس المرمى للذهاب لملاقاة الكرات العالية.

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة (الإتصال بالكرة) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
.٠١٠	*٢,٥٨٥	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	العجلة الأفقية لمقدمة القدم اليمنى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية للكعب الأيمن
.٠١١	*٢,٥٣٣	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية لليد اليمنى
.٠١٧	*٢,٣٨٠	١,٠٠	١,٠٠	٣٥,٠٠	٥,٠٠	السرعة العرضية للمرفق الأيمن
.٠١٠	*٢,٥٨٥	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية لمقدمة القدم اليمنى
.٠٢٥	*٢,٢٤٠	٢,٠٠	٢,٠٠	٣٤,٠٠	٤,٨٦	السرعة الزاوية للركبة اليمنى
.٠٣٥	*٢,١٠٣	٣,٠٠	١,٥٠	٣٣,٠٠	٥,٥٠	السرعة الزاوية للكاحل الأيمن
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية المرفق الأيسر
.٠١٠	*٢,٥٨٥	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية الكتف الأيسر
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم اليسرى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	الدفع العرضي لمقدمة القدم اليسرى
.٠٠٨	*٢,٦٣٦	٣٦,٠٠	٤,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	الشغل العرضي لمقدمة القدم اليسرى

*قيمة "z" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥.

جدول (١٣)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة (الإتصال بالكرة) (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة)
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٪١١,٩٥٧	٠,٠٢٢	٠,٠٠٩	٠,١٦٢	٠,٠٠٨	٠,١٨٤	العجلة الأفقية لمقدمة القدم اليمنى
٪٣٢,٥٢١	-١,١٦١	٠,٥١٧	٤,٧٣١	٠,٥٠٢	٣,٥٧٠	السرعة العرضية للكعب الأيمن
٪١٣,٧٤١	-٠,٨٢٢	٠,٥٣٩	٦,٨٠٤	٠,٤٨٣	٥,٩٨٢	السرعة العرضية لليد اليمنى
٪٢٨,٠٨٢	١,٣٦٢	٠,٤١٤	٣,٤٨٨	٠,٥٣٧	٤,٨٥٠	السرعة العرضية للمرفق الأيمن
٪١٦,٧٢٨	-٠,٤٥٣	٠,٥٧١	٣,١٦١	٠,٧٥٥	٢,٧٠٨	السرعة العرضية لمقدمة القدم اليمنى
٪١٤,٥٣٣	٠,٢٨٦	٠,٢٦٥	١,٦٨٢	٠,٠٩٢	١,٩٦٨	السرعة الزاوية للركبة اليمنى
٪٢٦,٠٠٦	٠,٧٥٠	٠,٣٩٧	-٣,٦٣٤	٠,٤٦٥	-٢,٨٨٤	السرعة الزاوية للكاحل الأيمن
٪٧,٩٢٦	-٢,٧٧٣	٢,٧٠٥	-٣٢,٢١٣	٢,٦٩٢	-٣٤,٩٨٦	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
٪٢,٣٢٥	-٣,٣٨١	١,٦٠٩	١٤٨,٨٠١	١,١٣٥	١٤٥,٤٢٠	زاوية المرفق الأيسر
٪٢,٨٦٥	-٤,٠٩٥	١,٦١٥	١٤٧,٠٤٠	١,٢٠٠	١٤٢,٩٤٥	زاوية الكتف الأيسر
٪٢٤,٣١١	-١,٢٤٤	٠,٤٤٠	٦,٣٦١	٠,٢٦٦	٥,١١٧	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم اليسرى
٪٢٢,٥٠٠	-١,٣٦٦	٠,٥٠٥	٧,٤٣٧	٠,٦١٢	٦,٠٧١	الدفع العرضي لمقدمة القدم اليسرى
٪١٨,٩٧٢	-١,٤٤٧	٠,٥٥٩	٩,٠٧٤	٠,٦٣٥	٧,٦٢٧	الشغل العرضي لمقدمة القدم اليسرى

يتضح من جدول (١٣) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة) تراوحت ما بين (٢,٣٢٥% إلى ٣٢,٥٢١%).

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى قيد البحث لحظة الإتصال بالكرة، كما يتضح من جدول (١٣) وشكل (٤) أن أكثر تغير كان لمؤشر السرعة العرضية للكعب الأيمن لحظة الإتصال بالكرة أثناء أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليسرى بنسبة تغير ٣٢,٥٢١%، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي حيث ساعدت في زيادة السرعة العرضية للكعب الأيمن لحظة الإتصال بالكرة أثناء لحظة

الإرتقاء في القياس البعدي حيث تساعد سرعة الكعب الأيمن حول المحور الطولي في سرعة فرد وصلات الرجل اليمنى في إتجاه الكرة ونقل سرعتها إلى الذراع اليمنى للإتصال بالكرة او إمساكها في أقل زمن ، كما أنها تحافظ علي الإلتزان الحركي لحارس المرمي لحظة الإتصال بالكرة مما يجعل كل تركيزه في الإتصال بالكرة دون التفكير في حفظ إلتزان الجسم مما يساعد في النقل الحركي لمسار كمية الحركة من القدم إلى الجذع إلى الذراع المتصلة بالكرة ، وهذا يتفق مع عصام الدين متولي عبد الله (٢٠١١م) أنه توجد عدة مناطق في الجسم يتوقف عليها مسئولية الاحتفاظ بإتزان الفرد ومنها القدمان حيث تمثل قاعدة إلتزان الجسم وأي خلل بها يؤثر على إلتزان الفرد (١٤: ١٥٧).

ويتفق مع دراسة بيوتوندا Putatunda, A. (٢٠١٣م) (٤٨) أنه توجد علاقة معنوية بين مركز الثقل مع الأداء للحصول علي أقصى ارتفاع للجسم والحفاظ على توازن الجسم الديناميكي في الهواء وجعل وضع الإمساك بالكرة أكثر دقة.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (التخميد)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
٠.٣٤	*٢,١٢١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الرأسية للمرفق الأيسر
٠.٣٤	*٢,١٢١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة العرضية للركبة اليمنى
٠.٤١	*٢,٠٤١	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة العرضية لمركز الثقل
٠.٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة العرضية لمقدمة القدم الأيمن
٠.٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الرأسية لرسغ اليد اليسرى
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٠.٤١	*٢,٠٤١	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة الزاوية للكاحل الأيسر
٠.٢٥	*٢,٢٣٦	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الزاوية للكتف الأيمن
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة الزاوية للكتف الأيمن
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
٠.٤١	*٢,٠٤١	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	القوة العرضية لمقدمة القدم الأيمن
٠.٣٤	*٢,١٢١	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم الأيمن

*قيمة "z" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى

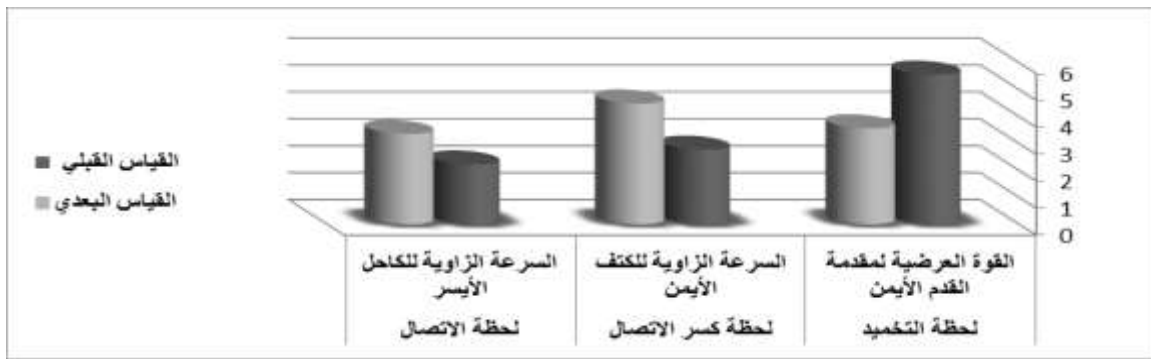
الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

جدول (١٥)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) (n=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (التخميد)
		الإلتحاف المعياري	المتوسط الحسابي	الإلتحاف المعياري	المتوسط الحسابي	
٪٤,٥٢٩	-٠,٠٠٩	٠,٠٠٤	٠,١٩٨	٠,٠٠٦	٠,١٨٩	العجلة الرأسية للمرفق الأيسر
٪٨,٠٢٨	-٠,٠١١	٠,٠٢٠	-٠,١٣٠	٠,٠٢٣	-٠,١٤١	العجلة العرضية للركبة اليمنى
٪٣٤,٦٩٧	٠,١٣٦	٠,٠١٧	٠,٢٥٧	٠,٠٦٨	٠,٣٩٣	العجلة العرضية لمركز الثقل
٪١٣,٩١٠	-٠,٠٤٧	٠,٠٥٢	-٠,٢٨٨	٠,٠٠٣	-٠,٣٣٥	العجلة العرضية لمقدمة القدم الأيمن
٪١٢,٥٥٤	-٠,٠٤٦	٠,٠٥٠	٠,٤١٤	٠,٠١٥	٠,٣٦٨	العجلة الرأسية لرسغ اليد اليسرى
٪٥,٣٦٦	-٤,٠٠٧	٠,٧٠٨	-٧٠,٦٧٠	٠,٠٠١	-٧٤,٦٧٧	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٪٦,٨٠٠	٢,٩٩٣	١,٤١٤	-٤٧,٠١١	٠,٧٠٨	-٤٤,٠١٨	العجلة الزاوية للكاحل الأيسر
٪٢٤,٥٨٤	٠,٩٩٣	٠,٠٠١	-٥,٠٣٣	٠,٠٠١	-٤,٠٤٠	السرعة الزاوية للكتف الأيمن
٪٨,٢٣١	٢,٩٩٣	١,٣٠٤	٣٣,٣٧١	٠,٨٣٦	٣٦,٣٦٤	العجلة الزاوية للكتف الأيمن
٪٩,١٠٩	-١,٦٠٧	٠,٥٤٨	-١٦,٠٣٣	٠,٤٤٦	-١٧,٦٤٠	العجلة الزاوية للركبة اليسرى
٪٣٥,٨٣٠	١,٩٩٣	٠,٤٤٧	٣,٥٧٠	١,٠٩٥	٥,٥٦٣	القوة العرضية لمقدمة القدم الأيمن
٪٢٢,٧٦٨	١,٣٩٣	٠,١٥٥	٤,٧٢٦	٠,٧٣٩	٦,١١٩	كمية الحركة الرأسية لمقدمة القدم الأيمن

يتضح من جدول (١٥) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (التخميد) تراوحت ما بين (٤,٥٢٩% إلى ٣٥,٨٣٠%).



شكل (٥)

المؤشرات البيوميكانيكية الأكثر تغيراً بين القياس القبلي والبعدي في اللحظات الزمنية المختارة لمهارة الإرتماء للجانب الأيمن



يتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليمنى قيد البحث لحظة التخميد، ومن جدول (١٥) وشكل (٥) يتضح أن أكثر تغير كان لمؤشر القوة العرضية لمقدمة القدم الأيمن لحظة التخميد أثناء أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليمنى بنسبة تغير ٣٥,٨٣٠%، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي حيث ساعدت في نقص السرعة العرضية للكعب الأيمن لحظة التخميد في القياس البعدي حيث يفضل الحارس الأيمن أن تكون قدم الإرتقاء هي القدم اليسرى عند الإرتقاء ناحية اليسار وعليه يكون إرتقاء الحارس سهلاً دائماً ناحية اليسار، أما عن الإرتقاء ناحية اليمين فتكون قدم الإرتقاء هي القدم اليمنى ولذلك يبذل الحارس قوة كبيرة وهذا يتضح من أن مؤشر القوة العرضية لمقدمة القدم الأيمن (مشط القدم) كانت قيمتها في القياس القبلي ٥,٥٦٣ نيوتن وبعد تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي الخاصة بمهارة الإرتقاء نقصت في القياس البعدي إلى ٣,٥٧٠ نيوتن، حيث ساعدت هذه التدريبات في أن يبذل اللاعب جهداً أقل خاصة في لحظة التخميد مما يجعل فرملة قدم الإرتقاء بشكل أفضل لتساعد في التقدم للأمام بالرجل اليسرى إتجاه الكرة المصوبة على المرمي ثم يقوم بثني مفصل الركبة قليلاً مع الدفع لأسفل بقدم الإرتكاز (القدم القريبة من الكرة) وبالتالي يكون إتجاه عمل القوة في إتجاه عكسي للحركة الأساسية، ويتفق ذلك مع دراسة كاي أوى-شميت وآخرون **Schmitt, K. et al** (٢٠١٠ م) (٤٩) في أن الوثب العمودي والقفزات والإرتقاء وحركات الطيران غالباً ما تستخدم زيادة القوة الانفجارية وقوة الأطراف السفلية.

كما يتفق مع محمد جابر بريقع وخيرية إبراهيم السكري (٢٠٠٢م)، عصام الدين متولي عبد الله (٢٠١١م)، محمد عبد الحميد حسن ومحمد عبد الوهاب البديري (٢٠١٤م)، **Matsukura, K.** (٢٠١٤م) (٤٣)، أنه بناء على قانون الفعل ورد الفعل لنيوتن، فإن أي إتصال بين جسمين يعني وجود قدر من القوة يؤثر بها كل منهما على الآخر، ويكون هذا المقدار متساوياً ومتضاداً في الإتجاه وتعتبر عنصراً هاماً بالنسبة للحركة، فهي التي تقود بداية الحركة، وتوقفها، وتعمل على تغيير إتجاهها أو محاولة الإحتفاظ في وضع معين ضد مقاومة خارجية، كما أن رجل الإرتكاز (القريبة من الكرة) تحدث إتصال ودفع للأرض لإخراج قوة كبيرة لتحريك مركز الثقل

بعيداً عن الأرض، وبذلك فإن الإرتماء العالي يعمل إيجابياً على رفع مركز الثقل لأعلى ويكون إرتقاء الإرتقاء مباشرة نحو الكرة. (١٩ : ٧٦)، (١٤ : ١٣٣)، (٢٢ : ٨٦).

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة الإرتقاء (كسر الإتصال) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الأفقية للكتف الأيمن
٠.٣٨	*٢,٠٧٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة الأفقية للكتف الأيمن
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة الأفقية للفخذ الأيسر
٠.٤١	*٢,٠٤١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الأفقية مقدمة القدم الأيمن
٠.٤٢	*٢,٠٣٢	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الزاوية للركبة اليسرى
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الزاوية للكاحل الأيسر
٠.٤١	*٢,٠٤١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٠.٤٢	*٢,٠٣٢	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية المرفق الأيمن
٠.٤١	*٢,٠٤١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية الكتف الأيمن
٠.٣٩	*٢,٠٦٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	كمية الحركة الرأسية مقدمة القدم اليمنى

*قيمة "z" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتقاء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥.



جدول (١٧)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة الإرتقاء (كسر الإتصال) (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال)
		الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٪٣١,٨٦٦	٠,١١٤	٠,٠٦٦	-٠,٤٧٢	٠,٠٤٧	-٠,٣٥٨	السرعة الأفقية للكتف الأيمن
٪٢٥,٨١٤	٠,١٣٣	٠,٠٠١	٠,٣٨٣	٠,٠٥٤	٠,٥١٦	العجلة الأفقية للكتف الأيمن
٪٣٦,١٣٢	٠,١٥٣	٠,٠٠١	٠,٢٧١	٠,٠٨٩	٠,٤٢٤	العجلة الأفقية للخذ الأيسر
	-					العجلة الأفقية مقدمة القدم الأيمن
٪٢٩,٣٠٦	٠,١٢٧	٠,٠٦٨	-٠,٣٠٥	٠,٠٤٥	-٠,٤٣٢	السرعة الزاوية للركبة اليسرى
٪٤٤,١٧٩	١,١٣٣	٠,٣٧٢	١,٤٣٢	٠,٤٤٨	٢,٥٦٥	السرعة الزاوية للكتف الأيمن
٪٦١,٦١٦	١,٧١٢	٠,١٨٣	-٤,٤٩٠	٠,٤٤٧	-٢,٧٧٨	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٪٧,٢٣٥	-	١,٦٤٣	-٣٥,٩٨٦	١,٦٧٣	-٣٨,٧٩٣	زاوية المرفق الأيمن
٪٠,٩٦٩	١,٤٠٧	١,٠٩٦	١٤٦,٥٤٩	٠,٤٤٦	١٤٥,١٤٢	زاوية الكتف الأيمن
٪١,١١٨	-	٢,٥٤٩	١٤٥,٣٤٨	٣,١٣٠	١٤٣,٧٤١	كمية الحركة الرأسية مقدمة القدم اليمنى
٪١١,٣١٢	٠,٦٠٧	٠,٥٤٧	٥,٩٧١	١,٠٠١	٥,٣٦٤	

يتضح من جدول (١٧) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (كسر الإتصال) تراوحت ما بين (٠,٩٦٩% إلى ٦١,٦١٦%) .

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى قيد البحث لحظة الإرتقاء، كما يتضح من جدول (١٧) وشكل (٥) أن أكثر تغير كان لمؤشر السرعة الزاوية للكتف الأيمن لحظة الإرتقاء أثناء أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى بنسبة تغير ٦١,٦١٦% ، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي المختارة حيث ساعدت في زيادة السرعة الزاوية للكتف الأيمن لحظة الإرتقاء في القياس البعدي مما يساعد الحارس في مد الذراع الأيمن بسرعة عن طريق مرجحة الذراع لأعلى لملاقاة الكرة عند أعلى نقطة ممكنة في أقل زمن ممكن قبل وصولها إلى المرمى، وهذا يتفق مع كلاً من عادل عبد البصير

علي (١٩٩٨م)، محمد عبد الحميد حسن ومحمد عبد الوهاب البديري (٢٠١٤م)، أن الحركة تنتقل من الجذع إلى الأطراف والعكس في صورة سلسلة كينماتيكية مفتوحة بداية من القاعدة إلى النهاية الحرة أو بمعنى آخر من العضو الأقرب إلى العضو الأبعد بالنسبة للمحور الأساسي للحركة ومن الأكثر كتلة إلى الأقل كتلة، مما يزيد من سرعة وقوة الحركة الناتجة عن هذه السلسلة. (٤٢:١٣، ٤٠)، (١١٠:٢٢)

ويتفق مع دراسة محمد عبد الحميد حسن (٢٠١١م) (٢١) أن حارس المرمى في المحاولات الناجحة يقوم بمد أجزاء جسمه الأمر الذي يمكنه من الوصول للكرة في أعلى نقطة لها، كما أن الإزاحة العرضية للمحاولات الناجحة كانت أكبر عن المحاولات الفاشلة حيث تساعد حارس المرمى للذهاب لملاقاة الكرات العالية.

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة (الإلتصال بالكرة) (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (الإلتصال بالكرة)
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	
.٠٣٤	*٢,١٢١	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	العجلة الأفقية مقدمة القدم اليسرى
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية للكعب الأيسر
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية للبد اليسرى
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة العرضية للمرفق الأيسر
.٠٤١	*٢,٠٤١	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	السرعة العرضية مقدمة القدم اليسرى
.٠٤٢	*٢,٠٣٢	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الزاوية للركبة اليسرى
.٠٣٩	*٢,٠٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	السرعة الزاوية للكاحل الأيسر
.٠٤٢	*٢,٠٣٢	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية المرفق الأيمن
.٠٣٩	*٢,٠٦٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	زاوية الكتف الأيمن
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	كمية الحركة الرأسية مقدمة القدم اليمنى
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	الدفع العرضي مقدمة القدم اليمنى
.٠٣٨	*٢,٠٧٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	الشغل العرضي مقدمة القدم اليمنى

*قيمة "z" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى

الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ .

جدول (١٩)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة (الإتصال بالكرة) (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المؤشرات البيوميكانيكية لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة)
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٪٣٩,٣٠٨	٠,١١٤	٠,٠٤٣	٠,١٧٥	٠,٠١١	٠,٢٨٩	العجلة الأفقية مقدمة القدم اليسرى
٪١٦,١٨٦	-٠,٦٠٦	٠,٠٦٤	٤,٣٥٠	٠,٥٥٤	٣,٧٤٤	السرعة العرضية للكعب الأيسر
٪٧,٧٥١	-٠,٤٠٦	٠,٢٩٩	٥,٦٤٤	٠,٨٠١	٥,٢٣٨	السرعة العرضية لليد اليسرى
٪٣٤,٥٥٦	١,٥٩٣	٠,٢٧٣	٣,٠١٨	٠,٧٥٥	٤,٦١١	السرعة العرضية للمرفق الأيسر
٪٢٢,٣٣٩	-٠,٨٠٦	٠,٥٤٦	٤,٤١٤	٠,٧١٥	٣,٦٠٨	السرعة العرضية مقدمة القدم اليسرى
٪٢٣,٣٨٥	٠,٤٩٣	٠,٤٨٥	١,٦١٦	٠,٠٣٢	٢,١٠٩	السرعة الزاوية للركبة اليسرى
٪٥٠,٧٩٣	١,١٣٣	٠,٢٥٠	-٣,٣٦٤	٠,٢٩٣	-٢,٢٣١	السرعة الزاوية للكاحل الأيسر
٪٣,٣٩٧	-١,٤٠٧	٠,٨٣٧	-٤٠,٠٠٧	٢,٨٦٤	-٤١,٤١٤	العجلة الزاوية للركبة اليمنى
٪٠,٩٥١	-١,٤٠٧	٢,٤٣٨	١٤٩,٣٢٥	١,٥٩٠	١٤٧,٩١٨	زاوية المرفق الأيمن
٪٠,٩٤٧	-١,٤٠٦	٢,٤٥٨	١٤٩,٩٤٧	٢,٦٧١	١٤٨,٥٤١	زاوية الكتف الأيمن
٪١٢,٣٣٧	-٠,٨٠٧	١,٤١٥	٧,٣٤٨	١,٠٩٦	٦,٥٤١	كمية الحركة الرأسية مقدمة القدم اليمنى
٪١١,١٢٨	-٠,٨٠٧	٠,٩٥٨	٨,٠٥٧	٠,٦٥١	٧,٢٥٠	الدفع العرضي مقدمة القدم اليمنى
٪٨,٧٥١	-٠,٨٠٦	٠,٨٥٣	١٠,٠٢٠	٠,٨٧٨	٩,٢١٤	الشغل العرضي مقدمة القدم اليمنى

يتضح من جدول (١٩) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى لحراس المرمى في كرة القدم لحظة نهاية الخطوة (الإتصال بالكرة) تراوحت ما بين (٠,٩٥١% إلى ٥٠,٧٩٣%) .

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى قيد البحث لحظة الإتصال بالكرة، كما يتضح من جدول (١٧) وشكل (٥) أن أكثر تغير كان لمؤشر السرعة الزاوية للكاحل الأيسر لحظة الإتصال بالكرة أثناء أداء مهارة الإرتماء إلى الجهة اليمنى بنسبة تغير ٥٠,٧٩٣%، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي حيث ساعدت في زيادة السرعة الزاوية للكاحل الأيسر لحظة الإتصال بالكرة في القياس البعدي مما يساعد الحارس في تحريك الرجل اليسرى لأعلى وللخلف موازية لخط المرمى للحفاظ على إتزان الحارس في الهواء خلال لحظة الإتصال بالكرة، وهذا يتفق مع عصام الدين متولي

عبد الله (٢٠١١م) أن أي حركة رياضية لا تتم بصورة صحيحة إلا إذا إشتربت جميع أجزاء الجسم في أداؤها، بشرط أن يكون هناك تناسق وتوافق بين حركات أجزاء الجسم وأن تعمل جميعها على أنجاز مراحل الواجب الحركي المراد تحقيقه. (١٤ : ٧٤)

وهذا يتفق مع جمال علاء الدين وناهد أنور الصباغ (٢٠٠٧م)، طلحة حسام الدين وآخرون (١٩٩٤م) أن أي حركة رياضية لا تتم إلا بمشاركة الجسم كله في أداء هذه الحركة ولكن هذه المشاركة لا تتم في وقت واحد ولا بسرعة واحدة، وهذا ما يعرف بالنقل الحركي والذي يعني مشاركة المجموعة العضلية المسؤولة عن العمل في كافة أجزاء الجسم لبعضها في التوقيتات المناسبة لذلك، وقد تكون هذه المشاركة متزامنة أو متتالية. (٨ : ١٠٥)، (١٢ : ٣٠٦).

ويتفق مع دراسة بيوتوندا Putatunda, A. (٢٠١٣م) (٤٨) أنه توجد علاقة معنوية بين مركز الثقل مع الأداء للحصول علي أقصى ارتفاع للجسم والحفاظ على توازن الجسم الديناميكي في الهواء وجعل وضع الإمساك بالكرة أكثر دقة.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني الذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المؤشرات البيوميكانيكية لأداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة.

- عرض نتائج دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في فعالية أداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة كما هو موضح بجدول (٢٠)، (٢١) و شكل (٦) كما يلي:

جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في دقة وزمن أداء مهارة الإرتماء الجانبي (ن=٩)

مستوي الدلالة	قيمة "z"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
٠,٠١	*٢,٧٥٤	٤٥,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	الدرجة	إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات
٠,٠١	*٢,٥٢١	٠,٠٠	٠,٠٠	٣٦,٠٠	٤,٥٠	ث	

*قيمة "z" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦٢

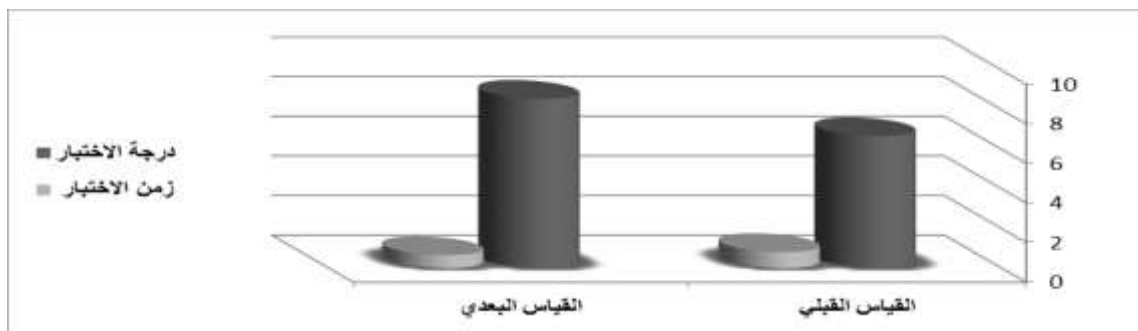
يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداء مهارة الإرتماء لصالح القياس البعدي، حيث أن قيم "Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

جدول (٢١)

نسب التغير للمجموعة التجريبية في دقة وزمن أداء مهارة الإرتماء الجانبي (ن=٩)

نسب التغير	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٢٨,٣٣%	-١,٨٨٩	٠,٥٢٧	٨,٥٥٦	١,٠٠٠	٦,٦٦٧	الدرجة	إختبار الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرات
١٩,١٣%	٠,١٥٦	٠,٠٣٧	٠,٦٥٨	٠,٠٨٥	٠,٨١٣	ث	

يتضح من جدول (٢١) أن نسب التغير للمجموعة التجريبية في أداء مهارة الإرتماء تحسنت بنسبة ٢٨,٣٣% في زمن الأداء، و ١٩,١٣% في درجة دقة الأداء.



شكل (٦)

مقارنة القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في إختبار فعالية أداء مهارة الإرتماء

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين كل من القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دقة وزمن أداء مهارة الإرتماء لصالح القياس البعدي، كما يتضح من جدول (٢١) وشكل (٦) أن دقة وزمن أداء مهارة الإرتماء قد تحسنت في القياس البعدي بنسبة ٢٨,٣٣% في زمن الأداء، و ١٩,١٣% في درجة دقة الأداء، ويعزو الباحثان ذلك إلى تطبيق تدريبات الإدراك الحس حركي التي حسنت من مكونات الإدراك الحس حركي قيد البحث الخاصة بأداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي والتي تم اختيارها وفقاً لأساس علمي موضوعي وتتماشي مع التركيب الحركي مع أداء مهارة الإرتماء، وأيضاً حسنت هذه التدريبات من توجيه وصلات جسم حارس المرمي بشكل أفضل وبتقصادية وظهر ذلك من خلال تطور القيم الكمية للمؤشرات

البيوميكانيكية المختارة المرتبطة بدقة وزمن أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمى، إذ إن اختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية والمهارية لحراس المرمى فضلا عن إن التمرينات قد راعت الربط بين الجانب البدني والمهاري وبصورة تتماشى وطبيعة الأداء الحديث في تدريب حراس المرمى.

ويتفق ذلك مع دراسة أراز محمد نوري وآخرون (٢٠٠٩ م) (٥) بضرورة التأكيد على التدريبات التي تعمل على تنمية الإدراك الحس - الحركي والتوافق العضلي العصبي أثناء مرحلة تعلم المهارات الأساسية لحراس المرمى، والإهتمام الزائد من قبل المدربين على عنصر التوافق العضلي العصبي والإدراك الحس حركي لما لهما من علاقة بالصد للكرات والتوقع الحركي لدى حراس المرمى.

ودراسة فرات جبار سعد الله ، محمد شاكر حميد (٢٠٢٠ م) (١٥) التي أكدت أن التدريبات المهارية المصاحبة للتحفيز السمعي البصري تطور في سرعة الاستجابة الحركية وبعض المهارات الأساسية الدفاعية لحراس مرمي كرة القدم الناشئين.

وهذا ما يؤكد عليه الباحثان في أن محتوى التدريبات (الإدراك الحس حركي) تشابه مع التركيب الحركي للأداء الفعلي، ولوضع هذه التدريبات كان لابد من دراسة الأداء الحركي للمهارة قيد البحث (الإرتماء)، ولذلك يجب إختيار التمرينات التي تتضمن عناصر لنوع اللياقة للإداءات المهارية المختلفة وأيضاً التمرينات التي تعمل أثناءها العضلة الواحدة أو المجموعة العضلية بنفس الطريقة أو بطريقة مشابهة للطريقة التي تعمل بها أثناء أداء حركات المنافسة، وذلك من حيث إتجاه الحركة وقوة وزمن أدائها.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني الذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداء مهارة الإرتماء - يمينا ويسارا - لصالح القياس البعدي لحراس المرمي الناشئين في كرة القدم تحت ١٨ سنة".

• الاستنتاجات:

- في ضوء هدف وفروض البحث واستناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث يمكن استخلاص الآتي:
١. تصميم إختبار لقياس أداء مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرة لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة .



٢. تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي لها تأثيراً إيجابياً في تطوير الإحساس بمسافة الوثب الأفقي، الإدراك الحسي لقوة القبضة، الإدراك الحس حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع، الإحساس بالزمن، الإحساس بالقدم المسيطرة لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.
٣. تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي لها تأثيراً إيجابياً في تطوير المؤشرات البيوميكانيكية المرتبطة بفعالية أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.
٤. تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي لها تأثيراً إيجابياً في تحسين أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.

• التوصيات:

- في حدود مجتمع البحث والعينة المختارة وفي ضوء هدف البحث وفروضه يوصى الباحثان بما يلي:
١. باستخدام الإختبار المصمم لقياس أداء مهارة الإرتماء الجانبي لإمساك أو إبعاد الكرة لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.
 ٢. تطبيق تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي في تطوير الإحساس بمسافة الوثب الأفقي، الإدراك الحسي لقوة القبضة، الإدراك الحس حركي للمسافة والفراغ الأفقي للذراع، الإحساس بالزمن، الإحساس بالقدم المسيطرة لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.
 ٣. تطبيق تدريبات مكونات الإدراك الحس حركي في تطوير المؤشرات البيوميكانيكية لتحسين فعالية أداء مهارة الإرتماء لحراس المرمي الناشئين تحت ١٨ سنة.
 ٤. استخدام التحليل البيوميكانيكي كأساس موضوعي في إختيار محتوى البرامج التدريبية وللتقييم الموضوعي لقياس فعالية أداء المهارات الرياضية الخاصة بكرة القدم والألعاب الاخرى.
 ٥. إجراء دراسات مماثلة مع إضافة المتغيرات التالية:
 - أ - إختيار مهارات أخرى في كرة القدم.
 - ب - التطبيق على مراحل سنوية مختلفة.

- المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١ أبان عبد الكريم تأثير تمرينات الإدراك الحس-حركي في بعض مظاهر الانتباه لدى حراس

- مزهري: المرمى الناشئين بكرة القدم. مجلة علوم التربية الرياضية-٨٤، (١)، ١٠، ٦٧. ٢٠١٧م.
- ٢ أبو العلا أحمد فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم، دار الفكر عبد الفتاح، محمد العربي، القاهرة، ١٩٩٧م. صبحي حساين:
- ٣ أحمد علي سويلم: التحليل البيوميكانيكي لمهارة الإرتماء لحراس المرمى في كرة القدم كأساس لوضع تدريبات نوعية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٦م.
- ٤ أحمد فؤاد أسس التحليل البيوميكانيكي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى، دار السلاسل للنشر والطباعة والتوزيع، الكويت، ٢٠٠١م. الشاذلي:
- ٥ أراز محمد نوري، العلاقة بين الإدراك الحس-الحركي والتوافق العضلي العصبي وأداء حراس المرمى بكرة اليد أثناء المباريات لبعض أندية الدرجة الممتازة في محافظة زنا إبراهيم علي: السليمانية، مجلة علوم التربية الرياضية. ١٦٠-١٧٨، (٤)، ٢، ٢٠٠٩م.
- ٦ إكرامى إبراهيم تسن: مساهمة بعض المتغيرات البيوميكانيكية والجسمية والبدنية المؤثرة فى مستوى أداء مهارة الإرتماء للإمساك بالكرة لدى حراس المرمى فى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٤م.
- ٧ جاسم محمد نايف علاقة الإدراك الحس حركي بالمستوى الرقمي في الوثبة الثلاثية، بحث الرومي: منشور، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد الثامن، العدد السابع والعشرون، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، ٢٠٠٢م.
- ٨ جمال علاء الدين، علم الحركة، الطبعة التاسعة، كلية التربية الرياضية للبنين، ناهد أنور الصباغ: الإسكندرية، ٢٠٠٧م.
- ٩ حسن أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبى كرة القدم (النظرية والتطبيق)، ط١، الإسكندرية، ٢٠١٤م.

- ١٠ خالد سعيد صيام: الإدراك وعلاقته بتعلم بعض مهارات كرة القدم لدى الناشئين من ١٢ - ١٤ سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٢م.
- ١١ طارق فاروق عبد الصمد: نظرية الخصائص الأساسية رؤية لتحليل المهارات، مطبعة جامعة أسيوط، ٢٠٠٥م.
- ١٢ طلحة حسين حسام الدين: الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ١٣ عادل عبد البصير علي: الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق في المجال الرياضي، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨م.
- ١٤ عصام الدين متولي: علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠١١م.
- ١٥ فرات جبار سعد الله ، محمد شاکر حميد: تأثير تمارين مهارية مصاحبة لتحفيز السمع البصري في تطوير سرعة الاستجابة الحركية وأداء بعض المهارات الأساسية الدفاعية لحراس مرمي كرة القدم الناشئين ، مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة - المجلد ٢- العدد ١ - ايلول ٢٠٢٠م
- ١٦ قيس قحطان داود: التحليل الكيفي والكمي لمهارة إرتماء حارس المرمى للإمساك بالكرة متوسطة الارتفاع في كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٦م.
- ١٧ كوران معروف قادر: علاقة بعض قدرات الإدراك الحس-حركي بدقة التصويب في كرة القدم، مجلة التربية الرياضية، ٣٧٣-٣٩٢، (١) ٢٢، ٢٠١٠م.
- ١٨ محمد إبراهيم شحاته، محمد جابر بريقع: دليل القياسات الجسمية وإختبارات الأداء الحركي، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.
- ١٩ محمد جابر بريقع وخيرية إبراهيم السكري: التحليل البيوميكانيكي الكيفي لتحسين عملية التدريب، المؤتمر العلمي الدولي الثامن لعلوم التربية البدنية والرياضة من ٥-٧ أكتوبر ٢٠٠٤م، الجزء الأول، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير، جامعة

الإسكندرية. ٢٠٠٤م

- ٢٠ محمد رمضان
تنمية الإدراك الحس - حركي بدلالة مؤشرات بيوميكانيكية لتحسين بعض
البلقاسي: الأداءات المركبة في كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية
الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٣م.
- ٢١ محمد عبد الحميد
الخصائص البيوميكانيكية لإمساك الكرة العاللة لحراس المرمى في كرة
حسن: القدم، بحث منشور في مجلة علوم وفنون الرياضة، أكتوبر، كلية التربية
الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ٢٠١١م.
- ٢٢ محمد عبد الحميد
تطبيقات الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي، مطبعة الزهراء،
حسن، محمد
لزقازيق، ٢٠١٤م.
عبدالوهاب البديري:
- ٢٣ نبيلة عبد الرحمن،
منظومة التدريب الرياضي فلسفية - تعليمية - بيوميكانيكية -
سلوى عز الدين
فسيولوجية - إدارية"، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٤م.
فكري:
- ٢٤ ناهد أنور الصباغ:
الخصائص الديناميكية نحو بعض أنواع الإدراك الحس العضلي ،
والعضلي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من ١٣-١٦ سنة ، بحث
منشور ، مجلة المؤتمر العلمي الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية
بالإسكندرية ، جامعة حلوان، ١٩٨٢م.
- ٢٥ نوفل فاضل رشيد:
دراسة مقارنة في بعض القدرات الإدراكية الحس-حركية بين لاعبي
وحراس المرمى في لعبة كرة القدم ، مجلة الرافدين للعلوم
الرياضية، (٤٧) ١٤، ٢١٧-٢٣٥، ٢٠٠٨م.
- ٢٦ نوفل فاضل رشيد:
دراسة مقارنة في بعض القدرات الإدراكية الحس . حركية بين الرجلين
والذراعين لدى حراس مرمى كرة القدم، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية،
٧٢-٩٣ (٥٠) ١٤، ٢٠٠٩م.
- ٢٧ وجيه محبوب:
نظريات التعلم والتطور الحركي، الأردن، ٢٠٠٢م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- ٢٨ Bartlett, R: **Introduction to sports biomechanics: Analysing human movement patterns**, Routledge, ٢٠٠٧.
- ٢٩ Biscops, K. **Soccer Training for Goalkeepers Training Sessions for all Age Groups**, ٢٠٠٦.
- Gerard, H:
- ٣٠ Borden, S: **The Complete Idiot's Guide to Soccer Basics**, ٢٠٠٩.
- ٣١ E A Harman, M **The effects of arms and countermovement on vertical jumping**, medicine and science in sports and exercise, ١٩٩٠.
- T Rosenstein, P
N Frykman, and
R M Rosenstein:
- ٣٢ Fair, L. and **Fair Game**, McGraw Hill Professional, ٢٠٠٣.
- Gola, M:
- ٣٣ Farrer, C., **The role of proprioception in action recognition**,
Franck, N., Consciousness and cognition, ٢٠٠٣, ١٢(٤), ٦٠٩-٦١٩.
Paillard, J.,
&Jeannerod:
- ٣٤ Federation **Goalkeeping**, RVA Druck und Medien, Altstätten,
International de Switzerland, ٢٠١٣.
Football
Association
- ٣٥ Hadjar Kh. M. i, **Which training improves the ability to control and manipulate the ball within the goalkeeper in football ?** , European Journal of Physical Education and Sport Science, Volume ١, Issue ٤, ٢٠١٦.
Koutchouk S. M.,
Mime M., Zerf
M., Zereg Fateh:
- ٣٦ Hamill, J. **Biomechanical basis of human movement**,
Knutzen, K. M: Lippincott Williams & Wilkins. ١٩- ٢٣. ٢٠٠٩.
- ٣٧ Hargreaves, A, **Skills & Strategies for coaching soccer**, ٢nd Ed,
and Bate, R: Human Kinetics, ٢٠١٠.
- ٣٨ Hervéou, T., **Force-velocity muscular profiles and jumping performances of soccer goalkeeper** ,Science &
Rahmani, A., Chorin, F., Frère, Sports, Volume ٣٣, Issue ٥, October ٢٠١٨.
J., Ripamonti,
M., & Durand, S:

- ٣٩ Kerwin, D. Bray, K: **Measuring and modelling the goalkeeper's diving envelope in a penalty kick**, In The Engineering of Sport ٦ (pp. ٣٢١-٣٢٦). Springer New York. ٢٠٠٦
- ٤٠ LaPrath, D: **Coaching girls' soccer successfully**, Human Kinetics, ٢٠٠٩.
- ٤١ Luxbacher, J: **Soccer: Steps to success**, Human kinetics, ٢٠١٥.
- ٤٢ Matsukura, K. Asai, T: **Area covered by diving action performance by soccer goalkeepers**, ٢٠٠٩.
- ٤٣ Matsukuraa, K., Asaia, T., & Sakamoto, K: **Characteristics of movement and force exerted by soccer goalkeepers during diving motion**, Procedia Engineering, ٢٠١٤, ٧٢, ٤٤-٤٩.
- ٤٤ McGinnis, P. M: **Biomechanics of sport and exercise**, Human Kinetics. ٢٠١٣.
- ٤٥ Mulqueen, T. Woitalla, M: **Complete Soccer Goalkeeper**, The Human Kinetics. ٢٠١١.
- ٤٦ Naoki N, Norihisa F: **Biomechanical relation between the goalkeeper and kicker motion in soccer**, ٣٦th Conference of the International Society of Biomechanics in Sports, Auckland, New Zealand, September ١٠-١٤, ٢٠١٨.
- ٤٧ Phipps, T: **Essential soccer skills**, Dk publishing. ٢٠١١.
- ٤٨ Putatunda, A: **Relationship of Selected Kinematic Variables with the Performance of Extension Aerial Diving in Soccer**, ٢٠١٣.
- ٤٩ Schmitt, K. U., Schlittler, M., & Boesiger, P: **Biomechanical loading of the hip during side jumps by soccer goalkeepers**, Journal of sports sciences, ٢٠١٠, ٢٨(١), ٥٣-٥٩.



ملخص البحث باللغة العربية

الاسلوب الخططي الدفاعي انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال

(Fast throw-off/ Fastbreak) باستخدام برنامج تقني مصمم ببطولة

العالم لكرة اليد للرجال ٢٠١٩م.

أ.م.د / أحمد محمد السيد القط *

Ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

يهدف هذا البحث الي التعرف علي الاسلوب الخططي الدفاعي انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال (Fast throw-off / Fastbreak) باستخدام برنامج تقني مصمم لملاحظة أكثر الاساليب الخططية الدفاعية استخداما وطرق الاستحواذ ومناطق الانهاء وأكثر الفرق استغلالا لرميات الارسال السريعة حيث اشتملت عينة البحث علي (١٦) مباراة تمثلت في الفرق الفائزة بالمراكز من الأول حتي المركز الثالث وهم (الدنمارك / النرويج / فرنسا) بالإضافة الي الفريق المصري في بطولة كأس العالم لكرة اليد للرجال بألمانيا والدنمارك ٢٠١٩م بواقع عدد (٥) مباريات لكل فريق وذلك من الدور الرئيسي حتي الدور النهائي وأشارت أهم النتائج الي أن التقنية المصممة من قبل الباحث والمستخدمه في الاستكشاف للمباريات تتميز بالصدق والثبات والموضوعية ، وأكثر الفرق استخداما للعب سريع الايقاع هو الفريق النرويجي وجاء الاسلوب الخططي الدفاعي الايجابي بالمهاجمة اكثر الاساليب استخداما كما جاء كلا من (قطع الكرة وصد حارس المرمي) كأكثر طرق الاستحواذ انطلاقا للعب سريع الايقاع لدي جميع فرق المستويات العالية (قيد البحث) .

*أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية_ جامعة بنها

Abstract

The defensive technical style of fast-paced attack during fastbreak /Fast throw-off using A designed technical program for the Men's Handball World Championship

٢٠١٩.

Dr/Ahmed Mohamed Elsayed Elkot*

Ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

This research aims to identify the defensive technical method from fast-paced attack through Fastbreak /Fast throw-off using A designed technical program to observe the most commonly used defensive technical methods and acquisition methods and end areas and the most exploited teams for fast throws-off ,where the sample included (١٦) matches represented of the winning teams from first to third place and they are (Denmark / Norway / France) in addition to the Egyptian team in the Men's Handball World Cup in Germany and Denmark ٢٠١٩ by the number of (٥) matches for each team from the main round to the final round and the most important results indicated that the technology designed by the researcher characterized by Validity, stability and objectivity, and the most used teams for fast-paced play is the Norwegian team and the positive defensive technical methods the most widely used methods, and both (cut the ball and repel the goalkeeper) as the most methods of acquisition starting from the fast play to all the high level teams (under research).

Assistant Professor, Department of theories and Applications of team sports and Racquet Sports-College of Physical Education –Benha University



الاسلوب الخططي الدفاعي انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال

(Fast throw-off/ Fastbreak) باستخدام برنامج تقني مصمم ببطولة

العالم لكرة اليد للرجال ٢٠١٩م.

أ.م.د/ أحمد محمد السيد القط *

Ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

مقدمة ومشكلة البحث :-

يعد مراقبة وتحليل السلوك الخططي الجماعي عملية معقدة إلى حد ما في الألعاب الجماعية وهو عنصر أساسي للحصول على معلومات ذات صلة وثيقة بالفريق والفرق المنافسة في المستويات العليا وتضم جميع الملاحظات على الأداء لذلك تعتمد على المراقبة المنهجية التي تبنى على توحيد ظروف الملاحظة وإمكانية استخدام المساعدين.(٤:٢٠)

والتحليل يستخدم لتحسين تقنية الأداء وهو بذلك لا يقتصر على كيفية تنفيذ هذه الحركات كهدف وصفي وإنما يتعدى ذلك إلى الطريقة الأكثر فاعلية لتنفيذ هذا الأداء وتأثيره على الانجاز العام كهدف تحليلي، حيث يساعد التعرف على تقنيات الأداء المهاري من أجل تزويد اللاعبين بالقدرة على حل مشكلاتهم البدنية الإدراكية في الألعاب الجماعية . وتعد هذه العمليات والإجراءات التحليلية في المجال الرياضي من أكبر المشكلات في التخطيط للتدريب وتقييم تكيف اللاعب للأداء المهاري والخططي في المستويات العليا من التدريب حيث يؤدي تفاعل عدد كبير من العناصر المتداخلة إلى التأثير على المتغيرات المطلوب التعرف عليها، إن استخدام النماذج المشابهة من الأداء والسلوك الخططي (كالتشكيلات وطرق اللعب) تمكننا من الحصول على نموذج مفهوم لظواهر السلوك.(٢:١٨)

ويرى مروان مصطفى رجب (٢٠٠٩م) بأن السنوات الماضية حفلت بالتطورات الهامة في اللعب الهجومي من الناحيتين المهارية والخططية في كرة اليد مما استلزم ان يتبع هذا التطور في الهجوم تطورات في العمليات الدفاعية ليوافقه ويساير التطور السريع في العمليات الهجومية ، وان الدفاع خير وسيلة للهجوم ، والفريق الذي يمتلك دفاعا جيدا يستطيع ان يبدأ هجوما ناجحا (١٥ : ١١)



فالمهاجمة الدفاعية قاعدة للانطلاق للهجوم او التحكم في ايقاع المباراة وهذا بدوره يرفع من الهجوم، وتطوير الدفاع ينعكس بشكل مباشر في تطوير الهجوم حيث ان القضيتين مرتبطتين ببعضهما البعض فالإرتقاء بأحدهما ينعكس في تطوير الاخر وبالتالي يرتفع مستوى اللعبة بشكل شامل من دفاع و هجوم. (٢ : ٢)

*أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية_ جامعة بنها ويشير خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) وفيما يختص باختيار التشكيل الدفاعي فإن العبرة الاساسية ليست في التشكيل نفسه ولكن في سرعة العمل اللحظي داخل أي تشكيل والذي تضمن منه تغطية المواقف اللحظية المتتابعة دون حدوث خلل في أي موقف من المواقف . (١١ : ٤٣٢)

ومن الاتجاهات التكتيكية لمعظم الفرق المتقدمة التطور في الاستراتيجيات الدفاعية المرنة والنشطة وتطبيق اساليب الدفاع الثلاثة خلال فترات المباراه الواحدة كما أنهم يمتلكون قدر عال من التنوع في السلوك الدفاعي علي المستوى الفردي بمهاجمة المهاجم كرد فعل ومهاجمة المهاجم للبدء بالفعل ، والحفاظ علي ايقاع لعب سريع مع تغيير تكتيكي للايقاع وكان الانتقال السريع من الدفاع للهجوم (الهجوم الخاطف) هو المسيطر (١٠ : ٦).

ويشير خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) بأنه يجب علي كل لاعب مدافع ان يؤدي واجباته الدفاعية ضمن حدود منطقتة داخل التشكيل علي ان يكون أداء الواجبات بتصرف ميداني سريع وذكي بإحدي الطرق الاتية :

- بطريقة سلبية (بدون مهاجمه) : وفيها ينتظر المدافع مهاجمة المسئول عن مراقبته في مركزه الدفاعي.
 - بطريقة هجومية (ايجابيه بالمهاجمة) : وفيها يتقدم المدافع لملاقاة مهاجمه لارياكه بعد استلامه للكرة.
 - بطريقة حادة (الضاغط الحاد) : وفيها ينقض المدافع علي مهاجمه لحظة استقباله للكرة .
- (١١ : ٤٥٣ ، ٤٥٤)

ويشير عفت رشاد شاكر (٢٠١٨م) أنه على مدى السنوات القليلة الماضية، كان هناك انخفاض نسبي في عدد الهجمات في المباراة، وتحديداً بين الفرق أصحاب أفضل أربعة مراكز، ورغم ذلك فإن هذا لم يقلل من أهمية اللعب ذو الايقاع السريع.(١٠ : ٣٤)

فالهجوم الخاطف أفضل أنواع أو مراحل الهجوم في كرة اليد الحديثة وقد دلت الشواهد علي تفوق الفرق التي تجيد القيام بالهجوم الخاطف وتزداد فرص الهجوم الخاطف كلما زادت سرعة اللاعبين في الانتقال من الدفاع إلي الهجوم بالإضافة إلي الدقة والسرعة والقوة التي يجب أن تتميز بها التميريرات أو التصويبات المستخدمة أثناء أداء هذا النوع من الهجوم . (٨ : ١١٨)

حيث إتجهت أنظار المدربين إلي الهجوم الخاطف والذي ظهر الدور المميز له في بطولات العالم الأخيرة خاصة الفرق أصحاب المراكز المتقدمة . (١ : ١)

ويعتبر التقدم العلمي والتكنولوجي في ادوات قياس وتحليل الاداء والكفاءة الخططية الدفاعية والهجومية لفريق ما ، وبرامج التحليل الخططي والمهاري قد ابهرت المتابع وذلك لانه اصبحت اكثر دقة وسهولة في الاستخدام ، وقد اصبح من النادر ان تجد مدرب في المستويات العالية في الالعاب الجماعية او الرياضة عموما لا يستخدم احد هذه البرامج للوقوف على تقدم فريقه او معرفة مكان القوة والضعف في الفريق المنافس.(٣ : ٢٦)

وقد تم استخدام الكمبيوتر في مراقبة وتحليل المباراة ويتم ذلك ببرمجة الكمبيوتر بحيث تعطي ازرار معينة بيانات الملاحظات المختلفة اثناء سير المباراة بصورة مباشرة علاوة على انه عند الضغط على الزر المخصص يتم حفظ مكان اللقطة وبهذا يمكن جمع المواقع المتشابهة عند اعطائه الامر بذلك ، اما الان فتتجه جميع الجهود الي محاولة تطوير هذا النظام في المباريات بحيث يمكن في اي لحظة اثناء سير المباراه ان يستخرج المدرب اي معلومات من الكمبيوتر عن اللاعب الذي يقوم بالهجمات الناجحة او المركز الذي يؤدي منه هذه الهجمات واتجاه التصويب والمفردات التي يقوم بعملها ويحصل على هذه المعلومات اما على شاشة جهاز العرض او على الة الطباعة الخاصة بالكمبيوتر ثم تعطي هذه المعلومات للمدرب الذي يقوم بتوصيلها للاعبين مع المعلومات التكتيكية بصورة او بأخرى اثناء سير المباراة او بين الشوطين) (٥ : ٢١)



ومن الدراسات التي تناولت الاساليب الخططية الدفاعية في كرة اليد مثل دراسة كلا من حاتم نجاح السعيد (٢٠٠٠م) (٦) ، مصطفى محمود مصطفى(٢٠٠٢م) (١٦) ، محمد مصطفى علي (٢٠٠٤م) (١٤) ، محمد عبد الله عبد المرضي(٢٠٠٦م) (١٢) ، إكرامي محمد عبد الحميد (٢٠١٢م) (١) ، Ahmed mohamed Elkot (٢٠١٣م) (١٧) ، أحمد جابر مرغني أحمد (٢٠١٤م) (٣) ، أحمد سعيد السيد (٢٠١٦م) (٤) ، محمد جمال الدين محمد (٢٠١٨م) (١٣) والذين أوصوا بضرورة استكشاف الجانب الدفاعي وربطه بالهجوم لما له من تأثير ايجابي لنتائج المباريات .

ومن خلال عمل الباحث كمدرّب ومحلل فني تقني لأحد أندية دوري المحترفين لكرة اليد ومتابع لأهم المباريات المحلية والدولية للمنتخبات العالمية سواء كانت بطولات عالم أو بطولات أوروبية وجد أن هناك سرعة في تنفيذ الهجمات فيلاحظ أن هناك بعض الفرق تستخدم أسلوب الضغط علي المنافس وارغام المنافس لارتكاب اخطاء وزعزعة ثقة المنافس بنفسه كأسلوب للاستحواذ علي الكرة أثناء اتخاذ الفريق للأساليب الحديثة التطبيقية لدفاع المنطقة كوسيلة لبدء الهجوم الخاطف بسرعة للانطلاق للعب سريع الايقاع بين عمليات الدفاع والهجوم لاحتراز الاهداف ، كما تلجأ معظم الفرق الي الهجوم المرتد لاحتراز الاهداف بسرعة بعد الهدف الذي أحرز في مرماهم بالاستفادة من رميات الارسال السريعة وقد لا تنتهي بالضرورة الي تسجيل الاهداف وقد يمتد الامر الي عقوبات زمنية للمنافس يستفيد منها الفريق المهاجم واجراء الخطط التكتيكية أثناء الهجوم ، مما أثار اهتمام الباحث بضرورة ملاحظة هذا اللعب سريع الايقاع ولمعرفة طرق الاستحواذ اثناء اتخاذ الفرق للأساليب الخططية الدفاعية وكيفية الانهاء للفرق ذات المستوي العالي للمباريات المختلفة باستخدام أحد التقنيات الحديثة للملاحظة الموضوعية التي تتميز بفعورية الحصول علي النتائج ببرنامج تقني مصمم من قبل الباحث .

و بذلك تصبح النتائج هنا متوقعة على الترجمة الشفوية للأرقام لكي تعبر عن سلوكيات معينة للفرق تكون مفهومة لتمكن من وضع الخطط الاستراتيجية لكي يصبح التحليل ذو قيمة ومراقبة الأداء الأمثل للفريق من وجهة النظر الاستراتيجية. (٢:١٩)

- أهداف البحث:-



يهدف هذا البحث الي التعرف علي الاسلوب الخططي الدفاعي انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال (Fast throw-off / Fastbreak) باستخدام برنامج تقني مصمم والذي يمكن من خلاله:-

١- التعرف علي اكثر الاساليب الخططية الدفاعية استخداما انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث).

٢- التعرف علي اكثر طرق الاستحواذ علي الكرة خلال الاساليب الخططية الدفاعية انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث).

٣- التعرف علي مناطق الانهاء للهجوم الخاطف (أيمن - أوسط - أيسر) لدي الفرق (عينة البحث).

٤- التعرف علي أكثر طرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث).

٥- التعرف علي أكثر الفرق استغلالا لرميات الارسال السريعة واحرازها للأهداف .

- تساؤلات البحث:-

١- ما هي اكثر الاساليب الخططية الدفاعية استخداما انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟

٢- ما هي اكثر طرق الاستحواذ علي الكرة خلال الاساليب الخططية الدفاعية انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟

٣- ما هي أكثر مناطق الانهاء للهجوم الخاطف (أيمن - أوسط - أيسر) لدي الفرق (عينة البحث)؟

٤- ما هي أكثر طرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟

٥- ما هي أكثر الفرق استغلالا لرميات الارسال السريعة واحرازها للأهداف ؟

مصطلحات البحث :

• الاسلوب الخططي الدفاعي :

هو نظام التحرك داخل التشكيل الدفاعي ويمكن أن يكون نظاما سلبيا بمعنى أنه يغطي المواقع المرتبطة بالكرة ، ويمكن أن يكون ايجابيا بمعنى انه يغطي المواقع المرتبطة بالكرة وكذلك المواقع الغير مرتبطة ويمكن أن يكون حادا يحد من التصويب الحاد البعيد . (١١) : (٤٣٣)



• **اللعب سريع الايقاع :**

هو الهجوم السريع أثناء التحول من الدفاع الي الهجوم لاستثمار الاخطاء الدفاعية للمنافس ، والسيطرة علي المنافس ذهنيا خلال البدء في هجمة مرتدة بعد هدف المنافس لدفع المنافس للوقوع في عقوبات زمنية . (١٠ : ٣٥)

• **البرنامج التقني:**

هو نظام تقني حديث لملاحظة الاداء خلال المباراة والذي يمكن المدرب من الحصول علي بيانات ومعلومات فورية دقيقة ومفصلة وقد تكون احصائية أو علي شكل بيانات رسومية لتصبح متوقفة علي الترجمة الذهنية الشفوية.(اجرائي)

إجراءات البحث :-

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي متبعا الأسلوب المسحي نظرا لملائمته لطبيعة هذا البحث .

مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث مباريات بطولة كأس العالم لكرة اليد للرجال بألمانيا والدنمارك ٢٠١٩م والتي أقيمت في الفترة من ١٠/١/٢٠١٩م حتي ٢٧/١/٢٠١٩م .

عينة البحث :

اشتملت عينة البحث علي عدد (٢٠) مباراه من مباريات بطولة كأس العالم لكرة اليد للرجال بألمانيا والدنمارك ٢٠١٩م كالاتي :-

العينة الأساسية :

اشتملت عينة البحث علي الفرق الفائزة بالمراكز من الأول حتي المركز الثالث وهم (الدنمارك / النرويج / فرنسا) بالإضافة الي الفريق المصري في بطولة كأس العالم لكرة اليد للرجال بألمانيا والدنمارك ٢٠١٩م بواقع عدد (٥) مباريات لكل فريق وذلك من الدور الرئيسي حتي الدور النهائي باستثناء مباراة واحدة للفريق المصري كانت من الدور التمهيدي لتتساوي الفرق (عينة البحث) في عدد المباريات ، حيث اشتمل عدد المباريات علي (١٦) مباراة علما بأن هناك

مباريات مشتركة للفرق (عينة البحث) واختيرت بالطريقة العمدية والجدول التالي يوضح مباريات الفرق (عينة البحث) .

جدول (١)

مباريات عينة البحث الأساسية

م	اسم المباراة	الدور	م	اسم المباراة	الدور	م	اسم المباراة	الدور
١	مصر - السويد	التمهيدي	٧	النرويج - المجر	الرئيسي	١٣	الدنمارك - فرنسا	نصف النهائي
٢	مصر - تونس	الرئيسي	٨	النرويج - السويد	الرئيسي	١٤	النرويج - ألمانيا	نصف النهائي
٣	مصر - الدنمارك	الرئيسي	٩	فرنسا - كرواتيا	الرئيسي	١٥	فرنسا - ألمانيا	تحديد مراكز ٣ ، ٤
٤	مصر - النرويج	الرئيسي	١٠	فرنسا - ايسلندا	الرئيسي	١٦	الدنمارك - النرويج	النهائي
٥	الدنمارك - السويد	الرئيسي	١١	فرنسا - اسبانيا	الرئيسي			
٦	الدنمارك - المجر	الرئيسي	١٢	مصر - اسبانيا	تحديد مراكز ٧ ، ٨			

العينة الاستطلاعية :

اشتملت عينة البحث الاستطلاعية علي عدد (٤) مباريات من نفس مجتمع البحث ببطولة كأس العالم لكرة اليد للرجال بألمانيا والدنمارك ٢٠١٩ م .

جدول (٢)

مباريات عينة البحث الاستطلاعية

م	اسم المباراة	الدور	م	اسم المباراة	الدور
١	مصر - المجر	التمهيدي	٢	النرويج - الدنمارك	التمهيدي
٣	فرنسا - روسيا	التمهيدي	٤	ألمانيا - مقدونيا	التمهيدي

ويوضح مرفق (١) جدول مباريات بطولة العالم لكرة اليد للرجال ٢٠١٩ م .

وسائل وأدوات جمع البيانات :

-جهاز كمبيوتر:-

لاستخدامه في تصميم وتنفيذ البرنامج التقني .

-الاستمارات :-

وذلك لاستخدامها في التعرف علي متغيرات الاسلوب الخططي الدفاعي وطرق الاستحواذ وكيفية ومناطق الانهاء للهجوم الخاطف ورمية الارسال السريعة أثناء ملاحظة المباريات الاستطلاعية ويوضح مرفق (٢) استمارة تحليل البيانات (قيد البحث) .



-الوثائق والمراجع:-

قام الباحث بالاطلاع علي المراجع والدراسات السابقة لتحديد متغيرات هذا البحث .

-الملاحظة الموضوعية:-

هي احدي وسائل جمع البيانات وأيضا وسيلة من وسائل تحليل المباريات في كرة اليد .
الدراسة الاستطلاعية الاولى:-

أجريت هذه الدراسة في الفترة من (٢٠١٩/٢/٧م) حتي (٢٠١٩/٢/١٢م) علي المباراه الاولى والثانية والثالثة لمباريات العينة الاستطلاعية بجدول (٢) كالآتي :

- أهدافها : التعرف علي متغيرات البحث من خلال الملاحظة العلمية للمباريات الاستطلاعية حيث قام الباحث بتصميم استمارة للملاحظة يدويا مرفق (٢) والتي تحتوي علي متغيرات (الاساليب الخططية الدفاعية / انواع الهجوم الخاطف / مناطق الانهاء / طرق الاستحواذ / طرق الانهاء / رمية الارسال السريعة) .

- نتائجها : تم التأكيد علي أن متغيرات البحث هي التي تحدث خلال مباريات كرة اليد ولا يوجد متغيرات جديدة .

ويوضح مرفق (٣) نتائج تحليل المباريات الاستطلاعية قيد البحث .

متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث من خلال الوثائق والمراجع في كرة اليد وتحليل بعض المباريات الاستطلاعية وتوصل الباحث إلي المتغيرات التالية :

- الاساليب الخططية الدفاعية (بدون مهاجمة / ايجابي بالمهاجمة / الضاغظ الحاد)

- أنواع الهجوم الخاطف (فردى بسيط / جماعي موسع / خططي موجة ثالثة) .

- طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف (استحواذ من صد حارس المرمي /

استحواذ من تصويب خارج المرمي / استحواذ من تصويب في القائمين والعارضة / استحواذ من

حائط صد الدفاعي/ استحواذ من قطع وتشيتت الكرة / استحواذ من خطأ المهاجم)

- طرق الانهاء المختلفة (هدف / تصويب خارج المرمي / صد حارس المرمي / تصويب في

القائم / حائط صد / رمية ٧ أمتار / رمية حرة / خطأ مهاجم)

- مناطق الانهاء (المنطقة اليمني / الوسطي / اليسري) للملعب .



- رمية الارسال السريعة .

• بناء وتنفيذ البرنامج التقني :

من خلال دراسة الباحث بأكاديمية (Agc Academy) لدراسة البرنامج المتكامل لاحتراف هندسة صناعة السوفت وير وتصميم وبرمجة تطبيقات الانترنت ، قام الباحث ببناء وتصميم البرنامج التقني في الفترة من ٢٥/٢/٢٠١٩م حتي ١٥/٤/٢٠١٩م ، واستعان الباحث بلغة الفيجوال ستوديو ٢٠١٥م وبعض البرامج الأخرى مثل (Microsoft Excel / Crystal Report / Setup Factory) في تصميم وبرمجة قواعد البيانات والتقارير الاحصائية (المخرجات) وعمل ملف قابل للتنفيذ EXE .

- عرض نوافذ البرنامج التقني :-

- نافذة التحليل الفني بالبرنامج التقني :-



شكل (١)

نافذة التحليل الفني بالبرنامج التقني

يوضح شكل (١) نافذة التحليل الفني والتي تحتوي علي مشغل ملفات الفيديو media layer وملعب كرة اليد الذي يحتوي علي مفاتيح تتضمن كلا من الاسلوب الخططي الدفاعي وطريقة الاستحواذ ونوع ومناطق الانهاء للهجوم الخاطف ونتيجة الهجمة ويوضح مرفق (٤) خطوات عملية التحليل ، ومرفق (٥) يوضح التقرير الاحصائي لعملية التحليل الفني .



الدراسة الاستطلاعية الثانية

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في الفترة من ٢٠١٩/٤/١٩ م حتى ٢٠١٩/٤/٢١ م وذلك كالآتي :-

أهدافها : تجربة البرنامج علي المباراة الرابعة من مباريات العينة الاستطلاعية بجدول (٢) وذلك للتأكد من أن البرنامج يعطي المخرجات التي وضعت من اجله ويعطي التقارير اللازمة خلال المباراة وبسرعة فائقة وكذلك اجراء المعاملات العلمية للبرنامج .

نتائجها : تم التأكد من ان البرنامج يعمل بشكل منتظم وسريع في التنفيذ ويتميز بالتقنية العالية في اخراج الشكل العام للتقارير ويمكن استخراجها خلال الوقت الفعلي للمباراه وتم التأكد من صدق وثبات البرنامج التقني لما وضع من أجله .

المعاملات العلمية للبرنامج التقني :-

الصدق

قام الباحث بإيجاد صدق المحتوي والمضمون من خلال التأكد من أن البرنامج التقني يحتوي علي جميع متغيرات هذا البحث ويتعلق بجميع الاساليب الخطئية الدفاعية وطرق الاستحواذ ومناطق وكيفية الانهاء في الهجوم الخاطف ، ورمية الارسال السريعة .

ثانيا : الثبات :-

قام الباحث بإيجاد الثبات للبرنامج التقني بالتطبيق واعادة التطبيق علي احدي المباريات الاستطلاعية بمباراة (اسبانيا/مقدونيا) بتحليل الفريق الاسباني بفاصل زمني ٤ أيام وذلك لحساب معامل الثبات ، بين نتائج إدخال بيانات الملاحظة وإعادة إدخالها بالبرنامج التقني وتم ايجاد معامل الارتباط لها وجدول (٣) يبين معامل الثبات بين التطبيق الاول والثاني لاستخدام البرنامج التقني .



جدول (٣)

معامل الارتباط بين نتائج إدخال البيانات وإعادة إدخالها بالبرنامج التقني

معامل الارتباط	التطبيق الثاني	التطبيق الاول	متغيرات الاداء
	٤	٣	الاساليب بدون مهاجمة
	١٠	١٢	الخطية الايجابي بالمهاجمة
	٣	٢	الدفاعية الضاغظ الحاد
	٣	٣	بسيط فردي
	٥	٥	موسع جماعي
	٩	٩	خططي فريقي (موجه ثالثة)
	٢	٢	من صد حارس
	٢	٢	من تصويب خارج المرمي
	٣	٣	من تصويب في القائم
	١	١	من حائط صد
	٤	٤	من قطع الكرة
**٠,٩٨٩	٥	٥	من خطأ مهاجم
	١٠	١٠	هدف
	٢	٢	صد حارس المرمي
	٠	٠	تصويب خارج المرمي
	٢	٢	تصويب في القائم
	٠	٠	حائط صد
	١	١	رمية حرة
	٠	٠	رمية ٧ أمتار
	٢	٢	خطأ مهاجم
	٤	٤	يمين
	٦	٦	وسط
	٧	٧	يسار
	٠	٠	رمية الارسال السريعة

* دال عند مستوى معنويه ٠,٠٥

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية بين نتائج إدخال البيانات وإعادة إدخالها لملاحظة اللعب سريع الايقاع باستخدام البرنامج التقني ، وهو ارتباط قوي يؤكد ثبات هذه التقنية

وصلاحية استخدامها لاستكشاف الاساليب الخطئية الدفاعية انطلاقا للهجوم سريع الايقاع خلال مباريات كرة اليد.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في الفترة من ٢٠١٩/٥/٢م حتى ٢٠١٩/٥/٢٤م وذلك لملاحظة و استكشاف مباريات الفرق (عينة البحث) باستخدام البرنامج التقني .

المعالجات الإحصائية :-

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

- النسبة المئوية
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل ارتباط بيرسون
- عرض ومناقشة النتائج:-

أولا : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول الذي ينص علي " ما هي اكثر الاساليب الخطئية الدفاعية استخداما انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟

جدول (٤)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية للاساليب التطبيقية لدفاع المنطقة انطلاقا

للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)

مجموع %	ت	خطئي (فريقي)		موسع (جماعي)		بسيط (فردى)		الفرق (عينة البحث)	الهجوم الخاطف الاسلوب الدفاعي
		%	ت	%	ت	%	ت		
%١٠	٢	%١٦,٧	١	%١٠	١	-	-	الدنمارك	بدون مهاجمة ايجابي بالمهاجمة الضاغظ الحاد
%٦٥	١٣	%٥٠	٣	%٧٠	٧	%٧٥	٣	النرويج	بدون مهاجمة ايجابي بالمهاجمة الضاغظ الحاد
%٢٥	٥	%٣٣,٣	٢	%٢٠	٢	%٢٥	١	المجموع	
%١٥,٢	٢٠	%٢٢,٢	٦	%١٦,١	١٠	%٩,٣	٤	فرنسا	بدون مهاجمة ايجابي بالمهاجمة الضاغظ الحاد
%٥	٢	-	-	%١٠,٥	٢	-	-	المجموع	
%٦٧,٥	٢٧	%١٠٠	٦	%٤٧,٤	٩	%٨٠	١٢	مصر	بدون مهاجمة ايجابي بالمهاجمة الضاغظ الحاد
%٢٧,٥	١١	-	-	%٤٢,١	٨	%٢٠	٣	المجموع	
%٣٠,٣	٤٠	%٢٢,٢	٦	%٦٠,٦	١٩	%٣٤,٩	١٥	المجموع	
%٨,١	٣	%١٤,٣	١	%١٢,٥	٢	-	-	المجموع	
%٦٧,٦	٢٥	%٧١,٤	٥	%٦٨,٨	١١	%٦٤,٣	٩	المجموع	
%٢٤,٣	٩	%١٤,٣	١	%١٨,٨	٣	%٣٥,٧	٥	المجموع	
%٢٨,٠	٣٧	%٢٥,٩	٧	%٢٥,٨	١٦	%٣٢,٦	١٤	المجموع	
%٨,٦	٣	%١٢,٥	١	%٥,٩	١	%١٠	١	المجموع	
%٦٨,٦	٢٤	%٧٥	٦	%٧٦,٥	١٣	%٥٠	٥	المجموع	
%٢٢,٩	٨	%١٢,٥	١	%١٧,٦	٣	%٤٠	٤	المجموع	

المجموع	١٠	%٢٣,٣	١٧	%٢٧,٤	٨	%٢٩,٦	٣٥	%٢٦,٥
بدون مهاجمة	١	%٢,٣	٦	%٩,٧	٣	%١١,١	١٠	%٧,٦
مجموع التكرارات	٢٩	%٦٧,٤	٤٠	%٦٤,٥	٢٠	%٧٤,١٥	٨٩	%٦٧,٤
ايجابي بالمهاجمة	١٣	%٣٠,٢	١٦	%٢٥,٨	٤	%١٤,٨	٣٣	%٢٥
الضاغط الحاد	٤٣	%٣٢,٦	٦٢	%٤٧,٠	٢٧	%٢٠,٥	١٣٢	%١٠٠
المجموع الكلي								

يوضح جدول (٤) مجموع التكرارات والنسبة المئوية للأساليب التطبيقية لدفاع المنطقة انطلاقاً للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث) حيث يتضح أن الأسلوب الايجابي بالمهاجمة احتل الترتيب الاول من حيث استخدامه لدي جميع الفرق عينة البحث بنسبة مئوية مقدارها ٦٧,٤% تلي ذلك الأسلوب الضاغط الحاد بنسبة مئوية مقدارها ٢٥% ، وجاء في المرتبة الثالثة الأسلوب السلبي بدون مهاجمة بنسبة مئوية مقدارها ٧,٦% .

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره كلا من خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) ان الدفاع الحديث يتطلب أن نمي في المدافعين اقصي درجات الايجابية في نظم التحرك الدفاعي اللحظي الي درجة تشبه حركة الأسود المسعورة .

(١١ : ٤٣٣)

وقد يعزي الباحث استخدام الفرق (عينة البحث) للأسلوب الايجابي بالمهاجمة في المركز الاول لأن هذا الأسلوب فيه يتخذ جميع اللاعبين لمراكزهم الدفاعية ويقومون بالإيجابية في المقابلة والتغطية للحد من خطورة اللاعبين للتصويب علي المرمي الي حدا ما علي العكس من الأسلوب السلبي بدون مهاجمة الذي يكتفي بتحريك اللاعبين المدافعين تحركات جانبية الذي لا يتناسب دائماً مع طريقة الهجوم المستخدمة .

كما يبين جدول (٤) أن أسلوب الدفاع الضاغط أو الحاد جاء في المرتبة الثانية بعد الأسلوب الايجابي بالمهاجمة ويفسر الباحث ذلك بالاتفاق مع ما ذكره محمد عبد الله عبد المرضي (٢٠٠٨م) أن هذا الأسلوب هو أكثر الأساليب الدفاعية لتشكيلات دفاع المنطقة تكراراً للعقوبات الخاصة بالمدافعين . (١٢ : ١٨٢)

ويشير الباحث إلي أن الأسلوب الضاغط أو الحاد تزداد فيه نسب الخطورة علي المرمي ونسبة نجاحة في الاستحواذ علي الكرة تقل تماماً عن الأسلوبين الاخرين نظراً للانقضاء المفاجئ علي اللاعب المستحوذ علي الكرة و نظراً لتطور الاداء المهاري الهجومي للاعبين وحركات الخداع المستخدمة الأمر الذي قد يحدث وجود ثغره دفاعية وغالباً يكون أقل فعالية عن الأسلوب الايجابي بالمهاجمة ووصول اللاعب المهاجم للتصويب علي المرمي .



ويوضح جدول (٤) أيضا احتلال الفريق النرويجي المركز الاول لاستخدامه للهجوم الخاطف عند مقارنته بباقي الفرق (عينة البحث) بنسبة مئوية مقدارها ٣٠,٣% يليه الفريق الفرنسي بنسبة مئوية مقدارها ٢٨% ثم الفريق المصري ثم الدنماركي في المرتبة الأخيرة بنسب مئوية مقدارها ٢٦,٥% ، ١٥,٢% علي الترتيب.

وبالنظر الي نفس الجدول أيضا نجد أن عدد الهجمات التي قام بها كلا من الفريقين النرويجي والفرنسي هي هي ضعف الهجمات التي قام بها الفريق الدنماركي مما يشير الي سرعة كلي الفريقين في انهاء الهجوم وذلك حسب الموقف الذي يتطلبه في المباراة .

كما يشير الجدول الي ان الهجوم الخاطف الموسع (الجماعي) هو الاكثر استخداما لدي جميع الفرق (عينة البحث) بنسبة مئوية مقدارها ٤٧% ويتفق ذلك مع دراسة كلا من مصطفى محمود مصطفى(٢٠٠٢م) (١٦) و أحمد سعيد السيد (٢٠١٦م) (٤) حيث أشاروا إلي أن الهجوم الخاطف الموسع أكثر استخداما وأعلي في مستوي الإنتاجية عن كل من الهجوم الخاطف الفردي والهجوم الخاطف الخططي .

واعتمد جميع الفرق علي استخدام الاسلوب الايجابي بالمهاجمة في المقام الاول كأسلوب تطبيقي لدفاع المنطقة انطلاقا لهذا النوع من الهجوم الخاطف (الموسع) حيث جاءت النسبة المئوية للدنمارك ٧٠% ، والنرويج ٤٧,٤% ، فرنسا ٦٨,٨% ، وللفريق المصري ٧٦,٥% عند مقارنتهم بباقي الاساليب التطبيقية لدفاع المنطقة .

ويؤكد خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) أنه قد ظهرت الحاجة الملحة حديثا لاستخدام ما أطلقنا عليه هجوم علي الهجوم نظرا لتزايد خطورة القائمين بالتصويب من بعيد والذي يتميز به لاعبي المستويات العالية في بعض الدول الاوروبية وهو ما دعا الي اعتماد الفريق المصري مؤخرا للاتجاه الي هذا الاسلوب للحد من خطورة ماكينات التصويب الخلفية والحد من عمليات توجيه وبناء عمليات العمل الخططي البعيد كذلك قدرة هذا الاسلوب الدفاعي النشط الهجومي في الاستحواذ علي الكرة بسرعة لبداية هجمات مرتدة سريعة

(١١ : ٣٩٦)

كما جاء الهجوم الخاطف البسيط (الفردي) في المرتبة الثانية بنسبة مئوية مقدارها ٣٢,٦% ثم الهجوم الخاطف الخططي (الفريقي) الموجة الثالثة بنسبة مئوية مقدارها ٢٠,٥% ،

ويشير الباحث أن ذلك منطقيا فإذا أتاحت الفرصة لانتهاء الهجوم بصورة فردية لكان ذلك وإنما تلجأ بعض الفرق الي محاولة اشراك أكثر من لاعب أثناء الهجوم السريع وذلك لارتفاع مستوى الفرق المنافسة للتغطية الدفاعية علي الهجوم الخاطف ، وقد تلجأ بعض الفرق الي استخدام الهجوم الخاطف الخططي (الموجة الثالثة) وذلك في حالة قيام اللاعبين المدافعين بالارتداد الدفاعي وقبل انتظام خطوطهم الدفاعية من ناحية ، ومن ناحية أخرى حتي لا يسمح للفريق المدافع بعملية التبديل للاعبين حيث أن اللعب الحديث في كرة اليد تلجأ فيه الفرق الي اختصاص بعض اللاعبين في الهجوم وآخرين للدفاع .

وهذا يتفق مع ما ذكره عفت رشاد شاكر (٢٠١٥م) وهو أن الحالة الثالثة للهجوم الخاطف يجب أن تطبق فورا إذا لم ينجح الفريق المهاجم في استخدام الهجوم الخاطف البسيط أو الهجوم الخاطف الموسع ، وهي التي يتم تطبيقها بهجوم جماعي للفريق المهاجم مستغلا عدم الانتظام الصحيح للمدافعين بالشكل المناسب على حدود خط منطقة المرمى". (٩ : ٤٦)

حيث يشير الجدول أيضا علي اعتماد جميع الفرق علي الاسلوب الدفاعي الايجابي بالمهاجمة انطلاقا للهجوم الخاطف البسيط بنسب مئوية مقدارها ٧٥% ، ٨٠% ، ٦٤,٣% ، ٥٠% لكلا من الفرق الدنمارك والنرويج وفرنسا ومصر علي الترتيب ، وايضا اعتماد الفرق علي الاسلوب الايجابي بالمهاجمة انطلاقا لنوع الهجوم الخاطف الخططي الفريقي بنسب مئوية مقدارها ٥٠% للفريق الدنماركي ، ١٠٠% للفريق النرويجي ، ٧١,٤% للفريق الفرنسي وأخيرا ٧٥% للفريق المصري .

كما يشير الجدول أيضا أن في الهجوم الخاطف البسيط (الفردى) تصدر كلا من الفريقين النرويجي ثم الفرنسي الترتيب الاول والثاني في استخدام هذا النوع من الهجوم الخاطف بنسب مئوية مقدارها ٣٤,٩% ، ٣٢,٦% ، أما عن الهجوم الخاطف الموسع (الجماعي) احتل ايضا كلا من الفريقين النرويجي والمصري الترتيب الاول والثاني بنسب مئوية مقدارها ٦٠,٦% ، ٢٧,٤% ، واحتل الترتيب الاول الفريق المصري ثم الفريق الفرنسي في الهجوم الخاطف الخططي (الفريقي) الموجه الثالثة بنسب مئوية مقدارها ٢٩,٦% ، ٢٥,٩% علي الترتيب .

وبذلك قد تم الاجابة علي التساؤل الاول

ثانيا : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني الذي ينص علي " ما هي اكثر طرق الاستحواذ علي الكرة خلال الاساليب الخطئية الدفاعية انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟"

جدول (٥)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لأكثر طرق الاستحواذ علي الكرة خلال الاساليب الخطئية الدفاعية انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)

مجموع	طرق الاستحواذ علي الكرة										الاسلوب الدفاعي	الفرق (عينة البحث)		
	من خطأ مهاجم		من قطع الكرة		من حائط صد		من تصويب في القائم		من تصويب خارج المرمي				من صد حارس	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%		
%١٠	٢	-	-	-	-	%٥٠	١	-	-	-	-	%١٦,٧	١	بدون
%٦٥	١٣	%١٠٠	٥	-	-	-	-	%٥٠	٢	%١٠٠	١	%٨٣,٣	٥	ايجابي
%٢٥	٥	-	-	%١٠٠	٢	%٥٠	١	%٥٠	٢	-	-	-	-	الضاغط
%١٥,٢	٢٠	%١٧,٩	٥	%٤,٩	٢	١٦,٧	٢	%٤٤,٤	٤	%١٠	١	%١٨,٨	٦	المجموع
%٥	٢	-	-	-	-	-	-	%٥٠	١	-	-	%١٤,٣	١	بدون
%٦٧,٥	٢٧	%٦٠	٦	%٥٨,٣	٧	%٦٦,٧	٤	%٥٠	١	%١٠٠	٣	%٨٥,٧	٦	ايجابي
%٢٧,٥	١١	%٤٠	٤	%٤١,٧	٥	%٣٣,٣	٢	-	-	-	-	-	-	الضاغط
%٣٠,٣	٤٠	%٣٥,٧	١٠	%٢٩,٣	١٢	%٥٠	٦	%٢٢,٢	٢	%٣٠	٣	%٢١,٩	٧	المجموع
%٨,١	٣	-	-	-	-	-	-	%١٠٠	١	-	-	%٢٠	٢	بدون
%٦٧,٦	٢٥	%٧٥	٣	%٧٠,٦	١٢	-	-	-	-	%٥٠	٢	%٨٠	٨	ايجابي
%٢٤,٣	٩	%٢٥	١	%٢٩,٤	٥	%١٠٠	١	-	-	%٥٠	٢	-	-	الضاغط
%٢٨	٣٧	%١٤,٣	٤	%٤١,٥	١٧	%٨,٣	١	%١١,١	١	%٤٠	٤	%٣١,٣	١٠	المجموع
%٨,٦	٣	%٢٢,٢	٢	-	-	%٣٣,٣	١	-	-	-	-	-	-	بدون
%٦٨,٦	٢٤	%٥٥,٦	٥	%٧٠	٧	-	-	%١٠٠	٢	%١٠٠	٢	%٨٨,٩	٨	ايجابي
%٢٢,٩	٨	%٢٢,٢	٢	%٣٠	٣	%٦٦,٧	٢	-	-	-	-	١١,١٥	١	الضاغط
%٢٦,٥	٣٥	%٣٢,١	٩	%٢٤,٤	١٠	%٢٥	٣	%٢٢,٢	٢	%٢٠	٢	%٢٨,١	٩	المجموع
%٧,٦	١٠	%٧,١	٢	-	-	%١٦,٧	٢	%٢٢,٢	٢	-	-	%١٢,٥	٤	بدون
%٦٧,٤	٨٩	%٦٧,٩	١٩	%٦٣,٤	٢٦	%٣٣,٣	٤	%٥٥,٦	٥	%٨٠	٨	%٨٤,٤	٢٧	ايجابي
%٢٥	٣٣	%٢٥	٧	%٣٦,٦	١٥	%٥٠	٦	%٢٢,٢	٢	%٢٠	٢	%٣,١	١	الضاغط
%١٠٠	١٣٢	%٢١,٢	٢٨	%٣١,١	٤١	%٩,١	١٢	%٦,٨	٩	%٧,٦	١٠	%٢٤,٢	٣٢	المجموع الكلي

يوضح جدول (٥) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لأكثر طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث) حيث يتضح أن أكثر الفرق استحوذا علي الكرة للانطلاق للهجوم الخاطف هو الفريق النرويجي ثم الفريق الفرنسي حيث يشير محمد جمال الدين محمد (٢٠١٨م) أن هناك تفوق للفرق التي لها قدرة علي الإستحواذ علي الكرة بكل الأساليب

في سرعة التحول من الدفاع الي الهجوم الخاطف وأصبح هذا هو أسلوب لعب لبعض الفرق (١٣ : ٧٨)

كما يبين الجدول ايضا ان أكثر طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف كان من قطع الكرة يليه صد حارس المرمي لدي جميع الفرق (عينة البحث) بنسب مئوية مقدارها ٣١,١% ، ٢٤,٢% علي الترتيب .

ويفسر الباحث احتلال قطع الكرة علي الترتيب الاول في الانطلاق للهجوم الخاطف لقدرة الفريق عندما يكون في حالة دفاع حيث ان اللعب الحديث للدفاع هو القيام بالفعل وليس رد الفعل بججز مسارات الكرة في اللحظات والاماكن المناسبة .

كما يشير الباحث إلي أن قطع الكرة جاء في الترتيب الاول للانطلاق للهجوم السريع عن صد حارس المرمي ، حيث يكون قطع مسار الكرة في حدود خط ٦م وأمام ٩م أي تكون الكرة أقرب الي مرمي الفريق المنافس بمسافة لا تقل عن ٦ أمتار عن كونها في حوذة حارس المرمي وقد يكون غير مسيطرا تماما عليها وقد يستغرق لحظات للتحكم بها مما قد يؤدي الي الارتداد الدفاعي للفريق المنافس وبالتالي يحد ذلك من استخدام الهجوم المرتد السريع علي العكس من قطع الكرة والتي تكون الكرة في حوذة اللاعب المهاجم .

كما يتضح من الجدول ان كلا من فرق النرويج وفرنسا ومصر اعتمدوا بشكل اساسي علي الاسلوب الايجابي بالمهاجمة في المقام الاول كأسلوب تطبيقي لدفاع المنطقة والذي نتج عنه الاستحواذ بقطع الكرة في المقام الاول بنسب مئوية مقدارها ٥٨,٣% ، ٧٠,٦% ، ٧٠% علي الترتيب ، يليه الاستحواذ بصد حارس المرمي انطلاقا للهجوم الخاطف عند مقارنتهم بباقي طرق الاستحواذ بنسب مئوية مقدارها ٨٥,٧% ، ٨٠% ، ٨٨,٩% علي الترتيب .

كما اعتمد كلا من الفرق النرويج وفرنسا ومصر علي الاسلوب الدفاعي الضاغط الحاد في المقام الثاني كأسلوب تطبيقي لدفاع المنطقة والذي نتج عنه الاستحواذ بقطع الكرة في المقام الثاني بعد الاسلوب الايجابي بالمهاجمة والذي نتج عنه الانطلاق للهجوم السريع حيث جاءت النسب المئوية بمقدار ٤١,٧% ، ٢٩,٤% ، ٣٠% علي الترتيب .

كما احتل الفريق الفرنسي علي النسبة الاكبر في صد حارس المرمي للانطلاق للهجوم الخاطف بنسبة ٣١,٣% ثم الفريق المصري بنسبة مئوية مقدارها ٢٨,١% كما احتل ايضا الفريق

الفرنسي الترتيب الاول في الانطلاق للهجوم الخاطف في حالة تصويب المنافس خارج المرمي بنسبة مئوية مقدارها ٤٠% ثم الفريق النرويجي بنسبة مئوية مقدارها ٣٠% ، كما اعتمد الفريق النرويجي ايضا علي حائط الصد للانطلاق للهجوم الخاطف عن باقي الفرق بنسبة مئوية مقدارها ٥٠%.

وعند مقارنة الفرق (عينة البحث) لقطع الكرة الاكثر استخداما للانطلاق للهجوم الخاطف نجد ان الفريق الفرنسي ثم النرويجي احتلوا المركز الاول والثاني في استغلال قطع الكرة للانطلاق للهجوم الخاطف عن باقي الفرق بنسب مئوية مقدارها ٤١,٥% ، ٢٩,٣% علي الترتيب .

كما اعتمد كلا من الفريقين النرويجي ثم المصري علي الاستفادة من خطأ المهاجم أيضا للانطلاق للهجوم الخاطف بنسبة مئوية مقدارها ٣٥,٧% ، ٣٢,١% علي الترتيب ، كما تشير نتائج الجدول ايضا اعتماد كلي الفريقين علي الاسلوب الدفاعي الايجابي بالمهاجمه ثم الاسلوب الضاغط الحاد للاستحواذ علي الكرة بخطأ المهاجم للانطلاق للهجوم الخاطف حيث كانت للفريق النرويجي ٦٠% ، ٤٠% ، وللفريق المصري ٥٥,٦% ، ٢٢,٢% علي الترتيب .

ويؤكد كلا من خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) أن هذه النوعية من الدفاعات تمكن الوصول الي جعل المهاجم في حالة من القلق والاحباط يوصله الي ارتكاب أخطاء قانونية كخطأ التتطيط او الدخول علي المنافس أو اللعب السلبي نتيجة وجود عنصر المفاجأه بهذا النوع من الدفاع الضاغط مما يشوش علي التصورات الخططية الهجومية . (١١ : ٣٩٨)

ويتفق ذلك مع ما ذكره محمد عبد الله عبد المرضي (٢٠٠٦م) الي اعتماد الفرق علي الدفاع بالاسلوب الضاغط حيث يحتل المدافعين اماكنهم الدفاعية قبل وصول الكرة للمهاجم لاحتلال هذا المكان مع اللعب بالقرب من المهاجمين مما يوقع بهم في المخالفات المختلفة كذلك فإن اللعب بهذا الاسلوب يؤدي الي ارباك المهاجمين لعدم القدرة علي ايجاد الزميل وهذا التصرف يجعلهم يقعون في أخطاء اخري (١٢ : ١٦٠) وبالتالي يستحوذ الفريق علي الكرة بسرعة والانطلاق للهجوم الخاطف السريع .

وبذلك قد تم الاجابة علي التساؤل الثاني

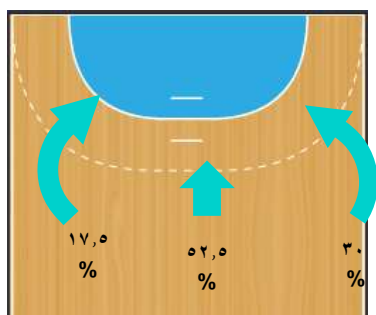
ثالثا : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث الذي ينص علي " ما هي أكثر مناطق الانهاء للهجوم الخاطف (أيمن - أوسط - أيسر) لدي الفرق (عينة البحث)؟ "

جدول (٦)

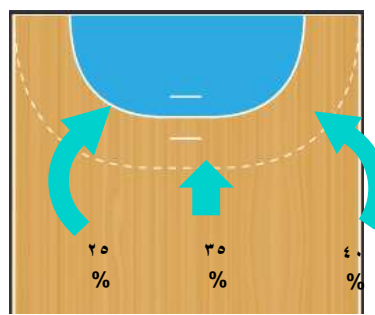
مجموع التكرارات والنسبة المئوية لمناطق الانهاء للهجوم الخاطف

لدى الفرق (عينة البحث)

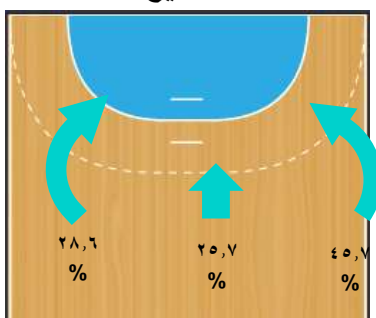
مجموع %	ت	أيسر Left		أوسط Center		ايمن Right		الفرق (عينة البحث)
		%	ت	%	ت	%	ت	
%١٥,٢	٢٠	%٢٥	٧	%٣٥	٥	%٤٠	٨	الدنمارك
%٣٠,٣	٤٠	%١٧,٥	٧	%٥٢,٥	٢١	%٣٠	١٢	النرويج
%٢٨	٣٧	%٢٤,٣	٩	%٤٦	١٧	%٢٩,٧	١١	فرنسا
%٢٦,٥	٣٥	%٢٨,٦	١٠	%٢٥,٧	٩	%٤٥,٧	١٦	مصر
%١٠٠	١٣٢	%٢٥	٣٣	%٣٩,٤	٥٢	%٣٥,٦	٤٧	مجموع التكرارات



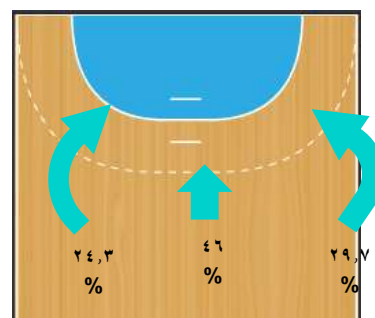
النرويج



الدنمارك



مصر



فرنسا

شكل (٢)

مناطق الانهاء للهجوم الخاطف لدى الفرق (عينة البحث)

يوضح جدول (٦) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لمناطق الانهاء للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث) حيث تعتبر المنطقة الوسطي للملعب هي اكثر مناطق الانهاء حيث حصلت علي اعلي تكرارات ونسبة مئوية بمقدار ٣٩,٤% ولكن مع وجود تفاوت بين الفرق في استخدام هذه المنطقة للانهاء .

ويشير الجدول ايضا الي اتفاق كلا من الفريقين النرويجي والفرنسي بحصولهم علي اعلي نسبة مئوية للانهاء من المنطقة الوسطي للملعب بنسبة مئوية مقدارها ٥٢,٥% ، ٤٦% علي الترتيب ويفسر الباحث ذلك بتفوق هذه الفرق في تخطي الفريق المنافس (المدافع) بالكرة بعد الاستحواذ عليها حسب المواقف المختلفة لطرق الاستحواذ للانطلاق للهجوم الخاطف ، الأمر الذي يؤدي بدوره الي الانهاء من المنطقة الوسطي المواجهه للمرمي والتي تعتبر افضل زاوية للتصويب عند مقارنتها بالمناطق الاخرى (اليمني / اليسري) فزاوية الرؤية افضل لاحراز الاهداف .

كما يبين نفس الجدول اتفاق كلا من الفريقين المصري والدنماركي بحصولهم علي اعلي نسبة مئوية للانهاء من المنطقة اليمني للملعب بنسبة مئوية مقدارها ٤٥,٧% ، ٤٠% علي الترتيب ، تلي ذلك الانهاء من المنطقة اليسري لكلي الفريقين بنسب مئوية مقدارها ٢٨,٦% ، ٢٥% علي الترتيب ، ويفسر الباحث ذلك بقدرة الفرق المنافسة لكلي الفريقين علي الارتداد الدفاعي لحظة فقد الكرة أو غيره ومحاولة السيطرة علي الهجوم المرتد السريع أو محاولة ابعاد الهجوم السريع للجانبين للانهاء من المنطقة اليمني أو اليسري والتي يقل فيها احراز الاهداف عند مقارنتها بالمنطقة الوسطي ، ويؤكد ذلك كلا من محمد خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) أنه اذا ما استطاع المهاجم استقبال الكرة أو كانت معه فعلا فإن مهمة المدافع تتركز في الضغط عليه لتحويل خط جريه ناحية الخط الجانبي للملعب لسد زوايا التصويب (١١ : ٣٧٦) الامر الذي تضطر فيه بعض الفرق للانهاء من ناحية الجانبين .

ويشير حاتم نجاح السعيد (٢٠٠٠م) بأنه يحاول اللاعب المدافع عن طريق مهاراته الفردية أن يجبر المهاجم للاتجاه للمنطقة الخارجية من الملعب ، ففي حالة تواجد المنافس في الجانب فإن ذراع التصويب لا تشكل خطرا حيث لا يتحقق في هذه المنطقة احتمالات كثيرة للمهاجم . (٦ : ١٦) وبذلك قد تم الاجابة علي التساؤل الثالث

رابعا : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الرابع الذي ينص علي " ما هي أكثر طرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف لدي الفرق (عينة البحث)؟ "

جدول (٧)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف لفرق الدنمارك

مجموع	طرق الانهاء												طرق الاستحواذ علي الكرة					
	هدف		خارج المرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم		
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت	
%٣٠	٦		%٦٦,٧	١													٤	من صد حارس
%٥٠	١		%١٠٠														١	من تصويب خارج
%٢٠	٤											%١٠٠	٤					من تصويب في
%١٠	٢																٢	من حائط صد
%١٠	٢																٢	من قطع الكرة
%٢٥	٥												%٢٠	١			٣	من خطأ مهاجم
%١٠٠	٢٠		%٥	١	%٢٠	٤	%٥	١									١٢	مجموع التكرارات

يوضح جدول (٧) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف لفرق الدنمارك حيث يتضح من الجدول أن أكثر طرق الاستحواذ انطلاقا للهجوم الخاطف هو من صد حارس المرمي ومن خطأ المهاجم بنسبة مئوية مقدارها ٣٠% و ٢٥% علي الترتيب ، كما خلصت معظم طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف لفرق الدنماركي الي الانهاء بإحراز الاهداف وذلك عند مقارنته بباقي طرق الانهاء بنسبة مئوية مقدارها ٦٠% .

كما جاء انهاء الهجوم الخاطف لفرق الدنماركي باحتساب رمية حرة في الترتيب الثاني بنسبة مئوية مقدارها ٢٠% ويفسر الباحث ذلك بأنه قد يلجأ الفريق المدافع عند التحول اللحظي للدفاع علي الهجوم الخاطف وذلك بعمل رمية حرة وذلك للحد من سرعة التفوق العددي للاعبين واعطاء فرصة للفريق ايضا لإجراء عملية التبديل حيث يكمن اللعب الحديث في كرة اليد الي وجود بعض اللاعبين لنفس الفريق يجيدون العمليات المختلفة للهجوم وأخرون يجيدون فن الاداء الدفاعي .

وتؤكد ذلك ريهام منصور رشاد (٢٠٠٥م) علي الدور الدفاعي أثناء الهجوم الخاطف فترتكز على العودة السريعة للمدافعين إلى أماكنهم الدفاعية ومحاولة إيقاف الهجوم الخاطف بشكل قانوني أي برمية حرة . (٢٣:٧)

جدول (٨)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم الخاطف لفريق النرويج

مجموع	طرق الانتهاء												طرق الاستحواذ علي الكرة				
	هدف		خارج المرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم	
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت
%١٢,٥	٧																من صد حارس
%٧,٥	٣																من تصويب خارج
%٥	٢																من تصويب في
%١٥	٦																من حائط صد
%٣٠	١٢																من قطع الكرة
%٢٥	١٠																من خطأ مهاجم
%١٠٠	٤٠																مجموع التكرارات

يوضح جدول (٨) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم الخاطف لفريق النرويج حيث يتضح أن أكثر طرق الاستحواذ انطلاقاً للهجوم الخاطف هو من قطع الكرة ثم من خطأ المهاجم بنسبة مئوية مقدارها ٣٠% ، ٢٥% علي الترتيب ، كما خلصت معظم طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقاً للهجوم الخاطف الي الانتهاء بإحراز الاهداف بنسبة مئوية مقدارها ٧٠% كما جاء صد الحارس في الترتيب الثاني للانتهاء بنسبة مئوية مقدارها ١٢,٥% .

كما يشير الجدول ايضاً الي أن الانتهاء بإحراز الاهداف جاء من خلال قطع الكرة في المقام الاول ثم من صد الحارس وخطأ المهاجم في الترتيب الثاني ، مما يشير الي أن قطع الكرة يعتبر من الامور الهامة في المقام الاول للمدافعين

ويتفق هذا مع ما ذكره (عفت رشاد ٢٠١٥م) حيث يجب علي المدافع مهاجمة خط سير الكرة أي " تغطية تحركات الكرة " وقطعها والاستفادة من ذلك بالانطلاق في الهجوم الخاطف السريع ، وتؤكد هنا أهمية التدريب المستمر على هذه المهارة لدرجة الإتقان لأنها تسبب إزعاجاً مستمراً للاعب الخلفي للمنافس ، وهذه المهارة تتطلب من المدافع اتخاذ القرار المناسب في



اللحظة المناسبة والانطلاق السريع لقطع الكرة الممرمة، وهذا يتطلب توافر عنصري التوافق وسرعة الانطلاق. (٩: ٥٦)

جدول (٩)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم لفريق فرنسا

مجموع	طرق الانتهاء												طرق الاستحواذ علي							
	هدف		خارج المرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم				
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت			
من صد	٥	%٥٠	٢	%٢٠													١٠	%٢٧		
من تصويب	١	%٢٥			٢	%٥٠	١	٢٥٥									٤	%١٠,٨		
من تصويب			١	%١٠٠													١	%٢,٧		
من حائط	١	%١٠٠															١	%٢,٧		
من قطع	١٢	%٧٠,٦	١	%٥٠,٩	١	%٥٠,٩						٢	%١١,٨	١	%٥٠,٩		١٧	%٤٥,٩		
من خطأ	١	%٢٥			٢	%٥٠											٤	%١٠,٨		
مجموع	٢٠	%٥٤,١	٤	%١٠,٨	٥	%١٣,٥	١	%٢,٧	١	%٢,٧	١	%٢,٧	١	%٢,٧	٢	%٥,٤	٣	%٨,١	٣٧	%١٠٠

يوضح جدول (٩) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم الخاطف لفريق فرنسا حيث يتضح أن أكثر طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف هو قطع الكرة في المقام الاول ايضا بنسبة مئوية مقدارها ٧٠,٦% ويفسر الباحث ذلك بتميز الفريق الفرنسي بأسلوب الدفاع المرن النشط لقطع مسارات التمرير حيث يؤكد حاتم نجاح السعيد (٢٠٠٠م) الي ان هذا النوع من الدفاع (الضاغط) يهدف الي محاولة الحصول علي الكرة بطريقة فنية وقانونية دون ارتكاب اخطاء قانونية ضد اللاعبين المهاجم (٦: ١١٧) مما يسهل الاستحواذ علي الكرة والانطلاق للعب سريع الايقاع واحراز الاهداف ، تلي ذلك صد حارس المرمي بنسبة مئوية مقدارها ٢٧% وذلك لقدرة الفريق الفرنسي وما يتمتع به من مستوي عالي لحراس المرمي الافضل عالميا تصديا للكرات والبدء بالهجوم الخاطف من أوضاع مختلفة للتمرير الطويل .

كما يشير نفس الجدول الي ان الانتهاء بإحراز الاهداف جاء في الترتيب الاول عند مقارنته بباقي طرق الانتهاء بنسبة مئوية مقدارها ٥٤,١% تلي ذلك الانتهاء بصد حارس المرمي للفرق المنافسة بنسبة مئوية مقدارها ١٣,٥% ، كما يتضح من الجدول ايضا ان الانتهاء بإحراز



الاهداف اعتمد في المقام الاول علي قطع الكرة من خلال المدافعين ثم صد حارس المرمي في المقام الثاني .

جدول (١٠)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانهاء للهجوم للخاطف للفريق المصري

مجموع	طرق الانهاء												طرق الاستحواذ علي الكرة				
	هدف		خارج المرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم	
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت
%٢٥,٧	٩																من صد
%٥,٧	٢																من تصويب
%٥,٧	٢																من تصويب
%٨,٦	٣																من حائط صد
%٢٨,٦	١٠																من قطع الكرة
%٢٥,٧	٩																من خطأ
%١٠٠	٣٥																مجموع

يوضح جدول (١٠) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانهاء للهجوم الخاطف للفريق المصري حيث يتضح أن أكثر طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف جاء في المقام الاول قطع الكرة بنسبة مئوية مقدارها ٢٨,٦% تلي ذلك كلا من صد حارس المرمي وخطأ المهاجم بنسبة مئوية مقدارها ٢٥,٧% .

كما اشار نفس الجدول ان الانهاء بإحراز الاهداف جاء ايضا في المقام الاول عند مقارنته بباقي طرق الانهاء بنسبة مئوية مقدارها ٦٨,٦% تلي ذلك الانهاء بصد حارس المرمي للفرق المنافسة بنسبة مئوية مقدارها ١١,٤% .

كما يتضح من نفس الجدول أن احراز الاهداف اعتمد في المقام الاول علي طريقة الاستحواذ بقطع الكرة ثم صد حارس المرمي في المقام الثاني ، ويتفق ذلك مع كلا من الفريقين الفرنسي والنرويجي باعتمادهم علي نفس متغيرات طرق الاستحواذ علي الكرة لاحراز الاهداف كما اشارت نتائج جدول (٨) ، (٩) .

ويؤكد كلا من خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) علي قطع الكرة في الهجوم الخاطف ففيه يعتمد المدافع عند قطع الكرة علي التوقيت المناسب والدقيق لخطف الكرة اثناء



طيرانها في الهواء والاستحواذ عليها لينقلب الفريق المدافع مهاجماً وبالتالي يسهل عمل هجوم خاطف سريع . (١١ : ٣٣٢ ، ٣٣٣)

جدول (١١)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم الخاطف لجميع الفرق (عينة البحث)

مجموع	طرق الانتهاء														طرق الاستحواذ علي			
	خطأ مهاجم		رمية حرة		رمية ٧ أمتار		حائط صد		تصويب في القائم		صد حارس		خارج المرمي			هدف		
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	
%٢٤,٢	٣٢	%٦,٣	٢	%٩,٤	٣	%٣,١	١			%٣,١	١	%٦,٣	٢	%٧١,٩	٢٣	من صد		
%٧,٦	١٠							%١٠	١	%٣٠	٣			%٦٠	٦	من تصويب		
%٦,٨	٩	%٢٢,٢	٢	%٤٤,٤	٤					%٨,٣	١	%١١,١	١	%٢٢,٢	٢	من تصويب		
%٩,١	١٢			%٤١,٧	٥									%٥٠	٦	من حائط		
%٣١,١	٤١	%٤,٩	٢	%٤,٩	٢					%٩,٨	٤	%٢,٤	١	%٧٨	٣٢	من قطع		
%٢١,٢	٢٨	١٠,٧٥	٣	%٧,١	٢					%٢٥	٧	%٣,٦	١	%٥٣,٦	١٥	من خطأ		
%١٠٠	١٣٢	%٦,٨	٩	%٨,٣	١١	%٣,٨	٥	%٠,٨	١	%٠,٨	١	%١٢,١	١٦	%٣,٨	٥	%٦٣,٦	٨٤	مجموع

يوضح جدول (١١) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الاستحواذ والانتهاء للهجوم الخاطف لجميع الفرق (عينة البحث) حيث تتفق جميع الفرق علي كلا من (قطع الكرة) ثم (صد حارس المرمي) كأكثر طرق الاستحواذ علي الكرة للانطلاق للهجوم السريع حيث يمثل قطع الكرة نسبة مئوية مقدارها ٣١,١% ، في حيث يمثل الاستحواذ عن طريق صد حارس المرمي نسبة مئوية مقدارها ٢٤,٢%

حيث يشير عفت رشاد شاكر (٢٠١٨م) أنه علي مدار السنوات القليلة الماضية تغير اللعب الدفاعي من خلال اللعب بالدفاع الهجومي واتباع مبدأ (البدء بالفعل وليس رد الفعل) ومهاجمة مسارات التمير بين المنافسين وقطع خط سير الكرة وسلبها واسترجاعها بشكل نشط حيث بلغت نسبة القدرة علي استرجاع الكرة ٣,٥% بالمباراة الواحدة . (١٠ : ٧)
كما يبين نفس الجدول أن الانتهاء بإحراز الاهداف احتل الترتيب الاول لطرق الانتهاء بنسبة مئوية مقدارها ٦٣,٦% ، تلي ذلك الانتهاء بصد حارس المرمي من قبل الفرق المنافسة للفرق (عينة البحث) بنسبة مئوية مقدارها ١٢,١% .



ويشير محمد مصطفى علي (٢٠٠٤م) (١٤) إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية تشير إلي زيادة تكرارات الاهداف كنتيجة للهجوم الخاطف لدي الفرق الفائزة ، كما أن الفرق الفائزة بنتيجة المباراة دائما ما تستطيع تسجيل عدد كبير من الأهداف من الهجوم الخاطف. (١٤ : ٧٨) ويشير الجدول أيضا أن إحرار الاهداف اعتمد في المقام الاول علي قطع الكرة اثناء استخدام الفرق (عينة البحث) للأساليب الخططية الدفاعية المختلفة في المباريات لمنع وصول الكرة الي التصويب علي حارس المرمي ، تلي ذلك في المقام الثاني الاعتماد علي صد حارس المرمي للكرات وسرعة التمرير للزميل المجاور من اوضاع مختلفة أو الخروج من دائرة منطقة المرمي للمساعدة واحداث زيادة عددية للانطلاق للهجوم السريع ، تلي ذلك الاعتماد واستغلال خطأ المهاجم كطريقة استحواذ في المقام الثالث ، حيث يشير عفت رشاد شاكر (٢٠١٨م) أن الشئ الاكثر اهمية هو التركيز علي القيام بالفعل بدلا من رد الفعل ويقدر الامكان يجب وضع ضغط علي المهاجم لدفعه لارتكاب اخطاء فنية وتكتيكية أو لإغراء المهاجم للقيام بتصويبات تتسم بالمخاطرة علي المرمي والتمرير أو التصرفات الاخرى . (١٠ : ٢)

جدول (١٢)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الانهاء للهجوم الخاطف

بين الفرق (عينة البحث)

مجموع	طرق الانهاء												الفرق (عينة البحث)					
	هدف		خارج المرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم		
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت	
١٥,٢	٢٠	%١١,١	١	%٣٦,٤	٤	%٢٠	١										الدنمارك	
٣٠,٣	٤٠	%٣٣,٣	٣	%٢٧,٢	٣	%٢٠	١										النرويج	
٢٨	٣٧	%٣٣,٣	٣	%١٨,٢	٢	%٢٠	١	١٠٠,٥	١								فرنسا	
٢٦,٥	٣٥	%٢٢,٣	٢	%١٨,٢	٢	%٤٠	٢										مصر	
١٠٠	١٣٢	%٦,٨	٩	%٨,٣	١١	%٣,٨	٥	%٠,٨	١	%٠,٨	١	%١٢,١	١٦	%٣,٨	٥	%٦٣,٦	٨٤	مجموع

يوضح جدول (١٢) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لطرق الانهاء للهجوم الخاطف بين الفرق (عينة البحث) حيث يتضح من الجدول وكما اشارت جداول (٨) ، (٩) ، (١٠) ، (١١) السابقة بأن إحرار الاهداف احتل المقام الاول للإنهاء للفرق (عينة البحث) ، كما اتضح أن اكثر الفرق احراراً للأهداف من الهجوم الخاطف هو الفريق النرويجي بنسبة مئوية مقدارها %٣٣,٣ ، تلي



ذلك الفريق المصري بنسبة مئوية مقدارها ٢٨,٦% ، ثم الفريق الفرنسي بنسبة مئوية مقدارها ٢٣,٨% ، وجاء في الترتيب الاخير الفريق الدنماركي بنسبة مئوية مقدارها ١٤,٣% .
وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة **محمد جمال الدين محمد (٢٠١٨م)** ، حيث أشار ان الفريق النرويجي أيضا هو أفضل فريق في البطولة بفرنسا ٢٠١٧م من خلال عينه البحث في احراز الأهداف من الهجوم الخاطف الناتج عن الطرق الدفاعية الناجحه (١٣ : ٧٨) .
ومع احتلال الفريق النرويجي علي الترتيب الاول في احراز الاهداف من الهجوم الخاطف الا أنه هو ايضا اكثر الفرق استخداما للهجوم الخاطف بأنواعه المختلفة (موجه أولي / ثانية/ثالثة) ، ويبين ايضا الجدول أنه مع احتلال الفريق الدنماركي الترتيب الاول في البطولة إلا أنه لا يعتمد بشكل اساسي علي استخدام الهجوم الخاطف ومواكبة اللعب سريع الايقاع لاحراز الاهداف وهذا ما يؤكد نفس الجدول بأنه أقل الفرق احرازاً للأهداف والاقبل في استخدام هذا النوع من الهجوم .

وبذلك قد تم الاجابة علي التساؤل الرابع

خامسا : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الخامس الذي ينص علي " ما هي أكثر الفرق استغلالا لرميات الارسال السريعة واحرازاً للأهداف ؟ "

جدول (١٣)

مجموع التكرارات والنسبة المئوية لرمية الارسال السريعة وطرق الانهاء

لدي الفرق (عينة البحث)

مجموع	طرق الانهاء لرمية الارسال السريعة												الفرق (عينة البحث)					
	هدف		خارج الرمي		صد حارس		تصويب في القائم		حائط صد		رمية ٧ أمتار			رمية حرة		خطأ مهاجم		
	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت		%	ت	%	ت	
١٢	٣٣,٣%	٥	٤١,٧%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	٣	٢٥%	١	٨,٣%	١٢	٣٣,٣%	الدنمارك
١٢	٣٣,٣%	٨	٦٦,٧%	٢	١٦,٧%	٢	١٦,٧%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	١	٨,٣%	١٢	٣٣,٣%	النرويج
٧	١٩,٤%	٤	٥٧,١%	٢	٢٨,٦%	٢	٢٨,٦%	١	١٤,٣%	١	١٤,٣%	٢	٢٨,٦%	١	١٤,٣%	٧	١٩,٤%	فرنسا
٥	١٣,٩%	٣	٦٠%	٢	٤٠%	٢	٤٠%	١	٢٠%	١	٢٠%	١	٢٠%	١	٢٠%	٥	١٣,٩%	مصر
٣٦	١٠٠%	٢٠	٥٥,٦%	١	٢,٨%	٣	٨,٣%	١	٢,٨%	٣	٨,٣%	٣	٨,٣%	٧	١٩,٤%	٣٦	١٠٠%	مجموع



يوضح جدول (١٣) مجموع التكرارات والنسبة المئوية لرمية الإرسال السريعة وطرق الانتهاء لدي الفرق (عينة البحث) حيث يتضح من الجدول قدرة جميع الفرق (عينة البحث) علي استغلال رميات الإرسال السريعة وإحراز الاهداف حيث جاء انهاء رميات الإرسال السريعة بإحراز الاهداف علي اكبر نسبة مئوية مقدارها ٥٥,٦% تلاها انهاء رميات الإرسال السريعة برمية حرة من الفرق المنافسة وقدرة الفرق المنافسة علي ايقاف اللعب سريع الايقاع خلال رمية الإرسال السريعة بالتصدي له بالرميات الحرة بنسبة مئوية مقدارها ١٩,٤% .

كما يتضح من الجدول ايضا ان اكثر الفرق استغلالا لرميات الإرسال السريعة كان لكلا من الفريقين الدنماركي والنرويجي حيث تساوي كلا منهما بنسبة مئوية مقدارها ٣٣,٣% تلي ذلك المنتخب الفرنسي ثم المصري بنسبة مئوية مقدارها ١٩,٤% ، ١٣,٩% علي الترتيب .

حيث يؤكد عفت رشاد شاكر (٢٠١٨م) علي أهمية اللعب سريع الايقاع خلال كلا من الهجوم الخاطف الخططي "الموجه الثالثة" ورمية الإرسال السريعة اثناء التدريب حيث يتم تحديد عدد ساعات تدريبية من ساعات التدريب الإسبوعي تُخصص للهجوم الخاطف الخططي (الموجة الثالثة) + رمية الإرسال السريعة وذلك بنسبة ٤٠% من ساعات التدريب الأسبوعي للفرق ذات المستوى العالي، والفرق ذات المستوى المهاري الأقل ٢٠% تدريبات عادية تقليدية تمهيدية لرفع المستوى المهاري و البدني و ١٥% تدريبات علي الهجوم الخاطف الخططي، ونوضح أنه في البداية سيكون الأداء ليس علي المستوى المطلوب أو المرجو ، ولكن بتكرار التدريبات سيتحسن الأداء تدريجيا، ويجب أن يكون لدى المدرب إصرار علي ذلك الأمر. (١٠: ٣)

وتؤكد الإحصائيات أن نسبة إحراز الأهداف من الهجمات الخاطفة في بطولة العالم عام ٢٠١١ بالسويد بلغت نسبة نجاحها ٧٥% (٩٥٠ هدفاً من ١٢٧٣)، وفي بطولة العالم بإسبانيا ٢٠١٣ بلغت ٧٥% أيضاً (٨١٨ هدفاً من ١٠٨٢) سجلت عن طريق الأسلوب المتنوع في الهجوم الخاطف البسيط والموسع والخططي بالإضافة إلى رمية الإرسال السريعة والهجوم المضاد ضد الهجوم الخاطف للمنافس. (٩: ٥)

وبذلك قد تم الاجابة علي التساؤل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات :-

أولاً : الاستخلاصات :-



في ضوء اهداف البحث وتساؤلاته يمكن استخلاص الاتي :-

- ١- التقنية الحديثة المصممة من قبل الباحث تتميز بالصدق والثبات والموضوعية وتصلح لاستخدامها أثناء الوقت الفعلي لمباريات كرة اليد ويمكن استخراج النتائج بين شوطي المباراة .
- ٢- أكثر الفرق استخداما للعب سريع الايقاع هو الفريق النرويجي ثم الفريق الفرنسي ثم المصري والدانماركي.
- ٣- الاسلوب الخططي الدفاعي الايجابي بالمهاجمة جاء أكثر استخداما لدي جميع الفرق (عينة البحث).
- ٤- اكثر انواع الهجوم الخاطف استخداما لدي فرق المستويات العالمية هو الهجوم الخاطف الموسع الجماعي ثم البسيط الفردي يليه الهجوم الخاطف الخططي (الموجة الثالثة) .
- ٥- اكثر الفرق استحوادا علي الكرة خلال الاساليب الخططية الدفاعية انطلاقا للهجوم الخاطف هو الفريق النرويجي والفرنسي .
- ٦- أكثر طرق الاستحواذ علي الكرة انطلاقا للهجوم الخاطف هو قطع الكرة وصد حارس المرمي لدي فرق المستويات العالية (قيد البحث) .
- ٧- أكثر أماكن الانهاء للهجوم الخاطف كان من المنطقة الوسطي للملعب لدي الفريقين النرويجي والفرنسي ومن المنطقه اليمني لدي الفريقين المصري والدانماركي .
- ٨- يعتبر (صد حارس المرمي وخطأ المهاجم) هي اكثر طرق الاستحواذ انطلاقا للهجوم الخاطف لدي الفريق الدنماركي و(قطع الكرة ثم خطأ المهاجم) لدي الفريق النرويجي ، و(قطع الكرة وصد حارس المرمي) لدي الفريق الفرنسي ، و(قطع الكرة وصد حارس المرمي وخطأ المهاجم) لدي الفريق المصري.
- ٩- جاء كلا من (قطع الكرة وصد حارس المرمي) كأكثر طرق الاستحواذ انطلاقا للعب سريع الايقاع لدي جميع فرق المستويات العالمية (قيد البحث) .
- ١٠- جاء الانهاء بإحراز الاهداف في الترتيب الاول لطرق الانهاء للهجوم السريع لدي جميع الفرق (عينة البحث) .
- ١١- اكثر الفرق استغلالا لرميات الارسال السريعة هو الفريق النرويجي والدنماركي واحراز الأهداف.



ثانيا :التوصيات :-

- تدريب الفرق ذات المستوى الفني العالي علي الاسلوب الخططي الدفاعي الايجابي بالمهاجمة انطلاقا للهجوم الخاطف الموسع لاثبات انتاجيته في المباريات والعمل علي تنفيذ بعض الخطط المتفق عليها في المباريات .
- تدريب فرق المستويات العالية علي استخدام الاسلوب الدفاعي النشط كأسلوب لاجبار المهاجمين علي تخليص الكرة بسرعة وحجز مساراتها لقطع الكرة والانطلاق للعب سريع الايقاع .
- تدريب حراس المرمي علي سرعة تمرير الكرات بعد صد حارس المرمي كأسلوب يساعد علي سرعة الانطلاق للعب سريع الايقاع خلال الهجوم الخاطف .
- تدريب حراس المرمي علي ان لا يشغل تفكيره الهدف الذي جاء في مرماه وتمرير الكرة للزميل عند منتصف الملعب للقيام برميات الارسال السريعة .
- اجراء دراسات مشابهة في سرعة الاداء الدفاعي علي الهجوم الخاطف باستخدام التقنيات والبرامج الحديثة في تكنولوجيا تحليل الاداء الرياضي .
- تصميم تقنيات أخرى تخدم رياضة كرة اليد للاستفادة من النتائج المختلفة لعملية التوجيه للتدريب .

المراجع العربية والاجنبية:-

أولا : المراجع العربية :-

١. إكرامي محمد عبدالحميد(٢٠١٢م) : دراسة تحليلية لأسلوب الدفاع بالمهاجمة لفرق المستويات العالمية في كرة اليد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
٢. _____ (٢٠١٦م) : تطوير أسلوب الدفاع بالمهاجمة في كرة اليد . رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية . ٢٠١٦ م.
٣. أحمد جابر مرغني (٢٠١٤م) : تحليل الأداءات الخططية لحالات التغير العددي لفرق المستوى العالي في كرة اليد ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية .



٤. أحمد سعيد السيد (٢٠١٦م) : التكوينات الخططية الدفاعية أثناء التحول اللحظي للهجوم الخاطف وعلاقتها بنتائج المباريات لبطولة العالم لكرة اليد رجال ٢٠١٥م ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها .
٥. أحمد محمد القط (٢٠١١م) : تصميم برنامج حاسب آلي لتقييم مستوى الأداء الهجومي في كرة اليد خلال المباراة ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها .
٦. حاتم نجاح السعيد (٢٠٠٠م) : دراسة تحليلية لفترات الدفاع الضاغط للفريق القومي المصري لكرة اليد رجال ببطولة العالم بالسويد ١٩٩٣ ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
٧. ريهام منصور رشاد (٢٠٠٥م) : تأثير برنامج تدريبي لفاعلية الهجوم الخاطف وعلاقتها بالدفاع المرتد السريع لناشئات كرة اليد . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة طنطا .
٨. عماد الدين عباس ابو زيد ، مدحت محمود الشافعي (٢٠٠٧م) : تطبيقات الهجوم في كرة اليد (تعليم - تدريب) .
٩. عفت رشاد شاكر (٢٠١٥م) : التطورات الحديثة في المفاهيم الاساسية للدفاع ، مذكرات غير منشورة، الاتحاد المصري لكرة اليد ، القاهرة.
١٠. _____ (٢٠١٨م) : الاتجاهات الحديثة لتطوير اللعبة من خلال التحليل الفني لأولمبياد لندن ٢٠١٢م و ريو ٢٠١٦م و بطولات العالم بإسبانيا ٢٠١٣م وقطر ٢٠١٥م وفرنسا ٢٠١٧م وأمم أوروبا بكرواتيا ٢٠١٨م ، مذكرات غير منشورة ، الدراسة الدولية للمدربين بالاتحاد العربي لكرة اليد، الاسكندرية ، ٢٠١٨م .
١١. محمد خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨م) : الهجوم والدفاع في كرة اليد ، منشأة المعارف ، الطبعة الاولى ، الاسكندرية ، ٢٠٠٨م .
١٢. محمد عبد الله عبد المرضي (٢٠٠٦م) : المتغيرات الفنية للطرق الدفاعية وعلاقتها بالأخطاء القانونية في كرة اليد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها ، ٢٠٠٨م .



١٣. **محمد جمال الدين محمد (٢٠١٨م):** الإستكشاف التقني للطرق الدفاعية وعلاقتها بالهجوم الخاطف في بطولة العالم لكرة اليد رجال ٢٠١٧م ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها .
١٤. **محمد مصطفى علي (٢٠٠٤م) :** دراسة تحليلية لبعض المتغيرات الدفاعية وعلاقتها بنتائج المباريات في بطولة العالم لكرة اليد للرجال ٢٠٠٣ بالبرتغال ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
١٥. **مروان مصطفى رجب (٢٠٠٩م) :** تطوير سرعة الأداءات الدفاعية الخطئية في كرة اليد ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .
١٦. **مصطفى محمود مصطفى(٢٠٠٢م) :** دراسة تحليلية للأداء الهجومي والدفاعي للفريق القومي المصري في بطولة العالم السادسة عشر لكرة اليد ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق .

ثانيا : المراجع الاجنبية :-

- ١٧- **Ahmed mohamed Elkot (٢٠١٣):** Technical exploration of the tactical performance effectiveness through men's world handball championship in Spain ٢٠١٣, sinai journal of sports science.
- ١٨- **IgorgruiC Dinko vuleta , Dragan milanovic(٢٠٠٦):** Performance indicators of teams at the ٢٠٠٣ men's world handball championship in portugal, university of zagrep, facult y of kinesiology, zagreb, croatia
- ١٩- **Jurgenp: Antagonistic Adaptation Systems (٢٠٠٠):** An Example of How to improve Understanding and Simulating Complex System.
- ٢٠- **Nened Rogulj , Ljer Ka Srhoj (٢٠٠٤):** The Contribution of Collective Attack Tactics in Differentiating Hand ball Score Efficiency faculty of natural sciences, mathematics and education, university of split, Spilt, Croatia



ملخص البحث باللغة العربية

تأثير إستخدام إستراتيجية **v- shape** على بعض جوانب التعلم
(المعرفى والمهارى) بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الأعدادية .
علاء طه أحمد إبراهيم^١

مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية

الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير إستخدام إستراتيجية **v- shape** على بعض جوانب التعلم (المعرفى والمهارى) بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الأعدادية . ، وقد أجريت الدراسة الأساسية علي عينة قوامها (٥٠) تلميذ من تلاميذ المرحلة الأعدادية بمدرسة العمارالأعدادية ، قسمت إلي مجموعتين إحداها تجريبية والأخري ضابطة وقوام كل منها (٢٥) تلميذ ، حيث تم تطبيق البرنامج التعليمى بإستخدام إستراتيجية **v- shape** على المجموعة التجريبية بينما اتبعت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية ، وتمت معالجة البيانات إحصائياً وتوصل الباحث إلي أن إستراتيجية **v- shape** كان لها تأثير واضح علي بعض جوانب التعلم (المعرفى والمهارى) بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الأعدادية لذلك يوصي الباحث بضرورة إستخدام تلك الإستراتيجية فى عملية التدريس الخاصة بدرس التربية الرياضية .

^١ مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها



Abstract in english

The effectof using V-shap strategy on some aspects of learning(knowledge – skillful) by studying physical education for prep school pupils

Prepard by / Alaa taha Ahmed Ibrahim

Lecturer,Department of Curricula and teaching Methods

The research aims to identify The effectof using V-shap strategy on some aspects of learning(knowledge – skillful) by studying physical education for prep school pupils , has conducted the baseline study on a sample of (٥٠) pupils from the prep school pupils , divided into two groups, one experimental and other officer and the strength of each of them (٢٥) pupil where the education program using V-shap stratege was applied to the experimental group while the control group followed the traditional method and the data was statistically processed and the researcher concluded that the V-shap strategy had a clear impact on some aspects of learning(knowledge – skillful) by studying physical education for prep school pupil.



تأثير استخدام استراتيجية v- shape على بعض جوانب التعلم

(المعرفي والمهاري) بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية

علاء طه أحمد إبراهيم^٢

- مقدمة ومشكلة البحث:

تمثل المؤسسات التربوية الدعامة الأولى في بناء جيل الحاضر والمستقبل، الذي على أكتافه تقوم نهضة وتقدم المجتمع، وذلك عن طريق التعلم المبني على الأسس العلمية، حيث يشهد العصر الحديث الذي نعيش فيه الآن ثورة علمية هائلة على جميع المستويات، حتى بات وأصبح نظاماً علمياً فارقاً نفسه على المؤسسات التعليمية والتربوية.

لاشك وأن معظمنا يتذكر تلك الأيام التي قضيناها داخل صف، يجلس فيه الطلبة في صفوف مستقيمة من المقاعد، وفرص التفاعل مع الطلبة الآخرين والمشاركة والعمل بشكل تعاوني محدود جداً، وكأن التواصل يجري معظم الوقت في إتجاه واحد من المعلم إلى الطلاب، والإستماع السلبي إلى شرح المعلم الذي ينظر إلينا كأوعية فارغة أو قطعة من الأسفنج الجاهزة لإمتصاص المعلومات أما الأنشطة فكانت مجرد وصفات للتحقق من المعرفة المتفق عليها بالفعل. (١٣ : ٦) كما يشير " سعد جلال " (١٩٩٩م) إلى أن التربية الحديثة تهدف إلى تنشئة وتربية النشء تربية متكاملة جسمياً وروحياً وعقلياً داخل إطار من القيم والمفاهيم التربوية التي يحددها المجتمع بهدف تنشئة الأجيال حتى يصبحوا مواطنين صالحين، حيث تلعب التربية البدنية والحركية دوراً هاماً في ذلك من خلال المنهج الدراسي. (٧ : ١٢)

ويرى " أبو النجا عز الدين " (٢٠٠٧) أن عملية التدريس تحتاج الى دقة متناهية وإلى أسس علمية مترابطة على المستوى النظري، ودقة في المهارة على المستوى التطبيقي، بمقدار ما يتوفر في التدريس من أسس علمية. (١ : ١٣)

فالتدريس الجيد يتطلب استخدام طرق متنوعة في التدريس تلائم كل درس، كما يتطلب استخدام الأدوات والوسائل المستحدثة في التدريس وكذلك الطرق والأساليب المتنوعة فكل هذا يفرض على كل من يريد الإنتماء لمهنة التدريس التعرف عليها ودراستها وفهمها. (٢٠ : ١٥)

^٢ مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها

حيث يشير " عبدالله عبد الحليم " (٢٠٠٩م) إلى أن عملية التدريس فى الإطار التقليدى هو نقل المعلم المعارف والمعلومات إلى عقول التلاميذ، لكن التدريس بمفهومه المعاصر بالإضافة إلى كونه علما تطبيقيا هو عملية تربوية هادفة وشاملة تأخذ فى الاعتبار كافة العوامل المكونة للتعليم والتعلم ما يسمى بالأهداف التربوية. (١٩ : ٤١)

كما يشير " عصام الدين متولى " (٢٠٠٧م) أن التدريس لم يعد عملية بسيطة بل أصبح عملية معقدة متشابكة مكونة من عدة متغيرات يؤثر بعضها على البعض الآخر مثل الجنس، العمر، خصائص المعلم وكذلك متغيرات البيئة التعليمية والمناخ المدرسى. (٢٠ : ١٦)

لقد قدمت النظرية البنائية تصورا مختلفا عن المعلم والمتعلم وعملية التعلم، حيث تعارض النظرية البنائية الفكر التقليدى الذى يفترض فية المعلم أن ينسخ الطلبة المعرفة التى يقدمها لهم، كما ترفض النظرية البنائية أن يكون المعلم ناقلا للمعرفة بل مهمته تكون فى مساندة المتعلم أو دعمة. (٧ : ٣٥)

فقد أشار " عبد الغنى صيفى " (٢٠٠٧م) أن التربويين المتخصصين فى ميدان التربية العلمية، يسعون إلى تطبيق مبادئ وأفتراضات النظرية البنائية وذلك من خلال العمل على استخدام استراتيجيات التعلم البنائى. (١٨ : ٥٥)

لذلك لابد على المؤسسات التربوية والتعليمية المتخصصة أن تطور فلسفتها وبرامجها واساليبها وجميع جوانب العملية التعليمية من معلم ومتعلم ومادة علمية وبيئة تعلم ولعلى العبء الأكبر يقع على عاتق المعلم فلم يعد الامر مجرد تلقين للمعارف والمعلومات. (٧ : ٦٣)

وتعد أساليب التعلم التى يستخدمها المعلم من أهم جوانب العملية التعليمية، وكل أسلوب له دور هام فى نماء المتعلمين من النواحي البدنية والمهارية والاجتماعية والمعرفية والوجدانية، ولا يوجد أسلوب واحد يمكن اعتباره الأفضل، ولكن تتوقف نسبة الاعتماد على الأسلوب ما على نوع المهارة والموقف التعليمى والمتعلم. (٢٩ : ٣٣)

لذلك فقد بدأ الأهتمام باستخدام طرق وأساليب تعلم حديثة تعتمد على إيجابية المتعلم ومشاركتهم الفعالة فى العملية التعليمية والتربوية لترتكز على العوامل الداخلة التى تؤثر فى المتعلم وخاصة مايجرى داخل العقل، أى أنه يتم الانتقال من التعلم السطحى إلى مايسمى بالتعلم ذو المعنى " التوجية الحقيقى للمتعلم ". (٥ : ٣٦)



حيث يشير كلا من " حسن زيتون، كمال زيتون " (٢٠٠٤م) أن التعلم التقليدي نظاما تدريسيا سلبيا يتم فية نقل المعرفة إلى ذهن الطالب على اعتبارة أنية يتم ملؤها بالمعرفة بطريقة سلبية، والتي لا ترتبط بالبناء المفاهيمي لدى الطلاب، فتمثل المعرفة الجديدة رموزا ليس لها معنى للطلاب، لذا نجدة مضطرا إلى حفظ المعرفة الجديدة بطريقة آلية قابلة للنسيان. (٨: ٤٢)

لذلك فإن التعلم ذو المعنى هو ذلك التعلم الذى تندمج فية المعلومات الجديدة في البنية المعرفية للفرد بهدف فهم العلاقات بين المفاهيم للأفكار الجديدة والمفاهيم والأفكار السابقة التي عليها البنية المعرفية الراهنة، أى أنه لحدوث التعلم ذو المعنى فإن المتعلم يقوم بربط المعلومات الجديدة المعروضة عليه بما يماثلها من معلومات ومفاهيم موجودة ومخترنة في بنية المعرفة، أى تفاعل المعرفة الجديدة مع ما سبق تعلمه. (٤: ٢٥)

وتعد استراتيجية " الشكل V - shape " امتدادا لنظرية " أوزوبل " للتعلم ذو المعنى والتي نشأت ضمن المدرسة البنائية حيث يستطيع المتعلم أن ينظم المفاهيم التي تعلمها عن الموضوع المراد تعلمه فى مستويات تبين درجة شمولية الاداء. (١٥: ٢٦)

كما أن استراتيجية v-shap هي إحدى نماذج النظرية البنائية التي توضح العناصر المنظمة واللازمة لبناء المعرفة حيث من الممكن استخدامها للمساعدة على فهم الطبيعة البنائية والدور الذى تلعبه المفاهيم فى ملاحظة وتفسير الاحداث والأشياء. (٨: ٤٨)

ويذكر " فؤاد سليمان قلادة " (٢٠١٠م) أن استراتيجية الشكل V تستخدم فى تخطيط المنهاج وتطويره وفى التقويم وكأداة تعليمية وأداة تحليلية لردود أفعال المتعلمين كما تستخدم للقراءة الناقدة للبحوث فى المجالات المختلفة. (٢٤: ٧٧)

ويشترط فى تقديم استراتيجية الشكل - V للمتعلمين، مراعاة توافر خلفية علمية ذات كفاءة عالية لدى المتعلمين تسمح ببناء الجانب المفاهيمي، وفهم الطلاب لمكونات الخريطة وكيفية بنائها، إضافة إلى توافر عمليات العلم مثل الملاحظة والأستنتاج وتحديد المشكلات وفرض الفروض. (١٦: ٨٧)

ويشير كلا من " عبدالله سعيدى و سليمان البلوشى " (٢٠١١م) إلى أنه لا توجد طريقة واحدة مثالية تقدم بها استراتيجية V-shape فى التدريس، وقد قاما بإقتراح مدخل لتقديم استراتيجية V-shape فى التدريس، وذلك بإتباع الخطوات التالية:

- التمهيد للموضوع.
- مناقشة السؤال الرئيسي مع الطلاب، وعن طريق المناقشة يتم اقتراح المفاهيم المتضمنة للخريطة.
- اقتراح الاحداث للأشياء.
- تسجيل الملاحظات ثم كتابة المعارف والقيم. (١٧ : ٧٥)
- حيث يوضح " نوكا و جوين " (١٩٩٥م) مثالا بينون بة كيفية تقييم كل عنصر من عناصر الخريطة (السؤال الرئيسي - الاحداث والأشياء - النظرية والمبادئ - التسجيلات والتحويلات - الادعاءات المعرفية) حيث يعطى كل عنصر مدى من العلامات بين (٠-٤) وبينون مدى كل درجة وكل عنصر فى الخريطة. (٣٥ : ٩٢)
- ويوضح كلا من "عليما محمد، صبحى أبو جلاله" (٢٠٠١م) أن استراتيجية الشكل V تتكون من الآتى:
- الجانب الأيمن (الجانب الاجرائى أو العملى) وهو يوضح الطريقة العملية فى التدريس والنقطة الأساسية فى الخريطة ويتضمن الآتى:
 - * الادعاءات المعرفية.
 - * الادعاءات القيمية.
 - * التحويلات والتسجيلات.
- الجانب الأيسر (الجانب النظرى أو المفاهيمى) ويعرف أيضا بالجانب التفكيرى ويتضمن الآتى:
 - * النظريات.
 - * المبادئ والمفاهيم. (٢٢ : ٢١٥)



" شكل توضيحي لخريطة الشكل v "



ويذكر " فريد أبو زينة " (٢٠٠٣م) أن التنوع في الأساليب التعليمية ضروري لانتاسب مع طرق التعلم التي يفضلها الطلبة وإشغال أكبر عدد ممكن من الحواس المختلفة لديهم.

(١٣٢ : ٢٦)

ويعتبر درس التربية الرياضية من أهم المجالات التعليمية والتربوية التي يمكن من خلاله التنوع في الطرق والاساليب والاستراتيجيات الحديثة ن لما يحتويه من جانب نظري وجانب عملي وتطبيقي.

كما تؤكد " نكية إبراهيم وآخرون (٢٠٠٧م) " أن مادة التربية الرياضية تشمل في المقام الأول ميدانا تطبيقيا علميا له مميزات مهنية تستلزم بالضرورة أعداد مدرس لهذه المادة، وذلك يعني أن يصبح الأعداد لمدرس التربية الرياضية مساويا لأعداد مدرسي المواد الأخرى كما وكيفا حتى يستطيع تحقيق ما تصبوا إليه المدرسة في نطاق العملية التربوية. (١٠ : ٢٣)

ويشير كلا من " مكارم حلمى أبو هرجة "، " محمد سعد زغلول " (٢٠٠٠) أن التربية الرياضية تعد بأنشطتها إحدى المناهج الدراسية والتي تمثل جانبا هاما في العملية التربوية بالمدرسة، وهي تهتم باكتساب القيم والمعايير السلوكية الأيجابية نحو البيئة بحكم طبيعتها وأهدافها وباعتبارها مادة دراسية تشارك في الأعداد للمواطنة السليمة، فالتربية الرياضية دراسة للطبيعة البشرية في مواقف متعددة ولذا فهي من المواد التي تساعد الأفراد على فهم أنفسهم والمجتمع الذي يعيشون فيه وقيمة ومثلة العليا. (٣١ : ١٥-١٦)

كما يؤكد " عصام الدين متولى " (٢٠٠٨) بأن التربية الرياضية جزء متكامل من التربية وتعمل على النمو المتوازن للإنسان؛ فالإنسان وحدة لا تتجزأ؛ فهو يتأثر ككل وينمو ككل فالنمو يشمل جوانب الإنسان كلها. وفي العصر الحديث نلاحظ التقدم والتطور بفضل تقدم العلوم والتكنولوجيا. (٢١ : ١٧)

حيث يشير كلا من " السيد محمد شعلان؛ فاطمة سامى ناجى " (٢٠١١م) أن أهداف التربية الرياضية:

- تنمية الشخصية المتكاملة المتزنة التي تشكل قوام المجتمع المتطور.
- تنمية المهارات الحركية الأساسية.
- تنمية الصفات البدنية.

• أكساب الأطفال حب العمل الجماعي.

• اكساب الأطفال الميول الرياضية. (٤: ٥٧)

حيث يعتبر درس التربية الرياضية الشكل الأساسي للعملية التربوية المدرسية والوحدة الأساسية في منهاج الرياضة المدرسية وحجر الزاوية في كل منهج للتربية الرياضية، ويتوقف نجاح الخطة كلها وتحقيق الغرض من البرنامج العام للتربية الرياضية بالمدرسة على حسن تحضير و اعداد واخراج وتنفيذ الدرس فالعناية بالدرس تعتبر الخطوة الأولى والمهمة لو أردنا أن نجنى الفائدة المرجوة من البرنامج التنفيذي لة. (١١: ٢٣)

كما أن درس التربية الرياضية حجر الزاوية في برنامج التربية الرياضية المدرسي وهو وحدة المنهاج التي تحمل جميع صفاته وخصائصه وهو يكاد أن يكون الوسيلة الأكثر ضماناً لتوصيل الخبرات التربوية للتلاميذ فهو جزء البرنامج الذي يستفيد منه جميع التلاميذ دون تفرقة بخلاف أجزاء البرنامج الأخرى كالنشاط الداخلي أو الخارجي التي قد تعتمد في ممارستها على رغبة التلاميذ واختيارهم، ولكل درس أغراض تربوية إلى جانب الأغراض البدنية والمهارية والمعرفية والتي تميزه عن غيره من الدروس في الوحدة التعليمية التربوية حتى يتحقق من خلال مجموعة الدروس. (٢١: ٣٢)

كما يؤكد كلامن " ميرفت خفاجة و مصطفى السايح (٢٠٠٧م) أن درس التربية الرياضية هو اللبنة أو الوحدة المصغرة التي تبنى وتحقق بتتابع وأتساق أهداف ومحتوى المنهج ويعتبر تنفيذ درس التربية الرياضية أهم واجبات المدرس، ويكون لكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي- معرفي-وجداني) وتتكون الوحدة التعليمية من عدد من دروس التربية الرياضية. (٣٤: ١٠٥)

وبهذا نجد أن الدرس هو الوحدة المصغرة من البرنامج ويتوقف نجاح برنامج التربية الرياضية بالمدرسة على حسن تحضير وإعداد وتنفيذ الدرس لذا فالمدرس عليه أن يعتني بعناية كافية بالدرس حتى يستطيع التلاميذ إستيعاب المهارات المتضمنة فيه. (١٨: ٣٢)

حيث تشير كلامن "زينب على عمر"، "غادة جلال عبد الحكيم" (٢٠٠٨م) أن أهمية درس

التربية الرياضية يتضح في النقاط التالية:

• يعتبر درس التربية الرياضية.



- هو المنفذ الوحيد الذى يمكن من خلاله ممارسة نشاط رياضى للقاعدة العريضة من أبناء الشعب حيث يتضمن العديد من الأنشطة البدنية والمهارية التى تراعى حاجات التلاميذ وميولهم وقدراتهم.
- يعتبر درس التربية الرياضية إجباريا كباقي المواد الدراسية الأخرى ويخضع لمنهج معين فى كل مرحلة من مراحل التعليم المختلفة.
- لة مكانة فى الجدول الدراسى ويقوم بتنفيذة معلمون متخصصون فى المجال.
- يسهم فى تنمية القدرات الحركية والصفات البدنية، ويمكن من خلاله شغل وقت الفراغ واشباع ميل التلاميذ للعب وأدخال المرح والسرور عليهم. (١١ : ١٢٠)
- وتعتبر كرة اليد من الألعاب التى لها مبادئها ومهارتها الأساسية والتى تعد الركن الأساسى والفعال فى تحقيق الفوز للفريق، ولهذا السبب فإن عامل المهارات الأساسية للعبة يعد من أهم تلك العوامل وأكثرها حساسية، لأن الأعداد البدنى والخططى والنفسى لا قيمة لة دون مهارات حركية، فاللاعب المعد بدنيا ولم يعد مهاريا لايمكن إستغلال إمكاناته البدنية دون السيطرة على الكرة خلال حركة (٣٠ : ١٥)
- ويذكر " منير جرجس " (١٩٩٥م) أن " المهارات الأساسية تشمل المهارات الحركية الدفاعية والهجومية، وتعتبر بتدريباتها التطبيقية بمثابة العمود الفقرى للعبة، وياتح بها الجانب البدنى والخططى بجانب الإعداد ذهنى والناحية النفسية. (٩٣ : ٣٣)
- كما يتفق كلا من " منير جرجس " (١٩٩٥م)، " محمد علاوى وأخرون " على أن المهارات الأساسية فى كرة اليد تنقسم إلى:
 - المهارات الهجومية وتشمل (التطيط، التصويب، الخداع).
 - المهارات الدفاعية وتشمل (وقفة الأستعداد، التحركات الدفاعية، إعاقاة التصويبات، قطع وتشيتت الكرة). (٣٣ : ٥٩) (٣٠ : ٥٤).
- إن عملية التعليم تتأثر بطرق وأساليب التعلم التى يتبعها المعلم، فقد ظهرت أساليب وإستراتيجيات تعليمية جديدة تساعد على نقل مركز النشاط من المعلم إلى المتعلم، فالأسلوب الذى يعتمد على أساس من التجريب والتطبيق ينتقل أثرة أسرع وأسهل من الذى يلحن فيه المتعلم مجموعات مستقلة من المعرفة لا يعرف فوائدها، حيث يشير " Judith " جوديت " (١٩٩٥م)

في هذا الصدد أنه قد ظهرت إبتكارات عديدة في طرق وأساليب التعليم غيرت دور المعلم إلى موجة ومرشد أكثر من كونه ناقل للمادة العلمية. (٣٦ : ١٣٨)

حيث أشارت نتائج العديد من الدراسات والبحوث التي تناولت التعلم بالطرق التقليدية والتعلم بالوسائل الحديثة إلى مدى فاعلية التعلم بالوسائل الحديثة وضعف التعلم بالطرق التقليدية، فعلى سبيل المثال وليس الحصر قام " ويكستن باترسن " (١٩٩٨) بدراسة بعنوان " مقارنة فاعلية برنامج بالكمبيوتر و المحاضرة التقليدية " وأظهرت النتائج أن استخدام البرنامج التعليمية بالكمبيوتر كان ذو فاعلية أكثر بالمقارنة بالتعليم بالطريقة التقليدية. (٣٧ : ٤٨)

ومن خلال ماتم عرضة وأستخلاصا مما سبق ذكره، ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بالعمل مدرسا بقسم المناهج وطرق التدريس، والإشراف على العديد من المدارس، والتعرف على طبيعة عمل مدرس التربية الرياضية، وجد أن تدريس المهارات الأساسية في كرة اليد مازالت تدرس بالطريقة التقليدية والتي يتم فيها استخدام أسلوب الأوامر والتي لاتحقق نتائج مرجوة لدى التلاميذ، كذلك القصور الواضح في تطبيق تكنولوجيا التعليم في درس التربية الرياضية، فمن خلال الثورة المعرفية والتكنولوجية التي نتعايش معها في العملية التعليمية والتربوية في المجتمع التعليمي وبناء على ماتأسس أصبح استخدام استراتيجيات التعلم البنائية أمرا وحاجة ملحة في عصرنا الحديث وضرورة للوصول بالمعلم والمتعلم إلى التعلم الفعال فكان حتما على المعلم أن يستعين بالطرق التدريسية الحديثة والأساليب والأستراتيجيات التي تطرأ على الساحة التعليمية ومحاولة استخدامها وتنفيذها بما يتماشى مع المناهج الدراسية المختلفة، الأمر الذي دفع الباحث إلى إجراء تلك الدراسة في محاولة منة لتقديم إحدى الأستراتيجيات التعليمية " أستراتيجيات التعلم البنائي " وهي استراتيجية V- shape كأحد أستراتيجيات التعلم البنائي التي يعتمد عليها في الوصول إلى درجة عالية من التعلم الفعال، الأمر الذي أسترعى اهتمام الباحث بأجراء تلك الدراسة في محاولة منة التحرر من الطرق التقليدية الاعتيادية والتي يتبعها الكثير في تعليم بعض المهارات الحركية بدرس التربية الرياضية.

- أهمية البحث:

- الأهمية العلمية:

- قد يساهم في توجيه الباحثين إلى إجراء دراسات علمية أخرى تتناول الجوانب التي لم تتعرض لها الدراسة الحالية
- **الأهمية التطبيقية:**
- قد يساهم الباحث في رفع المستوى المعرفي والمهارى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية.
- **هدف البحث:**
- يتحدد هدف البحث في التعرف على تأثير استخدام استراتيجية V - shape على بعض جوانب التعلم (المعرفي والمهارى) بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الاعداداية، وذلك من خلال التعرف على:
- تأثير البرنامج التعليمى باستخدام استراتيجية v-shap على تنمية بعض المهارات الحركية فى كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية.
- تأثير البرنامج التعليمى باستخدام استراتيجية v-shap على تنمية بعض الجوانب المعرفية فى كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية.
- **فروض البحث:**
- في ضوء أهداف البحث الحالي يفترض الباحث ما يلي:
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي فى التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي فى التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
- **مصطلحات البحث:**
- **الاستراتيجية:**

مجموعة من الاجراءات والوسائل التي يستعملها المعلم لتمكين التلاميذ من الخبرات التعليمية المخططة. (٩: ٢٥٥)

- Shap - V (الشكل v):

بناء تخطيطى يوضح العلاقة بين الاحداث والأشياء والعناصر المفاهيمية والإجرائية التي تؤدي إلى فهم التناسقات في الاحداث والأشياء لفرع من فروع المعرفة. (٣١: ٥٨٢)

- التحصيل المعرفي:

درجة الاكتساب التي يحققها الفرد أو مستوى النجاح الذي يحرزة أو يصل إليه في مادة دراسية أو مجال تعليمى أو تدريبي معين. (١٤: ٣٠٥)

- الدراسات السابقة:

- دراسة " أسماء محمد كساب ": (٢٠١٨م) (٣) والتي هدفت إلى التعرف على فاعلية استخدام استراتيجية الشكل " v " على جوانب تعلم بعض المهارات الاساسية بدرس التربية الرياضية، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من (٧٠) تلميذة، وأسئعانت الباحثة بالاختبارات المهارية والاختبار المعرفي كأداة لجمع البيانات، وتوصلت نتائج البحث إلى تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي، والتي طبق عليها استراتيجية الشكل v.

- دراسة " فاطمة محمد فليفل ": (٢٠٠٧م) (٢٣) والتي هدفت إلى التعرف على تأثير استخدام استراتيجية الشكل " v " فى التحصيل المعرفي ومستوى الاداء المهارى لبعض مهارات كرة السلة، حيث أسئعانت الباحثة بالمنهج التجريبي، وتكونت العينة من (٤٠) تلميذة من تلميذات الصف الأول الاعدادى، وتوصلت نتائج البحث إلى تفوق المجموعة التجريبية التي أسئخدمت استراتيجية الشكل " v " فى مستوى اتحصيل المعرفي والاداء المهارى.

- دراسة " ليلي رفعت، هند فاروق ": (٢٠٠٧م) (٢٧) والتي هدفت إلى تأسئر استخدام خرائط الشكل " v " على تعلم بعض الحصائل فى الكرة الطائرة، حيث أسئخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية، وأسئفرت النتائج إلى أن استخدام خرائط الشكل " v " له أثر إيجابي فى تعلم بعض الحصائل فى الكرة الطائرة.



إجراءات البحث:

منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث، وقد استعان بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة مستخدماً القياس القبلي والبعدي لكلا المجموعتين.

مجتمع وعينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الأول الاعدادي بمدرسة العمار الإعدادية المشتركة التابعة لإدارة طوخ التعليمية بمحافظة القليوبية للعام الدراسي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠، والتي بلغ عددهم (١٨٥) تلميذ وتلميذة، وقد أشتملت على (٦٠) تلميذ من مجتمع البحث، وتم تقسيمهم إلى عينة أساسية قوامها (٥٠) تلميذ مقسمين إلى مجموعتين بالتساوي، قوام كل مجموعة (٢٥) تلميذ للمجموعة الضابطة، و (٢٥) تلميذ للمجموعة التجريبية ولقد قام الباحث باختيار (١٠) تلاميذ لاجراء الدراسة الاستطلاعية وبالتالي تكون عينة البحث الاساسية (٦٠) تلميذ.

وقد راع الباحث عند اختيار العينة الاعتبارات التالية:

إستبعاد التلاميذ غير المنتظمين في الحضور حيث تم أستبعاد عدد (٢٨) تلميذ من مجتمع البحث وذلك لظروف خاصة تحول دون المشاركة مع زملائهم من العينة، كذلك إستبعاد التلميذات وعددهم (٩٧) تلميذة.

جدول (١)

توصيف مجتمع الدراسة

الدراسة استطلاعية	عينة الدراسة الأساسية		مجتمع البحث
	مجموعة ضابطة	مجموعة تجريبية	
١٠	٢٥	٢٥	١٨٥

يتضح من جدول (١) أن عدد تلاميذ المجموعة التجريبية باستخدام استراتيجية ال -V shap (٢٥) تلميذ، وعدد تلاميذ المجموعة الضابطة (باستخدام الأسلوب التقليدي المتبع) (٢٥) تلميذ، وعدد تلاميذ العينة الإستطلاعية (١٠) تلاميذ، وعدد إجمالي العينة (٦٠) تلميذ.

- إعتدالية عينة البحث:

قام الباحث للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات الغير إعتدالية بحساب المتوسط الحسابي والانحراف والوسيط ومعامل الالتواء.
تجانس العينة:

تم حساب التجانس بين المجموعتين (التجريبية، والضابطة) وكذلك العينة الأستطلاعية في المتغيرات التي قد تؤثر على تجربة البحث كما هو موضح بالجدول رقم (٢) .

جدول (٢)

تجانس العينة

ن = ٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	شهر	١٥١,٢	١٥١	٥,٩٢٥	٠,٦٢٣
الطول	سم	١٤٨,٦	١٤٩	١,٧٥٩	٠,٤٠٦
الوزن	كجم	٤٨,٩	٤٩	١,١٦٨	٠,٠٠٦
الذكاء	درجة	٣٤,٤٦	٣٥	١,١٢٥	٠,٧٧١
قوة	درجة	٧,٦٧	٨	١,١٦٢	١,٠٣
مرونة	سم	٢,٧٩	٢,٨٥	٠,١٨١	٠,٥١٦
رشاقة	الثانية	٨,٦٨	٨,٧١	٠,٣٨٠	١,٨٦٦
توازن	الثانية	١٠,٥	١,٥٥	٠,٤٥٥	٠,٣٦٤

يتضح من جدول (٣) أن قيمة معامل الالتواء قد تراوحت بين (١,٣٦ : ٠,١١٩) أي أنها انحصرت بين (-٣، ٣) مما يدل على أن قياسات المتغيرات قد وقعت تحت المنحنى الإعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات.
تكافؤ العينة:

تم حساب التكافؤ بين مجموعتي البحث، التجريبية والضابطة، وذلك في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي، كما هو موضح بالجدول رقم (٣).

جدول (٣)

تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية والمعرفية قيد الدراسة

$$n=2=25$$

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغير المهارى والمعرفى
		ع±	س	ع±	س	
٠,١٠٠	١,٧١٤	٠,١٤	٤,٧١	٠,١٧	٤,٧٠	تنطيط الكرة فى خط مستقيم
٠,٢٠	٠,٧٤٣	٧,٣٦	٣,٤٠	٠,٧٣٦	٣,٦٠	التصويب من الثبات
١,٣٣	٣٨٤,	١,٠٥٥	١٠,٤٠	٠,٨٣٣	١٠,٥٣	التمرير والأستلام
٠,٢٦٦	١,١٤٨	٠,٧٤٣	٧,١٣	٥٠٧,	٧,٤٠	التحصيل المعرفى

أدوات ووسائل جمع البيانات:

- استخدم الباحث وسائل وأدوات جمع البيانات التالية:
- المقابلة الشخصية للخبراء والمتخصصين فى التربية الرياضية.
- الأختبارات البدنية وذلك بعد أخذ رأى الخبراء حول عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارات قيد البحث. مرفق (٥)
- الأختبارات المهارية الخاصة بقياس المهارات قيد البحث، وذلك أيضا بعد أستطلاع رأى الخبراء حول هذه الاختبارات لمعرفة مدى مناسبتها للمهارات قيد البحث. مرفق (٦)
- الأختبار المعرفى قيد البحث " اعداد الباحث " . مرفق (١١)
- المعاملات العلمية للاختبارات المهارية وفقا لأراء السادة الخبراء:
- صدق الأختبارات المهارية والأختبار المعرفى:
- قام الباحث بإيجاد صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مميزة والاخرى غير مميزة ولهما نفس خصائص مجموعة البحث الاساسية وخارج أفراد عينة الدراسة الأساسية والبالغ عددهم (١٠) تلاميذ، والجدول (٤) يوضح ذلك.



جدول (٤)

صدق الاختبارات المهارية والمعرفية قيد الدراسة

ن=١٠

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المتغير المهارى والمعرفي
		ع±	س	ع±	س	
١٣,٥٤	٠,٣٤٢	٠,٠٦٧	٤,٤٦	٠,٠٧٠	٤,١٢	تطبيق الكرة فى خط مستقيم
٥,٤٣٨	١,٧٣٣	٠,٩٩٠	٥,١٣	٠,٧٣٦	٣,٤٠	التصويب من الثبات
١٥,٩٣	٤,٤٠١	١,٠٥٥	١٠,٤٠	١,١٤٦	١٤,٨٠	التمرير والأستلام
١١,٥١٥	٥,١٣٣	٠,٩٧٥	٦,٦٦	١,٤٢٤	١١,٨٠	التحصيل المعرفي

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على وجود فروق إحصائية دالة معنويًا بين المجموعتين (المميزة الغير مميزة)، وهذا يشير إلى صدق الاختبارات.

ثبات الاختبارات المهارية والأختبار المعرفي:

حيث قام الباحث بتطبيق الأختبارات قيد الدراسة فى الدراسة الأستطلاعية الثانية، وإعادة التطبيق بفارق زمنى ٥ أيام على مجموعة الدراسة الأستطلاعية والتي بلغت قوامها (١٠) تلاميذ، وذلك للتحقق من ثبات الاختبارات قيد الدراسة كما هو موضح بالجدول رقم (٥).

جدول (٥)

ثبات الاختبارات المهارية والمعرفية قيد الدراسة

ن = ١٠

قيمة "ر"	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		المهارات	الدرجة
	ع±	س	ع±	س		
٠,٣٩٦	٠,١٣٨	٤,٤٤	٠,١٣٣	٤,٥٠	تنطيط الكرة فى خط مستقيم	
٠,٠٦٤	٠,٧٢٣	٤,٣٣	٠,٥١٦	٣,٤٦	التصويب من الثبات	
٠,٦٨٤	٠,٨٣٣	٩,٨٦	٠,٦٧٦	٩,٢٠	التمرير والأستلام	
٠,٥٠٠	٠,٧٠٣	٧,٧٤	٠,٧٩٨	٧,٧٣	التحصيل المعرفي	

* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

قيمة ر عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٨ = ٠,٣٦١

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط دال احصائياً بين كل من درجات عينة الدراسة فى التطبيق الأول للاختبارات ودرجات التطبيق الثانى لنفس المجموعة الاستطلاعية بفواصل (٥) أيام، حيث أن قيمة " ر " المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى ثبات درجات الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

الاختبار المعرفي (إعداد الباحث):

- خطوات بناء الاختبار المعرفي:

لقد راعى الباحث عند بناء وتصميم الأختبار المعرفي " قيد البحث " بعض المبادئ والأعتبرات الهامة حتى يأخذ الأختبار المعرفي فى شكله ومحتواه والمضمون الصبغة العلمية، ولقد تمثلت هذه المبادئ والأعتبرات فيما يلى:

- تحديد عدد محاور الأختبار المعرفي قيد البحث - الافتراضية - وذلك فى ضوء عملية دراسية وتحليلاً للمراجع العلمية والدراسات السابقة وأراء الخبراء والمقابلات الشخصية.
- تحديد الصياغة اللفظية الصحيحة والمقترحة لمسمى كل محور من محاور الأختبار المعرفي قيد البحث فى ضوء التكوين ومفهوم ما يهدف الية كل محور.
- مراعاة ألا يكون هناك تداخل بين مسميات المحاور ببعضها.
- تحديد عدد وصياغة الأسئلة الخاصة بكل محور من محاور الأختبار.

- التأكد من أن صياغة الكلمات المكونة للسؤال ذات معنى واحد ومحدد وسهلة الفهم ومن ثم بعيدة عن الغموض عن طريق معامل السهولة والصعوبة.
- مراعاة ان تكون الأسئلة المصاغة مناسبة للاستثارة أستجابة عينة الدراسة.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) للأختبار المعرفي " قيد البحث " وذلك قبل اجراء التطبيق على عينة البحث الأساسية.
- الاقتراح المبدئي (الأفتراضى) لمحاور الأختبار المعرفي " قيد البحث " وصياغتها اللفظية: بناء على المقابلة الشخصية وأستطلاع رأى الخبراء أتضح للباحث (٤) محاور أساسية هي:

- المحور الأول: معلومات عامة وثقافية.

- المحور الثانى: تاريخ اللعبة.

- المحور الثالث: قواعد وقوانين اللعبة.

- المحور الرابع: نواحى معرفية ومهارية.

ولقد تم عرض محاور الاختبار المعرفي مرفق (٢) على مجموعة من الخبراء والمحكمين والبالغ عددهم (١٠) خبراء فى مجال طرق تدريس التربية الرياضية، وذلك لأبداء الرأى حول مدى مناسبة المحاور المقترحة لأختبار المعرفي قيد البحث سواء بالاضافة او الحذف او تعديل الصياغة لأى محور من المحاور، حيث جاءت النسبة المئوية لأتفاق السادة الخبراء (١٠٠%) على جميع محاور الأختبار المعرفي قيد البحث.

جدول (٦)

النسبة المئوية لمحاور الاختبار المعرفي

النسبة المئوية	المجموع	الخبراء المحاور											
		١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١		
%١٠٠	١٠	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	الأول
%١٠٠	١٠	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	الثاني
%١٠٠	١٠	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	الثالث
%١٠٠	١٠	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	الرابع

وفى ضوء النسبة المئوية لمحاول الاختبار المعرفي قيد البحث، قام الباحث بتحديد عدد الأسئلة الخاصة بكل محور وصياغتها اللفظية حيث أثمرت هذه العملية عن الصورة المبدئية (الأولية) للأختبار المعرفي قيد البحث، حيث بلغ عدد الأسئلة (٢٨) سؤال، والتي تم عرضهم على نفس مجموعة الخبراء والبالغ عددهم (١٠) وذلك لأبداء الرأى حول مناسبة هذه الأسئلة فى تحقيق هدف المحور الذى ينتمى لة السؤال. ولقد أسفرت عملية العرض على السادة الخبراء (المحكمين) عن حذف وتعديل وصياغة بعض الأسئلة فى بعض المحاور، والمرفق رقم (١١) يوضح الأختبار المعرفي قيد البحث فى صورته النهائية، كما يوضح الجدول رقم (٧) نتيجة رأء السادة الخبراء على اسئلة محاور الأختبار المعرفي قيد البحث.

جدول (٧)

النسبة المئوية لإتفاق السادة الخبراء على أسئلة محاور الاختبار المعرفي قيد الدراسة

ن = ١٠

النشاط الرياضي	المحور	العبارات	أراء المحكمين		النشاط الرياضي	المحور	العبارات	أراء المحكمين		
			درجة الاتفاق	النسبة المئوية				درجة الاتفاق	النسبة المئوية	
كرة يد	معلومات عامة (الأول)	١	١٠٠%	١٠	كرة يد	تاريخ اللعبة (الثالث)	١	٦٠%	٦	
		٢	٦٠%	٦			٢	٧٠%	٧	
		٣	١٠٠%	١٠			٣	٥٠%	٥	
		٤	٨٠%	٨			٤	٦٠%	٦	
		٥	١٠٠%	١٠			٥	٦٠%	٦	
		٦	٨٠%	٨			٦	٨٠%	٨	
		١	٧٠%	٧			١	٦٠%	٦	
	الثاني قانون اللعبة	٢	٦٠%	٦		٢	نواحي مهارية وفنية (الرابع)	١	٧٠%	٧
		٣	٩٠%	٩		٣		٥٠%	٥	
		٤	٨٠%	٨		٤		٨٠%	٨	
		٥	٦٠%	٦		٥		٧٠%	٧	
		٦	٦٠%	٦		٦		٨٠%	٨	
		٧	٧٠%	٧		٧		٦٠%	٦	
		١٠	٧٠%	٧		١٠		٨٠%	٨	
					٧	٥٠%	٥			
					٨	٦٠%	٦			
					٩	٨٠%	٨			

ولقد ارتضى الدارس قبول السؤال الذى يحقق نسبة (٧٠%) فأكثر من مجموع موافقة السادة الخبراء (المحكمين) وعلي هذا الأساس فإن نتائج الجدول (٧) تشير إلي أنه تم قبول الأسئلة قيد



الاختبار المعرفي والتي حققت نسبة تتراوح ما بين (٧٠% : ١٠٠%) من آراء السادة الخبراء وإستبعاد الأسئلة التي حققت نسبة إتفاق أقل من (٧٠%) من آراء السادة الخبراء.

الأطار العام لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح باستخدام خريطة V- shap :

حيث قام الباحث باستخدام وتنفيذ البرنامج التعليمي من خلال عدد من الوحدات التعليمية قيد البحث والموضحة بمرفق (١٣) بواقع وحدتين أسبوعيا وزمن الوحدة (٤٥) ق مرفق (٢٠) حيث أحتوى البرنامج التعليمي على (١٢) وحدة تعليمية وأستغرق تنفيذها ٦ أسابيع البرنامج التطبيقي للتجربة الاساسية:
بالنسبة للمجموعة الضابطة:

تم التدريس لها من خلال الأسلوب التقليدي المتبع (الشرح اللفظي، أداء نموذج).
بالنسبة للمجموعة التجريبية:

حيث تم التدريس لها من خلال استراتيجية ال " V- shap "، وذلك من خلال مجموعة من الوحدات التعليمية المعدة وفق استراتيجية " V- shap ".
وبذلك يتضح أسلوب التعلم لكلا المجموعتين، التجريبية والضابطة.
بالنسبة لأسلوب التقويم فقد اعتمد الباحث على الاتي:

- الاختبار المعرفي قيد البحث.

- الأختبارات المهارية قيد البحث.

الهدف العام للبرنامج التعليمي باستخدام التعلم المقلوب عبر بيئة التعلم النقال:

يتحدد الهدف العام للبرنامج فى تنمية المعارف والمعلومات الخاصة بالمهارات قيد البحث وذلك من خلال بيئة التعلم النقال التى تم إعدادها من خلال أحد التطبيقات للهواتف الذكية وهو تطبيق واتس أب Whatsapp وكذلك اكساب التلاميذ بعض النواحي القانونية، والتاريخية للمهارات قيد البحث، وكذلك تكوين انطباعات واتجاهات ايجابية نحو استخدام استراتيجية التعلم المقلوب عبر بيئة التعلم النقال فى تعلم المهارات قيد البحث.

أغراض البرنامج التعليمي المقترح: وتتمثل فى الأغراض التالية.

الأغراض المعرفية: وتشمل

- أن يعرف التلميذ التطور التاريخي لمهارات كرة اليد قيد البحث.



- أن يعرف التلاميذ النواحي القانونية للعبة كرة اليد ومهاراتها قيد البحث.
 - أن يتعرف التلاميذ على الأداء الفني والخطوات التعليمية والأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- الاعراض المهارية: وتشمل
- أن يتعلم التلاميذ التكنيك الأمثل لمهارات كرة اليد قيد البحث.
 - أن يقوم بأداء كل ما يتعلق بالمهارات الرياضية، طبقاً لما شاهدوها من خلال استراتيجية. -V
- shap
- الاعراض الانفعالية: وتشمل
- اكتساب الاتجاه الموجب نحو استراتيجية shap - V.
 - التفاعل المستمر بين المتعلم والمادة التعليمية.
 - أسس البرنامج: وتتمثل في الآتي
 - مراعاة خصائص المرحلة السنية.
 - مراعاة الفروق الفردية.
 - التشويق والأثارة.
- الدراسات الأستطلاعية:
- الدراسة الأستطلاعية الأولى:
- وفيها قام الباحث بتطبيق الأختبار المعرفي قيد البحث على عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ قوامها (١٠) تلاميذ، حيث هدفت هذه الدراسة الى:
- التعرف على فهم واستيعاب العينة الأستطلاعية من الهدف الذي يرمى اليه محاور الاختبار المعرفي قيد البحث.
 - التعرف على مدى فهم واستيعاب العينة الاستطلاعية لأسئلة كل محور.
 - التعرف على ما إذا كان هناك صعوبات في بعض الأسئلة التي قد تكون غير واضحة الصياغة لهم، والعمل على اعادة صياغتها مرة أخرى.
 - التعرف على أى تساؤلات تتعلق بالهدف من إجراء الدراسة.



ولقد أثمرت هذه الدراسة الأستطلاعية عن الأتفاق الكامل لمحاور وطريقة صياغة أسئلة الاختبار المعرفي وبذلك يكون قد تأكد الباحث من الصلاحية المؤقتة للاختبار المعرفي قيد البحث للتطبيق.

الدراسة الإستطلاعية الثانية:

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الصلاحية العلمية للاختبار المعرفي قيد البحث، وذلك من خلال التأكد من المعاملات التالية:

ولقد قام الباحث بتطبيق الاختبار المعرفي على عينة الدراسة الأستطلاعية والتي بلغ قوامها (١٠) تلاميذ وذلك لإيجاد معامل (السهولة والصعوبة) لأسئلة الاختبار المعرفي والجدول (٧) يوضح ذلك.

ولقد أستخدم الباحث المعادلة التالية لحساب معامل السهولة والصعوبة.

$$\text{معامل السهولة} = \frac{\text{عدد الإجابات الصحيحة للسؤال (العبارة)}}{\text{عدد الإجابات الصحيحة} + \text{عدد الإجابات الخاطئة}}$$
$$= \frac{\text{ص}}{\text{ص} + \text{خ}}$$

حيث ص = الإجابات الصحيحة، خ = الإجابات الخاطئة

والعلاقة بين السهولة والصعوبة علاقة عكسية مباشرة، بمعنى أن مجموعهم يساوي الواحد

الصحيح.

أي أن: معامل السهولة = ١ - معامل الصعوبة.

معامل الصعوبة = ١ - معامل السهولة

وبناء علي ما سبق تم أيضاً حساب معامل الصعوبة لأسئلة الاختبار المعرفي، ويوضح ذلك

جدول (٨).

معامل السهولة والصعوبة:

جدول (٨)

معامل السهولة والصعوبة لأسئلة الإختبار المعرفي

ن=١٠

معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم السؤال	معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم السؤال
٠,٣٠	٠,٧٠	١٣	٠,١٧	٠,٨٣	١
٠,١٤	٠,٨٦	١٤	٠,١٤	٠,٨٦	٢
٠,١٤	٠,٨٦	١٥	٠,٢٠	٠,٨٠	٣
٠,١٤	٠,٨٦	١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	٤
٠,٢٠	٠,٨٠	١٧	٠,١٧	٠,٨٣	٥
٠,٢٧	٠,٧٣	١٨	٠,١٤	٠,٨٦	٦
٠,٢٧	٠,٧٣	١٩	٠,٢٠	٠,٨٠	٧
٠,١٤	٠,٨٦	٢٠	٠,١٤	٠,٨٦	٨
٠,٢٠	٠,٨٠	٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٩
٠,١٤	٠,٨٦	٢٢	٠,٢٠	٠,٨٠	١٠
٠,٢٧	٠,٧٣	٢٣	٠,١٧	٠,٨٣	١١
٠,١٤	٠,٨٦	٢٤	٠,٢٧	٠,٧٣	١٢

معامل التمييز للإختبار المعرفي:

لحساب معامل التمييز لأسئلة الإختبار المعرفي استخدم الباحث معادلة التباين والتي تنص علي معامل السهولة × معامل الصعوبة = التباين.
ويوضح ذلك جدول (٩) معامل التمييز للإختبار المعرفي.

جدول (٩)

معامل التمييز لأسئلة الإختبار المعرفي

ن=١٠

معامل التمييز	رقم السؤال	معامل التمييز	رقم السؤال
٠,٢٤	١٣	٠,١٢	١
٠,١٢	١٤	٠,١٦	٢
٠,٢٠	١٥	٠,٢٤	٣
٠,١٢	١٦	٠,٢٠	٤
٠,١٩	١٧	٠,١٦	٥
٠,١٦	١٨	٠,١٢	٦
٠,١٢	١٩	٠,٢٠	٧
٠,١٦	٢٠	٠,٢١	٨
٠,١٦	٢١	٠,١٢	٩
٠,١٢	٢٢	٠,٢٠	١٠
٠,٢٠	٢٣	٠,٢١	١١
٠,٢١	٢٤	٠,١٦	١٢

ويتضح من الجداول رقم (٨) ، أن أسئلة الاختبار المعرفي ذات قوة تمييز مناسبة وهي تتراوح ما بين (٠,٢١ : ٠,٢٤) وعليه فإنه يمكن استخدام أسئلة الاختبار المعرفي كأداة لتقويم التحصيل المعرفي ومرفق (٧) يوضح الاختبار المعرفي فى الصورة النهائية.

حساب المعاملات العلمية للإختبار:

صدق الاختبار:

قام الباحث باستخدام طريقتين لحساب صدق محاور وأسئلة الأختبار المعرفي قيد البحث، وذلك للتأكد من الصلاحية العلمية لاستخدام الاختبار المعرفي حيث تم ذلك على النحو التالى.

صدق المحتوى (المضمون):



قام الباحث باستخدام صدق المحتوى (المحكمين)؛ حيث تم عرض الاختبار المعرفي قيد البحث في صورته الاولى على مجموعة من الخبراء (المحكمين) والبالغ عددهم (١٠) والسابق الاشارة اليهم والموضحة أسمائهم بالمرفق (١)، وقد أشار بعضهم الى بعض الملاحظات المرتبطة ببعض الاسئلة من حيث (الحذف، التعديل، الصياغة) وقد قام الباحث بتنفيذ كل هذه المقترحات، وتم عرض الأختبار المعرفي قيد البحث مرة اخرى عليهم، وقد وافق جميع الخبراء على جميع المحاور وكذلك الاسئلة المرتبطة بكل محور من حيث الصياغة وعدد الأسئلة، وبذلك الأمر يكون الباحث قد أطمئن الى صدق الأختبار المعرفي قيد البحث.

صدق التمايز:

تم حساب صدق التمايز بين مجموعتين أحدهما مميزة والاخرى غير مميزة ولهما نفس خصائص مجموعة البحث الاساسية وخارج أفراد عينة الدراسة الاساسية والبالغ عددهم (١٠) تلاميذ، كما هو موضح بالجدول رقم (٤) والسابق الاشارة إليه، حيث تبين من جدول (٤) وجود فروق دالة معنوية بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في نتائج الاختبار المعرفي، مما يدل على صدق الاختبار المستخدم.

ثبات الإختبار:

لحساب ثبات الاختبار تم تطبيق الاختبار المعرفي تم تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه test - re test بفارق زمني (٥) أيام على العينة الاستطلاعية والبالغ قوامها (١٠) تلاميذ، والجدول (٥) والسابق الاشارة إليه يوضح معامل الارتباط بين القياسين. تحديد زمن الاختبار المعرفي قيد الدراسة:

جدول (١٠)

تحديد زمن الإجابة علي الاختبار المعرفي ن=١٠

متوسط الزمن التجريبي (الزمن المناسب)	المجموع	الزمن التجريبي	
		زمن إجابة أول تلميذ	زمن إجابة آخر تلميذ
(٤٠) دقيقة	(٨٠) دقيقة	(٤٥) دقيقة	(٣٥) دقيقة

يوضح الجدول (١٠) مجموع الزمن التجريبي لإجابة أول طالب وآخر طالب كما يوضح أيضاً الزمن المناسب للإختبار المعرفي في شكله النهائي (٤٠) دقيقة.



إعداد مفتاح التصحيح:

قام الباحث بوضع مفتاح التصحيح لأسئلة الاختبار المعرفي وذلك لتسهيل عملية التصحيح. كما قام الباحث بوضع دليل لمفتاح التصحيح مع مراعاة تخصيص درجة واحدة لكل مفردة في حالة الإجابة الصحيحة عليها بإجمالي (٢٠) درجة للاختبار تمثل ١٠٠%.

القياس القبلي:

تم تنفيذ القياس القبلي على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات المعرفية والمهارية قيد البحث وذلك في الفترة من ٩ / ١٠ / ٢٠١٩ م إلى ١٠ / ١٠ / ٢٠١٩ م وذلك عن طريق تطبيق الاختبار المعرفي قيد البحث وكذلك الأختبارات المهارية قيد البحث.

التجربة الأساسية:

تم إجراء تجربة البحث الأساسية في الفترة من ١٣ / ١٠ / ٢٠١٩ م وحتى ٢٦ / ١١ / ٢٠١٩ ولمدة (٦) أسابيع بواقع (حصة دراسية) أسبوعياً لكل مجموعة وزمن الحصة (٤٥) دقيقة

القياس البعدي:

قام الباحث بعد أنتهاء المدة المحددة للتطبيق، قام بأجراء القياس البعدي لمجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) في الاختبار المعرفي وكذلك الأختبارات المهارية، وذلك في الفترة من ٢٧ / ١١ / ٢٠١٩ م إلى ٢٨ / ١١ / ٢٠١٩ م وتسجيل القياسات البعدية وبذلك يكون الباحث قد اختار التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياس القبلي وقياس البعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك بعد مراعاة الباحث لضبط المتغيرات التي قد تؤدي إلى التأثير في نتائج البحث.

المعالجة الإحصائية:

تم استخدام المعالجات الإحصائية التي تتناسب مع طبيعة البحث لمحاولة تحقيق الفروض والأهداف، وهي:

- المتوسط.
- الوسيط.
- الإنحراف المعياري.

- النسبة المئوية.

- معامل الارتباط.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة المتغيرات
المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث

جدول (١١)

مقارنة القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة

في المتغيرات المهارية قيد الدراسة

ن = ٢٥

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		الأنشطة الرياضية وبعض مهاراتها
		ع±	س	ع±	س	
٤,٦٧	٠,٦١	٠,٥١٣	٤,٠٩	٠,٠١٧	٤,٧١	تنطيط الكرة في خط مستقيم
٤,١٤	١,١٣٣	٠,٧٤٣	٤,٥٣	٠,٧٣٦	٣,٤٠	التصويب من الثبات
٧,٥٤	٢,٢٦	٠,٦١٧	١٢,٦٦	١,٠٥٥	١٠,٤٠	التمرير والأستلام
١٧,٤٨	٤,١٣	٠,٩٦١	١١,٢٦	٠,٧٤٣	٧,١٣	الأختبار المعرفي

* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٢٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين كلا من درجات القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة الدراسة الضابطة في جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يعني تحسن القياس البعدي عن القبلي في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي.

عرض دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في
المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث:



جدول (١٢)

مقارنة القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية
في المتغيرات المهارية قيد الدراسة

ن = ٢٥

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		الأنشطة الرياضية وبعض مهاراتها
		ع±	س	ع±	س	
٢٧,٥١	٠,٧٢٧	٠,١٠١	٣,٩٧	٠,٠١٤	٤,٧٠	تنطيط الكرة في خط مستقيم
٨,٤٠٤	١,٧٣٣	٠,٦١٧	٥,٣٣	٠,٦٣٢	٣,٦٠	التصويب من الثبات
١٥,٨٧٦	٤,٨٦	٠,٧٣٦	١٥,٤٠	٠,٨٣٣	١٠,٥٣	التمرير والأستلام
٢٧,٦٤٠	٦,٥٣٣	٠,٧٩٨	١٣,٩٣	٠,٥٠٧	٧,٤٠	التحصيل المعرفي

* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٢٨

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين كلا من درجات القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة الدراسة التجريبية في جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يعنى تحسن القياس البعدي عن القبلي في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي.

عرض دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث.

جدول (١٣)

مقارنة القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

في المتغيرات المهارية قيد الدراسة

ن=٢=٢٥

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغير المهارى والمعرفي
		ع±	س	ع±	س	
٩,٤٠	٠,١٢٤	١,٠١	٣,٩٧	٠,٥١٣	٤,٠٩	تنطيط الكرة في خط مستقيم
١٤,٦٦	١,٧٣	٠,٦١٧	٥,٣٣	٠,٦٣٢	٣,٦٠	التصويب من الثبات
١١,٠١٤	٢,٧٣	٠,٧٣٦	١٥,٤٠	٠,٦١٧	١٢,٦٦	التمرير والأستلام
٨,٢٦	٢,٦٦	٠,٧٩٨	١٣,٩٣	٠,٩١٦	١١,٢٦	التحصيل المعرفي

دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٢٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٩١٩

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات القياس البعدى للمجموعتين (التجريبية، والضابطة) فى جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي ولصالح المجموعة التجريبية، حيث أن قيم "ت" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يعنى تحسن المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة فى جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي.

مناقشة النتائج:

فى ضوء أهداف البحث واختباراً لفروض البحث وفى ضوء حدود العينة والقياسات المستخدمة ومن واقع البيانات وبناء على المعالجات الاحصائية وعرض النتائج يتضح مايلى:
مناقشة دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي.

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة احصائياً بين كلا من القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدى حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة ولتى بلغت (٨,٤٠٤ : ٢٧,٦٤) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٠,٣٦١) عند مستو معنوية (٠,٠٥) فى جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث قيد البحث.

ويعزو الباحث ذلك الى ان استراتيجية V-shap تعتبر بمثابة بيئة تعليمية جديدة على تلاميذ المرحلة الإعدادية وذلك لما تضيفه من دافعية وإشباع فضول التلاميذ وحب الأستطلاع لديهم من خلال تشجيعهم على طرح الأسئلة والأجابة على السؤال الرئيسى وتأكيد دور الاكتشاف فى التعلم وبالتالي الانتقال نحو التعلم الذاتى بصورة شيقة وجاذبة، فهى تعمل على الربط بين الجانب العملى والجانب النظرى للمعرفة، كما تساعد استراتيجية V-shap على فهم طبيعة المادة الدراسية فهى تتعرف على كيفية التوصل للمعرفة، حيث أن محصلة الخبرات التعليمية التى مرو بها تلاميذ العينة من خلال استراتيجية V-shap أثناء التعلم، جعلت عملية تطبيق التعلم عملية بسيطة وسهلة ومنظمة، وكذلك فهم وأستيعاب وتطبيق المعلومات المتصلة بالمهارات، حيث تتفق تلك النتائج مع دراسة كلا من " أسماء محمد كساب " (٢٠١٨م)، " جمال حسن خليل "

(٢٠٠٧م)، " فاطمة فليفل" (٢٠٠٧م)، " سميرة عبدالرؤف" (٢٠١٤م) والتي أشارت نتائج أبحاثهم إلى فاعلية الشكل " ٧ " فى تحسن مستوى الاداء وتنمية التحصيل المعرفي.

وبناء على ما ذكر فقد أنحصرت نسبة التحسن فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث وذلك بين القياس القبلى والقياس البعدى، أنحصرت بين (١٥,٥٣ : ٨٨,٢٤).

مناقشة دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث:

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين كلا من درجات القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدى حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت (٤,٠٤٧ : ٧,٧٠٤) أكبر من قيمة(ت) الجدولية (٢,١٩) عند مستوى معنوية (٠,٠٥) فى جميع المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث، وهذا يشير الى ان الاسلوب التقليدى " المتبع " باستخدام الشرح اللفظى وأداء نموذج والممارسة والتكرار من جهة المتعلم، وتصحيح الاخطاء من جانب المعلم، لذلك يعزو الباحث ذلك التحسن إلى تعود التلاميذ على الطريقة التقليدية المتبعة فى تعلم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية من حيث الشرح اللفظى وأداء نموذج وتكرار الاداء، كل ذلك كان لة أثر إيجابى فى وجود تحسن للمجموعة الضابطة فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي، قيد البحث فى الجوانب القانونية والتاريخية كل هذا سوف يتيح للمتعلم فرصة التعلم مما يؤثر تأثير إيجابى فى كفاءة الاداء والتعلم، ويتفق ذلك مع ما أشار اليه دراسة كلا من " ليلى رفعت، هند فاروق (٢٠٠٧م)، أسماء كساب (٢٠١٨م)، أمانى عدلى (٢٠٠٧م) الى أن درجة اداء المتعلم تتوقف على مقدرة المعلم على الشرح الجيد الدقيق للمهارات الحركية للأنشطة الرياضية وأداء نموذج جيد لتلك المهارات.

وبناء على ما ذكر فقد أنحصرت نسبة التحسن فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث وذلك بين القياس القبلى والقياس البعدى، أنحصرت بين (١٣,١٦ : ٥٧,٩).

مناقشة دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيه والضابطة في المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث:

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائيا بين درجات القياس البعدى لمجموعتى الدراسة (التجريبية - الضابطة) فى المتغيرات المهارية والمتغير المعرفي قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت تتراوح قيمتها بين (٨,٦٦): (١٤,٦٦) والتي قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يعنى تحسن المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة فى جميع الاختبارات المهارية والمتغير المعرفي، مما يدل على ان البرنامج التعليمى المقترح والمطبق على المجموعة التجريبية من خلال V - shap قد ساهمت فى تحسين الاداء بشكل ايجابي وواضح، وذلك عن الاسلوب التقليدى باستخدام الشرح اللفظى وأداء نموذج والمطبق على المجموعة الضابطة وذلك لما يحتوية من خبرات تعليمية متنوعة مرو بها فى بيئة التعلم، كذلك زيادة كمية المعارف والمعلومات التى تم تحصيلها نتيجة تسلسلها بطريقة شيقة، الأمر الذى أدى إلى إستيعاب المفاهيم، حيث تتفق هذه النتائج مع دراسة " أسماء كساب " (٢٠١٨م)، دراسة " فاطمة فيفل " (٢٠٠٧م)، بأن التلاميذ الذين أستخدمو استراتيجية الشكل " V " تفوق وفى مستوى التحصيل المعرفي وكذلك تسحن مستوى الاداء لديهم فى المهارات الحركية للأنشطة الرياضية.

وبذلك يتحقق الفرض الثالث للبحث القائل " توجد فروق دالة احصائيا بين القياس البعدى للمجموعتين؛ المجموعة التجريبية؛ والمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية. والمتغير المعرفي.

- الاستخلاصات والتوصيات:

- الاستخلاصات:

فى ضوء أهداف البحث وفروضة وفى حدود عينة البحث وخصائصها ومن خلال المنهج المستخدم وأسلوب التحليل الاحصائى المتبع ومناقشة نتائج البحث وتفسيرها، استخلص الباحث ما يلى:

١- استراتيجية v- shap لها تأثير ايجابي على مستوى التحصيل الدراسى لإفراد المجموعة التجريبية.

٢- أسلوب التعلم التقليدى كان لة تأثير ايجابي أيضا فى مستوى التحصيل الدراسى للمجموعة الضابطة ولكن بنسبة أقل من أسلوب تعلم المجموعة التجريبية.

٣- الاختبار المعرفي قيد البحث لدرجة عالية من الصدق والثبات ويصلح لقياس مستوى التحصيل المعرفي.

٤- تقدم المجموعة التجريبية والتي طبق عليها استراتيجية shap -v، على المجموعة الضابطة المتبعة للأسلوب التقليدي، وذلك في مستوى التحصيل المعرفي.

- التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة يوصى الباحث بالآتي:

١- الأهتمام باستخدام استراتيجية shap -v في تدريس مواد الأقسام الأخرى لما لها من أثر إيجابي في تنمية مهارات المتعلمين.

٢- عقد دورات وتدريبات مختلفة للمعلمين وذلك للتدريب على توظيف تلك الاستراتيجيات الحديثة في العملية التعليمية.

٣- إجراء دراسات ميدانية في الجوانب التي لم تتطرق لها الدراسة الحالية، وفي تدريس باقى المواد الأخرى.

٤- الأهتمام باستخدام استراتيجيات النظرية البنائية في العملية التدريسية وذلك عن طريق دراسات وبحوث.

٥- إدراج استراتيجية v-shap ضمن المقررات الدراسية في التربية الرياضية.

٦- أخذ استراتيجية v-shap بعين الأعتبار عند تصميم المناهج التعليمية والتخطيط لها.

- المراجع العربية والأجنبية:

١- أبو النجا عز الدين (٢٠٠٧م): طرق التدريس والتربية العملية، مكتب الكتب العربية.

٢- أحمد النجدي، منى عبدالهادى، على راشد (٢٠٠٣م): طرق وأساليب وأستراتيجيات حديثة في تدريس العلوم، ط١، دار الفكر العربى، القاهرة.

٣- أسماء محمد كساب (٢٠١٨م): فاعلية استخدام استراتيجية الشكل " v " على جوانب تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية.

٤- السيد محمد شعلان، فاطمة سامي ناجي (٢٠١١م): التربية الرياضية والمعسكرات للأطفال، ط١، دار الكتاب الحديث.



- ٥- أماني عبد المنعم عدلى (٢٠٠٨م): استخدام خريطة الشكل (٧) على نواتج التعلم لبعض المهارات الأساسية للمرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان، القاهرة.
- ٦- جمال حسن خليل (٢٠٠٧م): تأثير استخدام خريطة الشكل (٧) على تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، جمهورية مصر العربية.
- ٧- حسن حسين زيتون، كمال عبد الحميد (٢٠٠٣م): التعليم والتدريس من منظور البنائية، عالم الكتاب، القاهرة.
- ٨- حسن حسين زيتون، كمال عبد الحميد (٢٠٠٤م): التعليم والتدريس المصغر من منظور النظرية البنائية، عالم الكتاب.
- ٩- رافدة الحريرى (٢٠١١م): الجودة الشاملة فى المناهج وطرق التدريس، دار المسيرة، عمان
- ١٠- زكية إبراهيم كامل، نوال إبراهيم شلتوت (٢٠٠٧): أصول التربية ونظم التعليم، ط١، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- ١١- زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م): طرق تدريس التربية الرياضية، الأسس النظرية والتطبيقات العلمية، ط١، دار الفكر العربي.
- ١٢- سعد جلال محمد (١٩٩٩م): التوجيه الفنى والتربوى والمهنى مع مقدمة عن التربية للأستثمار، ط٢، دار الفكر العربى.
- ١٣- سميرة عبدالرؤف (٢٠١٤م): أثر استخدام استراتيجية $v - shape$ على التحصيل العلمى لدى طلبة الصف الخامس الأساسى ذوى أنماط التعلم المختلفة.
- ١٤- صلاح الدين علام (٢٠٠٠م): القياس والتقويم التربوى والنفسى، أساسيات وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، دار الفكر العربى القاهرة.
- ١٥- طلال الزغبى (٢٠٠٤م): استخدام خرائط vee لتدريس الفيزياء العملية لطلاب السنة الأولى فى الجامعة فى تنمية مهارات التفكير العلمى والتحصيل وتغيير اتجاههم العلمى، مجلة دراسات العلوم التربوية، العدد ٢.
- ١٦- عبدالله خطابية (٢٠٠٨م): تعليم العلوم للجميع، ط٢، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان.



- ١٧- **عبدالله خميس سعیدی، محمد بن علی البلوشي (٢٠٠٦م):** قياس فاعلية خريطة الشكل (٧) في تدريس العلوم على تحصيل طلبة الصف التاسع من التعليم العام واتجاهاتهم نحوها، مجلة التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، العدد ٢٢.
- ١٨- **عبد الغنى الصيفي (٢٠٠٧م):** فاعلية استراتيجية $v - shape$ لتدريس الفيزياء فى تصحيح المفاهيم العلمية البديلة والاحتفاظ بالتعلم لدى طلبة المرحلة المتوسطة ذوى أنماط التعلم المختلفة، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان، الأردن.
- ١٩- **عبدالله عبدالحليم (٢٠٠٩م):** تأثير برنامج للتعلم الذاتى على أداء المهارات التدريسية للطلاب المعلم فى التربية العملية، رسالة دكتوراة ن كلية التربية الرياضية، جامعة السادات.
- ٢٠- **عصام الدين متولى (٢٠٠٨م):** مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،
- ٢١- **عصام الدين متولى (٢٠١١م):** طرق تدريس التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- ٢٢- **عليما محمد، صبحى أبو جلاله، كمال زيتون (٢٠٠١م):** أساليب تدريس العلوم لمرحلة التعليم الأساسى، ط١، مكتبة الفلاح للنشر، الكويت.
- ٢٣- **فاطمة محمد فليفل (٢٠٠٧م):** فاعلية استخدام استراتيجية الشكل "V" فى التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهارى لبعض مهارات كرة السلة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسى، مجلة علوم الرياضة، المجلد العشرون، الجزء الأول من عدد مارس.
- ٢٤- **فؤاد سليمان قلادة (٢٠١٠م):** طرائق تدريس العلوم وحفز الدماغ البشرى على إنماء التفكير، مكتبة بستان المعرفة، الإسكندرية.
- ٢٥- **فؤاد سليمان قلادة (٢٠٠٤م):** الأساسيات فى التدريس، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- ٢٦- **فريد أبو زينة (٢٠٠٣م):** الرياضيات المدرسية وتدريسها، ط٢، مكتبة الفلاح، بيروت.
- ٢٧- **ليلى رفعت، هند فاروق (٢٠٠٧م):** تأثير استخدام خرائط الشكل (٧) على بعض الحصائل فى الكرة الطائرة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، القاهرة، المجلد الثامن عشر، يوليو.
- ٢٨- **ماهر إسماعيل صبرى، محمد محمود (٢٠١١م):** التقويم التربوى، أسسه، إجراءاته، مكتب الرشد الرياض.



٢٩- محمد سعد زغلول وآخرون (٢٠٠١م): تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٣٠- محمد حسن علاوى، كمال درويش، عماد الدين عباس (٢٠٠٣م): لإعداد النفسى فى كرة اليد نظريات وتبقيات، مركز اتاب لنشر، القاهرة.

٣١- مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول (٢٠٠٠م): التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر.

٣٢- منذر بشارة عواد (٢٠١٦م): فاعلية تدريس العلوم باستخدام خريطة الشكل " ٧ " ونموذج بوسنر فى تعديل المفاهيم الخطأ والتحصيل لدى طلبة الصف الثامن الأساسى، مجلد العلوم التربوية، المجلد ٤٣، العدد ٢، ٢٠١٦م.

٣٣- منير جرجس إبراهيم (١٩٩٥م): كرة اليد للجميع، ط٤، دار الفكر العربى، القاهرة.

٣٤- ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧م): المدخل إلي طرائق تدريس التربية الرياضية ن ط١، ما هي للنشر والتوزيع وخدمات الكمبيوتر.

٣٥- نوافك جوزيف (١٩٩٥م): تعلم كيف تتعلم، ترجمة أحمد عصام، عبدالله الصفدى، إبراهيم الشافعى، جامعة الملك سعود.

٣٦- **Judit.,E(١٩٩٥):** teaching physicians education for learning Calagary university , Canada, vol., ٢٢, No. ٣, p, ١٣٠-١٣٧.

٣٧- **Wiksten Patterson-ed,(١٩٩٨):** the effective eness of an inter active cpmputers programme versus. Traditional lecture in athletic trainingjournal of athletic training sport express july.



مستخلص البحث

تأثير تدريبات S.A.Q على بعض القدرات التوافقية

لبراعم كرة القدم

د. مصطفى عبدالله المقصود على

يهدف البحث إلي: تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام تدريبات S.A.Q لبراعم كرة القدم. منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة وإستخدام القياس (القبلي - البعدي).

عينة البحث : قام الباحث بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، من براعم كرة القدم تحت (١٢) سنة أكاديمية جراندر لكرة القدم ، والبالغ عددهم (٢٠) .

مدة البرنامج : (١٢ أسبوع)، عدد وحدات التدريب الأسبوعية (٣ وحدات).

القياسات القبليّة : قام الباحث بإجراء القياس القبلي على عينة البحث يوم ٣ / ١٠ / ٢٠١٩ م . تنفيذ التجربة الأساسية : تم تنفيذ البرنامج التدريبي بإستخدام تدريبات S.A.Q لبراعم كرة القدم لمدة ١٢ أسبوع بواقع ٣ وحدات أسبوعيا ومدته الوحدة (٩٠) دقيقة ، خلال الفترة من السبت ٥ / ١٠ / ٢٠١٩ إلى الاربعاء ٢٥ / ١٢ / ٢٠١٩ م وذلك بالملعب الفرعي بإستاد بنها.

القياسات البعديّة : تم إجراء القياس البعدي على عينة البحث الأساسية في الفترة ، ٢٨ / ١٢ / ٢٠١٩ م ولمدة يوم

الإستنتاجات:

ظهرت نتائج البرنامج التجريبي المطبق على أفراد عينة البحث اثر ايجابيا على تنمية بعض القدرات التوافقية المهارية.

وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات القياس (القبلي - البعدي) للمجموعة قيد البحث في بعض القدرات التوافقية المهارية للمجموعة قيد البحث ولصالح القياس البعدي .



The effect of S.A.Q drills on some Coordination abilities of soccer buds

Mostafa Abdallah Abd Elmaksoub ALI

Goal of the research:

Design a proposed training program using S.A.Q drills of soccer buds.

Method of the research: The researcher used the experimental approach to suit his research nature using one group.

sample of the research: The same researcher chose the research in deliberate way form the soccer buds under ١١ years old at the Grand Academy and they numbered ٢٠ buds

Program time: ١٢ weeks the number of weekly training units is ٣ units.

Tribal measurements:

The researcher performed the pre- measurements on the main sample of the study from ٣/١٠/٢٠١٩.

Implementation of the basic experiment: The training using S.A.Q drills program was implemented for ١٢ weeks at ٣ units per week during the period from ٥/١٠/٢٠١٩-٢٥/١٢/٢٠١٩.

Dimension measurements: The researcher performed the dis- measurements on the main sample of the study from ٢٨/١٢/٢٠١٩ .

Conclusions:

The results of the experimental program applied to singling out the research sample showed a positive effect on some Coordination abilities.

There are statistically significant differences between the pre- dimensional measurement averages in the leve of some Coordination abilities of the group under study and in favor of the dimensional measurements.



تأثير تدريبات S.A.Q على بعض القدرات التوافقية

لبراعم كرة القدم

د. مصطفى عبدالله المقصود

مشكلة البحث

إن علم التدريب الرياضي هو العلم الذي ينصهر بداخلة كل العلوم النظرية والتطبيقية وذلك لأن التدريب عملية معقدة ومتشابكة وليست سهلة ، فهو يعتمد على المدرب واللاعب والبرنامج وكافة العلوم الأخرى باعتبارهم أدوات لتحقيق الهدف ، ألا وهو الوصول بالبرعم لأفضل مستوى ممكن ، وذلك من خلال التخطيط الجيد لعملية التدريب ، ويتطلب هذا التخطيط الجيد إعداد برامج مقننه مبنية على أسس علمية تراعى مبادئ علم التدريب وشكل وطبيعة النشاط الممارس . وتعد لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب الجماعية الواسعة الإنتشار لكونها تتميز بالحماس والإثارة والتشويق لدى ممارسيها ومحبيها فى كل مكان فى العالم ، ولقد تطورت اللعبة بشكل كبير عما كانت عليه سابقاً وفرض هذا التطور على البراعم واجبات بدنية ومهارية وخططية كثيرة ، كما أن تقارب هذه المستويات البدنية والمهارية والخططية للبراعم قد أدى إلى صعوبة أداء بعض المهارات والواجبات أثناء المباراة ، مما دفع المدربين والباحثين والدارسين والمتخصصين والمهتمين بشئون اللعبة إلى الإهتمام بالبحوث والدراسات النظرية والتجريبية التى تساعد على تطوير مستوى اللعبة ، وكذلك البحث عن أساليب متنوعة ومتغيرة فى التدريب تساعد على تحسين مستوى الأداء والإرتقاء به للوصول لأعلى مستوى بدنى وفنى ممكن يسهم فى تحقيق نتائج جيدة . ويرى حسن أبو عبده (٢٠١٤ م) أن معظم نظريات التدريب الرياضي تهدف إلي إعداد الصفات البدنية إعدادا يتناسب مع الأهداف الخاصة بالأداء المهاري المطلوب انجازه ، وتحتل كرة القدم كأحد أنواع الأنشطة الرياضية مكانة لائقة واهتمام كبير من معظم الدول المتقدمة وغير المتقدمة نظرا لأهميتها الكبرى لفئات المجتمع المختلفة ، حيث إنها تهدف إلي بناء وتشكيل الجسم ورفع مستوي اللياقة البدنية وذلك بتنمية وتطوير الصفات البدنية الخاصة. (١٤:٥)

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها- مصر

ويشير كوين **Queen** (٢٠٠٥م) أن البرامج التدريبية للبراعم يجب أن تراعى خصائص المرحلة السنية وذلك من خلال التركيز على النواحي البدنية والمهارية والتوافقية والنفسية للمرحلة العمرية والعمل على تطويرها لتحقيق التنمية الشاملة والمتزنة للبراعم ، وبذلك يمكن وصولهم لمستويات أعلى ، بشرط قيام كلاً من المدرب واللاعب بدوره في العملية التدريبية. (٢١:١٨)

ويذكر شراينر **Schreiner** (٢٠٠٥م) أنه هناك نقاط هامة عند تدريب القدرات التوافقية هي التنوع والدقة وتصحيح الخطأ والتركيز على الأداء والدافع للبراعم ومدى مناسبة التدريبات المعطاة للمرحلة السنية ، وكذلك التركيز خلال الوحدات على التحكم في الأداء وكذلك الإيقاع الجيد والإتزان الحركي في المواقف المختلفة وكذلك الأداء الجيد في المهارات الصعبة. (٢:١٥)

ويشير فيلمورجان وبالانيسامي **Velmurugan & Palanisamy** (٢٠١١م) إلى أن تدريبات ال S.A.Q تعتبر من الاشكال التدريبية الحديثة في المجال الرياضي وان الدراسات التي تناولت تأثيراتها البدنية والفسولوجية على اللاعبين الناشئين والكبار اختلفت في نتائجها وذلك إلى اختلاف طريقة تناولها في المجال الرياضي. (٤٣٢:١٧)

بدأ استخدام تدريبات ال S.A.Q كبرنامج اضافي (تكميلي) بجانب التدريبات على المقاومات العضلية المتنوعة سواء في صالات الجيم او خارجها للاستفادة من درجة التطور الحاصلة في مستوى القوة العضلية باستخدام هذه المقاومات ومن ثم نقلها الى الأداء التطبيقي الميداني، إذ يتمكن المدربين من استعمال هذه التدريبات لمساعدتهم في التدريب بظروف مشابهة لظروف ومواقف النشاط التخصصي والتي لا تتوفر في ظروف التدريب التقليدي، وتتميز تدريبات ال S.A.Q بتعدد استعمالاتها ضمن الوحدة التدريبية فقد تكون جزءاً من الاحماء البدني لتميزها بالديناميكية والمرونة او كجزء من القسم الرئيسي لبرنامج التدريب أو كبرنامج مستقل أو منفرد، اي التدريب على كل عنصر او استخدامها بشكل متعدد داخل الوحدة التدريبية، لذلك نلاحظ ان هذه التدريبات صممت لتلائم متطلبات جميع الفئات والأعمار بغرض الوصول الى قمة الاداء، كما يمكن استخدامها مع الناشئين والشباب والبراعم بشكل يتناسب وقدراتهم وامكاناتهم، إذ ان هذه التدريبات تسهم في " تقليل الفجوة بين تدريبات المقاومة التقليدية والحركات النوعية الوظيفية لاعتمادها على دورة الاطالة والتقصير بشكل كبير وتسهم في اعطاء الفرصة للمدربين للتبوع

والابتكار في اعداد وتنفيذ التمرينات كما انها تمثل تدريبات وظيفية كونها تسهم في تحسين القدرة الحركية والكفاءة العصبية والعضلية". (٥:٩)

ومن خلال خبرات الباحث في مجال التدريب ومن خلال عملة في مجال تدريب البراعم والناشئين لعدة سنوات وجد أن هناك مشكلة في القدرات الخاصة الأتية (تحديد الوضع - الإيقاع الحركي - الإيقاع الحركي - التوجيه الحركي - الربط الحركي) من حيث الدقة والتناسق والثبات كلما إقترن الأداء بالسرعة ، و لما كان لسرعة الأداء تأثير واضح على مباحثة المنافس وإنجاح المهام المكلف بها و أن الجانب الخططي يعتمد بشكل كبير على سرعة الأداء أي أن عامل الوقت هو الأساس ، ولما كانت تدريبات ال S.A.Q تخرج في شكل متداخل بمعنى أن يشتمل التدريب الواحد علي أكثر من مكون من المكونات البدنية والتوافقية والأداءات المهارية مع إقتران الأداء بعمل الزمن الأمر الذي يمكن إعتبارة تدريبات وظيفية تشبه مع ما يحدث في المباراة وهو ما يؤكد كثير من خبراء كرة القدم GAME IS TRAINING GAME بمعنى أن يكون التدريب يشبه إلي حد كبير ما يحدث في المباراة و أن تتداخل جميع العناصر البدنية والتوافقية والمهارية في التدريبات ، وكلما كانت القدرات التوافقية أعلي عند البراعم كلما زاد الإقتران في الجانب البدني والمهاري له وكلما كان تعلم المهارات وإكتسابه للقدرات البدنية أفضل حيث أن مستويات البراعم تتقارب ويكون الفارق بينهم هو سرعة إكتساب المهارات والجانب البدني اللذان يعتمدان على القدرات التوافقية في المقام الاول، وهذا ما دعي الباحث إلي إستخدام تدريبات S.A.Q و معرفة تأثيرها على بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام تدريبات S.A.Q لبراعم كرة القدم ومن ثم ومعرفة تأثيره علي بعض القدرات التوافقية للعينة قيد البحث.

فروض البحث:

*توجد فروق إحصائياً داله معنوياً بين متوسطات القياسين (القبلي . البعدى) للمجموعة قيد البحث ولصالح القياس البعدى في مستوي بعض القدرات التوافقية للعينة قيد البحث.

مصطلحات البحث:

تدريبات S . A . Q



شكل تدريبي تكاملي يتم فيه التناوب بين تدريبات السرعة الانتقالية وتدريبات الرشاقة وتدريبات السرعة الحركية في نفس الوحدة التدريبيه (٢٣:٣).

القدرات التوافقية

هي عبارة عن تداخل كلا من القدرات البدنية والمهارية المختلفة والمرتبطة بنوعية النشاط الرياضي التخصصي ومتطلباته وتعكس مقدرة اللاعب علي الإنجاز والأداء بفاعلية للمهارة الحركية وبالسرعة المناسبة في التوقيت المناسب والمكان المحدد في جميع المراحل المختلفة للأداء الفني. (١٢:٢)

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة وبإستخدام القياس (القبلي - البعدي).

مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث من البراعم تحت ١٢ سنة بأكاديميات محافظة القليوبية وعددهم ٧ أكاديميات.

عينة البحث

قام الباحث بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، من براعم كرة القدم تحت (١٢) سنة بأكاديمية جراندي لكرة القدم ، والبالغ عددهم (٢٠) كعينة اساسية بالاضافه الي ١٠ براعم كعينة استطلاعية.

توقيت التطبيق : تمت عملية التطبيق للبرنامج التدريبي في الفترة من ٢٠١٩/١٠/٥ إلى ٢٥/١٢/٢٠١٩ م ، ولمده ١٢ أسبوع .

مكان التطبيق : تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على الملعب الفرعي بإستاد بنها الرياضي ، ثم تم تطبيق القياسات القبليه والبرنامج التدريبي والقياسات البعديه علي الملعب الفرعي بإستاد بنها الرياضي في الفترة من ٢٠١٩/١٠/٣ إلى ٢٠١٩/١٢/٢٨ م ، ولمده ١٢ أسبوع .

جدول (١)

توصيف مجموعتي البحث (التجريبية والإستطلاعية)

م	التصنيف	العدد	النسبة المئوية
١	المجموعة التجريبية	٢٠	%٦٦,٦٧
٢	المجموعة الإستطلاعية	١٠	%٣٣,٣٣
	الإجمالي	٣٠	%١٠٠

- اعتدالية عينة البحث

جدول (٢)

اعتدالية عينة البحث في خصائص النمو

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع±	الوسيط	الالتواء
العمر	سنة	١١,٦٥	٢,٤٤	١١,٥٢	٠,١٦
الطول	سم	١٤٦,١١	١,٧٦	١٤٦	٠,١٩
الوزن	كجم	٣٥,٢٧	١,٠٩	٣٥,٥٠	٠,٦٣-

يوضح جدول (٢) أن معامل الالتواء لمتغيرات النمو للبراعم تحت ١٢ سنة تنحصر بين $3 \pm$ مما يشير إلى اعتدالية المجموعة قيد البحث في المتغيرات

جدول (٣)

اعتدالية عينة البحث في بعض القدرات البدنية

ن = ٣٠

الاختبارات	الصفة	وحدة القياس	س	ع±	الوسيط	الالتواء
إختبار عدو ٣٠ م من الوقوف	سرعه انتقالية	ثانيه	٦,٨٥	٢,٠٨	٦,٨٧	٠,٠٣-
إختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي (١٥ ث)	سرعه اداء	عدد	١٠,٣٥	١,٥٩	١٠,٥٠	٠,٢٨-
إختبار الجرى الزجاجى (بارو)	رشاقة	ثانيه	٢٦,٨٨	٢,١٧	٢٦,٦٥	٠,٣٢
إختبار الوثب العريض من الثبات	قدرة	متر	١,١٥	٢,٣٢	١,١٦	٠,٠١-
إختبار جرى (٣٠ م X ٥ مرات تكرر)	تحمل سرعه	ثانيه	٣٠,٤٣	٠,٨٧	٣٠,٦٠	٠,٥٩-
إختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي (٦٠ ث)	تحمل اداء	عدد	٣٦,٢١	٣,٠٤	٣٥	١,١٩
إختبار الجلوس من الرقود	تحمل قوة	عدد	٢٠,٧٦	١,٢٩	٢١,٦٠	١,٩٥-
إختبار ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف	مرونة	سم	٢,٢٩	٢,٥١	٢,٣١	٠,٠٢-

يوضح جدول (٣) أن معامل الالتواء في بعض القدرات البدنية للبراعم تحت ١٢ سنة تنحصر بين ± 3 مما يشير إلى اعتدالية العينة قيد البحث في القدرات البدنية.

جدول (٤)

اعتدالية عينة البحث في بعض القدرات التوافقية

ن = ٣٠

الإلتواء	الوسيط	ع±	س	وحده القياس	الإختبارات
٠,١١-	٣٣,٥٠	٢,١٥	٣٣,٤٢	سم	إختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق
٠,٧٤-	٣١,٨٤	٢,٠٨	٣١,٣٣	عدد	إختبار الجرى بالكرة بباطن القدمين لمدة (٢٠) ث
٠,٣٥	٤,٦٥	١,٨٨	٤,٨٧	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة على خط ٥٠ سم X ١٠ م
٠,٣٦-	٥,٤٩	١,٤٣	٥,٣٢	درجة	إختبار دقة التمرير على مسافات متباينه
٠,٥١	١٤,٤٣	٢,٥٩	١٤,٨٧	ثانيه	إختبار مركب للجرى والتمرير والمراوغة

يوضح جدول (٤) أن معامل الالتواء في بعض القدرات التوافقية للبراعم تحت ١٢ سنة تنحصر بين ± 3 مما يشير إلى اعتدالية العينة قيد البحث في القدرات التوافقية.

جدول (٥)

اعتدالية عينة البحث في بعض الأداءات المهارية

ن = ٣٠

الالتواء	الوسيط	ع±	س	وحدة	المتغيرات
٠,١٥-	٣,٥٤	٢,٢٠	٣,٤٣	درجة	إختبار دقة التمرير القصير
٠,٠٥-	٣,٢١	١,٧٢	٣,١٨	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم
٠,٠٩	١٢,٤٨	٢,٠٤	١٢,٥٤	ثانية	إختبار الجرى بالكرة في خط مستقيم (٤٠ م)
١,٠٣	١٧,٣٤	١,٥٥	١٧,٨٧	ثانية	إختبار الجرى بالكرة في خط متعرج بين الأقماع ١٠ م
١,٧٣	٣٦,٣٥	٢,٢٧	٣٦,٣٠	عدد	إختبار تنظيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد

يوضح جدول (٥) أن معامل الالتواء في بعض المهارات المفردة للبراعم تحت ١٢ سنة تنحصر بين ± 3 مما يشير إلى اعتدالية العينة قيد البحث في الأداءات المهارية.

وسائل وأدوات جمع البيانات

المسح المرجعي

المسح المرجعي للإختبارات البدنية مرفق (١) ، المسح المرجعي للإختبارات القدرات التوافقية

(٢) ، المسح المرجعي للإختبارات الأداءات المهارية مرفق (٣)

الإختبارات البدنية



قام الباحث بالإطلاع على المراجع والدراسات العلمية فى كرة القدم ، وتوصل الباحث من خلال المسح المرجعى إلى الإختبارات التالية .

جدول (٦)

الإختبارات البدنية المستخدمة فى البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبارعدو ٣٠م من الوقوف	السرعة الانتقالية	ثانيه
إختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي(١٥ث)	سرعة الأداء	عدد
إختبار الجرى الزجاجى (بارو)	الرشاقة	ثانيه
إختبار الوثب العريض من الثبات	القدرة	متر
إختبار جرى (٣٠م X ٥مرات تكرار)	تحمل السرعة	ثانيه
إختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي(٦٠ث)	تحمل الأداء	عدد
إختبار الجلوس من الرقود	تحمل القوة	عدد
إختبار ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف	المرونة	سم
إختبار جرى ٨٠٠م	التحمل الدورى التنفسى	دقيقه

- الإختبارات التوافقية

جدول (٧)

إختبارات القدرات التوافقية المستخدمه فى البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبار تمرير الكرة بإتجاه صندوق	قياس القدرة على تحديد الوضع	سم
إختبار الجرى بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠ث)	قياس القدرة على الإيقاع الحركى	عدد
إختبار الجرى بالكرة على خط ٥٠سم X ١٠م	قياس القدرة على الإتران الحركى	ثانيه
إختبار التمرير على مسافات متباينه	قياس القدرة على التوجيه الحركى	درجة
إختبار مركب للجرى والتمرير والمراوغة	قياس القدرة على الربط الحركى	ثانيه

- الإختبارات المهارية

جدول (٨)

إختبارات الأدعاءات المهارية المستخدمة فى البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبار دقة التمرير القصير	دقة التمرير	درجة
إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم	دقة التصويب	درجة
إختبار الجرى بالكرة فى خط مستقيم (٤٠م)	القدرة على الجرى بالكرة	ثانيه
إختبار الجرى بالكرة فى خط متعرج بين الأقماع ١٢م	المراوغة والتحكم بالكرة	ثانيه
إختبار تنظيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد	التحكم بالكرة	عدد



استمارات تسجيل البيانات

إستمارة تسجيل نتائج إختبارات القدرات البدنية مرفق (٤)، إستمارة تسجيل نتائج إختبارات القدرات التوافقية مرفق (٥)، إستمارة تسجيل نتائج إختبارات الأداءات المهارية مرفق (٦)، استمارات تسجيل بيانات البرعم مرفق (٧)

الأجهزة والأدوات المساعدة فى القياسات والبرنامج التدريبى الخاصة بالبحث

(كرات قدم ، أعلام ، حواجز صغيرة ، أقماع كبيرة وصغيرة ، عصيان ، مرمي صغير ، أطباق تدريب ، حبال ، أطواق ، مقعد سويدس ، قمصان تدريب ، سلم توافقي ، ساعة إيقاف ، ميزان طبى ، شريط قياس ، مسطرة مدرجة) .

الدراسة الإستطلاعية

- قام الباحث بإختيار عينه عشوائية عددها (١٠) برعم تحت ١٢ سنه من مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية للبحث ومن براعم أكاديمية جرائد لكرة القدم وتم تطبيق الدراسة الإستطلاعية لمدة يوم واحد (١/١٠/٢٠١٩م).

أهداف الدراسة الإستطلاعية

إعداد مكان التدريب - صلاحية الأدوات - فهم المساعدين للإختبارات والهدف من البحث

المعاملات العلمية للإختبارات

صدق وثبات الإختبارات

من خلال إطلاع الباحث علي بعض الدراسات السابقة (١٠) ، (١١) وجد أن هذه الإختبارات تم إستخدامها من قبل وتم إجراء المعاملات العلمية لها وتم إثبات صدقها وثباتها

إختيار المساعدين

قام الباحث بالإستعانة بمجموعة من المساعدين والذين تم اختيارهم لمساعدته الباحث فى القياسات والإختبارات الخاصة بالبحث والذين بلغ عددهم (٥) مرفق (٨) ، حيث تم تدريبهم على إجراء القياسات وكيفية أداء الإختبارات وحساب الدرجات والهدف من كل إختبار بالإضافة إلى تزويدهم بالمعلومات التى تساعدهم على الإجابة على كل الأسئلة والإستفسارات التى قد تواجههم أثناء تطبيق القياسات والإختبارات خلال الدراسات الإستطلاعية أو خلال القياسات الخاصة بالدراسة .

البرنامج التدريبى



هدف البرنامج:

يهدف البرنامج التدريبي إلى تنمية القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم من خلال البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات S.A.Q ومن خلال المسح المرجعي للمراجع العلمية (١) ، (٤) ، (٦) ، (١٠) ، (١١) ، (٩) والبحوث السابقة استطاع الباحث تحديد متغيرات البرنامج من حيث مدته البرنامج وعدد الأسابيع داخل البرنامج وعدد مرات التدريب الأسبوعية وكذلك فترات التدريب اليومية وزمن وحدات التدريب ودرجات الحمل والأحمال المستخدمة (ووضع البرنامج في صورته النهائية مرفق (٩) .

أسس وضع البرنامج التدريبي

١. مراعاة الهدف من البرنامج
٢. ملائمة محتوى البرنامج لمستوى وقدرات عينة البحث.
٣. مراعاة الفروق الفردية للأفراد عينة البحث.
٤. توفير الإمكانيات والأدوات المستخدمة في البرنامج.
٥. مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي.
٦. تدرج التمرينات من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
٧. مراعاة التشكيل المناسب لحمل التدريب من حيث الشدة والحجم وفترات الراحة.
٨. التدرج في زيادة الحمل والتقدم المناسب والشكل التموجي والتوجيه للأحمال التدريبية.
٩. الاهتمام بقواعد الإحماء والتهديئة.
١٠. التكيف.

- البيانات الأساسية للبرنامج (متغيرات البرنامج)

- ١- البرنامج لمدة (١٢ أسبوع) .
- ٢- المرحلة السنوية تحت ١٢ سنة.
- ٣- توقيت البرنامج (٢٠١٩/١٠/٥ إلى ٢٠١٩/١٢/٢٥ م).
- ٤- مكان تطبيق البرنامج (الملعب الفرعي باستاد بنها) .
- ٥- عدد وحدات التدريب الأسبوعية (٣ وحدات) (السبت - الإثنين - الأربعاء) .
- ٦- عدد مرات التدريب اليومية (مرة واحدة فقط) .



- ٧- عدد وحدات البرنامج (٣٦ وحدة).
 - ٨- زمن وحده التدريب اليومية (٩٠ق).
 - ٩- زمن التدريب الأسبوعي الواحد (٢٧٠ق).
 - ١٠- زمن البرنامج ككل (٣٢٤٠ دقيقة).
 - ١١- الأحمال المستخدمة داخل تدريبات البرنامج (أقصى - أقل من الأقصى - متوسط).
 - ١٢- أجزاء الوحدة التدريبية الثلاثة (إحماء - جزء رئيسي -ختام).
- الإجراءات والخطوات العملية لوضع البرنامج التدريبي المقترح**
- ١- بعد تحديد البيانات الأساسية للبرنامج (متغيرات البرنامج) يتم إعطاء نسب مئوية لأجزاء الوحدة التدريبية (إحماء - جزء رئيسي - ختام).
 - ٢- يقسم الجزء الرئيسي إلى أقسام (بدني - مهاري - خططي).
 - ٣- يتم توزيع النسب المئوية للجزء الرئيسي بمكوناته (البدني - المهاري - الخططي) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل.
 - ٤- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بالجزء الرئيسي بمكوناته (البدني - المهاري - الخططي) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل .
 - ٥- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بالإحماء والجزء الرئيسي بمكوناته (البدني - المهاري - الخططي) والختام على الأسابيع التدريبية للفترة ككل
 - ٦- يقسم الجزء البدني إلى أقسام على الصفات البدنية.
 - ٧- يتم توزيع النسب المئوية الخاصة بمكونات / أقسام الجزء البدني (القوة - التحمل - السرعة - الرشاقة - التوافق - المرونة - S.A.Q) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل .
 - ٨- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بمكونات / أقسام الجزء البدني (القوة - التحمل - السرعة - الرشاقة - التوافق - المرونة - S.A.Q) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل
 - ٩- يقسم الجزء المهاري إلى أقسام على المهارات الأساسية .
 - ١٠- يتم توزيع النسب المئوية الخاصة بمكونات / أقسام الجزء المهاري (الركل - الجري بالكرة - السيطرة - ضرب الكرة بالرأس - المراوغة - مهارات مركبة - S.A.Q) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل.

- ١١- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بمكونات / أقسام الجزء المهارى (الركل - الجرى بالكرة - السيطرة - ضرب الكرة بالرأس - المراوغة - مهارات مركبة- - S.A.Q) على الأسابيع التدريبية للفترة ككل .
- ١٢- يقسم الجزء الخططى إلى أقسامه على الخطط الدفاعية والهجومية .
- ١٣- يتم توزيع النسب الخاصة بمكونات أقسام الجزء الخططى (هجومية ، دفاعي- خططى وظيفي) .
- ١٤- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بمكونات أقسام الجزء الخططى (هجومية - دفاعي- خططى وظيفي) .
- ١٥- يتم توزيع الأزمنة الخاصة بأجزاء الوحدة التدريبية (أ- الإحماء ، ب- الجزء الرئيسى ، ج- الختام) مفصلة على الأسابيع التدريبية للفترة ككل بالدقيقة.
- ١٦- يتم وضع نموذج تخطيطى لأسابيع البرنامج التدريبى وموضح به الأزمنة والأحمال التدريبية.

خطوات تنفيذ التجربة

- قام الباحث بإجراء القياس القبلى على عينة البحث فى بعض القدرات التوافقية و ذلك يوم ٣ / ١٠/٢٠١٩م ولمدة يوم وتم قياس مستوى القدرات التوافقية عن طريق إختبارات القدرات التوافقية وذلك بالملعب الفرعي باستاد بنها .
- تم تنفيذ البرنامج التدريبي بإستخدام تدريبات S.A.Q لبراعم كرة القدم لمدة ١٢ أسبوع بواقع ٣ وحدات أسبوعيا ومدته الوحدة (٩٠) دقيقة ، خلال الفترة من السبت ٥/١٠/٢٠١٩ إلى الاربعاء ٢٥/١٢/٢٠١٩م وذلك بالملعب الفرعي باستاد بنها .
- تم إجراء القياس البعدى على عينة البحث الأساسية فى بعض القدرات التوافقية و ذلك يوم ٢٨ / ١٢/٢٠١٩م ولمدة يوم وتم قياس مستوى القدرات التوافقية عن طريق إختبارات القدرات التوافقية وذلك بالملعب الفرعي باستاد بنها ، وقام الباحث بتجميع البيانات وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وعرضها ومناقشتها وإستخلاص النتائج منها .

المعالجات الإحصائية

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية Spss باستخدام الحاسب الآلي وذلك من خلال المعالجات الإحصائية التالية
المتوسط الوسيط الإنحراف المعياري معامل الإلتواء
إختبار (ت) نسب التحسن
عرض النتائج ومناقشتها

جدول (٩)
دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية ونسب التحسن في بعض القدرات التوافقية للمجموعة قيد البحث

ن = ٢٠

نسب التحسن	قيمه ت	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
٢٦,٢١	* ٤,٦٦	٣,٧٣	٢٤,٦٦	٢,١٥	٣٣,٤٢	سم	إختبار تمرير الكرة بإتجاه صندوق
٢٧,٢٦	* ٥,٤٨	٢,٥٥	٣٩,٨٧	٢,٠٨	٣١,٣٣	عدد	إختبار الجري بالكرة بباطن القدمين (٢٠) ث
٢٩,٥٧	* ٣,٣٩	٢,١٠	٣,٤٣	١,٨٨	٤,٨٧	ثانيه	إختبار الجري بالكرة على خط ٥٠ سم X ١٠ م
٣٣,٠٨	* ٥,١١	١,٤٣	٧,٠٨	١,٤٣	٥,٣٢	درجه	إختبار دقه التمرير على مسافات متباينه
١٨,٦٣	* ٤,٥٩	١,٠٤	١٢,١٠	٢,٥٩	١٤,٨٧	ثانيه	إختبار مركب للجري والتمرير والمراوغة

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٣
يتضح من جدول (٩) أن قيمة ت المحسوبة إنحصرت بين (٣,٣٩ : ٥,٤٨) للمجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لبعض القدرات التوافقية وكانت قيمتها أكبر قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق بين القياسين ولصالح القياس البعدي وتحسن للمجموعة قيد البحث .

مناقشة فرض البحث

توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسات (القبليّة . البعدية) للمجموعة قيد البحث ولصالح متوسطات القياسات البعدية في مستوى بعض القدرات التوافقية.

يوضح جدول (٩) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة قيد البحث وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض القدرات التوافقية (تحديد الوضع - الإيقاع الحركي - الإلتزان الحركي - التوجيه الحركي - الربط الحركي) بالإضافة إلى حدوث نسب تحسن كبيرة لجميع القدرات التوافقية خاصة التوجيه الحركي وهي المسئولة عن دقة الأداء الذي كان يفقد بمجرد إقتران الأداء بالسرعة، ويعزى الباحث حدوث

تحسن في بعض القدرات التوافقية لعينة البحث إلى أن البرنامج كان مقنناً ومتدرجاً وراعى خصائص المرحلة السنية من حيث عدد الأسابيع وزمن الوحدات والأحمال التدريبية والتدريبات المعطاة أثرت تأثيراً إيجابياً على مستوى القدرات التوافقية لعينة البحث. حيث أن تدريبات ال S.A.Q تشبه إلى حد كبير التدريبات الوظيفية مقرونه بعامل السرعة وهو ما كان له الأثر الواضع على تحسين القدرات التوافقية (تحديد الوضع - الإيقاع الحركي - الإلتزان الحركي - التوجيه الحركي - الربط الحركي) من حيث دقة الأداء وتناسقة وثباته وسرعته

ويتفق مع كلا من أمر الله البساطي (٢٠٠١م)(١)، بيزينسكى Bidzinski (٢٠٠١م)(١٣) ، حسن أبو عبده (٢٠٠٨م)(٤)، عمرو أبو المجد، أبو العلا عبد الفتاح (٢٠١١م) (٧) أن التخطيط الجيد يعتبر الركيزة الأساسية لتطوير مستوى الإنجاز بصفة عامة ، وقد بات أثر ذلك واضحاً على تقدم مستوى ناشئى كرة القدم بدنياً ومهارياً وخططياً وأصبح للتخطيط لبرامج التدريب أهمية بالغة وضرورية لجميع عمليات التدريب وذلك لتحقيق المستويات العالية وبلوغ العالمية ، فلم يعد تحقيق الناشئى للمستويات العالية أو الإعداد لها متروك للصدفة أو العشوائية بل يجب أن يكون للمدرب والناشئى هدف يسعيان إلى تحقيقه من خلال إطار عام للتدريب العملي القائم على أسس علمية وتربوية . والتخطيط للعملية التدريبية يعكس التنظيم الجيد والإجراءات العملية والمنهجية التى تساعد الرياضيين على إظهار مستويات متقدمة خلال التدريبات والمنافسات ، ومن ثم فإن عملية التخطيط تعتبر الأكثر أهمية والتي يستفيد منها المدرب فى محاولاته لتنفيذ برنامج تدريبي ذو مستوى تنظيمى جيد ، وكلما كان المدرب منظماً فى تخطيطه للتدريب دل ذلك على مدى كفاءته.

ويتفق أيضاً مع عصام عبد الخالق (٢٠٠٥) (٦) إلى أن القدرات التوافقية من متطلبات الأداء المهاري وتختلف عن بعضها في اتجاهها الديناميكي ولا تظهر القدرات التوافقية كقدرات منفردة بل ترتبط دائماً مع بعضها البعض كي تستخدم في مضمونها تركيب الحركة الكلية بصورة متناسقة كما ترتبط القدرات التوافقية بغيرها من شروط الإنجاز الرياضي والمتمثلة في القدرات البدنية والمهارية والنفسية وإذا ما تم تنسيق العمل بين هذه القدرات أمكن تحقيق أعلى مستوى من التوافق الحركي العام المطلوب لأداء المهارات الحركية المتميزة بالضبط والتحكم الحركي .



ويتفق أيضا مع إيناس عبد اللطيف (٢٠٠٩) (٢) أن القدرات التوافقية الأساس الأول الذي تبني عليه عملية إكتساب و إتقان المهارات الحركية الضرورية والتي تمكن اللاعبين من ربط ودمج أجزاء المهارة أو أكثر من مهارة في إطار واحد و ادائها في تناسق و تسلسل و كفاءة عالية دون حدوث اي خلل أو ارتباك في الأداء الحركي و بالتالي فهي تمثل حلقة أساسية من حلقات سلسلة عوامل الإنجاز المتعدده والتي لها أهمية في استمرار الإنجاز وتحقيق المستويات الرياضية العليا.

ويؤكد كلاً من عصام عبد الخالق (٢٠٠٥ م) (٦) ، مهند محمود (٢٠١٥ م) (١٢) ، عمرو حمزة وآخرون (٢٠١٧ م) (٨) إن الوصول بمستوي اللاعبين إلي الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعنصره المختلفة ، يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقننة بدنيا و مهاريا و خططيا و نفسيا و ذهنيا ، بالإضافة لمحتوي أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات الناشئين و امكانياتهم ، والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشء وبما يخلق جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة ، ومن التدريبات التي تسهم في تنمية وتحسين مستوى الأداء لدي الناشئين تدريبات S.A.Q حيث يستطيع ممارستها الناشئين وذوي المستويات العليا وقد استطاعت تدريبات S.A.Q أن تحسن من كفاءة الأداء الرياضي من خلال تنمية هذا الجانب ، وتديرات S.A.Q أصبحت من التدريبات شائعة الاستخدام حديثا في المجال الرياضي ، وقد أثبتت فاعليتها في تحسين القدرات البدنية والحركية للاعبين في العديد من الفعاليات الرياضية ، وتركز تدريبات S.A.Q بشكل كبير علي نموذج الجري السليم (فنيات الجري) بالإضافة إلي الأنماط الحركية الانفجارية في الرياضات التي تتطلب السرعة القصوي والرشاقة والسرعة الحركية التفاعلية كشرط أساسي لتحقيق الإنجاز الرياضي .

وهذا ما تؤكد دراسة كلاً من سينج , Singh (٢٠٠٨)(١٦) ، بولمان وآخرون etal Polman (٢٠٠٩)(١٤) في أن تدريبات S.A.Q تسهم في حدوث تحسن في زمن التسارع والقدرة العضلية والتي لهم تأثير علي تحسين القدرات التوافقية .وبهذا يكون قد تحقق فرض

البحث

الإستخلاصات



في ضوء نتائج البحث وفي حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث للاستنتاجات التالية :

١-ظهرت نتائج البرنامج التجريبي المطبق على أفراد عينة البحث اثر ايجابيا على تنمية بعض القدرات التوافقية.

٢- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياس (القبلي- البعدي) للمجموعة قيد البحث في بعض القدرات التوافقية للمجموعة قيد البحث ولصالح القياس البعدي .

٣- وجود نسب تحسن كبيرة في القدرات التوافقية خاصة في التوجيه الحركي.

التوصيات

في ضوء الاستخلاصات التي اعتمدت على طبيعة الدراسة والعينة والمنهج المستخدم والإجراءات التي تم إتباعها ونتائج التحليل الإحصائي تمكن الباحث من تحديد التوصيات التي يمكن الاستفادة منها في مجال تدريب كرة القدم:

١- الاستفادة من تدريبات ال S.A.Q في تدريب كرة القدم وخلق بيئة تدريبية تشبه إلي حد كبير مستوى الأداء في المباريات

٢- تطوير و وضع تدريبات ال S.A.Q في برامج التدريب للمراحل السنوية المختلفة.

معرفة تأثير تدريبات ال S.A.Q على متغيرات اخرى مثل الجانب المهاري ، الجانب الفسيولوجي ، الجوانب الخططية.

٣- إدراج تدريبات ال S.A.Q ضمن برامج التدريب الفردي مع مراعاة تخصص و واجبات كل مركز .

قائمة المراجع

١- أمر الله البساطي (٢٠٠١م) : الإعداد البدني في كرة القدم ، (تخطيط - تدريب - قياس)، دار الجامعة الجديدة للنشر ، الإسكندرية .

٢- إيناس عبد اللطيف (٢٠٠٩ م) : ديناميكية تطور بعض القدرات التوافقية الخاصة بالوثب العالي كأساس لفاعلية برنامج تدريبي للأطفال بين (٩ - ١٢ سنة) ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.



- ٣- **بديعة عبد السميع (٢٠١١ م)**: فاعلية تدريبات الساكيو علي الفصل الكهربائي للبروتين وبعض المتغيرات البدنية والمستوي الرقمي لناشئ ١٠٠م حواجز " إنتاج علمي " ، مجلة علوم الرياضة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية .
- ٤- **حسن أبو عبده (٢٠٠٨م)**: الإعداد البدني للاعبى كرة القدم، دار الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية .
- ٥- **حسن أبو عبده (٢٠١٤ م)** : الاتجاهات الحديثه في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط ٢ ، مكتبة ومطبعة الأشعاع الفنية ، الاسكندرية .
- ٦- **عصام عبد الخالق (٢٠٠٥ م)** : التدريب الرياضي " نظريات وتطبيقات " ط١٢ ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- ٧- **عمرو أبو المجد ، أبو العلا عبد الفتاح (٢٠١١ م)** : الطريق نحو العالمية في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٨- **عمرو حمزه ، نجلاء البدرى ، بديعه عبد السميع (٢٠١٧م)**: تدريبات الساكيو ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٩- **فاضل دحام (٢٠١٨ م)** : تأثير تدريبات الساكيو في بعض المتغيرات الفسيولوجية والكيموحيوية علي وفق خطوط اللعب للاعبى منتخب جامعة واسط بكرة القدم ، العراق .رسالة ماجستير كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة بغداد العراق
- ١٠- **محمد مصلي (٢٠١٢م)** : استخدام المباريات المصغرة لتحسين مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارية لبراعم كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بنها.
- ١١- **محمد مصلي (٢٠١٤م)** : برنامج تدريبي مقترح باستخدام القدرات التوافقية لتحسين مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية المفردة والمركبة لبراعم كرة القدم ، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الشاملة العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعه الزقازيق.
- ١٢- **مهند إبراهيم (٢٠١٥ م)** : أثر استخدام القدرات التوافقية علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدي ناشئ كرة القدم ،كلية الدراسات العليا ، نابلس، فلسطين .



١٣- **Bidzinski , M.** (٢٠٠١) : the Soccer Coaching Handbook, Reedswain inc Publishing ,Auburn, Michigan , USA.

١٤- **Polman R , Jonath Bloomfield and Andrew Edwards** ,(٢٠٠٩) : Effects of SAQ Training and Small-Sided Games on Neuromuscular Functioning in Untrained Subjects, International Journal of Sports Physiology and Performance, ٤, ٤٩٤-٥٠٥

١٥-**Schreiner , P** (٢٠٠٥) : Koordinations training F U B ball , das Peter Schreiner system , Rowohlt , Reinbek , Deutschland .

١٦-**Singh V** (٢٠٠٨): Effect of S.A.Q. drills on skills of volleyball players, A THESIS, Submitted to the Lakshuibai National Institute of Physical Education, Gwalior.

١٧-**Velmurugan G. & Palanisamy A.** (٢٠١١): Effects of Saq Training and Plyometric Training on Speed Among College Men Kabaddi Players, Indian journal of applied research, Volume : ٣ ,Issue : ١١, ٤٣٢ .

١٨- **Queen , R.** (٢٠٠٥) : How to Make A program for Soccer Players U ١٥ , Matrix Soccer Academy Ltd, Bolton, UK.



ملخث البحث باللغة العربية

برنامج تدريبي موجه في ضوء بعض المحددات الكينماتيكية وتأثيره علي تطوير

المستوي الرقمي لدي متسابقى ٤٠٠ متر عدو

إسم الباحث : أحمد عبد المرضي عبد العزيز

هدف البحث تصميم برنامج تدريبي فى ضوء تحليل مقاطع سباق ٤٠٠ متر عدو ومعرفة تأثيره على الصفات البدنية لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو و بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة والذي يعتمد على القياس (القبلي- البعدي) وذلك لمناسبته وطبيعة البحث. يتكون مجتمع البحث من لاعبي المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي ولاعبي نادي بنها من اللاعبين الممارسين لسباق ٤٠٠ متر عدو والبالغ عددهم ٨ لاعبين

ولجمع البيانات قام الباحث باستخدام جهاز **smart speed** وعدد ١ كاميرا فيديو للتصوير ، برنامج **tracker** للتحليل وساعتين بولر

وقد أشارت النتائج توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في الصفات البدنية لمتسابقى ٤٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي، ووجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو ولصالح القياس البعدي.

وجاءت أهم التوصيات فى الاهتمام بالتصوير والتحليل للوقوف علي الأمور الدقيقة التي يكون لها أثر في تطوير المستوى الرقمي ، ويجب الاهتمام بتدريب الصفات البدنية الخاصة في المراحل السنوية المختلفة وإدراجها ضمن برامج الإعداد للناشئين.

(الكلمات المفتاحية: ألعاب قوى، والكينماتيكية، المتغيرات البدنية)



**Directed training program in light of some kinematic determinants
and its effect on developing the digital level of ٤٠٠ meters
Researcher name: Ahmed Abdel-Mordy Abdel-Aziz**

The aim of the research is to design a training program in the light of analyzing the sections of a ٤٠٠-meter sprint and know its effect on the physical characteristics of ٤٠٠-meter sprinters and some kinematic variables and the digital level of the ٤٠٠-meter sprint's enemy.

The researcher used the experimental approach using the experimental design of one group, which depends on the (tribal - dimensional) measurement due to its suitability and the nature of the research. The research community consists of the players of the National Project for Talent, the Olympic Champion, and the players of Banha Club, which are the players practicing the ٤٠٠-meter sprint, who are ٨ players.

To collect the data, the researcher used a smart speed device, ١ video camera, an analog tracker and two Polar`s watch

The results indicated that there are statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in the physical characteristics of the ٤٠٠-meter enemy and for the benefit of the post-measurement, and the presence of statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in some kinematic variables and the numerical level of the ٤٠٠-meter runners for the benefit of post-measurement.

The most important recommendations came in the interest in video recording and analysis to determine the precise matters that have an impact in the development of the digital level. Attention must be paid to training special physical characteristics in the different age stages and including them in the preparation programs for young people.

Keywords: athletics, kinematics, physical variables(



برنامج تدريبي موجه في ضوء بعض المحددات الكينماتيكية وتأثيره علي

المستوي الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو

م.د / أحمد عبد المرضي عبد العزيز

مقدمة ومشكلة البحث

إن التطوير الدائم والمستمر لعمليات التدريب الرياضي وخاصة في مجال مسابقات الميدان والمضمار لا يتوقف عند حد معين حيث يهدف هذا التطوير الوصول إلى أفضل الأساليب والبرامج التدريبية وذلك للارتقاء بمستوى الإنجاز الرقمي لهذه المسابقات وسباق ٤٠٠ م عدو أحد سباقات المضمار واطول سباقات العدو واعنفها ويتطلب قدرًا هائلًا من السرعة و التحمل والقوة

ويشير ديفيد وميدل **David & Middle** (٢٠٠٢م) على ان تمرينات التقوية الخاصة تتم عن طريق الأثقال والبيوميتري والذي يتم الحصول من خلالها علي نتائج جيدة في مسابقات ألعاب القوى (١١ : ٥١٠٣ ، ٥١٠٤)

إن العناصر الأساسية في العدو بشكله العام متعددة وكثيرة ومتراطة ومتناغمة فيما بينها لذا فهي عندما تتكامل في الترابط سوف تعطي صفة الخصوصية في عدو المسافات القصيرة وتحقق أفضل الإنجازات اذا ما حصل ترابط في هذه المكونات مثل : (القوة ، السرعة ، التحمل الخاص ، المرونة ، والرشاقة) بشكل علمي دقيق فأنها سوف تعطي كل ما هو إيجابي في حسم السباقات حيث أن المسافات القصيرة مثل (٤٠٠ م) تعتمد أساساً على عناصر اللياقة البدنية الأساسية مع بعضها لتحقيق المتطلبات الخاصة بالمسابقة لتحقيق الإنجاز . (١٣ : ٥)

يعتبر سباق ٤٠٠م عدو يعد من أعنف سباقات ألعاب القوى وتعد من المسابقات السريعة والقوية والتي يتطلب قدرًا هائلًا من السرعة والتحمل والقوة إلى جانب متطلبات قوة الإرادة والعزيمة والقوة على مواصلة الكفاح وتحمل التعب الشديد ، ويعد سباق ٤٠٠م عدو السباق الذي يتم فيه العدو بتقسيم حسب مواصفات العداء حيث أن مسابقة ٤٠٠م من أطول مسافات العدو السريع ، وكما يتطلب الوصول إلى مستويات متقدمة من الضروري أن يتمتع الرياضي بمستوى عالي من عناصر اللياقة البدنية وخصوصاً عنصر التحمل اللاهوائي والقدرة على الاستمرار في

العمل العضلي ذا الشدة المرتفعة لفترة طويلة نسبياً هي زمن السباق ، كما يتطلب الوصول للمستويات العليا أيضاً تمتع اللاعب بمستوى عال من السرعة ويتركز تدريب هذه الفئة من المتسابقين في تطوير تحمل السرعة بطرق تدريبات القوة التي تنحصر في تدريبات الوثب والأثقال والعدو في المرتفعات والعدو من خلال سحب ثقل معين إلى جانب تنمية القدرة اللاهوائية أي القدرة على العمل العضلي في ظروف نقص الأكسجين.(١٢ : ٢٣٠)

يطلق على سباق ٤٠٠ م اصطلاح قاتلة الرجال نظراً لما يتطلبه من مجهود بدني فحينما يحاول العداء جرى مسافة السباق بالسرعة القصوى فسوف يعاني من حالة إنهيار شديد قبل نهاية السباق تفقده الفوز بالسباق كما أنه يستغرق فترة لاستعادة الشفاء وبناء على ذلك تعددت الآراء حول كيفية جرى مسافة السباق ، فهناك من يرى جرى مسافة النصف الأول من السباق بسرعة ثم يعتمد على أثر المنافسة في مساعدة المتسابق للتغلب على المعوقات التي تحول دون احتفاظه بمعدل السرعة في النصف الثاني من السباق ويكون الفرق بين زمن عدو نصفى السباق قليل وتحقيق هذا يتطلب توفر اللياقة والقوة ، وهناك البعض الآخر يعتمد على عنصر القوة لمساعدة المتسابق في التغلب على العوائق التي تحدث نتيجة ظهور التعب خلال جرى النصف الثاني من السباق وهذا يستلزم نمط ذات درجة عالية من اللياقة الخاصة والعمل على تنميتها من خلال التدريب المنتظم (١٣ : ٤)

ومن هنا ظهرت مشكلة البحث حيث لاحظ الباحث عدم قدرة العدائين الناشئين على إكمال السباق الى نهايته بمستوى الطموح المطلوب لتحقيق المستوى الرقمي ، فمن خلال إطلاع الباحث علي تحليل بطولة العالم لندن ٢٠١٧م وجد الباحث أن ما يميز عداء عن آخر هو طول الخطوة وتردها كما وجد أن معظم اللاعبين تعدو أول ١٠٠ متر بشكل جيد مع الوصول لأقصى سرعة في ال ١٠٠ متر الثانية والثالثة ومحاولة عدم الانخفاض في آخر مائة متر ومحاولة المحافظة علي طول الخطوة قدر المستطاع مع وجود انخفاض بسيط في نهاية السباق ومن خلال ملاحظة الباحث بعض اللاعبين وجد الباحث انخفاض حاد في طول الخطوة وتردها بشكل عام كما أنه يحدث انخفاض حاد خلال النصف الثاني من السباق وهذا ما يدل على أن هناك نقص عند العدائين الناشئين لصفات بدنية خاصة مثل القدرة العضلية وتحمل السرعة أو عدم إعطاء الصفات البدنية القدر الكافي من الاهتمام داخل البرنامج التدريبي وهناك إهمال لتدريبات طول

الخطوة وتردها مما قد يؤثر على المستوى الرقمي مما دعا إلى التطرق في هذا البحث إلى هذه المشكلة لمحاولة التعرف على شكل طريقة العدو ومن ثم يتم تصميم برنامج تدريبي في ضوء طريقة العدو لتحسين المستوى الرقمي .

هدف البحث

- تطوير المستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو من خلال تصميم برنامج تدريبي فى ضوء التحليل الكينماتيكي لمقاطع سباق ٤٠٠ متر عدو ومعرفة تأثيره على كلا من :-
- ١- الصفات البدنية لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو .
 - ٢- بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو

فروض البحث

- ١- توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي فى الصفات البدنية لمتسابقى ٤٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي فى بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو ولصالح القياس البعدي.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة والذى يعتمد على القياس (القبلي- البعدي) وذلك لمناسبته وطبيعة البحث

مجتمع وعينة البحث

يتكون مجتمع البحث من لاعبي المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي ولاعبي نادي بنها من اللاعبين الممارسين لسباق ٤٠٠ متر عدو والبالغ عددهم ٨ لاعبين تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي ولاعبي نادي بنها حيث تم اختيار اللاعبين ذو المستويات الرقمية القريبة والمتشابهين إلى حد ما مما يسهل علي الباحث تصميم البرنامج وتنفيذه وقد بلغ حجم العينة ٥ لاعبين ٣ من المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي بإستاد بنها الرياضي ولاعبين بنادي بنها تحت ١٨ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري لألعاب القوى للموسم ٢٠١٨/٢٠١٩م

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

الاجمالي	المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي	نادي بنها	المجتمع
٨	٣	٥	الاجمالي
٢	-	٣	المستبعدين
٥	٣	٢	العينة

المجال الزمني والمكاني

تمت عملية التطبيق للدراسة خلال فترة من السبت ٢٤/٩/٢٠١٩ وحتى الجمعة ٨/١٢/٢٠١٩ ولمدة ٨ أسابيع ، وتم تطبيق القياس القبلي والبعدي بملعب نادي الجيش والبرنامج التدريبي في إستاد بنها الرياضي بالملعب الرئيسي وصالة الجيم الخاصة بنادي بنها الرياضي وسائل وأدوات جمع البيانات

المسح المرجعي

قام الباحث بإجراء المسح المرجعي للمراجع العلمية (٦، ٨، ١٦) وذلك للتعرف علي المتغيرات الكينماتيكية التي سوف يقوم بتحليلها في سباق ٤٠٠ متر عدو وكانت كالاتي

- ١- عدد الخطوات : وهو عدد الخطوات التي قطع بها العداء مسافة معينة .
- ٢- الزمن : وهو الزمن الكلي المستغرق لعدو مسافة معينة
- ٣- معدل السرعة : وهو حاصل قسمة المسافة على الزمن .
- ٤- معدل طول الخطوة : وهو حاصل قسمة المسافة على عدد الخطوات .
- ٥ - معدل تردد الخطوة :وهو عدد الخطوات المنفذة في الثانية .

المسح المرجعي للصفات البدنية

بعد اطلاع الباحث على المراجع والدراسات العلمية المرتبطة بألعاب القوى(١، ٢، ٧، ٨، ١٠، ١١، ١٣) توصل الى الصفات البدنية الخاصة بمسابقة ٤٠٠م عدو وهي (تحمل سرعة ،السرعة الانتقالية ، السرعة الحركية ، القوة المميزة بالسرعة ، تحمل القوة ، الرشاقة ، المرونة)

المسح المرجعي للاختبارات البدنية

بعد اطلاع الباحث على المراجع والدراسات العلمية المرتبطة بألعاب القوى(١، ٢، ٧، ٨، ١٠، ١١، ١٣) توصل الى الاختبارات البدنية الآتية مرفق (١)

جدول (٢)

الاختبارات البدنية المستخدمة

م	اسم الاختبار	الغرض من الاختبار	وحدة القياس	الجهاز
١	جرى ٦٠٠ م	تحمل سرعة	زمن	Smart speed
٢	جرى ٢٠٠ م	تحمل سرعة	زمن	Smart speed
٣	السرعة ١٠٠ م	سرعة انتقالية	زمن	Smart speed
٤	الجرى في المكان ٣٠ ث	السرعة الحركية	عدد	Smart board
٥	الحجل ٣٠ م بالرجل اليمنى واليسرى	القوة المميزة بالسرعة	زمن	Smart speed
٦	اختبار ٥ - ١٠ - ٥	الرشاقة	زمن	Smart speed
٧	الوثب العمودي	القوة المميزة بالسرعة	سم	Smart board

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

- ١- قام الباحث باستخدام جهاز smart speed مرفق (٢)
- ٢- عدد ١ كاميرا فيديو للتصوير ، برنامج tracker للتحليل
- ٣- ساعتين بولر مرفق (٣)
- ٤- مضمار ألعاب قوى وشريط قياس وعلامات لاصقة وأقماع وأطباق وساعة إيقاف وحواجز وأثقال وصفارة.

الاستمارات المستخدمة في البحث

استمارة تسجيل البيانات واستمارة تقييم الاختبارات البدنية والأداء المهارى

الدراسات الاستطلاعية

نظرا لطبيعة هذه الدراسة قام الباحث بإجراء أكثر من دراسة استطلاعية عملية وذلك لاستكشاف ما من سلبيات يمكن علاجها قبل البدء في تنفيذ التجربة الأساسية

الدراسة الاستطلاعية الأولى

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى في يوم الثلاثاء الموافق ٢٤/٩/٢٠١٩م علي عينة قوامها (٣) لاعبين من نادي بنها تحت ١٨ سنة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وذلك بهدف :



١- معرفة المعوقات التي ستواجه فريق العمل أثناء استخدام جهاز smart speed وأثناء عملية التصوير وكيف يمكن ضبط موقع المصور حتي يستطيع تصوير اللاعبين بشكل جيد وواضح حتي يمكن استخراج عدد الخطوات في أجزاء السباق

٢- توزيع المهام على المساعدين حتى وصولاً لتحقيق الاجراءات العلمية السليمة عند تطبيق التجربة الأساسية.

٣- التعرف علي إمكانية استخراج عدد الخطوات من خلال برنامج التحليل نظراً لوجود كاميرا واحدة يتحرك بها المصور مع اللاعب

وقد أسفرت هذه الدراسة عن تحقيق الهدف منها والتعرف علي كل المعوقات واتخاذ التدابير المناسبة لإجراء قياس قبلي جيد

الدراسة الاستطلاعية الثانية

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على عينة قوامها (٣) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية يوم الثلاثاء الموافق ١٠/١/٢٠١٩م بهدف التعرف على مدى مناسبة الأدوات والأجهزة المستخدمة في البرنامج وكيفية التعامل معها.

البرنامج التدريبي المقترح

قد حدد الباحث هدف برنامجه التدريبي في تحسين المستوى الرقمي لناشئ مسابقة ٤٠٠ متر عدو من خلال تنمية الصفات البدنية الخاصة وتكنيك العدو وبعد الاطلاع على العديد من البحوث والدراسات السابقة (١، ٢، ٧، ٨، ١٠، ١١، ١٣) وذلك حتى يمكن تحديد أنسب فترة لتحقيق الهدف من البحث توصل الي ان تكون فترة تنفيذ البرنامج هي ٨ أسابيع بواقع (٥) وحدات تدريبية أسبوعياً وحدة في صالة الأتقال و(٤) وحدات في الملعب منهم وحدة تدريب بلومتري و(٣) وحدات للتكنيك والصفات البدنية الأخرى من سرعة ورشاقة وتوافق ومرونة (pnf) وتكنيك لتحسين طول الخطوة وترددها.



جدول (٣)

شكل الأسبوع التدريبي

اليوم	نوع التدريب	الهدف	زمن الوحدة	زمن الصفة داخل الوحدة	الزمن الكلي
الأحد	بلومتري	الإحماء	٥٠ دقيقة	١٠ دقائق	٨٠ دقيقة
		القدرة العضلية		٣٥ دقيقة	٢٨٠ دقيقة
		التهديئة		٥ دقائق	٤٠ دقيقة
الأربعاء	أثقال	الإحماء	٦٠ دقيقة	١٠ دقائق	٨٠ دقيقة
		قوة عضلية		٤٥ دقيقة	٣٦٠ دقيقة
		التهديئة		٥ دقائق	٤٠ دقيقة

تابع جدول (٣)

اليوم	نوع التدريب	الهدف	زمن الوحدة	زمن الصفة داخل الوحدة	الزمن الكلي
السبت ، الثلاثاء ، الخميس	تكنيك + الصفات البدنية الخاصة	الإحماء	٩٠ دقيقة	٨ دقائق	١٩٢ دقيقة
		مرونة (pnf)		١٥ دقيقة	٣٦٠ دقيقة
		توافق		٧ دقائق	١٦٨ دقيقة
		سرعة انتقالية		١١ دقيقة	٢٦٤ دقيقة
		تحمل سرعة + طول الخطوة		٣٣ دقيقة	٧٩٢ دقيقة
		تردد خطوة		١١ دقيقة	٢٦٤ دقيقة
		التهديئة		٥ دقائق	١٢٠ دقيقة
المجموع					٣٠٤٠ دقيقة

جدول (٤)

طريقة العمل مع متغيرات التدريب

الأسابيع	الأول والثاني	الثالث والرابع	الخامس والسادس	السابع والثامن
طول الخطوة	١,٩٥ م	٢ م	٢,٠٥ م	٢,١٠ م
الأثقال	شدة ٥٥%	شدة ٦٥%	شدة ٨٥%	شدة ٩٠%
البلومتري	ارتفاعات ٣٠ سم	ارتفاعات ٤٠ سم	ارتفاعات ٤٠ سم	ارتفاعات ٥٠ سم

وحدة التدريب البلومتري

يحتوي البرنامج التدريبي علي وحدة تدريب بلومتري أسبوعياً وزمن الوحدة ٥٠ دقيقة ، ١٠ دقائق إحماء ، ٣٥ دقيقة جزء رئيسي ويحتوي علي تدريبات الوثب علي صناديق وحواجز بارتفاعات

٣٠ ، ٤٠ ، ٥٠ سم وتدرجات الوثب بالقدمين ، تدريبات الوثب بقدم واحدة ، الجزء الختامي زمنه ٥ دقائق للتهديئة

وحدة تدريب الأثقال

يحتوي البرنامج التدريبي علي وحدة تدريب بالأثقال أسبوعياً وزمن الوحدة ٦٠ دقيقة ، ١٠ دقائق إحماء ، ٤٥ دقيقة جزء رئيسي ويحتوي علي تدريب دائري لتنمية القوة العضلية وتحمل القوة لمنطقة الرجلين والجذع ومنطقة الصدر والكتف والذراعين ، الجزء الختامي زمنه ٥ دقائق للتهديئة حيث استخدم الباحث اختبار (١RM) وذلك للتعرف على أقصى ثقل يستطيع اللاعب رفعه لمره واحده ومن ثم تقنين الاوزان بشدات مختلفة فاذا كان اللاعب يستطيع رفع ١٠٠ كجم في تمرين حمل ثقل وثني الركبتين نصفاً فان شدة ٥٠% = $100 \div 50 \times 100 = 50\%$ كجم

وحدة تدريب التنكيك والصفات البدنية الخاصة

يحتوي البرنامج التدريبي علي ٣ وحدات أسبوعياً لتدريب التنكيك والصفات البدنية الخاصة وزمن الوحدة ٩٠ دقيقة ، ٣٠ دقائق إحماء ٨ دقائق جري وإطالات و ١٥ دقيقة تدريبات مرونة قصيرة (pnf) وذلك لتطوير مستوي المرونة واستخدام الباحث هذه النوعية نظراً لتقدم سن اللاعبين و٧ دقائق لتنمية التوافق ، ٥٥ دقيقة جزء رئيسي حيث يبدأ اللاعبين ١١ دقيقة تدريبات سرعة انتقالية ثم يتم دمج تدريبات تحمل السرعة وطول الخطوة لمدة ٣٣ دقيقة حيث يضع الباحث للاعبين العلامات الضابطة للاعبين أثناء عدو مسافات تحمل السرعة حتي يستطيع اللاعب المحافظة علي طول الخطوة مع ظهور التعب كما استخدم الباحث ساعات بولر وذلك لتقنين تدريبات السرعة وتحملات السرعة باستخدام النبض وبعد الإنهاء من تدريبات طول الخطوة تقوم اللاعبين بأداء بعض تدريبات لتطوير التردد لمدة ١١ دقيقة ، الجزء الختامي زمنه ٥ دقائق للتهديئة

القياس القبلي

أجريت القياسات القبلية على أفراد عينة البحث علي يومين وذلك باستخدام جهاز smart speed وذلك يوم الأثنين والثلاثاء الموافق (٧ ، ٨) / ١٠ / ٢٠١٩ م على الملعب الفرعي بإستاد نادي الجيش حيث قام الباحث في اليوم الأول بقياس ١٠٠ م عدو ، السرعة الحركية ، الوثب العمودي ، والمستوي الرقمي حيث قام بتقسيم سباق ٤٠٠ متر إلي أربع أجزاء كل جزء بمسافة ١٠٠ متر تم وضع أول بوابة علي خط البداية وتم وضع البوابة الثانية علي بعد ١٠٠ متر من



خط البداية والبوابة الثالثة علي بعد مائتي متر من خط البداية والبوابة الرابعة علي بعد ثلاثمائة متر من خط البداية وقام المصور بالوقوف في منتصف الملعب وذلك لتصوير اللاعب خلال السباق مع التحرك مع اللاعب والتأكد من ظهور اللاعب داخل كدر التصوير بشكل جيد وعند إعطاء إشارة البدء يقوم اللاعب بالجري وعند المرو من بين البوابة يتم حساب الزمن لكل ١٠٠ متر وللمسافة ككل واستخراج عدد الخطوات من خلال التصوير وإدخال الفيديو علي برنامج tracker حتي يتم تبطئ الفيديو واستخراج عدد الخطوات لكل ١٠٠ متر وكل مائتي متر وللثلاثمائة متر وللسباق ككل وفي اليوم التالي تم قياس باقي الصفات البدنية

التجربة الأساسية

قام الباحث بإجراء التجربة الأساسية وذلك بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح على أفراد عينة البحث في الفترة من يوم السبت ١٢/١٠/٢٠١٩م وحتى يوم الخميس ٥/١٢/٢٠١٩م وذلك على إستاذ بنها الرياضي بواقع (٥) وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد أي بواقع (٤٠) وحدة تدريبية أثناء البرنامج التدريبي المقترح ككل.

١٠/٣ القياسات البعدية

أجريت القياسات البعدية على أفراد مجموعة عينة البحث وذلك باستخدام نفس الأدوات وبنفس الطريقة وفي نفس الظروف التي تم فيها القياس القبلي وذلك يومي السبت والأحد الموافق (٧ ، ٨) / ١٢ / ٢٠١٩م على الملعب الفرعي بإستاذ نادي الجيش

المعالجات الإحصائية

قام الباحث باستخدام برنامج Spss للمعالجات الإحصائية وبرنامج Excel وذلك لإيجاد المعاملات الإحصائية المناسبة للبيانات الخاصة بالبحث وبعد تفرغ البيانات استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية لتفسير النتائج:-

المتوسط الحسابي الانحراف المعياري اختبار ولكسون النسب المئوية.

عرض ومناقشة النتائج

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول

توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في الصفات البدنية لمتسابقين ٤٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي.

جدول (٥)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
جرى ٦٠٠ م	دقيقة	قبلي	١,٤٠٦	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	١,٣٣٢	٠,٠٠	٠,٠٠	
الجرى في المكان ٣٠ ث	عدد	قبلي	٩٠,٤٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	٩٩,٤٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الوثب العمودي	سم	قبلي	٥١,٨٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٤١
		بعدي	٥٩,٨٠	٠,٠٠	٠,٠٠	

تابع جدول (٥)

عدو ٢٠٠ م	ثانية	قبلي	٢٥,٩٥	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٢٤,٢٦	٠,٠٠	٠,٠٠	
٣٠ م حجل بالقدم اليمنى	ثانية	قبلي	٦,٥٢	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٥,٥٨	٠,٠٠	٠,٠٠	
الرشاقة	زمن	قبلي	٦,٧٨	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٦,٠٣	٠,٠٠	٠,٠٠	
عدو ١٠٠ م	ثانية	قبلي	١٢,٧٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٤١
		بعدي	١١,٧٤	٠,٠٠	٠,٠٠	
٣٠ م حجل بالقدم اليسرى	ثانية	قبلي	٦,٦٤	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٥,٤٤	٠,٠٠	٠,٠٠	
١ RM (أمامية)	كجم	قبلي	١٤٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٤١
		بعدي	١٥١	٠,٠٠	٠,٠٠	
١ RM (خلفية)	كجم	قبلي	٨١	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	٩٣	٠,٠٠	٠,٠٠	
١ RM (سمانة)	كجم	قبلي	٧٧	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٩٢	٠,٠٠	٠,٠٠	
١ RM (صدر)	كجم	قبلي	٦٤	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	٧٨	٠,٠٠	٠,٠٠	
١ RM (كتف)	كجم	قبلي	٤٢	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	٥٥	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوي = ١,٩٦

يتضح من جدول (٥) أن قيمة "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي وجود فروق ذا دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في المتغيرات البدنية ولصالح القياس البعدي



ويعزى الباحث التطور الذي حدث في ١٠٠م/عدو إلي استخدام تمارين مختلفة السرعة وتدريبات الأثقال وتدريبات التوافق والمرونة وتدريبات تدرج السرعة وهذا ما ساعد على تطور السرعة الانتقالية كما يعزى الباحث التطور الذي حدث في اختبار مسافة ٢٠٠م عدو و٦٠٠م جرى كاختبارات دالة على صفة تحمل السرعة الى التدريبات بطريقة الأعداء والتكرارات وتدريبات الجري المكوكي وتدريبات المسافات بشدات مختلفة ما بين المتوسطة وأقل من القصوى وهذا يتفق مع ما أشار إليه كلاً من بسطويسي احمد (١٩٩٩م) ، الاتحاد الدولي (٢٠٠٣م) ، محمد عثمان (١٩٩٠م) إلى أن تنمية السرعة تكون بالتدريب على التوافق والمرونة نظراً لارتباط السرعة بالقوة المميزة بالسرعة ارتباطاً كبيراً وهذا ما يساعد على تطور السرعة الانتقالية وأن تنمية السرعة تكون باستخدام تدريبات التدرج في السرعة وتدريبات الأثقال وتدريبات الوثب المختلفة بقدم واحدة والوثب العمودي بالقدمين (تدريبات القوة المميزة بالسرعة) .

كما يعزى الباحث التطور الذي حدث في اختبارات الوثب العمودي و٣٠م حبل بالقدم اليمني و٣٠م حبل بالقدم اليسرى كاختبارات دالة على صفة القوة المميزة بالسرعة إلى تدريبات الأثقال وتدريبات الوثب المختلفة بقدم واحدة والوثب العمودي بالقدمين والوثب العريض من الثبات والوثب للأمام والوثب الجانبي من فوق الحواجز .

وهذا يتفق مع ما أشار إليه تامر عويس الجبالي ٢٠٠٩م إلى أنه من أفضل الطرق لتنمية القدرة العضلية هو استخدام الصناديق مختلفة الارتفاعات والحواجز والكرات الطبية والأحبال المطاطة

كما يعزى الباحث التطور الذي حدث في اختبارات (١RM) إلى تدريبات الأثقال المتبعة داخل البرنامج التدريبي حيث أن هؤلاء اللاعبين لم يكونوا معتادين علي التدريب داخل صالة الأثقال مما أدى إلي وجود تطور ملحوظ في مستوى القوة العضلية

وتتفق هذا النتائج مع ما أشار إليه عبد العزيز النمر وناريمان الخطيب (٢٠٠٥) على أن القوة من الصفات القابلة للتحسن بمعدلات عالية خلال أسابيع قليلة وأن التدريب بالأثقال وُضِعَ أساساً لتنمية القوة العضلية والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتنمية القدرة العضلية ولها تأثير مباشر في ديناميكية الأداء المهاري و برامج الأثقال المخطط لها بعناية أدت إلى تنمية تحمل القوة والقدرة

العضلية حيث تزيد حجم الألياف العضلية ومساحة المقطع الفسيولوجي العضلي وزيادة تدفق الدم نتيجة لتوسع الأوعية الدموية

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع كلاً من أحمد محمد إبراهيم (١٩٩٩م) ، إياد محمد الشمري (٢٠٠٩م) ، رحيم رويح ، حسين مراد ، مي عزيز (٢٠١٧م) ، محمد عبد الموجود السيد (٢٠٠٣م) ، محمود عبد المحسن (٢٠١٥م) أن البرنامج التدريبي أدى إلي تحسن مستوي القدرات البدنية وبذلك يتحقق الفرض الأول
عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني

توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو ولصالح القياس البعدي.

جدول (٦)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الكينماتيكية وزمن أول ١٠٠ متر (٠ : ١٠٠ م) في سباق ٤٠٠ متر عدو للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
طول الخطوة	متر	قبلي	٢,٠١	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٢,١٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	
التردد	عدد/ زمن	قبلي	٣,٥٨	١,٠٠	١,٠٠	١,٤٦١
		بعدي	٣,٦٣	٣,٠٠	٩,٠٠	
السرعة	متر/ الثانية	قبلي	٧,٢٣	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٧,٦٤	٣,٠٠	١٥,٠٠	
عدد الخطوات	عدد	قبلي	٤٩,٦٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٤١
		بعدي	٤٧,٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الزمن	ثانية	قبلي	١٣,٨٣	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	١٣,٠٩	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوي = ١,٩٦

يتضح من جدول (٦) أن قيمة "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي وجود فروق ذا دلالة احصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع المتغيرات الكينماتيكية وزمن أول ١٠٠ متر ما عدا التردد ولصالح القياس البعدي

ويرجع الباحث التحسن الذي حدث في هذه المتغيرات الكينماتيكية إلي تحسن الصفات الخاصة فنجد أن أول ١٠٠ متر ترتبط بتحسن مستوى القوة العضلية والقدرة ومستوي الرشاقة والتوافق والمرونة وأن تحسن مستوى القوة والمرونة أدي إلي تحسن مستوى طول الخطوة وعدد الخطوات كما أن البرنامج التدريبي وما يشتمل عليه من تدريبات خاصة بطول الخطوة كان له أثر واضح أيضاً كما أن تحسن مستوى السرعة أدي إلي تحسن المستوى الرقمي كما أن عدم تحسن تردد الخطوة بالمستوي المطلوب يرجع إلي أن تحسن طول الخطوة وتردها في وقت واحد أمر صعب فالتحسن الملحوظ في طول الخطوة أمر إيجابي كما أن عدم انخفاض تردد الخطوة يعتبر أيضاً أمر إيجابي

جدول (٧)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الكينماتيكية وزمن ثاني ١٠٠ متر (١٠٠ : ٢٠٠ م) في سباق ٤٠٠ متر عدو للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
طول الخطوة	متر	قبلي	٢,٠٤	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٢,١٤	٣,٠٠	١٥,٠٠	
التردد	عدد/ زمن	قبلي	٣,٦١	٢,٧٥	١١,٠٠	٠,٩٤٤
		بعدي	٣,٥٧	٤,٠٠	٤,٠٠	
السرعة	متر/ الثانية	قبلي	٧,٣٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٧,٦٧	٣,٠٠	١٥,٠٠	
عدد الخطوات	عدد	قبلي	٤٩,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٦٠
		بعدي	٤٦,٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الزمن	ثانية	قبلي	١٣,٥٥	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	١٣,٠٣	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوي = ١,٩٦

يتضح من جدول (٧) أن قيمة "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي وجود فروق ذا دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع المتغيرات الكينماتيكية وزمن ثاني ١٠٠ متر ما عدا التردد ولصالح القياس البعدي

ويرجع الباحث التحسن الذي حدث في هذه المتغيرات الكينماتيكية إلي تحسن الصفات البدنية الخاصة كما أن البرنامج التدريبي وما يشتمل عليه من تدريبات خاصة بطول الخطوة كان له أثر واضح أيضاً كما أن تحسن مستوي السرعة أدى إلي تحسن المستوي الرقمي كما أن عدم تحسن تردد الخطوة بالمستوي المطلوب يرجع إلي أن تحسن طول الخطوة وتردها في وقت واحد أمر صعب فالتحسن الملحوظ في طول الخطوة أمر إيجابي كما أن عدم انخفاض تردد الخطوة يعتبر أيضاً أمر إيجابي

جدول (٨)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الكينماتيكية وزمن ثالث ١٠٠ متر (٢٠٠ : ٣٠٠ م) في سباق ٤٠٠ متر عدو للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
طول الخطوة	متر	قبلي	١,٩٥	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,١٢١
		بعدي	٢,٠٤	٣,٠٠	١٥,٠٠	
التردد	عدد/ زمن	قبلي	٣,٣٣	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٣,٤٢	٣,٠٠	١٥,٠٠	
السرعة	متر / الثانية	قبلي	٦,٥٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٦,٩٨	٣,٠٠	١٥,٠٠	
عدد الخطوات	عدد	قبلي	٥١,٢٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,١٢١
		بعدي	٤٩,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الزمن	ثانية	قبلي	١٥,٣٧	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	١٤,٣٠	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوي = ١,٩٦

يتضح من جدول (٨) أن قيمة "Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي وجود فروق ذا دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع المتغيرات الكينماتيكية وزمن من (٢٠٠ : ٣٠٠ م) ولصالح القياس البعدي ويرجع الباحث التحسن الذي حدث في هذه المتغيرات الكينماتيكية إلي تحسن الصفات الخاصة فنجد أنه قد حدث تحسن ملحوظ في المستوي الرقمي وذلك يرجع إلي تحسن مستوي

تحمل السرعة وتحمل القوة حيث أن اللاعبين كان يحدث لهم انخفاض ملحوظ في المسافة من ٢٠٠ - ٣٠٠ متر ولكن مع تحسن مستوي التحمل أدى إلي تحسن مستوي التردد وأن تحسن مستوي القوة والمرونة أدى إلي تحسن مستوي طول الخطوة وعدد الخطوات كما أن البرنامج التدريبي وما يشتمل عليه من تدريبات خاصة بطول الخطوة كان له أثر واضح أيضاً في تحسن المستوي الرقمي

جدول (٩)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى في المتغيرات الكينماتيكية وزمن رابع ١٠٠ متر (٣٠٠ : ٤٠٠ م) في سباق ٤٠٠ متر عدو للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
طول الخطوة	متر	قبلي	١,٩٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٧٠
		بعدي	٢,٠٢	٣,٠٠	١٥,٠٠	
التردد	عدد/ زمن	قبلي	٣,٤١	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٣,٤٦	٣,٠٠	١٥,٠٠	
السرعة	متر/ الثانية	قبلي	٦,٧٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٧,٠١	٣,٠٠	١٥,٠٠	
عدد الخطوات	عدد	قبلي	٥١,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٧٠
		بعدي	٤٩,٤٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الزمن	ثانية	قبلي	١٤,٩١	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	١٤,٢٦	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوي = ١,٩٦

يتضح من جدول (٩) أن قيمة "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي وجود فروق ذا دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع المتغيرات الكينماتيكية وزمن رابع ١٠٠ متر (٣٠٠ : ٤٠٠ م) ولصالح القياس البعدي

ويرجع الباحث التحسن الذي حدث في هذه المتغيرات الكينماتيكية إلي تحسن مستوي تحمل السرعة وتحمل القوة و مع تحسن مستوي التحمل أدى إلي تحسن مستوي التردد وأن تحسن مستوي القوة والمرونة أدى إلي تحسن مستوي طول الخطوة وعدد الخطوات كما أن البرنامج

التدريبي وما يشتمل عليه من تدريبات خاصة بطول الخطوة كان له أثر واضح أيضاً في تحسن المستوى الرقمي .

جدول (١٠)

اختبار ولكسون لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الكينماتيكية والمستوي الرقمي في سباق ٤٠٠ متر عدو للعينة قيد البحث

ن = ٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياسات	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
طول الخطوة	متر	قبلي	١,٩٩	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	٢,٠٧	٣,٠٠	١٥,٠٠	
التردد	عدد/ زمن	قبلي	٣,٤٨	٠,٠٠	٠,٠٠	١,٨٢٦
		بعدي	٣,٥٢	٢,٥٠	١٠,٠٠	
السرعة	متر/ الثانية	قبلي	٦,٩٣	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٧,٣١	٣,٠٠	١٥,٠٠	
عدد الخطوات	عدد	قبلي	٢٠٠,٨٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٣٢
		بعدي	١٩٢,٦٠	٠,٠٠	٠,٠٠	
الزمن	ثانية	قبلي	٥٧,٦٧	٣,٠٠	١٥,٠٠	٢,٠٢٣
		بعدي	٥٤,٦٩	٠,٠٠	٠,٠٠	

قيمة ذ (Z) الجدولية عند مستوى = ١,٩٦

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة "z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل على وجود فروق ذا دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع المتغيرات الكينماتيكية والمستوي الرقمي ما عدا التردد ولصالح القياس البعدي

ويرجع الباحث التطور الذي حدث في المستوى الرقمي إلي تنمية الصفات البدنية ومن هذه الصفات صفة تحمل السرعة التي كان لها أثر كبير علي تحسين المستوى الرقمي وكان لها تأثير إيجابي علي زمن السباق وظهر ذلك علي أفراد العينة قيد البحث خاصة في ٢٠٠م الأخيرة من مسافة السباق وأيضاً تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى عينة البحث كان له تأثير إيجابي على المستوى الرقمي لمسابقة ٤٠٠م/عدو حيث أن كما ان تحسين صفة القوة المميزة بالسرعة كان لها



تأثير إيجابي علي المستوى الرقمي كما أن تطوير صفة تحمل القوة لدى عينة البحث كان له تأثير إيجابي على المستوى الرقمي

وتتفق هذه النتائج مع دراسة " محمد عبد الموجود عبد العال" (٢٠٠٣) حيث أشار إلي وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعديّة في المستوى الرقمي وأزمة المقاطع لدي المجموعة التجريبية .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة أحمد محمد إبراهيم حسنين (١٩٩٩م) حيث أشار إلي أن استخدام التوقيت الزمني المقنن الناطق أدى الي تقنين الاحمال من حيث (تحقيق الازمنة المطلوب تنفيذها من مسافات العدو والجري التدريبية).

وتتفق هذه النتائج مع دراسة محمود عبدالمحسن (٢٠١٥م) حيث أشار إلي أن البرنامج التدريبي المقنن في ضوء نسب مساهمة الصفات البدنية أدي إلي تحسن الصفات البدنية والمستوي الرقمي وبذلك يتحقق الفرض الثاني

الإستخلاصات والتوصيات:

الإستخلاصات :

في ضوء ما تقدم من عرض للبيانات والنتائج وتفسيرها ومناقشتها وبناء على أهداف البحث وفروضه أمكن للباحث استنتاج النقاط التالية:-

- الصفات البدنية الخاصة لها تأثير إيجابي في تطوير المستوى الرقمي لعينة البحث.
- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسين المستوى الرقمي لمسابقة ٤٠٠م/عدو لعينة البحث
- التحليل الكينماتيكي يساعد في توجيه البرنامج التدريبي

التوصيات:

بناء على نتائج البحث والاستنتاجات التي توصل إليها الباحث وفي حدود العينة قيد البحث استطاع الباحث التوصل إلى مجموعة من التوصيات :

- الاهتمام بالتصوير والتحليل للوقوف علي الأمور الدقيقة التي يكون لها أثر في تطوير المستوى الرقمي

١. يجب الاهتمام بتدريب الصفات البدنية الخاصة في المراحل السنوية المختلفة وإدراجها ضمن برامج الإعداد للناشئين.



٢. تطبيق التدريبات المقترحة على مراحل سنوية مختلفة و مشابهة من الناشئين.
٣. بناء وتصميم البرامج التدريبية للناشئين على أسس تنمية وتطوير الصفات البدنية الخاصة لما لها من تأثير فعال في تطوير مستويات الأداء للناشئين في الاتجاه البدني.

المراجع

١. أحمد محمد إبراهيم (١٩٩٩م): تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام توقيت زمني مقنن لتحسين المستوى الرقمي لمتسابقى ٤٠٠ متر عدو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا
٢. الاتحاد الدولي لألعاب القوى (٢٠٠٦م): المراحل الفنية والخطوات التعليمية لألعاب القوى، مركز التنمية الإقليمي القاهرة ، نشرة متخصصة .
٣. إياد محمد الشمري (٢٠٠٩م) : أثر منهج تدريبي في تطوير صفة مطاولة السرعة وإنجاز ركض ٤٠٠م حرة للاعبين الناشئين ، (أطروحة دكتوراه) ، جامعة بغداد ، التربية الرياضية.
٤. بسطويسي أحمد (١٩٩٩م): أسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، ط١، القاهرة.
٥. تامر عويس الجبالي(٢٠٠٩م) : القدرة في الأنشطة الرياضية ، القاهرة .
٦. خالد عبد الحميد شافع (٢٠٠٨) : المتغيرات البيوميكانيكية المؤثرة علي متسابقى ٤٠٠م / عدو في المنحني ، بحث منشور ،المؤتمر الدولي ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية
٧. رحيم رويح ، حسين مراد ، مي عزيز (٢٠١٧م): أثر تدريبات التحمل الخاص بالأسلوب التدريب الباليستي في تركيز حامض اللاكتيك في الدم وإنجاز عدو ٤٠٠ متر حواجز ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الدولي الرابع لعلوم التربية الرياضية ، بابل ، العراق ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة
٨. سامي إبراهيم ، رأفت عبد المنصف (٢٠٠٨م) :تأثير استراتيجية مقترحة للتدريب البلومتری علي بعض المتغيرات الكينماتيكية ومستوى الإنجاز الرقمي لمتسابقى ٤٠٠م / عدو ، بحث منشور ،المؤتمر الدولي ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية



٩. عبد العزيز النمر وناريمان الخطيب (٢٠٠٥م). التدريب الرياضي - تدريب الأثقال ، تصميم برامج القوة وتخطيط الموسم التدريبي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
١٠. مایسة محمد ، فاتن أبو السعود (٢٠٠٨م) : دراسة مقارنة لثلاث برامج تدريبية مختلفة في بيئة الهيبوكسيك وتأثيرها علي الكفاءة الوظيفية وبعض عناصر اللياقة البدنية والمستوي الرقمي لسباق ٤٠٠م / عدو ، بحث منشور ، المؤتمر الدولي ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية
١١. محمد عبد الموجود السيد (٢٠٠٣م) : تأثير تطوير أزمنة المقاطع في سباق ٤٠٠م / عدو علي بعض القدرات الخاصة ومستوي الإنجاز الرقمي، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق
١٢. محمد عثمان (١٩٩٠م) : موسوعة العاب القوى (تكنيك- تدريب - تعلم - تحكيم) ، دار القلم للنشر والتوزيع ، الكويت
١٣. محمود عبد المحسن (٢٠١٥م) : تأثير برنامج تدريبي في ضوء نسب مساهمة الصفات البدنية علي المستوى الرقمي لناشئ ٤٠٠م عدو، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق

١٤- David, h., & middle., B.(٢٠٠٢) : Achieving strength gains specific to the demand of jumping event track coach, no. ١٦٠ summer

١٥-Paulo Jorge victor manuel(٢٠٠٤): speed strength endyrance and ٤٠٠m performance runners studies IAAF.

١٦-Lysander Pollitt, Josh Walker, Catherine Tucker and Athanassios Bissas Biomechanical Report For The iaaf the world champions london ٢٠١٧ ٤٠٠ m mens Carnegie School of Sport IAAF Project

١٧-Christine Hanon And Bruno Gajer (٢٠٠٩) : Velocity And Stride Parameters Of World - Class ٤٠٠- Meter Athletes Compared With Less Experienced Runners Laboratory of Biomechanics and Physiology, French National Institute of Sport, Paris, France; and ٢French Athletic Federation,Paris, France Journal of Strength and

١٨-Conditioning Research ٢٠٠٩ National Strength and Conditioning Association

١٩-Yamamoto & al. Analysis of the major men and women's ٤٠٠m races of ٢٠١٦. Bulletin of Studies in Athleticsof JAAF, Vol. ١٢, p.٩٨-١٠٣, ٢٠١٦ (in Japanese).



ملخص للبحث

أسباب الإلتحاق بالدراسات العليا وتأثيره على الحياة العملية للباحثين بمجال الرياضات المائية جامعة بنها

إسم الباحث : هشام عمر محمد فوزي أحمد

يهدف البحث لمعرفة أهم الأسباب التي دفعت الباحثين بمجال الرياضات المائية للإلتحاق بالدراسات العليا، وتأثير الحصول على الدرجة العملية (ماجستير - دكتوراة) على الحياة العملية. إستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث. يتكون مجتمع البحث من مجموع الباحثين الحاصلين على درجتي (ماجستير - دكتوراة) بمجال الرياضات المائية من عام ٢٠١٤ إلى ٢٠١٩. وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، ولجمع البيانات قام الباحث بإستخدام المقابلة الشخصية والاستبيان المفتوح وذلك لبناء الاستمارة

وقد أشارت النتائج أن الدراسات العليا لها تأثير مهم على الباحثين بشكل عام وذلك واضح من خلال تأثيرها على حياتهم العملية من زيادة في الراتب أو الترقى الوظيفي أو الحصول على فرص عمل أفضل. و تساعد الدراسات العليا الباحثين لاكتساب بعض المهارات المهمة التي تساعدهم في أداء عملهم بشكل أفضل، ويرجع الباحث ذلك بأن التفكير العلمي والذي يكتسبه الباحثين ببرامج الدراسات العليا يساعدهم في اتخاذ القرارات بشكل افضل. في حين غياب فرص العامل بالخارج لحملة الماجستير والدكتوراة. وأيضا الإهتمام والشغف بالبحث العلمي ليست من أولويات الباحثين.

وجاءت أهم التوصيات في ضرورة مراجعة لوائح وبرامج الدراسات العليا بما يتناسب مع طبيعة ومتطلبات سوق العمل. وتشجيع الباحثين على اختيار موضوعات بحثية ذات علاقة مباشرة بطبيعة عملهم. ودراسة سوق العامل خرج مصر ومعرفة متطلباته مما يساعد على تطوير برامج الدراسات العليا لخلق فرص عمل للباحثين.

(الكلمات المفتاحية: الدراسات العليا، الرياضات المائية، باحثين الدراسات العليا)



The reasons for joining postgraduate studies and the effect on the practical life of water-sports researchers, Benha University

Researcher name: Hesham Omar Mohamed Fawzi Ahmed

The research aims to find out the most important reasons that led researchers in the field of water sports to join postgraduate studies, and the effect of obtaining a practical degree (MA - PhD) on working life. The researcher used the descriptive method, as it suits the nature of the research. The research population consists of the total of researchers who obtained two degrees (Master - Doctorate) in the field of water sports from ٢٠١٤ to ٢٠١٩. The research sample was chosen intentionally, and to collect data the researcher used the personal interview and the open questionnaire to build the questionnaire.

The results indicated that postgraduate studies have an important impact on researchers in general, and this is evident through their influence on their working lives, such as an increase in salary, career advancement, or obtaining better job opportunities. Postgraduate studies help researchers to acquire some important skills that help them in performing their work better, and the researcher attributes this to the fact that the scientific thinking that researchers acquire with postgraduate programs helps them make better decisions. While the absence of opportunities for workers abroad to hold a master's and doctorate. Also, interest and passion for scientific research are not a priority for researchers.

The most important recommendations came in the necessity of reviewing the regulations and programs of graduate studies in a way that suits the nature and requirements of the labor market. And encourage researchers to choose research topics related directly to the nature of their work. And studying the labor market, Egypt came out and knowing its requirements, which helps in developing graduate programs to create job opportunities for researchers.

Keywords: postgraduate, water sports, postgraduate researchers



أسباب الإلتحاق بالدراسات العليا وتأثيره على الحياة العملية للباحثين بمجال

الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

م.د. / هشام عمر محمد فوزي أحمد

- مقدمة البحث

يعد القطاع التعليمي بشقيه من أهم قطاعات أي دولة لما له من دور أساسي في التنمية، فالدول المتقدمة تدرك أن في التعليم وسيلتها للحفاظ على التقدم ورفاهية الفرد، أما الدول النامية فأدركت أخيراً أن التعليم هو السبيل الوحيد لسد الفجوة بين التخلف والتقدم والتغلب على تحديات اليوم والمستقبل. (١٧:٢)

إن الثروة البشرية ذات الكفاءة والمهارة العالية والفرد القادر على الإنتاج والإبتكار هو أغلى ما تملكه الدول، وليس فقط بما تملكه من ثروات مادية، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال تعليم على مستوى عالٍ من الجودة، ويأتي التعليم الجامعي في قمة الهرم التعليمي ويحظى بأهمية بالغة؛ لأنه كلما زاد حجم خريجي الجامعات وفقاً للمتطلبات والمهارات الحديثة؛ زادت الطاقة الإنتاجية.

(٢٩:٤)

وتعتبر الدراسات العليا جزء لا يتجزأ من التعليم الجامعي، وبالتالي فهو يسعى لتحقيق نفس الأهداف التي تسعى لها مرحلة البكالوريوس، ولكنه يتفوق عليه في بعض الجوانب حيث أنه يعد خبراء مجال التخصص يمتلكون فهماً عميقاً للمحتوى المعرفي للفرع الذي يتخصصون فيه. ولأنهم يكونون أثناء دراستهم صلة وثيقة بأساتذتهم المتخصصين والمطلعين على أدق التفاصيل وأحدث المستجدات. كما تساعد الدراسات العليا على تكوين عقلية قادرة على النقد والتفكير الإبداعي والرؤية العلمية للأمور والكثير من المهارات العقلية بجانب المهارات المعرفية. وتتمتع الدراسات العليا ومنظومة البحث العلمي في مصر بهيكل ضخم من أعضاء هيئة التدريس والباحثين القابلين للتدريب. بالإضافة إلى تزايد في الاهتمام والتركيز على دور الدراسات العليا في بناء الكوادر اللازمة لتنمية مجالات البحث والتطوير. (٢١:٢) (٦:١)

إن الدراسات العليا تُسهم في إعداد أكاديميين يفهمون ما هو معروف في مجال تخصصهم، ويكتشفون ما هو غير معروف، ويخترعون صيغاً جديدة للفهم مع تقدمهم في الدراسة. وهم



يقدرّون ما يحصلون عليه من معرفة سابقهم، لكن لديهم الأستعداد لفحص هذه المعرفة بنظرة ناقدة، ومن ثم قبولها أو رفضها أو تعديلها حسبما يقتديه الموقف. (٢٢:٢)

وتعد الرياضات المائية من الرياضات التي أحدث الباحثين بها تطور ملحوظ في السنوات الأخيرة مثل أبحاث علوم الحركة التي تهتم للوصول لأفضل أداء، والباحثين المهتمين للوصول لأفضل طرق التعلم، وأبحاث التي تهتم بالحالة النفسية للسباحين وغيرها من الأبحاث التي تهتم بنشر وتطور الرياضة من جوانب مختلفة والباحثين بمجال الرياضات المائية من المفترض أن يمتلكون القدرة على الحفاظ على الأطر الفكرية الحالية والقدرة تجديد تلك الأطر بتخصصهم.

مشكلة البحث

وتعتبر الرياضات المائية، من أهم أنواع الرياضات المدرجة ضمن المسابقات الاولمبية، وقد شهد التاريخ تطورا بالغا سواء كان ذلك في الأداء أو في مستوى الإنجاز الذي ظهر جليا في تساقط الأرقام العالمية والأولمبية، فلقد مر الأداء بتطور ملحوظ منذ اكتشاف هذه اللعبة حتى تاريخنا الحالي. كما أنها تحتل أهمية متميزة بين سائر أنواع الرياضات الأخرى، والتي ظهر مقدار التقدم الكبير فيها في السنوات الأخيرة ، حيث يتوالى تحطيم الأرقام القياسية عاما بعد عام، ولقد اتفق بعض العلماء والأطباء والقادة الرياضيون على أن الرياضات المائية تعتبر من الرياضات ذات المكانة المرموقة للقيم العالية المتعددة بدنيا ونفسيا واجتماعيا التي يكتسبها ممارسيها كما أن هذه الرياضة المحبوبة للمجتمع تحتل مكانة بارزة في الدورات العالمية والاولمبية.

(٣ : ١٩) (٣ : ٩٩)

ويتزايد أعداد خريجي التربية الرياضية بشكل مستمر، ومع توجه الدول للإقتصاد الحر المبني على العرض والطلب تزداد التنافسية الشديدة في سوق العمل مما يدفع خريجي كليات التربية الرياضية على التطوير المستمر لإيجاد مكان مناسب في سوق العمل خاصة في مجال الرياضات المائية.

وهذا يتضح من السنوات الأخيرة، حيث لاحظ الباحث تزايد عدد طلاب الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية بشكل عام، والباحثين بمجال الرياضات المائية منهم بشكل خاص، حيث يعد مجال الرياضات المائية من المجالات الجاذبة للخريج. مما دفعني للتساؤل في معرفة ما هي الأسباب الدافعة لخريجي التربية الرياضية للإلتحاق بالدراسات العليا وخصوصا العاملين بمجال



الرياضات المائية. هل هي الرغبة في التطور المستمر نتيجة للمنافسة الشرسة بسوق العمل؟ أم يوجد أسباب أخرى؟ حيث لاحظ الباحث أن عدد من الباحثين بمجال الرياضات المائية لا يعملون بهذا المجال بل منهم من لا يعمل بالمجال الرياضي مطلقاً.

لذلك كان ولا بد من هذه الدراسة التي توضح ماهي الأسباب الحقيقية للإلتحاق بالدراسات العليا وما مدى تحقق تلك الأسباب على أرض الواقع، حيث معرفة الأسباب ومدى تحققها يصب في مصلحة الباحثين لمساعدتهم في رسم مستقبلهم بشكل أكثر واقعية. وتساعد تلك الدراسة الأساتذة والعلماء والباحثين القائمين على رسم سياسات ومناهج الدراسات العليا لفهم متطلبات سوق العمل وأهداف الباحثين وما مدى تحقق الأهداف المنشودة على أرض الواقع.

هدف البحث

يهدف البحث لمعرفة أهم الأسباب التي دفعت الباحثين بمجال الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها للإلتحاق بالدراسات العليا، وتأثير الحصول على الدرجة العملية (ماجستير - دكتوراة) على الحياة العملية.

تساؤلات البحث

1. ما هي أسباب التحاق الباحثين بمجال الرياضات المائية ببرامج الدراسات العليا بكلية التربية الرياضية جامعة بنها؟
2. ما تأثير الدراسات العليا بكلية التربية الرياضية جامعة بنها على الحياة العملية بمجال الرياضات المائية؟

منهج البحث

إستخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث من مجموع الباحثين الحاصلين على درجتي (ماجستير - دكتوراة) بمجال الرياضات المائية جامعة بنها منذ بدأ الدراسات العليا والبالغ عددهم ١٨٢ باحث

عينة البحث

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الباحثين الحاصلين على درجتي (ماجستير - دكتوراة) بمجال الرياضات المائية جامعة منذ عام ٢٠١٤ إلى ٢٠١٩ والبالغ عددهم ٦٥ باحث.



جدول (١)

توصيف عينة البحث

المجموع	/٢٠١٧ م٢٠١٨	/٢٠١٦ م٢٠١٧	/٢٠١٥ م٢٠١٦	/٢٠١٤ م٢٠١٥	/٢٠١٣ م٢٠١٤		
٢٩	١٢	٨	٦	٢	١	أساسية	ماجستير
١٠	٥	٢	١	١	١	استطلاعية	
١٦	٦	٤	٤	١	١	أساسية	دكتوراة
١٠	٣	٣	٢	١	١	استطلاعية	
٦٥	٢٦	١٧	١٣	٥	٤		المجموع

يوضح جدول (١) عدد أفراد العينة الأساسية والاستطلاعية البالغ عددهم (٦٥) واهتم الباحث على ضرورة احتواء العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (٢٠) ذكور وإناث من الحاصلين على الماجستير والدكتوراة لتكون العينة الاستطلاعية أكثر تمثيلاً وواقعية للعينة الأساسية البالغ عددهم (٤٥).

جدول (٢)

تابع توصيف العينة الأساسية

الإجمالي	الدرجة العلمية		العينة	م
	دكتوراه	ماجستير		
٢٧	١١	١٨	يعمل بمجال الرياضات المائية قبل الدراسات العليا	١
١١	٤	٧	حصل على عمل بمجال الرياضات المائية بعد الدراسات العليا	٢
٥	١	٤	لم يعمل قط بمجال الرياضات المائية	٣
٤٥	١٦	٢٩	الإجمالي	

يوضح جدول (٢) عدد أفراد العينة الأساسية البالغ عددهم (٤٥)، ويظهر الجدول تصنيف العينة الأساسية إلى ثلاث تصنيفات بالبحث. التصنيف الأول يشمل الباحثين الحاصلين على درجة الماجستير والدكتوراة الذين كانوا يعملون بمجال الرياضات المائية قبل الحصول على الدرجة العلمية وعددهم (٢٧) والتصنيف الثاني لباحثين عملوا بمجال الرياضات المائية بعد الدراسات

العليا وعددهم (١١) والتصنيف الأخير لباحثين بمجال الرياضات المائية لم يعملوا قط بمجال الرياضات المائية وحتى تاريخ الحصول على استجابات البحث منهم.

أدوات ووسائل جمع البيانات

استعان الباحث بمجموعة من وسائل وأدوات جمع البيانات وذلك لتصميم وبناء استمارتين الأولى لقياس اسباب الإلتحاق بالدراسات العليا والثانية لمعرفة تأثير الإلتحاق بالدراسات العليا على الحياة العملية. وكانت كالآتي:

المسح المرجعي

قام الباحث بالاطلاع على الكتب والمراجع والأبحاث العلمية والدراسات والبحوث المرتبطة (١:٤:٥:٦:٧:٨:٩:١٠) وذلك حتى يستطيع الباحث تحديد أهم المحاور والعبارات في الاستمارتين للعرض على السادة الخبراء.

الإستبيان المفتوح

قام الباحث بتصميم إستبيان مفتوح مرفق (١) على عدد ٢٠ فرد حاصلين على درجة الماجستير أو الدكتوراة في مجال الرياضات المائية لمعرفة اسباب الإلتحاق بالدراسات العليا للباحثين بمجال الرياضات المائية ومدى الإستفادة منها.

استطلاع رأي السادة الخبراء

بعد إجراء الخطوات السابقة توصل الباحث إلى الشكل المبدئي للإستمارتين وتم عرضهم على السادة الخبراء.

الاستمارة الأولى: اسباب الإلتحاق بالدراسات العليا

الاستمارة الثانية: أثر الدراسات العليا على الحياة العملية

وقد تم تصميم وتوزيع الإستمارتين إلكترونياً عن طريق (Google forms) وذلك لسهولة الوصول للعينة حيث يستطيع كل فرد الإستجابة عن طريق هاتفه المحمول أو أي جهاز حاسب آلي بمجرد الدخول على الموقع الإلكتروني المرسل له من الباحث. وأيضاً سرعة جمع البيانات حيث يتم تخزين وحفظ إستجابات العينة بمجرد الإنتهاء من الإجابة على الأسئلة. وأهتم الباحث بوضوح وسهولة الأسئلة مع مراعاة أن يكون الزمن الكلي للإجابة على الإستمارة لا تتعدى الثلاثة دقائق. وكل ذلك لضمان إهتمام العينة وصدق الإجابات. مرفق (٢) نموذج للإستمارة.

المعاملات العلمية للإستمارتين

صدق المحكمين:

تم عرضهم على السادة الخبراء في مجال الرياضات المائية لإبداء الرأي حول مدى صلاحية الإستمارتين ومفردات كل إستمارة على حدة، وملائمتها لعنوان البحث:

جدول (٣)

صدق المحكمين لإستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا

ن = ٥

م	العبارات	موافق	نسبة	غير موافق	نسبة
١	لأسباب إجتماعية: حيث الحصول على درجة الماجستير يعد من أوجه الواجهه الإجتماعية	٥	%١٠٠	٠	٠
٢	للبحث عن فرصة عمل أفضل	٥	%١٠٠	٠	٠
٣	كي أطور من نفسي في مجال تخصصي	٥	%١٠٠	٠	٠
٤	لزيادة الراتب في عملي	٥	%١٠٠	٠	٠
٥	الترقى الوظيفي	٥	%١٠٠	٠	٠
٦	حب وشغف للبحث العلمي	٤	%٨٠	١	%٢٠

يتضح من جدول (٣) نسبة آراء الخبراء في كل عبارة من عبارات الاستمارة، حيث تتراوح نسبة الموافقة على العبارات ما بين (٨٠%-١٠٠%) من مجموع آراء السادة الخبراء، وقد ارتضى الباحث نسبة أعلى من ٦٠% من مجموع آراء السادة الخبراء وارتضى الباحث جميع العبارات، ولم يكن هناك تعديل أو حذف أي عبارات.

جدول (٤)

صدق المحكمين لإستمارة أثر الدراسات العليا على الحياة العملية

ن=٥

م	العبارات	موافق	نسبة	غير موافق	نسبة
١	انتقلت إلى عمل أفضل بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة) / حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة) كان السبب الرئيسي لحصولي على عمل	٥	%١٠٠	٠	٠
٢	زاد الأجر (المرتب) الشهري بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٥	%١٠٠	٠	٠
٣	حصلت على ترقية بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٥	%١٠٠	٠	٠
٤	تلقيت عروض عمل أفضل داخل مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٥	%١٠٠	٠	٠
٥	تلقيت عروض عمل أفضل خارج مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٥	%١٠٠	٠	٠
٦	ساعدتني درجة (الماجستير/ الدكتوراة) في إكتساب خبرات كثيرة تساعدني في أداء عملي بشكل أفضل والنهوض بالمؤسسة التي أعمل بها	٥	%١٠٠	٠	٠
٧	النقطة البحثية أو مشكلة البحث كانت ذات صلة مباشرة بطبيعة عملي	٥	%١٠٠	٠	٠

يتضح من جدول (٤) نسبة آراء الخبراء في كل عبارة من عبارات الاستمارة، حيث كانت نسبة الموافقة على العبارات %١٠٠ من مجموع آراء السادة الخبراء، وارتضى الباحث جميع العبارات، ولم يكن هناك تعديل أو حذف أي عبارات.

صدق الاتساق الداخلي:

استخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي لحساب صدق الإستمارة وذلك بعرض الإستمارة على عدد ٢٠ افراد حاصلين على درجة الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضات المائية.

جدول (٥)

معامل الارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية لإستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا

ن=٢٠

م	العبارات	درجة الارتباط
١	لأسباب إجتماعية: حيث الحصول على درجة الماجستير يعد من أوجه الواجهه الإجتماعية	* * ٠,٨١٣
٢	للبحث عن فرصة عمل أفضل	* * ٠,٩٣٠
٣	كي أطور من نفسي في مجال تخصصي	* * ٠,٧٤٠
٤	لزيادة الراتب في عملي	* * ٠,٩٦٨
٥	التقري الوظيفي	* * ٠,٩١٠
٦	حب وشغف للبحث العلمي	* * ٠,٩٦٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٣٣

يوضح جدول (٥) وجود إرتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمحور، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور، وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ولم يقم الباحث بإستخدام صدق الاتساق الداخلي لإستمارة أثر الدراسات العليا على الحياة العملية وأكتفى بصدق المحكمين وذلك لطبيعة الإستمارة.

ثبات استمارة الاستبيان :

قام الباحث بإيجاد معامل ثبات إستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا وذلك بإستخدام طريقتين هما طريقة تطبيق الاختبار ثم اعادة تطبيقه، وطريقة معامل ألفا كرونباخ Coefficient Alpha. ولم يقم الباحث بإيجاد معامل ثبات إستمارة أثر الدراسات العليا على الحياة العملية وذلك لطبيعة الإستمارة حيث تعد الإستمارة جمع بيانات.

إستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا

ثبات إستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا بإستخدام تطبيق الاخبار ثم اعادة تطبيقه

استخدم الباحث تطبيق الاخبار ثم اعادة تطبيقه (Test - Retest) على أفراد العينة

الإستطلاعية وذلك بفاصل زمني قدره ١٥ يومًا.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني

م	التطبيق الأول	التطبيق الثاني		قيمة ر
		س	ع	
١	١,٩٥	١,٨٨٧	١,٨٥	٠,٩٣٩**
٢	١,٩٠	٠,٩١١	١,٧٠	٠,٨٢٨**
٣	١,٨٠	٠,٨٩٤	١,٩٠	٠,٦٨٤**
٤	٢,٠٥	٠,٨٨٧	١,٩٥	٠,٩٤٠**
٥	٢,١٠	٠,٨٥٢	١,٨٠	٠,٧٧١**
٦	١,٩٠	٠,٩١١	٢,٠٥	٠,٩١٧**

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنية ٠,٠٥ = ٠,٤٣٣

يتضح من جدول (٦) ان هناك ارتباط دال احصائياً بين التطبيق الاول والثاني عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على ثبات الاسمارة.

• ثبات إستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا بإستخدام معامل ألفا كرونباخ Coefficient Alpha

جدول (٧)

ثبات الإستمارة بتطبيق معامل ألفا كرونباخ

ن = ٢٠

م	الاستمارة	معامل ألفا كرونباخ
١	إستمارة اسباب الالتحاق بالدراسات العليا	٠,٨١٣

يوضح جدول (٧) معامل ألفا كرونباخ لبيان معامل الثبات للإستمارة ، والتي كانت (٠,٨١٣) مما يدل على أن الإستبيان ذو معامل ثبات جيد.

جدول (٨)

الخطة الزمنية لإجراءات البحث

م	المحتويات	لفترة الزمنية	
		من	إلى
١	المعاملات العلمية والدراسة الاستطلاعية	٢٠١٩/٦/١١	٢٠١٩/٧/٢٩
٢	التطبيق على العينة الأساسية والمعالجات الإحصائية	٢٠١٩/٨/١	٢٠١٩/١٠/٧
٣	عرض ومناقشة النتائج وكتابة الاستنتاجات والتوصيات	٢٠١٩/١٠/٩	٢٠١٩/١١/٢٨

يعرض جدول (٨) الخطة الزمنية لإجراءات البحث من المعاملات العلمية بتاريخ ٢٠١٩/٦/١١ حتى نهاية كتابة الاستنتاجات والتوصيات بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢٨.

المعالجات الإحصائية

- ١- النسبة المئوية
- ٢- معامل ارتباط بيرسون
- ٣- معامل الفا كرونباخ
- ٤- المجموع التقديري
- ٥- الوزن النسبي

عرض نتائج التساؤل الأول

ما هي أسباب إلتحاق الباحثين بمجال الرياضات المائية ببرامج الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية جامعة بنها؟



جدول (٩)

اسباب الإلتحاق بالدراسات العليا (للعاملين بمجال الرياضات المائية قبل الإلتحاق بالدراسات العليا)

ن=٢٧

الترتيب	الوزن النسبي	المجموع التقديرى	لا		إلى حد ما		نعم		العبارات	م
			%	ك	%	ك	%	ك		
٦	٦٠,٤٩	٤٩	٤٨,١٥	١٣	٢٢,٢٢	٦	٢٩,٦٣	٨	لأسباب إجتماعية: حيث الحصول على درجة الماجستير يعد من أوجه الواجهه الإجتماعية	١
٤	٧٤,٠٧	٦٠	٢٩,٦٣	٨	١٨,٥٢	٥	٥١,٨٥	١٤	للبحث عن فرصة عمل أفضل	٢
٣	٨٠,٢٥	٦٥	٢٥,٩٣	٧	٧,٤١	٢	٦٦,٦٧	١٨	كي أطور من نفسي في مجال تخصصي	٣
١	٨٢,٧٢	٦٧	١٤,٨١	٤	٢٢,٢٢	٦	٦٢,٩٦	١٧	لزيادة الراتب في عملي	٤
٢	٨١,٤٨	٦٦	١٨,٥٢	٥	١٨,٥٢	٥	٦٢,٩٦	١٧	الترقى الوظيفي	٥
٥	٦٩,١٤	٥٦	٣٣,٣٣	٩	٢٥,٩٣	٧	٤٠,٧٤	١١	حب وشغف للبحث العلمي	٦

يتضح من جدول (٩) أن أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (نعم) في العبارة رقم (٤,٥) بنسبة (٦٢,٩٦%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (١) بنسبة (٢٩,٦٣%)، بينما كانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (٦) بنسبة (٢٥,٩٣%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٣) بنسبة (٧,٤١%)، وكانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (لا) في العبارة رقم (١) بنسبة (٤٨,١٥%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٤) بنسبة (١٤,٨١%). وكان أعلى وزن نسبي في العبارة رقم (٤) بنسبة (٨٢,٧٢%)، وأقل وزن نسبي في العبارة رقم (١) بنسبة (٦٠,٤٩%).

جدول (١٠)

اسباب الالتحاق بالدراسات العليا (للعاملين بمجال الرياضات المائية بعد الإلتحاق بالدراسات العليا)

ن=١١

الترتيب	الوزن النسبي	المجموع التقديري	لا		إلى حد ما		نعم		العبارات	م
			%	ك	%	ك	%	ك		
٣	٧٥,٧٦	٢٥	٩,٠٩	١	٥٤,٥٥	٦	٣٦,٣٦	٤	لأسباب إجتماعية: حيث الحصول على درجة الماجستير يعد من أوجه الواجهه الإجتماعية	١
١	٩٣,٩٤	٣١	٠,٠٠	٠	١٨,١٨	٢	٨١,٨٢	٩	للبحث عن فرصة عمل أفضل	٢
٥	٦٦,٦٧	٢٢	٢٧,٢٧	٣	٤٥,٤٥	٥	٢٧,٢٧	٣	كي أطور من نفسي في مجال تخصصي	٣
٤	٦٩,٧٠	٢٣	٢٧,٢٧	٣	٣٦,٣٦	٤	٣٦,٣٦	٤	لزيادة الراتب في عملي	٤
٢	٨٤,٨٥	٢٨	٩,٠٩	١	٢٧,٢٧	٣	٦٣,٦٤	٧	الترقى الوظيفي	٥
٦	٥٧,٥٨	١٩	٤٥,٤٥	٥	٣٦,٣٦	٤	١٨,١٨	٢	حب وشغف للبحث العلمي	٦

يتضح من جدول (١٠) أن أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (نعم) في العبارة رقم (٢) بنسبة (٨١,٨٢%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٦) بنسبة (١٨,١٨%)، بينما كانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (١) بنسبة (٥٤,٥٥%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٢) بنسبة (١٨,١٨%)، وكانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (لا) في العبارة رقم (٦) بنسبة (٤٥,٤٥%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٢) بنسبة (٠,٠٠%). وكان أعلى وزن نسبي في العبارة رقم (٢) بنسبة (٩٣,٩٤%)، وأقل وزن نسبي في العبارة رقم (٦) بنسبة (٥٧,٥٨%).



جدول (١١)

اسباب الإلتحاق بالدراسات العليا (لم يعملوا بمجال الرياضات المائية)

ن = ٥

الترتيب	الوزن النسبي	المجموع التقديري	لا		إلى حد ما		نعم		العبارات	م
			%	ك	%	ك	%	ك		
١	٨٦,٦٧	١٣	٠,٠٠	٠	٤٠,٠٠	٢	٦٠,٠٠	٣	لأسباب إجتماعية: حيث الحصول على درجة الماجستير يعد من أوجه الواجهه الإجتماعية	١
٢	٧٣,٣٣	١١	٢٠,٠٠	١	٤٠,٠٠	٢	٤٠,٠٠	٢	للبحث عن فرصة عمل أفضل	٢
٣	٦٦,٦٧	١٠	٢٠,٠٠	١	٦٠,٠٠	٣	٢٠,٠٠	١	كي أطور من نفسي في مجال تخصصي	٣
٤	٦٠,٠٠	٩	٤٠,٠٠	٢	٤٠,٠٠	٢	٢٠,٠٠	١	لزيادة الراتب في عملي	٤
٥	٥٣,٣٣	٨	٤٠,٠٠	٢	٦٠,٠٠	٣	٠,٠٠	٠	الترقي الوظيفي	٥
٦	٤٦,٦٧	٧	٦٠,٠٠	٣	٤٠,٠٠	٢	٠,٠٠	٠	حب وشغف للبحث العلمي	٦

يتضح من جدول (١١) أن أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (نعم) في العبارة رقم (٣) بنسبة (٦٠,٠٠%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٥,٦) بنسبة (٠,٠٠%)، بينما كانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (٣,٥) بنسبة (٦٠,٠٠%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (١,٢,٤,٦) بنسبة (٤٠,٠٠%)، وكانت أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (لا) في العبارة رقم (٦) بنسبة (٦٠,٠٠%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (١) بنسبة (٠,٠٠%). وكان أعلى وزن نسبي في العبارة رقم (١) بنسبة (٨٦,٦٧%)، وأقل وزن نسبي في العبارة رقم (٦) بنسبة (٤٦,٦٧%).

مناقشة التساؤل الأول:

ما هي أسباب إلتحاق الباحثين بمجال الرياضات المائية ببرامج الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية جامعة بنها؟



أظهرت النتائج والمعاملات الإحصائية أن أسباب التحاق الباحثين ببرامج الدراسات العليا تختلف باختلاف الحالة الوظيفية والحياة العملية للباحث. فبالنسبة للباحثين العاملين بمجال الرياضات المائية كان السبب الرئيسي للإلتحاق ببرامج الدراسات العليا هو الحصول على زيادة في الراتب والترقي الوظيفي. بينما الباحثين العاملين بمجال الرياضات المائية بعد الإلتحاق بالدراسات العليا كان السبب الرئيسي هو البحث عن فرصة عمل أفضل، في حين غير العاملين بمجال الرياضات المائية كانت اهتماماتهم اجتماعية بشكل أكبر.

وللحقيقة فالنتائج واسباب الباحثين للإلتحاق بالدراسات العليا تعكس بشكل واقعي احتياجاتهم ولا ضير من ذلك، ولكن إن نظرنا عن كثب فسنجد أن الاهتمام والشغف بالبحث العلمي جاء في ذيل اهتمامات المجموعات الثلاثة. ويرجع الباحث ذلك إلى صعوبة الحياة العملية والتنافسية الشديدة بسوق العمل مما دفع الباحثين للتفكير بشكل أكثر عملية وبتأثير مباشر على احتياجاتهم، وإن المكاسب المادية الملموسة قد طغت على رفاهية الاهتمام وحب بالبحث العلمي للباحثين، وفي الحقيقة لا ضرر في ذلك بالكلية ولكن هو مؤشر وجب على العاملين في برامج الدراسات العليا أخذه بالاعتبار حيث اهتمام الباحثين وشغفهم بالبحث العلمي هو الضامن لجودة الأبحاث العلمية وابداع الأفكار البحثية.

عرض نتائج التساؤل الثاني

ما تأثير الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية جامعة بنها على الحياة العملية بمجال الرياضات المائية؟



جدول (١٢)

أثر الدراسات العليا على الحياة العملية (للعاملين بمجال الرياضات المائية قبل الإلتحاق بالدراسات العليا)

ن = ٢٧

م	العبارات	نعم		لا	
		ك	%	ك	%
١	إنتقلت إلى عمل أفضل بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	١٠	٣٧,٠٤	١٧	٦٢,٩٦
٢	زاد الأجر (المرتب) الشهري بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	١٩	٧٠,٣٧	٨	٢٩,٦٣
٣	حصلت على ترقية بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٧	٢٥,٩٣	٢٠	٧٤,٠٧
٤	تلقيت عروض عمل أفضل داخل مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٦	٢٢,٢٢	٢١	٧٧,٧٨
٥	تلقيت عروض عمل أفضل خارج مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٢	٧,٤١	٢٥	٩٢,٥٩
٦	ساعدتني درجة (الماجستير/ الدكتوراة) في إكتساب خبرات كثيرة تساعدني في أداء عملي بشكل أفضل والنهوض بالمؤسسة التي أعمل بها	٢٣	٨٥,١٩	٤	١٤,٨١
٧	النقطة البحثية أو مشكلة البحث كانت ذات صلة مباشرة بطبيعة عملي	١٥	٥٥,٥٦	١٢	٤٤,٤٤

يتضح من جدول (١٢) أن أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (نعم) في العبارة رقم (٦) بنسبة (٨٥,١٩%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٥) بنسبة (٧,٤١%).

جدول (١٣)

أثر الدراسات العليا على الحياة العملية (للعاملين بمجال الرياضات المائية بعد الإلتحاق بالدراسات العليا)

ن = ١١

م	العبارات	نعم		لا	
		ك	%	ك	%
١	حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة) كان السبب الرئيسي لحصولي على عمل	٧	٦٣,٦٤	٤	٣٦,٣٦
٢	الأجر (المرتب) الشهري مناسب لدرجتي العلمية (الماجستير/ الدكتوراة)	٣	٢٧,٢٧	٨	٧٢,٧٣
٣	تلقيت عروض عمل أفضل داخل مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٨	٧٢,٧٣	٣	٢٧,٢٧
٤	تلقيت عروض عمل أفضل خارج مصر بعد حصولي على درجة (الماجستير/ الدكتوراة)	٠	٠,٠٠	١١	١٠٠,٠٠
٥	ساعدتني درجة (الماجستير/ الدكتوراة) في إكتساب خبرات كثيرة تساعدني في أداء عملي بشكل أفضل والنهوض بالمؤسسة التي أعمل بها	٧	٦٣,٦٤	٤	٣٦,٣٦
٦	النقطة البحثية أو مشكلة البحث كانت ذات صلة مباشرة بطبيعة عملي	٣	٢٧,٢٧	٨	٧٢,٧٣

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء الثاني) (٢٢٣)



يتضح من جدول (١٣) أن أعلى نسبة مئوية في آراء عينة البحث الذين إختاروا (نعم) في العبارة رقم (٨) بنسبة (٧٢,٧٣%) وكانت أقل نسبة مئوية في العبارة رقم (٤) بنسبة (٠,٠٠%).

مناقشة التساؤل الثاني :

- ما تأثير الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية جامعة بنها على الحياة العملية بمجال الرياضات المائية؟

بالنسبة للعاملين بمجال الرياضات المائية قبل الإلتحاق بالدراسات العليا يتضح من النتائج والمعاملات الإحصائية أن الدراسات العليا كانت لها أثر على الباحثين في إكتساب خبرات كثيرة تساعدهم في أداء عملهم بشكل أفضل. ويرجع الباحث ذلك بأن التفكير العلمي والذي يكتسبه الباحثين ببرامج الدراسات العليا يساعدهم في اتخاذ القرارات بشكل افضل في الحياة العملية بل والشخصية أيضا وهذا يساعدهم كثيرا في أداء عملهم بشكل افضل. وهذا ما يؤكد محمود ظاهر الوهر (٢٠١٦) حيث أشار أن التعليم الجامعي لا يقتصر على تزويد الطالب بالمعرفة بينما يتعدى ذلك الى بناء شخصيته واتقان مجموعة كبير من المهارات التي تساعدة في العمل وفي الحياة بشكل عام.

أما بالنسبة للعاملين بمجال الرياضات المائية بعد الإلتحاق بالدراسات تظهر لنا النتائج والمعاملات العلمية أن الدراسات العليا وعلى الرغم انها لم تكن السبب الرئيسي لحصول النسبة الاكبر من العينة على عمل إلا انها كانت لها عامل مهم في حصول الغالبية منهم بنسبة (٧٢,٧٣%) على عروض عمل أفضل داخل مصر. وهذا مؤشر مهم لما تتمتع به الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية من قوة بالسوق المصرية. لكن وفي نفس الوقت تظهر النتائج عدم حصول أي من العينة على عروض عمل خارج وهو لا يعني بالضرورة ضعف الدراسات العليا في السوق الخارجية لتعدد العوامل لحدوث ذلك ولذا يتطلب دراسة الأمر.

الإستنتاجات

في ضوء تساؤلات البحث وإجراءاته من حيث المنهج المستخدم وعينة البحث وفي حدود ما توصل إليه الباحث من معلومات وبيانات والتحليل الذي قام به وبناء على المعالجات الإحصائية التي أجراها والتفسيرات التي اهتمدى إليها استخلص الباحث ما يلي :



- الدراسات العليا لها تأثير مهم على الباحثين بشكل عام وذلك واضح من خلال تأثيرها على حياتهم العملية من زيادة في الراتب أو الترقى الوظيفي أو الحصول على فرص عمل أفضل.
- تساعد الدراسات العليا الباحثين لاكتساب بعض المهارات المهمة التي تساعدهم في أداء عملهم بشكل أفضل، ويرجع الباحث ذلك بأن التفكير العلمي والذي يكتسبه الباحثين ببرامج الدراسات العليا يساعدهم في اتخاذ القرارات بشكل افضل.
- الإهتمام والشغف بالبحث العلمي ليست من أولويات الباحثين.
- النقاط البحثية لم تكن ذات صلة بطبيعة العمل لغالبية الباحثين.
- غياب فرص العامل بالخارج لحملة الماجستير والدكتوراة.

التوصيات

- بناء على ما تم من استنتاجات وما جاء بخصوص عرض النتائج ومن خلال تفسيرها يتقدم الباحث بالتوصيات الآتية :
- ضرورة مراجعة لوائح وبرامج الدراسات العليا بما يتناسب مع طبيعة ومتطلبات سوق العمل.
 - تشجيع الباحثين على اختيار موضوعات بحثية ذات علاقة مباشرة بطبيعة عملهم.
 - دراسة سوق العامل خرج مصر ومعرفة متطلباته مما يساعد على تطوير برامج الدراسات العليا لخلق فرص عمل للباحثين.
 - ضرورة اعطاء مميزات للحاصلين على الماجستير والدكتوراة من قبل القطاع العام والخاص لحث العاملين للإلتحاق بهذه البرامج بما يعود بالنفع على المؤسسة.

المراجع

أولا المراجع العربية :

- ١ اميرة محمد محمود عمر (٢٠١٩م) : " حدود تطبيق استراتيجيات إدارة التغيير في تطوير الأداء الجامعي " أطروحة (دكتوراة) جامعة بنها. / كلية التجارة. -قسم إدارة،
- ٢ بسنت نعمان إبراهيم عطوط : " دور التعليم الجامعي فى تحقيق التنمية الإقتصادية والإجتماعية : دراسة مقارنة " أطروحة (دكتوراة) - جامعة المنصورة. كلية الحقوق. قسم



الإقتصاد والمالية العامة

٣ محمد علي أحمد (٢٠٠٢م) : الموجز في الرياضات المائية، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

٤ محمود ظاهر الوهر (٢٠١٦م) : دليل التدريس في الدراسات العليا. الطبعة الثانية. دار الأمل. الأردن

ثانيًا المراجع الأجنبية :

- ٥ Barbara M. Kehm : Higher Education as a Field of Study and Research in Europe
- ٦ Barawid, Rachelle C. : Graduate Tracer Study seeks to address job Mismatch, Manila Bulletin, Publishing Corporation (٢٠١٢)
- ٧ Conrad I. Dotong, Even L. DE, et al : Tracer Study of Engineering Graduates of one Higher Education institution in the Philippines for Academic year ٢٠٠٩-٢٠١٢. (٢٠١٥)
- ٨ Debono, M. & Debono, A., Caruana, N : "Career Outcomes of Graduates ٢٠٠٢" Students Advisory Service Office of the Registrar in collaboration with WPDC, University of Malta. (٢٠٠٣)
- ٩ Kathryn Haughney, Shawnee, et al : Quality of Feedback in Higher Education: A Review of Literature. (٢٠٢٠)
- ١٠ Laguador, J.M., Dontong, C. I : Tracer Study of BS Computer Engineering Graduates of Lyceum of the Philippines University, International Journal of Management, IT and Engineering, ٣(٨): ٣٨٧-٤٠١
- ١١ Norma L. Menez : Tracer Study of the Masters in Business Administration (MBA) Graduates from ٢٠٠٨-٢٠١٢. (٢٠١٤)



ملخص للبحث

تأثير برنامج تعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح

الاسم : دكتور / محمود عبد المنعم غنيم محمد فضل

التخصص الدقيق : ألعاب القوى

الوظيفة : مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها

اسم الكلية : التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني : Mahmoud.ghonnim@fped.bu.edu.eg

هدف البحث : يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح ويتحقق ذلك من خلال:

معرفة تأثير البرنامج على الأداء الفني لمسابقة رمى الرمح .

معرفة تأثير البرنامج على مستوى الرقمي لمسابقة رمى الرمح .

المنهج المستخدم : إستخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين ، إحداهما تجريبية والثانية ضابطة، وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث. عينة البحث وخصائصها :

ويمثل مجتمع البحث طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ببها المقيدون للعام الجامعي

(٢٠١٩/٢٠٢٠م) ، وقام الباحث سحب ٨٠ طالب بالطريقة العشوائية من بين طلاب الفرقة الثانية لاستخدامهم

كعينة أساسية للبحث تم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة ، كما تم سحب عدد (٢٠)

طالب كعينة إستطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية لإيجاد المعاملات العلمية للبحث أهم الاستنتاجات :

في ضوء عينة البحث وأدوات جمع البيانات وأهداف البحث وفروض البحث و نتائج البحث ، تمكن الباحث من التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

- أن استخدام أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة له تأثير إيجابي وفعال على تحسين الأداء الفني بلغت(٤٥٣,٩%) ، في المستوى الرقمي بلغت (٥٤,٦٤%) ، والتحصيل المعرفي بلغت (٣٧٣,٥٦%) لصالح المجموعة التجريبية .

بيانات الإصدار : -----

Search Name :

Effect of an educational program with the kinetic duties style accompanying the various technological media on the technical performance, digital level and knowledge achievement of the javelin throw

Researcher Name : Dr. Mahmoud Abdelmoneim Ghoneim Mohamed Fadl

Faculty Name : Faculty of Physical Education

University Name : Banha

Name of the country : Egypt

E-mail : Mahmoud.ghonnim@fped.bu.edu.eg

Search aim: Aim of this research was to identify the effect of an educational program with the kinetic duties style accompanying the various technological media on the technical performance, digital level and knowledge achievement of the javelin throw. This aim was achieved through the following, knowing the effect of the program on the technical performance of the javelin throw, knowing the effect of the program on the digital level of the javelin throw and knowing the effect of the program on the cognitive achievement of a javelin contest.

Curriculum used the researcher used the experimental design that depends on the pre and post measurements of two groups, one is experimental and the other is controlled group.

Research Sample and Characteristics: random sample of 80 students from the second year (2019/2020) at the Faculty of Physical Education at Benha University were used for collecting data. They are divided into two groups, the first is experimental and the second is control group. A number of (20) student was withdrawn as a pilot study sample from the same research community sample

The most important results: the experimental group that used the kinetic meal method accompanying the multiple technological media outperformed the control group that used the use of the command method as differences appeared in the percentage of improvement between the two groups in favor of the experimental group and the percentage of improvement in technical performance reached (21,3%) and reached the digital level (10,7 %), and cognitive achievement was (31,3%) which indicates that the effect of the command method was less influence compared to the kinetic meals approach associated with the multiple technological media



تأثير برنامج تعليمي بإسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح

* د/ محمود عبد المنعم غنيم محمد فضل

المقدمة ومشكلة البحث :

كليات التربية الرياضية هي إحدى المؤسسات التربوية التي تتفرد بإعداد الكوادر الرياضية في مجال التدريس والتدريب والإدارة الرياضية ، حيث أن التعليم في مجال التربية الرياضية يمر بفترة تطوير تفرضها طبيعة العصر ، مما يستلزم فيها تغيير مناهجها وأهدافها وأساليب تدريسها ، والتربية الرياضية من حيث أنها معلومات وقوانين ومهارات يجب إجادتها هي أحوج ما تكون للإستفادة من كل وسائل التقدم العلمي من تقنيات وأساليب حديثة في تعلمها . (١٤ : ١٠٣)
وتشير **عفاف عبد الكريم (١٩٩٩م)** إلى أن جوهر الواجبات الحركية هو التنافس أو التصفية أو لإنشغال جميع الطلاب في وقت واحد كل وفقاً لقدراته الخاصة ومعدلات إنجازه وطموحاته، وفي هذا الأسلوب يحول قرار آخر من قرارات التنفيذ إلى الطالب وهو مستوى الصعوبة، حيث يتطلب من المعلم في مرحلة التخطيط أن يوفر إختيارات ذات مستويات متعددة في درجة الصعوبة لتحقيق الهدف النهائي، وهذا يسمح لكل طالب بإختيار المستوى الذي يتناسب مع قدراته، فنجد الطلاب يؤدون العمل بمستويات مختلفة، ويقومون بتقويم أدائهم، ويتخذون قرارات عن الخطوات التالية، وعلى المعلم أن يعطي الطلاب وقتاً للبدء وإكتساب خبرات في الخطوات الأولى، ثم يتحرك بعد ذلك ليعطي تغذية راجعة، فالهدف هنا هو تعليم الطالب أن يتخذ قرارات مناسبة عن مستوى البداية المناسب له، فإذا لاحظ المعلم خطأ في أداء العمل بالنسبة للمستوى المختار يطلب من الطالب أن يصف العمل ويتابع الأداء مرة أخرى، وينتظر المعلم ليرى إذا كان بإمكان المتعلم أن يحدد الخطأ، وإذا لم يتمكن على المعلم أن يرشده للأداء الصحيح.

(١١ : ١٢٦ - ١٢٩)

مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء الثاني) (٢٢٩)



وتذكر **وفيقه مصطفى سالم (٢٠٠١ م)** أن الوسائط المتعددة تستخدم في نقل وتقديم المعلومات بصورة غير خطية والإستفادة بالمدخل الحسية للمتعلم (البصرية - سمعية) وتوفير التفاعل بينه وبين مجموعة من الوسائط التعليمية التي تخزن عليها المعلومات في صورة نصوص مكتوبة ولقطات فيديو متحركة وثابته وصور ورسوم متحركة وثابته وأفلام والألوان متناسقة وتسجيلات صوتية وموسيقية وكذلك التحكم في الوصول إلى المعلومات بسرعة لتحقيق الأهداف التعليمية بكفاءة وفعالية . (١٩ : ٢٥٨)

ويتفق **كلاً من رامى صالح حلاوة و وليد أحمد الرحالة (٢٠٠٩ م)** على أن التقدم الجيد للإنجاز في مسابقات ألعاب القوى وخاصة مسابقات الرمي هو نتيجة لتحسين مستوى الأداء الفني ، وإتقان الأداء الفني فيها مساهمة كبيرة في تحقيق مؤشر جيد للمستوى الرقوى ، فلذلك يجب أن يستمر البحث بأفضل الطرق التي تتناسب مع كل مرحلة من المراحل التي يمر بها المتعلم و الاستخدام الأمثل لقدراته وإمكاناته في حل الواجب الحركي للمسابقة وربط جميع المراحل الفنية للخروج بوحدة واحدة متكاملة من أجل تحقيق أفضل إنجاز . (٨ : ٤٦٤)

وفيما يختص بالجانب المعرفي الذي يتناوله البحث ، يرى **كلاً من أحمد عبد الفتاح (٢٠٠٥)** و **أحمد السيد الموافي (٢٠٠٤ م)** أن كلما زاد إتقان المعارف النظرية وطرق تطبيقها وكذلك المعلومات الأساسية لمعلم التربية الرياضية كلما كان أقدر على تطوير وتنمية المستوى الرياضي للمتعلمين إلى أقصى حد ولا بد على المعلم أن يمتلك المعلومات والمعارف التي ترتبط بأسس تطوير المهارات الحركية . (٤ : ٢٠) (٣ : ١٣٠)

وتفق **كلاً من محمود جابر محمد (٢٠١٥)** و **ليلى السيد فرحات (٢٠٠١ م)** على أن المعرفة تعتبر جزء أساسى لتعليم المهارة والإحتفاظ بها وإرتفاع مستوى أدائها حيث تعتبر المرحلة المعرفية من أولى مراحل التعلم الحركي وأكثرها أهمية حيث من خلالها يلم المتعلم بالمهارة وأبعادها مما يساعد على تحقيق الهدف منها . (٣ : ١٥) (١٢ : ٣٣)

ويفق **كلاً من خير الدين عويس و أحمد ماهر أنور و محمد كامل عفيفى** إلى أن المراحل الفنية لمسابقة رمى الرمح هي :

١- مسك وحمل الرمح .

٢- الإقتراب .

٣- التمهيد لوضع الرمي أو خطوات الرمي التحضيرية .

٤- وضع الرمي و الرمي .

٥- التغطية . (٧ : ١٤٠)

ومن خلال عمل الباحث في تدريس مسابقات الميدان والمضمار التي يتضمنها المنهج الدراسي ، لاحظ أن طرق التعلم المستخدمة في التعليم تعتمد اساساً على أسلوب الأوامر وحالياً غير قادرة على الوصول بالطلاب للأداء الفني الصحيح للمسابقة نتيجة للزيادة العددية للطلاب في الشعبة الواحدة مما يؤدي إلى قصور في القدرات العقلية والنواحي المعرفية الخاصة بمسابقة رمي الرمح ، ومن هنا تظهر أهمية استخدام أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة في مسابقة تطور الإستراتيجيات التعليمية والإرتقاء بها وقد تساعد على تحقيق معدلات جيدة في سرعة التعليم ، الأمر الذي دعى الباحث إلى إجراء هذه الدراسة الحالية للتعرف على تأثير برنامج تعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمي الرمح

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمي الرمح ويتحقق ذلك من خلال:

٣- معرفة تأثير البرنامج على الأداء الفني لمسابقة رمي الرمح .

٤- معرفة تأثير البرنامج على مستوى الرقمي لمسابقة رمي الرمح .

٥- معرفة تأثير البرنامج على التحصيل المعرفي لمسابقة رمي الرمح .

فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمي الرمح لصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة الرمح لصالح القياس البعدي.



- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.
- ٤- المجموعة التجريبية تتفوق على المجموعة الضابطة في نسب التحسن للقياسات البعدية في الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي.

مصطلحات البحث :

١- أسلوب الواجبات الحركية :

ذلك الأسلوب الذي يراعى الفروق بين المتعلمين في قدراتهم البدنية والمهارية بحيث يراعى جميع مستويات الطلاب ويختار الطلاب المستوى الذي يتناسب مع قدراته والعمل على إشراك جميع الطلاب في الأداء في وقت واحد وكل حسب مستواه ويستمر في التقدم حتى يصل إلى الهدف ويكون دور المعلم هو ملاحظة أداء الطلاب. (١ : ٦٥)

٢- الوسائط التكنولوجية المتعددة:

عبارة عن أسلوب تكنولوجي حديث في مجال التعليم والتعلم لتقديم المعلومات بواسطة مجموعة من الوسائط المتعددة (النصوص المكتوبة - الرسومات - الصور - لقطات الفيديو - المؤثرات الصوتية والحركية) بطريقة خطية ومنظمة وذلك في إطار متكامل يعمل على جذب انتباه المتعلم بشكل يساعد على تحقيق أهداف التعليمية المحددة وبكفاءة . (٥ : ٢١)

٣- ورقة معيار الأداء:

هي وسيلة تعليمية يكتب فيها المعلم جميع التوضيحات والمهارات وكيفية الأداء أثناء فترة التطبيق ، والتوضيح قد يكون رسماً أو صوراً للمهارات التعليمية ومدون بها الكم لكل عمل (عدد التكرارات ، زمن الأداء) وتكون بمثابة خط الإتصال بين المعلم والمتعلم أو بين المتعلمين أنفسهم . (١٣ : ٩٩)

- الدراسات المرجعية :

- ١- أجرى كل من تشيلنج ومارى لو Schilling & Mary Lou (٢٠٠٠م) (٢٢) دراسة بعنوان " تأثير ثلاثة من أساليب التدريس على الأداء لطالبات الجامعات " وإستهدفت التعرف على تأثير كل من (أسلوب التوجيه بالأقران - أسلوب المتعدد المستويات - الأسلوب المتبادل) على مهارة التصويب الكرياجي في كرة اليد، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٢٠)



طالبة من الجامعة، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات متساوية قوام كل منهن (٤٠) طالبة، ومن أهم النتائج تحسن الأداء المهاري في كل من المجموعات بإستخدام أساليب التعليم الحديثة إلا أن الأسلوب المتعدد المستويات كان أفضل الأساليب يليه توجيه الأقران ثم الأسلوب المتبادل .

٢- قامت شرين عبد الحافظ محمد (٢٠٠٤ م) (٩) دراسة بعنوان التطبيق الذاتى متعدد المستويات وأثره على الأداء والدفعية لبعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنوفية ، ويهدف البحث إلى التعرف على تأثير إستخدام التطبيق الذاتى متعدد المستويات على المستوى الاداء المهارى والدافعية فى بعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، واستخدمة الباحثة المنهج التجريبي، وقامت الباحثة باختيار عينة قوامها (٤٠ طالبة) تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢٠) طالبة وتم إختيارهم بالطريقة العمدية من طالبات كلية التربية الرياضية للعام الجامعى ٢٠٠٣ / ٢٠٠٤ م ، وقد أسفرت النتائج إلى أسلوب التطبيق الذاتى متعدد المستويات قد ساهم إيجابياً فى تحسين الأداء المهارى والدافعية ومستوى التحصيل المعرفى للطالبات ، كما تفوق هذا الأسلوب على الأسلوب التقليدى المتبع فى الاداء المهارى والدافعية والتحصيل المعرفى .

٣- قام كلا من أبو النجا أحمد عز الدين و تامر جمال عرفة (٢٠١٦م) (٢) دراسة بعنوان : تأثير إستخدام أسلوب الواجبات الحركية على مستوى أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، ويهدف البحث إلى التعرف على تأثير التعلم بإستخدام أسلوب الواجبات الحركية فى درس التربية الرياضية على مستوى أداء بعض مهارات كرة القدم لتلاميذ الصف الثانى الإعدادى وذلك مقارنة بإستخدام أسلوب الأوامر ، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وقام الباحثان باختيار عينة قوامها (١٠٠) تلميذ من تلاميذ الصف الثانى الإعدادى والبالغ عددهم (٣١٢) تلميذا بطريقة عشوائية وتم تقسيم التلاميذ إلى مجموعة تجريبية قوامها (٤٠) تلميذ وأخرى ضابطة قوامها (٤٠) تلميذ ، وكان من أهم النتائج أن أسلوب الواجبات الحركية أفضل من أسلوب الأوامر فى تعليم مهارات كرة القدم قيد البحث .

التعليق على الدراسات المرجعية .

تناولت الدراسات المرجعية أساليب مختلفة لتعليم المهارات المختلفة فى مجال التربية الرياضية وقد ساعد هذه البحوث الباحث فى إختيار الأسلوب الذى تم إتباعه فى هذا البحث كما ساعده فى إختيار المنهج العلمى المناسب ووسائل جمع البيانات

إجراءات البحث :

١- منهج البحث :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي الذى يعتمد على القياسين القبلى والبعدى للمجموعتين ، إحداهما تجريبية والثانية ضابطة، وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

٢- مجتمع وعينة البحث

ويمثل مجتمع البحث طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ببنها المقيدون للعام الجامعي (٢٠١٩/٢٠٢٠م) ، وقام الباحث سحب ٨٠ طالب بالطريقة العشوائية من بين طلاب الفرقة الثانية لاستخدمهم كعينة أساسية للبحث تم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة ، كما تم سحب عدد (٢٠) طالب كعينة إستطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية لإيجاد المعاملات العلمية للبحث : كما موضح بالجدول رقم (١)

جدول (١)

تصنيف مجتمع البحث

مجتمع البحث	عدد أفراد العينة الإستطلاعية	عدد افراد العينة		تصنيف أفراد العينة
		الضابطة	التجريبية	
٨٠	٢٠	٣٠	٣٠	عدد أفراد كل تصنيف
%١٠٠	% ٢٥	% ٣٧,٥	% ٣٧,٥	النسبة المئوية

تجانس العينة :

تم التأكد من تجانس فى كل من متغيرات الجسمية (الطول، الوزن، العمر الزمنى)، (القياسات البدنية) ، (قياسات المهارية و المستوى الرقوى ،التحصيل المعرفى) وذلك من أجل ضبط متغيرات البحث .

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات (قيد البحث)

(ن = ٨٠)

المتغيرات	وحدة القياس	س/	ع	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	الطول	سم	١٦٩,٩٩	٠,٣٥٨	٠,٠٩٤-
	الوزن	كجم	٦٩,٧٣٠	٠,٥٤٧	٢,٨١٠-
	السن	سنة	١٩,١٧٥	٠,٣٨٢	١,٧٤٤
الأختبار البدنية	اختبار قوة القبضة اليمنى	كجم	٢٧,٥٥٠	٤,٧٤٣	٠,٤٦٤-
	اختبار قوة القبضة اليسرى	كجم	٢١,٠١٢	٣,٨٦٣	٠,٢١٨-
	رمى كرة الهوكى لابعده مسافة ممكنة	متر	٣٨,٤٥٠	٤,٦٤٨	٠,٩١٩
	اختبار الوثب العريض من الثبات	متر	٢,٠٣٥	٠,٢٢٢	٠,٣٢٠-
	اختبار العدو ٣٠ متر من البدء العالى	ث	٥,٨٧٦	٠,٥٥٨	٠,٣٣٢
	أختبار الف واللمس	سم	٢١,٦٠٦	٠,٩٧٩	١,٩٤٠
	الأداء الفنى	درجة	١٤,٥٨٧	٢,٩٢٨	٠,١٨٣-
المهارى	المستوى الرقمى	متر	١٩,٦٠٨	٠,٩٥٣	٢,١٩٩
	التحصيل المعرفى	درجة	٦,٠٢٥	١,٠٧٨	٠,١٧٥-

يتضح من الجدول (٢) الاتي أن جميع القيم معاملات الالتواء إنحصرت بين (٣ ،
٣-) مما يدل علي ان قياسات متغيرات البحث للعيينة الكلية قد وقعت تحت المنحي الإعتدالي
مما يدل علي تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .

تكافئ العينة البحث (التجريبية والضابطة) :

قام الباحث بتقسيم عينة البحث إلى مجموعتين متساويتين . إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ثم
إجراء التكافؤ بينهما وفقاً لنتائج القياسات القبيلة كما هو موضح بجدول (٣)

جدول (٣)

التكافؤ بين أفراد مجموعتين البحث (التجريبية والضابطة) في كل من متغيرات

(ن = ٦٠)

قيمة ت	فروق المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
		ع	س	ع	س			
١,٠٩٥	٠,١	٠,٠١٨	١٦٩,٩٩	٠,١٨٢	١٧٠,٠٣٣	سم	الطول	النمو
٠,٥٢٨	٠,٠	٠,٠٩٩	٦٩,٨٨٠	٠,٠٩٥٨	٦٩,٨٦٦	كجم	الوزن	
١,٥٢٣	٠,١-	٠,٤٠٦	١٩,٢٠٠	٠,٢٥٣	١٩,٠٦٦	سنة	السن	
٠,٧٧٧	٠,٨-	٣,٨٦٦	٢٩,١٣٣	٣,٧٧٣	٢٨,٣٦٦	كجم	اختبار قوة القبضة اليمنى	الأختبار البدنية
١,٦٤٢	١,٧-	٢,٤٣٠	٢٢,٤٣٣	٥,٠٠١	٢٠,٧٦٦	كجم	اختبار قوة القبضة اليسرى	
١,٠٠٨	١	٣,٠٤٥	٣٧,٩٦٦	٤,٤٩٧	٣٨,٩٦٦	متر	رمى كرة الهوكى لابعده مسافة ممكنة	
٠,٣٨١	٠,٠	٠,١٤٥	٢,٠٣٠	٠,٣١٢	٢,٠٥٤	متر	اختبار الوثب العريض من الثبات	
٠,٧٨٥	٠,١-	٠,٥٥٨	٥,٩٤٩	٠,٥٣٢	٥,٨٣٨	ث	اختبار العدو ٣٠ متر من البدء العالى	
٠,٦٥١	٠,٢	٠,٩٦٨	٢١,٦٠٠	١,٢٠١	٢١,٧٨٣	سم	أختبار الف واللمس	المهارى
٠,٤٨٢	٠,٤	٢,٨٥٦	١٤,٣٣	٣,٠٣٠	١٤,٧٠٠	درجة	الأداء الفنى	
٠,٧٣٦	٠,٢	٠,٨٨٣	١٩,٥٠٨	١,٠٢٥	١٩,٦٩٠	متر	المستوى الرقمى	
٠,٦٦٨	٠,٢	٠,٦٤٣	٦,٠٠٠	١,٢٠٥	٦,١٦٦	درجة	التحصيل المعرفى	

* قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٩٦

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في نتائج هذه المتغيرات ومما يشير إلى تكافؤ المجموعتين.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

١- الاختبارات البدنية . مرفق (٧)

بعد إطلاع الباحث على العديد من الابحاث العلمية توصل الباحث إلى الاختبارات التالية (اختبار قوة القبضة اليمنى واليسرى ، رمية كرة الهوكى لابعده مسافة ممكنة ، اختبار الوثب العريض من

الثبات ، اختبار العدو ٣٠ متر من البدء العالى ، اختبار اللف واللمس) والتي تناسب مع مسابقة رمى الرمح من خلال المسح المرجعى وإستطلاع رأى الخبراء ، فقام الباحث بإجراء القياسات البدنية على عينة البحث وذلك فى ذلك لإجراء المعاملات العلمية وللتأكد من تجانس وتكافؤ العينة قيد البحث .

٢- تصميم إستمارة تقييم مستوى الأداء المهارى لمسابقة رمى الرمح المناسبة للطلاب الفرقة الثانية فى صورتها الأولية ، وتم عرضها على الخبراء فى صورتها النهائية للتأكد من صدقها، وتحتوى الأستمارة على خمسة مراحل (مسك وحمل الرمح ، الاقتراب ، التمهيد لوضع الرمح أو خطوات الرمي التحضيرية ، وضع الرمي والرمي ، التغطية) ولقد وضع الخبراء لمرحلة مسك وحمل الرمح (٥ درجات) ، والاقتراب (٥ درجات) ، ومرحلة التمهيد لوضع الرمي أو خطوات الرمي التحضيرية (٤٠ درجة) ، وضع الرمي والرمي (٤٠ درجة) ، التغطية (١٠ درجات) ليصبح المجموع الكلى لتقييم المسابقة (١٠٠ درجة) ، وتم أخذ قياس مسافة الرمي لكل طالب فى التجربة البحث سواء (الاساسية و الاستطلاعية) لحساب المستوى الرقمى . مرفق (٩)

٣- إعداد برمجية (الوسائط التكنولوجية المتعددة) لمسابقة رمى الرمح وتحتوى على (النصوص التعليمية - مقاطع فيديو - الصور الثابتة - الأصوات - قانون المسابقة) مرفق (١٧)

٤- اختبار التحصيل المعرفي . اعداد الباحث مرفق (١٣) .

اتبع الباحث عند إعداد الإختبار المعرفي الخطوات التالية :

أولاً : تحديد الهدف من الاختبار .

قياس مستوى التحصيل المعرفي لعينة البحث فى المعلومات المعرفية المرتبطة بمسابقة رمى الرمح

ثانياً : تحديد المحاور الأساسية للإختبار المعرفي .

قام الباحث بالإطلاع على العديد من المراجع والدراسات والبحوث السابقة للتعرف على أهم المحاور التي يجب أن يتضمنها الإختبار المعرفي ثم تم وضعها فى إستمارة وعرضها على السادة الخبراء لتحديد النسبة المئوية للمحاور . مرفق (١١)

ثالثاً : الصورة النهائية للإختبار المعرفي .

من خلال آراء الخبراء وتحليلها تم التوصل إلى الصورة النهائية للإختبار المعرفي أصبح الإختبار في شكله النهائي مكون من (٣٤) عبارة . مرفق (١٣)

جدول (٤)

العدد النهائي لعبارات الأختبار المعرفي

م	المحاور	عدد العبارات	أرقام العبارات
١	محور التاريخي	٢	٢ ، ١
٢	محور المهاري	١٢	١٢ ، ٣
٣	محور القانون	٢٠	٣٤ ، ١٣
	المجموع	٣٤	

يوضح جدول (٤) العدد النهائي لعبارات الأختبار المعرفي بعد أخذ آراء السادة الخبراء ليصبح الأختبار في النهاية (٣٤ عبارة) يتمثل المحور التاريخي لعدد العبارات (٢ عبارة) ، محور المهاري (١٢ عبارة) ، محور القانون (٢٠ عبارة) .

حساب الثوابت الإحصائية والمعاملات العلمية للإختبار :

أولاً : تعليمات الأختبار :

تعد تعليمات الأختبار من أهم عوامل تطبيقه حيث يترتب عليها وضوح ووصول المطلوب إلى الطالب ، وبالتالي إلى الإجابة الصحيحة ، وقد راعى الباحث أن يتم كتابة تعليمات بلغة سليمة وصحيحة وواضحة بحيث تبعد عن الإطالة وكيفية تسجيل الطالب للإجابة الصحيحة في مكانها المحدد مع أهمية كتابة البيانات المطلوبة في ورقة الإجابة والتي تشمل على أسم و الشعبة والرقم

ثانياً : تحليل مفردات الاختبار :

قام الباحث بكتابة الأختبار المعرفي و يحتوي على (٣٤) عبارة كما هو موضح في جدول (٥) ، وقام بتطبيقه على عينة مميزة إستطلاعية قوامها (٢٠) طالباً بالفرقة الثالثة من خارج مجتمع البحث ممن سبق لهم دراسة مسابقة رمى الرمح بهدف التأكد من وضوح المفردات وحسن صياغتها وملائمتها وأيضاً حساب المعاملات العلمية (السهولة والصعوبة) لعبارات الأختبار وقد استخدم الباحث المعادلة التالية لحساب :

١- معامل لسهولة الصعوبة لعبارات الأختبار .



٢- صدق الإختبار .

٣- ثبات الإختبار .

$$\text{معامل السهولة} = \frac{\text{الإجابة الصحيحة للسؤال}}{\text{الإجابة الصحيحة} + \text{الإجابة الخاطئة}} = \frac{(\text{ص})}{(\text{ص} + \text{خ})}$$

حيث ص = عدد الإجابات الصحيحة،، خ = عدد الإجابات الخاطئة.

والعلاقة بين السهولة والصعوبة علاقة عكسية مباشرة، يعني أن مجموعهم يساوي الواحد

الصحيح أي أن :

معامل السهولة = ١ - معامل الصعوبة.

معامل الصعوبة = ١ - معامل السهولة.

معامل التميز = معامل السهولة × معامل الصعوبة



جدول (٥)

معامل لسهولة الصعوبة والتميز لعبارات الأختبار المعرفي

(ن = ٢٠)

المعاملات الإحصائية			رقم العبرة	المعاملات الإحصائية			رقم العبرة
التميز	الصعوبة	السهولة		التميز	الصعوبة	السهولة	
٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	١٩	٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	١
٠,٢٤	٠,٤٠	٠,٦٠	٢٠	٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٢
٠,١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	٢١	٠,١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	٣
٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٢٢	٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٤
٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٢٣	٠,٧٥	٠,٥٠	٠,٥٠	٥
٠,٢٢٧	٠,٣٥	٠,٦٥	٢٤	٠,٢٤	٠,٤٠	٠,٦٠	٦
٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٢٥	٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٧
٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٢٦	٠,٢٤٧	٠,٤٥	٠,٥٥	٨
٠,١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	٢٧	٠,٢٤٧	٠,٤٥	٠,٥٥	٩
٠,٢٤	٠,٤٠	٠,٦٠	٢٨	٠,٢٢٧	٠,٣٥	٠,٦٥	١٠
٠,٢٢٧	٠,٣٥	٠,٦٥	٢٩	٠,١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	١١
٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	٣٠	٠,٢٤	٠,٤٠	٠,٦٠	١٢
٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٣١	٠,٢٤	٠,٦٠	٠,٤٠	١٣
٠,١٦	٠,٢٠	٠,٨٠	٣٢	٠,٢٢٧	٠,٣٥	٠,٦٥	١٤
٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٣٣	٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	١٥
٠,٢٤	٠,٤٠	٠,٦٠	٣٤	٠,١٨٧	٠,٢٥	٠,٧٥	١٦
				٠,٢١	٠,٣٠	٠,٧٠	١٧
				٠,٧٥	٠,٥٠	٠,٥٠	١٨



يتضح من العرض السابق أن عبارات محاور الاختبار المعرفى يتميز بمعاملات السهولة حيث تتراوح بين (٠,٤٠ : ٠,٨٠) ، ومعامل الصعوبة تتراوح بين (٠,٢٠ : ٠,٥٠) ومعامل التميز يتراوح ما بين (٠,١٦ : ٠,٧٥) ومن خلال العرض السابق فيمكن إستخدام محاور عبارات الاختبار المعرفى قيد البحث كأداة لتقويم مستوى التحصيل المعرفى .

- **تصحيح الاختبار** : تم تصحيح الإختبار وذلك بأن أعطيت لكل إجابة صحيحة درجة واحدة وذلك لكل بند من بنود الإختبار وتم إعداد مفتاح تصحيح الاختبار .

-**المعاملات العلمية للاختبار المعرفي**:

-**الثبات** : جدول رقم (٧)

لحساب معامل الثبات قام الباحث بإستخدام طريقة تطبيق الإختبار على عينة البحث الإستطلاعية وأعيد التطبيق مرة أخرى وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين.

-**الصدق** : جدول رقم (٦)

لحساب معامل الصدق للإختبار المعرفي قام الباحثان بإستخدام صدق التمايز من المجموعتين أحدهما مميزة والأخرى غير مميزة وعددهم (٢٠) طالباً.

ثم قام الباحث بتحديد الزمن اللازم للإختبار مستخدماً المعادلة الرياضية التالية لحساب الزمن :

$$\frac{\text{الزمن الذي استغرقه أول طالب} + \text{الزمن الذي استغرقه آخر طالب}}{2} = \text{الزمن اللازم للاختبار}$$

وبذلك أمكن تحديد زمن الإختبار المعرفي وكان (١٥) دقيقة

الدراسة الاستطلاعية :

أجرى الباحث دراستين إستطلاعتين فى الفترة من ٢٥ / ٩ / ٢٠١٩ م إلى ٨ / ١٠ / ٢٠١٩ م ، وقام الباحث فيها بالآتى :

الدراسة الاستطلاعية الأولى

وفيهما قام الباحث بدراسة تفصيلية لمجتمع البحث من الفترة ٢٥ / ٩ / ٢٠١٩ م إلى ٢٦ / ٩ / ٢٠١٩ م ، وذلك بهدف :

-دراسة صلاحية الإمكانيات المتاحة من أجهزة وأدوات رياضية يمكن للباحث الإستفادة منها خلال التجربة .



-التأكد من صلاحية هذه الأماكن لتطبيق التجربة وهل متوافر ملعب أو أماكن تدريب.

وقد أسفرت نتيجة التجربة الاستطلاعية الأولى على ما يلي :

- الإستغناء عن بعض الأدوات وإستبدالها بأدوات أخرى وإختيار الأدوات طبقا لقدرات التلاميذ وقدراتهم الفردية .

- التدريس فى الملعب مع مراعات عوامل الأمن والسلامة .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية فى الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٢٨ / ٩ / ٢٠١٩ م حتى يوم الاحد الموافق ٨ / ١٠ / ٢٠١٩ م . وقد أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٢٠) أفراد ومن نفس المرحلة السنية و خارج عينة البحث الأصلية .

وذلك من أجل تحقيق أهداف التالية :

١- تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياسات وتسجيل البيانات .

٢ - تطبيق إحدى وحدات البرنامج التعليمى لمعرفة مدى إستجابة التلاميذ لها .

٣- التعرف مدى إدراك الطلاب مسابقة رمى الرمح .

٢- التأكد من تحقيق المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة فى البحث .

وقد أسفرت نتيجة الدراسة الاستطلاعية الثانية على الآتى :

- بعد التعرف على أفراد العينة وجد الباحث أن أفراد العينة لا يعرفون شئ عن مسابقة رمى الرمح

- قام الباحث بحساب المعاملات العلمية المختارة من صدق وثبات وكانت على النحو التالى :

صدق الاختبارات :

١- الصدق التمايز للاختبارات :

إستخدم الباحث طريقة صدق التمايز للتأكد من صدق الاختبارات البدنية ومستوى الإنجاز من خلال تطبيق الاختبارات على عينة مكونة من (٢٠) طالب وهم من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية كعينة غير مميزة ، و (٢٠) طالب من الفرقة الثالثة كعينة مميزة ومن خلال حساب دلالة الفروق بين المجموعتين وكانت النتائج كما هو موضح بجدول التالية



جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميّزة وغير المميّزة في بعض القدرات البدنية و الأداء الفني
والمستوى الرقْمى والتحصيل المعرفى قيد البحث

(ن = ٢٠ = ٢٠)

قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميّزة		المجموعة المميّزة		وحدة القياس	المتغيرات	
		الفرقة الثانية		الفرقة الثالثة				
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٣,٠١٩	٤,٤	٥,٥١٠	٢٣,٩٥٠	٣,٣٤١	٢٨,٣٠٠	كجم	اختبار قوة القبضة اليمنى	الأختبار البدنية
٤,٢١٩	٣,٤	٢,٨٨١	١٩,٢٥٠	٢,١٦٤	٢٢,٦٥٠	كجم	اختبار قوة القبضة اليسرى	
٣,٠٦٥	٥,٦	٦,٦٣٦	٣٨,٤٠٠	٤,٨٢٩	٤٤,٠٢٥	متر	رمى كرة الهوكى لابعد مسافة ممكنة	
٢,٨٧٢	٠,٢	٠,١٥٥	٢,٠١٥	٠,٢١٣	٢,١٨٤	متر	اختبار الوثب العريض من الثبات	
٢,٦٥٧	٠,٥-	٠,٦١٢	٥,٨٢٦	٠,٤٩٠	٥,٣٦٠	ث	اختبار العدو ٣٠ متر من البدء العالى	
٨,٣٣٣	٢,٥	٠,٤٨٩	٢١,٣٥٠	١,٢٦٠	٢٣,٨٧٠	سم	أختبار الف واللمس	
١٦,٦١٥	٥٧,٠	٣,٠٠	١٤,٨٠٠	١٥,٠٤	٧١,٨٠٠	درجة	الأداء الفني	المهارى
١٢,١٩٤	٧,١	٠,٩٧٩	١٩,٦٣٥	٢,٤٠٨	٢٦,٧٢٥	متر	المستوى الرقْمى	
٢٣,٢٦٢	١٦,٦	٠,٩٨٨	٦,٣٥٠	٣,٠٢٤	٢٢,٩٠	درجة	التحصيل المعرفى	

* قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٩٦

يتضح من جدول (٦) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على وجود فروق إحصائية دال معنوياً بين المجموعتين المميّزة وغير المميّزة في نتائج الإختبارات البدنية والمستوى الرقْمى والفنى والتحصيل المعرفى ، ومما يشير إلى صدق الإختبارات المستخدمة

الثبات :

قام الباحث بتطبيق الإختبارات البدنية ومستوى الإنجاز على عينة البحث الإستطلاعية وعددهم (٢٠) طالب وتم إعادة تطبيقها وبفاصل زمني قدره (١٠) أيام بين التطبيقين وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني كما يوضحه الجدول (٧).

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في بعض القدرات البدنية الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي قيد البحث (ن = ٢٠)

قيمة (ر)	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠,٧٣٩	٢,٦-	٥,٢٥٦	٢٦,٥٠٠	٥,٥١٠	٢٣,٩٥٠	كجم	اختبار قوة القبضة اليمنى	الأختبار البدنية
٠,٧٤٦	٢,٤-	٣,١٤٨	٢١,٦٠٠	٢,٨٨١	١٩,٢٥٠	كجم	اختبار قوة القبضة اليسرى	
٠,٦٥١	٢,٠-	٧,٩٦٩	٤٠,٤٠٠	٦,٦٣٦	٣٨,٤٠٠	متر	رمى كرة الهوكي لابعده مسافة ممكنة	
٠,٥٨٨	٠,٠	٠,١١٩	٢,٠٥٤	٠,١٥٥	٢,٠١٥	متر	اختبار الوثب العريض من الثبات	
٠,٨١٢	٠,٢	٠,٥٣١	٥,٦٢٢	٠,٦١٢	٥,٨٢٦	ث	اختبار العدو ٣٠ متر من البدء العالي	
٠,٦٠١	٠,١-	٠,٥١٠	٢١,٤٥٠	٠,٤٨٩	٢١,٣٥٠	سم	أختبار الف واللمس	
٠,٨٠٣	١,٥-	٢,٥٣٦	١٦,٣٠٠	٣,٠٠	١٤,٨٠٠	درجة	الأداء الفني	المهاري
٠,٨٦٢	٠,٢-	١,١٣٦	١٩,٨٤٠	٠,٩٧٩	١٩,٦٣٥	متر	المستوى الرقمي	
٠,٧٥٥	٠,٢-	٠,٩٩٨	٦,٥٥٠	٠,٩٨٨	٦,٣٥٠	درجة	التحصيل المعرفي	

قيمة " ر " الجدولية عند درجة حرية ١٩ ومستوى معنوي ٠,٠٥ = ٠,٤٣٣

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في نتائج متغيرات قيد البحث وكانت قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على ثبات الإختبارات المستخدمة لدرجة عالية .

- البرنامج التعليمي :

طبقاً للهدف من البحث والإستعانة بالمراجع والدراسات المرجعية ، تم وضع برنامج تعليمي للمجموعة الضابطة بإستخدام أسلوب (الأوامر) وكذلك تم إستخدام (أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة) في البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية وذلك لمعرفة تأثير أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة وأشكال تطبيقها على مستوى الأداء الفني و التحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح وإستغرق تنفيذ البرنامج (٨) أسابيع وإشتمل على (١٦) محاضرة، بواقع (٢) محاضرة أسبوعياً، زمن المحاضرة (٩٠) دقيقة.

- التوزيع الزمني للوحدات التعليمية :

سوف يستغرق تنفيذ البرنامج (٨) أسابيع يتم تنفيذ البرنامج من خلال وحدات تعليمية، وتم تقسيمها إلى عدد (١٦) وحدة تعليمية، بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد طبقاً للخطة الدراسية بالكلية، مع العلم بأن زمن المحاضرة العملي في ألعاب القوى (٩٠) دقيقة، وقد تم إستخدام أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة مع أفراد المجموعة التجريبية مرفق (١٧) ، كما تم إستخدام الأسلوب المتبع (الشرح اللفظي والنموذج) مع أفراد المجموعة الضابطة وتفصيل الوحدة التعليمية موضحاً على النحو التالي :

جدول (٨)

التوزيع الزمني لمحتوى البرنامج التعليمي لمسابقة رمى الرمح

أسلوب التعلم بالأوامر		أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة				أساليب التدريس		أجزاء الوحدة التعليمية
إجمالي الزمن لأجزاء الدرس	زمن الدرس الواحد	الأسبوع	الأسبوع	إجمالي الزمن لأجزاء الدرس	زمن الدرس الواحد	الأسبوع	الأسبوع	
٨٠ق	٥ق	١٦	٨	٨٠ق	٥ق	١٦	٨	الإحماء
١٦٠ق	١٠ق	١٦	٨	١٦٠ق	١٠ق	١٦	٨	التهيئة البدنية
٩٦٠ق	٦٠ق	١٦	٨	٩٦٠ق	٦٠ق	١٦	٨	الجزء الرئيسي
١٦٠ق	١٠ق	١٦	٨	١٦٠ق	١٠ق	١٦	٨	الجزء التقويمي
٨٠ق	٥ق	١٦	٨	٨٠ق	٥ق	١٦	٨	الجزء الختامي
١٤٤٠ق	٩٠ق	١٦	٨	١٤٤٠ق	٩٠ق	١٦	٨	الإجمالي

القياسات القبلي :



بعد التأكد من توافر كافة الشروط العلمية والفنية والإدارية وإستكمال كافة الإجراءات لبدء تنفيذ البحث بتطبيق القياس القبلي فى الفترة من الاربعاء ٢٠١٩/١٠/٩ م حتى السبت ٢٠١٩ / ١٠ / ١٢ م .

تنفيذ التجربة الأساسية :

تم تنفيذ البرنامج التعليمى على المجموعتين بحيث تؤدي كل مجموعة البرنامج بالأسلوب المتبع لها عن المجموعة الأخرى وذلك إبتداءً من يوم الأحد الموافق ١٣ / ١٠ / ٢٠١٩ م وحتى يوم الأحد ٨ / ١٢ / ٢٠١٩ م لمدة (٨) أسابيع بمعدل وحدتين أسبوعياً لكل مجموعة وزمن الوحدة (٩٠) .

القياس البعدي :

بعد الإنتهاء من تنفيذ البرنامج، تم تطبيق الإختبارات البعدية في كل من الإختبارات المهارية وإختبار التحصيل المعرفي وذلك يوم الأثنين الموافق ٩ / ١٢ / ٢٠١٩ م إلى يوم الخميس الموافق ١٢ / ١٢ / ٢٠١٩ م للمجموعتين وتسجيل القياسات البعدية.

المعالجات الإحصائية :

اعتمد الباحث على الاساليب الاحصائية الملائمة لتطبيق البحث وهدفه فى معالجة البيانات احصائياً وتم معالجة البيانات عن طريق برنامج (spss) وكانت الاساليب الإحصائية المستخدمة هي :

- المتوسط الحسابى (س /) .
- الوسيط .
- الإنحراف المعياري (ع) .
- معامل الإلتواء (ل) .
- معامل السهولة والصعوبة والتميز .
- معامل الإرتباط بيرسون (ر) .
- اختبار "ت"
- النسبة المئوية (%) .



عرض ومناقشة النتائج :

أولاً: عرض النتائج :

جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدى في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينة

البحث التجريبية (ن = ٣٠)

الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		ع	س/	ع	س/		
الأداء الفني	درجة	٣,٠٣٠	٨١,٤٣٣	٥,٥٦٢	٦٦,٧-	٥٥,٩٩	
المستوى الرقمي	متر	١٩,٦٩٠	٣٠,٤٥٠	٢,٠٩٤	١٠,٨-	٢٥,١١٣	
التحصيل المعرفي	درجة	٦,١٦٦	٢٩,٢٠٠	٢,٤٢٦	٢٣,٠-	٤٦,١٢٣	

* قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية (٢٩) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٠٤

يتضح من جدول (٩) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لعينة البحث التجريبية، مما يدل على وجود فروق إحصائية دالة معنوياً بين القياسين القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى.

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدى في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينة

البحث الضابطة (ن = ٣٠)

الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		ع	س/	ع	س/		
الأداء الفني	درجة	٢,٨٥٦	٦٤,١٠٠	٦,٧٤٣	٤٩,٨-	٣٩,٩٩٠	
المستوى الرقمي	متر	١٩,٥٠٨	٢٥,٦٦٦	٢,٣٨٦	٦,٢-	١٣,٨٩٥	
التحصيل المعرفي	درجة	٦,٠٠٠	٢٠,٠٦٦	٢,٣٣٣	١٤,١-	٣٢,٠٢٣	

* قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية (٢٩) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٠٤

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لعينة البحث التجريبية ، مما يدل على وجود فروق إحصائية دالة معنوياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمت (ت) للفروق بين القياسين البعديين في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينتي البحث التجريبية والضابطة (ن = ١ = ٢ = ٣٠)

قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الإختبارات
		ع	/س	ع	/س		
١٠,٨٦١	٤,٥	٦,٧٤٣	٦٤,١٠٠	٥,٥٦٢	٨١,٤٣٣	درجة	الأداء الفني
٨,٢٥٢	٤,٨	٢,٣٨٦	٢٥,٦٦٦	٢,٠٩٤	٣٠,٤٥٠	متر	المستوى الرقمي
١٤,٨٦٠	٩,١	٢,٣٣٣	٢٠,٠٦٦	٢,٤٢٦	٢٩,٢٠٠	درجة	التحصيل المعرفي

* قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية (٥٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٩٦

يتضح من جدول (١١) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في نتائج الإختبار الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة الوثب الثلاثي، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين لعينتي البحث التجريبية والضابطة في جميع الإختبارات، لصالح القياس البعدي للعينة التجريبية .

جدول (١٢)

نسبة التحسن القياس القبلي عن البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة في نتائج الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح (ن = ٢ = ٣٠)

المجموعة الضابطة (ن = ٣٠)		المجموعة التجريبية (ن = ٣٠)			وحدة القياس	البيان المتغيرات	
%	بعدي	قبلي	%	بعدي			قبلي
٣٤٧,٢١٩	٦٤,١٠٠	١٤,٣٣٣	٤٥٣,٩	٨١,٤٣٣	١٤,٧٠٠	درجة	الأداء الفني
٣١,٥٦٦	٢٥,٦٦٦	١٩,٥٠٨	٥٤,٦٤	٣٠,٤٥٠	١٩,٦٩٠	متر	المستوى الرقمي
٢٦٥,٥٦	٢٠,٠٦٦	٦,٠٠٠	٣٧٣,٥٦	٢٩,٢٠٠	٦,١٦٦	درجة	التحصيل المعرفي

يتضح من جدول (١٢) أن نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية و الضابطة في الأداء الفني بلغت (٤٥٣,٩%) للتجريبية و(٣٤٧,٢١٩%) للضابطة ، في المستوى الرقمي بلغت (٥٤,٦٤%) للتجريبية و(٣١,٥٦٦%) للضابطة ، والتحصيل المعرفي بلغت (٣٧٣,٥٦%) للتجريبية و(٢٦٥,٥٦%) للضابطة .

جدول (١٣)

نسبة التحسن بين القياسين البعديين في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينتي البحث التجريبية والضابطة (ن = ٢ = ٣٠)

%	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الإختبارات
		ع	س/	ع	س/		
٢١,٣%	٤,٥	٦,٧٤٣	٦٤,١٠٠	٥,٥٦٢	٨١,٤٣٣	درجة	الأداء الفني
١٥,٧%	٤,٨	٢,٣٨٦	٢٥,٦٦٦	٢,٠٩٤	٣٠,٤٥٠	متر	المستوى الرقمي
٣١,٣%	٩,١	٢,٣٣٣	٢٠,٠٦٦	٢,٤٢٦	٢٩,٢٠٠	درجة	التحصيل المعرفي

يتضح من جدول (١٣) أن نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية و الضابطة في الأداء الفني بلغت (٢١,٣%)، وبلغت في المستوى الرقمي (١٥,٧%)، والتحصيل المعرفي بلغت (٣١,٣%)
ثانياً: مناقشة النتائج :

استرشاداً لما تم عرضه من الجداول السابقة تمكن الباحث من مناقشة تفسير النتائج وذلك في ضوء الأهداف والفروض من أجل محاولة التوصل إلى حل مشكلة البحث .

مناقشة نتائج الفرض الأول :

يتضح من الجدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينة البحث التجريبية .

حيث يتضح إرتفاع المتوسطات الحسابية للقياس البعدي عن القياس القبلي للأداء الفني والرقمي التحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح ، مما يدل على وجود فروق إحصائية دال معنوياً بين القياسين القبلي و البعدي في النتائج ، لذلك وجب دراسة الفروق بين هذه المتوسطات .

ويتضح من خلال الجدول (٩) أن المتوسطات الحسابية للأداء الفني في القياس القبلي (١٤,٧٠٠ درجة) بينما في القياس البعدي (٨١,٤٣٣ درجة) والفرق بين المتوسطين (-٦٦,٧ درجة) ، بينما مستوى الرقمي في القياس القبلي (١٩,٦٩٠ متر) بينما في القياس البعدي (٣٠,٤٥٠ متر) والفرق بين المتوسطين (- ١٠,٨ متر) ، بينما التحصيل المعرفي الفني في القياس القبلي (٦,١٦٦ درجة) بينما في القياس البعدي (٢٩,٢٠٠ درجة) والفرق بين المتوسطين (-٢٣,٠٠٠ درجة) .

ويتضح نفس الجدول (٩) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج (الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح) لصالح القياس البعدي ، حيث بلغت قيمة (ت) للأداء الفني (٥٥,٩٩) ، وفي مستوى الرقمي بلغت قيمة (ت) (٢٥,١١٣) ، وفي التحصيل المعرفي بلغت قيمة (ت) (٤٦,١٢٣) لصالح القياس البعدي ، حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠,٠٥

ويرجع الباحث ذلك إلى أن البرنامج التعليمي بأسلوب الوجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة كأسلوب تدريسي مقترح ، وما تضمنه من تحديد واجبات حركية معينة موضوعة بعناية فائقة حيث روعي فيها التدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب



مما خلق جو تعليمي ساعد على فهم وإستيعاب جوانب التعلم وإستخدام الوسائط التكنولوجية والتي وتتضمن أكثر من وسيط في التعليم (النص المكتوب - الصوت - الموسيقى - الفيديو أدى إلى زيادة الأداء الفني والمهارى والتحصيل المعرفى فى لمسابقة رمى الرمح ، هذا بالإضافة متابعة الباحث المستمر للطالب أثناء عملية التعلم ، وتقديم التغذية الراجعة فى التوقيت المناسب.

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه نتائج كلاً من: اوسوز وجببيرسيل **Osthuz & Griesel** (١٩٩٢ م) (٢١) ، تشيلنج ومارى لو **Schilling & Mary Lou** (٢٠٠٠ م) (٢٢) ، هشام محمد انور (٢٠٠٣ م) (١٦) ، شرين عبد الحافظ محمد (٢٠٠٤ م) (٩) ، هيثم حسنى السيد (٢٠٠٥ م) (١٧) ، وائل سلامة المصرى (٢٠١٢ م) (١٨) ، ابو النجا أحمد عز الدين وتامر جمال عرفة (٢٠١٦ م) (٢) . والتي أشارت إلى فاعلية أسلوب الواجبات الحركية فى تعلم المهارات الأساسية فى الأنشطة الرياضية المختلفة. حيث أن أسلوب الواجبات الحركية يزيد من معدل الأداء الفني والرقمى والتحصيل المعرفى .

وهذا ما تؤكدده عفاف عبد الكريم (١٩٩٠ م) حيث أوضحت أن هذا أسلوب الواجبات الحركية فى التعليم مهم وذو فائدة فى مراحل تعلم المهارة حيث أن المتعلمين يحتاجوا إلى التعرف على النقاط المهمة بعد كل محاولة ليساعدهم على تصحيح أدائهم ، فهذا الاسلوب يعتبر توفير معلم لكل متعلم . (١٠ : ١٢٦)

وبالتالى تم تحقيق من نتائج الفرض الأول للبحث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى الأداء الفني والمستوى الرقمى والتحصيل المعرفى لمسابقة رمى الرمح لصالح القياس البعدي .

مناقشة نتائج الفرض الثانى :

يتضح من الجدول (١٠) المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي فى نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمى والتحصيل المعرفى لمسابقة رمى الرمح لعينة البحث الضابطة

حيث يتضح إرتفاع المتوسطات الحسابية للقياس البعدي عن القياس القبلي للأداء الفني والرقمى التحصيل المعرفى لمسابقة رمى الرمح ، مما يدل على وجود فروق إحصائية دال معنوياً بين القياسين القبلي و البعدي فى النتائج ، لذلك وجب دراسة الفروق بين هذه المتوسطات .



ويتضح من خلال الجدول (١٠) أن المتوسطات الحسابية للأداء الفني في القياس القبلي (١٤,٣٣٣ درجة) بينما في القياس البعدي (٦٤,١٠٠ درجة) والفرق بين المتوسطين (-٤٩,٨ درجة)، بينما مستوى الرقوى في القياس القبلي (١٩,٥٠٨ متر) بينما في القياس البعدي (٢٥,٦٦٦ متر) والفرق بين المتوسطين (-٦,٢ متر)، بينما التحصيل المعرفي الفني في القياس القبلي (٦,٠٠ درجة) بينما في القياس البعدي (٢٠,٠٦٦ درجة) والفرق بين المتوسطين (-١٤,١ درجة).

ويتضح نفس الجدول (١٠) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج (الأداء الفني والمستوى الرقوى والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح) لصالح القياس البعدي، حيث بلغت قيمة (ت) للأداء الفني (٣٩,٩٩٠)، وفي مستوى الرقوى بلغت قيمة (ت) (١٣,٨٩٥)، وفي التحصيل المعرفي بلغت قيمة (ت) (٣٢,٠٢٣) لصالح القياس البعدي، حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.

ويرجع الباحث هذا التقدم الذي طرأ على المجموعة الضابطة إلى الدور الإيجابي الذي يقوم به المعلم في الطريقة المتبعة والتي تعتمد على التقديم اللفظي من قبل المعلم عن المهارة ووصفها وصفاً دقيقاً بالإضافة إلى عرض نموذج للمهارة المتعلمة بطريقة صحيحة ودقيقة من قبل المعلم مع تكرار النموذج لمشاهدة الطلاب المهارة كاملة وكذلك تقديم التغذية الراجعة للطلاب من وقت لآخر أثناء الوحدة التعليمية والتعليق على الأخطاء الشائعة وكيفية تصحيحها وذلك لأفراد المجموعة الضابطة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات هشام محمد انور (٢٠٠٣ م) (١٦)، شرين عبد الحافظ محمد (٢٠٠٤ م) (٩)، هيثم حسنى السيد (١٧)، وائل سلامة المصرى (٢٠١٢ م) (١٨)، والتي أشارت إلى أن أسلوب التعليم بالأوامر له تأثير إيجابي على تعلم المهارات الأساسية لدى المتعلمين.

وبالتالى تم تحقيق من نتائج الفرض الثانى للبحث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الأداء الفني والمستوى الرقوى والتحصيل المعرفي لمسابقة الرمح لصالح القياس البعدي.



مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من الجدول (١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمت (ت) للفروق بين القياسين البعديين في نتائج إختبارات الأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح لعينتي البحث التجريبية والضابطة

حيث يتضح إرتفاع المتوسطات الحسابية للقياس البعدي عن القياس القبلي للأداء الفني والرقمي التحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح ، مما يدل على وجود فروق إحصائية دال معنوياً بين القياسين القبلي و البعدي في النتائج ، لذلك وجب دراسة الفروق بين هذه المتوسطات . ويتضح من خلال الجدول (١١) أن المتوسطات الحسابية للأداء الفني في القياس القبلي (٨١ درجة) بينما في القياس البعدي (٦٤,١٠٠ درجة) والفرق بين المتوسطين (٤,٥ درجة) ، بينما مستوى الرقمي في القياس القبلي (٣٠,٤٥٠ متر) بينما في القياس البعدي (٢٥,٦٦٦ متر) والفرق بين المتوسطين (٤,٨ متر) ، بينما التحصيل المعرفي الفني في القياس القبلي (٢٦,٢٠٠ درجة) بينما في القياس البعدي (٢٠,٠٦٦ درجة) والفرق بين المتوسطين (٩,١ درجة) .

ويتضح نفس الجدول (١١) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج (للأداء الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح) لصالح القياس البعدي ، حيث بلغت قيمة (ت) للأداء الفني (١٠,٨٦١) ، وفي مستوى الرقمي بلغت قيمة (ت) (٨,٢٥٢) ، وفي التحصيل المعرفي بلغت قيمة (ت) (١٤,٨٦٠) لصالح القياس البعدي ، حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠,٠٥

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من اوسوز وجببيرييل **Osthuze &Griesel**

(١٩٩٢ م) (٢١) ، تشيلنج وماري لو **Schilling & Mary Lou** (٢٠٠٠ م) (٢٢) ، هشام محمد انور (٢٠٠٣ م) (١٦) ، شرين عبد الحافظ محمد (٢٠٠٤ م) (٩) ، هيثم حسنى السيد (٢٠٠٥ م) (١٧) ، وائل سلامة المصري (٢٠١٢ م) (١٨) ، ابو النجا أحمد عز الدين وتامر جمال عرفة (٢٠١٦ م) (٢) .

والتي أشارت إلى أن أسلوب الواجبات الحركية يحقق أعلى مستويات معدل التقدم عن المجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح - النموذج) .



وبالتالى تم تحقيق من نتائج الفرض الثالث للبحث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة فى الأداء الفنى والمستوى الرقمى والتحصيل المعرفى لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

مناقشة نتائج الفرض الرابع :

يتضح من الجدول (١٢) ، (١٣) نسبة التحسن القياس القبلى عن البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة و نسبة التحسن بين القياسين البعديين فى نتائج إختبارات الأداء الفنى والمستوى الرقمى والتحصيل المعرفى لمسابقة رمى الرمح لعينتي البحث التجريبية والضابطة

يتضح من جدول (١٢) أن نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية و الضابطة فى الأداء الفنى بلغت (٤٥٣,٩%) للتجريبية و(٣٤٧,٢١٩) للضابطة ، فى المستوى الرقمى بلغت (٥٤,٦٤%) للتجريبية و(٣١,٥٦٦) للضابطة ، والتحصيل المعرفى بلغت (٣٧٣,٥٦%) للتجريبية و (٢٦٥,٥٦%) للضابطة .

ويتضح من جدول (١٣) أن نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية و الضابطة فى الأداء الفنى بلغت (٢١,٣%)، وبلغت فى المستوى الرقمى(١٥,٧%)، والتحصيل المعرفى بلغت (٣١,٣%) ، ويتضح من نسب التحسن تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى نسب التحسن ويرجع الباحث هذا التقدم فى نسب التحسن إلى إستخدام البرنامج المتبع مع المجموعة التجريبية.

كما يرجع الباحث تقدم المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة إلى إعتقاد المجموعة التجريبية على أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة كما لعبت الوسائط فى البرنامج المستخدم على فهم وإستيعاب شكل المهارة وأدائها بصورة صحيحة وسليمة مما كان له أثر كبير على تعلم وإتقان المهارة والوصول بها إلى أعلى المستويات أما الجانب المعرفى تطبيق أسلوب جديد فى التعليم وهو مصاحبة البرنامج للوسائط التكنولوجية المتعددة والتي تميز بتأثير الإيجابى فى عرض المعلومات والمعارف المرتبطة بمسابقة رمى الرمح والتي ساهمت فى أكتساب عينة البحث المعرفة والمعلومات الخاصة بالمحتوى التعليمى للمسابقة عن طريق الوسائط التكنولوجية الامر الذى لم يتوفر لهؤلاء العينة فى القياس القبلى فقد



جاءت النتائج لصالح القياس البعدي ، أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة أدى إلى تقدم عينة البحث في المستوى (الفنى والرقمى و المعرفى) .
وإعتماد المجموعة الضابطة الطريقة المتبعة (الشرح - النموذج) على المعلم الذي يقوم بإتخاذ كافة القرارات من التخطيط والتنفيذ والتقييم، ودور المتعلم هو أن يؤدي، وأن يتابع، وأن يطيع مما يجعل موقف المتعلم يتسم بالسلبية وهذا يشاع جواً من الملل وعدم الرضا بين الطلاب، هذا بالإضافة إلى أن هذا الأسلوب لا يعطي المعلم فرصة لإعطاء كل طالب التغذية الراجعة المناسبة لأداءه وذلك لأن وقت الجزء المخصص للتعلم لا يتسع إلى ذلك وقد يكون ذلك هو أحد العوامل التي لا تساعد على التحسن في الأداء .

كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه ألفريد Alfred (٢٠٠١م) (٢٠) أن أسلوب التعلم بالأوامر لا يعطى الوقت الكافي لكل طالب لأداء أكبر عدد من المرات، ولا يسمح للمعلم بتصحيح الأخطاء لجميع الطلاب فى وقت واحد، كما أنه يقلص إلى حد كبير من القدرات الإبداعية لدى الطلاب، حيث أنه يلقى بكل المسؤولية فى العملية التعليمية على المعلم من خلال إتخاذ القرارات المتعلقة بالوحدة التعليمية قبل التعليم، وأثناء تنفيذ الدرس، والتقييم أثناء وبعد المواقف التعليمية خلال الوحدة التعليمية.

وبالتالى تم تحقيق من نتائج الفرض الرابع للبحث المجموعة التجريبية تتفوق على المجموعة الضابطة في نسب التحسن للقياسات البعدية في الأداء الفنى والمستوى الرقمى والتحصيل المعرفى .

الإستنتاجات والتوصيات:

الإستنتاجات :

في ضوء عينة البحث وأدوات جمع البيانات وأهداف البحث وفروض البحث و نتائج البحث ، تمكن الباحث من التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

٣- أن استخدام أسلوب الواجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة له تأثير إيجابى وفعال على تحسين الأداء الفنى بلغت (٤٥٣,٩%) ، في المستوى الرقمى بلغت (٥٤,٦٤%) ، والتحصيل المعرفى بلغت (٣٧٣,٥٦%) لصالح المجموعة التجريبية .



٤- أن استخدام أسلوب الأوامر له تأثير إيجابي وفعال على تحسين الأداء الفني بلغت (٣٤٧,٢١٩%) ، في المستوى الرقمي بلغت (٣١,٥٦٦%) ، والتحصيل المعرفي بلغت (٢٦٥,٥٦%) لصالح المجموعة الضابطة .

٥- تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدم أسلوب الوجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على المجموعة الضابطة التي استخدمت أسلوب الأوامر حيث ظهرت الفروق في نسبة التحسن بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية وبلغت نسبة التحسن في الأداء الفني (٢١,٣%)، وبلغت في المستوى الرقمي (١٥,٧%)، والتحصيل المعرفي بلغت (٣١,٣%) مما يدل على أن تأثير أسلوب الأوامر كان أقل تأثيراً مقارنة بأسلوب الوجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة .

-التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث و الإستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي

الباحث بما يلي :

١- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الوجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة في تعلم مسابقات الميدان والمضمار لما له تأثير إيجابي على المستوى الفني والمستوى الرقمي والتحصيل المعرفي لمسابقة رمى الرمح .

٢- إستخدام إستمارة تقييم الأداء الفني لرمى الرمح في عملية تقييم مسابقة رمى الرمح ، وضرورة تصميم إستمارات لباقي مسابقات الميدان والمضمار .

٣- إجراء دراسات مماثلة بغرض لمعرفة مدى فاعلية أسلوب الوجبات الحركية المصاحب للوسائط التكنولوجية المتعددة على عينات مختلفة ومسابقات أخرى من مسابقات الميدان والمضمار.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١. أبو النجا أحمد عز الدين: طرق التدريس و التربية العملية ،مكتبة الكتب العرب، ٢٠٠٥م .
٢. أبو النجا أحمد عز الدين و تامر جمال عرفة : تأثير إستخدام أسلوب الواجبات الحركية على مستوى أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ المرحلة



- الإعدادية ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين ، المجلد ٧٦ ، ٢٠١٦ م ، ص (٥١٤ - ٥٢٧) .
٣. **أحمد السيد الموفى** : تأثير أساليب التدريب على التحصيل المهارى والمعرفى فى الكرة الطائرة لطلاب الكلية التربية الرياضية ، رسالة دكتور غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، ٢٠٠٤ م .
٤. **أحمد عبد الفتاح حسين** : فاعلية برنامج تعليم باستخدام الوسائل فائقة التدخل على التحصيل المعرفى ومستوى الانجاز الرقمى لبعض مسابقات الميدان والمضمار ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، ٢٠٠٥ م .
٥. **أحمد محمد محمود** : تأثير استخدام الوسائط فائقة التدخل على التحصيل المعرفى والمهارى فى بعض مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة بنها ، ٢٠١٦ م .
٦. **إيناس سالم الطوخي** : تأثير أسلوب الواجبات الحركية المصورة علي تعلم مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصم والبكم بالمرحلة الإعدادية ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ٢٠٠٤ م .
٧. **خير الدين عويس و أحمد ماهر أنور و محمد كامل عفيفى** : ألعاب القوى الميدان والمضمار (تعليم - تدريب - تكنيك - قانون) ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، (ب : ت) .
٨. **رامى صالح حلاوة و وليد أحمد الرحالة** : تأثير عدد خطوات الرمي المتقاطعة على مستوى الانجاز لرمى الرمح لدى طلبة كلية التربية الرياضية ، مجلة العلوم التربوية ، المجلد ٣٦ ، (ملحق) ، ٢٠٠٩ م .
٩. **شيرين عبد الحافظ محمد** : التطبيق الذاتى متعدد المستويات وأثره على الأداء والدفعية لبعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنوفية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، ٢٠٠٤ م .
١٠. **عفاف عبد الكريم** : طرق تدريس التربية البدنية والرياضة، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٠ م .

١١. عفاف عبد الكريم : التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضة، أساليب وإستراتيجيات وتقويم، ط٣، دار المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٩ م .
١٢. لىلى السيد فرحات :القياس المعرفى الرياضى مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
١٣. مجدى محمود فهيم : الاسس العلمية والعملية لطرق التدريس ، دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٩ م .
١٤. محمد سعد زعلول ، مكارم حلمى أبو هرجة ، هانى سعيد عبد المنعم : تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
١٥. محمود جابر محمد : تأثير برنامجية تعليمية بإستخدام الوسائط الفائقة على تعلم بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة شمال سيناء ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها ، ٢٠١٥ م
١٦. هشام محمد أنور: فاعلية إستخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق " ، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد (٢٠) ، العدد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
١٧. هيثم حسنى السيد: تأثير استخدام أسلوبى التعليم التعاونى والأوامر على المستوى الرقمى لمسابقة رمى الرمح لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٥ م
١٨. وائل سلامة المصرى : فعالية استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتى دفع الجلة والوثب الثلاثى لتلاميذ الصف العاشر ، مجلة جامعة الأزهر بغزة ، سلسلة العلوم الإنسانية ٢٠١٢ م ، المجلد ١٤ ، العدد ١ ، ص ١٦٣ - ١٨٤ .
١٩. وفيقة مصطفى سالم : تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠١ م .
- ثانياً: المراجع الأجنبية :

٢٠- Alfred, B.: Poblems the Command Style in Physcial Education, the Journal of Educatinal Research, Vol. ١١٤, No. ٤٠, ٢٠٠١



- ٢١- *Osthuze & Griesel*: the effect of comment reciprocal and inclusion styles on realization of objective in physical education on her high school boy, S.A journal her, Research, Neruserd burg, ١٩٩٢.
- ٢٢- *Schilling & Mary Lou.E*: The effect of three styles of teaching on university students sports performance, Http// Ericir, Sys. Edu /Plus Cgi, ٢٠٠٠.



ملخص البحث باللغة العربية

تأثير تنمية القدرات الحس حركية على مستوى أداء (الكاتا . Kata)

في رياضة الجودو

اسم الباحث: بلال محمود محمد عبد الرزاق

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير تنمية القدرات الحس حركية على مستوى أداء الكاتا . (Kata) في رياضة الجودو. وذلك من خلال: - تنمية بعض القدرات الحركية والمتمثلة في (الرشاقة ، التوازن ، توافق) . استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي البعدي لمجموعة تجريبية واحدة.

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية الرياضية الفرقة الرابعة وقد بلغ عددها (٢٨) طالب وتم اختيار عينة استطلاعية بالطريقة العشوائية من عينة البحث الكلية قوامها (٦) طلاب لإيجاد المعاملات العلمية والتجارب الاستطلاعية للبحث وتم استبعاد (٢) طالب للغياب المستمر وبذلك بلغ باقي عينة البحث الأساسية (٢٠) طالب وجدول (٣) يوضح توزيع عينة البحث الكلية.

تم توزيع محتويات البرنامج التدريبي المقترح على ثمانية وحدات اسبوعيه بواقع ٣ مرات تدريبية يومية و يتم البرنامج لمدة شهران.

استناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء هدف وفروض البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

أهم مكونات القدرات الحس حركية المناسبة على مستوى أداء الكاتا لناشئ الجودو هي (التوازن، التوافق، الرشاقة).

- أظهر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على المتغيرات (مستوى أداء الكاتا لناشئ الجودو)
- تحسن أداء أفراد المجموعة الضابطة نتيجة للانتظام في التدريب وقد أدى ذلك إلى تحسن في القدرات الحركية الخاصة و فاعلية أداء الكاتا الجودو .

مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها

Research Abstract

Research Title: The effect of developing kinetic abilities on Kata performance
In the sport of judo

Researcher Name : Belal Mahmoud Mohamed

This research aims to know the effect of developing kinesthetic abilities on the level of performance of kata in judo sport, through: - Developing (some kinetic abilities represented in (agility, balance, compatibility).
Improve the kata's skilled performance in Judo and Judo

The researcher used the experimental method with pre-telemetric measurement for one experimental group

The research was chosen intentionally by the students of the Faculty of Physical Education, the fourth year, the number of which reached (٢٨) students. The rest of the basic research sample (٢٠) students and table (٣) show the distribution of the total research sample

The contents of the proposed training program were distributed to eight units per week, at ٣ times daily training, and the program will last for two months

Based on what the research results showed, and in light of the research goal and hypotheses, the researcher reached the following conclusions
The most important components of sensory kinetics appropriate at the level of kata performance for judo young people are (balance, compatibility, agility)

The proposed program showed a positive effect on the variables (the level of kata performance for the judo youth

The performance of the members of the control group improved as a result of regular training, and this led to an improvement in the special motor abilities and effectiveness of the kata judo performance

Significant progress appeared in the results of the experimental group on the results of the control group in the special kinetic abilities under investigation.



تأثير تنمية القدرات الحس حركية على مستوى أداء (الكاتا . Kata)

في رياضة الجودو

د / بلال محمود محمد عبدالرازق *

- مقدمة ومشكلة البحث:

يوضح كلا من مراد إبراهيم طرفة (٢٠٠١م) وجيه احمد شمندی (٢٠٠٢م) إن الالعب النزالية بصفة عامة تعتمد على القدرات الحركية وهي الهدف الأول للاعبين حيث ترتفع أهميتها كأحد مكونات الأداء وخاصة بعد التطور السريع لمستوى اللاعبين وتمكنهم من تنفيذ واجباتهم بمستوى عالي من الناحية المهارية والخططية والنفسية وأيضاً من الناحية البدنية حيث . تتم استجابات اللاعب ويستطيع خوض المنافسات بأسلوب أكثر فاعلية (١٣ - ٤٨) (١٨ - ١٤) .

يتفق كلا من قاسم لزام محمد (٢٠٠٥م) ليلي السيد فرحات (٢٠٠٧م)، إن القدرات الحس حركية ترتبط بمستوى الأداء المهارى لاي نشاط رياضي وبينهما علاقة قوية وإنها تدل على مدى كفاءة الرياضي فى الأداء للمهارات الحركية الأساسية حيث لا يستطيع إتقانها في حاله افتقاره للقدرات الحركية ويكتسبها عن طريق البرامج التدريبية ويكون التدريب المستمر أساسا لتطويرها حسب قابلية اللاعب الجسمية والحسية والإدراكية وهي تعتمد على السيطرة الحركية بشكل أساسي و تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لانجاز المهمة أو الواجب الحركي(٩ - ٢٩)، (٧- ٨٣) .

وتشير نيفين حسين محمود (٢٠١٤م) أن الإعداد البدني الخاص للتمرينات المشابهة للأداء المهارى تعد الوسيلة اساسية للإعداد المهارى حيث انها تعطى للاعب نفس الإحساس المطلوب فى المهارة الحركية، وإن قلة هذه التمرينات تأثيرا سلبياً على مقدرة اللاعب وهبوط مستوى التدريب لديه و إن ارتفاع مستوى الأداء المهارى للاعب الجودو وتطور الأساليب الخططية والفنية وتنوع المهارات أضاف عبء كبير على اللاعبين إذ يتطلب منهم قدرات خاصة كسرعة الاستجابة المركبة والرشاقة، التوازن الحركي فضلاً عن باقي القدرات الحركية، لذا فإن تنمية هذه القدرات الحس

* مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها



حركية ينعكس علي مستوى الأداء المهارى والخططي، فإن القدرات الحركية هي القاعدة الأساسية لإتقان المهارات الحركية وتعتبر أحد متطلبات الأداء الجيد في رياضة الجودو، (١٥-٣٤). ويرى نيل اهلكين Neil Ohleikan (٢٠٠٦م) إن إعداد اللاعب في رياضة الجودو يجب أن يتأسس على الأعداد البدني في مكونات القدرات الحركية الخاصة بنوع الأداء الممارس و كذلك الإعداد المهارى والخططي والنفسي، وبما أن ممارسة هذه الرياضة تتطلب التفكير الدائم وذلك للاحتكاك المباشر ولصعوبة الأداء وتعدد مهاراتها لذلك يجب على لاعبيها أن يكون ذو مستوى بدني عالي لمواجهة هذه التغيرات وتركيز الجزء الأكبر على القوة الحركية والاستدارة والتحكم في الأداء في سلسلة فنية متناغمة لأن كل ذلك يمثل جوهر عملية التدريب (٢٣- ١٨) . ويضيف كلا من مراد ابراهيم طرفة" (٢٠٠١) م و ياسر عبد الرؤف (٢٠٠٥) . أن الكاتا أسلوب متناغم كلاسيكي مكونه من مجموعات وحركات وأساليب فنون الجودو المختلفة من الحركات المتفق عليها والتي تؤدي بشكل استعراضي لإظهار القدرات الحركية والمهارية والبدنية لدي اللاعبين وتؤدي من السقوط (سوتيمي - وازا) و من الوقوف (تاتشي- وازا) الهدف منها تدريب اللاعبين علي الأداء السليم لجميع الحركة في الجودو مثل اختلال التوازن(كو-زوشي) - التحرك علي البساط (تاي اسباكي)- أسلوب المسك - السقطات وغيرها التي لو أجادها اللاعب لأمكنه استخدام أساليب فنون الجودو بنجاح(١٩-٥٦) ، (١٣-٧٦) .

. قواعد الإتحاد الدولي للجودو عند أداء مهارات (الكاتا -Kata) هي :-

- ضرورة إتقان الحركات الأساسية لرياضة الجودو وفقاً لتوقيتات محددة لذلك يجب أن تؤدي بطريقة جيدة وفعالة وفقاً للالتزامات الحركية أثناء الأداء .
- عند أداء مهارات (الكاتا -Kata) لجانبى الجسم يقوم كلا اللاعبين بأداء نفس المجموعات ويعطى المحكمون درجات على طريقة وتوقيت الأداء .
- عند أداء مهارات (الكاتا -Kata) لجانبى الجسم يمين ويساريجب اداء التغيرات في أوضاع اليدين عن طريق الأنواع المختلفة (كومي - كاتا - kata -kuomi) وكذلك تحركات الرجلين .(٢٥)

ومن خلال عمل الباحث كمدرس لرياضة الجودو في كلية التربية الرياضية لاحظ أن أغلب الطلاب ليس لديهم القدرة على أداء مهارات مجموعات الكاتا بصورة متتالية وصعوبة استمرارهم



في اداء مهارات اللعب من اعلى (ناجى - وازا- Nage- Waza) ضمن مهارات الرمي من الوقوف (تاتش - وازا- Tachi -waza) لمهارات اليدين (تى - وازا Te- waza) ومهارات الرجلين (اشى - وازا- Ashi- waza) ومهارات الوسط (كوشي- وازا- Koshi- waza) ويرجع الباحث ذلك إلى انخفاض مستوى بعض القدرات الحركية الخاصة للكاتا مما ادى الى انخفاض فى مستوى الاداء لذلك قام الباحث بتصميم برنامج مهارى بدنى لتنمية القدرات الحركية الخاصة لمعرفة تأثيرها على مستوى أداء مجموعات الكاتا في رياضة الجودو .

ثانياً: الأهمية التطبيقية و العلمية:

- أداء حركات الجودو من (حركات اليدين - Ti- Waza) أو (الوسط Koshi -Waza) أو (الرجلين - Ashi -Waza) أو (التضحية- Sutemi -Waza) .
- كيفية التحرك السليم على البساط (أشي- سباكي- Ashi- Sapaki) .
- المساقات (كومي- كاتا - Komi- Kata).
- أداء المهارات من الاتجاهين (ميجي- Migi - هيداري - Hidari) .
- التوافق الحركى بين كلا من اللاعبين المهاجم (التورى-TORI) و المدافع (الاوكى-Uke) .

ثالثاً: هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير تنمية القدرات الحس حركية على مستوى أداء

(الكاتا . Kata) في رياضة الجودو

*- تنمية بعض القدرات الحركية والمتمثلة في(الرشاقة ، التوازن ، توافق) .

*- تحسين الأداءالمهارى للكاتا في رياضة الجودو الجودو

رابعاً: فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحث ما يلي:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحس حركية ونسب التحسن و لصالح القياس البعدي للاعبى الجودو .

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الأداءالمهارى للكاتا لصالح القياس البعدي للاعبى الجودو .

خامساً: المصطلحات المستخدمة قيد البحث:



● القدرات الحركية:

وهي صفات مكتسبة يكتسبها اللاعب أو المتعلم من المحيط أو تكون موجودة وتتطور حسب قابليته الجسمية والحسية والإدراكية من خلال الممارسة والتدريب (١٦ - ٨٥).

● القدرات الحس حركية:

أن قدرة الإدراك الحس - حركى هى القدرة على تحقيق دقة عالية واقتصادية فى الجهد المبذول لأداء الحركة، حيث أن المراحل الحركية للأداء مبنياً على التميز الدقيق للإحساس بمختلف المتغيرات من قوة وزمن ومسافة وإدراك مكانى للجسم، وكذلك القدرة على الارتقاء والشد العضلى اللازم. (٦ : ٨٤)

● مستوى الأداء :

هو الدرجة التي يصل إليها الناشئين نتيجة اداء وإتقان المهارات الحركية او (المركبة او المضادة) او مجموعات الكاتا ويعبر عنها بالسلوك الحركي بأدائها بانسيابية ودقة وبدرجة عالية من الدافعية مع الاقتصاد في الجهد في رياضة الجودو (١٦ - ١١) .

● مجموعات الكاتا:

تشمل مجموعات الكاتا على خمسة عشر مهارة ممثلة في مهارات (ناجى وازا -NAGE- WAZA) موضوعة في خمس مجموعات و كل مجموعة تشتمل على ثلاث مهارات فنية مختلفة الاداء والاتجاهات يؤديها مهارتها لاعبان المهاجم (التورىTORI) و المدافع (الاوكى Uke) من الاتجاهين (الايمن والايسر) شاملة حركات يدين (تي- وازا- Ti- Waza) وحركات وسط (كوشي- وازا -Coshi Waza) حركات رجلين (أشي- وازا - zaWa-Ashi) ومهارات تضحية (سوتيمي- وازا-Sutimi- waza) للأمام (ماى- سوتيمي- وازا- Mai- Sutimi- waza) وللجانبيين (يوكو سوتيمي- وازا - Yoko- Sutimi- waza) و يتم ادائها وفق شروط معينة وخطوات حركية محددة من قبل الإتحاد الدولي للجودو (١٥ - ٦٠).

سابعا : إجراءات البحث

❖ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذوالقياس القبلي البعدي لمجموعة تجريبية واحدة.

❖ عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية الرياضية الفرقة الرابعة وقد بلغ عددها (٢٨) طالب وتم اختيار عينة استطلاعية بالطريقة العشوائية من عينة البحث الكلية قوامها (٦) طلاب لإيجاد المعاملات العلمية والتجارب الاستطلاعية للبحث وتم استبعاد (٢) طالب للغياب المستمر وبذلك بلغ باقي عينة البحث الأساسية (٢٠) طالب وجدول (٣) يوضح توزيع عينة البحث الكلية.

جدول رقم (٣)
تصنيف عينة البحث الكلية
ن = ٢٠

البيان	عينة البحث الكلية	عينة البحث الأساسية	العينة الإستطلاعية	المستبعدين
العدد	٢٨	٢٠	٦	٢
النسبة المئوية الكلية	١٠٠%	٧٢%	٢١%	١%

وللتأكد من اعتدالية مجتمع البحث قام الباحث بإيجاد معاملات الالتواء في بعض المتغيرات وهي:

- معدلات النمو (السن - الطول - وزن الجسم).
- القدرات الحركية (التوازن، الرشاقة، التوافق)

جدول رقم (٤)

التوصيف الاحصائي لمتغيرات النمو لعينة البحث الكلية

ن=٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	سنة	١٤,٥٣٠	١٥,٠٠٠	٠,٦٢٠	٠,٩٨٥-
٢	الطول	سم	١٥٦,٨٧٥	١٥٧,٠٠٠	٧,٧١٤	٠,٠٥٨-
٣	الوزن	كجم	٥٩,٨٧٥	٦٠,٠٠٠	٧,٧١٤	٠,٠٥٨-

يتضح من جدول (٤) أن قيم معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠,٩٨٥- ،٠,٠٥٨-) أي أنها تنحصر ما بين ± ٣ مما يؤكد اعتدالية عينة البحث الكلية في متغيرات النمو.



جدول (٥)

التوصيف الاحصائي لمتغيرات القدرات الحركية لعينة البحث الكلية

ن=٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	معامل الالتواء
١	التوازن	تكرار	١٦,٧١٧	١٧,٠٠٠	١,٣٩٥	٠,٣١٠
٢	الرشاقة	ث	١٧,١٥٤	١٧,٠٠٠	١,٧٩٤	٠,٠٠١-
٣	التوافق	درجة	٥,٦٨٦	٦,٠٠٠	٢,٥٢١	٠,٠٣٣-

يتضح من جدول (٥) أن قيم معامل الالتواء تراوحت ما بين (-٠,٠٠١ ، ٠,٣١٠) أي أنها تنحصر ما بين ± ٣ مما يؤكد اعتدالية عينة البحث الكلية في متغيرات القدرات البدنية (قيد البحث).

جدول (٦)

التوصيف الاحصائي لمستوى أداء مجموعات الكاتا لعينة البحث الكلية

ن=٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	معامل الالتواء
١	المستوى مجموعات للكاتا	درجة يمين	٣٨,٩٠ ٤	٣٩,٥٠٠	٣,٢٤ ٤	٠,٤٧٨-
		درجة شمال	٣٦,٧٦ ٤	٣٧,٢٥٠	٣,٧٢ ٠	٠,٣٩٨-

يتضح من جدول (٦) قيمة معامل الالتواء وقد بلغت (-٠,٤٧٨ ، ٠,٣٩٨) أي أنها تنحصر ما بين ± ٣ مما يؤكد اعتدالية عينة البحث الكلية في متغير مستوى أداء مجموعات الكاتا (قيد البحث).

❖ أدوات ووسائل جمع البيانات والبرنامج المقترح:

١- الاستمارات والمقابلات الشخصية والبرنامج المقترح:

- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم القدرات الحركية الخاصة على مستوى أداء الكاتافي رياضة الجودو (مرفق ٢).
- استمارة أهم القدرات الحركية الخاصة على مستوى أداء الكاتا في رياضة الجودو (مرفق ٣).
- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الاختبارات البدنية المهارية لقياس القدرات الحركية الخاصة بأداء الكاتا في رياضة الجودو (مرفق ٤).

- استمارة الاختبارات لقياس القدرات البدنية المهارية والنسبة المئوية بناء على رأى السادة الخبراء بأداء مجموعات كاتا لناشىء الجودو (مرفق ٥).
- استمارة تقييم وتسجيل درجات كاتا المصممة من قبل الاتحاد المصري للجودو و الأيكيدو والسومو (مرفق ٦).
- استمارة اسماء السادة الخبراء فى مجال التدريب الرياضى و رياضة الجودو (مرفق ٧).
- البرنامج المقترح في صورته النهائية ووحداته (مرفق ٨).

٢- الاختبارات الخاصة لقياس القدرات البدنية المهارية (قيد البحث):

- قام الباحث بالاطلاع على المراجع والدراسات السابقة لتحديد أهم الاختبارات التي تقيس القدرات الحركية اداء الكاتا في رياضة الجودو.
- اختبار (ماي- موارى - أوكيمي- Mae- Moware- Uremia) لقياس (التوازن) مقدرًا بالعدد (مرجع ١١) .
 - اختبار (إتش ماتا نصف دائري) لقياس (الرشاقة) مقدرًا بالثانية (مرجع ١٢) .
 - اختبار (اتش كومى بالتحرك للخلف) لقياس (التوافق) مقدرًا بالدرجة (مرجع ١٠) .

تاسعا: الخطوات التمهيديّة والتنفيذية للبحث:

١- التجربة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى فى ٢٠ / ٩ / ٢٠١٨م إلي ٢٧ / ٩ / ٢٠١٨م لإيجاد المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) علي العينة الاستطلاعية المختارة من عينة البحث الكلية وعددها (٦) طلاب، (مجموعة غير مميزة) و(٦) طلاب (مجموعة مميزة) بهدف إيجاد المعاملات العلمية لجميع القياسات والاختبارات (قيد البحث).

أ- صدق الاختبارات:

تم حساب اختبارات القدرات الحركية واختبارات الكاتا لناشىء الجودو باستخدام صدق التميز بين المجموعتين (المميزة و الاقل تمايز) وتم إجراء جميع الاختبارات في يوم ٢٠ / ٩ / ٢٠١٨م والجدول (٨) التالى يوضح ذلك:

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسين للمجموعتين (مميزة وغير المميزة)
في متغيرات (قيد البحث) (الصدق)

$$n=2n=6$$

Z	Mann-Whitney U	المجموعة الغير مميزة n=6		المجموعة المميزة n=6		وحدة القياس	المتغيرات	م
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب			
٢,٧٩٦	٠,٠٠٠	٢١,٠٠	٣,٥٠	٥٧,٠٠	٩,٥٠	تكرار	التوازن	١
٢,٢٢٥	٤,٥٠٠	٢٥,٥٠	٤,٢٥	٥٢,٥٠	٨,٧٥	ث	الرشاقة	٢
٣,٢٠٧	٠,٠٠٠	٥٧,٠٠	٩,٥٠	٢١,٠٠	٣,٥٠	درجة	التوافق	٣
٢,٩٨٣	٠,٠٠٠	٥٧,٠٠	٩,٥٠	٢١,٠٠	٣,٥٠	الدرجة يمين	الكاتا	٤
٢,٩٠٨	٠,٠٠٠	٥٧,٠٠	٩,٥٠	٢١,٠٠	٣,٥٠	الدرجة شمال		

قيمة مان وتني الجدولية عند مستوى معنوية $\alpha=0,05$

قيمة Z الجدولية عند مستوى معنوية $\alpha=0,05$ = ١,٩٦

يوضح جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات قيد البحث حيث كانت قيمة مان وتني المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية $\alpha=0,05$ مما يشير الى الاختبارات قيد البحث و قيمة Z المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية .

ب-ثبات الاختبارات : تم حساب معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test (Retest -) علي نفس العينة الاستطلاعية السابق ذكرها والمسحوبة من عينة البحث الكلية وذلك بغاوص لزمني (٧) أيام بين التطبيق الأول يوم ٢٠/٩/٢٠١٨م والتطبيق الثاني ٢٧/٩/٢٠١٨م للاختبارات القدرات الحركية والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الثبات بين التطبيقين الاول والثاني للعينة الاستطلاعية
في اختبارات القدرات الحركية (قيدالبحث)

ن=٦

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني	
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف
١	التوازن	تكرار	١٦,٥٠٠	٢,١٦٨	١٦,٣٣٣	١,٨٦٢
٢	الرشفافة	ث	١٧,٠٠٠	٠,٨٩٤	١٦,٨٣٣	٠,٧٥٣
٣	التوافق	الدرجة	٤,٨٣٣	٢,٥٦٣	٥,٠٠٠	٢,١٩١
٤	الكاتا	الدرجة يمين	٤١,٦٦٧	١,٠٣٣	٤١,٥٠٠	١,٠٤٩
		الدرجة شمال	٤٠,٣٣٣	٠,٨١٦	٤٠,٦٦٧	١,٠٣٣

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٨٢٩ = * دال

يوضح جدول (٨) وجود ارتباط طردى دال احصائيا بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق للمتغيرات قيد البحث حيث كانت قيمة ر المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير الى ثبات الاختبارات قيد البحث .

٢- محتويات البرنامج التدريبي المقترح من قبل الباحث مرفق (١٢):

• خطوات تصميم البرنامج التدريبي المقترح:

أ- الهدف من البرنامج التدريبي المقترح :

تهدف البرنامج إلى :

- لتنمية بعض القدرات الحركية الخاصة والمرتبطة بمستوى أداء مجموعات الكاتا لناشئ الجودو
 - تحسين مستوى اداء مجموعات الكاتا لناشئ الجودو (قيد البحث).
- ب- أسس وضع البرنامج التدريبي المقترح:
- راع الباحث الأسس التالية عند وضع البرنامج المقترح:
- أن تكون مكونات البرنامج تتفق مع تحقيق الأهداف.
 - تنوع تمارين البرنامج بحيث يحقق التنمية الشاملة للقدرات الحركية (قيد البحث) ويساهم في تحسين أداء مجموعات الكاتا في رياضة الجودو و قد تم عرض البرنامج المقترح (مرفق ١٢)
 - علي السادة الخبراء المتخصصين في رياضة الجودو مرفق (٩).

ج- التوزيع الزمني لمحتويات البرنامج المقترح:

بعد أن قام الباحث بتحديد الأسس العامة للبرنامج تم استطلاع رأى الخبراء لتحديد الفترة الكلية للبرنامج وعدد الوحدات فى الأسبوع وزمن كل وحدة تدريبية مرفق (٦) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٩)

النسبة المئوية لآراء الخبراء فى المحتوى الزمنى للبرنامج المقترح

النسبة المئوية	رأى الخبراء	محتوى البرنامج المقترح
٩٣ %	٨ أسبوع	الفترة الزمنية الكلية للبرامج
١٠٠ %	٣ وحدات	عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع
١٠٠ %	٩٠ دقيقة	زمن الوحدة التدريبية الواحدة

يتضح من جدول (٩) التوزيع الزمنى للبرنامج التدريبى والنسبة المئوية حسب آراء الخبراء .

د - توزيع محتويات البرنامج المقترح:

تم توزيع محتويات البرنامج التدريبى المقترح على ثمانية وحدات اسبوعيه بواقع ٣ مرات تدريبية يومية و يتم البرنامج لمدة شهران .

٣- التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية علي نفس العينة السابق ذكرها الموافق ٣٠/١٠/٢٠١٨ م وذلك لتجربة وحدة من وحدات البرنامج مرفق (١٢) لمعرفة مدى ملائمة التطبيق وقد أسفرت النتائج علي ملائمة محتوى البرنامج جدول (١١) التالي يوضح ذلك

٤- تقييم مستوي اداء الكاتا في رياضة الجودو (قيدالبحث):

تم تقييم مستوي اختبارات القدرات الحركية الخاصة ومستوى اداء مجموعات الكاتا في رياضة الجودو (قيدالبحث) من خلال لجنة مكونة من ثلاث خبراء في مجال رياضة الجودو وخبرة تزيد عن ١٠ سنة مرفق (١٠) وتم التقييم عن طريق استمارة خاصة لكل طالب مرفق (٧، ٨) وضمانا لتحقيق الموضوعية وصدق القياسات استخدام نفس اللجنة في القياسين القبلي، البعدي وتم اخذ متوسط الدرجات.

عاشرا: خطوات إجراء تجربة البحث الاساسية:

أ- القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة لجميع المتغيرات (قيدالبحث) التي قد تؤثر علي المتغير التجريبي وقامت اللجنة الثلاثية بأخذ القياسات القبليّة اشتملت علي:

- اختبارات النمو والقدرات الحركية الخاصة (قيادالبحث).

- اختبارات الكاتا في رياضة الجودو (قيادالبحث).

ب- تطبيق التجربة الاساسية للبحث:

قام الباحث بتطبيق البرنامج التجريبي المقترح لمدة (٨ أسابيع) بواقع ثلاثة مرات تدريبية (الأحد ،الثلاثاء ، الخميس) زمن الوحدة (٩٠ : ١٠٠) دقيقة في الأسبوع الواحد في الفترة من ٢٠/١١/ ٢٠١٨م إلي ٣٠/١/٢٠١٩م وذلك وفقا لأراء الخبراء وتم تقسيم الوحدة التدريبية كالتالي اعمال ادارية للحضور و الغياب (٥ دقائق) وهى خارج المدة الزمنية للبرنامج (فترة إحماء عام) والزمن المحدد لهذه الفترة (١٠ اق) وتم فيها تهيئة أجهزة الجسم المختلفة وقد روعي تطبيق مجموعة شاملة ومتنوعة من التمرينات لجميع أجهزة الجسم ثم (فترة الاعداد البدنى العام) والزمن المحدد لهذه الفترة (١٥ اق) وتم أداء التمرينات المتنوعة وبلغ الزمن المخصص لهذا الجزء (٦٠ دقيقة) ولأن من أهم أسس بناء الوحدة أن يكون الأداء المهارى عقب الأحماء والاعداد البدنى العام مباشرة لانه يحتاج أن يكون الجهاز العصبى فى انشط وافضل حالاته لانه اذا تم تنفيذ بعد مجهود بدنى سيعود ذلك بالسلب على الاداء المهارى، وليس ذلك فقط بل من الممكن ان يتسبب فى ظهور اخطاء فى الاداء المهارى فى رياضة و تم تقسيمها الى (٣٠ دقيقة) ويتم فيها تحقيق الهدف الرئيسى من البحث بتطبيق طرق التدريب المختلفة للارتقاء بمستوى اداء مجموعات الكاتا فى رياضة الجودو لجانبى الجسم بتطبيق التدريبات المتنوعة الخاصة بطرق التدريب المختلفة لرياضة الجودو، ثم تم تطبيق (الاعداد البدنى خاص) و بلغ مدته (٣٠ دقيقة) واستخدم الباحث طريقة التدريب الفترى لتنمية مستوى القدرات الحركية الخاصة معتمدا على تحقيق التكيف المتبادل مابين فترات الحمل وفترات الراحة أثناء الوحدة التدريب وكمبدأ يعتمد أسلوب التدريب الفترى على وضع الجسم فى فترات تدريب بشدة معينة وتكررعلى فترات زمنية يتخللها فترات راحة بينية للعودة الجزئية للحالة الطبيعية ولإستعادة الشفاء وتكون هذه الفترات مقننة بدقة لانها تساعد فى التخلص من حامض اللبنيك المتجمع فى العضلات وتقليل الأحساس بالتعب وكذا إستعادة تكوين مصادر الطاقة المستهلكة أثناء الأداء ومن ثم القدرة على التكرار بمعدل عالي من الشدة وقد استخدم الباحث التدريب الفترى (اقل من المتوسط) شدة أداء التمرين ٦٠:٨٥% بعدد مرات تكرار التمرين



(٢ : ٦) وعدد المجموعات (٧:٢) وفترات الراحة البينية من (٢٠ : ٦٠ ث) ثم ازداد التدرج إلي الوصول الي التدريب الفترى (اقل من الاقصى) شدة أداء التمرين من (٨٠ %)
وقد راع الباحث عند استخدام جرعات التدريب ذات الاتجاه المتعدد (اي تشمل الجرعة التدريبية الواحدة على تنمية اكثر من متغيرين من القدرات الحركية فى نفس الوقت بشكل متتالى) مراعاة توافق القدرات الحركية التى يتم استخدامها فى نفس الوحدة التدريبية ،وكذلك ترتيب تنميتها و قد تم تطبيق التمرينات المتنوعة الخاصة بالقدرات الحركية (قيد البحث) وفقا لأحمال التدريبية فى البرنامج فى كل وحدة تدريبية

ثم (فترة التهدئة) وقد بلغ الزمن المخصص لهذه الفترة (٥ دقائق) فى نهاية كل وحدة تدريبية وتم استخدام الحمل الضعيف (٣٠ %) واشتملت على تمرينات الاسترخاء او المشى و الجرى الجفيف والاهنزازات وتهدف هذه الفترة إلي استعادة الشفاء وعودة أجهزة الجسم إلي اقرب ما يكون الي حالتها الطبيعية و قد تم تدريب المجموعة الضابطة بالطريقة المتبعة بالنادي

ج- القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الأساسية للبحث تم إجراء القياسات البعدية فى جميع المتغيرات (قيدالبحث) وقد روعيت نفس الشروط والظروف التى تبعت فى القياسات القبليه فى ٢٠١٩/٢/١م.

الحادى عشر: المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الالتواء.
 - قيمة "ت" (T- test).
 - معامل الارتباط .
- الاثنى عشر : عرض و مناقشة النتائج

جدول (١٠)
دلالة الفروق وقيمة "ت" ونسبة التحسن بين القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى القدرات الحركية للمجموعة التجريبية

ن=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		ت	نسبة التحسن
		ع	س	ع	س		
التوازن	تكرار	١٦,٤٠٠	٠,٥١٦	١٢,٢٥٠	٠,٧١٧	*١٣,١٠٥	%٢٥,٣٠
الرشاقة	ث	١٦,٤٠٠	١,٨٩٧	١٣,٠٠٠	٠,٨١٦	*٤,٤٥٦	%٢٠,٧٣
التوافق	درجة	٤,٤٠٠	٤,١٤٢	٩,٤٠٠	١,٢٦٥	٣,٥٧٥*	%١١٣,٦٤

قيمة T الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢ * = دل

يوضح جدول (١٠) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير الى تحسن المجموعة التجريبية في المتغير قيد البحث كما يوضح الجدول قيم نسب التحسن.

يوضح جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسات القبليّة والبعديّة وقيمة "ت" في القدرات الحركية الخاصة للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي ويرجع الباحث ذلك للبرنامج التدريبي المقترح التي اعدت من قبلها والذي ساعد على حدوث تأثيرات ايجابية من الناحية البدنية ولان عملية التدريب تمت بطريقة مقننه وفقا للأسس العلمية السليمة في البرنامج المقترح وما يحتويه على تمارين متنوعة لتنمية قدرة التوازن ساعد على المحافظة على أوضاع الجسم في حالة إتزانه عند رمي المدافع (الوكي Uke) وسرعة استعادة الوضع في حالة إنحراف مركز الثقل عن قاعدة إرتكازه وأداء الواجبات المهارية عن طريق التحكم العضلي العصبي بدقة واتزان والتي كان لها تأثير فعال في التدرج والترابط حيث يعد التوازن القاعدة الاساسية لإنطلاق الأداء الحركي كما تظهر أهمية عند أداء مهارات الكاتا لانها تتطلب أدء بعض مهاراتها مساحة محدودة ومجال حر ضيق كما ادى تنمية قدرة التوافق عن طريق التمارين الخاصة بها الى تنمية التوافق العضلي العصبي والارتقاء بمستوى الامكانيات الوظيفية واسترخاء العضلات غير العاملة وسرعة انقباض للعضلات العاملة على المهارة الحركية وتحسن التوزيع الزمني والديناميكي للأداء الحركي حيث تكون كل هذه العوامل بمثابة اساسا لارتكاز لحدوث التغيرات للتوافق بين اجزاء الجسم مما ادى الى الاقتصادية في بذل الجهد وسهولة وانسيابية ايقاع الاداء



من مهارة لاخرى لاداء جملة حركية متناغمة أدت إلى الارتقاء بمستوى الأداء المهاري (للكاتاKatalا) وتدريبات قدرة الرشاقة والتي كانت فى نفس اتجاه المهارات التى تحتويها (الكاتاKatalا) مكن الطلاب من تغييرأوضاع جسمه حسب اتجاه المهارة سواء بالجسم كله أو أحد أجزاءه لان بعض مهاراتها تؤدي عكس اتجاه الخطوات التمهيديّة و مرحلة الكوزوشى لها و ساعد ذلك على تمكنه من تحقيق المبادئ الفنية للأداء .

ويوضح"احمد محمود ابراهيم" (٢٠١١م) ان تحسن مستويالاداء الحركي تحقق من خلال تحقيق التوازن بين متطلباتا لاداء المهارى وامكانات اللاعب وقدرته الخاصة وان البرامج المقننة تعمل على الارتقاء فى مستوى قدرات الفرد واستعداداته بهدف الوصول لاعلى درجة من الاعداد المتكامل والذى يتبلور فى تحقيق اعلى مستوى للحالة الرياضية بجانب الارتقاء ببعض المتطلبات البدنية الخاصة والتي تسهم ايضا فى الارتقاء بمستوى الاداء الحركى مثل (الرشاقة ،التوازن ،التحمل الخاص ،التوافق) (١ : ٤٥).

ويتفق كلا من "محمد شوقي كشك" (٢٠٠٩م) ان البرامج التدريبية لابد ان تكون شاملة ومتكاملة لتطوير الجوانب البدنية اللازمة لنوع التخصص الممارس وان تنمية القدرات الحركية (السرعة ،الرشاقة ،القوة ،التحمل ، التوافق) يساعد على ايجاد التناسق والتناسب بين المجموعات العضلية وبين اجزاء الجسم لما لهم نتائج واضح على تطوير المهارات المتنوعة مع زيادة قدرة الناشئ علي اتخاذه للوضع الصحيح والمناسب للأداء المهاري اذ يعتبر مستوى الاداء هو محصلة الحالة التدريبية من جميع النواحي البدنية و المهارية (١٢ : ٥٥).

و وتؤكد نتائج هذا البحث مع كلا من " ايات فتح الله خليفة" (٢٠١٣)(٣)، "هدير احمد حسن" (٢٠١٤م)(١٧) و " محمود السيد احمد" (٢٠١٠م) (١١) و "منى كامل يوسف" (٢٠١٢م) (١٤) حيث كانت أهم النتائج : توجد فروق داله فى القياسات البعدية لبعض القدرات الحركية .

وبهذا يتحقق صحة الفرض الاول الذى ينص على :

" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية فى القدرات الحركية ونسب التحسن و لصالح القياس البعدى فى رياضة الجودو "



جدول (١١)

دلالة الفروق وقيمة "ت" ونسبة التحسن بين القياسات القبلة
والبعديّة في مستوى اداء مجموعات الكاتا للمجموعة التجريبية

ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		ت	نسبة التحسن
		ع	س	ع	س		
يمين	درجة	٣٨,٦٠٠	٢,٥٤٧	٤٨,٠٠٠	٠,٨١٦	*١٠,٠٧١	%٢٤,٣٥
شمال	درجة	٣٦,١٠٠	٢,٦٣٣	٤٦,٨٥٠	٠,٧٨٤	*١١,٤٢٩	%٢٩,٧٨

* = دال

قيمة T الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢

يوضح جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير الى تحسن المجموعة التجريبية في المتغير قيد البحث كما يوضح الجدول قيم نسب التحسن. يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة وقيمة "ت" للمجموعتين التجريبية في مستوى اداء مجموعات الكاتا ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ويرجع الباحث ذلك للبرنامج المقترح والذي اشتمل على التمرينات خاصة بمهارات الكاتا والتي كانت في اتجاه المسار الحركي للاداء المهارى

واثرة تنمية القدرات البدنية (قيد البحث) بصورة طردية على مواصلة اللاعب لبذل الجهد لتحقيق أعلى مستوى للتوافق الحركي لاداء مهارات الكاتا بطريقة انسيابية وزيادة القدرة على الرمي بين كلا من (التورى-Tori) و(الاوكى-Uke) في الاتجاهات و الارتفاعات المختلفة باستخدام تمرينات المهارية (شادو، اتشي كومي ، تسكوري ، راميه ورامية) مما أدى إلى تحسن التماثل الوظيفي للعضلات والمفاصل والمسارات العصبية المؤدية لمهارات الكاتا (قيد البحث) .

كما ساعد البرنامج المقنن علي عمل المجموعات العضلية المشتركة في اداء مهارات الكاتا بنظام وتتابع متصل وبسرعة معتدلة وبتوافق جيد نتيجة انقباضات سريعة وقوية للعضلات العاملة داخل المهارة الواحدة وذلك من خلال تنفيذ مراحلها من(كوزوشى ، اتسكورى ، كاكى) لانها تؤدى في اتجاهات مختلفة ووفق خطوات محددة من قبل الاتحاد العالمى للجودو وأن التدريب المنتظم عمل على حدوث تأثيرات إيجابية للجسم من الناحية المورفولوجية الذى ساعد بطريقة طردية بالارتقاء بقدرة الناشئين على الاداء المهارى للكاتا.



وكما مكن البرنامج المقنن كلا من اللاعب المهاجم (التوري Tori) والمدافع (الاوكى Uke) من تغيير اوضاع اليدين للمسك (كومي كاتا KataKome) مع تغيير اوضاع الرجلين لإحكام السيطرة وانتقال مركز ثقلها حسب المهارة المؤداة بضم قدميها وفتحها أو بثنيها أو التقدم للامام اوالتراجع للخلف لاداء مرحلة الرمي (تسكوري) والانتقال من مهارة اخر بحسب التسلسل الموضوع .

ويرى كلا من "محمد حسن علاوي" و "محمد نصر الدين رضوان"(٢٠٠١م) أن العناصر البدنية من أهم الأسس التي تلعب دور هام في بناء عمليات التدريب الرياضي كما يجب توافرها و خاصة الأنشطة الرياضية التي تتطلب احتكاك وأن استخدام بعض المجموعات العضلية بمعدلات مرتفعة دون نظيرتها عند ممارسة أي رياضة يؤدي إلى عدم التوازن نتيجة الخطأ في التدريب يؤدي الي هبوط في مستوي الاداء المهاري نتيجة افتقار اللاعب لبعض القدرات البدنية في العضلات الغير عاملة (١٠: ٤٣).

وتشير "نيفين حسين محمود"(٢٠١٤ م) أن تحقيق مستوى عالي من القدرات البدنية يساعد لاعبي الجودو على إتران أجسامهم خلال كل مرحلة من مراحل الأداء وكذلك السرعة في إستعادة توازنهم بعد أي تغيرات تطراً على وضعهم نتيجة لمؤثراتخارجيةأومؤثرات داخلية(فسيولوجية) والإندماج الواعي والتركيز في المواقف الاحساس بالتحكم والسيطرة وتساهم في استثمار التفاعل بين عقله وجسمه خلال ممارسة رياضة الجودو لتحقيق أفضل اداء (١٣: ٥٦).

و يتضح من نتائج هذا البحث مع كلا من " السيد نصر السيد "(٢٠١٢م) (٢) "تاكاهيكو نيشيجيما"

(٢٠٠٦ م) (٥٤) و "ماركو الكسندروفى"(٢٠٠٧م)(٢٢)و

"اوتوري جوزميلسار"(٢٠٠٨م)(٢١)حيث كانت أهم النتائج : توجد فروق داله لصالح القياسات البعدية فى الاداءات المهارية

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثانى الذى نص على :

"توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الأداء المهارى ونسب التحسن و لصالح القياس البعدى في رياضة الجودو" .



الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً : الاستخلاصات:

استناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء هدف وفروض البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- أهم مكونات القدرات الحس حركية المناسبة على مستوى أداء الكاتا لناشئ الجودو هي (التوازن، التوافق، الرشاقة).
- أظهر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على المتغيرات (مستوى أداء الكاتا لناشئ الجودو) .
- تحسن أداء أفراد المجموعة الضابطة نتيجة للانتظام في التدريب وقد أدى ذلك إلى تحسن في القدرات الحركية الخاصة و فاعلية أداء الكاتا الجودو.
- ظهر تقدم ملموس في نتائج المجموعة التجريبية عن نتائج المجموعة الضابطة في القدرات الحس حركية الخاصة قيد البحث .

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث والاستخلاصات التي تم التوصل إليها، يوصى الباحث بما يلي:

- ضرورة الاهتمام بتنمية القدرات الحس حركية داخل البرامج التدريبية الخاصة بمستوى أداء الكاتا لناشئ الجودو، وذلك لما لها من تأثير إيجابي على رفع مستوى الأداء المهارى للكاتا.
- استخدام الاختبارات (قيد البحث) للمتغيرات (القدرات الحركية- مستوى الأداء المهارى) داخل البرامج التدريبية الخاصة بمراحل مستوى أداء مجموعات الكاتا لناشئ الجودو.
- إجراء المزيد من الدراسات المشابهة لطبيعة البحث الحالي على مراحل سنوية أخرى على مستوى أداء مجموعات الكاتا لناشئ الجودو.
- الإهتمام بتوفير الأجهزة والأدوات الخاصة في جميع النوادي.
- ضرورة اهتمام المدربين بفترة إعداد الناشئين وعدم الإسراع في إشراكهم في المنافسات قبل تطوير قدراتهم الحركية الخاصة مع عدم إغفالهم للقدرات البدنية العامة.
- إجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة على المراحل السنوية الأخرى.
- تطبيق البرنامج للناشئين .

قائمة المراجع العربية والأجنبية

المراجع	قائمة المراجع العربية:
المراجع	الاسماء م
الاجتهادات الحديثة لتوجيه مسار الانجاز وتقنين البرامج التدريبية للاعبى رياضة الجودو، دار النشر منشأة المعارف بالإسكندرية، ٢٠١١م	١ احمد محمود ابراهيم
تأثير برنامج تدريبي على مستوى أداء مهارات كاتا الموهوبين للاعبى الجودو (٩_١١) سنة ماجستير (٢٠١٢م).	٢ السيد نصر السيد
تنمية بعض القدرات الحركية باستخدام الادوات الغرضية على مستوى اداء الجمل الخططية والثقة الرياضية فى رياضة الجودو دكتوراة (٢٠١٣).	٣ ايات فتح الله خليفة
الجودو أصول ومناهج ،ندا للاعلان، ط٣، (٢٠٠٣ م).	٤ جمال محمد سعد
"فنون التدريب في الجودو"، تربيته رياضيه السادات، المنوفيه، ٢٠١٢م.	٥ عبد الحلیم معاذ
التدريب الرياضي - نظريات وتطبيقات"، ط١٠، دار المعارف، الاسكندريه، ٢٠٠٧م.	٦ عصام الدين عبد الخالق
موضوعات التعلم الحركى ، مطبعة التعليم العالى العراق ٢٠٠٥.	٧ قاسم لزام محمد
التدريب الرياضي ، ط٢ ، الاردن ، ٢٠٠٤	٨ كمال جميل الربضي
"القياس والاختبار في التربيته البدنيه"، مركز الكتاب للنشر، القاهره، ٢٠٠٧م.	٩ ليلى السيد فرحات
اختبارات الاداء الحركى ، ط٣، دار الفكر العربى ، ٢٠٠١ م.	١٠ علاوى ، ن رضوان
تأثير برنامج تدريبي لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة باستخدام جهاز مقترح للمقاومة النوعية واثره على فاعلية اداء	١١ محمود السيد احمد



بعض المهارات الحركية للاعبى الجودو والمصارعةرساله

الدكتوراه (٢٠١٠ م) .

١٢ محمد شوقي كشك : مقدمة فى التدريب الرياضي ، ط٢ ، دار النشر المكتبية
العصرية للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٩م.

١٣ مراد ابراهيم طرفة : الجودو بين النظرية والتطبيق" ، ط٢ ، دار الفكر العربي ،
٢٠٠٥م.

١٤ منى كامل يوسف : تاثير تدريبات خاصة لتنمية بعض القدرات الحركية على
مستوى اداء مهارات الدفاع والهجوم المضاد للعب الارضى

لناشئء رياضة الجودوماجستير ٢٠١٢م

١٦ نوال مهدي العبيدي : دار الارقم للطباعة ، بغداد ، ٢٠٠٩ .

١٧ هدير احمد حسن : تأثير برنامج تعليمى باستخدام أسلوبى الاكتشاف الموجهوالقصة
الحركية على مستوى الأداء المهارى لكاتالموهوبين تحت ٩ سنوات
فى رياضه الجودوماجستير(٢٠١٤م)

١٨ وجيه احمد شمندى : اعداد لاعب الكاراتية للبطوله ، النظرية والتطبيق مطبعة خطاب
٢٠٠٢م

١٩ ياسر عبد الرؤف : رياضة الجودو ،والقرن الحادى والعشرين- داء الاشرء للطباعة.

قائمة المراجع الاجنبية:

م

- ٢٠ American Judo Federation : Growing Judo,Monthly publication of the
Club Support Services Committee of the
United States Judo Association ٢١ North
Union Blvd, Suite ٢٠٠ Colorado
Springs,٢٠١١.
- ٢١ Autoriõigus Meeli Saar: : Relations between physical measurements
and motor ability of physical activity for
students from ١٠ to ١٧ ١٧years old.
- ٢٢ Marco Alexandrofe
The impact of basic motor skills and
physical measurements on motor skills for
water polo players talented.
- ٢٣ Neil Ohlenkan Judo Unleashed includes theory, principles



and techniques- Also available in a up
.٢٠٠٦

٢٤ Takahik

Standards of training and sports to improve
physical fitness and motor skills for young
people between ١٥years old١٨

ثالثاً : الشبكة العالمية للمعلومات :

٢٥ judo.comWww.egypt

دراسة قلق المستقبل الرياضي لدى لاعبي رياضة الكاراتيه

* د / احمد السيد عبدالسلام

ملخص البحث

من المؤكد ان كلا منا يفكر دائما بما سوف يحدث في المستقبل من أحداث سواء كانت شخصية تخص الفرد أو عامة تخص المجتمع، حيث أن المستقبل تحدث به الكثير من الأحداث بصورة سريعة مذهلة في جميع القطاعات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والثقافية والتكنولوجية والرياضية، وهذا التفكير يؤثر تأثيرا كبيرا على سلوك الفرد محاولة منه للتطلع إلى مستقبل أفضل، ويجب الإشارة الى ان قلق المستقبل يعتمد على أهمية الكفاءة الذاتية Efficacy Self حيث انه لا بد ان يكون الشخص لديه القدرة والثقة على التحكم فيما حوله (البيئة) لأنجاز أهدافه الشخصية ولمواجهة الاحداث السلبية وهذا الفهم جيد لتخفيف قلق المستقبل.

هدف البحث:

يهدف البحث الى دراسة قلق المستقبل الرياضي للاعبى الكاراتيه وذلك من خلال التعرف على:

١. الفروق بين لاعبي الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى الكاراتيه في محاور مقياس قلق المستقبل الرياضى.
٢. الفروق بين لاعبي الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى الكاراتيه في مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضى.

التوصيات:

- ١- ضرورة استخدام مثل هذه المقاييس النوعية للوقوف على أهم مصادر وأسباب قلق المستقبل الرياضي.
- ٢- الاهتمام من خلال المؤسسات التعليمية وكذلك الأسرة والنوادي والمؤسسات الرياضية بحاجات الرياضيين النفسية والعمل على تقليل مخاوفهم تجاه مستقبلهم من خلال مساعدتهم في التخطيط للمستقبل باعتبار أن الإنسان هو صانع المستقبل .
- ٣- إجراء بحوث أخرى تتناول قلق المستقبل الرياضي مع متغيرات نفسية أخرى مثل (مستوي الطموح، دافعية الانجاز، المهارات العقلية) .

A study of future sports anxiety for karate players RESEARCH SUMMARY

Certainly, each of us always thinks about the events that will happen in the future, whether they are personal to the individual or general belonging to the community, as the future occurs in a lot of events surprisingly quickly in all social, political, economic, cultural, technological and sports sectors, and this thinking greatly affects The behavior of the individual is an attempt by him to aspire to a better future, and it must be noted that the anxiety of the future depends on the importance of Efficacy Self, as the person must have the ability and confidence to control what is around him (the environment) to accomplish his personal goals and .to face negative events and this understanding is good to relieve anxiety the future

SEARCH GOAL:

The research aims to study the future anxiety of sports for karate players by :
identifying

١. The differences between the premier league and first-class players in Karate in the tracks of the future sports anxiety scale
٢. The differences between the Premier League and Karate first-class players in the .components of the future sports anxiety scale

RECOMMENDATIONS:

- ١- The necessity of using such qualitative measures to identify the most important ..sources and causes of athletic future anxiety
- ٢- Paying attention, through educational institutions, as well as the family, clubs, and sports institutions, to the psychological needs of athletes and work to reduce their concerns about their future by helping them in planning for the future, given .that the human being is the maker of the future
- ٣- Carrying out other research that deals with the athlete's future anxiety, along with other psychological variables such as (ambition level, motivation for achievement, mental skills

" دراسة قلق المستقبل الرياضي لدى لاعبي رياضة الكاراتيه "

* د / احمد السيد عبدالسلام

مقدمة ومشكلة البحث:

من المؤكد ان كلا منا يفكر دائما بما سوف يحدث فى المستقبل من أحداث سواء كانت شخصية تخص الفرد أو عامة تخص المجتمع، حيث أن المستقبل تحدث به الكثير من الأحداث بصورة سريعة مذهلة فى جميع القطاعات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والثقافية والتكنولوجية والرياضية، وهذا التفكير يؤثر تأثيرا كبيرا على سلوك الفرد محاولة منه للتطلع إلى مستقبل أفضل. ويعتبر قلق المستقبل بانه خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفاً غامضاً نحو ما يحمله

الغد الاكثر بعداً من الصعوبات والتنبؤ السلبي للاحداث المتوقعة (١٤ : ٤٨)

واوضح زاليسكى **Zaleski (١٩٩٤م)** لمفهوم قلق المستقبل، من خلال عده دراسات عن مفهوم قلق المستقبل، والمستقبل الشخصى، ومنظور الأمل والقلق، والتوجه الذاتى نحو المستقبل، وأهميته وإرادته الفرد، وخطورة التأثير السلبي للتحيز المعرفى فى إدراك الأحداث والظروف المحيطة وأن قلق المستقبل يتخلل الوعى بالظروف البيئية المحيطة للفرد. (٢٣ : ١٧٧)

ويعتبر قلق المستقبل أحد انظمة القلق التى تطفو على العصر حيث هناك تسليم بأن قلق المستقبل يكون بفعل عوامل اجتماعية وثقافية مختلفة تختلف باختلاف المواقف (٧ : ٥).

قلق المستقبل هو الشعور بالانزعاج والتوتر والضييق عند الاستغراق فى التفكير به والاحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع فقدان الشعور بالامن والطمأنينة نحو المستقبل. (٩ : ١٥)

ويجب الاشارة الى ان قلق المستقبل يعتمد على أهمية الكفاءة الذاتية Efficacy Self حيث انه لا بد ان يكون الشخص لديه القدرة والثقة على التحكم فيما حوله (البيئة) لأنجاز أهدافه الشخصية ولمواجهة الاحداث السلبية وهذا الفهم جيد لتخفيف قلق المستقبل. (٢٤ : ١٦٦-١٦٧)

ويتفق كلا من ريس **Rice (١٩٩٧م)**، دوجاس وآخرون **Dugas et al. (١٩٩٨م)**، سميرة شند (٢٠٠٢م)، عبدالعزيز عبدالمجيد وآخرون (٢٠٠٧م) إلى ان مستوى القلق كسمة لدى الفرد هو أحد مصادر قلق المستقبل ووجود ارتباط كبير فيما بينهما.

(٢١ : ٢٠١-٢١٤) (١٨ : ٢٥٣-٢٦١) (٦ : ١١٣-١١٨) (١٠ : ٢٣١)

ويذكر كلا من جون **John** و ديروسكولى **Deirdrescully (١٩٩٤م)**، دانيال **Daniel (١٩٩٧م)** أن قلق السمة يتضمن ميل حاد يدوم طويلاً نحو المعاناة من القلق فى المواقف الضاغطة وهو مشابه لمتغير الشخصية، فالأفراد المرتفعين فى قلق السمة يميلون نحو إدراك مختلف المتطلبات

*مدرس دكتور بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها

الموقفية بأسلوب تهديد مرتفع و قلق السمة هو نزعة التحمل الأكثر استجابة للإجهاد. (١٩) :
(٢١)(١٧ : ١٣٦)

كما يرى مولين Molin (١٩٩٠م)، وعاشور دياب (٢٠٠١م) أن أسباب قلق المستقبل يمكن أن تتمثل في وجود تفاوت بين مستوى طموحات الفرد وإمكاناته الواقعية، وكذلك قصور الرؤية نحو المستقبل أو ضالة المعلومات أو تشوه الأفكار.

(٢٠ : ٥٠٤) (٨ : ٤٣٧)

ويشير محمود عنان (١٩٩٥م)، إبراهيم خليفة (١٩٩٧م) إلى أن المنافسات الرياضية تعد احد أهم مصادر الضغوط باعتبارها موقف اختبار وتقييم لقدرات اللاعب وقد تتضمن الشعور بالخوف من الفشل أو فقدان الثقة أو عدم السيطرة على العوامل المختلفة المرتبطة بتحقيق الفوز في المنافسة وما ينتج عنه من مكاسب مادية و معنوية.

(١٦٣ : ١) (٤٢٧ : ١٣)

ويذكر احمد محمود ابراهيم (١٩٩٥م) ان رياضة الكاراتيه تتميز بتنوع مسابقاتها وتنوع مهاراتها الاساسيه (الفرديه ،الحركيه) في المواقف المتغيره مثل استخدام (اللكمات -الركلات-الضربات) حيث يتعرض اللاعب اواللاعبه خلالها الى مواقف متغيره ومتنوعه تتطلب العديد من الاستجابات لذى من الضروري ان يمتلك اللاعب قدرات خاصة من اجل تنفيذ تلك الاستجابات بشكل مثالى .
(١٢٥ : ٢)

ويري الباحث من خلال عمله كلاعب وقيامه بتدريب وتدريب مادة الكاراتيه بالكلية، ومشاركته في تحكيم بعض البطولات، ومن خلال متابعته للعديد من البطولات وملاحظة مدى الاهتمام الذى يقوم به الاخصائين النفسيين مع فرق الكاراتيه بالجانب النفسى ،فالاجهزه الفنيه يعتبرون أن العامل النفسى من أهم عوامل التدريب الحديث للاعبين وذلك للارتقاء برياضة الكاراتيه فى البطولات العالميه، وقد لاحظ الباحث أن اللاعبين اصحاب المستويات العليا يتمتعون بالشعور بالثقة بالنفس، والقدرة على السيطرة على الانفعالات، والتقاؤل، والخبرات الايجابية للمنافسة والتدريب ومن ثم الشعور بمتعة المنافسة والفوز وما يترتب عليه من مزايا مادية ومعنوية وشهرة إعلاميةأحياناً، ومكانة اجتماعية و أسرية، هذا فضلا عن التفاوت فى مستوى الطموح الرياضى فى ظل قوانين الاحتراف والتسويق سواء داخليا أو خارجيا، الأمر الذى يشير بقوة إلى إثبات الذات الرياضية والتقاؤل نحو تحقيق مستقبل رياضى باهر .

وعلى العكس من ذلك فان الخوف من الإصابات وسيطرة بعض الخبرات السلبية التنافسية من عدم الثقة والتشاؤم والقابلية للاستثارة فى المواقف التنافسية الهامة، كذلك الخوف من سيطرة

او ضعف الجهاز الفنى و الادارى و بيروقراطية الادارة الرياضية، وقلّة التجهيزات الرياضية المتطورة، كل ذلك يؤثر على مستوى أداء الرياضي ومن ثم رؤيته لمستقبله الرياضى، ولذلك فانهم يمارسون الرياضة لاطول فترة ممكنة ومستوى الاعمار فى الفرق الرياضية والمنتخب المصرى كبير جدا ولا يريدون ترك الرياضة والمنافسات الرياضيه خوفا من الذى ينتظرهم فى المستقبل من فقدان الشهرة الاعلامية والمكاسب المادية والمعسكرات الداخلية والخارجية ،الأمر الذى دفع**الباحث** لدراسة قلق المستقبل الرياضى للاعبى الكاراتيه بجمهورية مصر العربية.

هدف البحث :

يهدف البحث الى دراسة قلق المستقبل الرياضى للاعبى الكاراتيه وذلك من خلال التعرف على:

٣. الفروق بين لاعبى الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى الكاراتيه فى محاور مقياس قلق المستقبل الرياضى.

٤. الفروق بين لاعبى الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى الكاراتيه فى مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضى.

تساؤلات البحث :

١- ما هي الفروق بين لاعبى الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى محاور مقياس قلق المستقبل الرياضى؟

٢- ما هي الفروق بين لاعبى الدورى الممتاز والدرجة الأولى فى مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضى؟

المصطلحات المستخدمة:

قلق المستقبل :

هو شعور بالخوف من المستقبل و المخاطر التي يمكن ان تواجهه فيه ، وينشأ هذا القلق عندما يكون الواقع الذي يعيش فيه غير مشبع لرغباته ومحبط له، كما ينشأ عندما تكون الظروف المحيطة به ليست في جانبه ، لذلك يكون القلق إنذار بخطر محتمل. (١١ : ٩٥)

الدراسات السابقة:

١- قام (أحمد الحسن المهدي ٢٠١٥م) (٤) بدراسة بعنوان " تقدير الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية" وذلك بهدف التعرف على تقدير الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الدراسات العليا عينة البحث ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي وتمثلت عينة البحث (٢٥٠) من طلاب الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه)

مقسمة إلى (٥٠) عينة استطلاعية ، و(٢٠٠) عينة أساسية من كليات التربية الرياضية بالجامعات التالية (جامعة بورسعيد ، جامعة بنها ، جامعة الزقازيق ، جامعة بنى سويف ، جامعة المنيا . ، وكانت اهم النتائج تشير الي وجود فروق دلالة إحصائية بين عينة الدراسة ككل في تقدير الذات وكان مستوى تقدير الذات لديهم متوسط . عدم وجود فروق دلالة إحصائية بين عينة الدراسة ككل في قلق المستقبل وكان مستوى قلق المستقبل لديهم متوسط . وجود فروق دلالة إحصائية بين طلاب الدراسات العليا نظام الساعات المعتمدة وطلاب الدراسات العليا بنظام المحاضرات لصالح طلاب نظام الساعات المعتمدة في تقدير الذات . وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية سالبة بين تقدير الذات وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة.

٢- قامت (حور محمدعلى ٢٠١٦م) (٥) بدراسة بعنوان " قلق المستقبل وعلاقتة بدافعية الانجاز الرياضى للاعبات هوكى الميدان " وذلك بهدف التعرف على قلق المستقبل وعلاقتة بدافعية الإنجاز الرياضى للاعبات هوكى الميدان ، حيث استخدمت الباحثه المنهج الوصفي وتمثلت عينة البحث للاعبات هوكى الميدان ، وكانت اهم النتائج تشير الي وجود فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة لقلق المستقبل فى ضوء الدافعية للانجاز فى بعض المجالات لصالح المستوى العالى على المستويين الضعيف والمتوسط. توجد علاقة دالة احصائياً طردية بين (مجموع مقياس قلق المنافسة ودافع الفشل ومجموع مقياس دافعية الإنجاز).

٣- قامت (مها صبرى ابراهيم ٢٠١٦م) (١٥) بدراسة بعنوان " علاقة قلق المستقبل واساليب التفكير واستراتيجيات المعرفة بالتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربيه الرياضيه جامعة كفرالشيخ " وذلك بهدف التعرف على على علاقه كل من قلق المستقبل واساليب التفكير واستراتيجيات المعرفة بالتحصيل الدراسى لافراد العينه، حيث استخدمت الباحثه المنهج الوصفي وتمثلت عينة البحث على طلاب الفرقة الرابعة لكليه التربيه الرياضيه للعام الجامعى ٢٠١٤/٢٠١٥ وتم اختيارهم عشوائيا وبالبلغ عددهم (٥٠) طالب ، وكانت اهم النتائج تشير الي وجود علاقة بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربية الرياضية جامعه كفر الشيخ الحاصلين على تقديرات (جيد جداً- ممتاز)، و لا توجد علاقة بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربية الرياضية جامعه كفر الشيخ الحاصلين على تقديرات (جيد - مقبول) ، وتوجد علاقة بين أساليب التفكير والتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربية الرياضية جامعه كفر الشيخ، وتوجد علاقة بين استراتيجيات المعرفة والتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربية الرياضية جامعه كفر الشيخ، ولا توجد فروق فى مستوى (قلق المستقبل- أساليب التفكير- استراتيجيات المعرفة) لدى (البنين

والبنات) لطلاب كلية التربية الرياضية جامعته كفر الشيخ بينما توجد فروق بين (البنين والبنات) في مستوى التحصيل الدراسي

٤- قام (محمد سمير عمر ٢٠١٧م) (١٢) بدراسة بعنوان قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئي كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة " وذلك بهدف التعرف على قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات غير المعرفية (الثقة بالنفس، مستوى الطموح ، دافعية الانجاز) لدى ناشئي كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة في دوري الجمهورية للناشئين والتعرف على الفروق بين المصابين في ضوء شدة الاصابة في كل من المتغيرات (قلق المستقبل ، والثقة بالنفس ، ومستوى الطموح ، ودافعية الانجاز) لدى ناشئي كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة في دوري الجمهورية للناشئين، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي وتمثلت عينة البحث لناشئي كرة القدم المصابين من أندية القاهرة وكانت اهم النتائج تشير الي وجود مستوى مرتفع لدرجة قلق المستقبل لدى ناشئي كرة القدم المصابين عينة البحث ووجود مستوى منخفض لكل من (الثقة بالنفس ، ودافعية الانجاز ، ومستوى الطموح) لدى عينة البحث، ترتبط كل من أبعاد مقياس قلق المستقبل (الجوانب الانفعالية والجوانب الجسمية والجوانب الاجتماعية والعقلية، والدرجة الكلية للمقياس) وأبعاد مقياس مستوى الطموح (الدافعية ، والرغبة في النجاح ، والكفاح ، والمسئولية ، والدرجة الكلية للمقياس) ارتباطاً سالباً لدى عينة البحث مجتمعة لناشئي كرة القدم المصابين من أندية القاهرة في بطولة دوري الجمهورية للناشئين.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من اللاعبين المقيدون بالاتحاد المصري للكراتيه للموسم الرياضي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠م، من الدوري الممتاز رجال والدرجة الاولى رجال ليكون أجمالى عينة البحث الأساسية (١٢٠) لاعب والجدول التالي يوضح توصيف عينة البحث.

جدول (١)

توصيف عينه البحث للاعبى الدورى الممتاز رجال

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء
العمر الزمنى	سنة	٣٤,٠٣	٣٣,٠٠	٣,٦٨	٠,٣٦
العمر التدريبى	سنة	١٥,٥٨	١٥,٥٠	٨٢,٩	٠,١٧
الوزن	كجم	٨٢,٤٣	٨٣,٥٠	٤,٩٩	٠,٤١-

يتضح من جدول (١) ان معامل الالتواء لمتغيرات النمو للاعبى الدورى الممتاز رجال تتراوح ما بين ± 3 مما يشير الي تجانس افراد عينة البحث.

جدول (٢)

توصيف عينه البحث للاعبى الدرجة الاولى رجال

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء
العمر الزمنى	سنة	٣٢,٧٥	٣٢,٠٠	٢,٤٣	٠,٤١
العمر التدريبى	سنة	٧١٣,٣	١٣,٠٠	٢,٥٢	١,٣٨
الوزن	كجم	٨٦,٢٧	٨٧,٠٠	٢,٩٣	٢,١٥-

يتضح من جدول (٢) ان معامل الالتواء لمتغيرات النمو للاعبى الدرجة الاولى رجال تتراوح ما بين ± 3 مما يشير الي تجانس افراد عينة البحث.
أدوات البحث :

أولاً : استخدم الباحث لجمع بيانات متغيرات النمو مايلي :-

- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.

ثانيا : استخدم الباحث مقياس (قلق توقع المستقبل الرياضي) من تصميم عبدالعزيز عبدالمجيد وآخرون (٢٠٠٧م) مرفق (٢).
الدراسة الاستطلاعية :-

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (١٥) لاعب من خارج العينة الأساسية ، وذلك من الخميس ٨ / ١٥ إلى السبت ٨ / ٢٤ / ٢٠١٩م وذلك للتعرف على :-
- مدى فهم العينة الاستطلاعية لشروط وتعليمات إجراء القياسات المستخدمة .
- حساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمقياس المستخدم .
المعاملات العلمية لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضي .
أولاً : الصدق :

قام الباحث بحساب صدق الاختبار باستخدام الاتساق الداخلي للاختبار وجدول (٣، ٤، ٥، ٦) تشير الى صدق الاختبار لقياس ما وضع من أجله.

جدول (٣)

معامل الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه

ن=١٥

في المحور الأول (الخصائص الشخصية)

الثقة بالنفس		النزعة التشاؤمية		القابلية للاستشارة	
معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم
٠,٧٨١	٣	٠,٦٤٩	٢	٠,٨٣٢	١
٠,٧٢٢	٦	٠,٨١٢	٥	٠,٧٥٦	٤
٠,٨٩٣	٩	٠,٥٧٦	٨	٠,٦٥٥	٧

* قيمة ر الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥١٢

يتضح من جدول (٣) وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في جميع عبارات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها في المحور الأول (الخصائص الشخصية) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٥٧٦ - ٠,٨٩٣) مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي.

جدول (٤)

معامل الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه

ن=١٥

في المحور الثاني (البيئة الرياضية)

التجهيزات الرياضية		وسائل الإعلام		الجمهور		الأُسرة		أعضاء الفريق		الجهاز الفني والإداري	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠,٥٨٦	٢٠	٠,٦٢٦	١٤	٠,٦٩٩	١٣	٠,٧٤٣	١٢	٠,٥٨٩	١١	٠,٦٣٤	١٠
٠,٦٨٨	٢٦	٠,٥٨٠	١٩	٠,٧٨١	١٨	٠,٦٢٩	١٧	٠,٦٧١	١٦	٠,٦٥٩	١٥
٠,٦٤١	٢٩	٠,٦٧٢	٢٥	٠,٨١٥	٢٤	٠,٨٤٣	٢٣	٠,٦٢٨	٢٢	٠,٦٢٣	٢١
		٠,٦٤٣	٢٨							٠,٧٩٤	٢٧

* قيمة ر الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥١٢

يتضح من جدول (٤) وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في جميع عبارات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها في المحور الثاني (البيئة الرياضية) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٥٨٦ - ٠,٨٤٣) مما يؤكد علصدق الاتساق الداخلي.

جدول (٥)

معامل الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه

ن=١٥

في المحور الثالث (نتائج المنافسة)

الخبرات السلبية		عائد الاحتراف		الإصابة	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم العبارة
٣٥٠,٧	٣٢	٣٥٠,٦	٣١	٧٧٠,٥	٣٠
٤٥٠,٥	٣٥	٨٨٠,٥	٣٤	٠,٦٨٩	٣٣
٠,٦٨٤	٣٧	٠,٦٩٦	٣٨	٩٧٠,٨	٣٦
٠,٦٢٦	٣٩	٠,٥٩٩	٤١	٢٠٠,٧	٤٠
٩١٠,٦	٤٢				

* قيمة ر الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥١٢

يتضح من جدول (٥) وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في جميع عبارات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها في المحور الثالث (نتائج المنافسة) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٥٤٥ - ٠,٨٩٧) مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي.

جدول (٦)

معامل الاتساق الداخلي بين درجة كل محور و الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل الرياضي

معامل الارتباط	محورات قلق المستقبل
٠,٧٤٣	المحور الأول الخصائص الشخصية
٠,٦٨١	المحور الثاني البيئة الرياضية
٠,٥٧٦	المحور الثالث نتائج المنافسة

* قيمة ر الجدولية عند $\alpha = ٠,٠٥ = ٠,٥١٢$

يتضح من جدول (٦) وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في جميع عبارات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها في المحور الأول (الخصائص الشخصية) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (٠,٥٧٦ - ٠,٧٤٣) مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي.

ثبات الإختبارات:

قام الباحث بحساب ثبات الإختبار باستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه في تقنين معاملات ثبات الإختبارات قيد البحث وذلك باستخدام معامل الارتباط بين نتائج القياسين في التطبيق الأول وإعادة التطبيق حيث طبق الإختبار على عينة قوامها (١٥) لاعب من لاعبي الدوري الممتاز والدرجة الأولى رجال برياضة الكاراتيه من خارج عينة البحث الأساسية وتم إعادة الإختبار بفارق زمني مدته ١٠ أيام كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (٧)

الفروق بين التطبيقين الأول والثاني في محاور مقياس قلق المستقبل لدى لاعبي رياضة

الكاراتيه ن = ١٥

الدالة	قيمة (ر) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	٠,٩٤٩	٠,٢٧-	١,٦٨٥	١٥,٤٧	١,٨٥٩	١٥,٢٠	الخصائص الشخصية
دال	٠,٧٤٩	٠,٣٣-	١,١٣٤	٢٦,٠٠	١,٣٤٥	٢٥,٦٧	البيئة الرياضية
دال	٠,٨٧٦	٠,١٣-	٠,٦٧٦	١٦,٨٠	٠,٧٢٤	١٦,٦٧	نتائج المنافسة
دال	٠,٩١٨	٠,٧٥-	٢,٥٢٠	٥٨,٢٧	٣,١١٤	٥٧,٥٣	الدرجة الكلية للمقياس

قيمه ر الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول السابق رقم (٧) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في محاور مقياس قلق المستقبل الرياضي للاعبين الكاراتيه ، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية. مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

الدراسة الأساسية:

بعد حساب المعاملات العلمية للمقياس المستخدم، قام الباحث بإجراء التطبيق الأساسي لمقياس قلق المستقبل الرياضي على عينة البحث الأساسية خلال الفترة من الخميس ٢٩/٨/٢٠١٩ إلى السبت ٣١/٨/٢٠١٩ في دورى الدرجة الاولى رجال وذلك بصالة وزارة الشباب باكتوبر، ومن الجمعه ١/١١/٢٠١٩ الى الاحد ٣/١١/٢٠١٩ في الدورى الممتاز رجال بالاسكندرية.

تصحيح الاستمارات وتجهيز البيانات للمعالجات الإحصائية:

قام الباحث بتصحيح مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي وفقاً لمفتاح التصحيح الخاص ثم تم تفرغ البيانات أعداد وتجهيزها للمعالجات الإحصائية.

المعالجات الإحصائية:

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج التحليل الإحصائية **Spss** وذلك من خلال المعالجات الإحصائية التالفة: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، التقلطح، معامل الالتواء، اختبارات، وقدراتضا الباحث بمستوي بالدلالة عند مستوى ٠,٠٥، للتحقق من معنوية النتائج.

عرض ومناقشة النتائج :

جدول (٨)

الفروق في محاور مقياس قلق المستقبل الرياضي بين لاعبي الدوري الممتاز والدرجة الاولى رجال (ن=١٢٠)

المتغيرات	الدورى الممتاز ن = ٦٠		الدرجة الاولى ن = ٦٠		الفرق بينالمتوسطين	قيمه ت
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
القابلية للإستثارة	٣,٧٢	.٨٢٥	٥,٧٢	٢,٢١٠	٢,٠٠٠-	*-
النزعة التشاؤمية	٣,٩٠	.٨١٧	٥,٥٨	١,٩٨٥	١,٦٨٣-	-
الثقة بالنفس	٧,٤٨	.٩٤٨	٥,٤٨	١,٩٨٧	٢,٠٠٠	*٧,٠٣٧
الجهاز الفني والإداري	٤,٧٣	.٧٣٣	٦,٩٥	٢,١٣٥	٢,٢٢٠-	-
أعضاء الفريق	٣,٩٢	.٨٢٩	٥,٦٥	٢,١٣٠	١,٧٣٣-	-
الأسرة	٤,٠٢	.٨٥٤	٥,٦٨	١,٩٨٧	١,٦٦٧-	-
الجمهور	٣,٧٧	.٧٨٩	٥,٨٢	٢,٠٨٧	٢,٠٥٠-	-
وسائل الإعلام	٥,٠٧	.٧٣٣	٧,٤٣	٢,٦٠٦	٢,٣٦٧-	-
التجهيزات الرياضية	٣,٩٣	.٧٥٦	٥,٧٧	١,٩٠٨	١,٨٤٠-	-
الإصابة	٥,٣٧	.٦٣٧	٧,١٨	١,٨٩١	١,٨١٧-	-
عائد الإحتراف	٥,٤٢	.٥٩١	٧,٥٢	٢,٣٦٩	٢,١٠٠-	-
الخبرات السلبية	٦,٣٨	١,٢٧٧	٩,٣٨	٣,٠٥٤	٣,٠٠٠-	-

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $\alpha = 0,05 = 1,96$

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي الدوري الممتاز رجال ولاعبي الدرجة الاولى رجال لصالح لاعبي الدوري الممتاز فى جميع محاور مقياس قلق المستقبل الرياضى .

ويرجع الباحث ذلك إلى أنه مدى الاهتمام الذى يحظى به لاعب الدوري الممتاز من قبل الاتحاداتى فينظام المسابقات فيالدورى الممتاز والدرجةالاولى احد الاسباب الذى ادت الى وجودفروق في محاور مقياس قلق المستقبل الرياضي بين الدوري الممتاز و الدرجة الاولئى كلما أرتفع المستوى الرياضى لدى اللاعبين كلما زاد الاهتمام بهم من قبل الأسرة والنادى، وتوفرت لهم الرعاية الصحية وسلطت عليهم الاضواء من قبل الجماهير ووسائل الاعلام، وتكونت لديهم

خبرات ايجابية من خلال تحقيق نتائج أفضل، وبذلك يقل لديهم مستوى القلق على مستقبلهم الرياضى .

ويتفق هذا مع زاليسكى zaleski (١٩٩٦م) (٢٤)، فضيلة عرفات (٢٠٠٧م) (١١)، هبة مؤيد (٢٠١٠م) (١٢) الى أن هناك تفاوت فى مستوى قلق المستقبل راجع الى وجود تفاوت بين مستوى طموحات الفرد وإمكاناته الواقعية.

جدول (٩)

الفروق في مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضي بين لاعبي الدوري الممتاز رجال والدرجة الاولى رجال

(ن = ١٢٠)

المتغيرات	الدورى الممتاز ن = ٦٠		الدرجة الاولى ن = ٦٠		الفرق بين المتوسطين	قيمه ت
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الخصائص الشخصية	١٥,١٠	١,٧٤٤	١٦,٧٨	٢,٥٨٥	١,٦٨٣-	*٤,١٨٢-
البيئة الرياضية	٢٥,٤٣	١,٥٦٦	٣٧,٣٠	١١,٨٧٠	١١,٨٦٧-	*٧,٦٧٧-
نتائج المنافسة	١٧,١٧	١,٣٨٠	٢٤,٠٨	٦,٧١٥	٦,٩١٧-	*٧,٨١٥-
الدرجة الكلية	٥٧,٧٠	٢,٦٥١	٧٨,١٧	٢٠,٦٠٣	٢٠,٤٦٧-	*٧,٦٣٢-

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة أحصائياً بين لاعبي اندية الدوري الممتاز ولاعبى اندية الدرجة الاولى لصالح لاعبي اندية الدوري الممتاز فى جميع مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضى

ويعزى الباحث هذا إلى انه وجود فروق في محاور مقياس قلق المستقبل الرياضي بين الدوري الممتاز و الدرجة الاولى الى وجود فروق في مكونات مقياس قلق المستقبل الرياضي بين الدوري الممتاز و الدرجة الاولى أى انه كلما ارتفع مستوى اللاعبين ومستوى المنافسة يتم توفير البيئة الملائمة والتي تساعد على تحقيق نتائج ايجابية تميز اللاعبين وما يترتب عليه من مزايا مادية ومعنوية واجتماعية وبالتالي قل لديهم مستوى القلق على مستقبلهم الرياضى.

ويتفق هذا مع دراسات كلا من عالية شمس الدين (٢٠١٣م) (٩)، مصطفى عميرة و محمد عزب (٢٠١٣م) (١٤)، فنجليرت Wenglert و روسن Rosen (٢٠٠٠م) (٢٢) بأن كلما زاد المستوى الرياضى قل مستوى قلق المستقبل لدى الرياضيين.

الاستخلاصات :

- ١- توجد فروق داله إحصائياالصالح لاعبي الدوري الممتاز رجال مقارنة بلاعبي الدرجة الاولى رجال في جميع محاور مقياس قلق المستقبل الرياضى.
- ٢- توجد فروق داله إحصائياالصالح لاعبي الدوري الممتاز رجال مقارنة بلاعبي الدرجة الاولى رجال في مكون الخصائص الشخصية.
- ٣- توجد فروق داله إحصائياالصالح لاعبي الدوري الممتاز رجال مقارنة بلاعبي الدرجة الاولى رجال في مكون البيئة الرياضية.
- ٤- توجد فروق داله إحصائياالصالح لاعبي الدوري الممتاز رجال مقارنة بلاعبي الدرجة الاولى رجال في مكون نتائج المنافسة.
- ٥- توجد فروق داله إحصائياالصالح لاعبي الدوري الممتاز رجال مقارنة بلاعبي الدرجة الاولى رجال في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل الرياضى.

التوصيات :

- ٤- ضرورة استخدام مثل هذه المقاييس النوعية للوقوف علي أهم مصادر وأسباب قلق المستقبل الرياضي.
- ٥- الاهتمام من خلال المؤسسات التعليمية وكذلك الأسرة والنوادي والمؤسسات الرياضية بحاجات الرياضيين النفسية والعمل على تقليل مخاوفهم تجاه مستقبلهم من خلال مساعدتهم في التخطيط للمستقبل باعتبار أن الإنسان هو صانع المستقبل .
- ٦- إجراء بحوث أخرى تتناول قلق المستقبل الرياضي مع متغيرات نفسية أخرى مثل (مستوي الطموح، دافعية الانجاز، المهارات العقلية) .
- ٧- إجراء المزيد من البحوث علي عينات رياضية أخرى.

المراجع :-

- ١- إبراهيم عبد ربة خليفة (١٩٩٧م):إصدارات علمية فى المجال الرياضى، المجلس الأعلى للشباب والرياضة،مكتب التدريب لإعداد القادة.
- ٢- احمد محمود ابراهيم(١٩٩٥م): : مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية لرياضة الكاراتيه ،منشأة المعارف الاسكندرية .
- ٣- الاتحاد المصرى للكاراتيه : خطه نشاط الاتحاد المصرى للكاراتيه لموسم ٢٠١٩/٢٠٢٠م

- ٤- أحمد الحسن المهدي (٢٠١٥م): " تقدير الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الدراسات العليا بكليات التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة بنها
- ٥- حور محمدعلى (٢٠١٦م):قلق المستقبل وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضى للاعبات هوكى الميدان،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة المنصورة.
- ٦- سميرة محمد شند (٢٠٠٢م):دراسة لقلق المستقبل،وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغيرى الجنس والتخصص، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس،المجلد الثامن، العدد ٣.
- ٧- طلعت منصور ، فيولا الببلاوى (١٩٩٨) : قائمة الضغوط النفسية للمعلمين - دليل التعرف على الصحة النفسية للمعلمين ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية
- ٨- عاشور محمد دياب (٢٠٠١م):فاعلية الإرشاد النفسى الدينى فى تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة البحوث فى التربيةوعلم النفس،كليةالتربية، جامعة المنيا،مجلد ١٥، العدد ١.
- ٩- عالية شمس الدين (٢٠١٣م): قلق المستقبل الفني كمقياس نوعي لفرق الاداء الحركي بقطاع الفنون الشعبية و الاستعراضية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، العدد ٦٧.
- ١٠- عبدالعزيز عبدالمجيد، مصطفى عميره، نبال بدر(٢٠٠٧م):بناء مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، المجلد ١٨، عدد ٧٤.
- ١١- فضيلة عرفات السبعاوي (٢٠٠٧م): قلق المستقبل لدي طلبه كليه التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، مجلة كلية التربية، جامعة الموصل.
- ١٢- محمد سمير عمر(٢٠١٧م):قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئي كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.
- ١٣- محمود عبدالفتاح عنان (١٩٩٥م): سيكولوجية التربية البدنية والرياضة، النظرية والتطبيق والتجريب، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٤- مصطفى عميرة، محمد عزب (٢٠١٣م):قلق المستقبل الرياضي وعلاقته بالجنس والتخصص لدي لاعبي الرياضات المائية المستويات العليا، المجلة العلمية (نظريات وتطبيقات)، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الأسكندرية، عدد يناير.

- ١٥- مها صبرى ابراهيم (٢٠١٦م): علاقة قلق المستقبل واساليب التفكير واستراتيجيات المعرفه بالتحصيل الدراسى لطلاب كليه التربيه الرياضيه جامعة كفرالشيخ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة كفر الشيخ.
- ١٦- هبة مؤيد محمد (٢٠١٠م): قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجله البحوث التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة بغداد، العدد ٢٧.
- المراجع الأجنبية:

- ١٧- **Daniel, L. Wann** (١٩٩٧): Sport psychology, prentice-Hall, U.S.A.
- ١٨- **Dugas, M; Freeston, M; Iaduceur, R; Rheume, J; Provencher, M; Boisvert, J** (١٩٩٨): "Worry Themes in primary GAM, secondary GAD, and other anxiety disorders". Journal of Anxiety Disorders. Vol. ١٢(٣); PP: ٢٥٣-٢٦١.
- ١٩- **John, K; Deirdrescully** (١٩٩٤): Psychology in sport, Taylor & Francis, London.
- ٢٠- **Molin, R** (١٩٩٠): "Future anxiety: Clinical issues of children in the latter phases of foster care". Child & Adolescent social work Journal. Vol ٧(٦); PP: ٥٠١-٥١٢.
- ٢١- **Rice, S** (١٩٩٧): "Trait anxiety: It's not what you it is" Journal of Anxiety Disorders. Vol ١١(٢); PP: ٢٠١-٢١٤.
- ٢٢- **Wenglert, L; Rosen, A** (٢٠٠٠): "Measuring optimism-pessimism from beliefs about future events". Personality and individual differences. Vol. ٢٨, PP: ٧١٧-٧٢٨.
- ٢٣- **Zaleski, Z** (١٩٩٤): "Personal future in hope and anxiety perspective". In zbigniew, Zaleski (Ed) Psychology of future orientation. Scienlific society of the catholic uni, of Lublin, No. ٣٢. (PP: ١٧٣-١٩٤).
- ٢٤- **Zaleski, Z** (١٩٩٦): "Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research". Personality and individual Differences. Vol. ٢١, ٢, PP: ١٦٥-١٧٤.

ملخص البحث

استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم

اسم الباحث: أحمد طه محمود *

يهدف هذا البحث الي " بناء استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - للبنين - جامعة بنها".

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإستخدام القياس (القبلي - البعدي) وذلك لمناسبة لطبيعة هذا البحث.

تم اختيار مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها والبالغ عددهم (٢٦٤) طالبا، ثم قام الباحث باختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث بلغ عددها (٣٠) طالب، تم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (١٥) طالبا بالإضافة الى عدد (١٠) طلاب كعينة استطلاعية.

قام الباحث باختيار مهارة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية ضمن توصيف مقرر الرماية بالقوس والسهم وحسب التسلسل المتبع لتعليم هذه المهارة أثناء عملية التعلم والاختبار، وقام الباحث بتنفيذ تجربة البحث الاساسية في الفترة من ٧/١٠/٢٠١٩م إلى ٣٠/١٢/٢٠١٩م حيث خضعت مجموعة البحث التجريبية الى البرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصرى وتم تطبيق البرنامج في (١٢) أسبوع بواقع مرة أسبوعياً لمدة (٦٠ دقيقة) للوحدة التعليمية علي المجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فقد تم تطبيق البرنامج التقليدي المتبع مع مراعاة الأسس العلمية السليمة أثناء التطبيق.

وكانت من اهم نتائج هذه الدراسة :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في القوس والسهم.

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها

Research Abstract

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء الثاني) (٢٩٩)

Teaching strategy based on visual learning and their impact on cognitive achievement and the level of performance skills in the sport of archery

Researcher name: Ahmed Taha Mahmoud

This research aims to "build a teaching strategy based on visual learning and its impact on cognitive achievement and the level of skill performance in the sport of bow and arrow shooting for second year students at the Faculty of Physical Education - for Benben - Banha University.

The researcher used the experimental method, using the experimental design of two groups, one experimental and the other, using the (pre-post) measurement to suit the nature of this research.

The research community was chosen from the second year students at the Faculty of Physical Education - Banha University, which numbered (٢٦٤) students, then the researcher selected a random sample from the research community whose number was (٣٠) students, they were divided into two groups, one is experimental and the other is the strength of each group (١٥) Students in addition to (١٠) students as a survey sample.

The researcher has chosen the skill of archery by bow and arrow for the second year students within the description of the archery course by bow and arrow and according to the sequence followed to teach this skill during the process of learning and testing, and the researcher has implemented the basic research experiment in the period from ٧/١٠/٢٠١٩ to ١٢/٣٠/٢٠١٩ where a group underwent Experimental research into the educational program using a teaching strategy based on visual learning. The program was applied in (١٢) weeks, once a week for a period of (٦٠ minutes) for the educational unit on the experimental group. As for the control group, the traditional program was applied taking into account the sound scientific foundations during application.

Among the most important results of this study were:

* Teacher , Department of Theories and Applications Of Fighting Sports, Faculty of Physical Education For Boys, University of Benha

إستراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصري وتأثيرها على التحصيل المعرفي

ومستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم

م.د/ أحمد طه محمود *

مقدمة ومشكلة البحث:-

يعيش الإنسان اليوم في عالم يموج بالعديد من المواد البصرية، والتي تبدأ من شاشة الهاتف المحمول، ومرورا بالمواقع التي يقوم بتصفحها من خلال شاشة الحاسب الآلي، وكذلك شاشات الإعلان العملاقة المتواجدة بشوارع المدن، ويتطلب التعامل مع كل هذا الكم الكبير من الصور والرسوم القدرة على فهمها وقراءتها، ومن ثم إستخدامها بشكل مثالي والتعلم منها، وهو ما يعرف بالتعلم البصري. (١٣ : ١٩)

وفي الآونة الأخيرة تزايد الإهتمام بضرورة تنمية قدرة الطلاب على الوعي بالتفكير، حيث أن التحكم في عمليات التفكير أساس مهم لدمج التفكير في عمليات التعلم داخل حجرات الدراسة بالإضافة إلى قيام المتعلم بدور إيجابي في جمع المعلومات وتنظيمها وتكاملها ومتابعتها وتقييمها أثناء قيامهم بعملية التعليم، فالوعي بالتفكير تعني قدرة المتعلم التعرف على ما يعرفه وما لا يعرفه وهذه العملية مركزها القشرة المخية الدماغية، ويمكن تنمية الوعي لدى الطلاب بأنماط مختلفة من التفكير منها التعلم البصري والذي يعتمد على حاسة البصر بإستخدام مواد بصرية مختلفة كالرموز والرسوم والصور. (٧ : ١٨)

ويشير كلا من سامي فهد السندي ،عبد الله عبد الخالق (٢٠١٨م) الى أن التعلم البصري يعتبر من أهم التوجهات الحديثة التي يمكن أن تساعد على التعمق في التعلم وتذكر المعلومات، كما أنها تسهم بشكل كبير في تنمية الإبداع لدى المتعلمين، وعليه يمكن تعريفها بأنها " تلك الخطوات والإجراءات المترتبة والمنظمة والتي يمكن اتباعها أثناء شرح المادة التعليمية بقصد تنظيم الموضوع المقروء في صورة مرئية باستخدام بعض الأشكال الهندسية كالدوائر والمربعات والمستطيلات وغيرها لتوضيح العلاقة بين الأفكار الرئيسة وتفصيلها الجزئية بمجموعة من الأسهم والخطوط. (٦ : ٦)

ويؤكد كلا من ذوقان عبيدات، سهيلة أبو السميد (٢٠١٣م) إلى أهمية الإدراك البصري في عملية التعلم، حيث أن الإدراك البصري يبدأ بمشاهدة الصورة وتسجيلها في الدماغ والتعبير عنها بشكل ووسائل متعددة ، فالمعلومات التي نجعلها بصريا يمكن التعبير عنها بأحد الأشكال التالية

:

- الصور الحسية
- الوصف اللفظي
- الاشكال والرسوم التوضيحية
- التمثيل البياني
- الخرائط بأشكالها

(٣ : ١٨٩)

وترى رندا عبد العليم منير (٢٠١٥م) أن التعلم البصري يعتبر من أهم مداخل التعلم التي تزايد الاهتمام بها، في ظل تدفق المعلومات البصرية المتسارعة، كما تعتبر خبرات القراءة من إحدى أهم استراتيجيات التعلم البصري والتي تؤكد لها الاتجاهات الحديثة في مجال التعليم والتعلم والتي من الضروري الاهتمام بها في العملية التعليمية.

(٤ : ١٠)

وتؤكد كلا من فاطمة عبد مالح، أفراح عبد القادر (٢٠١٥م) إلى أن رياضة الرماية بالقوس والسهم تعتبر من الرياضات الأساسية والتي تتطلب من اللاعب قدر عالي من التركيز اثناء التصويب، فعند قيام اللاعب بعملية التصويب يجب أن يمتلك معلومات وقدرات بصرية عالية الكفاءة، حيث تقوم حاسة البصر بدور فعال في دقة التصويب فمن خلالها يستطيع اللاعب من تطبيق الحركة وتحقيق الغرض منها، ويساعد على ذلك النموذج الجيد للحركة كدافع وحافز لتهيئة القوة الداخلية للاعب لإنجاح عملية التعليم وتطبيق المهارة الحركية المطلوبة.

(١١ : ٧٦)

وقد جاءت فكرة هذا البحث من خلال عمل الباحث بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها والقائم بتدريس مقرر رياضة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية، حيث لاحظ الباحث صعوبة إدراك الطلاب لمراحل أداء مهارة الرماية بالقوس والسهم، والتي يصعب تعلمها وإتقانها بالطرق التقليدية لعملية التعلم، حيث انها تحتاج إلى المزيد من التركيز علي كلجزء من الأجزاء المكونة لأداء مهارة الرماية بالقوس والسهم، والتي تتطلب بذل المزيد من الجهد والوقت خلال العملية التعليمية وكذلك مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب، والذي لا يتوافر بقدر كافي في الطرق التقليدية المستخدمة في عملية التعليم والتي تعتمد على شرح المهارة ثم عرض نموذج لأداء المهارة التعليمية، دون أي مشاركة فعلية للطالب، والتي يمكن توافرها من خلال استخدام الوسائل التكنولوجية والتعليمية الحديثة والتي تساعد على الارتقاء بالعملية التعليمية، حيث أن استخدام هذه الوسائل التكنولوجية تساعد على تفاعل الطالب في العملية التعليمية ويكون المتعلم أكثر ايجابية باستخدام الاساليب الحديثة والمتطورة ويكون دور المعلم فيها هو التوجيه والارشاد، كما أنها تسهل كثيرا من عملية التعليم وتقليل زمن التعلم مما يؤدي إلى زيادة الفاعلية والكفاءة في العملية التعليمية.

ومن هنا ظهرت مشكلة البحث في محاولة علمية لبناء استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفى ومستوى أداء مهارة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية (عينة البحث) .

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الي " بناء استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - للبنين - جامعة بنها".

فروض البحث:

- ١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفى للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفى للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفى للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.
- ٤- زيادة معدل التغير في نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدى لكلا من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفى للمبتدئين في القوس والسهم وذلك لصالح نسب تحسن المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث :

- التعلم البصرى :

هو مجموعة من الكفايات البصرية، التي يستطيع الإنسان تطويرها من خلال الرؤية، وكذلك استخدام خبرات حسية أخرى في نفس الوقت، ويعد تطوير هذه الكفايات شيئا اساسيا في العملية التعليمية، حيث إنها تمكن المتعلم بصريا من تمييز وتفسير الحركات المرئية والأشياء، والرموز الطبيعية، والمصنعة عندما تواجهه في بيئته، وعند استخدام هذه الكفايات بطرق إبداعية، يستطيع المتعلم الاتصال مع الأفراد الآخرين والتمتع بالعملية التعليمية.

(١٠ : ٣١)

الدراسات المرجعية:

- ١- قام (سالم هوبي وحيد، جاسم محمد عاصي) (٢٠١٧م) (٥) بدراسة بعنوان " فاعلية إستراتيجية التدريس البصري في تحصيل تلميذات الصف الخامس الإبتدائي في مادة الرياضيات " حيث استخدم المنهج التجريبي وتمثلت عينة البحث في (٧٠) طالب بواقع (٣٥) طالبة للمجموعة التجريبية، و (٣٥) طالبة للمجموعة الضابطة، وكانت أهم النتائج تشير تفوق طالبات المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار التحصيلي وفاعلية استراتيجية التدريس البصري.
- ٢- قام (حازم سليمان الناصر، نادية حسين يونس العفون ، غاده شريف عبد الحمز) (٢٠١٥م) بدراسة بعنوان " بناء برنامج تدريبي وفقا لاستراتيجيات التعليم البصري للطلبة- المعلمين في قسم العلوم العامة واثره في ادائهم التدريسي " حيث استخدم المنهج التجريبي وتمثلت عينة البحث في (٤٠) طالب بواقع (٢٠) طالبا- معلما وطالبة - معلمة كمجموعة تجريبية يتم تطبيق البرنامج التدريبي عليهم ، و(٢٠) ، طالبا - معلما وطالبة - معلمة كمجموعة ضابطة لم يخضعوا الى البرنامج التدريبي، وكانت أهم النتائج هي تفوق الطلبة- المعلمين في المجموعة التجريبية الذين خضعوا للبرنامج التدريبي على الطلبة- المعلمين في المجموعة الضابطة الذين لم يخضعوا للبرنامج التدريبي في ادائهم التدريسي.

إجراءات البحث:

أولاً : منهج البحث:

استخدام الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي للقياس القبلي والبعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة .

ثانياً: مجالات البحث:

أ- المجال الزمني: العام الجامعي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ م .

ب- المجال المكاني: إستاذ بنها الرياضي.

ج - المجال البشري: طلاب الفرقة الثانية، بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة بنها.

ثالثاً: مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها والبالغ عددهم (٢٦٤) طالبا، ثم قام الباحث باختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث بلغ عددها (٣٠) طالب، تم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة قوام كل مجموعة (١٥) طالبا بالإضافة الى عدد (١٠) طلاب كعينة استطلاعية وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

عينة البحث الأساسية		العينة الاستطلاعية	مجتمع البحث
الضابطة	التجريبية	(١٠) طلاب	(٢٦٤) طالب
(١٥) طالب	(١٥) طالب		

تجانس عينة البحث :

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في معدلات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية (قيد البحث)

ن=٤٠

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات	
					السن	متغيرات النمو
١,٢٤	١٩,٥	٠,٩٠	١٩,٧٢	سنة		
٠,٨٩-	١٧٤	٢,٢٠	١٧٣,٥	سم		
٠,٢٩-	٧٤	٣,١٠	٧٢,٧٥	كجم		
٠,٧٧	٩	١,٩٦	١٠	درجة		الاختبارات البدنية
٠,٤٧	٣٣	٢,٢٥	٣٣,١٧	ثانية	القوة العضلية (الدفع لأعلى علي المتوازي)	
٠,٧٦	٦٢	١,٧٨	٦٢,١٢	سم	التوازن (الوقوف على عارضة التوازن)	
٠,٥٥	١١	٢,٢٦	١٠,٩٥	درجة	المرونة (مرونة الكتفين)	
٠,٩٩	١٢	١,٦٤	١٢,١٥	درجة	الدقة (التصويب علي الدوائر المرقمة)	
٠,٠٨	٣٠	١,٨١	٣٠,٨٥	درجة	التوافق (رمي واستقبال الكرات)	
					الاختبار المعرفي	
١,٤٣	٦١	١,٧٣	٦١,٦	درجة		الاختبار المهاري
٠,٥٠-	٥١	٢,٠٧	٥٠,٥٥	درجة	استمارة تقييم المستوى المهاري	
					الرماية بالقوس والسهم (استمارة التسجيل الرقمية)	

يوضح جدول (٢) التجانس لعينة البحث في متغيرات النمو والاختبارات البدنية والاختبار المهاري والتحصيل المعرفي، حيث يتضح من الجدول أن معاملات الالتواء قد انحصرت بين (٣±) مما يشير إلى تجانس عينة البحث.

تكافؤ عينة البحث :

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو والمتغيرات البدنية والمتغيرات المهارية والتحصيل المعرفي (قيد البحث)

$$n=2=30$$

قيمة (ت)	الفرق بين متوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠,٤٥	٠,١٣-	٠,٥٠	١٩,٤	٠,٤٥	١٩,٢٦	سنة	السن	معدلات النمو
٠,٠٤	١,٦	٢,٣١	١٧٢,٢	١,٨٣	١٧٤,٣	سم	الطول	
٠,٩٤	٠,٠٦	٢,٣١	٧٢,٦	٢,٣٢	٧٥	كجم	الوزن	
٠,٩٣	٠,٠٦-	٢,٤٢	١٠	١,٧٩	٩,٩٣	درجة	القوة العضلية (الدفع لأعلى على المتوازي)	الاختبارات البدنية
٠,١٤	١,٣٣-	٢,٣٦	٣٤	٢,٤٩	٣٢,٦٦	ثانية	التوازن (الوقوف على عارضة التوازن)	
٠,٦٢	٠,٣٣	٢,٢١	٦٢,٦٢	١,٤٠	٦٢,٦	سم	المرونة (مرونة الكتفين)	
٠,٥٦	٠,٥٣	٢,٤١	١٠,٦	٢,٦١	١١,١٣	درجة	الدقة (التصويب على الدوائر المرقمة)	
٠,٩١	٠,٠٦-	١,٧٩	١٢,٢٦	١,٧٨	١٢,٢	درجة	التوافق (رمي واستقبال الكرات)	المهارية
٠,٢٩	٠,٠٦-	١,٧٩	٣٠,٧٣	٢,١٩	٣٠,٦٦	درجة	الاختبار المعرفي	
٠,٥٧	٠,٤	٢,٣٨	٦١,٦٦	١,٢٧	٦٢,٠٦	درجة	استمارة تقييم المستوى المهاري	
٠,٠٤	١,٦٦-	١,٩٣	٥١,٢	٢,٣٨	٤٩,٥٣	درجة	الرمية بالقوس والسهم (استمارة التسجيل الرقمية)	الاختبار

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية (٢٢) = ٢,٠٧٣

يوضح جدول (٣) أن قيمة ت المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة مما يدل على تكافؤ المجموعتين في متغيرات النمو والمهارات الهجومية والنضج الحركي والاختبار المعرفي (قيد البحث).

رابعاً : وسائل وأدوات جمع البيانات :

قام الباحث بجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث بالوسائل والأدوات التالية:

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

الأجهزة والأدوات المستخدمة في جمع بيانات البحث:

(شريط قياس/ جهاز رستاميتتر/ ساعة إيقاف / ميزان طبي/ حاسب آلي /أهداف رمية /أقواس/أسهم) .

الاستمارات :-

- استمارة البيانات الشخصية مرفق (١)

- إستمارة تسجيل نتائج الاختبارات البدنية والمهارية مرفق (٢)
- استمارة استطلاع رأي الخبراء حول اختبارات الصفات البدنية والمهارية (قيد البحث) مرفق (٣)

- إستمارة إستطلاع آراء الخبراء حول محاور الإختبار المعرفي مرفق (٤)
 - إستمارة إستطلاع آراء الخبراء حول الصورة الأولية للاختبار المعرفي مرفق (٥)
 - إستمارة إستطلاع آراء الخبراء حول الصورة النهائية للاختبار المعرفي مرفق (٦)
 - استمارة استطلاع رأي الخبراء حول تخطيط محتوى البرنامج التعليمي مرفق (٧)
- الاختبارات :-

أولاً: الاختبارات البدنية : مرفق (٨)

- قام الباحث بتحديد الصفات البدنية المرتبطة بمهارة الرماية بالقوس والسهم (قيد البحث) والتي تساهم فقط في هذه المهارة وهي كالأتي :
- القوة العضلية .
 - التوازن .
 - المرونة .
 - الدقة .
 - التوافق .

ثم قام الباحث بعمل مسح مرجعي لاختبارات هذه الصفات البدنية من خلال الاطلاع علي المراجع العلمية والدراسات السابقة وتم وضعهم في استمارة لعرضهم علي الخبراء مرفق (٩) وخلصت موافقة الخبراء علي استخدام الاختبارات التالية:

- القوة العضلية (الدفع لأعلي علي المتوازي)
- التوازن (الوقوف بالقدمين المستعرضة على عارضة التوازن)
- المرونة (مرونة الكتفين)
- الدقة (التصويب علي الدوائر المرقمة)
- التوافق (رمي واستقبال الكرات)

ثانيا : الاختبار المهاري : مرفق (١٠)

قام الباحث باختيار مهارة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية ضمن توصيف مقرر الرماية بالقوس والسهم وحسب التسلسل المتبع لتعليم هذه المهارة أثناء عملية التعلم

والاختبار، ثم قام الباحث بتحديد الاختبار المهاري قيد البحث من خلال المسح المرجعي للمراجع المختلفة والدراسات السابقة وتم عرضهم علي الخبراء وخلصت موافقة الخبراء علي استخدام استمارة تقييم الأداء المهاري والمستخدمه في معظم الدراسات السابقة مرفق (١١) واستمارة تسجيل نتائج الرماية (الرقمية) المعتمدة من الأتحاد الدولي للرماية بالقوس والسهم مرفق (١٢) الدراسات الاستطلاعية:-
الدراسة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة الاستطلاعية وذلك بهدف ايجاد المعاملات العلمية للتأكد من صدق وثبات الاختبارات المختارة (قيد البحث) كالاتي:
الصدق:

قام الباحث باستخدام صدق التمايز بين مجموعتين احدهما مميزة والمجموعة الثانية غير مميزة وهي العينة الاستطلاعية والجدول التالي يوضح متوسط الفروق بين المجموعتين.

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن=٢=١٠

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		الفرق بين متوسطين	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الاختبارات البدنية	درجة	١٠,١	١,٦٦	١٧,٤	٠,٨٤	٧,٣-	٣,٠٥
	ثانية	٣٢,٧	١,٣٣	٤٣,٩	٠,٧٣	١١,٢-	٧,٤٠
	سم	٦١,٢	١,٣١	٧٢,٦	٠,٨٤	١١,٤-	٨,١٥
الاختبارات المهارية	درجة	١١,٢	٢,١٧	٢١,١	١,٦٥	٩,٩-	٤,٤٠
	درجة	١١,٩	٣,٧٨	٢٦,٢	٧,٩٣	١٤,٣-	٨,١٩
	درجة	٦٠,٨	٠,٧٨	٩٥,١	٤,٦٢	٣٤,٣-	٧,٩٢
	درجة	٥١,١	١,١٠	٨٧,٩	٢,٨٠	٣٦,٨-	٩,١٧

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية (٢٢) = ٢,٠٧٣

يتضح من جدول (٧) وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعة المميزة وغير المميزة لصالح المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على صدق الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

الثبات:

قام الباحث بتطبيق الاختبارات (قيد البحث) على عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) طلاب وتم إعادة تطبيقها بفواصل زمني قدره أسبوع، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن=١٠

قيمة معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
*٠,٧٩١	١,٤٩	١٠,٣	١,٦٦	١٠,١	درجة	القوة العضلية(الدفع لأعلي علي المتوازي)	الاختبارات البدنية
*٠,٧٠٩	١,٤٧	٣٢,٢	١,٣٣	٣٢,٧	ثانية	التوازن (الوقوف على عارضة التوازن)	
*٠,٧١١	١,٩٤	٦١,٣	١,٣١	٦١,٢	سم	المرونة (مرونة الكتفين)	
*٠,٨١١	١,٥٩	١٠,٩	١,٤٧	١١,٢	درجة	الدقة (التصويب علي الدوائر المرقمة)	
*٠,٩٠٦	١,٣٣	١٢	١,٢٨	١١,٩	درجة	التوافق (رمي واستقبال الكرات)	
٠,٧٠٥	٠,٩١	٦٠,٨	٠,٧٨	٦٠,٨	درجة	استمارة تقييم المستوى المهاري	الاختبارات المعرفية
*٠,٩١٩	١,١٩	٥١,١	١,١٠	٥١,١	درجة	الرماية بالقوس والسهم(استمارة التسجيل الرقمية)	

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية(١٠) = ٠,٥٧٦

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية بين التطبيقين الأول والثاني حيث كانت قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

الاختبار المعرفي : (تصميم الباحث) مرفق (٦)

قام الباحث بتصميم اختبار معرفي وذلك لقياس مدى تحصيل الطلاب للجانب المعرفي الخاص بالقوس والسهم ، ومدى تحقيق أهداف البرنامج واتبع الباحث في بناء الاختبار الخطوات التالية:

أولاً: تحديد الهدف من الاختبار:

تم تحديد الهدف من الاختبار تبعاً لأهداف وفروض البحث وهو قياس مستوى التحصيل المعرفي للمعلومات والمعارف المرتبطة بالمهارة قيد البحث، وذلك لمجموعي البحث (التجريبية والضابطة).

ثانياً: تحديد محاور الاختبار : مرفق (٤)

قام الباحث بالاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث السابقة للتعرف على اهم المحاور التي يجب أن يتضمنها الاختبار المعرفي ثم تم وضعها في استمارة مرفق (٦) وعرضها على السادة الخبراء والجدول التالي يوضح النسبة المئوية للمحاور طبقاً لآراء الخبراء وارتضى الباحث عند نسبة مئوية أعلى من ٧٠%.

جدول (٦)

النسبة المئوية لمحاور الاختبار المعرفي وفقاً لآراء الخبراء

م	اسم المحور	النسبة المئوية
١	تاريخ رياضة القوس والسهم	١٠٠%
٢	المراحل الفنية لمهارة الرماية بالقوس والسهم	١٠٠%
٣	انواع أقواس الرماية بالقوس والسهم	١٠٠%
٤	مسابقات الرماية في القوس والسهم	٧٠%
٥	الانتقاء في القوس والسهم	٨٠%
٦	الأدوات والأجهزة الخاصة بالقوس والسهم	١٠٠%
٧	النواحي قانونية في القوس والسهم	١٠٠%

ثالثاً: اعداد جدول المواصفات

قام الباحث بإعداد استمارة لاستطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد الأهمية النسبية لمحاور الاختبار المعرفي، حتي يتمكن الباحث من وضع أسئلة ومفردات الاختبار في ضوء ذلك ويوضح ذلك جدول (٧).

جدول (٧)

الأهمية النسبية لمحاور الاختبار المعرفي طبقاً لآراء السادة الخبراء

م	المحاور	الأهمية النسبية
١	المحور التاريخي	٢٠%
٢	المحور المهاري	٤٥%
٣	المحور القانوني	٣٥%
	المجموع	١٠٠%

رابعاً : تحديد نوع أسئلة الاختبار:

قام الباحث باختيار نوعين من الأسئلة لصياغة عبارات الاختبار المعرفي وهي أسئلة الصواب والخطأ (✓ ، ×) وأسئلة الاختيار من متعدد، وقد اختار الباحث هذين النوعين من الأسئلة لتميزها بالموضوعية ومن أفضل أنواع الاختبارات لقياس التحصيل المعرفي وأكثرهما صدقاً وثباتاً، وراعى الباحث في أسئلة الاختبار مناسبتها لمستوى الطلاب.

خامساً : صياغة مفردات (أسئلة) الاختبار:

قام الباحث بصياغة المفردات الخاصة بأسئلة الاختبار المعرفي وقد بلغ عدد مفردات الاختبار (٦٠) مفردة وقام الباحث بصياغتها وفقاً للأهمية النسبية لكل محور.

والجدول التالي يوضح عدد المفردات (الأسئلة) الخاصة بكل محور من محاور الاختبار المعرفي في صورته الأولى .

جدول (٨)

عدد المفردات لكل محور من محاور الاختبار المعرفي

م	محاور الاختبار	عدد المفردات	نوعية الأسئلة	
			الصواب والخطأ	الاختبار المتعدد
١	المحور التاريخي	١٢ مفردة	-	١٢
٢	المحور المهاري	٢٧ مفردة	٥	٢٢
٣	المحور القانوني	٢١ مفردة	١٠	١١
	الإجمالي	٦٠ مفردة	١٥	٤٥

وقد قام الباحث بعمل استطلاع لرأي الخبراء في الصورة المبدئية للاختبار المعرفي مرفق

(١٠) والجدول التالي يوضح نسبة الاتفاق علي أسئلة الاختبار طبقاً لرأي الخبراء.

جدول (٩)

نتائج عرض الصورة المبدئية لاختبار التحصيل المعرفي على الخبراء

المحور	م	نسبة الاتفاق	م	نسبة الاتفاق	م	نسبة الاتفاق	م	نسبة الاتفاق	م	نسبة الاتفاق
المحور التاريخي	١	%١٠٠	٤	%١٠٠	٧	%١٠٠	٩	%١٠٠	١١	%١٠٠
	٢	%١٠٠	٥	%٧٠	٨	%١٠٠	١٠	%٧٠	١٢	%١٠٠
	٣	%١٠٠	٦	%١٠٠						
المحور المهاري	١٣	%١٠٠	١٩	%١٠٠	٢٥	%١٠٠	٣٠	%١٠٠	٣٥	%١٠٠
	١٤	%٧٠	٢٠	%١٠٠	٢٦	%٨٠	٣١	%٧٠	٣٦	%١٠٠
	١٥	%١٠٠	٢١	%١٠٠	٢٧	%١٠٠	٣٢	%١٠٠	٣٧	%١٠٠
	١٦	%١٠٠	٢٢	%٧٠	٢٨	%١٠٠	٣٣	%١٠٠	٣٨	%١٠٠
	١٧	%٧٠	٢٣	%١٠٠	٢٩	%٧٠	٣٤	%١٠٠	٣٩	%٨٠
	١٨	%٧٠	٢٤	%٨٠						
المحور القانوني	٤٠	%١٠٠	٤٥	%١٠٠	٥٠	%٧٠	٥٤	%١٠٠	٥٨	%١٠٠
	٤١	%١٠٠	٤٦	%٧٠	٥١	%١٠٠	٥٥	%١٠٠	٥٩	%١٠٠
	٤٢	%١٠٠	٤٧	%١٠٠	٥٢	%١٠٠	٥٦	%٨٠	٦٠	%١٠٠
	٤٣	%١٠٠	٤٨	%١٠٠	٥٣	%٧٠	٥٧	%١٠٠		
	٤٤	%٧٠	٤٩	%١٠٠						

وقد قام الباحث بقبول جميع المفردات حيث حصلت علي نسبة أكبر من ٦٠% .

سادسا: إعداد تعليمات الاختبار:

قام الباحث بوضع تعليمات الاختبار بحيث تكون بسيطة وواضحة لدي الطلاب مع الإشارة لكيفية الإجابة عن الأسئلة، كما تضمنت تلك الاستمارة بعض البيانات الخاصة بالطلاب (الاسم - الفرقة الدراسية - الشعبة - رقم الشعبة) .

سابعا : مفتاح تصحيح الاختبار:

قام الباحث بتصحيح الاختبار بناءا على الإجابات الصحيحة الخاصة بأسئلة الاختبار وذلك عن طريق حساب درجة واحدة لكل سؤال من أسئلة الاختبار، وحيث أن مجموع الأسئلة (٦٠) سؤال فان الدرجة النهائية للاختبار ٦٠ درجة، حيث يتم تخصيص درجة واحدة لكل إجابة صحيحة، وصفر للأسئلة المتروكة بدون إجابات أوالإجابات الخاطئة ويوضح مرفق (١٣) نموذج تصحيح الاختبار المعرفي.

معامل السهولة والصعوبة :

للتعرف على مدي صلاحية مفردات الاختبار قام الباحث بتطبيق الاختبار المعرفي على عينة دراسة استطلاعية مكونة من (١٠) طلاب من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك

لحساب كلا من (معاملات السهولة والصعوبة والتميز) لكل مفردة من مفردات الاختبار والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١٠)

معاملات الصعوبة والسهولة والتميز لعبارات الاختبار المعرفي

ن = ١٠

المحور	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة
المحور التاريخي	١	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٥	٠,٥٠	٠,٢٥	٠,٥٠	٠,٢٥	٩	٠,٥٠	٠,٥٠
	٢	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٦	٠,٥٠	٠,٢٥	٠,٥٠	٠,٢٤	١٠	٠,٥٨	٠,٤٢
	٣	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٧	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٢٥	١١	٠,٥٠	٠,٥٠
	٤	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٨	٠,٥٠	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٥٠	١٢	٠,٥٠	٠,٥٠
المحور المهاري	١٦	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٢٤	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٢٥	٣٢	٠,٧٥	٠,٢٥
	١٧	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٢٥	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٠,٢٥	٣٣	٠,٥٠	٠,٥٠
	١٨	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٢٦	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٢٤	٣٤	٠,٧٥	٠,٢٥
	١٩	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٢٧	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٠,٢٢	٣٥	٠,٦٧	٠,٣٣
	٢٠	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٢٨	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٠,٢٥	٣٦	٠,٥٠	٠,٥٠
	٢١	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٢٩	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٤٢	٣٧	٠,٥٨	٠,٤٢
	٢٢	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٣٠	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٢٤	٣٨	٠,٧٥	٠,٢٥
	٢٣	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٣١	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٠,٢٢	٣٩	٠,٦٧	٠,٣٣
المحور القانوني	٤٠	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٤٧	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٢٤	٥٤	٠,٧٥	٠,٢٥
	٤١	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٤٨	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٠,٢٢	٥٥	٠,٥٨	٠,٤٢
	٤٢	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٤٩	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٠,٢٢	٥٦	٠,٧٥	٠,٢٥
	٤٣	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٥٠	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٠,٤٢	٥٧	٠,٥٠	٠,٥٠
	٤٤	٠,٥٨	٠,٤٢	٠,٢٤	٥١	٠,٧٥	٠,٢٥	٠,١٩	٠,٢٤	٥٨	٠,٥٨	٠,٤٢
	٤٥	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٥٢	٠,٦٧	٠,٣٣	٠,٢٢	٠,٢٢	٥٩	٠,٧٥	٠,٢٥
	٤٦	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٥٣	٠,٥٠	٠,٥٠	٠,٢٥	٠,٤٢	٦٠	٠,٥٨	٠,٤٢

يتضح من جدول (١٠) أن معامل السهولة لمفردات الاختبار تراوح ما بين ٠,٥٠-٠,٧٥ ومعامل الصعوبة تراوح ما بين ٠,٤٢-٠,٥٠ ومعامل التميز تراوح ما بين ٠,١٩-٠,٢٥ وبناء على ذلك فإنه يمكن استخدام الاختبار لقياس مدى التحصيل المعرفي .
تحديد زمن الإجابة على الاختبار:

قام الباحث بتحديد زمن الإجابة على اختبار التحصيل المعرفي وذلك أثناء تطبيقه على عينة البحث الاستطلاعية لحساب الزمن التجريبي عن طريق المعادلة التالية الزمن اللازم للاختبار = (الزمن الذي استغرقه أول طالب + الزمن الذي استغرقه آخر طالب) / ٢ والجدول التالي يوضح الزمن الخاص بالاختبار المعرفي.

جدول (١١)

الزمن المناسب للاختبار المعرفي في صورته النهائية

الزمن المناسب	المجموع	الزمن التجريبي		زمن الاختبار
		اقصر فترة زمنية	اطول فترة زمنية	
٣٥ دقيقة	٧٠	٣٣	٣٧	

يتضح من جدول (١١) أن الزمن المناسب للاختبار المعرفي الالكتروني هو ٣٥ دقيقة.

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة الاستطلاعية وذلك بهدف ايجاد المعاملات العلمية للاختبار

المعرفي (الصدق والثبات) :

- صدق الأختبار المعرفي:

قام الباحث بإيجاد صدق التمايز لمجموعتين إحداهما مميزة وعددهم (١٠) طلاب من

نفس مجتمع البحث، والأخرى غير مميزة وهي عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) طلاب

والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (١٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة (ت) بين المجموعتين المميزة

وغير المميزة للاختبار المعرفي

ن=١٠=٢=١٠

قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المحور
		ع	س	ع	س	
*٧,٧٧	١,٩	٠,٦٣	٧,٢	٠,٧٣	٩,١	المحور التاريخي
*٨,٦٢	٥,٢	٠,٩١	١١,٨	٠,٨١	١٧	المحور المهاري
*٨,٨٧	٥,٦	١,٤١	١٢,٣	٠,٥٦	١٧,٩	المحور القانوني
*٢٥,١٧	١٢,٧	٢,٩٦	٣١,٣	٢,١٢	٤٤	مستوي التحصيل المعرفي

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢,٠٧٣

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين المميزة

وغير المميزة لصالح المجموعة المميزة في نتائج التحصيل المعرفي قيد البحث مما يشير الي

صدق الاختبار المعرفي.

- ثبات الاختبار المعرفي :

قام الباحث بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني خمسة أيام على عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) طلاب ، والجدول التالي يوضح معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبار المعرفي .

جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني

ن=١٠

لاختبار التحصيل المعرفي

قيمة معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المحور
	ع	س	ع	س	
*٠,٧٩٠	٠,٦٦	٧	٠,٦٣	٧,٢	المحور التاريخي
*٠,٩٣٩	٠,٨٧	١١,٩	٠,٩١	١١,٨	المحور المهاري
*٠,٥٢٤	٠,٩٧	١٢,٥	١,٤١	١٢,٣	المحور القانوني
*٠,٩٩٩	٢,٥١	٣١,٤	٢,٩٦	٣١,٣	مستوي التحصيل المعرفي

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥٧٦

يتضح من جدول (١٣) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار التحصيل المعرفي، حيث كان معامل ارتباط مستوي التحصيل المعرفي (٠,٩٩٩) مما يدل علي ثبات اختبار التحصيل المعرفي(قيد البحث) وصلاحيته للتطبيق .

تصميم إستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصري

من أجل وضع البرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصري كان لزاما علي الباحث الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي تناولت وضع البرامج التعليمية باستخدام إستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصري وتوصل الباحث الي الاتي:

١- مرحلة الإعداد والتخطيط للاستراتيجية التدريسية:

أ- تحديد الهدف العام للبرنامج :-

يهدف البحث إلى استخدام " إستراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصري وتأثيرها على مستوى الاداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها" لإكتساب الأتي:

- إكساب الطلاب المعلومات المعرفية للحقائق المرتبطة بتاريخ رياضة القوس والسهم (هدف معرفي).
- إكساب الطلاب لبعض المعلومات المعرفية الخاصة بأدوات وأجهزة القوس والسهم (هدف معرفي).
- إكساب الطلاب المراحل الفنية لمهارة الرماية بالقوس والسهم . (هدف مهاري).

- أسس وضع البرنامج التعليمي:
- أن يحقق الهدف الذى وضع من أجله.
- أن يكون مناسباً للطلاب اللذين سوف يطبق عليهم البرنامج.
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
- مرونة البرنامج وقبوله للتعديل.
- ب- تحديد الفئة المستهدفة من البرنامج:
طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها
- ج- تحديد محتوى :
يتم إستخدام الإستراتيجية المقترحة لتدريس مقرر مادة الرماية بالقوس والسهم لطلاب الفرقة الثانية بما يحتويه من معلومات ومعارف ومهارات عملية محددة من خلال مفردات توصيف المقرر الخاص بالفرقة الثانية والمعتمدة من مجلس قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل والرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها.
- د- تحديد الطرق والأساليب المستخدمة:
تم تحديد عدد من الطرق والأساليب المستخدمة أثناء التدريس وهى :-
 - الطريقة الالقائية.
 - طريقة المناقشة.
 - أسلوب الأمر.
 - الأسلوب التطبيقي.
 - الأسلوب التبادلي الثنائى.
- ٢- مرحلة التصميم :
أ- تحديد وإعداد الوسائل والأدوات البصرية المستخدمة فى البحث:
قام الباحث بتحديد وإعداد وتصميم وسائل وأدوات التعلم البصرى المستخدمة فى البحث وهى تتضمن " نص مكتوب ، أشكال توضيحية ، الصور المسلسلة ، فيديو ، خرائط مفاهيم ".
 - إعداد المحتوى النظرى الخاص بالمهارات.
 - تم إعداد المحتوى النظرى الخاص بالمعارف والمعلومات والشرح اللفظى للمهارات المختارة قيد البحث" فى شكل ملف (pdf) يستطيع الطالب الإطلاع عليه عند الحاجة.
- ٣- مرحلة الإنتاج :

تم استخدام برنامج البوربوينت (power point) حيث أنه برنامج تقديمي يتعامل بكفاءة مع المخططات والعرض التقديمي ويسمح بإدراج مكونات ووسائل التعلم البصري المختلفة بسهولة وفاعلية.

٤- مرحلة التقويم :

وبعد إعداد وإنتاج الوسائل البصرية التي سوف تستخدم أثناء تطبيق الإستراتيجية ، وتم إجراء المقابلة الشخصية مع مجموعة من السادة الخبراء . مرفق (٧) لإستطلاع آرائهم حول البرمجية المُعدة، ولقد تم التعديل تبعاً لآراء الخبراء وأصبحت البرمجية " وسائل التعلم البصري " جاهزة للتطبيق ، ثم قام الباحث بإجراء دراسة إستطلاعية على (١٠) طلاب من الفرقة الثانية ومن خارج العينة الأساسية وذلك للتأكد من سلامة ودقة الأجهزة المستخدمة وصلاحيته وسهولة ووضوح الوسائل المعدة ، والتعرف على الأخطاء المحتمل ظهورها أثناء إجراء الدراسة الأساسية.

٥- تصميم الموقف التعليمي الذي سوف يمر به الطلاب في إجراء الدراسة الأساسية:- (أ) الموقف التعليمي للمجموعة الضابطة :

تم التدريس للمجموعة الضابطة وذلك من خلال تنفيذ المنهج المتبع والمعتمد من قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات والرياضات الفردية لمقرر الرماية بالقوس والسهم بالطريقة التقليدية المتبعة وهي كالآتي:

- أداء الإحماء والإعداد البدني العام.
- أداء الإعداد البدني الخاص بالمهارة.
- التقديم الشفهي للمهارة.
- تقديم نموذج صحيح مع الشرح اللفظي وتوضيح المراحل الفنية أثناء أداء النموذج.
- إعطاء تدريبات التدرج التعليمي الخاص للمهارة.
- تنفيذ المهارة من قبل الطلاب مع تصحيح الأخطاء.
- عمل موقف تقييمي للطلاب ، حيث يقوم كل طالب بعمل المهارة ويتم تقييمها من القائم بالتدريس.

(ب) الموقف التعليمي للمجموعة التجريبية:

قام الباحث باستطلاع رأي الخبراء مرفق (٧) حيث تم تحديد مدة تطبيق البرنامج التعليمي الي ١٢ اسبوع بواقع حدة واحدة اسبوعيا بزمن ٦٠ دقيقة للوحدة التعليمية ويتم التدريس للمجموعة التجريبية بإتباع الموقف التعليمي المقترح وذلك من خلال الخطوات التالية:

- أداء الإحماء والإعداد البدني العام.

- أداء الإعداد البدني الخاص بالمهارة.
- التقديم الشفهي للمهارة ورؤية النص المكتوب وخرائط المفاهيم والاشكال التوضيحية الخاصة بالمهارة.
- عرض نموذج للأداء الأمثل للمهارة من خلال الفيديو وفي بداية الأمر يشاهد الطلاب النموذج بسرعته الطبيعي ومن أكثر من اتجاه ، حتى يتمكن الطلاب من رؤية النموذج بشكل جيد ويصاحب عرض الفيديو التعليق اللفظي وتوضيح النقاط الفنية للمهارة من قبل الباحث، ثم يشاهد الطلاب النموذج بسرعة بطيئة ومن أكثر من اتجاه أيضاً حتى تتبلور أسس التذكر الحركي لدى الطلاب بشكل جيد يؤهلهم لإتقان المهارة فيما بعد.
- يقوم الطلاب بتطبيق المهارة ككل والتدريب عليها بطريقة كلية ويكون دور القائم بالتدريس هنا هو التوجيه والإرشاد والتحفيز والتشجيع المستمر للطلاب أثناء التطبيق وكذلك تصحيح الأخطاء فعند وجود أخطاء كبيرة ولمعظم الطلاب يتم إيقاف العمل وإعادة عرض النموذج ولكن بوسيلة تعليمية مختلفة سواء كانت صور مسلسله ثابتة أو متحركة أو العودة ورؤية النموذج من خلال الفيديو يتم اختيارها حسب الموقف التعليمي ونوع الخطأ الملاحظ حيث أن هذا التنوع يزيد من وضوح الهدف أمام الطلاب ويساعد على اكتساب المهارة وإتقانها بشكل أفضل مع تلاشي الأخطاء وكذلك يعمل على زيادة حماس وإستثارة الطلاب للعمل وأداء المهارة بشكل فعال ومستمر حتى إتقانها، وبعد ذلك يقوم الطلاب بأداء المهارة مرة أخرى.
- يتم تطوير الأداء الخاص بالمهارة عن طريق إستخدام كلاً من الأسلوب التطبيقي أولاً حيث يقوم كل طالب بالتدريب على المهارة وتنفيذها بمفرده ثم يتم إستخدام الإسلوب التبادلي الثنائي حيث يقسم الطلاب إلي مجموعات كل مجموعة تتكون من طالبان، حيث يقوم القائم بالتدريس بتقسيم الطالبان وتحديد الأدوار حيث يقوم طالب بدور المؤدى والأخر بدور الملاحظ وتصحيح الأخطاء، ويكون دور القائم بالتدريس هنا التوجيه والإرشاد وملاحظة أداء الطلاب داخل المجموعات وتقديم المساعدة لهم عند الحاجة وكذلك إعطاء الأمر بتبديل الأدوار داخل المجموعات، كما يتم أثناء عمل المجموعات الأستعانة بالوسائل البصرية المختارة "قيد البحث" والخاصة بالمهارة المراد تدريسها حيث تكون موجودة على لاب توب وتعرض من خلال جهاز العرض "الداتاشو" وتكون في مكان واضح للجميع بما تحتويه من معارف ومعلومات وتوجيهات حيث الخطوات التعليمية والطريقة الفنية الخاصة بالمهارة وكذلك صورة توضيحية لأداء وشكل المهارة ، والمعدة مسبقاً من قبل الباحث حيث يمكن للمجموعات الذهاب إليها عند الحاجة لذلك وأن يتم توجيههم لاستخدامها عند الحاجة من قبل القائم بعملية التدريس ، ثم يعودون إلى العمل

داخل المجموعة مرة أخرى وتكرار الأداء. ويتم العمل في هذه المنظومة حتى يصل الطلاب إلى مرحله الآلية والإتقان في أداء المهارة.

- يقوم القائم بالتدريس بعمل موقف تقييمي للطلاب ، حيث يقوم كل طالب بعمل المهارة ويتم تقييمها من خلال القائم بالتدريس.
الدراسة الاساسية :

قام الباحث بعمل لقاء لمجموعة البحث التجريبية قبل البدء في التنفيذ للتعريف بالبرنامج التعليمي المقترح وكيفية الاستفادة منه في تعلم المهارات والتحصيل المعرفي (قيد البحث) .
القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي علي عينة البحث وذلك في الفترة من ٢٨/٩/٢٠١٩م الي ٣٠/٩/٢٠١٩م
تطبيق تجربة البحث الاساسية :

قام الباحث بتنفيذ تجربة البحث الاساسية في الفترة من ٧/١٠/٢٠١٩م الي ٣٠/١٢/٢٠١٩م بواقع ١٢ اسبوع، وحدة واحدة اسبوعياً بزمان (٦٠) دقيقة للوحدة التعليمية علي المجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فقد تم تطبيق البرنامج المتبع (الشرح - النموذج - التطبيق العملي).
القياس البعدي :

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي وذلك في الفترة من ٣١/١٢/٢٠١٩م الي ٢/١/٢٠١٩م.

المعالجات الاحصائية :

قام الباحث باستخدام المعالجات الاحصائية الاتية :

(النسبة المئوية / المتوسط الحسابي / الانحراف المعياري / الوسيط / معامل الالتواء / معامل الارتباط بيرسون / اختبار "ت")

نسبة التحسن = (القياس البعدي - القياس القبلي) / (القياس القبلي)

عرض النتائج ومناقشتها:-

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول :-

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبار المهاري والمعرفي للعينة قيد البحث

ن=١٥

قيمة "ت"	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س	ع	س		
٣,٠٥	٢١,٤	٤,٤٣	٨٣,٠٦	٢,٣٨	٦١,٦٦	درجة	الاختبار المهاري
٤,٦٨	٢١,٩٣	٥,٤٠	٧٣,١٣	١,٩٣	٥١,٢	درجة	
٣,٧٢	٢,٤٦	١,٠٥	١١,٤	٠,٧٩	٨,٩	درجة	المحور التاريخي
٧,٨٦	٣,٢	٠,٨٩	١٤,٣٣	١,٣٠	١١,١٣	درجة	الاختبار المهاري
٤,٩٧	٤,١٣	٠,٨٦	١٤,٨	٠,٤٨	١٠,٦	درجة	المحور القانوني
١٦,٥٥	٩,٨	٢,٨١	٤٠,٥٣	٢,٥٨	٣٠,٦٣	درجة	التحصيل المعرفي

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (١١) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧٩٥

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبلية والبعدي لصالح القياسات البعدي في الجانب المهاري والتحصيل (قيد البحث) للمجموعة الضابطة، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية، وهذه الفروق ترجع الي تعرض المجموعة الضابطة الي الشرح التقليدي وأداء نموذج للعينة الضابطة (قيد البحث) عند تعلم مهارة الرماية بالقوس والسهم وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلا من "سالم هوبي وحيد، جاسم محمد عاصي" (٢٠١٧م) (٥)، و "عبد الله بن صالح القحطاني" (٢٠١٥م) (٩)، و "يوسف أحمد الجواني" (٢٠١٤م) (١٥)، و "عامر فيصل على الشهيلي" (٢٠١٤م) (٨).

وهذا ما يؤكد أن "Anne" (٢٠٠٦م) (١٦) على انه يمكن تنمية الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم بطرق التعلم التقليدية، ولاكن لابد أن تحتوي الأنشطة التعليمية التي يتعلمها لاعب الرماية علي أنشطة أكثر إثبات وكفاءة لتحسين مستوى الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم بشكل أكثر فاعلية.

ويرجع الباحث تقدم نتائج القياس البعدي إلى أن الطريقة التقليدية التي كانت متبعة في التدريس والتي تتمثل في الشرح اللفظي للمهارة من خلال إعطاء فكرة عن كيفية الأداء، وايضا عمل نموذج بواسطة المعلم، ثم قيام الطالب بالممارسة والتكرار يتبعها التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء، وهذا يعطي للطالب فرصة للتعلم بصورة صحيحة وسليمة وبالتالي فهي تؤثر تأثيراً إيجابياً في تقديم المعلومات والمعارف المصاحبة عند تعلم هذه المهارة أثناء تدريس الوحدة

التعليمية كما ساعد ذلك على زيادة معارف ومعلومات الطلاب، والذي بدوره قد ساعد على تحسين مستوى التحصيل المعرفي لدى الطلاب.

وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني :-

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبار

ن=١٥

المهاري والمعرفي للعينة قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
الاختبار المهاري	درجة	٦٢,٠٦	١,٢٧	٩٣,٦٦	٢,٦٩	٣١,٦	٧,١٧
	الرمية بالقوس والسهم (استمارة التسجيل الرقمية)	٤٩,٥٣	٢,٣٨	٨٣,٤	٢,٨٧	٣٣,٨٦	٥,٣٤
الاختبار المعرفي	المحور التاريخي	٧,١٣	٠,٩٩	١٣,٤٦	١,٥٠	٦,٣٣	٣,٦١
	المحور المهاري	١٢,٣٣	٠,٧٢	٢٢,٦٦	١,٧٥	١٠,٣٣	٥,٣٦
	المحور القانوني	١١,٢	٠,٩٤	١٨,١٣	٠,٩٩	٦,٩٣	٣,٢٠
	التحصيل المعرفي	٣٠,٦٣	٢,٦٥	٥٤,٢٦	٢,٦٥	٢٣,٦	١٢,١٦

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (١١) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧٩٥

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية في اختبارات مهارة الرماية واختبارات التحصيل المعرفي (قيد البحث) للمجموعة التجريبية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية ويرجع الباحث ذلك بأن البرنامج المستخدم بإستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصري مع المجموعة التجريبية هو الذي ساعد في تكامل الاداء المهاري والتحصيل المعرفي للاعبين المبتدئين (قيد البحث) في رياضة الرماية بالقوس والسهم ، بالإضافة الي العرض التعليمي الواضح للخطوات الفنية والتعليمية لأداء المهاري (قيد البحث) والذي كان له تأثيراً واضحاً علي المجموعة التجريبية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلا من "حازم سليمان الناصر، نادية حسين يونس العفون ، غاده شريف عبد الحمز" (٢٠١٥م) (٢)، و " عبد الله بن صالح القحطاني" (٢٠١٥م) (٩) .

وهذا يتفق على ما اشار إليه " فرانسيس دوانر وديفيد مايك مور" (٢٠١٥م) (١٢) أن استخدام الموارد البصرية من جانب التربيين لتعزيز عملية التعلم من الأساليب التعليمية الشائعة

، حيث أن المواد البصرية تصبح مكوناً أساسياً للمساعدة في عبور المتعلم عديم الخبرة للواقع الفعلي والخبرات المحسوسة، حيث أن هذه الوسائل فعالة في تدريس الحقائق والمفاهيم وجعل المعلومات المجردة ملموسة وأكثر واقعية.

ويتفق مع ما أكد عليه "سليوستر" Sylwester (٢٠٠٠ م) (١٩) على أن إشراك حاسة البصر في عملية التعلم تحتوي لوحدها على (٧٠٪) من المستقبلات الحسية في الجسم، والتي يكون لها دور كبير في عملية التعلم للمتعلمين. وإستراتيجية التدريس البصري تركز على استخدام كلاً من الصور والمشاهد الحسية، الرسوم والأشكال التوضيحية، الخرائط الذهنية، الوصف اللفظي والتمثيلات البصرية، التمثيل البياني.

ويتفق أيضاً مع ما ذكره "بول" Paul (٢٠٠٨ م) (١٧) على أنه من أجل الحصول علي لاعب رماية متقدم ومتكامل في رياضة الرماية بالقوس والسهم يجب إتباع نظام تعليمي يضع أساساً متيناً لكل مرحلة علي التوالي، وبدوره يساعد علي التطوير الأمثل لمستوي الأداء المهاري في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

كما يتضح أيضاً من نفس الجدول وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعدية لمحاول الاختبار المعرفي والتحصيل المعرفي ككل مما يشير الى فعالية البرنامج المستخدم بإستراتيجية التدريس القائمة على التعلم البصري في تعليم وتحصيل المادة العلمية المقررة علي طلاب الفرقة الثانية (عينة البحث) .

ويرجع الباحث هذه النتيجة الي أن الاستراتيجية المستخدمة في التعليم بما تتضمنها من نصوص مكتوبة ووضع الصور في اشكال مسلسلة، وخرائط، ومفاهيم، وأشكال توضيحية، وتتضمن الإستراتيجية التدريسية على العديد من الطرق والأساليب المختلفة، والتي تتوافق مع الاستراتيجية التدريسية الموضوعية، والتي تساعد الطلاب على تحسين مستوى تحصيلهم المعرفي وقدرتهم على تذكر المعلومات وثباتها لما تتضمنه الوسائل البصرية من الكثير من المعلومات والمعارف المرتبطة بالمهارة التدريسية (قيد البحث)، كما أن الطريقة المستخدمة في عرض المهارة التدريسية للطلاب علي شكل سرعة طبيعية لأداء، ثم عرض المهارة بالسرعة البطيئة مما ساعد الطلاب على الإحساس بالشكل الطبيعي للمهارة من حيث توقيت وسرعة أداء المهارة التعليمية والتعرف على كل أجزاء وتفصيل المهارة وتناسقها وانسيابها الحركي، وقد ساعد كل ذلك على إتقان المهارة التعليمية بشكل جيد، وهذا يؤكد على أن الوسائل البصرية المستخدمة تتيح للطلاب فرصة كبيرة لإستيعاب المراحل المتتابعة للمهارة لأدائها من خلال الرؤية الواضحة والوقت الكافي أثناء عرض المهارة ، حيث لا تمر المهارة إمام الطالب مروراً سريعاً دون أن يعيها الكثير

من الاهتمام الكافي وبالتالي يكتسب أداء مثالي للمهارة بل يأخذ الطالب الوقت الكافي في مشاهدة النموذج ورؤية المهارة التعليمية بشكل جيد ومن خلال عدة وسائل مختلفة، ويستطيع الطالب تصحيح الأخطاء من خلال متابعة الأداء المهاري، وراعت هذه الاستراتيجية التدريسية الفروق الفردية المختلفة بين الطلاب مما ساعدهم على تعلم وإتقان المهارة التعليمية وكان أيضا له الاثر الايجابي الواضح على التحصيل المعرفي (قيد البحث) .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني الذي ينص علي أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

ثالثا : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث :-

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الرماية والاختبار المعرفي للعينة قيد البحث

$$n=1=2=10$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
الاختبار المهاري	درجة	٨٣,٠٦	٤,٤٣	٩٣,٦	٢,٦٩	١٠,٦	٦,٣٢
	الرماية بالقوس والسهم (استمارة التسجيل الرقمية)	٧٣,١٣	٥,٤٠	٨٣,٤	٢,٨٧	١٠,٢٦	٢,٤٧
الاختبار المعرفي	درجة	١١,٤	١,٠٥	١٣,٤٦	١,٥٠	٢,٠٦	٨,١٠
	المحور التاريخي	١٤,٣٣	٠,٨٩	٢٢,٦٦	١,٧٥	٨,٣٣	٣,٨١
	المحور المهاري	١٤,٨	٠,٨٦	١٨,١٣	٠,٩٩	٣,٣٣	٦,٩٧
	المحور القانوني	٤٠,٥٣	٢,٨١	٥٤,٢٦	٤,٢٥	١٣,٧٣	١٨,٨٨
التحصيل المعرفي	درجة	٤٠,٥٣	٢,٨١	٥٤,٢٦	٤,٢٥	١٣,٧٣	١٨,٨٨

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٢٢) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧١٧

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في متوسطي القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهاري والتحصيل المعرفي لمهارة الرماية بالقوس والسهم (قيد البحث) مما يشير الي فعالية استراتيجية التعليم القائمة على التعلم البصري لما تحتويه على العديد من طرق وأساليب التدريس والتي تختلف عن الطرق التقليدية المتبعة في الشرح واعطاء النموذج ثم التدريس، ويرجع الباحث ذلك لما تحتويه استراتيجية التعلم البصري من امكانيات جديدة ومتنوعة تثير المتعلم لمحاولة معرفة المزيد وساعدت الطلاب في إزالة الشعور بالملل والسلبية في ظل الطريق المعتادة، وزادت من حماسهم ودافعيتهم للتعلم ، مما جعل الطلاب يتلقون الكثير من المعارف التي يحتاجون إليها أثناء اداء المهارة التعليمية، وكذلك الخطوات التعليمية المتبوعة

بالشرح النظري الذي يؤدي بدوره الي تكامل العملية التعليمية ما بين النظرية والتطبيق والذي كان لها دورا ايجابيا في التعلم .

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره كلا " سالم هوبي وحيد، جاسم محمد عاصي " (٢٠١٧م) (١٥) " عبد الله بن صالح القحطاني" (٢٠١٥م) (١٩) في أن إستراتيجية التدريس البصري تركز على استخدام كلاً من الصور والمشاهد ، والرسوم والأشكال التوضيحية ، والخرائط الذهنية والمفاهيمية، والوصف اللفظي والتمثيلات البصرية، والتمثيل البياني والتي يمكن يتم توظيفها والاستفادة منها في عملية التعليم والتعلم.

ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه " Suzanne Stokes" (٢٠٠١م) (١٨) على أن استخدام الصور باعتبارها بعد من أبعاد التعلم البصري له دور عظيم في تحقيق أهداف التعلم والقدرة على ترجمة الصور وتوليدها لتوصيل الأفكار والمفاهيم وتوفير معرفة القراءة والكتابة البصرية للمتعلم، وتطويرها، والتي تساعد على تحسن مستوى الأداء المهاري للمتعلمين.

ويتفق مع ما يؤكد عليه " ايهاب محمد فهميم" (٢٠٠٦م) (١) على أن درجة انبهار المتعلم بأساليب التعليم غير التقليدية تعمل علي جذب انتباهه نحو التعلم، ولذلك تتم عملية التعلم القائمة على إستراتيجية التدريس البصري بكل حماس لوجود الطرق والأساليب التي تتناسب مع قدراتهم ومحاولة الارتقاء بهذه القدرات حتي يصلون الي مستوي الاداء المطلوب .

رابعا : عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع :

جدول (١٧)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المستوي المهاري والاختبار المعرفي للعيينة قيد البحث

المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة			وحدة القياس	المتغيرات
نسبة التحسن %	بعدي	قبلي	نسبة التحسن %	بعدي		
٥١%	٨٠,٩١	٤٩,١	٣٥%	٨٣,٠٦	٦١,٦٦	درجة
٦٨%	٩١,٠٨	٦٤,١٦	٤٣%	٧٣,١٣	٥١,٢	درجة
٨٩%	١٣,٣٣	٦,٧٥	٢٨%	١١,٤	٨,٩	درجة
٨٤%	١٨,٨٣	١٢,٤	٢٩%	١٤,٣٣	١١,١٣	درجة
٦٢%	١٦,٨٣	١١	٤٠%	١٤,٨	١٠,٦	درجة
٧٧%	٤٩	٣٠,١٦	٣٢%	٤٠,٥٣	٣٠,٦٣	درجة

يتضح من جدول (١٧) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي (قيد البحث)، حيث جاء تقييم مستوى الاداء المهاري بنسبة تحسن ضمن اختبارات حيث بلغت ٥١% للمجموعة التجريبية، و ٣٥% للمجموعة الضابطة ، يليها في نسبة التحسن المهاري استمارة تسجيل الأداء الرقمية حيث كانت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية ٦٨% والضابطة بنسب ٤٣%، كما جاء المحور التاريخي بنسب تحسن للاختبار المعرفي لدي المجموعتين التجريبية بنسب ٨٩% والضابطة وبنسبة ١١,٤% ، كما يتضح أيضا من نفس الجدول تحسن للمحور المهاري للمجموعة التجريبية بنسبة تحسن ٨٤% عن المجموعة الضابطة بنسبة تحسن ١٤,٣٣ ، يتضح أيضا من نفس الجدول تحسن للمحور القانوني للمجموعة التجريبية بنسبة تحسن ٦٢% وعن المجموعة الضابطة بنسبة تحسن ٤٢% ، ويتضح أيضا أن نسبة التحصيل المعرفي لدي المجموعتين التجريبية بنسب ٦٢% والضابطة وبنسبة ١٤,٨ ، مما يشير الي فعالية استراتيجية التعليم القائمة على التعلم البصري في عملية التحصيل المعرفي لمحتوي المقرر لدي المجموعة التجريبية عن الضابطة .

ويعزي الباحث هذا التحسن الي فعالية استراتيجية التعليم القائمة على التعلم البصري في عملية التحصيل حيث تم تصميمها بشكل منظم وطريقة شيقة مصحوبة بالصور التوضيحية واشكال مسلسلة، وخرائط، ومفاهيم، وأشكال توضيحية وتعليمية والتي تجعل المعلومات ترتبط بأذهان الطلاب، والذي يؤدي الي تفاعل الطلاب مع البرنامج التعليمي أثناء الوحدة التعليمية ومحاولة استرجاع المعلومات المقروءة وطرق الاداء التي تم مشاهدتها للمهارة التعليمية وفقاً لقدراتهم الفردية في التعلم الامر الذي ادى الى تحسن المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة (قيد البحث) .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج كلا من (سالم هوبي وحيد، جاسم محمد عاصي) (٢٠١٧م) (٥) " يوسف أحمد خليل الجواني " (٢٠١٤م) (١٥) ، و هيثم جاسم محمد السعدى " (٢٠١٥م) (١٤) ، و عبد الله بن صالح القحطاني (٢٠١٥م) (٩) ، والذين أشاروا بأن هناك تحسن ملحوظ في التعليم باستخدام استراتيجية التعليم القائمة على التعلم البصري في اكتساب المعارف والمعلومات وانه لابد من الاستفادة من هذه الأساليب التدريسية الحديثة في التعليم لما له من دور ايجابي في العملية التعليمية .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع والذي ينص علي " زيادة معدل نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدي لكلا من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء المهاري

والتحصيل المعرفي للمبتدئين في القوس والسهم وذلك لصالح نسب تحسن المجموعة التجريبية " الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً : الاستنتاجات :

في ضوء هدف البحث وفروضة، وفي ضوء المنهج المتبع والنتائج التي حصل عليها الباحث توصل إلى الاستنتاجات التالية:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات البعديّة بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في رياضة الرماية بالقوس والسهم.

٤- يوجد فروق في معدل نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدي لكلا من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمبتدئين في القوس والسهم وذلك لصالح نسب تحسن المجموعة التجريبية.

ثانياً : التوصيات :

١- ضرورة اجراء المزيد من البحوث المتعلقة باستخدام الاستراتيجيّة التعليميّة القائمة على التعلم البصري في تدريس مقرر الرماية بالقوس والسهم والرياضات الأخرى .

٢- ضرورة اعداد المواد التعليميّة الخاصّة بالمقررات الدراسيّة الأخرى باستخدام الاستراتيجيّة التعليميّة القائمة على التعلم البصري بطريقة تتناسب مع الخصائص والمميزات المختلفة لكل مقرر دراسي.

٣- ضرورة اجراء مزيد من الدراسات للكشف عن مدى فاعليّة استخدام استراتيجيّة التعليم القائمة على التعلم البصري لما لها من دور ايجابي نحو العمليّة التعليميّة .

المراجع العربية والاجنبية ومواقع وشبكة المعلومات الدولية:

أولاً : المراجع العربية :-

- ١- ايهاب محمد فهميم (٢٠٠٦م) : تصميم موقع تعليمي علي شبكة الانترنت وأثره علي تعلم بعض مسابقات الميدان والمضمار لدي طلبة شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية بطنطا ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٢- حازم سليمان الناصر، نادية حسين يونس العفون ،غاده شريف عبد الحمز (٢٠١٥م): بناء برنامج تدريبي وفقا لاستراتيجيات التعليم البصري للطلبة- المعلمين في قسم العلوم العامة وأثره في ادائهم التدريسي، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، العراق.
- ٣- ذوقان عبيدات، سهيلة أبو السميد (٢٠١٣ م) : استراتيجيات التدريس في القرن الحادي والعشرين دليل المعلم والمشرف التربوي، دبيونو لتعليم التفكير، عمان.
- ٤- رندا عبد العليم منير(٢٠١٥م) : كيف تنمي التفكير البصري لطفلك، مركز دبيونو لتعليم التفكير، الأردن .
- ٥- سالم هوبي وحيد وجاسم محمد عاصي التميمي (٢٠١٧م): فاعلية إستراتيجية التدريس البصري في تحصيل تلميذات الصف الخامس الإبتدائي في مادة الرياضيات، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، العراق.
- ٦- سامي فهد السندي، عبد الله عبد الخالق جميل (٢٠١٨م) : الدليل البصري لمناهج البحث التربوي، العبيكان، الرياض.
- ٧- طارق عبد الرؤوف عامر، إيهاب عيسى المصري (٢٠١٦م): التفكير البصري مفهوم- مهارة - إستراتيجية، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة.
- ٨- عامر فيصل على الشهيلي (٢٠١٤ م) " أثر استراتيجيات التعلم البصري فى أكتساب المفاهيم الفيزيائية والتفكير البصري عند طلاب الصف الرابع العلمى " رساله ماجستير، غير منشورة ، كلية التربية جامعة بغداد.
- ٩- عبد الله بن صالح القحطاني (٢٠١٥م): فاعلية برنامج تعليمي قائم على الاستراتيجيات البصرية في تنمية بعض المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، جامعة الشقراء، الاردن.
- ١٠- غالب عبد المعطي الفريجات (٢٠١٤م) : مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، عمان.
- ١١- فاطمة عبد مالح ،أفراح عبد القادر (٢٠١٥م) : أسس رياضة القوس والسهم، المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان.

- ١٢- فرانسيس دوانر وديفيد مايك مور ، ترجمة نبيل جاد عزمى (٢٠١٥م) : الثقافة البصرية، ط ٢، مكتبة بيروت ، القاهرة .
- ١٣- لىلى سعيد سويلم الجهني (٢٠١٨م) : تصميم المواد البصرية، العبيكان، الرياض.
- ١٤- هيثم جاسم محمد السعدى (٢٠١٤ م) :أثر استخدام المنظمات البصرية المحوسبة في اكتساب المفاهيم الجغرافية لدى طلاب الصف الثاني متوسط والاحتفاظ بها، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة بابل .
- ١٥- يوسف أحمد خليل الجوراني (٢٠١٤م) : أثر استراتيجيات التدريس البصرى في تحصيل مادة الأحياء وتنمية عمليات العلم ، مجلة الفتح ، بغداد.

ثانيا : المراجع الاجنبية :-

- ١٦- **Anne M.R. Agar. Arthurf(٢٠٠٦):** archery standards -Based unit of STUDY GRADES ٩-١٢, NATIONAL ARCHERY IN THE SCHOOLS, U.S.A .
- ١٧- **Paul Jurbala(٢٠٠٨):** Long-Term Archer Development Model , Federation of Canadian Archers .
- ١٨- Suzanne Stokes (٢٠٠١): Visual Literacy in Teaching and Learning: A Literature Perspective, College of Education, Idaho State University Ullman, Shimon (١٩٨٣): Visual Routines .
- ١٩- Sylwester , Robert , (٢٠٠٠): Models" , SAGE publications , New York-, Abiological Brain in cultural classroom , Mc – Graw – Hall Co , New York.

٤٠- **Valtonen A. :** Effects of aquatic resistance training on mobility limitation and lower-limb impairments after knee replacement , Volume ١, Issue ١, Pages ٦٧-٦٨(٢٠١٧).

٤١- **Whorton, James C; Karen Iacobbo (٢٠١٧) :** Nature cures: The history of alternative medicine in America, New York: Oxford University Press , pp. ٨٩, ٩٠.

٤٢- **William E.prentice :** Rehabilitation techniques in sports medicine , Times/mirror, Mosby, college publishing ١٩٩٠

٤٣- **Wilcock .I.M & Hing WA :** Physiological Response to Water Immersion : A method for sport Recovery , Sports Medicine , ٣٦ (٩), ٢٠٠٦

ثالثا : شبكة المعلومات الدولية **Internet**



- Alex Fir <http://ezinearticles.com/?Learn-the-Importance-of-Swimming-Pool-Safety&id=٢٩١٨٣٩>
- Brad Walker and The Stretching Institute
<http://www.thestretchinghandbook.com/archives/٢٠١٠>
- <http://www.lhup.edu/yingram/Jennifer/webpage/homepage٢.htm٢٠٠١>

ملخص البحث باللغة العربية

تأثير برنامج تأهيلي باستخدام المغناطيس الحيوى على استعادة الكفاءة الحركية للمصابين بآلام أسفل الظهر

أ . م . د / محمد عودة خليل

يهدف هذا البحث إلى التعرف على يهدف هذا البحث للتعرف على : تأثير برنامج تأهيلي باستخدام المغناطيس الحيوى على استعادة الكفاءة الحركية للمصابين بآلام أسفل الظهر و إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطه وذلك لملائمة لطبيعة وأهداف البحثم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من قدامى الرياضيين بنادى بنها والمصابين بالالم أسفل الظهر بعد تشخيص الطبيب المختص والتي تتراوح مرحلتهم العمرية من ٤٠:٥٠ سنة، وبلغ حجم العينة على (٢٤) مصاب وتم تقسيمهم الى مجموعتين قوام كل مجموعة (١٢) مصاب.

حيث أستخدمت المجموعة الضابطة البرنامج التأهيلي فقط بينما أستخدمت المجموعة التجريبية المغناطيس الحيوى بالإضافة للبرنامج التأهيلي المقترح من قبل الباحث ، وكانت من اهم النتائج - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقرى) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقرى) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية

* أستاذ مساعد بقسم المواد الصحية - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها.

تأثير برنامج تأهيلي باستخدام المغناطيس الحيوى على استعادة الكفاءة الحركية للمصابين بآلام أسفل الظهر

* د / محمد عودة خليل

أهتم الطب الرياضي الحديث بأبحاث وقاية الرياضيين من الإصابات الرياضية ومن خلال دراسة طبيعة الإصابات الرياضية وأخذ الإجراءات الكفيلة للوقاية منها كما أعطى اهتماماً أكبر للعلاج والتأهيل من الإصابات الرياضية حتى يمكن أن يعود اللاعب المصاب بعد إعادة التأهيل المتكامل أقرب ما يكون إلى حالته الطبيعية قبل الإصابة. (١ : ٢)

وتعتبر الإصابات الرياضية الرياضية من أكبر المشكلات التي تجابه البرامج التدريبية ومن ثم تعمل على أعاقه تقدم اللاعب ، فالإصابة تعني ابتعاد اللاعب ولو وقتياً عن الممارسة ، وبالتالي هبوط مستوى اللاعب سواء بدنياً او مهارياً ، والإصابة تحدث بشكل مفاجئ مما يجعل التنبؤ بمكانها وزمن حدوثها امر غاية في الصعوبة ، رغم ما انتهت اليه الكثير من الدراسات الي مكانية توقع نوعية الإصابات واماكن حدوثها في بعض الأنشطة الرياضية المختلفة ، وبناء علي ذلك يبرز دور المدرب الرياضي المتواجد اثناء حدوث الإصابة لانه من الصعب توفير المساعدات الطبية اثناء عمليات التدريب . (٢٢:٢)

وتعتبر آلام أسفل الظهر من أهم المشكلات التي تواجه الملايين من البشر، فقد وجد في آخر الإحصائيات أن حوالي ٨٠٪ من سكان العالم يعانون أو عانوا من آلام أسفل الظهر في فترة مافى حياتهم، وتعد من أحد الأخطار الرئيسية التي تواجه العالم من الناحية الإقتصادية والجهود البشرية والإنتاج فهي تشكل عبأً إقتصادياً كبيراً على المصاب وأسرته والمجتمع حيث تؤدي إلى إنقطاع المريض أو المصاب عن عمله، وقد تتراوح فترة الإنقطاع من إسبوع إلى عدة شهور وقد تزيد إلى سنوات، كما أن العلاج بصفة مستمرة والعلاج الطبيعي والإستشارات الطبية يؤدي إلى تدمير كيان الإنسان الإجتماعى والنفسى لزيادة الأعباء الإقتصادية وعدم القدرة على الإستمرار فى العمل. (١:٣٠١)

* أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة بنها

أن آلام أسفل الظهر تأتي نتيجة لعدة أسباب تؤدي في النهاية إلى ظهور خلل ما في عمل كل من العضلات والعظام والأربطة والغضاريف في هذه المنطقة ككل أو في أحد مكوناتها، فهي تمثل همزة الوصل بين الجذع والطرف السفلي بشكل مباشر والطرف العلوي والطرف السفلي بشكل غير مباشر. (١٢:٣)

وتمثل أكثر من ٩٠٪ من أسباب آلام أسفل الظهر والمقصود بها هو إستعمال الظهر بطريقة خاطئة وغير صحيحة في الأنشطة اليومية مما يعرض منطقة أسفل الظهر لإجهاد شديد ينتج عنه تقلص مزمن لأحادي العضلات المحيطة بالعمود الفقري أو إنزلاق نواة القرص الغضروفي بدرجة بسيطة مما يؤدي إلى الضغط علي أحد الجذور العصبية المغذية للطرف السفلي ويظهر ذلك في صورة ألم شديد جداً لا يطاق مع تتميل وخذلان بأحد الطرفين السفليين أو الإثنين معاً. (٣٣:٤)

و هناك العديد من حالات ألم أسفل الظهر تحدث إما نتيجة الضغط علي الأعصاب أو نتيجة إجهاد بالعضلات في الظهر أو نتيجة الزيادة في الأحمال التدريبية أو نتيجة الحركات المفاجئة وذلك عند بذل مجهود عضلي عنيف أو حدوث تغير مفاجئ في حركة الجسم مما يؤدي إلى وجود بعض التقلصات العضلية في منطقة الظهر والذي قد ينتج عنها ألم شديد. (٥:٢)

ومما لاشك فيه ان الاصابات التي قد تصيب مناطق اسفل الظهر عديدة هذه الاصابات الاوسع انتشار في العالم وقد تحدث الاصابة من اصابة التكوين العضلي والعصبي للعمود الفقري ومن خلال عمل الباحث كإخصائي تأهيل بدني للعديد من الفرق الرياضية لاحظ وجود اصابات كثير في مناطق اسفل الظهر من الوقوف الخاطئ او الجلوس الخاطي او نتيجة اصابات الملاعب (٧٦ :٥)

ويشير كلا من قدرتي بكري وسهام الغمري (٢٠١١) إلي تنفيذ العلاج الحركي والرياضي يصاحبه تنشيط الدورة الدموية التي تساعد بنشاطها علي توصيل الأكسجين وعناصر الغذاء المتعدد إلي الأنسجة العضلية خاصة تلك الإصابة التي هي في حاجة إلي إعادة بناء الأنسجة المصابة. (٨٠ : ٦)

المغناطيس الحيوى هو نوع من ممارسة الطب البديل عن طريق استخدام المجالات المغناطيسية والممارسين يدعون أن إخضاع أجزاء معينة من الجسم إلى مجالات مغناطيسية ثابتة والتي تنتج عن مغناطيس دائم لديها بعض التأثيرات الصحية المفيدة و يستخدم فى القضاء على الالم حيث لة العديد من الفوائد:

• قطع إشارة الالم وتخفيف الاحساس بالالم

- يقلل الالتهابات ويساعد على العلاج
 - يزود نسبة الاكسجين بالخلايا ويساعد على التخلص من السموم والحصول على جهاز مناعى أفضل
 - يساعد فى تحسين الدورة الدموية (١٦)
- كما هو معروف بأن الجسم البشري يتكون من ترليونات الخلايا و التي تكون لاحقا انسجة الجسم المختلفة و الدم وهذه الخلايا تعمل بشكل دقيق و محكم و يعتمد نشاط هذه الخلايا أو خمولها على الطاقة المغناطيسية وحيث أن كل خلية من خلايا الجسم هي عبارة عن مولد مغناطيسي صغير و يقوم الجسم بارسال نبضات من الطاقة الكهرومغناطيسية من المخ عن طريق الجهاز العصبي للخلايا حتى تقوم بأداء وظائفها على حسب حاجة الجسم وهذه العمليات البيولوجية المعقدة تتم بسرعة متناهية و تساعد الجسم حتى يعالج نفسه بنفسه دون أن يصل الى مرحلة المرض و حيث أن شحنات الجسم تكون في حالة تعادل و هذا النوع من الاتزان البيولوجي الداخلي يطلق عليه أسم المغناطيس الحيوي. (١٧)
- و يرى العديد من العلماء بأن توظيف علوم المغناطيس في المجالات الصحية و الطبية المختلفة سوف يكون له السبق في المستقبل لانه مستوحى من الطبيعة البكر و هو ما يطلق عليه الآن إسم "صديق البيئة" الذي ليست له أى أعراض جانبية بالمقارنة مع الأدوية الكيميائية و المواد الصناعية السامة التي نستخدمها بصورة يومية وقد أثبتت آخر الأبحاث الطبية بأن تعرض الجسم للمجالات المغناطيسية و تستطيع أن تؤثر طاقتها على كل خلية من خلايا الجسم بسبب مقدرتها على النفاذ العالية الى داخله وهذا ما يفسر التأثير الملحوظ للمجالات المغناطيسية في معالجة الجروح و حيث ثبت أنها تقلل من التليف و التثقيب في الجروح المختلفة المنشأ (١٧)
- و التعرض للمجالات المغناطيسية يقلل من الإحساس بالآلام لحالات مرضية معينة مثل آلام الاسنان تصلبات المفاصل و آلامها و بالإضافة الى المساعدة في علاج حالات الاكزيما و الربو و لوحظ بأن قوة المجال المغناطيسي تتناسب طرديا مع نوع العمليات الحيوية التي تتم في داخل الخلايا و نوع الانسجة التي تتعرض للمجالات المغناطيسية و
- والجسم الإنساني مغناطيس آخر وله جهات مغناطيسية و فيعتبر الرأس والجزء العلوي من الجسم قطبه الشمالي و أما المجال المغناطيسي في جسم الإنسان لقد جرت محاولات لقياس المجالات المغناطيسية المنبعثة من مختلف الأعضاء البشرية كالقلب والدماغ والأعصاب والعضلات بعد أن أثبت الإختصاصيون أن الجسم البشري مصدر مغناطيسي وقد توصلوا إلى أن المجالات المغناطيسية للأعضاء ذات طبيعة متغيرة. (١٦)

لذا مما سبق وجد الباحث من خلال قراءاته النظرية انه يمكن استخدام المغناطيس الحيوى لتحسين آلام أسفل الظهر التي يعانى منها العديد من البشر، ومن ثم فإن تعرض الباحث لكيفية علاج تلك المشكلة التي يعانى منها الكثير والتي تعتبر واحدة من أكثر المشكلات التي زاد انتشارها مع هذا التقدم التكنولوجي و من جميع الزوايا بصورة تحليلية إنما يعطي توصيفاً علمياً في كيفية التعامل معها من خلال معرفة مدى تأثير المغناطيس الحيوى في علاجها وما ترتبط به من تأثيرات على الجسم سواء أكانت فسيولوجية أو بدنية.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث للتعرف على : تأثير برنامج تأهيلي باستخدام المغناطيس الحيوى على استعادة الكفاءة الحركية للمصابين بآلام أسفل الظهر من خلال تحسن الاتى :

١. درجة الاحساس بالالام

٢. القوة العضلية لعضلات الظهر

٣. القوة العضلية لعضلات البطن

٤. القوة العضلية لعضلات الرجلين

٥. مرونة العمود الفقري

فروض البحث

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات (درجة الالام- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة .

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات (درجة الالام- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى متغيرات (درجة الالام- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطه وذلك لملائمة لطبيعة وأهداف البحث
عينة البحث :

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من قدامى الرياضيين بنادى بنها والمصابين بالالام أسفل الظهر بعد تشخيص الطبيب المختص والتي تتراوح مرحلتهم العمرية من ٤٠:٥٠ سنة، وبلغ حجم العينة على (٢٤) مصاب وتم تقسيمهم الى مجموعتين قوام كل مجموعة (١٢) مصاب.
 حيث أستخدمت المجموعة الضابطة البرنامج التأهيلي فقط بينما أستخدمت المجموعة التجريبية المغناطيس الحيوى بالإضافة للبرنامج التأهيلي المقترح من قبل الباحث.
تجانس عينة البحث :

قام الباحث بإجراء التجانس لعينة البحث فى متغيرات البحث

جدول (١)

تجانس عينه البحث في متغيرات السن والطول والوزن

ن = ٢٤

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	٤٤,٢٧٢٧	٤٤	٢,١٦٤٢٥	٠,٢٠٢
الطول	١٧٢,٨٦٣٦	١٧٦	٥,٦٦٧٧٥	-٠,٣٣٤
الوزن	٨١,٧٢٧٣	٨٢	٢,٥٤٨٢٤	-٠,٢٩١

يتضح من جدول (١) ان معامل الالتواء تراوح ما بين (٠,٢٠٢ ، -٠,٣٣٤) اي انه انحصر ما بين ± ٣ ان البيانات تتوزع توزيعا طبيعيا مما يدل علي تجانس عينه البحث في متغيرات السن والطول والوزن

جدول (٢)

تجانس عينه البحث في متغيرات القوة العضليه

ن = ٢٤

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
قوة بطن	١٢٣,٤٥٤٥	١٢٤	١,٦٢٥٠٢	-٠,٠٩٤
	٩٧,١٣٦٤	٩٧	١,٧٥٣٧٨	٠,٢٩٦
قوة ظهر	١٠٩,٥٤٥٥	١١٢	٨,٠٦٣٦	-٠,٠٨٥
	٧٥,٣١٨٢	٧٥	٣,١٨٣٠٩	-٠,٢٥١
قوة رجل يمني	١٣٣,١٨١٨	١٣٥	٩,٤٥٤٨٤	-٠,٢٠٩
	٨٨,٥	٩٠	٦,٣٩٠١	٠,٢٨٣
قوة رجل يسري	١٢٩,٣١٨٢	١٣٥	٩,٩١٥٧٧	-٠,٤٧٨
	٨٣,٠٤٥٥	٨٤	٦,٤٨٤٢٥	٠,٤٥٣

يتضح من جدول (٢) ان معامل الالتواء انحصر ما بين ± 3 مما يدل علي ان البيانات تتوزع توزيعا طبيعيا وبالتالي تجانس عينه البحث

جدول (٣)

تجانس عينه البحث في مرونة العمود الفقري

ن = ٢٤

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
امام	٢٦,٥	٢٦	١,٠١١٨٣	٠,٣٠٣
خلف	١٦,١٨١٨	١٦	١,٧٦٣٠٢	٠,١٥٥
يمني	٤٥,٦٣٦٤	٤٥	١,٣٩٨٨٢	٠,٩٥٥
يسار	٤٢,٦٣٦٤	٤٣	٢,٦٤٦٥٧	٠,٢١٣

يتضح من جدول (٣) ان معامل الالتواء انحصر ما بين ± 3 مما يدل علي ان البيانات تتوزع توزيعا طبيعيا وبالتالي تجانس عينه البحث

جدول (٤)

تجانس عينه البحث في درجة الالم

ن = ٢٤

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
درجة الالم	٨,٨٦٣٦	٩	٠,٧٧٤٣٢	٠,٢٤٩

يتضح من جدول (٤) ان معامل الالتواء انحصر ما بين ± 3 مما يدل علي ان البيانات تتوزع توزيعا طبيعيا وبالتالي تجانس عينه البحث.

وبعد التأكد من أن الإختبارات والقياسات تخلو من التوزيعات الغير إعتدالية بإجراء معامل الإلتواء قام الباحث بتقسيم العينة الأساسية إلى مجموعتين إحداهم تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٢) مصاب وذلك بعد إجراء التكافؤ بينهما في المتغيرات قيد البحث .

جدول (٥)

تكافؤ عينة البحث في متغيرات الدراسة

ن=١٢، ن=٢٢

م	المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		ف	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
١	السن	٤٤,٤١٦٧	٢,١٥١٤٦	٤٤	٢,١٧٤٢٣	٠,٤١٦٧-	٠,٤٧٢-
٢	الطول	١٧٣,١٦٦٧	٦,٠١٢٦١	١٧٣,٢٥	٥,٢٩٣٦٥	٠,٠٨٣٣	٠,٠٣٦
٣	الوزن	٨١,٦٦٦٧	٢,٦٧٤٢٣	٨١,٥	٢,٣٩٣١٧	٠,١٦٦٧	٠,١٦١-
٤	قوه بطن	٠٦٠	١٢٣,١٦٦٧	١٢٣,٥	١,٦٢٣٦٩	-٠,٣٣٣٣	٠,٢٥٧-
		٠٩٠	٩٧,١٦٦٧	٩٦,٧٥	١,٧٦٤٥٥	٠,٤١٦٧	٠,٥٠٠-
٥	قوه ظهر	٠٦٠	١٠٩,٩١٦٧	١١٠,٩١٦٧	٨,٦٧٠٣١	-١	٠,٥٦٤
		٠٩٠	٧٥	٣,٢٧٥٢٥	٣,٠٧٨٥٢	٠,٢٥-	٠,٢٩١-
٦	قوه رجل يمني	٠٦٠	١٣٤,١٦٦٧	١٣٤,١٦٦٧	١٠,٤٠٨٣٣	٠	٠,١٩٣-
		٠٩٠	٨٧,٦٦٦٧	٦,١٦٩٣٣	٦,٤٢٦١٥	-١,٠٨٣٣	٠
٧	قوه رجل يسري	٠٦٠	١٣٠	٩,٥٣٤٦٣	١٠,٧٥٧٣١	٠,٤١٦٧	٠,٤٢١-
		٠٩٠	٨٢,٢٥	٦,٢٣٩٥٤	٦,٦٠٣٤٩	٠,٩١٦٧	٠,١٠٠-
٨	مرونة للامام	٢٦	١,٠٣٥٧٣	٢٦,٥٤٥٥	١,٠٣٠٧١	-٠,٥٤٥٥	٠,٠٢٢
٩	مرونة للخلف	١٦,٦٣٦٤	١,٥٦٦٧	١٦,٠٩٠٩	١,٩٢١١٧	٠,٥٤٥٥	٠,٤٧٩
١٠	مرونة يمني	٤٥,٥٤٥٥	١,٣٦٨٤٨	٤٥,٧٢٧٣	١,٤٨٩٣٦	-٠,١٨١٨	٠,٢٧٢
١١	مرونة يسار	٤٢,٧٢٧٣	٢,٩٠١٤١	٤٢,٠٩٠٩	٢,٤٦٧٩٨	٠,٦٣٦٤	٠,٠٥٤
١٢	درجه الالم	٨,٧٥	٠,٧٥٣٧٨	٨,٨٣٣٣	٠,٨٣٤٨٥	-٠,٠٨٣٣	٠,٩٢٦

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٢=٢,٠٧

يوضح جدول (٥) أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في متغيرات الدراسة مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

وسائل جمع البيانات :

ادوات واجهزه البحث

أجهزة القياس المستخدمة في البحث:

١. جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
٢. ميزان طبي رقمي لقياس الوزن بالكيلو جرام .
٣. شريط قياس صلب لقياس المحيطات (Tape) .
٤. جهاز الايزوكينتك لقياس القوة العضلية .
٥. مقياس التناظر البصري لتحديد مدى الألم .

الأدوات المستخدمة في البحث

١. أستيك مطاطي .
٢. أثقال معدنية متعددة الأوزان .
٣. اثقال رملية متعددة الاوزان
٤. وسائل قطنيه
٥. مغناطيس حيوى مرفق (١)

قياسات البحث : من خلال اطلاع الباحث عي الدراسات السابقه والمراجع العلميه توصل الي

القياسات الاتيه :

- قياس الطول : باستخدام جهاز الريستاميتير
 - قياس الوزن : باستخدام ميزان طبي رقمي
 - قياس مرونة العمود الفقري : فى جميع الاتجاهات مرفق (٢)
 - قياس القوه العضليه: باستخدام جهاز الايزوكينتك بالكمبيوتر مرفق (٣)
 - درجة الإحساس بالألم وتم ذلك باستخدام مقياس التناظر البصري مرفق (٤)
- خطوات اجراء البحث :

إعداد البرنامج التاهيلي : وتمثل اعداد البرنامج في تحقيق الخطوات التاليه :

تحديد الأهداف الرئيسية للبرنامج المقترح:

يهدف البرنامج إلى تأهيل المصابين الالم أسفل الظهر من خلال الاتي :

- تخفيف حدة الألم نتيجة الانزلاق الغضروفي القطنى .
- تحسين مرونة العمود الفقري .

- تحسين القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن و الرجلين

تحديد المدة الكلية للبرنامج ومدته كل مرحلة وزمن الوحدات التدريبية وعددها :
 وفيها قام الباحث بتصميم استماره استطلاع رأي الخبراء مرفق (٥) لتحديد الاتي :

١- الزمن الكلي للبرنامج

٢- تحديد عدد الوحدات التدريب الاسبوعيه الممكنه

٣- زمن الوحدة التدريبية

جدول (٦)

يوضح استطلاع رأي الخبراء حول مدة كل مرحلة وزمن الوحدات التدريبية

المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	النسبة المئوية %
عدد الاسبوع											
٦	X	X	X		✓	X	X	X	X	X	١٠%
٨	X	X	X	✓	X	X	✓	X	X	X	٢٠%
١٠	✓	X	✓	X	✓	X	X	X	✓	✓	٥٠%
١٢	X	✓	X	X	X	X	X	X	X	X	١٠%
عدد الوحدات التدريبية في الاسبوع											
٣	X	X	✓	X	X	✓	X	X	X	X	٢٠%
٤	✓	✓		✓	✓		✓		✓	✓	٧٠%
٥	X	X	✓	X	X	✓	X	X	X	X	٢٠%
٦	X	X	X	X	X	✓	X	X	X	X	١٠%
زمن الوحدة التدريبية											
٣٠	X	X	✓	X	X	✓	X	X	X	X	٢٠%
٤٥	✓	✓		✓	✓		✓		✓	✓	٧٠%
٦٠	X	X	X	X	X	X	X	✓	X	X	١٠%

يتضح من جدول (٦) ان عدد الاسبوع (١٠) حققت نسبة مئوية ٥٠% وحققت عدد

اوحداث التدريبية (٤) وحدات تدريبية اعلي نسبه مئويه بنسبه ٧٠% وحققت مدته الوحدة

التدريبية (٤٥) دقيقه باعلي نسبه مئويه ٧٠%

تحديد محتوى البرنامج التاهيلي المقترح

جدول (٧)

التوزيع الزمني للبرنامج التأهيلي

م	المحتوى	التوزيع الزمني
١	مدة البرنامج	شهرين ونصف
٢	عدد الاسبوع	١٠
٣	زمن الجزء الرئيسي في الوحدة التأهيلية	٤٥ ق
٤	عدد الوحدات التدريبية في الاسبوع	٤ وحدات
٥	العدد الكلي لوحدات البرنامج	٤٠ وحدة
٦	الزمن الكلي للبرنامج التأهيلي	١٠,٨٠٠ ق (٣٠ ساعة)
٧	فترة تنفيذ الوحدة التأهيلية	الساعة ١٢ ظهرا
٨	الحمل المناسب في البرنامج	متوسط

يوضح الجدول السابق التوزيع الزمني للبرنامج من حيث (مدة البرنامج - عدد الاسبوع - زمن الوحدة التدريبية - الزمن الكلي للبرنامج - والحمل المستخدم) التجربة الأساسية:

تطبيق البرنامج المقترح : قام الباحث بتطبيق البرنامج المقترح مرفق (٦) في صالة اللياقة البدنية بمبنى كلية التربية الرياضية ببناها في الفترة من ١/٩ / ٢٠١٩ حتى ١٦ / ١٠ / ٢٠١٩ مع مراعاة أرتداء المجموعة التجريبية المغناطيس الحيوى لمدة شهر ونصف مع البرنامج المقترح من قبل الباحث وتم الاتفاق مع عينة البحث على أن تكون أيام التدريب (السبت - الاثنين - الأربعاء - خميس) الساعة ١٢ ظهرا مع مراعاة الآتي:

- أن تتم القياسات لجميع أفراد العينة بطريقة موحدة.
- استخدام نفس أدوات القياس لجميع أفراد العينة.

المعالجات الإحصائية :

تمت المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS وقد تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية نظراً لمناسبتها لطبيعة البحث :

(المتوسط الحسابى - الوسيط - الإنحراف المعياري - معامل الالتواء - إختبار (ت) t-Test - حجم التأثير)

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

جدول (٨)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القوه العضليه

ن = ١٢

قيمة ت	ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	
		ع±	س	ع±	س		
*9,628-	-9,940.4	3,43163	133,1071	1,64225	123,1667	060	قوه بطن
*9,660-	-10,0833	3,35554	107,25	1,85047	97,1667	090	
*3,105-	-9,4047	7,11879	119,3214	8,16265	109,9167	060	قوه ظهر
*7,841-	-12,4643	4,78163	87,4643	3,27525	75	090	
*2,129-	-7,5833	8,82032	141,75	9,25235	134,1667	060	قوه رجل يمني
*4,090-	-10,2857	6,64337	97,9524	6,16933	87,6667	090	
*2,885-	-6,8095	8,75567	136,8095	9,53463	130	060	قوه رجل يسري
*2,793-	-6,8929	6,31064	89,1429	6,23954	82,25	090	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 ودرجة حرية 11 = 1,80

يوضح جدول (8) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القوه العضليه حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (9)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مرونة العمود الفقري

ن = 12

قيمة ت	ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	م
		ع±	س	ع±	س		
*3,022	1,8462	1,06819	24,1538	1,03573	26	امام	
*2,479	1,5595	1,49786	15,0769	1,5667	16,6364	خلف	
*2,72	1,4686	1,25576	44,0769	1,36848	45,5455	يميني	
*2,054	2,1888	2,56955	40,5385	2,90141	42,7273	يسار	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 ودرجة حرية 11 = 1,80

يوضح جدول (9) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مرونة العمود الفقري حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (10)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في درجة الالم

ن = 12

قيمة ت	ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	م
		ع±	س	ع±	س		
*9,019	4,2619	1,56956	4,4881	0,75378	8,75	درجة الالم	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 ودرجة حرية 11 = 1,80

يوضح جدول (١٠) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في درجة الالم حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (١١)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القوة العضلية

ن=١٢

قيمة ت	ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	م
		ع±	س	ع±	س		
*١٧,١٦١-	-٢١,٤٥٢٤	٤,٣٣٦٠١	١٤٤,٩٥٢٤	١,٦٢٣٦٩	١٢٣,٥	0٦٠	قوة بطن
*١٩,١١٠-	-١٨,٦٦٦٧	٣,١١٨٥٦	١١٥,٤١٦٧	١,٧٦٤٥٥	٩٦,٧٥	0٩٠	
*٥,٩٦٢-	-١٨,٧٩٧٦	٧,١٧٢٩	١٢٩,٧١٤٣	٨,٦٧٠٣١	١١٠,٩١٦٧	0٦٠	قوة ظهر
*١٥,٧٦٤-	-٢٠,١٩٠٥	٣,٤٥٠٨٨	٩٥,٤٤٠٥	٣,٠٧٨٥٢	٧٥,٢٥	0٩٠	
*٤,١٩٨-	-١٥,٥	٨,٠٢٩٨٦	١٤٩,٦٦٦٧	١٠,٤٠٨٣٣	١٣٤,١٦٦٧	0٦٠	قوة رجل يمني
*٦,١٧٧-	-١٤,١٥٤٨	٥,٠٣٣١	١٠٢,٩٠٤٨	٦,٤٢٦١٥	٨٨,٧٥	0٩٠	
*٣,٥٧٨-	-١٣,٥٣٥٧	٨,٠٨٤٨٧	١٤٣,٩٥٢٤	١٠,٧٥٧٣١	١٣٠,٤١٦٧	0٦٠	قوة رجل يسري
*٤,٥٦١-	-١٠,٦٦٦٦	٥,٠٦٩١٨	٩٣,٨٣٣٣	٦,٦٠٣٤٩	٨٣,١٦٦٧	0٩٠	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١١ = ١,٨٠

يوضح جدول (١١) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القوة العضلية حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (١٢)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مرونة العمود الفقري

ن=١٢

قيمة ت	ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	م
		ع±	س	ع±	س		
*٨,٤٠١	٦,٤٦٨٦	١,٥٥٢٥	٢٠,٠٧٦٩	١,٠٣٠٧١	٢٦,٥٤٥٥	امام	١
*٤,٦٨٦	٥,٦٢٩٤	١,٨٥٣٦٢	١٠,٤٦١٥	١,٩٢١١٧	١٦,٠٩٠٩	خلف	٢
*١٠,٤٩٧	١٤,٨٦٨٣	٤,٨٤٣٧٨	٣٠,٨٥٩	١,٤٨٩٣٦	٤٥,٧٢٧٣	يمني	٣
*٩,٩٥٧	١٧,٩٣٧١	٥,٩١٥٠٩	٢٤,١٥٣٨	٢,٤٦٧٩٨	٤٢,٠٩٠٩	يسار	٤

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١١ = ١,٨٠

يوضح جدول (١٢) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مرونة العمود الفقري حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (١٣)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة الالم

ن = ١٢

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		ف	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
١	درجة الالم	٨,٨٣٣٣	٠,٨٣٤٨٥	١,٧٠٢٤	١,٠١٧٣٣	٧,١٣٠٩	*١٩,٦٢٧

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١١ = ١,٨٠

يوضح جدول (١٣) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة الالم حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية

جدول (١٤)

الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في القوة العضلية

ن = ١٢، ن = ٢٢

م	المتغيرات	بعدي ضابطة		بعدي تجريبية		ف	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
٥٦٠	قوة بطن	١٣٣,١٠٧١	٣,٤٣١٦٣	١٤٤,٩٥٢٤	٤,٣٣٦٠١	-١١,٨٤٥٣	*٨,٠١٥-
		١٠٧,٢٥	٣,٣٥٥٥٤	١١٥,٤١٦٧	٣,١١٨٥٦	-٨,١٦٦٧	*٦,٦٧٠-
٥٦٠	قوة ظهر	١١٩,٣٢١٤	٧,١١٨٧٩	١٢٩,٧١٤٣	٧,١٧٢٩	-١٠,٣٩٢٩	*٣,٨٤٨-
		٨٧,٤٦٤٣	٤,٧٨١٦٣	٩٥,٤٤٠٥	٣,٤٥٠٨٨	-٧,٩٧٦٢	*٥,٠٦١-
٥٦٠	قوة رجل يمني	١٤١,٧٥	٨,٨٢٠٣٢	١٤٩,٦٦٦٧	٨,٠٢٩٨٦	-٧,٩١٦٧	*٢,٤٨٣-
		٩٧,٩٥٢٤	٦,٦٤٣٣٧	١٠٢,٩٠٤٨	٥,٠٣٣١	-٤,٩٥٢٤	*٢,٢٢٣-
٥٦٠	قوة رجل يسري	١٣٦,٨٠٩٥	٨,٧٥٥٦٧	١٤٣,٩٥٢٤	٨,٠٨٤٨٧	-٧,١٤٢٩	*٢,٢٤٣-
		٨٩,١٤٢٩	٦,٣١٠٦٤	٩٣,٨٣٣٣	٥,٠٦٩١٨	-٤,٦٩٠٤	*٢,١٦٨-

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢,٠٧

يوضح جدول (١٤) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في القوة العضلية حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

جدول (١٥)

الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مرونة العمود الفقري

ن=١٢، ن=٢٢

م	المتغيرات	بعدي ضابطة		بعدي تجريبية		ف	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
١	امام	٢٤,١٥٣٨	١,٠٦٨١٩	٢٠,٠٧٦٩	١,٥٥٢٥	٤,٠٧٦٩	*٤,٣٤
٢	خلف	١٥,٠٧٦٩	١,٤٩٧٨٦	١٠,٤٦١٥	١,٨٥٣٦٢	٤,٦١٥٤	*٤,٠١
٣	يمني	٤٤,٠٧٦٩	١,٢٥٥٧٦	٣٠,٨٥٩	٤,٨٤٣٧٨	١٣,٢١٧٩	*٧,٣٣
٤	يسار	٤٠,٥٣٨٥	٢,٥٦٩٥٥	٢٤,١٥٣٨	٥,٩١٥٠٩	١٦,٣٨٤٧	*٩,٤٥

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٢=٢,٠٧

يوضح جدول (١٥) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مرونة العمود الفقري حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

جدول (١٦)

الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجة الالم

ن=١٢، ن=٢٢

م	المتغيرات	بعدي ضابطة		بعدي تجريبية		ف	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
١	درجة الالم	٤,٤٨٨١	١,٥٦٩٥٦	١,٧٠٢٤	١,٠١٧٣٣	٢,٧٨٥٧	*٥,٥٧٣

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٢٢=٢,٠٧

يوضح جدول (١٦) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في درجة الالم حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

مناقشة النتائج وتفسيرها :

مناقشة الفرض الاول القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة .

يتضح من جداول (٨)(٩)(١٠) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في أختبارات (القوة العضلية- مرونة العمود الفقري- مقياس الالم) لصالح القياسات البعديّة للمجموعة الضابطة.

و يعزى الباحث هذا التحسن إلى تمارينات البرنامج التأهيلي التي يؤديها المصاب سواء كانت لتنمية القوة العضلية أو لزيادة مرونة المفاصل ومطاطية العضلات حيث تعمل هذه التمارينات على تقليل الضغط الواقع على القرص الغضروفي وبالتالي يؤدي هذا إلى إزالة الضغط الواقع على الأعصاب فتقل حدة الألم

كما أن التمارينات العلاجية لها تأثيرات وظيفية مصاحبة تزيد من نشاط الدورة الدموية وعملية التمثيل الغذائي مما يكفل المزيد من العناصر الغذائية والاكسجين الوارد للعضو المصاب ، عن طريق زيادة الدم المتدفق مما يعمل علي تقوية العضلات والتخلص من مخلفات الاصابة ، كما ان التمارينات العلاجية لها فاعلية في تحسين الحس العضلي حيث انه عند تحريك المفصل وانقباض مجموعة العضلات المختلفة التي تختص بالحركة تصل المؤثرات الحسية للمخ وبالتالي تنتظم عمل العضلات التي تختص بالحركة ومع انتظام اداء التمرين سيرقي الحس العضلي وتتحسن المرونة وهذا ماتؤكدته دراسة كلا من سبيكة أحمد علي صادق (٢٠٠٧)(٤) ، محمود فائق صبره (٢٠٠٦)(٧) ، مروان سعد المرسي (٢٠٠٩)(٨)

وبذلك يتحقق صحة الفرض القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة .

مناقشة الفرض الثاني القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

يتضح من جداول (١١)(١٢)(١٣) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في أختبارات (القوة العضلية- مرونة العمود الفقري- مقياس الالم) لصالح القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية.

مما لاشك فيه أن ممارسة برنامج حركي يشتمل علي تمارينات ثابتة ومتحركة يساعد علي تحسين القوة العضلية لمختلف عضلات الجسم خاصة علي عضلات الظهر والبطن مما يخفف الام المنطقة القطنية .

ويؤكد **محمد قذري بكري** (٢٠٠٩م) (٦) أن العلاج التأهيلي البدني المتكامل يؤثر تأثيراً إيجابياً على تقوية العضلات، ويساعد على ارتخاء العضلات المتوترة وتنشيط الدورة الدموية وتحسين النغمة العضلية وتخفيف الألم وتحسن الحالة النفسية.

كما يعزى الباحث التحسن الحادث للمجموعة التجريبية لاستخدامها العناطيس الحيوى حيث يؤكد **Rinker, F. (٢٠١٩)(١٥)**، **Richmond (٢٠١٦)(١٣)** حيث أن تعرض الجسم للمجالات المغناطيسية ضمن شدة و حدود معينة ، تستطيع أن تؤثر طاقتها على كل خلية من خلايا الجسم بسبب مقدرتها على النفاذ العالية الى داخله و هذا ما يفسر التأثير الملحوظ للمجالات المغناطيسية في علاج الكثير من الامراض كما أن تسبب الإصطدامات الحاصلة بين التيارات الثانوية الناتجة عن مرور الموجات المغناطيسية في الأنسجة وبين الموجات المغناطيسية نفسها لة تأثيرات ايجابية على انسجة الجسم مما يؤدي إلى تخفيف الألم والتورم في العضلات وغيرها .

وبذلك يتحقق صحة الفرض القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية

مناقشة الفرض الثانى القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (درجة الالم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

يتضح من جداول (١٤)(١٥)(١٦) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات (القوة العضلية- مرونة العمود الفقري- مقياس الالم) لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

حيث يؤكد **الباحث** أن استخدام المجموعة التجريبية البرنامج التأهيلي المقترح من قبل الباحث والذي راعى الباحث فية استخدام التمرينات المناسبة لكل مرحلة من مراحل البحث وراعى مناسبة التمرينات وتنوعها كما استخدم **الباحث** مع هذه المجموعة المغناطيس الحيوى من خلال ارتداء المجموعة التجريبية طول أيام الاسبوع المغناطيس الحيوى حيث عندما يمس الجسم البشري مغناطيس يتولد تيار كهربائي ضعيف في الدورة الدموية وعندما يسري هذا التيار الضعيف في الدم فإنه يزيد من كمية الأيونات (وهي جسيمات المواد التي تكون مشحونة شحنة كهربائية بسبب نقصاً أو زيادة في الإلكترونات) وهذا الدم المتأين يدور في الجسم مؤثراً تأثيراً حسناً في

الجسم ككل وهذا بدوره كان له تأثير في سرعة الاستشفاء وعدم الاحساس بالآلام الناتج عن العمود الفقري ويعمل أيضا المغناطيس الحيوى على زيادة كفاءة الأعصاب الناقلة للإشارات الكهروكيميائية فيحسن عمل الأعضاء التي تسيطر عليها و تنظيم إفراز الهرمونات وبالتالي حصول الشفاء للحالات المتسببة من نقص أو زيادة الهرمونات كما يعمل أيضا على تنشيط حركة الدم و اللمف و بهذا تصل كل المواد الغذائية بشكل كاف إلى الخلايا وبالتالي تحسين عملية الايض كما أن العلاج المغناطيسي يجدد وينشط نمو الخلايا ويساعد في إصلاح الأنسجة المتضررة وأيضا للمغانط تأثيرات شفاءية غير عادية لحالات مرضية معينة كتصلب المفاصل وآلامها وتورمها وسرعة التأم الجروح وهذا ما تؤكد دراسة كلا من

Gognam L. H. (٢٠١٥)(١٠)، Richmond, et all. (٢٠١٦) (١٤)،

National Center for Complimentary and Integrative (٢٠١٧) (١١) ،

Cheong, Y.C., Smotra, G., Williams, A.C. (٢٠١٤)(٩)

وبذلك يتحقق صحة الفرض القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (درجة الألم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

الاستنتاجات والتوصيات

استنتاجات البحث:

في ضوء أهداف البحث وفي حدود العينة موضوع الدراسة وخصائصها واستناداً إلى

المعالجة الإحصائية وبعد عرض النتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات (

درجة الألم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح

القياس البعدي للمجموعة الضابطة

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات (

درجة الألم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري) لصالح

القياس البعدي للمجموعة التجريبية

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في

متغيرات (درجة الألم- القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين - مرونة العمود الفقري

(لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية

توصيات البحث:

ومن خلال ما توصل إليه الباحث من استنتاجات يوصى بما يلي :

- تطبيق البرنامج المقترح لمفصل لدى المصابين بالانزلاق الغضروفي القطنى .
- ضرورة الاستمرار في أداء تدريبات القوة العضلية لعضلات الظهر والبطن والرجلين للوقاية من أصابه الانزلاق الغضروفي القطنى
- التركيز علي تمارين الإطالة الوقائية للعمود الفقري لتجنب حدوث بالانزلاق الغضروفي القطنى
- أهمية الإسراع بالفحص المبكر للإصابة واتخاذ إجراءات العلاج والتأهيل لمنع تدهورها وحدث المضاعفات بها.
- الاهتمام بنشر الوعي الصحي الخاص باتباع العادات القوامية السليمة عند الوقوف والمشي والجلوس والجري وحمل الأشياء .
- استخدام المغناطيس الحيوى لما له تأثير إيجابي على جسم الانسان .
- إجراء المزيد من البحوث في مجال التأهيل الرياضي و استخدام المغناطيس الحيوى

المراجع :

أولا المراجع باللغة العربية :

١. إقبال محمد رسمي (٢٠٠٧): القوام والعناية بأجسامنا، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
٢. إيهاب محمد سيد (٢٠٠٦): كفاءة العلاج باستخدام المجال الكهرومغناطيسي في حالات آلام أسفل الظهر المزمن، رسالة ماجستير، كلية العلاج الطبيعي، ج القاهرة.
٣. سبيكة أحمد علي صادق (٢٠٠٧): رسالة ماجستير غير منشورة، تأثير برنامج حركى علاجى والتنبه الكهربي على آلام أسفل الظهر للسيدات غير العاملات بدولة الكويت، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، القاهرة
٤. عبد الحليم مصطفى عبد المنعم عكاشة (١٩٩٩): تأثير التمارين العلاجية علي بعض المتغيرات المرتبطة بإصابة الانزلاق الغضروفي من الدرجة الأولى"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين، القاهرة.
٥. محمد قدرى بكرى (٢٠٠٩) : الاصابات الرياضية والتأهيل الحديث ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
٦. محمد قدرى بكرى، سهام السيد الغمري (٢٠١١م): الإصابات الرياضية والتأهيل البدني، الطبعة الرابعة، مركز الكتاب للنشر .

٧. محمود فائق صبره (٢٠٠٦) : تأثير برنامج تمارينات تأهيلية علي بعض حالات الانزلاق الغضروفي القطني ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة اسيوط .
٨. مروان سعد المرسي (٢٠٠٩) : تأثير برنامج تأهيلي بدني مقترح لحالات لتأهيل مصابي العضلات الدوارة لمفصل الكتف للاعبين الرمي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان .

ثانيا المراجع الاجنبية :

٩. **Cheong, Y.C., Smotra, G., Williams, A.C.** (٢٠١٤): Non-surgical interventions for the management of chronic pelvic pain. Cochrane Database Syst Rev. vol ٩١(٧).pp١١-٣٠
١٠. **Gognam L. H.** (٢٠١٥): Effect of Pilates Exercise as Therapeutic Intervention in Treating Patients with Low Back Pain pud , University of Tennessee, USA.
١١. **National Center for Complimentary and Integrative Health,** (٢٠١٧): Magnets for pain relief. Available at: <https://nccih.nih.gov/health/magnet/magnetsforpain.htm>.
١٢. **Plastanga, N., Field, D., Soames, R.** (٢٠١٦): Anatomy and Human Movement structure and function, ٣rd . ed., great Britian Butterworth Heinemann .
١٣. **Richmond, S.** (٢٠١٦): Magnet therapy for the relief of pain and inflammation in rheumatoid arthritis (CAMBRA): A randomised placebo-controlled crossover trial. vol ٩(٣). Available at: <https://doi: ١٠.١١٨٦/١٧٤٥-٦٢١٥-٩-٥٣>
١٤. **Richmond, S. J., Gunadasa, S., Bland, M. and Macpherson, H.** (٢٠١٦): Copper bracelets and magnetic wrist straps for rheumatoid arthritis-analgesic and anti-inflammatory effects: A randomised double-blind placebo-controlled crossover trial. PLoS One. vol ٨(٩).
١٥. **Rinker, F.** (٢٠١٩): Magnetic Therapy Guide. Magnetic Therapy A factual Guide for Consumers. pp١٠-٢٠. Available at: <https://magnapak.myshopify.com/pages/magnetic-therapy-guide>

ثالثا: مراجع من الشبكة الدولية للمعلومات

(١٧) http://www.uobabylon.edu.iq/uobColeges/service_showarticle.aspx?fid=21&pubid=4

(١٨) <https://nccih.nih.gov/health/magnet/magnetsforpain.htm>

ملخص البحث باللغة العربية

استخدام المنصة التعليمية "Edmodo" في تدريس مقرر كرة الماء وتأثيرها علي

نواتج التعلم لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها

أ . م . د / محمد عبد الحميد طه مقلد

يهدف هذا البحث إلى التعرف علي يهدف هذا البحث للتعرف على تأثير استخدام المنصات التعليمية (Edmodo) علي المستوي (المهاري ، المعرفي ، الوجداني) لمقرر كرة الماء لدي طلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها و إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطه وذلك لملائمة لطبيعة وأهداف البحثم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية عينه البحث بالطريقه العمديه من طلاب الفرقه الثانيه بكلية التربية الرياضية جامعة بنها وكان عددهم (٦٠) طالبا مما يتوافر لديهم القدره علي اداء سباحه الزحف علي البطن بكفاءه والوقوف في الماء والذراعين عاليا منهم (١٢) طالب لاجراء الدراسه الاستطلاعيه و (٤٨) طالب .

، وكانت من اهم النتائج

١- توجد فروق داله احصائا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للثلاث

مجموعات لصالح المجموعه التجريبية الاولي والتي استخدمت المنصات التعليميه

(Edmodo) في مستوي تعليم المهارات الاساسيه في مقرر كرة الماء لطلاب الفرقه

الثانيه بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

توجد فروق داله احصائا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للثلاث مجموعات

لصالح المجموعه التجريبية الاولي والتي استخدمت المنصات التعليميه (Edmodo) في مستوي

التحصيل المعرفي في مقرر كرة الماء لطلاب الفرقه الثانيه بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

* أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها.

استخدام المنصة التعليمية "Edmodo" في تدريس مقرر كرة الماء وتأثيرها علي

نواتج التعلم لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها

أ.م.د/ محمد عبد الحميد طه مقلد

مقدمه ومشكله البحث :

تسعي العديد من المؤسسات التعليميه لتقديم ايسر الطرق وافضلها لخدمه العمليه التعليميه ، وتحاول هذه المؤسسات جاهده في استثمار كافه الموارد المتاحه سواء التقنيه منها او الماديه بهدف توصيل الرساله التعليميه لطلابها ، وقد احدثت التكنولوجيا الحديثه بالفعل تغيرات اساسيه في النظم التعليميه ولا سيما عند دخول المستحدثات التكنولوجيه ميدان استراتيجيات التعليم والتعلم .

وتعتبر المنصات التعليميه الالكترونيه احد انواع واساليب التكنولوجيا الحديثه في عمليه التعليم والتعلم بيئة تعليمية تفاعلية توظف تقنية الويب وتجمع بين مميزات أنظمة إدارة المحتوى الإلكتروني وبين شبكات التواصل الاجتماعي الفيس بوك، وتويتر وتمكن المعلمين من نشر الدروس والأهداف ووضع الواجبات وتطبيق الأنشطة التعليمية، والاتصال بالمعلمين من خلال تقنيات متعددة، تقسيم الطلاب إلي مجموعات عمل، وتساعد على تبادل الأفكار والآراء بين المعلمين والطلاب، ومشاركة المحتوى العلمي، مما يساعد على تحقيق مخرجات تعليمية ذات جودة عالية. (٤ : ١٢٥)

وتشير **مريم محمد ابراهيم عمران (٢٠١٩) (١٢)** الي ان منصات التعليم

الالكترونيه لها العديد من الانواع وهي :

- ١- منصات إلكترونية تعليمية مجانية تماما
- ٢- منصات إلكترونية تعليمية فيها جزء مجاني وجزء مدفوع.
- ٣- منصات إلكترونية مدفوعة بالكامل.
- ٤- منصات إلكترونية مدفوعة في الكورسات فقط ولكنها مجانية تمام في المقالات التعليمية والكتب المفيدة في المجال. (١٢ : ٤٥)

وتعتبر **نازيه ابراهيم عبد الفضيل رضوان (٢٠١٩)** نظام اداره التعلم الالكتروني

الادمودو Edmodo احد امثله هذه الانظمه التي ساهمت وبشكل ملحوظ في تطوير العمليه التعليميه والدفع بها نحو الافضل حيث تشير دشتي (٢٠١٧) الي ان منصفه الادمودو Edmodo تم اطلاقها في عام ٢٠٠٨ واصبحت من اهم انظمه اداره التعلم المفتوحه ، اذا لا يحتاج المستخدم لهذا النظام الا لجهازه النقال ودخوله علي الموقع وانشاء الفصل الالكتروني وملئه بالمحتوي العلمي وبدء التفاعل بين العلم والمتعلمين (١٤ : ٧٥)

ويعرف هانكينز (Hankins, S.N. (٢٠١٥) نظام الادمودو Edmodo بأنه شبكة تعلم اجتماعي مجانيه توفر للمعلمين والطلاب بيئه امنه للاتصال والتعاون وتبادل المحتوي التعليمي وتطبيقاته الرقمييه اضافه لاتاحه النقاش والاستفسارات المختلفه (٢١ : ١٦٥)
ويشير اويلر (Oyelere, S (٢٠١٦) بأنه احدث شبكه تواصل اجتماعي تم انشائها بهدف تحفيز وتعزيز التفاعل بين الطلاب والمعلمين وتسهيل عمليه التعلم (٢٣ : ٤٣)
ويضيف يوسف عبد المجيد (٢٠١٧) الي ان منصه الادمودو تتشابه مع موقع الفيس بوك الا انها تعتبر اكثر منه خصوصيه وامنا لانها تسمح للمعلمين باانشاء الحسابات وادارتها ولا يمكن لاحد ان يصل الي اي مجموعه ويسجل فيها مالم يحصل علي رمزها وهذه القدره جعلت من اكثر من ٤٧ مليون شخص من المعلمين والطلاب ومديري المدارس واولياء الامور ولذا هي تستحق لقب اول واكبر منصه اجتماعيه تعليميه في العالم (١٧ : ٥٣)
منصات التعلم ادمودو Edmodo :

يعرفها فلانجيان (flanigan (٢٠١١) الي انها تعد شبكه اجتماعيه تعليميه مجانيه وحديثه نسبيا حيث لم تظهر سوي العقد الماضي فقط ومع ذلك فانها سرعان ماانتشرت علي نطاق واسع لتصبح حاليا اكبر مجتمع للتعلم الاجتماعي بالمرحل المختلفه للتعليم العام او الجامعي علي الصعيد العالمي فضلا عن كونها كذلك واحده من ابرز الدوات التعلم الشبكي بعالمنا وبشكل خاص (٢٠ : ٦٦)

يشير محمد فتحي الكردي وآخرون (٢٠٠٢م) الي ان كرة الماء هي إحدى الألعاب المائية الجماعية والتي تمارس على شكل مباراة بين فريقين ولها قواعد وقوانينها، والتي تحدد عدد المشاركين وطريقة اللعب، كما تحتاج هذه الرياضة إلى أفراد يتقنون طرق السباحة بشكل جيد، وذلك لاختلاف الأوضاع والحركات كما أنها تتطلب قوة وتحمل وسرعة ومستوى عال من المهارات الحركية . (١١ : ٥٧)

ويري محمد العزب بحيري العزب (٢٠١٤م) اليه انه تحتاج كرة الماء إلى إتقان مهارات وطرق سباحة مختلفة، كما أنها تتطلب أداء مختلف وفقا لتكنيك خاص بها بالإضافة إلى التمرس على أداء طرق السباحة المختلفة مع الكرة. (٨ : ٢١٣)

وتشير مایسة محمد عفيفی السيد (٢٠١٦م) أن كرة الماء تتطلب مهارات فردية أساسية يجب إتقانها وهي إنقاط الكرة من الماء، رمي الكرة (تمرير وتصويب)، رمي الكرة من وضع الطفو على الظهر، ومن وضع الوقوف في الماء العميق (التدويس)، التحرك بالكرة، الإلتحام، تغيير وضع الجسم. (٨٧ : ٢٣)

وأن سباحة كرة الماء تختلف عن سباحة المنافسات في نقاط عديدة سواء في وضع الجسم أو حركات الرجلين أو حركات الذراعين أو التنفس، حتى يستطيع اللاعب مراقبة تطورات اللعب، ومراقبة لاعبي فريقه، أو لاعبي الفريق المنافس إلى جانب رؤيته لأتجاه التمرير أو التصويب فمن الضروري أن تبقى رأسه وكتفيه خارج الماء في جميع أوقات اللعب. (١١ : ٢١٤)

وتعتبر كرة الماء هي الرياضة التنافسية الوحيدة التي تمارس داخل الماء باستخدام الكرة، في ملعب ذات أبعاد خاصة، ويمارسها الرجال والسيدات، كما تعد كرة الماء أقوى الرياضات المائية على الإطلاق وتتطلب مواصفات خاصة من اللاعب، إذ يجب أن يكون رياضيا قويا، متميزا بلياقة بدنية عالية، وماهرا في السباحة. (٨٧ : ٢٣)

وكرة الماء تتطلب توضيح دقيق وتدرج سهل في تعلم المهارات الخاصة بكرة الماء حيث تعتمد كل مهارة على الأخرى كما أن أنها تحتاج إلى توافر مخزون معرفي وذلك لتوجيه المتعلم نحو تنفيذ الواجب الحركي بأقل جهد وفي أقصر وقت ممكن من خلال طريقة شيقة وممتعة. (٣ : ١٤٤)

وتكمن مشكله الدراسه انه في ظل التطور التكنولوجيه الهائله والتقنيات المختلفه اصبح من ابرز التحديات التي تواجه الاكاديمين والمحاضرين الجامعيين هو الوصول لافضل الطرق المتاحه لتي تمكنهم من نقل المعرفه للطلاب وتيسير العمليه التعليميه من خلال الاستفاده من هذه التقنيات المختلفه ومن هنا جاءت هذه الدراسه لتسليط الضؤ علي احد هذه التقنيات المتطوره والتي تسهم في التعليم الالكتروني حتي اصبح في متناول يد الكثيرين ، يعقب ذلك الاستخدام الفعال والجيد لهذه التقنيات المختلفه في تطور التعليم ويعد التعلم المتنقل احد اهم تطبيقات التعلم الالكتروني التي استطاعت ان تثبت دعائمها وتنتشر بسرعه وعمق وقد تمكنت منصه الادمودوا التعليميه من الاستفاده من مزاياها وخصائصها لدعم العمليه التعليميه بالاضافه الي التوصيات المقدمه من العديد من الدراسات مثل *دراسه اويلر واخرون Oyelere&Etal (٢٠١٦) (٢٣)* و *هيرن Hursen (٢٠١٨) (٢١)* *مريم محمد إبراهيم عمران (٢٠١٩) (١٢)* *نازيه إبراهيم عبد الفضيل رضوان (٢٠١٩) (١٤)* والتي اوصت جميعها بضروره اجراء المزيد من التجارب في استخدام منصه الادمودوا كاحد تقنيات الحديثه في العمليه التعليميه ومن ناحيه اخري وعلي حد علم الباحث هناك ندره في الدراسات التي تناولت اهميه استخدام منصه الادمودو في المجال الرياضي بصفه عامه وعدم وجود دراسات في مجال الرياضات المائيه والتي استخدمتها منصه الادمودوا في التعليم المتنقل

ومما سبق تظهر اهمية توظيف منصفه الادمودو في التعلم المنتقل في عمليه التعلم ومقارنتها بتوظيفها في استخدامها من خلال الحاسب الالي ودراسه ذلك من خلال مستوي تطور الاداء كذلك من خلال انطباعات الطلاب حول الجانبين والوصول الي ايهما افضل وخصوصا في تعليم مهاره عمليه كمهارات كره الماء .

هدف البحث : يهدف البحث الي التعرف علي

- ١- تاثير استخدام المنصات التعليميه (Edmodo) علي المستوي (المهاري ، المعرفي ، الوجداني) لمقرر كره الماء لدي طلاب كلية التربية الرياضييه جامعه بنها
 - ٢- اراء وانطباعات الطلاب حول استخدام (Edmodo) من خلال الحاسب الالي ام من خلال التعلم النقال (الموبايل) في تعلم مقرر كره الماء
- فروض البحث :**

- ١- توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للمجموعات الثلاثه في مستوي التحصيل المعرفي والمهاري لصالح المجموعه التجريبيه الاولي (الموبايل)
 - ٢- توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للمجموعات الثلاثه لصالح القياس البعدي للمجموعه التجريبيه الاولي (الموبايل) في اراء وانطباعات الطلاب حول استخدام منصات التعليم (Edmodo)
- منهج البحث :** استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيه والثالثه ضابطه .

عينه البحث : قام الباحث باختيار عينه البحث بالطريقه العمدية من طلاب الفرقه الثانيه بكلية التربية الرياضييه جامعه بنها وكان عددهم (٦٠) طالبا مما يتوافر لديهم القدره علي اداء سباحه الزحف علي البطن بكفاءه والوقوف في الماء والذراعين عاليا منهم (١٢) طالب لاجراء الدراسه الاستطلاعيه و (٤٨) طالب لاداء الدراسه الاساسيه حيث تم تقسيمهم الي ثلاث مجموعات **المجموعه التجريبيه الاولي :** وعددها (١٦) طالب والذين يدرسون البرنامج التعليمي الخاص بمقرر كره الماء باستخدام المنصات التعليميه عن طريق (التعلم النقال) واشترط فيها ان تكون من حاملي موبايل اندرويد للمتابعه المنصفه التعليميه عن طريق الموبايل **المجموعه التجريبيه الثانيه :** وعددها (١٦) طالب والذين سيدرسون البرنامج التعليمي الخاص بمقرر كره الماء باستخدام المنصات التعليميه عن طريق (الحاسب الالي).

المجموعه الضابطه : وعددها (١٦) طالب والذين سيدرسون البرنامج التعليمي الخاص بمقرر كره الماء باستخدام الطريقه المعتاده في التدريس .

جدول (١)

تجانس عينه البحث في المتغيرات قيد الدراسة

المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التفطح	
179.2333	180	6.22016	0.132	-1.245	الطول
75.9833	75	7.46402	-0.001	-0.816	الوزن
19.2	19	0.40338	1.539	0.379	السن
5.7833	6	0.97584	0.116	-0.917	مستوي الأداء المهاري
6.0333	6	1.08872	0.584	0.258	
5.0333	5	0.48596	-0.824	5.8	
5.1667	5	0.49289	1.253	2.156	
5.7167	6	0.82527	0.391	-1.078	
27.7333	28	1.97327	0.413	-0.227	المجموع
5.2167	6	1.86939	-0.52	-0.457	مستوي التحصيل
2.9833	2	2.1823	0.508	-0.786	
4.8	5	2.91577	0.065	-1.23	
5.7167	6	2.14785	-0.457	0.065	
18.7167	19	5.24353	-0.853	0.499	

يتضح من جدول (١) ان معامل الالتواء انحصر ما بين ± 3 مما يشير الي التوزيع الاعتدالي لعينه البحث وبالتالي تجانس عينه البحث في متغيرات قيد الدراسة

جدول (٢)

تكافؤ عينه البحث

الدلالة	ف	متوسط المربعا	درجات الحريه	مجموع المربعات	
.٨٤٧	.١٦٦	٧,٣١٣	٢	١٤,٦٢٥	بين المجموعات
		٤٣,٩٨٦	٤٥	١٩٧٩,٣٧٥	بين المجموعات
			٤٧	١٩٩٤,٠٠٠	المجموع
.٩٥٧	.٠٤٤	٢,٥٢١	٢	٥,٠٤٢	بين المجموعات
		٥٧,٤١٠	٤٥	٢٥٨٣,٤٣٨	بين المجموعات
			٤٧	٢٥٨٨,٤٧٩	المجموع
.٨٨٨	.١١٩	.٠٢١	٢	.٠٤٢	بين المجموعات
		.١٧٥	٤٥	٧,٨٧٥	بين المجموعات
			٤٧	٧,٩١٧	المجموع

قيمه ف عند مستوي معنويه $.٠٥ =$

يتضح من جدول (٢٢) ان قيمه ف الجدوليه عند مستوي معنويه $.٠٥$ اكبر من قيمه ف المحسوبه اكبر من قيمه ف المحسوبه مما يدل علي تكافؤ عينات البحث الثلاثه

جدول (٣)

تكافؤ عينه البحث في مستوى الاداء المهاري والتحصيل المعرفي

الدلالة	ف	متوسط المربعا	درجات الحريه	مجموع المربعات			
.٥٦٨	.٥٧٣	.٥٦٣	٢	١,١٢٥	بين المجموعات	الوقوف في الماء	مستوي الاداء المهاري
		.٩٨٢	٤٥	٤٤,١٨٨	بين المجموعات		
			٤٧	٤٥,٣١٣	المجموع		
.٣٤٥	١,٠٨٩	١,٣٩٦	٢	٢,٧٩٢	بين المجموعات	هيد اب	
		١,٢٨٢	٤٥	٥٧,٦٨٨	بين المجموعات		
			٤٧	٦٠,٤٧٩	المجموع		
.٠٣٨	٣,٥٢٤	.٨١٣	٢	١,٦٢٥	بين المجموعات	مسك واستلام	
		.٢٣١	٤٥	١٠,٣٧٥	بين المجموعات		
			٤٧	١٢,٠٠٠	المجموع		
.٣٦٢	١,٠٤٠	.٢٥٠	٢	.٥٠٠	بين المجموعات	تمرير الكره	
		.٢٤٠	٤٥	١٠,٨١٣	بين المجموعات		
			٤٧	١١,٣١٣	المجموع		
.١١٩	٢,٢٢٨	١,٣٩٦	٢	٢,٧٩٢	بين المجموعات	تصويب الكره	
		.٦٢٦	٤٥	٢٨,١٨٨	بين المجموعات		
			٤٧	٣٠,٩٧٩	المجموع		
.٤٥٩	.٧٩٣	٣,٢٥٠	٢	٦,٥٠٠	بين المجموعات	المجموع	
		٤,١٠٠	٤٥	١٨٤,٥٠٠	بين المجموعات		
			٤٧	١٩١,٠٠٠	المجموع		
.٣٨٤	.٩٧٨	٣,٥٢١	٢	٧,٠٤٢	بين المجموعات	المحور الاول	مستوي التحصيل المعرفي
		٣,٥٩٩	٤٥	١٦١,٩٣٨	بين المجموعات		
			٤٧	١٦٨,٩٧٩	المجموع		
.٩٩٦	.٠٠٤	.٠٢١	٢	.٠٤٢	بين المجموعات	المحور الثاني	
		٥,٠١٠	٤٥	٢٢٥,٤٣٨	بين المجموعات		
			٤٧	٢٢٥,٤٧٩	المجموع		
.٣٤٦	١,٠٨٨	٩,١٨٨	٢	١٨,٣٧٥	بين المجموعات	المحور الثالث	
		٨,٤٤٣	٤٥	٣٧٩,٩٣٨	بين المجموعات		
			٤٧	٣٩٨,٣١٣	المجموع		
.١٣٣	٢,١١١	٩,٥٢١	٢	١٩,٠٤٢	بين المجموعات	المحور الرابع	
		٤,٥١٠	٤٥	٢٠٢,٩٣٨	بين المجموعات		
			٤٧	٢٢١,٩٧٩	المجموع		
.٣٦٦	١,٠٢٨	٣١,٥٨٣	٢	٦٣,١٦٧	بين المجموعات	المجموع	
		٣٠,٧٢٨	٤٥	١٣٨٢,٧٥٠	بين المجموعات		
			٤٧	١٤٤٥,٩١٧	المجموع		

قيمه ف عند مستوي معنويه .٠٥ =

يتضح من جدول (٣) ان قيمه ف الجدوليه عند مستوي معنويه .٠٥ . اكبر من قيمه ف المحسوبه اكبر من قيمه ف المحسوبه مما يدل علي تكافؤ عينات البحث الثلاثه .

الادوات ووسائل جمع البيانات :

لوحات طفو . ساعة إيقاف

صفارة كرة ماء قانونية عدد (١٠).

سبورة ورقية.

كرة ماء بديلة عدد (١٠). حمام سباحة بإستاد بنها الرياضي.

استماره الاراء والانطباعات نحو استخدام منصات التعليم Edmedo مرفق

اختبار التحصيل المعرفي مرفق ()

استمارة تسجيل بيانات اختبارات تقييم مستوى الأداء المهاري لكرة الماء قيد البحث.

مرفق ()

والمصممه من قبل محمد عزت (٢٠١٩) وقد تضمنت (٥) اختبارات وهما :

اختبار الوقوف في الماء (التدويس)

اختبار سباحة الزحف علي البطن والرأس خارج الماء ٢٥ متر بالكرة

اختبار مسك واستلام الكرة ٥م و ٣٠ تمريرة .

اختبار التمرير ١٥م و ٣٠ تمريره .

اختبار التصويب من الثبات من آل ٥م و ٣٠ تصويبه . (١٠ : ٤٥)

الدراسه الاستطلاعية : قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال الفترة من ٢٠١٩/١٠/٧م

إلي ٢٠١٩/١٠/١٤م وذلك بفواصل زمني قدره (٧) أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني علي

عينة قوامها (١٤) طالب من طلاب الفرقة الثانية - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها

المعاملات العلمية للاختبارات المهاريه والمعرفيه :

الصدق التمييزي للاختبارات المهاريه : وفيه قام الباحث بترتيب عينه البحث من الاقل الي

الاعلي وذلك لايجاد الفروق بين المجموع الاعلي (المميزه) والمجموعه الديه (الغير مميزه)

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة لاستمارة الأداء المهاري لكرة الماء

$$n=1=2=6$$

المتغيرات	المجموعة الغير مميزة المتوسط	الانحراف	المجموعة المميزة المتوسط	الانحراف	الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
الوقوف في الماء (التدويس)	١١,٥٧١	١,٧١٨	١٥,٠٠٠	٠,٠٠٠	٣,٤٢٩-	٥,٢٧٩-
سباحة الزحف علي البطن والراس خارج الماء	٩,٠٠٠	٢,٣٠٩	١٢,٢٨٦	٠,٧٥٦	٣,٢٨٦-	٣,٥٧٧-
مسك وإستلام الكرة	٨,٧١٤	١,٤٩٦	١٢,٢٨٦	٠,٤٨٨	٣,٥٧١-	٦,٠٠٥-
تمرير الكرة	٩,٨٥٧	١,٣٤٥	١٢,٧١٤	١,٢٥٤	٢,٨٥٧-	٤,١١١-
تصويب الكرة من الثبات	٩,٠٠٠	١,٩١٥	١١,٠٠٠	١,٠٠٠	٢,٠٠٠-	٢,٤٤٩-
المجموع	٤٨,١٤٣	٨,٣١٥	٦٣,٢٨٦	٣,٠٩٤	١٥,١٤٣-	٤,٥١٦-

قيمة "ت" الجدوليه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٢,١٨

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين المميزة وغير المميزة ولصالح المجموعة المميزة، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على قدرة الإختبارات في التمييز بين المجموعات وبالتالي صدق الإختبارات المهارية **صدق الاتساق الداخلي للاختبار المعرفي**: قام الباحث بحسابه وذلك لإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور، وبين كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار، وبين كل محور والدرجة الكلية للاختبار

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات الاختبار المعرفي والدرجة الكلية للاختبار

(ر) مجموع	(ر) محور	م	(ر) مجموع	(ر) محور	م	(ر) مجموع	(ر) محور	م	(ر) مجموع	(ر) محور	م
٠,٨٩	٠,٧٥٨	١	٠,٩٢	٠,٥٤١	١	٠,٧٥٥	٠,٦٣٥	١	٠,٧٥٥	٠,٥٤١	١
٠,٩٩٤	٠,٥٧٥	٢	٠,٩٢	٠,٥٦٣	٢	٠,٨٩٨	٠,٧٣٢	٢	٠,٨٩٨	٠,٥٦٣	٢
٠,٧٥٤	٠,٦٧٢	٣	٠,٨٧	٠,٦٦١	٣	٠,٩١١	٠,٦٦٧	٣	٠,٩١١	٠,٦٦١	٣
٠,٧٣٤	٠,٥٤٢٣	٤	٠,٨٧	٠,٦٢١	٤	٠,٨٩٩	٠,٧٩٦	٤	٠,٨٩٩	٠,٦٢١	٤
٠,٧٥٥	٠,٥٤١	٥	٠,٧٦	٠,٦٧٤	٥	٠,٧٥٦	٠,٦٩٧	٥	٠,٨٦٥	٠,٥٦٣	٥
٠,٨٩٨	٠,٥٦٣	٦	٠,٧٥	٠,٧٤٣	٦	٠,٧٦٨	٠,٥٨٩	٦	٠,٧٦١	٠,٦٦١	٦
٠,٩١١	٠,٦٦١	٧	٠,٩٩	٠,٦٢١	٧	٠,٨٧٩	٠,٦١١	٧	٠,٧٤٨	٠,٦٢١	٧
٠,٨٩٩	٠,٦٢١	٨	٠,٩٨	٠,٥٣٣	٨	٠,٩١٥	٠,٦٣٥	٨	٠,٩٨٥	٠,٦٧٤	٨
٠,٧٥٦	٠,٦٧٤	٩	٠,٩٢	٠,٦٣٥	٩	٠,٩١٩	٠,٧٣٢	٩	٠,٩٨٢	٠,٧٤٣	٩
٠,٧٦٨	٠,٧٤٣	١٠	٠,٩٢	٠,٧٣٢	١٠	٠,٧٥٥	٠,٦٦٧	١٠	٠,٩١٥	٠,٦٢١	١٠
٠,٨٧٩	٠,٦٢١	١١	٠,٨٧	٠,٥٤١	١١	٠,٨٩٨	٠,٧٩٦	١١	٠,٩١٩	٠,٥٣٣	١١
٠,٩١٥	٠,٥٣٣	١٢	٠,٨٧	٠,٥٦٣	١٢	٠,٩١١	٠,٦٩٧	١٢	٠,٨٨٥	٠,٥٨٣	١٢
٠,٩١٩	٠,٦٣٥	١٣	٠,٧٦	٠,٦٦١	١٣	٠,٨٩٩	٠,٥٨٩	١٣	٠,٧٨١	٠,٦٨١	١٣
٠,٨٧١	٠,٧٣٢	١٤	٠,٧٥	٠,٦٢١	١٤	٠,٧٥٦	٠,٦١١	١٤	٠,٧٦٨	٠,٦٤١	١٤
٠,٨٦٥	٠,٦٦٧	١٥	٠,٩٩	٠,٦٧٤	١٥	٠,٧٦٨	٠,٦٣٥	١٥	٠,٥٣٣	٠,٦٩٤	١٥
٠,٧٦١	٠,٧٩٦	١٦	٠,٩٨	٠,٧٤٣	١٦	٠,٨٧٩	٠,٧٣٢	١٦	٠,٦٧٨	٠,٧٦٣	١٦
٠,٧٤٨	٠,٦٩٧	١٧	٠,٩٢	٠,٦٢١	١٧	٠,٩١٥	٠,٦٦٧	١٧	٠,٩٣٥	٠,٦٤١	١٧
٠,٩٨٥	٠,٥٨٩	١٨	٠,٩٢	٠,٥٣٣	١٨	٠,٩١٩	٠,٧٩٦	١٨	٠,٩٣٩	٠,٥٥٣	١٨
٠,٩٨٢	٠,٦١١	١٩	٠,٨٧	٠,٦٣٥	١٩	.	.	.	٠,٨٩١	٠,٦٥٥	١٩
٠,٧٣٤	٠,٥٤٢٣	٢٠	٠,٩٨٤	٠,٧٩٢٣	٢٠	.	.	.	٠,٩٩٢	٠,٦٥١	٢٠
٠,٧٥٥	٠,٥٤١	٢١	٠,٨٠٥	٠,٧٩١	٢١	.	.	.	٠,٩٥٦	٠,٥٦٣	٢١
٠,٨٩٨	٠,٥٦٣	٢٢	٠,٩٤٨	٠,٨١٣	٢٢	.	.	.	٠,٩٤٥	٠,٦٦٥	٢٢
٠,٩١١	٠,٦٦١	٢٣	٠,٩٦١	٠,٩١١	٢٣	.	.	.	٠,٩٤٩	٠,٧٦٢	٢٣
٠,٨٩٩	٠,٦٢١	٢٤	٠,٩٤٩	٠,٨٧١	٢٤
٠,٧٥٦	٠,٦٧٤	٢٥	٠,٨٠٦	٠,٩٢٤	٢٥
٠,٩٨٥	٠,٦٧٤	٢٦	٠,٩٩	٠,٩٢٤	٢٦
٠,٩٨٢	٠,٧٤٣	٢٧	٠,٩٩٩	٠,٩٩٣	٢٧
٠,٩١٥	٠,٦٢١	٢٨	٠,٩٦٥	٠,٨٧١	٢٨
٠,٩١٩	٠,٥٣٣	٢٩	٠,٩٦٩	٠,٧٨٣	٢٩
٠,٧٥٦	٠,٦١١	٣٠

قيمة "ت" الجدوليه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥٣٢

يتضح من جدول (٥) أن معامل الارتباط بين العبارة والمحور والعبارة والمجموع الكلي للمحور كانت أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل علي الصدق

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور الاختبار المعرفي والدرجة الكلية للاختبار

$$n=2=6$$

قيمة ر	المجموع الكلي		المجموع المحور		المتغيرات
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
٠,٨٩٨			٢,٤١٨	٨,٢٦	التطور التاريخي
٠,٩١١			١,٧٠٩	٤,٥١	المتطلبات الرئيسية للاعب كرة الماء
٠,٨٩٩	٧,٠٧١	٢٦,٩١٥	٣,٠١	٩,٥٧٢	المهارات الأساسية لكرة الماء
٠,٧٥٦			٢,٥٢٢	٤,٥٧٢	بعض الجوانب القانونية بكرة الماء

قيمة "ت" الجدوليه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥٣٢

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للاختبار المعرفي وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاختبار المعرفي .

ثبات التطبيق وإعادة التطبيق Test – Retest : وقد تم إجراء التطبيق الأول لمفردات الاستمارة يوم الاثنين الموافق ١٠/٧/ ٢٠١٩م وإعادة تطبيقه يوم الاثنين الموافق ١٤/ ١٠/ ٢٠١٩م أي بفارق ٧ أيام بين التطبيقين .

جدول (٧)

معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات الأداء المهاري (الثبات)

$$n=12$$

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
٠,٩٩٢	٢,٠٥١	١٣,٢٦٧	٢,٠٥٨	١٣,٣٣٣	الوقوف في الماء (التدويس)
٠,٩٨٩	٢,٣٨٦	١٠,٨٦٧	٢,٣١٣	١٠,٧٣٣	سباحة الزحف علي البطن والراس خارج الماء
٠,٩٩٢	٢,٠٩٧	١٠,٦	٢,٠٦٥	١٠,٥٣٣	مسك وإستلام الكرة
٠,٩٩١	١,٩٤٤	١١,٢٦٧	١,٨٧٧	١١,٣٣٣	تمرير الكرة
٠,٩٧٩	١,٧٦٧	٩,٨٦٦	١,٧٣٢	١٠	تصويب الكرة من الثبات
٠,٩٩٦	٩,٦٢٠	٥٥,٨٦٧	٩,٥٨٠	٥٥,٩٣٣	المجموع

قيمة "ر" الجدوليه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥١٤

يتضح من جدول (٧) أن قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاستمارة الأداء المهاري وهذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على ثبات درجات الاستمارة.

جدول (٨)

معامل الارتباط للاختبار المعرفي لكرة الماء ن = ١٢

قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
٠,٩٥٤	٢,٥٠٠	٨,١٣	٢,٤١٨	٨,٢٦	التطور التاريخي المتطلبات الرئيسية للاعب كرة الماء المهارات الأساسية لكرة الماء القانون
٠,٨٢٣	١,٩٤١	٤,٧٥٥	١,٧٠٩	٤,٥١	
٠,٩١٢	٣,١٩٦	٩,٦٣	٣,٠١	٩,٥٧٢	
٠,٧٤٥	٢,٧٩٨	٤,٧٥٥	٢,٥٢٢	٤,٥٧٢	
٠,٩٥٢	٧,٤٠٣	٢٧,٦٣	٧,٠٧١	٢٦,٩١٥	المجموع

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥١٤

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط بيرسون تراوحت ما بين (٠,٧٤٥ ، ٠,٩٥٤) وهي معاملات ارتباط أكبر من قيمة (ر) الجدولية، مما يشير إلى أن الاختبار المعرفي على درجة عالية من الثبات.

معامل السهولة والصعوبة ومعامل التمييز للاختبار المعرفي : قام الباحث بحساب معاملات السهولة والصعوبة لعبارات الاختبار الـ (١٠٠) عبارة، وذلك بهدف تقييم كل عبارة والحكم عليها من حيث سهولتها وصعوبتها، وقد أستقر الباحث على أن معامل التمييز أكبر من ٠,٣٠ وأن معامل السهولة والصعوبة ما بين (٢٠% - ٨٠%) ووفقاً ، وإستخدام المعادلة التالية

عدد الإجابات الصحيحة

معامل السهولة = $100 \times \frac{\text{عدد الإجابات الصحيحة}}{n}$

ن

معامل الصعوبة = ١ - معامل السهولة

عدد الإجابات الصحيحة في (المجموعة العليا - المجموعة الدنيا)

معامل التمييز = $100 \times \frac{\text{عدد الإجابات الصحيحة في (المجموعة العليا - المجموعة الدنيا)}}{\text{عدد الطلاب في أحد المجموعتين}}$

عدد الطلاب في أحد المجموعتين

جدول (٩)

معاملات السهولة والصعوبة والتميز لعبارات اختبار التحصيل المعرفى لكرة الماء

المحور الثاني				المحور الاول			
تميز	صعوبة	سهولة	م	تميز	صعوبة	سهولة	م
٠,٣٨٩	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	١	٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	١
٠,٥	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٢	٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٢
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٣	٠,٣٣٣	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٣
٠,٣٣٣	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٤	٠,٤٤٤	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	٤
٠,٦٦٧	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٥	٠,٣٨٩	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٥
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٦	٠,٥	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٦
٠,٤٤٤	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٧	٠,٣٨٩	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	٧
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	٨	٠,٣٣٣	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٨
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٩	٠,٦٦٧	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٩
٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	١٠	٠,٣٣٣	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٠
٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	١١	٠,٦٦٧	٠,٢٥	٠,٧٥	١١
٠,٥	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	١٢	٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	١٢
٠,٣٣٣	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	١٣	٠,٤٤٤	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	١٣
٠,٤٤٤	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١٤	٠,٣٣٣	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١٤
٠,٣٨٩	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٥	٠,٥٥٦	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٥
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	١٦	٠,٦١١	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٦
٠,٣٣٣	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٧	٠,٤٤٤	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	١٧
٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	١٨	٠,٣٨٩	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	١٨
٠	٠	٠	٠	٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٩
٠	٠	٠	٠	٠,٤٤٤	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٢٠
٠	٠	٠	٠	٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	٢١
٠	٠	٠	٠	٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٢٢
٠	٠	٠	٠	٠,٥	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٢٣

يتضح من جدول (٩) ان معاملات السهولة والصعوبة تراوحت ما بين (٠.٢٠ : ٠.٨٠) ومعامل التميز اكبر من (٠.٣٠)

تابع جدول (١٠)

معاملات السهولة والصعوبة والتميز لعبارات اختبار التحصيل المعرفي لكرة الماء

المحور الرابع				المحور الثالث			
تميز	صعوبة	سهولة	م	تميز	صعوبة	سهولة	م
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١	٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٢	٠,٤٤٤	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٢
٠,٦٦٧	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٣	٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	٣
٠,٣٣٣	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	٤	٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٤
٠,٤٤٤	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٥	٠,٣٨٩	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	٥
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٦	٠,٣٣٣	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٦
٠,٣٣٣	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٧	٠,٦٦٧	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٧
٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	٨	٠,٣٣٣	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٨
٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٩	٠,٤٤٤	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٩
٠,٥	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	١٠	٠,٣٣٣	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١٠
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١١	٠,٥٥٦	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١١
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٢	٠,٦١١	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٢
٠,٦٦٧	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٣	٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	١٣
٠,٣٣٣	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	١٤	٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٤
٠,٤٤٤	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	١٥	٠,٦٦٧	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٥
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	١٦	٠,٣٣٣	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	١٦
٠,٥	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	١٧	٠,٣٨٩	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	١٧
٠,٣٨٩	٠,٢٥	٠,٧٥	١٨	٠,٥	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	١٨
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٩	٠,٣٨٩	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	١٩
٠,٤٤٤	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٢٠	٠,٥	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٢٠
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٩٤	٢١	٠,٦١١	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٢١
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٢٢	٠,٤٤٤	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	٢٢
٠,٣٨٩	٠,٤١٧	٠,٥٨٣	٢٣	٠,٣٨٩	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٢٣
٠,٣٣٣	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٢٤	٠,٦٦٧	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٢٤
٠,٦٦٧	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٢٥	٠,٣٣٣	٠,٢٧٨	٠,٧٢٢	٢٥
٠,٥	٠,٣٣٣	٠,٦٦٧	٢٦	٠,٦٦٧	٠,٢٥	٠,٧٥	٢٦
٠,٣٨٩	٠,٣٠٦	٠,٦٣٩	٢٧	٠,٤٤٤	٠,٢٥	٠,٧٥	٢٧
٠,٣٣٣	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٢٨	٠,٣٨٩	٠,٣٨٩	٠,٦١١	٢٨
٠,٦٦٧	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٢٩	٠,٣٣٣	٠,٢٢٢	٠,٧٧٨	٢٩
٠,٣٣٣	٠,٣٦١	٠,٦٣٩	٣٠				

يتضح من جدول (١٠) أن معامل السهولة والصعوبة تراوحت ما بين (٢٠%، ٨٠%) كما كان معامل التميز أكبر من ٠,٣٠، وبذلك يمكن استخدام هذا الاختبار كأداة لتقويم التحصيل المعرفي في كرة الماء .

تحديد الزمن الكلي لاختبار :

الزمن الذي استغرقته أول طالب + الزمن الذي استغرقته آخر طالب

٢

وبذلك أمكن تحديد زمن الاختبار وكان ١٢٠ دقيقة.

صدق استماره الآراء والانطباعات نحو استخدام منصة التعليم Edmodo

جدول (١١)

معامل الارتباط باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ لبيان معامل الثبات لعبارات استمارة الآراء والانطباعات نحو استخدام منصة التعليم

ن = ١٢

م	الإختبار الأحصائي	معامل الارتباط
١	التجزئة النصفية	٠,٧٢٦
٢	معامل ألفا (كرونباخ)	٠,٧١٨

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٩٦

يتضح من جدول (١١) وجود ارتباط بين نصفي عبارات الاستبيان وهو ما يقيسه التجزئة النصفية حيث حقق ارتباط (٠,٧٢٦) ونجد أيضًا ارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار وهو ما يقيسه معامل ألفا كرونباخ حيث حقق معامل ارتباط (٠,٧١٨) مما يدل على معامل ثبات مقبول لهذا الإختبار ، وبذلك أصبحت الإستمارة فى صورتها النهائية مكون من (٢٤) مفردة

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطي الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى فى الآراء والانطباعات الوجدانية

ن = ١٢

م	المتغير	درجة القياس	المجموعه غير مميزه مميزه ن=٦ س ع±	المجموعه المميزه ن=٦ س ع±	فروق المتوسطات	قيمة ت
١	الآراء والانطباعات الوجدانية	درجة	٦٧,٠٠ س ٢,١١ ع±	٥٨,٨٠ س ١,١٣ ع±	٨,٢٠	٦,٨٣

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٣٠

يشير جدول () وجود فروق دالة إحصائية بين درجات العينة الاستطلاعية في المجموعه المميزه والغير مميزه ويتضح منه قدرة إختبار الآراء والإنطباعات الوجدانية على التمييز بين مرتفعى ومنخفضى الإختبار وهذا يدل على إتفاق صدق المحتوى وأن هذا الإختبار يقيس ما وضع من أجله .

اعداد البرنامج التعليمي علي منصه التعليم Edmodo :

قام الباحث بتجهيز واعداد الفيديوهات الخاصه بتعليم مهارات كره الماء كذلك المحاضرات النظرية الخاصه بالمحتوي الدراسي علي المنصه التعليميه ثم قام برفعها يوم ٢٠١٩/١٠/١ و اضافه الطلاب عن طريق الاميل الجامعي الخاص بكل منهم وارسال كود الاشتراك بالمنصه من يوم ٢ / ١٠ الي يوم ١٥ / ١٠ و اقام الباحث في هذه المده التدريب علي كيفية التعامل مع المنصه التعليميه سواء من خلال (الموبايل او من خلال الحاسب الالى) علي ان تكون مده المشاهده خارج الوحده التعليميه وفي يوم سابق للوحده الدراسي حيث كانت داخل وحده الحاسب الالى للمجموعه التجريبيه الثانيه والمجموعه التجريبيه داخل الفصل الدراسي في نفس التوقيت علي ان تكون مده المشاهده ٣٠ ق بدون اي تدخل من المعلم الا من خلال المنصه فقط لاي استفسار والمجموعه الضابطه الثالثه كانت في فصل دراسي اخر يتم الشرح فيه للمهارات عن طريق الباحث بعد انتهاء المجموعتين التجريبيه من المشاهده .

القياس القبلي :

تم إجراء القياسات القبليه لمجموعتي البحث التجريبية والضابطه فى بعض المهارات الأساسية ، يوم الأربعاء الموافق ١٦ / ١٠ / ٢٠١٩م، بواسطة لجنة من المحكمين مكونة من ثلاث أعضاء

وفي يوم الخميس الموافق ١٧ / ١٠ / ٢٠١٩م قام الباحث بتطبيق الاختبار المعرفي لدي الطلاب علي منصه التعليم مباشرة
تنفيذ تجربة البحث الأساسية

قام الباحث بتطبيق تجربة البحث الأساسية في الفترة من ٢٠ / ١٠ / ٢٠١٩م إلى ٢١ / ١٢ / ٢٠١٩م، بواقع (١٠) أسابيع، لمدة (٩٠) دقيقة للوحدة الواحدة للوحده العمليه و (٤٥) دقيقه للوحده النظرية علي المنصه التعليميه، وقد تم تطبيق تجربة البحث على المجموعه التجريبية الاولى باستخدام المنصه التعليميه (الموبايل) والمجموعه التجريبية الثانيه ، (الحاسب

الالي (الخاص بتعليم بعض مهارات كرة الماء قيد البحث ، بينما قام بالتدريس للمجموعة الضابطة باستخدام الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي).
القياس البعدي : قام الباحث بإجراء القياس البعدي علي عينة الدراسة الأساسية في القياسات المهارية والتحصيل المعرفي في كرة الماء والتي تم قياسها في القياس القبلي بنفس الشروط والظروف وذلك يوم السبت الموافق ٢٩ / ١٢ / ٢٠١٩م في المهارات الاساسيه لكره الماء وفي يوم الاثنين الموافق ٣٠ / ١٢ / ٢٠١٩ التحصيل المعرفي لكرة الماء .

المعالجات الإحصائية

تم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث الآتية:

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| الحد الأدنى . | الحد الأقصى . |
| المتوسط الحسابي . | الوسيط |
| الأنحراف المعياري . | معامل الالتواء . |
| معامل التقاطح | معامل الارتباط لبيرسون . |
| تحليل التباين | اختبار L.S.D |

عرض ومناقشه النتائج

عرض النتائج

جدول (١٣)

تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة قيد الدراسة

الدلالة	ف	متوسط المربعات	درجه الحريه	مجموع المربعات		
.٠٠٠	٨٢,٨٠١	٥٧,٢٧١	٢	١١٤,٥٤٢	بين المجموعات	الوقوف في الماء
		.٦٩٢	٤٥	٣١,١٢٥	داخل المجموعات	
			٤٧	١٤٥,٦٦٧	المجموع	
.٠٠٠	١٨,٨٤٠	٨٨,٥٢١	٢	١٧٧,٠٤٢	بين المجموعات	هيد اب
		٤,٦٩٩	٤٥	٢١١,٤٣٨	داخل المجموعات	
			٤٧	٣٨٨,٤٧٩	المجموع	
.٠٠٠	٥١,٩٦٣	١٥٦,٢٥٠	٢	٣١٢,٥٠٠	بين المجموعات	مسك واستلام
		٣,٠٠٧	٤٥	١٣٥,٣١٣	داخل المجموعات	
			٤٧	٤٤٧,٨١٣	المجموع	
.٠٠٠	٥١٣,٨٧٩	١٢٤,١٨٨	٢	٢٤٨,٣٧٥	بين المجموعات	تمرير الكرة
		.٢٤٢	٤٥	١٠,٨٧٥	داخل المجموعات	
			٤٧	٢٥٩,٢٥٠	المجموع	
.٠٠٠	٢٦٠,١٨٧	١٤٥,٢٧١	٢	٢٩٠,٥٤٢	بين المجموعات	تصويب الكرة
		.٥٥٨	٤٥	٢٥,١٢٥	داخل المجموعات	
			٤٧	٣١٥,٦٦٧	المجموع	
.٠٠٠	٢٥٠,٧١٦	٢٦٦٦,٦٤٦	٢	٥٣٣٣,٢٩٢	بين المجموعات	المجموع
		١٠,٦٣٦	٤٥	٤٧٨,٦٢٥	داخل المجموعات	
			٤٧	٥٨١١,٩١٧	المجموع	
.٠٠٠	٩٣,٦٠٣	٣٠٢,٥٢١	٢	٦٠٥,٠٤٢	بين المجموعات	المحور الاول
		٣,٢٣٢	٤٥	١٤٥,٤٣٨	داخل المجموعات	
			٤٧	٧٥٠,٤٧٩	المجموع	
.٠٨٠	٣,٦٦٦	٣٢٣٦,٦٤٦	٢	٦٤٧٣,٢٩٢	بين المجموعات	المحور الثاني
		١٢١٣,٩٩٣	٤٥	٥٤٦٢٩,٦٨٨	داخل المجموعات	
			٤٧	٦١١٠٢,٩٧٩	المجموع	
.٠٠٠	٥٥,٧٧٨	٤٢٤,١٤٦	٢	٨٤٨,٢٩٢	بين المجموعات	المحور الثالث
		٧,٦٠٤	٤٥	٣٤٢,١٨٨	داخل المجموعات	
			٤٧	١١٩٠,٤٧٩	المجموع	
.٠٠٠	٨٢,٧٧٠	٣٧١,٠٨٣	٢	٧٤٢,١٦٧	بين المجموعات	المحور الرابع
		٤,٤٨٣	٤٥	٢٠١,٧٥٠	داخل المجموعات	
			٤٧	٩٤٣,٩١٧	المجموع	
.٠٠٠	١٠.٤١٠	١٢٩٢٦,٨١٣	٢	٢٥٨٥٣,٦٢٥	بين المجموعات	المجموع
		١٢٤١,٧٢٦	٤٥	٥٥٨٧٧,٦٨٨	داخل المجموعات	
			٤٧	٨١٧٣١,٣١٣	المجموع	

قيمه ف الجدوليه عند مستوي معنويه $\alpha = 0.05$

يتضح من جدول (١٣) عدم وجود فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ . بين المجموعات الثلاثة (الضابطه - التجريبيه الاولي (الموبايل) - التجريبيه الثانيه (الحاسب الالي) وكانت الفروق للتجريبيه الاولي المستخدمه الموبايل

جدول (١٤)

اختبار فروق المتوسطات L.S.D بين المجموعات الثلاثة قيد الدراسة

الداله	تجريبيه 2	الداله	تجريبيه 1	المتوسط	الانحراف			
.000	3.75000	.000	1.43750	١٠,٦٨٧٥	.٨٧٣٢١	ضابطه	الوقوف في الماء	مستوي الاداء المهاري
.000	2.31250			١٢,١٢٥٠	.٨٨٥٠٦	تجريبيه ١		
				١٤,٤٣٧٥	.٧٢٧٤٤	تجريبيه ٢		
.000	4.50000	.000	3.43750	٩,١٢٥٠	١,٢٠٤١٦	ضابطه	هيد اب	
.172	1.06250			١٢,٥٦٢٥	.٩٦٣٩٣	تجريبيه ١		
				١٣,٦٢٥٠	٣,٤٢٢٩٦	تجريبيه ٢		
.000	6.25000	.000	3.12500	٨,٤٣٧٥	.٧٢٧٤٤	ضابطه	مسك واستلام	
.000	3.12500			١١,٥٦٢٥	٢,٨٥١١٧	تجريبيه ١		
				١٤,٦٨٧٥	.٦٠٢٠٨	تجريبيه ٢		
.000	5.56250	.000	3.06250	٩,٢٥٠٠	.٤٤٧٢١	ضابطه	تمرير الكره	
.000	2.50000			١٢,٣١٢٥	.٦٠٢٠٨	تجريبيه ١		
				١٤,٨١٢٥	.٤٠٣١١	تجريبيه ٢		
.000	5.75000	.000	1.31250	٩,٠٦٢٥	.٨٥٣٩١	ضابطه	تصويب الكره	
.000	4.43750			١٠,٣٧٥٠	.٨٠٦٢٣	تجريبيه ١		
				١٤,٨١٢٥	.٥٤٣٩١	تجريبيه ٢		
.000	25.81250	.000	12.37500	٤٦,٥٦٢٥	١,٩٦٥٣٢	ضابطه	المجموع	
.000	13.43750			٥٨,٩٣٧٥	٣,٥٣٠٢٣	تجريبيه ١		
				٧٢,٣٧٥٠	٣,٩٤٧٥٧	تجريبيه ٢		
.000	8.68750	.000	4.00000	١٢,٠٠٠٠	٢,٠٦٥٥٩	ضابطه	المحور الاول	مستوي الاداء المعرفي
.000	4.68750			١٦,٠٠٠٠	١,٧١٢٧٠	تجريبيه ١		
				٢٠,٦٨٧٥	١,٥٧٩٨٢	تجريبيه ٢		
.030	27.62500	.523	7.93750	١٢,٥٠٠٠	٢,٢٢١١١	ضابطه	المحور الثاني	
.117	19.68750			٢٠,٤٣٧٥	٢,١٥٩٢٨	تجريبيه ١		
				٤٠,١٢٥٠	٦٠,٢٦٩٢٦	تجريبيه ٢		
.000	10.12500	.001	3.43750	١٥,٢٥٠٠	٣,١٩٣٧٤	ضابطه	المحور الثالث	
.000	6.68750			١٨,٦٨٧٥	٢,٣٥٨٥٠	تجريبيه ١		
				٢٥,٣٧٥٠	٢,٦٥٥١٨	تجريبيه ٢		
.000	9.62500	.118	4.50000	١٦,٧٥٠٠	٢,٦٤٥٧٥	ضابطه	المحور الرابع	
.000	5.12500			٢١,٢٥٠٠	١,٩١٤٨٥	تجريبيه ١		
				٢٦,٣٧٥٠	١,٦٦٨٣٣	تجريبيه ٢		

.000	56.06250	.118	19.87500	٥٦,٥٠٠٠	٧,٤٢٩٦٧	ضابطه	
.006	36.18750			٧٦,٣٧٥٠	٣,٦٦٧٤٢	تجريبيه ١	
				١١٢,٥٦٢٥	٦٠,٤٦٩٢٤	تجريبيه ٢	المجموع

يتضح من جدول (١٤) فروق المتوسطات بين القياسات للمجموعات الثلاثة في مستوى الاداء المعرفي ومستوي التحصيل الدراسي فيما عدا المحور الثاني والثالث في المستوى المعرفي

جدول (١٥)

دلالة الفروق في الآراء والانطباعات الوجدانية لطلاب المجموعة التجريبية الاولى والثانية نحو استخدام المنصه التعليميه

$$ن = ١ = ٢ = ١٦$$

قيمة (ت)	ف	المجموعه التجريبيه الثانيه		المجموعه التجريبيه الاولى		الاختبار
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
٢٨,٧٣	٩,٤١١	٥,٨٧١	٤٥,٥٦	٦,٢٥٣	٥٤,٩٧١	الاراء والانطباعات الوجدانية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ١,٧١١

يشير جدول (١٥) أن قيمة (ت) المحسوبة تساوى (٢٨,٧٣) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي تساوى (١,٧١١) وهذا يعنى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعه التجريبيه الاولى والتجريبيه الثانيه وهى تدل علي ان اراء وانطباعات الطلاب للمجموعه التجريبيه التي استخدمت المنصه التعليميه باستخدام (الموبايل) اعلي من اراء وانطباعات المجموعه التجريبيه الثانيه التي استخدمت (الحاسب الالى)

مناقشه النتائج :

مناقشه نتائج الفرض الاول :

بينما يتضح من جدول (١٣)، انه يوجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٥ بين القياسات البعديه الثلاثه فى تعلم بعض المهارات الأساسية (الوقوف فى الماء - سباحة الزحف علي البطن الرأس خارج الماء - مسك وإستلام الكرة- تمرير الكرة - التصويب من الثبات) والتحصيل المعرفى فى كرة الماء لصالح القياس البعدي للمجموعه التجريبية للمجموعه التجريبية الاولى (والتي استخدمت المنصه التعليميه بالموبايل) حيث كانت قيمه ف المحسوبه اكبر من قيمه ف الجدوليه اي ان التحسن كان بنسب مختلفه وواضحه بين المجموعات الثلاثه

الامر الذي دعي الباحث الي دراسه احصائيه اكثر تعمقا فقام باختبار L.S.D والتي كانت

نتائجه مماثله تقريبا الا في الاتي

١- لا توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين المجموعه التجريبيه الاولي والتجريبيه الثانيه في سباحه الزحف علي البطن والراس عاليا

٢- لا توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الاولي في المحور الثاني من اختبار التحصيل المعرفي

٣- لا توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الاولي في المجموع الكلي من اختبار التحصيل المعرفي

وبذلك تكون المجموعه التجريبيه الاولي والتي استخدمت المنصات التعليميه عن طريق الموبايل كانت اكثر تفوقت علي المجموعتين (التجريبيه الثانيه باستخدام الحاسب الالي و الضابطه باستخدام التعليم التقليدي).

ويعزو الباحث الي تفوق المجموعه التجريبيه الاولي الي استخدام التعليم النقال اكثر تشويقا وجازيبا من الطلاب النمطين سواء استخدامها من خلال الحاسب الالي و من خلال الشرح النظري

وهذا ما يؤكدده منار خيرت علي أحمد (٢٠١٥م) (١٣) بأن المتعلم قد لا تسنح له الفرصة الإستيعاب واكتساب القدر الكافي من الرؤية نظرا لأن المهارة تمر أمامه مرورا سريعا دون أن يعيرها الإمام الكافي ولا تترك في نفسه سوى بعض الانطباعات الباهتة مما يؤدي إلى اكتساب المتعلم، أداء خاطئ للمهارات الحركية.(٥٧: ١١٩)

ويري أحمد محمد سالم (٢٠٠٦م) (١) أن أسلوب التعلم المتنقل من الأساليب الحديثة التي تلعب دوراً كبيراً بما تقدمه من تقنيات لاسلكية متنوعة كالحاسبات الآلية المحمولة " Laptops " والهواتف المتنقلة " Mobile Phones " حيث يعمل على الخروج بالمواقف التعليمية من العمومية إلى الذاتية الفردية التي تعتني بكل متعلم ككيان مستقل وسط الجماعة مما يؤدي إلى إحترام ذاتية المتعلم بالدرجة التي تمكنه من إظهار شخصيته وقدراته الكامنة ويجعل التعلم أبقى أثراً ويمد المتعلم بتغذية راجعة ينتج عنها زيادة في التعلم كماً ونوعاً، كما يخاطب أكثر من حاسة لدي المتعلم ويتيح الفرصة للمتعلم لتكرار الأداء ومشاهدته عدة مرات كما ينمي الاستمرارية في الفكر بجانب المساهمة في تعميق التقويم لدي المتعلم.(١ : ٢٧٠ ، ٢٧١)

حيث يؤكد كلا من يوسف عبد المجيد (٢٠١٧) أن التعلم النقال شكل من أشكال التعليم الإلكتروني ولكنه يعتمد على الأجهزة اللاسلكية مثل الهواتف النقالة، والهواتف الذكية حيث أنه

يخلق فرصا عديدة لإحداث التفاعل والمشاركة الإيجابية بين الطلاب وبعضهم وبين الطلاب والمعلم والذي لا تحققه بعض الطرق الأخرى بهذه الكفاءة العالية ويتيح التعلم النقال للمتعلم إمكانية التواصل السريع مع شبكة المعلومات في أي وقت وأي مكان كما يسهل عملية تبادل المعلومات بين المتعلمين وإرسال استفساراتهم للمعلم من خلال الرسائل، ويعتبر الحجم الصغير للأجهزة التي يتم التعلم من خلالها أحد أهم ما يميزها ويسهل عملية التعلم من خلالها كما أن أسعار تلك الأجهزة منخفضة نسبيا وفي متناول معظم المتعلمين وهذه الأجهزة سهلة الاستخدام والتنقل وذات قدرة تخزينية عالية ولذا يعتبر التعلم النقال ذات أثر إيجابي كبير في العملية التعليمية. (١٧ : ٣)

ويؤكد على ذلك كلا من عادل محمد عبد المنعم مكي (٢٠٠٢ م) مایسة محمد عفیى السید (٢٠١٦ م) أن الطريقة التقليدية المتبعة (الشرح اللفظي) في التعليم لا بد وان تتغير للوفاء بأغراض التربية وأهدافها الحديثة وبضرورة تجاوبها مع الأوضاع ومراحل النمو الجسمي والحركي والنفسي وتلبية التزايد الكمي في إعداد المتعلمين. (٦ : ٤٥) (٧ : ٤٨)

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه محمد جابر خلف الله (٢٠٠٨ م) أن إتباع الطريقة التقليدية في التدريس لا تضمن نجاحا في تدريس المهارات التي تحتاج إلى تدريب طويل ووقت أطول لأن المعلم في هذه الطريقة مهما أوتي من كفاءة في التدريس لا يضمن النجاح في إتمام عملية التعلم فهو يكتفي بإعطاء النموذج ولا يحدد وسائل تعليمية في الدرس فهو بذلك يجذب اهتمام المتعلم ولا يدفعه للتفكير والاكتشاف، وهذا يتناقض والمفاهيم الحديثة للتربية، والتي نادى بأن لكل متعلم ذاتية خاصة به يجب احترامها والعمل على تقويمها، وإتاحة الفرصة للموقف التعليمي الذي يمكن من خلاله إبراز شخصيته. (٩ : ٢١٣)

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلا من نازيه إبراهيم رضوان (٢٠١٩) : (١٤) حيث أن استخدام التدريس باستخدام منصات التعليم بالموبايل ذو تأثير إيجابي وفعال في تعلم المهارات الحركية المختلفة .

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول والذي ينص علي ان " توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ . بين القياسات البعديه للمجموعات الثلاثه في مستوى التحصيل المعرفي والمهاري لصالح المجموعه التجريبيه الاولى (الموبايل) مناقشه نتائج الفرض الثاني :

يتضح من جدول (١٤) انه توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ . بين القياسات البعديه حول اراء وانطباعات الطلاب الوجدانيه حول استخدام المنصه التعليميه حيث

كانت قيمه ت المحسوبه اكبر من قيمه ت الجدوليه وبالتالي نجد ان الانطباعات الوجدانيه للطلاب اتجهت نحو استخدام المنصات التعليميه من خلال الموبيل قد وصلت الي انطباعات افضل بكثير من الانطباعات الوجدانيه للطلاب من استخدام المنصات التعليميه من خلال الحاسب الالي

ويعزو الباحث إيجابية اتجاهات طلاب المجموعة التجريبية الاولي إلى نجاح البرنامج التعليمي المقترح المنصات التعليميه عن طريق الموبايل حيث ساعدهم فى تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء بشكل سهل وواضح وساعدهم على الاعتماد على أنفسهم وتقليل الاعتماد على المعلم والإنتباه إلى التسلسل الحركى السليم لمهارات كرة الماء ومشاركتهم فى تعلم أجزاء المهارة الحركية المتعلمة بإيجابية وفاعلية وإعطائهم الدوافع نحو تعلم المهارات وجعلهم أكثر حماسًا وراحة أثناء التعلم وتدريبهم على القيادة الرشيدة ومساعدتهم على تنمية قدراتهم العقلية أثناء أداء المهارات والشعور بالرضاء عن النفس والسعادة والمرح أثناء تعلم المهارات ، والشعور بحرية التعلم وزيادة الثقة بالنفس لتعلم المهارات الحركية واحترام قدرات الآخرين ومستوى الأداء الخاص بهم .

كما إلى أن طلاب المجموعة التجريبية الاولي والذين تعلموا بإستخدام الموبايل أبعد عنهم الملل أثناء تعلم المهارات وجعلهم يستفيدون من وقت التعلم وزاد شعورهم بالسعادة والإستفادة من التعلم وزيادة عنصر التشويق فى الدرس وذلك لملائمته للعصر الى نعيشه ، كما أنه ينمى مواهب المتفوقين فى كرة الماء ويساهم فى النظام والتنسيق والتفكير المنظم حيث يقدم كل جديد أثناء تعلم مهارات كرة الماء

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني والذي ينص علي : توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للمجموعات الثلاثه لصالح القياس البعدي للمجموعه التجريبية الاولي (الموبايل) في اراء وانطباعات الطلاب حول استخدام منصات التعليم (Edmodo)

الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات

٢- توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠٠٥ . بين القياسات البعديه للثلاث مجموعات لصالح المجموعه التجريبية الاولي والتي استخدمت المنصات التعليميه (Edmodo) في مستوي تعليم المهارات الاساسيه في مقرر كره الماء لطلاب الفرقة الثانيه بكلية التربيه الرياضيه جامعه بنها

- ٣- توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ . بين القياسات البعديه للثلاث مجموعات لصالح المجموعه التجريبيه الاولي والتي استخدمت المنصات التعليميه (Edmodo) في مستوي التحصيل المعرفي في مقرر كره الماء لطلاب الفرقة الثانيه بكلية التربية الرياضييه جامعته بنها
- ٤- لا توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ . بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الاولي في المحور الثاني من اختبار التحصيل المعرفي
- ٥- لا توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ . بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الاولي في المجموع الكلي من اختبار التحصيل المعرفي
- ٦- توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ . بين القياسات البعديه للمجموعات الثلاثه لصالح القياس البعدي للمجموعه التجريبيه الاولي (الموبايل) في اراء وانطباعات الطلاب حول استخدام منصات التعليم (Edmodo)
- التوصيات :**

- ١- الاعتماد علي منصه التعليم (Edmodo) والفصل الدراسي الذي تم انشائه عليها بمعلوماته ومعارفه علي تعليم منهاج كره الماء بكليات التربية الرياضييه
- ٢- الاعتماد علي منصه التعليم (Edmodo) في تقويم مستوي التحصيل الدراسي لمنهاج كره الماء بكليات التربية الرياضييه
- ٣- اعداد فصول متنوعه علي منصه التعليم (Edmodo) في باقي مقررات الرياضات المائيه بصفه خاصه ومقررات التربية الرياضييه بصفه عامه
- ٤- الاستفاده من امكانيات منصه الادمودو في العمليه التعليميه والتعلم المتنقل
- ٥- تفعيل جميع الخصائص والمزايا لمنصه الادمودو لزياده اثرها علي العمليه التعليميه
- ٦- الاهتمام بالتعلم المتنقل كاسلوب تعليمي مكمل للتعلم الالكتروني الداعم

المراجع:

المراجع العربي:

- ١- أحمد محمد سالم (٢٠٠٦ م): استراتيجيه مقترحة لتفعيل التعلم المتنقل في تعليم / تعلم اللغة الفرنسيه كلغة أجنبية في المدارس الذكيه في ضوء دمج تكنولوجيا المعلومات والاتصالات واقتصاد المعرفة"، بحث منشور، العدد الثاني عشر، مجلة دراسات في التعليم الجامعي، القاهرة، أغسطس

- ٢- أحمد محمد سالم (٢٠١٠م) : وسائل وتكنولوجيا التعلم، الطبعة الثالثة، الناشر : مكتبة الرشد، الرياض،
- ٣- أشرف محمد جمعة نعيم: محددات ومعايير الناشئين في رياضة كرة الماء بجمهورية مصر العربية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٧م.
- ٤- تركيه العتيبي (٢٠١٦) : فاعليه التعلم المتنقل باستخدام شبكه Edmodo علي تعلم تقنيات التعليم لدي طالبات جامعه الاميره نوره بنت عبد الرحمن ،رساله ماجستير ، السعوديه ، جامعه الملك السعود
- ٥- رندا فتحى إبراهيم (٢٠٠٩م.) : تأثير استخدام العصف الذهنى كأسلوب تعليمى على تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء، رساله ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق،
- ٦- عادل محمد عبد المنعم مكي (٢٠٠٢م) : برنامج تدريبي (بدني - مهاري) وأثره علي تنمية بعض القدرات البدنية للاعبى كرة الماء،
- ٧- مایسة محمد عفیفى السيد (٢٠١٦م) : فاعلية إستراتيجية جيكسو للتعلم التعاونى بإستخدام الألعاب المائية على تعلم بعض المهارات الأساسية والتحصيل المعرفى فى كرة الماء، إنتاج علمي،
- ٨- محمد العزب بحيري العزب (٢٠١٤م) : تأثير القدرات التوافقية النوعية علي تعليم بعض المهارات الهجومية ومستوي التحصيل المعرفي في رياضة كرة الماء،
- ٩- محمد جابر خلف الله (٢٠٠٨م) : " واقع المستحدثات التكنولوجية بالمعاهد الأزهرية والحاجة لاقتنائها فى ضوء المتغيرات العصرية "، مجلة كلية التربية جامعة الأزهر ،عدد يناير،
- ١٠- محمد عزت محمد مصطفى (٢٠١٩) : تصميم تطبيق اندرويد بـ(Google play) لتعلم بعض مهارات كره الماء
- ١١- محمد فتحى الكردانى وآخرون(٢٠٠٢م): "علوم الرياضات المائية (السباحة - الإنقاذ - كرة الماء)"، دهب للطباعة والنشر، الإسكندرية،
- ١٢- مريم محمد ابراهيم عمران (٢٠١٩) : تأثير برنامج تعليمى باستخدام المنصة التعليمية التفاعلية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة في التمرينات الفنية الايقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، رساله دكتوراه ، جامعه طنطا .

- ١٣- منار خيرت علي أحمد (٢٠١٥م) : فاعلية التدريس المتباين على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية والتحصيـل المعرفي في كرة الماء، أنتاج علمي، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق،
- ١٤- نازيه إبراهيم عبد الفضيل رضوان (٢٠١٩) : استخدام شبكة الويب التعليمية إدمودو "Edmodo" في تنمية بعض مهارات لغتي البرمجة HTML و JavaScript لدى معلمى الحاسب الآلي في المرحلة الإعدادية ، رساله (ماجستير)- جامعة أسيوط. كلية التربية
- ١٥- نوره احمد المقرن (٢٠١٦) : اثر التعليم الالكتروني باستخدام نظام ادارته التعلم (Edmodo) علي تحصيل طلاب الصف الثاني الثانوي في مقرر الاحياء ، المجله التربويه المتخصصه ، المجموعه الدوليه للاستشارات والتدريب ، الاردن
- ١٦- هبه هاشم محمد (٢٠١٧) : استخدام منصه Edmodo في تنميه مهارات التعلم المنظم ذاتيا والاتجاه نحو توظيفها في تدريس الدراسات الاجتماعيه ، مصر .
- ١٧- يوسف عبد المجيد (٢٠١٧) : فعاليه استخدام المنصات التعليميه (Edmodo) لطلبه تخصص الرياضات والحاسوب بكلية التربيه الاساسيه بدوله الكويت ، مجله التربيه باسيوط ، مصر ،

المراجع الاجنبيه :

- ١٨- **Al-Said, K. M.** (٢٠١٥): Students' Perceptions of Edmodo and Mobile Learning and Their Real Barriers towards Them. Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, ١٤(٢), ١٦٧١٨٠
- ١٩- **Bayburtsyan, K.** (٢٠١٦): The use of Edmodo, virtual learning management platform, in the context of promoting mobile learning. Journal of Teaching English for Specific and Academic Purposes, ٤(١),
- ٢٠- **Flanigan, R.** (٢٠١١): Professional Learning Networks Taking off. Retrieved from: www.edweek.org/ew/articles/09/26/10/2011edtechnetwork.h31.html
- ٢١- **Hankins, S.N.** (٢٠١٥): The effects of Edmodo on student achievement in middle school. PhD dissertation, St. Thomas University,

- United States--Florida. Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT ٣٧١٥٣٢٠).
- ٢٢- **Hursen, C.** (٢٠١٨): The Impact of Edmodo-Assisted Project-Based Learning Applications on the Inquiry Skills and the Academic Achievement of Prospective Teachers. TEM JOURNAL TECHNOLOGY EDUCATION MANAGEMENT INFORMATICS, ٧(٢), ٤٤٦-٤٥٥.
- ٢٣- **Oyelere, S. S., Paliktzoglou, V., & Suhonen, J.** (٢٠١٦): M-learning in Nigerian higher education: an experimental study with Edmodo. International Journal of social media and interactive learning environments, ٤(١), ٤٣-٦٢
- ٢٤- **Taylor, M.** (٢٠١٥). Edmodo: A collective case study of English as the Second Language (ESL) of Latino/Latina students. PhD dissertation, Liberty University, United States--Virginia. Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT ٣٧١٨٩٣٦).

ملخص للبحث

اسم البحث
أثر استخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

اسم الباحث أحمد عيد عدلي علي عبد الهادي

التخصص الدقيق : سباحة

اسم الكلية التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني : dr.ahmed.adly@fped.bu.edu.eg

هدف البحث : يهدف هذا البحث الي التعرف على تأثير استخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

المنهج المستخدم: المنهج التجريبي

عينة البحث وخصائصها : تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وعددهم (٣٠) طالباً بالأسلوب العشوائي، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة قوام كل مجموعة (١٥) طالباً ولم يسبق لهم تعلم سباحة الفراشة، كما تم اختيار (٢٠) طالب كعينة استطلاعية، وتم استبعاد ٦ طلاب وبذلك يصبح إجمالي عينة البحث (٥٠) طالباً.

اهم الاستنتاجات :

١- البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري وتحسين مستوى التحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية قيد البحث.

٢- الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) ساهمت في تحسين الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمجموعة الضابطة قيد البحث.

٣- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي قيد البحث مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح علي تحسين الأداء المهاري والجانب المعرفي لسباحة الفراشة.

Search Name : The effect of the use of computer-assisted educational scaffolding and some activities of multiple intelligences on the skillful performance of butterfly swimming and cognitive achievement

Researcher Name Ahmed Eid Adly Ali Abd elhady

Faculty Name : Faculty of Physical Education

University Name : Banha

Name of the country : Egypt

E-mail : dr.ahmed.adly@fped.bu.edu.eg

Search aim: This research aims to identify the effect of the use of educational scaffolding supported with computers and some activities of multiple intelligence on the skillful performance of butterfly swimming and cognitive achievement

Curriculum used: Experimental method

Research Sample and Characteristics: The basic research sample was chosen in an intentional manner, and they were (٣٠) students in a random manner, and they were divided into two equal experimental groups and a control group of (١٥) students who had never learned to swim the butterfly, and (٢٠) students were chosen as an exploratory sample, and were excluded ٦ students, bringing the total of the research sample to (٥٠) students.

The most important results:

١- The proposed program using computer-supported educational scaffolding and some multiple intelligence activities has a positive effect on the level of skill performance and improving the level of cognitive achievement of the experimental group under investigation.

٢- The traditional method (verbal explanation and practical model) contributed to improving the skill performance and cognitive achievement of the control group under discussion.

٣- The experimental group that used the proposed program outperformed the control group that used the traditional method of skill performance and cognitive achievement under investigation, which indicates the effectiveness of the proposed program to improve the skill performance and cognitive aspect of butterfly swimming.

أثر استخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

أ.م.د أحمد عيد عدلي

مقدمة:

تهدف عملة التدريس في بعض معانيها إلى إحداث تغيرات مرغوب فيها في سلوك المتعلم وإكسابه المعلومات والمعارف والقيم والاتجاهات المرغوب فيها، ويتوجب على المدرس أن يقوم بنقل هذه المعارف والمعلومات المطلوبة لتحقيق التغير السلوكي العلمي. (٢ : ٢٥)

وتؤكد النظريات التربوية الحديثة على أن التعلم يحدث من خلال مشاركة الآخرين، وان تفاعل التلاميذ مع أقرانهم الأكثر معرفة يؤثر في طريقة تفكيرهم وتفسيرهم للمواقف وهذه كلها أشكال متنوعة من الدعم التعليمي. (١٣ : ٦٣٧)

والسقالات التعليمية إحدى تطبيقات النظرية البنائية التي تهدف إلى تزويد المتعلمين بالدعم والتوجيه لتحقيق مزيد من التعلم، ويتم الحصول عليه بمساعدة المعلم، فهي تعمل على توفير دعم مؤقت للمتعلم ثم يكمل بقية تعلمه منفرداً معتمداً على قدراته الذاتية. (٢٠ : ٨٦)

وتعد استراتيجية السقالات التعليمية أحد استراتيجيات التعلم التي تهتم ببناء المعرفة وخطوات إكسابها، وهي عبارة عن إجراءات تدعيمية يختارها المعلم بما يسمح للمتعلم بإنجاز مهمته بنجاح، حيث يبدأ المعلم أولاً بتكوين فكره عامه بما يعرفه الطالب، ثم يبدأ بالبناء عليها وتقديم الدعم والمساندة اللازمة لتقليل الفجوة بين متطلبات المهمة ومستوى المهارة لدى المتعلم.

(٢٥ : ٥٩)

والسقالات التعليمية هي استراتيجية تدريس تتضمن مجموعة من الخطوات الإجرائية القائمة على عدة مراحل تشمل التقديم وتنظيم تدرج صعوبة المهمة، ودعم المتعلم بمحتوى تعليمي متنوع وإعطاء التغذية الراجعة وزيادة مسؤوليات الطالب وتقديم ممارسة مستقلة للطلاب وفق الخطة المعدة لذلك.

وتسعى السقالات التعليمية إلى تحقيق الأهداف الأتية: اكتساب المعرفة وتطبيقها بالبحث، الفرز، التصنيف، فهم البيانات، إدراك العلاقات، التطبيق، نقل المعرفة، التعاون والعمل مع الآخرين،

التواصل في المعرفة والأفكار، بالإضافة إلى التعلم المستقل بالتخطيط ومراقبة العمل الخاص، ومعرفة متى يجب طلب المساعدة. (٢٤ : ١٧)

مميزات السقالات التعليمية

- تقلل من الإحباط والفشل لدى الطالب.
- تعرف الطالب على المعلومات والمفاهيم الجديدة .
- تعطي للطالب فرصة من التميز والإبداع قبل أن ينتقل إلى مرحلة غير معروفة لديه.
- تعطي الطالب الحرية في توظيف قدراته الإبداعية في إطار معين من قبل المعلم.
- تساعد الطالب على الربط بين معلوماته السابقة والحديثة. (٢١ : ٥١)

كما أن نظرية الذكاءات المتعددة أحدثت تغييراً في طرق التعليم، فقد فتحت أمام جميع الأفراد باختلاف مستوى ذكائهم ، أبواب التعلم بطرق غير تقليدية وهذا يجعل كل فرد أي كان نسبة ذكاؤه يشعر بأهميته وقدراته فيقبل على تعلم الخبرات الجديدة ومن ثم يستطيع أن يجد الدور الذي يجعله عضواً نافعاً في المجتمع فيشعر بدوره في الحياة وقد استطاعت الدراسات العلمية في مجال علم النفس والتربية أن تثبت أن البرامج التعليمية التي تعتمد على مخاطبة الذكاءات وتنشيطها هي الأقدر على الاحتفاظ بالمتعلم داخل العملية التعليمية ، وزيادة دافعيته للتعلم بطريقته ومن خلال حواس الذكاء القوية لديه . (١١ : ٢١)

ونظرية الذكاءات المتعددة تحاول تغيير طبيعة النظرة إلى الأفراد من خلال ذكائهم العام الذي يقيم قدراتهم اللفظية والمنطقية، والنظر إليهم على أنهم أشخاص يمتلكون قدرات مختلفة متميزة تختلف من فرد لآخر، الأمر الذي يتطلب أن تتسجم الأساليب التدريسية معها من خلال التركيز على جوانب القوة وتنميتها لديهم. (٦ : ٦)

والذكاء كقدرة عقلية شرطاً هاماً للنجاح في معظم الأنشطة الرياضية وخاصة التي تتطلب سرعة وحسن تصرف. (١٧ : ٤١)

وقد حدد جاردينر Gardner سبع أنواع من الذكاءات في البداية ثم أضاف إليهم نوعين آخرين هما الذكاء الطبيعي، الذكاء الوجودي، وذلك وفق الترتيب التالي (الذكاء اللغوي، الذكاء المنطقي الرياضي، الذكاء المكاني البصري، الذكاء الجسمي الحركي، الذكاء الموسيقي، الذكاء الاجتماعي، الذكاء الشخصي الذاتي، الذكاء الطبيعي، الذكاء الوجودي). (٢٢ : ٢٣)

ويعد التحصيل الدراسي للمقررات هدف يسعى اليه طلاب العلم في جميع المراحل التعليمية لان الإنجاز فيه يترتب عليه كثير من الأمور كبناء الشخصية الإنسانية وتطورها أو تحقيق الذات أو الشعور بالرضا والثقة بالنفس وإشباع الحاجات للاستكشاف، والدرجة التحصيلية كما يظهر لنا ليست درجة صماء لكن تعكس وتنطق بأمر حيوية كثيرة ومهمة بالنسبة للمتعلم. (٧ : ١٧١)

وتعد السباحة من ضمن مناهج كليات التربية الرياضية التي تحتوي على أنواع متعددة من المهارات والحركات المرتبطة مع بعضها البعض، والتي يحتاج تعلمها وإتقانها إلى قدر كبير من الجهد البدني والتركيز العقلي والتوازن الانفعالي والى مستوى عالي من التوافق العصبي العضلي. (٩ : ١٦)

وتعتبر سباحة الفراشة من أنواع السباحة التنافسية والتي تحتاج إلى مستوى عالي من المرونة والتوافق والقوة والتي تعتمد على الحركة الموجية للجسم لأعلى وأسفل والأداء بشكل تماثلي بين الذراعين والرجلين لكي تتم الحركة للأمام.

مشكلة البحث

من المشاكل الاساسية في التدريس التركيز على الطرق الاعتيادية التي تعد مملة ولا تراعي حاجات الطلبة وميولهم وقدراتهم المعرفية التي يمتلكونها . (٥)

كما ان من عيوب التعلم التقليدي انه في كثير من الاحيان لا ينمي التفكير الابتكاري ومهارات صنع القرار لدي الطلاب كما انه يفقد إلي الدافعية، وترتكز حول المعلم وتقدم فيها المعارف بصورة مجردة بعيدة عن واقع الطلاب كما انها لاتساعد علي التعلم العميق. (٢٣ : ١٦)

ومن خلال خبرة الباحث في تعليم السباحة وبالأخص سباحة الفراشة وجد أن هناك انخفاض في درجات تقييم الطلاب في تلك السباحة كما أن المتعلمين يعانون صعوبة في استيعاب تعلم مراحلها وأدائها بالطريقة الصحيحة وان هناك بطء في تلك العملية ويعتقد الباحث أن طريقة التدريس قد تكون السبب في ذلك والتي تعتمد على المعلم بشكل كبير ولا تنظر لخبرات الطلاب السابقة وعدم استغلالها الاستغلال الأمثل، ويعتقد الباحث أيضا أن سبب تأخر الطلاب في تعلم سباحة الفراشة هو سلبية المتعلمين وعدم استغلال قدراتهم العقلية والمهارية وعدم إعطائهم الفرصة ليكونوا ذو فاعلية في تعليمهم حيث ينحصر دورهم في تنفيذ التعليمات فقط لذا فإن الاعتماد على نماذج تدريسية حديثة تستغل قدرات الطلاب الذهنية والتعليمية أصبح أمراً ضرورياً لإكساب المتعلمين المهارات بشكل أفضل وأسرع وتنمية المعارف والمعلومات لديهم ومن امثلة ذلك السقالات التعليمية وانشطة الذكاءات المتعددة .

حيث وجد الباحث أن استخدام السقالات والدعائم التعليمية لها فاعلية كبيرة في عملية التعلم حيث اثبت ذلك نتائج العديد من الدراسات في النشاط التعليمي مثل دراسة شيماء مصطفى (١٠) ودراسة عمرو صابر حمزة ، محمد جمعة ضوي (١٢)

كما وجد الباحث ان الاستفادة من أنشطة الذكاءات المتعددة في التعلم ساهم في مراعاة مبدأ الفروق الفردية وأنماط التعلم لكل الطلاب من خلال مخاطبة ذكائهم ليشتمل تعددية الأنشطة التعليمية بما يتلائم معهم حيث أثبتت نتائج العديد من الدراسات فاعلية التعلم باستخدام الذكاءات المتعددة في الأنشطة الرياضية مثل دراسة حسام السيد محمد (٤)، وائل مبروك (٢٠١٦) (١٨)، محمد رخا، محمد عزت (١٦)، ماجد إبراهيم (٢٠١٨) (١٥)

مما دفع الباحث الي استخدام السقالات التعليمية المدعمة بالحاسب الالي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة للتعرف على تأثيرهم على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث الي التعرف على تأثير استخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الالي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة على الأداء المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث

السقالات التعليمية: محاولات الدعم المستمر من المعلم لتلاميذه أو من خلال الزملاء بالفصل لحل بعض المشكلات أثناء التعلم أو مساعدتهم لإنجاز مهمه لا يستطيعون إنجازها بشكل فردي مستقل.

(١٩ : ٥٥٤)

الذكاءات المتعددة: مجموعة من الذكاءات المختلفة والمتجمعة في الفرد الواحد بدرجات متفاوتة، وهذه الدرجات هي التي تحدد مدى موهبة هذا الشخص في مجال ما.

(٣ : ١٨)

الدراسات السابقة:

- ١- هدفت دراسة شيماء مصطفى عبدالله علي (٢٠١٧) (١٠) إلى التعرف على فاعلية استخدام استراتيجية الداعم التعليمية على الصلابة النفسية ومستوى الاداء الفني والرقمي لسباق ١٠٠ متر حواجز ، تم استخدام المنهج التجريبي ، واشتملت عينة الدراسة على (٥٠) طالبة وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس الاداء الفني في ١٠٠ حواجز واختبار الذكاء العالي ، وكان من أهم النتائج ان استخدام الداعم التعليمية كان له تاثير ايجابي على الصلابة النفسية ومستوى الاداء الفني والرقمي للمجموعة التجريبية .
- ٢- هدفت دراسة عمرو صابر حمزة ، محمد جمعة ضوي (٢٠١٨) (١٢) إلى التعرف على تأثير استراتيجية السقالات التعليمية البنائية على التفكير الابتكاري وتعلم بعض المهارات الاساسية في المباريات لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، تم استخدام المنهج التجريبي ، واشتملت عينة الدراسة على (١٠٠) طالب ، وتم استخدام اختبار التفكير الابتكاري لتورانس و الاختبار المهاري في رياضة المبارزة ، وكان من أهم النتائج أن السقالات التعليمية كان لها اثر ايجابي على تحسين بعض المهارات في رياضة المبارزة و تحسين التفكير .
- ٣- هدفت دراسة حسام السيد محمد (٢٠١٥) (٤) إلى التعرف على تأثير استخدام بعض أنشطة الذكاءات المتعددة على تنمية المهارات النفسية وتعلم المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة ، تم استخدام المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على (٣٠) مبتدئ وتم استخدام مقياس أنشطة الذكاءات المتعددة ، ومقياس اختبار المهارات النفسية ، اختبار مستوى المهارات الأساسية في المبارزة ، وكان من أهم النتائج أن أنشطة الذكاءات المتعددة المستخدمة كان لها تأثير إيجابي على تنمية بعض المهارات النفسية ومستوى أداء المهارات الأساسية في المبارزة .
- ٤- هدفت دراسة وائل مبروك (٢٠١٦) (١٨) إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام بعض أنشطة الذكاءات المتعددة على مستوى أداء اللكمات الجانبية والصاعدة، وتم استخدام المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على (٧٠) طالب، وتم استخدام مقياس الذكاءات المتعددة، استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري، وكان من اهم النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام أنشطة الذكاءات المتعددة كان له تأثير إيجابي على مستوى أداء اللكمات الجانبية والصاعدة.

- ٥- هدفت دراسة محمد رضا، محمد عزت (٢٠١٦) (١٦) إلى التعرف على نسبة مساهمة الذكاءات المتعددة في طرق أداء السباحة، تم استخدام المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على (٢٧) طالب، وتم استخدام قائمة الذكاءات المتعددة، واختبار المستوى المهاري للأربع سباحات وكان من اهم النتائج أن أكثر الذكاءات المساهمة في السباحات الأربع هي (المنطقي، اللغوي، والجسمي)
- ٦- هدفت دراسة ماجد إبراهيم (٢٠١٨) (١٥) إلى التعرف على أثر برنامج باستخدام بعض أنواع الذكاءات المتعددة لتحسين مستوى التحصيل المهاري في سباحة الزحف الأمامية لدى طلاب ذوي صعوبات التعلم بكليات التربية الرياضية، تم استخدام المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث على (١٨) طالب، وتم استخدام اختبار مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف، مقياس الذكاءات المتعددة وكان من اهم النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام الذكاءات المتعددة له تأثير إيجابي على تعلم سباحة الزحف الأمامية.

إجراءات البحث:

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث مستعيناً بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث طلاب المستوى السادس بكلية التربية قسم التربية البدنية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية ممن يدرسون مقرر سباحة ٢ والبالغ عددهم (٥٦) طالب، وقد تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وعددهم (٣٠) طالباً بالأسلوب العشوائي، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة قوام كل مجموعة (١٥) طالباً ولم يسبق لهم تعلم سباحة الفراشة، كما تم اختيار (٢٠) طالب كعينة استطلاعية، وتم استبعاد ٦ طلاب وبذلك يصبح إجمالي عينة البحث (٥٠) طالباً.

وقد قام الباحث بالتأكد من إعتدالية توزيع عينة البحث في متغيرات النمو والتي قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبي (العمر الزمني- الوزن - الطول) ومتغيرات الذكاءات المتعددة ويوضح ذلك جدول رقم (١).

جدول (١)

تجانس عينة البحث (ن=٥٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي س	الانحراف المعياري \pm ع	الوسيط	معامل الالتواء
متغيرات النمو	العمر الزمني	٢٠,٨٨	١,٣٧٩	٢١	٠,٤١٨
	الوزن	٧٥,١٤	٣,٥	٧٥	-٠,٢٨٧
	الطول	١٧٠,٦٤	٤,٦٧	١٧٠	٠,٥٩٥
الذكاءات المتعددة	اللغوي	٤٢,٣٢	٢,٥٢	٤٣	٠,٠٦
	الاجتماعي	٢٧,٢٨	١,٢٥	٢٨	-٠,٣٥
	الحركي	٣١,٥٦	٢,٤	٣٠,٥	١,٠٣
	المكاني	٣٩	٢,٢٦	٤٠	-٠,٣٨
	الشخصي	٢٩,٦٨	٢,٩٩	٢٩	٠,٦

يتضح من الجدول رقم (١) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في العمر والطول والوزن والذكاءات المتعددة انحصرت بين (± 3) مما يدل على تجانس أفراد العينة في تلك المتغيرات.

جدول (٢)

تكافؤ عينة البحث في متغيرات النمو والذكاءات المتعددة قيد البحث

ن=٢+٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة ن=١٥		المجموعة التجريبية ن=١٥		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		ع	س	ع	س		
متغيرات النمو	العمر الزمني	٢٠,٧٣	٠,٥٩	٢٠,٦٦	٠,٦١	٠,٠٧	٠,٣٠٢
	الوزن	٧٤,١٣	٣,٤٨	٧٥,٤	٤,٦٨	-١,٢٧	-٠,٨٤
	الطول	١٧٠,٣	٣,١٥	١٦٩,٧	٣	٠,٦	٠,٥٣١
الذكاءات المتعددة	اللغوي	٤١,٧٣	١,٩٤	٤٢,٦	١,٩	-٠,٨٧	١,٣٢
	الاجتماعي	٢٨,٥٣	١,٣٥	٢٨,٩٣	١,٩٨	-٠,٤	٠,٦٤٥
	الحركي	٣١,٧٣	١,٥٧	٣١,٤٦	١,٦٤	٠,٠٩	٠,٤٥٣
	المكاني	٣٩,٦٦	٢,٣	٣٨,٩	٢,١٥	٠,٧٦	٠,٨٩١
	الشخصي	٢٨,٩٣	٢,٥	٢٩,٥	٠,٩	-٠,٥٧	٠,٨٥٨

يتضح من جدول (٢) انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في متغيرات (النمو-الذكاءات المتعددة) مما يدل على تكافؤ عيني البحث

وقام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء لسباحة الفراشة ومستوي التحصيل المعرفي قيد البحث والتي قد تؤثر على البحث، ويعتبر هذا بمثابة القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة ويوضح ذلك جدول رقم (٣)

جدول (٣)

تكافؤ عينة البحث في مستوى سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

$$n_1 + n_2 = 30$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة ن=١٥		المجموعة التجريبية ن=١٥		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
ضربات الرجلين	درجة	٠,٥١	٠,٣٣	٠,٤٨	٠,٧٢٧	
حركات الذراعين	درجة	٠,٦٧	٠,٦	٠,٥	٠,٩١	
التنفس	درجة	٠,٤	٠,٢	٠,٤١	٠,٧٩٧	
التوقيت	درجة	٠,٣٥	٠,٢	٠,٤١	٠,٤٧٥	
المجموع (٤٢)	درجة	١,٦٣	٠,٩٣	١,٠٤	٠,٨٢٨	
الاختبار المعرفي (٤٠)	درجة	٣,٨٦	٠,٧٤	٠,٨٩	٠,٦٦٤	

يتضح من الجدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (مستوى سباحة الفراشة - التحصيل المعرفي) مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين ويؤكد أن كلا المجموعتين لم يمارس سباحة الفراشة.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

أولاً: الأجهزة والأدوات.

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول والوزن
- أجهزة حاسب الي مدعومة بأنترنت ومتصفح جوجل كروم
- جهاز عارض شرائح

ثانياً: الاختبارات والاستمارات المستخدمة في البحث:

١. مقياس الذكاءات المتعددة (مرفق ١)

هذا المقياس اعده وقننه " فتحي عبد القادر ، السيد ابوهاشم " (٢٠٠٧) (١٤) لقياس الذكاءات المتعددة للتعليم الجامعي، وتتكون من ٩٠ مفردة موزعه على تسعة أنواع ذكاءات استخدم الباحث منها (٥) أبعاد تقيس كلاً من (الذكاء اللغوي، الذكاء المكاني، الذكاء الشخصي،

الذكاء الاجتماعي، الذكاء الحركي) وتروحت الأهمية النسبية لكل ذكاء (٨٥% - ١٠٠%) وفقاً لراي الخبراء مرفق رقم (٢) وكل بعد يحتوي علي (١٠) عبارات موزعة توزيعاً عشوائياً وجميع المفردات موجبة ، وأمام كل مفردة خمس استجابات هي (تنطبق علي تماماً - تنطبق علي كثيراً- تنطبق علي احياناً- تنطبق علي قليلاً- لا تنطبق علي اطلاقاً) وتقدر بإعطاء الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) المقابلة للاستجابات السابقة على الترتيب ويتم التعامل مع درجة كل ذكاء كبعد مستقل لان ليس للقائمة درجة كلية وقد قام الباحث بتعديل بعض العبارات تعديلاً غير جوهرياً لتناسب طبيعة البحث .

المعاملات العلمية لمقياس الذكاءات المتعددة :

أولاً : الصدق

تم التأكد من الصدق الداخلي للمقياس بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد على عينة قوامها (٢٠) طالب خارج عينة البحث الأساسية والجدول رقم (٤) يوضح ذلك

جدول (٤)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي للبعد لمقياس الذكاءات المتعددة

(ن=٢٠)

الذكاء اللغوي										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
معامل الارتباط	٠,٠٦٧	٠,٨٦٣	٠,٧٩١	٠,٧٦٦	٠,٥٤٨	٠,٧٨٧	٠,٨٦٨	٠,٦٣٥	٠,٧٧٧	٠,٧٢٤
الذكاء الاجتماعي										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
معامل الارتباط	٠,٥٧٩	٠,٩	٠,٨٧٦	٠,٨٢٧	٠,٧١٩	٠,٦٨١	٠,٧٠٤	٠,٩٧٦	٠,٩٢١	٠,٧٩٢
الذكاء الحركي										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
معامل الارتباط	٠,٨٨٩	٠,٧٧١	٠,٨٢٥	٠,٧٨٩	٠,٧١٤	٠,٤٧١	٠,٧٨١	٠,٧٧٠	٠,٨٦٦	٠,٨٦
الذكاء المكاني										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
معامل الارتباط	٠,٩١٤	٠,٦٥٦	٠,٨١٥	٠,٨٤١	٠,٧٤٧	٠,٥٨٢	٠,٧٥٩	٠,٨٤٩	٠,٨٥٧	٠,٧٩٦
الذكاء الشخصي										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
معامل الارتباط	٠,٩	٠,٦٣٣	٠,٦٧٩	٠,٨٣٥	٠,٧٥٦	٠,٥٦٤	٠,٧٠٦	٠,٨٢٢	٠,٨١٨	٠,٨٠٣

يتضح من الجدول (٤) أن جميع العبارات دالة وهذا يعطي دلالة علي ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير الي مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق الدراسة الحالية .

ثانياً ثبات الاختبار :

قام الباحث بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني مدته أسبوع على (٢٠) طالب من مجتمع البحث و من خارج العينة الأساسية، والجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس الذكاءات المتعددة قيد البحث

(ن = ٢٠)

م	الذكاء	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
			ع	م	ع	م
١	اللغوي	درجة	١,٥٣	٣٢,٦٥	١,٩٩	٣١,٩
٢	الاجتماعي	درجة	١,٤٩	٢٥,٣	٢,١٧	٢٦,١
٣	الحركي	درجة	٢,٤٧	٣٠,٦	٣,٤٢	٣١,٤٥
٤	المكاني	درجة	٢,٤٤	٣٤,٨	٢,٦	٣٣,٧
٥	الشخصي	درجة	٠,٩٦	٢٥,٢٥	١,٣٤	٢٥,٣

ويتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني قد تراوحت بين (٠,٨٤٦ - ٠,٦٢٩) مما يدل على ثبات المقياس .

٢- إستمارة تسجيل مستوى الاداء المهاري لسباحة الفراشة مرفق (٣)

تم استخدام استمارة تسجيل المستوى المهاري لسباحة الفراشة تم معايرتها وتطبيقها في بحث إنتاج علمي من تصميم الباحث (١) كما مبين بالجدول رقم (٦)

جدول (٦)

توزيع الدرجات باستمارة تقييم مستوى الاداء المهاري لسباحة الفراشة

ضربات الرجلين	حركات الذراعين	التنفس	التوقيت	المجموع الكلي
٩ درجات	١٥ درجة	٩ درجات	٩ درجات	٤٢ درجة

ويتم التقييم عن طريق الملاحظة المقننة للأداء السليم ويعتمد التقييم على النقد الذاتي الموضوعي لثلاثة محكمين مرفق رقم (٤) بأخذ متوسط الدرجات لهم حيث أن الدرجة النهائية للإستمارة (٤٢) درجة موزعة على العناصر الأساسية

١- الإختبار المعرفي مرفق رقم (٥)

- قام الباحث بتصميم اختبار التحصيل المعرفي وذلك لقياس مدى تحصيل الطلاب للجانب المعرفي الخاص بسباحة الفراشة وذلك بعد الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات التي تنطقت إلى بناء الاختبارات المعرفية واعتمد الباحث في بناء الاختبار الخطوات التالية :
- تحديد الهدف من الاختبار: تم تحديد الهدف من الاختبار في قياس مستوى التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة المدرجة داخل البرنامج التعليمي على أن يتماشى هذا الاختبار مع قدرات الطلاب عينة البحث.
- إعداد محاور الاختبار : قام الباحث بوضع محاور الاختبار المعرفي والتي ترتبط بسباحة الفراشة بعد الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة حيث تم تحديد ثلاث محاور لبناء الاختبار وهي (الجانب الفني في سباحة الفراشة - الجانب التعليمي في سباحة الفراشة - قانون سباحة الفراشة) وذلك من خلال تصميم استمارة استطلاع رأي الخبراء في مجال رياضة السباحة لتحديد اهم المحاور التي ترتبط مباشرة بسباحة الفراشة وذلك لتحديد المحاور و الأهمية النسبية لكل محور مرفق (٥) وتم الاتفاق على المحاور السابقة بنسبة تتجاوز ٨٥% كما كانت الأهمية النسبية لمحاور الاختبار (الجانب الفني في سباحة الفراشة ٦٠ % ، الجانب التعليمي ١٧ % قانون سباحة الفراشة ٢٣ %).
- إعداد وصياغة عبارات الإختبار: تم صياغة عبارات الاختبار المعرفي وفقاً لشروط كتابتها والمواصفات الواجب اتباعها التي ذكرتها المراجع العلمية والدراسات السابقة بحيث تمثل المستويات المعرفية (المعرفة - الفهم - التطبيق - التحليل - التركيب - التقويم)، وقد راعى الباحث في صياغتها: (أن تكون للعبارة معنى واحد محدد - أن تكون كل عبارة مستقلة عن بقية عبارات الاختبار - الابتعاد عن العبارات الصعبة والغامضة - تجنب استعمال الكلمات التي تحمل أكثر من معنى واحد).
- تحديد نوع الاسئلة: من خلال اطلاع الباحث على المراجع العلمية والبحوث والدراسات السابقة والتي تناولت أساليب التقويم والاختبارات الموضوعية بهدف التعرف على عملية بناء الاختبار فقد اختار الباحث صياغة الأسئلة المعرفية من خلال أسئلة الصواب والخطأ والاختيار من متعدد وذلك لسهولة تصحيحها وتعتبر من أفضل الاختبارات المعرفية وأكثرها شيوعاً.
- إعداد الصورة المبدئية للاختبار: قام الباحث بإعداد الصورة الأولية لاختبار قياس مستوى التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة ، حيث اشتمل الاختبار في صورته الأولية على (٤٥) عبارة وتم عرض هذا الاختبار على مجموعة من السادة الخبراء في مجال السباحة وطرق التدريس

مرفق (٢) وذلك للاطلاع على العبارات الخاصة بكل محور على حدى والتوجيه بالتعديل المطلوب سواء بالحذف أو الإضافة أو تعديل العبارات ، في ضوء آراء السادة الخبراء من حيث الحذف والإضافة والتعديل تم وضع الاختبار في صورته النهائية والذي أصبح يحتوي على (٤٠) عبارة.

- تصحيح الاختبار: يتم إعطاء درجة واحدة لكل إجابة صحيحة وإعطاء صفر لكل إجابة خاطئة وبالتالي يكون إجمالي درجات الاختبار ٤٠ درجة.

- تحليل مفردات الاختبار: تم تطبيق الصورة النهائية للاختبار المعرفي على عينة ممثلة لأفراد المجتمع الأصلي ولكنها من خارج عينة البحث الأصلية (العينة الاستطلاعية) وذلك بقصد تحديد صعوبة المفردات والتعرف على مدى مناسبتها وقدرتها على التميز.

ولذلك فقد قام الباحث بحساب معاملات السهولة والصعوبة والتميز لعبارات الاختبار حيث تم تطبيق الاختبار المعرفي على عينة قوامها (٢٠) طلاب ممثلين لعينة المجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأصلية وقد تبين أن معامل السهولة لمفردات الاختبار تتراوح ما بين (٠,٣٧) - (٠,٦٠)، ومعامل الصعوبة يتراوح ما بين (٠,٣٦) - (٠,٣٥) ومعامل التميز يتراوح ما بين (٠,٢٢) - (٠,٢٥)

المعاملات العملية للاختبار المعرفي لسباحة الفراشة

- صدق التمايز

قام الباحث باستخدام صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مميزة والأخرى غير مميزة على عينة قوامها ٢٠ طالب خارج عينة البحث الأساسية والجدول رقم (٧) يوضح ذلك

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسيين للمجموعتين المميزة وغير مميزة

في اختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة $n_1 + n_2 = 20$

المتغير	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	س	ع±	س	ع±		
اختبار التحصيل المعرفي	٢٦	١,٠٥	٦,٤	٢,٣٦	١٩,٦	٢٣,٩

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي معنوية ٠,٠٥ بين متوسطي المجموعتين المميزة والغير مميزة في اختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمة ت الجدولية مما يدل على صدق الاختبار.

ثانياً: ثبات الاختبار:

قام الباحث بتطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني مدته أسبوع على ٢٠ طالب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في إختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة

ن=٢٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغير
	ع	س	ع	س	
**٠,٩٦١	٨,٩	١٧,٦	١٠,٢	١٦,٢	اختبار التحصيل المعرفي

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوي معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في اختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٩٦١) وهي درجة ارتباط عالية مما يدل على ثبات الاختبار بدرجة عالية.

الصورة النهائية للإختبار: بعد تطبيق الاختبار المعرفي في سباحة الفراشة في صورته التجريبية على عينة البحث الاستطلاعية والتأكد من مدى صدق وثبات جميع أسئلة الاختبار، اصبح الاختبار المعرفي في صورته النهائية جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية .

تحديد زمن الاختبار:

زمن الاختبار = الزمن الذي استغرقه أول طالب + الزمن الذي استغرقه اخر طالب = ٢٠ دقيقة

٢

البرنامج التعليمي باستخدام السقالات التعليمية المدعوم بالحاسب الألي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة لتعليم سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي (إعداد الباحث) مرفق رقم (٦)

يتضمن البرنامج القائم على السقالات التعليمية وأنشطة الذكاءات المتعددة خمس مراحل أساسية يتم من خلالها تدعيم السقالات التعليمية بأنشطة الذكاءات المتعددة المرتبطة والمناسبة للموضوع ومستوى الطالب .

- **المرحلة الأولى : التقديم :** وفيها يقدم الباحث فكرة عن الموضوع من خلال التلميحات والتساؤلات المثيرة أو ما يراه مناسباً (مثل عرض مقاطع فيديو - عرض عملي - لعب أدوار) ما يتناسب مع موضوع الوحدة التعليمية و قد يكون موقف بسيط كسؤال مثير من الباحث ليوجه طلابه نحو حل للمشكلة أو صورة أو فيلم قصير ، أو التفكير مع الطلبة بصوت مرتفع أو مناقشة ما لديهم من معلومات أو ترك وقت انتظار بعد كل سؤال وإجابة حتى يفكر الجميع في السؤال وفي إجابة زملائهم وفي هذه المرحلة تم استخدام أنشطة الذكاء اللغوي والمكاني من خلال العصف الذهني وأسلوب القصص والمناقشة.
- **المرحلة الثانية: الممارسة الجماعية الموجهة (العمل الجماعي):** يتم في هذه المرحلة ممارسة المهام والأنشطة لمجموعات الطلاب تحت إشراف الباحث، حيث يعمل المتعلم مع زميله أولاً ثم مع زملائه في مجموعات (تطبيق مهارة من مهارات السباحة مع زملائه بشكل جماعي بحيث يساعد كلا منهما الآخر). ويشترك الباحث مع الطلاب في الأداء بشكل متبادل ، وفي هذه المرحلة يقوم الباحث بملاحظة و رصد أخطاء الطلاب والعمل الفوري على تصحيحها، وفي هذه المرحلة تم استخدام أنشطة الذكاء الحركي والاجتماعي والشخصي من خلال التفكير لحل المشكلات ، مشاركة وتعليم الأقران، تقييم الزملاء، العمل في مجموعات بشكل تعاوني و لعب الدور .
- **المرحلة الثالثة: التعلم الفردي:** في هذه المرحلة يترك المتعلم ليتعلم بمفرده تحت إشراف الباحث (يبدأ الطالب في أداء المهارة بنفسه تحت إشراف الباحث) دون مساعدة من أى أحد وفي هذه المرحلة تم استخدام أنشطة الذكاء المكاني والحركي والشخصي من خلال التفكير لحل المشكلات، العصف الذهني والعمل الفردي.
- **المرحلة الرابعة: التغذية الراجعة:** وفيها يسمح الباحث للطلاب بتقييم انفسهم وزملائهم و يعطي الباحث تغذية راجعة للمتعلم (بعد أداء المهارة من أجل التعرف على مدى تحقيقه الهدف أم لا) وفي هذه المرحلة تم استخدام أنشطة الذكاء الحركي والمكاني والشخصي من خلال التفكير لحل المشكلات و تقييم الزملاء .
- **المرحلة الخامسة: الممارسة المستقلة:** مرحلة نقل المسؤولية للمتعلم: وفيها يترك الباحث المتعلم ليتعلم بمفرده (يؤدى المتعلم المهارة بمفرده) ويعطي الباحث فرصاً للطلاب لممارسة

التعلم بطريقة مكثفة وشاملة، وفي هذه المرحلة تم استخدام أنشطة الذكاء الحركي والمكاني خلال أنشطة العصف الذهني.

نموذج التصميم التعليمي (للسقالات التعليمية وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة) إعداد الباحث قام الباحث بتصميم المحتوى وفق المراحل التالية:

- ١- التحليل: وتشمل
 - تحديد الحاجات التعليمية والمهارات المطلوب إكسابها للمتعلمين وهي تنمية مهارات سباحة الفراشة والتحصيـل المعرفي .
 - المصادر المتاحة: حيث تم تصميم عروض تقديمية ومقاطع فيديو وصور وفلاشات ومقاطع صوت مسجلة لدعم تعلم سباحة الفراشة.
 - ٢- التصميم: تشمل تحديد المواصفات التعليمية والفنية ووصف الإجراءات والأساليب التي تتعلق بكيفية تنفيذ عملية التعليم والتعلم وتشمل:
 - تحديد الأهداف السلوكية لكل محاضرة بعبارات قابلة للقياس والملاحظة.
 - تحديد المحتوى التعليمي والذي يتضمن ١٠ وحدات (لتعلم سباحة الفراشة).
 - تصميم أنشطة مرتبطة بالذكاءات المتعددة وتدعيم جميع خطوات السقالات التعليمية بها.
 - ٣- التطوير: وتم من خلال اخذ آراء مجموعة استطلاعية من الطلاب وانطباعهم عن البرنامج التعليمي للتأكد إمكانية تنفيذه وبالفعل تم تحديد المشكلات التي واجهت الطلاب وتم تعديلاها.
 - ٤- التنفيذ: في هذه المرحلة تم بالفعل القيام بالتعليم من خلال السقالات التعليمية والذكاءات المتعددة للمجموعة التجريبية.
 - ٥- التقويم: وشملت عرض المحتوى التعليمي على مجموعة من المختصين بتكنولوجيا التعليم والسباحة لاستطلاع آراءهم حول التصميم المقترح وقابلية التصميم للتطبيق وتم اقتراح بعض التعديلات حتى يصبح التصميم قابل للتطبيق.

الوحدات التعليمية:

بناء على استطلاع رأي الخبراء تم تحديد مدة تطبيق البرنامج قيد البحث إلي (١٠) أسابيع بواقع وحدة أسبوعيا بمدة تتراوح ما بين ٧٠-٧٥ دقيقة لكل وحدة .

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى ٢٠ طالب من داخل مجتمع البحث وخارج

عينة البحث الأساسية وذلك بهدف

- مدى ملائمة الاختبارات لأفراد العينة.
- تهيئة الكادر المساعد للاختبارات.
- الوقت المستغرق لكل اختبار.
- التعرف على الصعوبات التي قد تحدث أثناء إجراء الاختبارات.
- إجراء المعاملات العلمية للاستمارات والإختبار المعرفي قيد البحث.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

وقد أسفرت التجربة الاستطلاعية عن تأكد الباحث من مدى ملائمة البرنامج المقترح ومدى مناسبة الأدوات المستخدمة ومكان تنفيذ البرنامج للعينة الأساسية وكذلك معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث ومنها ملاحظة جميع أفراد العينة باستمرار منعاً لحدوث خطر عليهم أو أي عملية غرق وتعريفهم بمكان التطبيق، وتم التغلب على ذلك بمساعدة خمسة من الزملاء.

تنفيذ تجربة البحث الأساسية:

قام الباحث بمقابلة المجموعة التجريبية قبل البدء في التنفيذ للتعريف بالبرنامج التعليمي المقترح وكيفية التعامل مع البرنامج التعليمي المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعمة بالحاسب الآلي، كما انهم سيتعلمون بطريقة فردية خارج أوقات المحاضرات ثم قام بتوزيع دليل استخدام البرنامج المقترح وطلب منهم دراسته جيداً والاستفسار عن أي جزء غير واضح، بينما اتبعت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية المتبعة في المحاضرات العادية.

إجراءات التطبيق

القياس القبلي

قام الباحث بإجراء القياس القبلي وذلك في الفترة من ٤ - ٥ / ٩ / ٢٠١٩ م بواسطة لجنة من المحكمين مكونة من (٣) أعضاء مرفق رقم (٤) وتم قياس المستوي المهاري للمجموعتين (بالدرجة) باستخدام إختبار المستوي المهاري لسباحة الفراشة وكذلك تطبيق اختبار التحصيل المعرفي المعد من قبل الباحث للمجموعتين وكذلك تطبيق مقياس الذكاءات المتعددة للمجموعتين.

البرنامج التعليمي المقترح

بعد التأكد من تكافؤ مجموعات البحث كما هو موضح بالجدول رقم (٣) قام الباحث بتطبيق البرنامج المقترح على عينة البحث الأساسية (المجموعة التجريبية) وذلك في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٩ / ٩ / ٨ إلى يوم الأحد ٢٠١٩ / ١١ / ١٠م بواقع وحدة أسبوعيا (ولمدة ٩ أسابيع)، وتم تعليم كل مجموعة من مجموعتي البحث على حدى ، وقام الباحث بتعليم المجموعة التجريبية باستخدام البرنامج التعليمي المقترح بينما قام بتعليم المجموعة الضابطة باستخدام الطريقة التقليدية (الشرح - أداء النموذج) .

القياس البعدي:

بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج تمت القياسات البعدية لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة بنفس الطريقة التي تم بها القياس القبلي في اختبار المستوى المهاري والتحصيل المعرفي لسباحة الفراشة وذلك في الفترة من ١٢ - ١٤ / ١١ / ٢٠١٩ م، وتم تسجيل النتائج والبيانات التي تم التوصل إليها ثم تمت معالجة البيانات إحصائيا بهدف التوصل للنتائج التي يمكن أن تخرج بها الدراسة .

عرض ومناقشة النتائج:

جدول (٩)

اختبار دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى مهارات سباحة الفراشة وإختبار التحصيل المعرفي

(ن = ١٥)

م	المهارات	قبلي		بعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		س	ع±	س	ع±		
١	ضربات رجلين	٠,٤٦	٠,٥١٦	٥,٠٣	٠,٤٨	٤,٥٧	٢٤,٢٧
٢	ضربات ذراعين	٠,٨	٠,٦٧	٨,٨٦	٠,٩١	٨,٠٦	٢٨,٤
٣	التنفس	٠,٢٣٣	٠,٤١	٤,٠٦	٠,٥٩	٣,٨٢	١٧,٧١
٤	توقيت	٠,١٣٣	٠,٣٥	٤,١٣	٠,٨٣	٤	٢٠,٤٩
	مجموع المهارات ٤٢	١,٦٣	٠,٩٣	٢٢,١	١,٦٢	٢٠,٤٧	٣٩,٥٥
	إختبار التحصيل المعرفي	٣,٨٦	٠,٧٤	٢٢,٧٣	٣,٠١	١٨,٧٨	٢١,٩

يتضح من خلال جدول (٩) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لدي أفراد المجموعة الضابطة التي خضعت للبرنامج التقليدي في الاختبار المهاري لسباحة الفراشة حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين

(١٧,٧١-٢٨,٤) لجميع عناصر سباحة الفراشة وبلغت قيمة ت لمجموع المهارات (٣٩,٥٥) مما يشير إلي تحسن مستوى المجموعة الضابطة في سباحة الفراشة نتيجة استخدام البرنامج التقليدي قيد البحث.

كما يتضح من جدول (٩) وجود فروق داله إحصائياً عند مستوي معنويه ٠,٠٥ في إختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (٢١,٩) مما يشير إلى أن الطريقة التقليدية أثرت إيجابيا على التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة.

ويرجع الباحث هذا التحسن إلى أن إستخدام الطريقة التقليدية لها تأثير فعال في كثير من الأحيان ولكن ليس بالشكل المرجو بالنسبة للباحث حيث أن هذا الأسلوب لا يراعي التنوع في التدريس وانه يركز على المادة العلمية فقط ولا يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين حيث أن هذا الأسلوب اقتصر على شرح المهارة وإعطاء نموذج والتكرار فقط دون التعرض لأي نشاط يثري الأفكار ويعمل على جذب الانتباه ويزيد من دافعية الطلاب نحو التعلم كما أن هذا الأسلوب متبع منذ فترة طويلة وحقق نتائج على مدار فترة استخدامه.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول القائل: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي .. وهذا ما أثبتته النتائج التي توصل اليها البحث.

جدول (١٠)

إختبار دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى مهارات سباحة الفراشة وإختبار التحصيل المعرفي

(ن = ١٥)

م	المهارات	قبلي		بعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		س	ع	س	ع		
١	ضربات رجلين	٠,٣٣	٠,٤٨	٧,٤٦٦	٠,٦٣	٧,١٣٦	٣٣,١٣
٢	ضربات ذراعين	٠,٦	٠,٥٠٧	١٢,٠٦	١,١٦	١١,٤٦	٣١,٥٥
٣	التنفس	٠,٢	٠,٤١٤	٧,٠٦	٠,٧٠٣	٦,٨٦	٢٦,٨٥
٤	توقيت	٠,٢	٠,٤١٤	٧,٤٦	٠,٥١٦	٧,٢٦	٣٥,٢٣
مجموع المهارات ٤٢		١,٣٣	١,٠٤	٣٤,٠٦	١,٥٣	٣٢,٧٣	٦٤
إختبار التحصيل المعرفي		٣,٦٦	٠,٨٩	٣٠,٦٦	١,٤٤	٢٧	٦٠,٣٧

يتضح من خلال جدول (١٠) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة في الاختبار المهاري لسباحة الفراشة حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (٢٦,٨٥ - ٣٥,٢٣) لجميع مهارات سباحة الفراشة وبلغت قيمة ت الكلية لسباحة الفراشة (٦٤) وقد تراوحت فروق المتوسطات بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ما بين (٦,٨٦ - ١١,٤٦) درجة لعناصر سباحة الفراشة وقد بلغ فرق المتوسطات الكلي لمجموع المهارات (٣٢,٧٣) درجة مما يشير الي تحسين مستوي المجموعة التجريبية في سباحة الفراشة نتيجة استخدام البرنامج المقترح.

كما يتضح من جدول (١٠) وجود فروق داله احصائياً عند مستوي معنويه ٠,٠٥ في إختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (٦٠,٣٧) وبلغ الفرق بين المتوسطين (٢٧) درجة مما يشير إلي أن البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة له تأثير إيجابي على التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة.

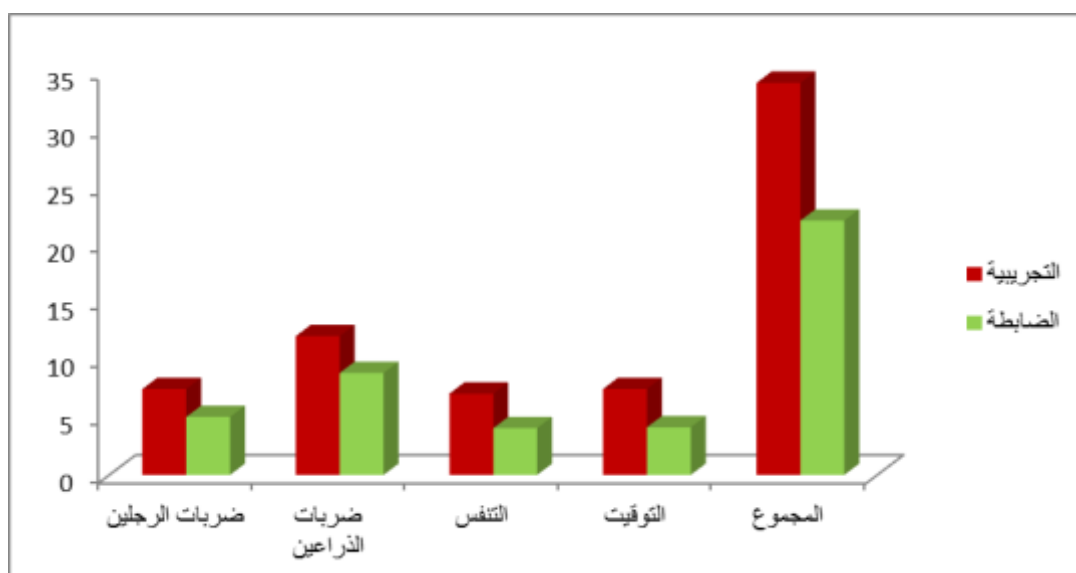
ويرجع الباحث هذا التقدم في مستوى أداء سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية إلي البرنامج التعليمي المقترح باستخدام السقالات التعليمية وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة حيث أن توظيف السقالات التعليمية في التعليم والتنوع والترابط بين أنشطة الذكاءات المتعددة أعطى فاعلية للمتعلمين وأثار دافعتهم للتعلم وادى إلى تحقيق تعليم فعال ذو معنى كما أن الممارسات التعليمية التي نفذها الباحث خلال استخدام السقالات التعليمية المدعمة بالحاسب الألي وأنشطة الذكاءات المتعددة ساعدت التلاميذ في أن يكونوا ذو تأثير إيجابي في ابتكار مواقف جديدة غير مألوفة وحل مشكلات لم تكن متوقعة مما أعطى الأداء التعليمي فاعلية على مستوى المتعلمين وهذا انعكس بدوره على رفع المستوى المهاري والتحصيل المعرفي لسباحة الفراشة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني القائل: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي. وهذا ما أثبتته النتائج التي توصل اليها البحث.

جدول (١١)

اختبار دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى مهارات
سباحة الفراشة
ن_١+ن_٢ = ٣٠

م	المهارات	الضابطة		التجريبية		فرق المتوسطات	قيمة (ت)
		س	ع	س	ع		
١	ضربات رجلين	٥,٠٣	٠,٤٨	٧,٤٦	٠,٦٣	٢,٤٣	١١,٧
٢	ضربات ذراعين	٨,٨٦	٠,٩١٥	١٢,٠٦	١,١٦	٣,٢	٨,٣٧
٣	التنفس	٤,٠٦	٠,٥٩	٧,٠٦	٠,٧٠٣	٣	١٢,٦
٤	توقيت	٤,١٣	٠,٨٣	٧,٤٦	٠,٥١٦	٣,٣٣	١٣,١٦
	مجموع المهارات ٤٢	٢٢,١	١,٦٢	٣٤,٠٦	١,٥٣	١١,٩٦	٢٠,٧٢



شكل (١) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات سباحة الفراشة قيد البحث

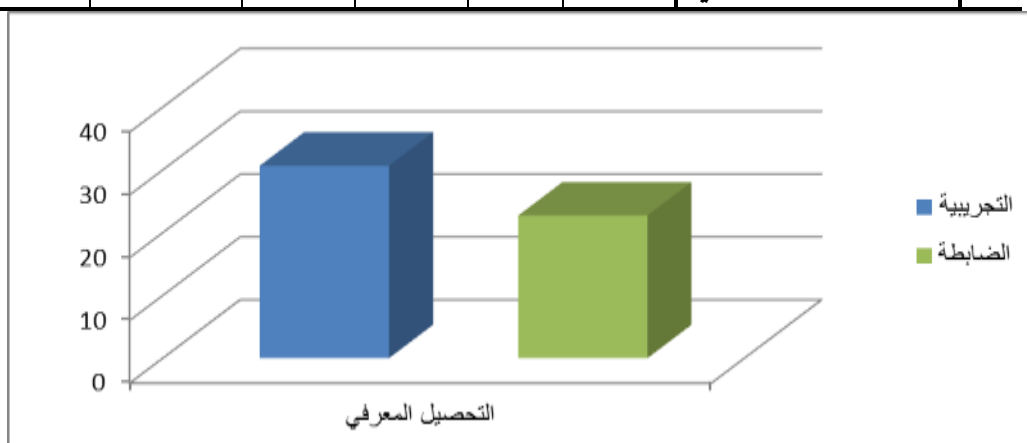
جدول (١٢)

اختبار دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في اختبار التحصيل

$$n_1 + n_2 = 30$$

المعرفي

م	المتغير	الضابطة		التجريبية		فرق المتوسطات	قيمة (ت)
		ع	س	ع	س		
١	إختبار التحصيل المعرفي	٣,٠١	٢٢,٧٣	١,٤٤	٣٠,٦٦	٧,٩٣	٩,١٩



شكل (٢) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل المعرفي

يتضح من جدول (١١) وشكل رقم (١) وجود فروق داله إحصائيا عند مستوي معنويه ٠,٠٥ بين متوسطي الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الأداء المهاري لسباحة الفراشة حيث تراوحت قيمه ت المحسوبة ما بين (٨,٣٧ - ١٣,١٦) وذلك في جميع مهارات سباحة الفراشة وبلغت قيمه ت الكلية لمجموع مهارات سباحة الفراشة (٢٠,٧٢) ولصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الألي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة وقد تراوحت فروق المتوسطات ما بين (٢,٤٣ - ٣,٣٣) درجة حيث جاء اعلي تقدم في توقيت الأداء (التوافق الكلي) بفارق (٣,٣٣) درجة ولصالح المجموعة التجريبية وجاء اقل تقدم في ضربات الرجلين بفارق (٢,٤٣) درجة عن المجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية وجاء إجمالي الفارق في المجموع الكلي لمهارات سباحة الفراشة (١١,٩٦) درجة ولصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلي أن البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الألي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة له أثر فعال في تعلم مهارات سباحة الفراشة .

كما يتضح من جدول (١٢) وشكل رقم (٢) وجود فروق داله احصائياً عند مستوي معنويه ٠,٠٥ في اختبار التحصيل المعرفي لسباحة الفراشة بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (٩,١٩) وبلغ فروق المتوسطات بين المجموعة التجريبية والضابطة إلى (٧,٩٣) درجة ولصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى أن البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الألي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة كان له أثر فعال في تعلم الجانب المعرفي لسباحة الفراشة.

ويرجع الباحث هذا التقدم في المستوى المهاري والتحصيل المعرفي لسباحة الفراشة في كون البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الألي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة عمل على توجيه المجموعة التجريبية وفق خطوات محددة وواضحة لكل سقالة تعليمية حيث أن لكل سقالة تعليمية هدف وطريقة تنفيذ واضحة قام بتنفيذها الباحث وذلك ساعد المتعلمين في استمرار التعلم وإنجاز المهام بشكل صحيح وساعدهم في حل المشكلات التي تقابلهم في التعلم بأسلوب علمي، كما انه ساعد على توجيه الطلاب إلى مصادر معرفة جديدة لسباحة الفراشة وعمل البرنامج المقترح على مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب وهذا أدى بدوره أيضاً في رفع مستوى الطلاب في المهارات قيد البحث.

ويرى الباحث أن اشتراك المتعلمين مع بعضهم في التعلم في مجموعات صغيرة والمشاركة الإيجابية منهم واعتمادهم على أنفسهم تحت إشراف ودعم المعلم بالتغذية الراجعة وعملية تقويم الأداء المستمرة بأنشطة مختلفة متعلقة بأهداف الوحدات التعليمية ساعد بشكل كبير في تحسين التعلم، كما أن دعم المعلم للمتعلمين باستخدام أنشطة تعلم متنوعة مرتبطة بالسقالات التعليمية ساعد كثيراً على تطوير الأداء في مهارات سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي

ويرى الباحث أيضاً أن البرنامج المقترح كان له تأثير فعال وإيجابي على مستوى مهارات سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي وذلك من خلال توجيه الطلاب للاعتماد على أنفسهم وممارسة أداءات وأنشطة ذهنية وعملية جعلتهم في حالة من الحمس المستمر في مواجهة أي مواقف أو مشكلات أثناء عملية التعلم كما أن ازدياد اعتمادهم على أنفسهم في تعلمهم جعلهم أكثر واعياً وإدراكاً للمعارف العلمية الصحيحة المرتبطة بالأداء والمعرفة.

ويتفق مع ما اشار اليه الباحث في دور السقالات التعليمية في تحسين عملية التعلم كل من

Sing & Apore. ، (٢٥) .Websters, s (٢٠) Azih. Nonye & Nwosu
(٢٤)M Doering, A. & Veletsianos, G (٢١) من خلال دور السقالات التعليمية

الاجيبي في التعليم وانجاز مهمة المتعلم بنجاح من خلال الدعم المستمر الذي يتلقاه من المعلم لتقليل الفجوة بين متطلبات المهمة ومستوى المهارة لدى المتعلم وذلك من خلال الخطوات والمهام الذي ينظمها المعلم حيث يتم تدريج المهمة من السهولة الى الصعوبة واعطاء المتعلم التغذية الراجعة للتعلم بشكل مستمر ودعم المتعلم بمحتوى تعليمي متنوع ، كما أن زيادة مسؤوليات المتعلم وكذلك الممارسة المستقلة وفق الخطة والبرنامج لها دور فعال ، بجانب كون السقالات التعليمية تقلل من حالات الاحباط والفشل لدى المتعلمين وتعطي الطالب الفرصة للتميز والابداع .

واتفق مع ما توصل اليه الباحث نتائج كل من شيماء مصطفى عبدالله علي (١٠) في ان استخدام الدعائم التعليمية كان له تاثير ايجابي على الصلابة النفسية ومستوى الاداء الفني والرقمي للمجموعة التجريبية لسباق ١٠٠ متر حواجز ، ونتائج عمرو صابر حمزة ، محمد جمعة ضوي (١٢) في أن السقالات التعليمية كان لها اثر ايجابي على تحسين بعض المهارات في رياضة المبارزة و تحسين التفكير .

كما يرى الباحث أن تفوق المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في الأداء المهاري والمعرفي لسباحة الفراشة في أن البرنامج التعليمي المقترح كان مدعم بأنشطة الذكاءات المتعددة حيث أن كل ذكاء يحتوي على أنشطة متعددة ومتنوعة وذلك لمراعاة الاختلافات بين الطلاب ومخاطبة ذكاء كل طالب من الاتجاه الذي يناسبه ، كما أن أنشطة الذكاءات المتعددة تتميز بعنصر التشويق والإثارة والتي شملت العصف الذهني وأسلوب القصص والمناقشات والوسائط وعرض الفيديوهات والصور والتفكير في حل المشكلات وتقييم الزملاء ولعب الدور والعديد من الأنشطة المرتبطة بالذكاءات المتعددة المستخدمة في البرنامج التعليمي المقترح مما عمل على زيادة قدرة الطالب على التصور والتفكير واستحضار المهارات و الصورة العقلية لها ومنع تشتت فكرها وبذلك يتم التركيز فيها بصورة افضل وأداء المهارات المطلوبة والاستجابات بشكل صحيح وهذا افتقده المجموعة الضابطة التي شمل برنامجها علي الطريقة التقليدية في التعلم والذي يبذل فيها جهد كبير في توصيل المعلومات للطالب وسردها عليه لفظياً .

ويتفق مع ما اشار اليه الباحث في أهمية الذكاءات المتعددة واستغلالها لدى المتعلمين لانجاح عملية التعلم كل من عفاف أحمد عويس (١١) ، راضي محمد الوقفي (٦) ، حمد سعد محمد عبدالله (١٧) في ان البرامج التعليمية التي تعتمد على مخاطبة الذكاءات المتعددة لدى المتعلمين كون الذكاء قدرة عقلية لا يتحقق النجاح في التعليم بدونها هي الأقدر على الاحتفاظ بالمتعلم

داخل العملية التعليمية حيث أن الذكاءات المتعددة قد احدثت تغييرا في طرق التعليم الغير تقليدية لانها راعت الفروق الفردية بين المتعلمين والنظر لهم في انهم يمتلكون قدرات مختلفة متميزة تختلف من فرد لأخر، الأمر الذي يتطلب أن تتسجم الأساليب التدريسية معها من خلال التركيز على جوانب القوة وتنميتها لديهم فأصبح كل متعلم يتعلم وفقاً لنسبة ذكاؤه وبالتالي زادت القدرة على اكتساب خبرات جديدة من خلال استغلال حواس الذكاء القوية لدى المتعلم.

واتفق مع ما توصل اليه الباحث نتائج كل من حسام السيد (٤) في أن أنشطة الذكاءات المتعددة كان لها تأثير إيجابي في تنمية المهارات النفسية ومستوى أداء المهارات الأساسية في المباراة، ونتائج وائل مبروك (١٨) في أن أنشطة الذكاءات المتعددة كان لها تأثير إيجابي على أداء اللكمة الجانبية والصاعدة، ونتائج محمد رخا (١٦) في أن اكثر الذكاءات المناسبة للسباحات الأربع هي الذكاء المنطقي واللغوي والجسمي ، ونتائج ماجد إبراهيم (١٥) أن الذكاءات المتعددة لها تأثير إيجابي في تعلم سباحة الزحف الأمامية .

وقام الباحث بإجراء دراسة سابقة في (٢٠١٩)(١) وضح فيها اثر استخدام نظام إدارة التعلم الإلكتروني (البلاك بورد) على مستوى أداء الطلاب في مقرر سباحة -٢ الذى يتضمن سباحة الفراشة كمهارة عملية وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج المقترح باستخدام نظام إدارة التعلم الإلكتروني البلاك بورد كان له تأثير فعال على تعلم سباحة الفراشة والتحصيل المعرفي لمقرر سباحة -٢. بينما أظهرت نتائج الدراسة الحالية إلى تحسن ملحوظ في درجات الجانب المهاري للمجموعة التجريبية عن الدراسة السابقة لسباحة الفراشة ويرجع الباحث ذلك إلى أن الدراسة الحالية اهتمت بشكل أكبر بالعمل الجماعي ومشاركة الطلاب في تعليم بعضهم البعض وتحمل جانب من مسؤولية تعلمهم، كما أن توظيف أنشطة الذكاءات المتعددة مع السقالات التعليمية كان لها دور كبير في تحسن الأداء المهارى حيث تم مخاطبة ذكاءات الطلاب من خلال استخدام أنشطة متنوعة كان له دور فعال في تقييم الطلاب لزملائهم بالإضافة إلى التغذية الراجعة المستمرة التي يقدمها الباحث بشكل مستمر واستخدام الوسائط المتعددة في عملية التعلم.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث القائل: توجد فروق دالة إحصائية في القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى المهاري لسباحة الفراشة والتحصيل المعرفي ولصالح المجموعة التجريبية. وهذا ما أثبتته النتائج التي توصل اليها البحث

الاستنتاجات :

- في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :
- 1- البرنامج المقترح باستخدام السقالات التعليمية المدعومة بالحاسب الآلي وبعض أنشطة الذكاءات المتعددة له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري وتحسين مستوى التحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية قيد البحث.
 - 2- الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) ساهمت في تحسين الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمجموعة الضابطة قيد البحث.
 - 3- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي قيد البحث مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح علي تحسين الأداء المهاري والجانب المعرفي لسباحة الفراشة.

التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث والاستنتاجات التي توصل إليها، يوصى الباحث بما يلي
- 1- استخدام البرنامج المقترح في تعليم باقي السباحات.
 - 2- ضرورة تدريب المعلمين على استخدام طريقة السقالات التعليمية وأنشطة الذكاءات المتعددة لما لها من أهمية في تعليم السباحة
 - 3- يجب على المعلمين عدم التقيد بالطرق التقليدية في التعلم واستخدام الطرق الحديثة في تعليم السباحة والمهارات العملية والنظرية الأخرى.
 - 4- الاهتمام بالتنوع في طرق التدريس واختيار أنشطة الذكاءات المتعددة تبعاً لقدرات وميول المتعلمين.
 - 5- الاستعانة بجهود المتخصصين في تنفيذ السقالات التعليمية ودعمها بالذكاءات المتعددة

المراجع :

- 1- أحمد عيد عدلي (٢٠١٩):- أثر تفعيل نظام ادارة التعلم الالكتروني (البلاك بورد) على مستوى اداء طلاب مقرر سباحة ٢ واتجاههم نحو استخدام البلاك بورد ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ،مج (٨٦) جزء ثاني.
- 2- توفيق مرعي، محمد الحيلة (١٩٩٩):- طرق تدريس العامة، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- 3- جابر عبد الحميد جابر(٢٠٠٣) :- الذكاءات المتعددة والفهم (تنمية - تعميمات) ، دار الفكر العربي، القاهرة.

- ٤- حسام السيد محمد (٢٠١٥) :- تأثير استخدام بعض أنشطة الذكاءات المتعددة على تنمية المهارات النفسية وتعلم المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة بسلاح الشيش ،المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ، ع (٧٥).
- ٥- حسن زيتون : رؤية جديدة في التعليم والتعلم الإلكتروني المفهوم - القضايا - التطبيق - التقييم . الرياض: الدار الصولتية للتربية، ٢٠٠٥.
- ٦- راضي محمد الوقفي (٢٠٠٣) :- مقدمة صعوبات التعلم : النظرية والتطبيق،الأردن، منشورات كلية الاميرة ثروت.
- ٧- زين بن حسن رداوي (٢٠٠٢) :- المعتقدات الدافعية واستراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم في علاقتهما بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مدارس منارات المدينة المنورة ، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق ع (٤١).
- ٨- زينب حمزة راجي (٢٠١٦) :- اثر استراتيجيات السقالات التعليمية و (swom) في تحصيل مادة طرق التدريس والتفكير عالي الرتبة لدى طلبة كلية التربية ، مجلة الاستاذ ، المجلد الثاني ، العدد ٢١٨.
- ٩- سميرة عرابي (٢٠١٧) :- السباحة تعليم، تدريب، تنظيم ، عمان دار امجد للنشر والتوزيع.
- ١٠- شيماء مصطفى عبدالله علي (٢٠١٧): فاعلية استخدام استراتيجية الداعم التعليمية على الصلابة النفسية ومستوى الاداء الفني والرقمي لسباق ١٠٠ متر حواجز ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ، ع ٢.
- ١١- عفاف أحمد عويس (٢٠٠٨) :- تأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة (رصد الواقع واستشراف المستقبل)، المؤتمر الدولي السادس ، جامعة القاهرة معهد الدراسات التربوية.
- ١٢- عمرو صابر حمزة ، محمد جمعة ضوي (٢٠١٨) : تأثير استراتيجيات السقالات التعليمية البنائية على التفكير الابتكاري وتعلم بعض المهارات الأساسية في المباريات لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ، ع ١.
- ١٣- فايذة السيد ، مها حفني ، محمد عبد الحافظ (٢٠١٩):- استخدام استراتيجيات السقالات التعليمية في تدريس التاريخ لتنمية بعض مفاهيم الوعي الانتخابي لدى تلاميذ الصف الثاني الاعدادي ، كلية التربية جامعة اسيوط ، مج ٣٥ ، ع ١٠.

- ١٤- فتحي عبد الحميد عبد القادر، السيد محمد ابوهاشم (٢٠٠٧) :- البناء العاملي للذكاء في ضوء تصنيف جاردرن وعلاقته بكل من فعالية الذات وحل المشكلات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ع (٥٥).
- ١٥- ماجد محمود ابراهيم (٢٠١٨) :- اثر برنامج باستخدام بعض انواع الذكاءات المتعددة لتحسين مستوى التحصيل المهاري في سباحة الزحف الامامية لدى طلاب ذوي صعوبات التعلم بكليات التربية الرياضية ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان ، مج (٥١).
- ١٦- محمد حسن رخا، محمد حسين عزت (٢٠١٦) :- نسبة مساهمة الذكاءات المتعددة في طرق اداء السباحة ، المجلة الاوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة ، الاكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة ، ج(٦) ، ع (٧).
- ١٧- حمد سعد محمد عبدالله (١٩٨٢) :- الشخصية والقدرات العقلية، دراسة في مجال التربية البدنية ،دار الاصلاح، السعودية.
- ١٨- وائل مبروك ابراهيم (٢٠١٦) :- تأثير برنامج تعليمي باستخدام بعض أنشطة الذكاءات المتعددة على مستوى أداء اللكمات الجانبية والصاعدة لدى طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها ،المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان، ع (٧٨).
- ١٩- An, Y. & Cao, L.(٢٠١٤) : **Examining the Effects of Meta Cognitive Scaffolding on Students Design Problem Solving and Meta Cognitive Skills in an Online Environment.** , MERLOT Journal of Online Learning and Teaching, V. (١٠),N.(٤), December.
- ٢٠- Azih. Nonye & Nwosu B.O. (٢٠١١). **Effect of Instructional Scaffolding on the Achievement of Male and female Students In financial Accounting in Secondary Schools in Abakalik : Urban of Ebonyi stat, Nigeria** Current Research journal of Social Sciences , ٣(٢).
- ٢١- Doering, A. & Veletsianos, G. (٢٠٠٧). **Multi-Scaffolding Environment: An Analysis of Scaffolding and Its Impact on**

- Cognitive Load and Problem-Solving Ability.** Journal of Educational Computing Research, ٣٧(٢), ١٠٧-١٢٩
- ٢٢- Gardner , H (٢٠٠٥) " **Las cinco ments del future:** Un ensayo educativo. Paidos Asterico.
- ٢٣- Pearcy ,A. (٢٠٠٩). Finding the Perfect Blend: **A Comparative Study of Online Face-To-Face and Blended Instruction.** University Of North Texas.
- ٢٤- Sing & Apore. M.(٢٠٠٩).**Frame work for project work** , retrieved from www.moe.gov.sg/jan.
- ٢٥- Websters, s. (٢٠١٠). **Wisdom and positive psychosocial values in young** Adult hood journal Adult development , ١٧ .

ملخص للبحث

اسم البحث

فعالية دمج أطفال ذوى الإحتياجات الخاصة الصم والبكم مع أقرانهم من الأسوياء لتعلم بعض مهارات رياضة الكاراتيه

اسم الباحث أحمد يوسف عبدالرحمن أحمد

التخصص الدقيق : الكاراتيه

اسم الكلية التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني: ahmed.ahmed@fped.bu.edu.eg

هدف البحث : يهدف البحث إلي التعرف على مدى فعالية دمج الأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة فئة الصم والبكم مع أقرانهم من الأسوياء لتعلم بعض مهارات رياضة الكاراتيه

المنهج المستخدم: التجريبي

عينة البحث وخصائصها : قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أطفال مدرسة الامل للصم والبكم ببنها والبالغ عددهم ٤٠ طفل من المرحلة السنية (١٠-١٢) سنة تم تقسيمهم الى ٢٠ طفل كعينة اساسية و ٢٠ طفل للتجارب الاستطلاعية.

اهم الاستنتاجات : البرنامج له تأثير إيجابي وفعال في زيادة درجة التقبل الاجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين سمعيا

- البرنامج له تأثير إيجابي وفعال في تعديل السلوك العدوانى للمعاقين سمعيا
- البرنامج التعليمى له تأثير إيجابي وفعال في تعديل نسبة السلوك العدوانى اللفظى لدى عينة البحث الأساسية (المعاقين سمعيا)

Search Name : Effectively integrating deaf and dumb children with special needs with their normal peers to learn some karate skills

Researcher Name ahmed yousif abdelrahman ahmed

Faculty Name : Faculty of Physical Education

University Name : Banha

Name of the country : Egypt

E-mail : ahmed.ahmed@fped.bu.edu.eg

Research objective: The research aims to identify the effectiveness of integrating children with special needs deaf and dumb class with their normal peers to learn some karate skills

The methodology used: experimental

The research sample and its characteristics: The researcher randomly selected the research sample from the children of the Hope School for the Deaf and Dumb in Benha, who numbered ٤٠ children from the age group (١٠-١٢) years. They were divided into ٢٠ children as a basic sample and ٢٠ children for exploratory experiments.

The most important conclusions: The program has a positive and effective impact in increasing the degree of social acceptance of the misfits towards the hearing impaired

- The program has a positive and effective impact in modifying the aggressive behavior of the hearing impaired
- The educational program has a positive and effective impact in modifying the rate of verbal aggressive behavior among the main sample of the study (hearing impaired)

فعالية دمج أطفال ذوى الإحتياجات الخاصة الصم والبكم مع أقرانهم من الأسوياء لتعلم بعض مهارات رياضة الكاراتيه

* أ.م.د/ أحمد يوسف عبدالرحمن أحمد

مقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر مشكلة فئات ذوي الاحتياجات الخاصة مشكلة هامة جداً تحتاج إلي البحث والدراسة وقد لاحظ الباحث من خلال دراسته بدبلوم التربية الخاصة وجود بعض المشكلات الإجتماعية والنفسية التي تحتاج إلي بحث ودراسة للوصول إلي حلول ونتائج لخدمة المجتمع. وتعد مشكلة التواصل بالنسبة لفئة الصم والبكم مع المجتمع الآخر مشكلة هامة جداً فبدون التواصل يشعر الفرد بالعزلة والوحدة وسط المجتمع المحيط مما يتسبب في وجود مشكلات نفسية ومظاهر سلوكية مثل العدوانية والانطوائية مما يلح علي البحث والعلم لحل هذه المشكلات.

وتعد النظرة الدونية وعدم الدراية الواعية ببيكولوجية هذه الفئات ونظرة المجتمع الدونية لهذه الفئات سواء كانت شفقة أو استنكار هي أحد العوامل الهامة المسببة لهذه الاضطرابات السلوكية لذوي الاحتياجات الخاصة. لذلك استخدم الباحث برامج تعليمية للدمج بين ذوي الاحتياجات الخاصة سمعياً مع أقرانهم من العاديين من أجل تقبل المجتمع لهذه الفئات. ولتعديل السلوكيات لذوي الاحتياجات الخاصة سمعياً.

ويذكر **شاكر قنديل** إن مقدار اجتماعية الفرد تعتمد بدرجة كبيرة علي قدراته علي التواصل مع الآخرين، ويتطلب تمايز الذات قدرة الفرد علي افتراق الذات عن الآخر، وفي نفس الوقت يعني قدرته علي تحقيق العلاقة بين الفرد والآخر وتعتبر اللغة مهمة جداً من أجل تمايز الذات، وذلك أنه بدون لغة تصبح معرفة شعور الآخرين أمراً صعباً، لأن الطفل الأصم يعجز عن تقدير انفعالات الآخرين، لذا فهو يجنح إلي التمركز حول ذاته. (٥ : ٢٩)

وبشير **عبد المطلب أمين القريطي** علي أن هناك دراسات طبقت فيها قائمة **براون للشخصية Brown Personality Inventory** علي عينات من الأطفال تتراوح أعمارهم بين (١٢ و ١٦) عاماً، وأسفرت نتائجها عن أن الأطفال الصم يعانون من الأعراض العصبية كما تشير النتائج أيضاً إلي أن المعوقين سمعياً يتصفون بالانطوائية والعدوانية ويعانون من الشعور

* أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

بالقلق والإحباط والحرمان والتمركز حول الذات، الإندفاعية والتهور وعدم القدرة علي ضبط النفس وانخفاض مستوى النضج الإجتماعي وسوء التوافق الشخصي والإجتماعي. (٦ : ١٢)
وتؤكد **حنان شبارة** علي أن الأطفال الذكور والإناث الصم بمرحلتي الطفولة الوسطي والمتأخرة أن المشكلات السلوكية لديهم جاءت مرتبة بحسب شيوعها- من وجهة نظر معلمهم علي النحو التالي: الاندفاعية وعدم التروي وسلوك عدم الثقة في الآخرين، الإضطرابات الإنفعالية وسلوك التمرد والعصيان، والسلوك المضاد للمجتمع والسلوك المدمر والعنيف، كما أوضحت وجود فروق دالة إحصائية بين البنين والبنات الصم في كل سن السلوك المدمر والعنيف، والسلوك المضاد للمجتمع. (٤٤:٣)

هدف البحث:

يهدف البحث إلي التعرف على مدى فعالية دمج الأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة فئة الصم والبكم مع أقرانهم من الأسوياء لتعلم بعض مهارات رياضة الكاراتيه من خلال :

- تحديد مستوى العدوانية لدي عينة البحث من المعاقين سمعياً.
- تحديد مستوى التقبل الاجتماعي لدي عينة البحث من الأسوياء تجاه المعاقين سمعياً.
- تصميم برنامج تعليمي لدمج المعاقين سمعياً مع أقرانهم من الأسوياء .
- تحديد مستوى العدوانية لدي عينة البحث من المعاقين سمعياً بعد تطبيق البرنامج.
- تحديد مستوى التقبل الاجتماعي لدي عينة البحث من الأسوياء تجاه المعاقين سمعياً بعد البرنامج.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في (زيادة التقبل الاجتماعي) للأسوياء تجاه المعاقين سمعياً.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في خفض السلوك العدواني لدي المعاقين سمعياً.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي البعدي لمجموعة واحدة نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أطفال مدرسة الامل للصم والبكم ببنها والبالغ عددهم ٤٠ طفل من المرحلة السنوية (١٠-١٢) سنة تم تقسيمهم الى ٢٠ طفل كعينة اساسية و ٢٠ طفل للتجارب الاستطلاعية.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في متغيرات النمو للعينة الأساسية
 $n = 20$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	١١,١٠	١١,٠٠	٠,٩١	٠,٢١
الذكاء	درجة	٣٨,٤٠	٣٩,٥٠	٤,٣٥	٠,٢٨

يتضح من جدول (١) أن معامل الالتواء ينحصر بين ± 3 حيث انحصرت قيمته بين (٠,٢١ : ٠,٢٨) مما يدل على تجانس العينة في متغيرات السن والذكاء.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

استخدم الباحث مقياس السلوك العدواني للأطفال المعاقين سمعياً من إعداد إبراهيم احمد محمد عطية وذلك بمحاورة الأربعة (العدوان اللفظي - العدوان البدني - العدوان على الممتلكات - العدوان الموجة نحو الذات) وكان وصف المقياس كالاتي :-

يتكون المقياس من ٤٨ عبارة أمام كل عبارة ثلاثة إختيارات هي (نعم - أحيانا - لا) يضع الطفل أمام كل عبارة علامة صح حسب ما يتفق مع وجهة نظره .

- مقياس التقبل الاجتماعي للأطفال الأسوياء تجاه المعاقين سمعياً (إعداد الباحث)
 الدراسات الاستطلاعية

- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجري الباحث دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٨/١٠/٢٠١٧ م إلي ٢٩/١٠/٢٠١٧ م وقام الباحث فيها بالآتي.

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث وتم إختيار ١٠ أطفال بالطريقة العشوائية

جدول (٢)

تجانس أفراد العينة الاستطلاعية لمقياس التقبل الاجتماعي للاسوياء تجاه المعاقين سمعياً

ن=١٠

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	١١,٢٠	١١,٠٠	٠,٨٧	٠,٤٠
الذكاء	٣٨,٢٠	٤٠,٠٠	٥,٩٥	٠,١٩

يتضح من الجدول أن درجات معامل الالتواء قد انحصرت بين (± 3) مما يدل على ان عينة البحث تخلو من عيوب التوزيع الاعتدالي مما يدل على تجانسهم في تلك المتغيرات.

- الدراسة الاستطلاعية الثانية

أجري الباحث دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٠١٧/١١/٤ م إلي ٢٠١٧/١١/٦ م

وقام الباحث فيها بالآتي:

قام الباحث باختيار ١٠ أطفال مقسمين إلى ٥ أطفال ذوى إحتياجات خاصة فئة الصم

و٥ أطفال أسوياء وذلك بهدف :

- التأكد من مناسبة المهارات لعينة البحث
- التأكد من فهم واستجابة الأطفال لهذه المهارات.
- مدى ملائمة التقسيم الزمني للوحدة التعليمية.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- وقد أسفرت نتيجة الدراسة الاستطلاعية على ما يلي :
- فهم واستجابة الأطفال عينة البحث للمهارات المختارة
- مناسبة التوزيع الزمني للوحدة التعليمية
- صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة

جدول (٣)

معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني

ن = ٤٠

م	أبعاد مقياس السلوك العدواني	معامل الثبات
١	العدوان اللفظي	٠٠,٨٦٣
٢	العدوان البدني	٠٠,٩٢٤
٣	العدوان على الممتلكات	٠٠,٩٥٦
٤	العدوان الموجة نحو الذات	٠٠,٨٥٧
	المجموع الكلي للمقياس	٠٠,٩٨٦

** دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني لأبعاد مقياس السلوك العدواني والدرجة الكلية مما يدل على ثبات المقياس . ويؤكد ذلك صلاحية مقياس السلوك العدواني لقياس السمة التي وضع من أجلها .

جدول (٤)

صدق الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس السلوك العدواني

ن = ٤٠

العدوان الموجة نحو الذات		العدوان على الممتلكات		العدوان البدني		العدوان اللفظي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠٠,٨٧٠	١	٠٠,٨٤١	١	٠٠,٧٨٥	١	٠٠,٧٠١	١
٠٠,٧١٧	٢	٠٠,٧٦٥	٢	٠٠,٧٠٦	٢	٠٠,٧٩٨	٢
٠٠,٨٠٩	٣	٠٠,٧٦٢	٣	٠٠,٧١٠	٣	٠٠,٧١٥	٣
٠٠,٧٦٢	٤	٠٠,٨٧١	٤	٠٠,٧٦٣	٤	٠٠,٨٠٠	٤
٠٠,٧٩٧	٥	٠٠,٧١٢	٥	٠٠,٨٥٢	٥	٠٠,٨٢٢	٥
٠٠,٧٤٧	٦	٠٠,٧٨٣	٦	٠٠,٧١١	٦	٠٠,٧٤١	٦
٠٠,٧٣٢	٧	٠٠,٧٥١	٧	٠٠,٧٧٤	٧	٠٠,٧٦٣	٧
٠٠,٧٤٣	٨	٠٠,٧٢٧	٨	٠٠,٧٥٢	٨	٠٠,٧٥٢	٨
٠٠,٧٣٦	٩	٠٠,٧٣٣	٩	٠٠,٧٦٣	٩	٠٠,٧٢١	٩
٠٠,٨٠١	١٠	٠٠,٧٣٩	١٠	٠٠,٧٠٢	١٠	٠٠,٨١٣	١٠
٠٠,٧٩٤	١١	٠٠,٨٠٥	١١	٠٠,٧١٤	١١	٠٠,٧٧٧	١١
		٠٠,٧١١	١٢	٠٠,٧٢١	١٢	٠٠,٧٥٢	١٢
		٠٠,٧٤١	١٣				
٠٠,٧٧٢	المجموع	٠٠,٨٢٣	المجموع	٠٠,٨٠٧	المجموع	٠٠,٨٦٣	المجموع

مستوي الدلالة عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه . وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ، الأمر الذي يشير الى صدق المقياس وصلاحيته لقياس الأهداف التي وضع من أجلها .

البرنامج التعليمي :

- قام الباحث بمجموعة من المراحل قبل وأثناء وبعد تصميم البرنامج التعليمي وهي:
 - الاطلاع علي العديد من الدراسات والبحوث العلمية المرتبطة والمشابهة وذلك بهدف الإلمام بكيفية بناء وإعداد البرامج التعليمية
 - تحديد المهارات ومحتوى البرنامج والذي يتناسب مع طبيعة عينة البحث
 - تحديد مواعيد بدء البرنامج وزمن الوحدة ومكوناتها وعدد الوحدات في الأسبوع
 - تهيئة الأطفال المعاقين والأسوياء الذين تتراوح أعمارهم من ١٠:١٢ سنة إلى عملية الدمج وذلك بإدخال عنصر التشويق والمرح وجذب حماسهم واستثارة دافعيتهم من خلال بعض مهارات رياضة الكاراتيه
 - زيادة درجة التقبل الإجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين سمعيا
 - خفض أو تعديل السلوك العدوانى لدى المعاقين سمعيا

بناء البرنامج التعليمي

مكونات البرنامج التعليمي

إشتمل البرنامج علي مجموعة من المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه ومجموعة من الجلسات لتعديل الأفكار والسلوكيات الخاطئة.

مدة البرنامج

- مدة تنفيذ البرنامج ٦ أسابيع.
- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع ٢ وحده.
- إجمالي عدد الوحدات ١٢ وحدة .
- زمن الوحدة التعليمية ٥٠ دقيقة .

كيفية تنفيذ البرنامج

- تم الاستعانة باحثة من قسم الصحة النفسية وتعمل مدرسة بمدرسة الصم والبكم وتحيد لغة الإشارة لمساعدة الباحث فى تطبيق البرنامج.
- تم الاستعانة بمدرس التربية الرياضية بمدرسة الصم والبكم لمساعدة الباحث.

الدراسة الأساسية:

القياس القبلي:

قام الباحث بإجراء القياس القبلي لمقياس السلوك العدواني بمحاورة الأربعة (العدوان اللفظي - العدوان البدني - العدوان على الممتلكات - العدوان الموجة نحو الذات) في يوم ٢٠١٧/١١/٨ م ، ومقياس التقبل الاجتماعي للأسوياء في يوم الأحد الموافق ٢٠١٧/١١/٩ م .
تطبيق تجربة البحث الأساسية:

قام الباحث بتطبيق البرنامج على عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من ٢٠١٧/١١/١١ م إلى ٢٠١٧/١٢/٢٠ م وتم تطبيق البرنامج التعليمي لفترة (٦) أسابيع بواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً وزمن كل وحدة (٥٠) ق بواقع (١٢) وحدة.
القياس البعدي :

قام الباحث بإجراء القياس البعدي في الفترة من ٢٤:٢٣/١٢/٢٠١٧ م
المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية الآتية :

* المتوسط الحسابي * الوسيط * الانحراف المعياري * معامل الالتواء

* معامل الارتباط * نسبة التحسن * اختبارات

مناقشة وعرض النتائج وتفسيرها
عرض النتائج:

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في مقياس التقبل الاجتماعي
بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الأسوياء

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغير
	ع	س	ع	س	
٨,١٤	٤,٣٠	٤٦,٩٠	٤,٩٨	٢٩,٢٠	التقبل الاجتماعي

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٢,٢٦ = ٠,٠٥

يتضح من الجدول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لمجموعة الأسوياء في زيادة التقبل الاجتماعي تجاه المعاقين سمعياً

جدول (٦)

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في مقياس لتقبل الاجتماعي لمجموعة الأسوياء

المتغير	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن %
	س	ع	س	ع		
التقبل الاجتماعي	٢٩,٢٠	٤٦,٩٠	١٧,٧	٦٠,٦١		

يتضح من الجدول أن هناك تحسناً مئوي بين متوسطي القياسين (القبلي والبعدي) لمتغير التقبل الاجتماعي لمجموعة الأسوياء.

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في مقياس العدوانية بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة المعاقين سمعياً

الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	س	ع	س	ع		
العدوان الفظي	٣١,١٠	٢,١٣	١٨,٥٠	٤,١٧	١٢,٦	١٠,٥٤
العدوان البدني	٣٥,٤٠	٢,٢٢	٢٠,٣٠	٣,٦٥	١٥,١	١٣,٢٤
العدوان على الممتلكات	٢٦,٢٠	٤,٠٧	١٥,٨٠	٢,٦٥	١٠,٤	٦,٢٦
العدوان نحو الذات	٢١,٧٠	١,٧٠	١٥,٦٠	٣,٧٧	٦,١	٤,٠٠
مج	١١٥,٤٠	٨,١١	٧,٢٠	١١,٦٦	٤٥,٢	٩,٧٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $٢,٢٦ = ٠,٠٥$

يتضح من الجدول أن هناك فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لمجموعة المعاقين سمعياً انخفاض درجة العدوانية

جدول (٨)

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في مقياس العدوانية لمجموعة المعاقين سمعياً

نسبة التحسن	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي	القياس القبلي	الأبعاد
		س	س	
%٤٠,٥١	١٢,٦	١٨,٥٠	٣١,١٠	العدوان اللفظي
%٤٢,٦٥	١٥,١	٢٠,٣٠	٣٥,٤٠	العدوان البدني
%٣٩,٦٩	١٠,٤	١٥,٨٠	٢٦,٢٠	العدوان على الممتلكات
%٢٨,١١	٦,١	١٥,٦٠	٢١,٧٠	العدوان نحو الذات
%٣٩,١٦	٤٥,٢	٧,٢٠	١١٥,٤٠	مج

يتضح من الجدول أن هناك تحسن مؤي بين القياسين (القبلي والبعدي) لمتغير العدوانية لمجموعة المعاقين سمعياً ، حيث أشارت النتائج إلى أن أعلى نسبة تحسن مؤي جاءت في متغير العدوان البدني بنسبة (٧٤,٣٨) وأقل نسبة تحسن مؤي جاءت في متغير العدوان نحو الذات بنسبة (٣٩,١٠)

جدول (٩)

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في المهارات قيد البحث

نسبة التحسن	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي	القياس القبلي	المهارات
		س	س	
٤٢,٣٠	٢,٢	٧,٤	٥,٢	الجيدان براى
٣٤,٨٤	٢,٣	٨,٩	٦,٦	أوى - زوكى
٤٩,٠٩	٢,٧	٨,٢	٥,٥	كياجى - زوكى
٢٩,٧٨	١,٤	٦,١	٤,٧	ماى - جبرى

مناقشة وتفسير النتائج :

في ضوء مشكلة البحث والهدف منة والإجراءات المستخدمة والعينة المختارة وما تم التوصل إليه من نتائج وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة يتضح ما يلي :

فقد أظهرت نتائج جدول (٥) ، (٦) وذلك لمتغير التقبل الاجتماعي ودلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي والبعدي) ونسبة التحسن ، أن قيم المتوسط الحسابي في القياس القبلي بلغت (٢٩,٢٠) وفي القياس البعدي بلغت (٤٦,٩٠) بنسبة تسحن بين القياسين القبلي والبعدي بلغت (٦٠,٦١) %

ويعزز الباحث هذا التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمقياس التقبل الاجتماعي إلي التأثير الايجابي للبرنامج التعليمي في زيادة درجة التقبل الاجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين سمعياً

وهذا يتفق مع ما أشار إليه إسماعيل بدر (٢٠٠٤م) أن الدمج يقصد به مشاركة الأطفال المعاقين سمعياً مع الأطفال العاديين في الأنشطة المدرسية والرياضية بهدف زيادة فرص التفاعل الاجتماعي بينهم . (١ : ١١)

وأكد أيضا عمرو رفعت (٢٠٠٠م) على فاعلية عملية الدمج في تحسين التوافق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع وذلك من خلال النقاط الآتية :

١-تهيئة الطفل العادي للتعامل مع زميلة ضعيف السمع.

٢-تعديل الاتجاهات السلبية لدي أفراد المجتمع العاديين.(٧ : ١٩)

وبذلك يتحقق الفرض الأول القائل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في زيادة التقبل الاجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين سمعياً حيث كان للبرنامج تأثير فعال في زيادة التقبل الاجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين من خلال تعديل الأفكار والاتجاهات السالبة للأسوياء تجاه المعاقين وللمعاقين تجاه الأسوياء .

وقد أظهرت نتائج جدول (٧) ، (٨) وذلك لمتغير السلوك العدواني بمحاورة الأربعة (العدوان اللفظي - العدوان البدني - العدوان على الممتلكات - العدوان الموجه نحو الذات)

ودلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي والبعدي) ونسبة التحسن بين القياسين ، ان قيم المتوسط الحسابي لمتغير العدوان اللفظي في القياس القبلي بلغت (٣١,١٠) وفي القياس البعدي بلغت (١٨,٥٠) وبنسبة تحسن بين القياسين بلغت (٨٦,١٠) % ، و قيم المتوسط الحسابي لمتغير العدوان البدني في القياس القبلي بلغت (٣٥,٤٠) وفي القياس البعدي بلغت (٢٠,٣٠) وبنسبة تحسن بين القياسين بلغت (٧٤,٣٨) % ، و قيم المتوسط الحسابي لمتغير العدوان على الممتلكات في القياس القبلي بلغت (٢٦,٢٠) وفي القياس البعدي بلغت (١٥,٨٠) وبنسبة تحسن بين القياسين بلغت (٦٥,٨٢) % ، و قيم المتوسط الحسابي لمتغير

العدوان نحو الذات في القياس القبلي بلغت (٢١,٧٠) وفي القياس البعدي بلغت (١٥,٦٠) ونسبة تحسن بين القياسين بلغت (٣٩,١٠%)

ويعزز الباحث هذا التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمقياس السلوك العدواني بمتغيراته الأربعة إلى التأثير الإيجابي للبرنامج في تعديل السلوك العدواني عند الأطفال المعاقين سمعياً وهذا يتفق مع ما أشار إليه حسين فايد (٢٠٠٤) نقلاً عن فرويد أنه ينظر للعدوان باعتباره منشأً داخلياً، وضغط مستمر يتطلب التفرغ (التنفيس)، وهنا نجد أن الحاجة إلى تفرغ العدوان قد يتغلب على الضوابط الدفاعية التي تكبحه عادة (٤ : ١٣) وما أشار إليه إسماعيل بدر (٢٠٠٤) نقلاً عن أيمن المحمدي أنه استخدم السيودراما والمسرح المدرسي لتعديل السلوك العدواني لدى الطفل الأصم (١ : ١٧)

ويتضح من نتائج جدول (٩) أن نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لمهارة الجيدان برأى قد بلغت (٤٢,٣٠%) ومهارة أوى - زوكى قد بلغت (٣٤,٨٤%)، وكذلك بالنسبة لمهارة كياجى زوكى قد بلغت (٤٩,٠٩%)، ولمهارة ماى - جبرى قد بلغت (٢٩,٧٨%) . وبذلك يتحقق الفرض الثاني القائل بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين سمعياً حيث كان للبرنامج تأثير فعال في خفض درجة العدوانية للمعاقين سمعياً من خلال تعديل الأفكار والاحتكاك المباشر مع الأقران الأسوياء مما ساهم في التخلص من السلوكيات والأفكار السلبية للمعاقين سمعياً وإدخال أفكار وسلوكيات إيجابية مرغوب فيها وزيادة ثقة الطفل المعاق في ذاته.

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات

في ضوء هدف البحث وفروضه ومن خلال المعالجات الإحصائية ومناقشة النتائج يمكن للباحث استخلاص ما يلي :

- البرنامج له تأثير إيجابي وفعال في زيادة درجة التقبل الاجتماعي للأسوياء تجاه المعاقين سمعياً
- البرنامج له تأثير إيجابي وفعال في تعديل السلوك العدواني للمعاقين سمعياً
- البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي وفعال في تعديل نسبة السلوك العدواني اللفظي لدى عينة البحث الأساسية (المعاقين سمعياً)
- البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي وفعال في تعديل نسبة السلوك العدواني البدني لدى عينة البحث الأساسية (المعاقين سمعياً)

- البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي وفعال في تعديل نسبة السلوك العدواني على الممتلكات لدى عينة البحث الأساسية (المعاقين سمعيا)
- البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي وفعال في تعديل نسبة السلوك العدواني الموجة نحو الذات لدى عينة البحث الأساسية (المعاقين سمعيا)

التوصيات :

- ضرورة الاستعانة بالبرنامج لدمج المعاقين سمعيا مع أقرانهم من الأسوياء
- ضرورة الاهتمام بالأطفال المعاقين سمعيا والتدخل المبكر لتلاشي الاضطرابات السلوكية لديهم والتي منها العدوانية والتي تشكل خطر على المجتمع
- ضرورة الاهتمام بالزيارات المتبادلة بين المدارس العادية ومدارس ذوي الاحتياجات الخاصة
- ضرورة الاهتمام بالأنشطة المشتركة بين مدارس العاديين ومدارس ذوي الاحتياجات الخاصة بصورة مستمرة

المراجع :

- ١- إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٤م) : الإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر .
- ٢- أشرف أحمد عبد القادر(٢٠٠٧م) : المسؤولية الاجتماعية لوسائل الإعلام تجاه دمج المعاقين فى المجتمع ، المؤتمر العلمي الأول ، كلية التربية ، جامعة بنها ، وموضوعة التربية الخاصة بين الواقع والمأمول ١٥-١٦ يوليو ، ٢٠٠٧م .
- ٣- حنان حامد شبارة (٢٠٠٢م) :الاتجاهات المتبادلة بين الأطفال المبصرين والأطفال المكفوفين داخل بيئة مدرجة دراسة ميدانية مقارنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .
- ٤- حسين علي فايد (٢٠٠٤م) : علم النفس المرضي ، الطبعة الأولى ، مؤسسة حورس الدولية ومؤسسة طبية للنشر ، القاهرة .
- ٥- شاكر عطية قنديل (٢٠٠٩م) : سيكولوجية الطفل الأصم ومتطلبات إرشاده المؤتمر الدولي الثاني لمركز الإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، جامعة عين شمس .

- ٦- عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠١م): سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم ، دار الفكر العربي ، ط٣ ، القاهرة .
- ٧- عمرو محمد رفعت (٢٠٠٥م) : الإعاقة السمعية ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة.

ملخص للبحث

تأثير التدريب المتقطع عالي الشدة على بعض المتغيرات الفسيولوجية للاعبى كرة القدم

اسم الباحث : محمود السيد إبراهيم السيد

التخصص الدقيق : كرة قدم

اسم الكلية : التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني: mahmoud.alsayed@fped.bu.edu.eg

هدف البحث : يهدف البحث الى تصميم برنامج تدريبي بطريقة التدريب المتقطع عالي الشدة ومعرفة تأثيره على بعض المتغيرات الفسيولوجية و القدرات الهوائية لناشئى كرة القدم.

المنهج المستخدم : استخدام الباحث المنهج التجريبي وبذلك لملائته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياس القبلى والبعدى .

عينة البحث وخصائصها : يمثل مجتمع البحث ناشئى كرة القدم بمنطقة القليوبية لكرة القدم

للموسم الرياضى ٢٠١٩/٢٠٢٠ وقام الباحث بإختيار عينة عمدية من مجتمع البحث من ناشئى

كرة القدم بنادى بنها الرياضى ، والبالغ عددهم (٣٠) لاعب والمسجلين بالإتحاد المصرى لكرة

القدم ، ثم قام الباحث بإختيار عينة عمدية من مجتمع البحث بلغ عددهم (١٦) لاعب بالإضافة الى

عدد (٤) لاعبين لإجراء الدراسات الإستطلاعية وإستبعاد (٤) حراس عن القياسات والبرنامج

التدريبى و (٦) لاعبين منقطعين عن الإلتزام بفترات التدريب

اهم الاستنتاجات : أن التدريب المتقطع عالي الشدة له تأثير إيجابى على جميع المتغيرات

والفسيولوجية قيد البحث والمتمثلة فى (معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل

ضربات للقلب (%HRMAX).

أن التدريب المتقطع عالي الشدة له تأثير إيجابى على جميع القدرات الهوائية قيد البحث والمتمثلة

فى (الحد الأقصى لإستهلاك الأوكسجين النسبى - المسافة المقطوعة - الزمن الكلى للمساحات

المقطوعة) .

تأثير التدريب المتقطع عالي الشدة على بعض المتغيرات الفسيولوجية للاعبى كرة القدم *م.د/ محمود السيد إبراهيم السيد

مقدمة ومشكلة البحث

كرة القدم كمثال تطبيقي من الألعاب الجماعية التي تتميز بطابع خاص حيث يتطلب في ممارستها إلى توافر مواصفات معينة سواء مورفولوجية ، وظيفية وبدنية لا تتوفر في الأشخاص العاديين ، كما أنها تعتبر من الرياضات التي تتصف بالتغير المستمر والسريع في التوقيت والأداء الحركي .

ولقد تطورت اللعبة بشكل كبير عما كانت عليه سابقا وفرض هذا التطور على البرامج والناشئين واجبات بدنية ومهارية وخططية كثيرة ، كما أن تقارب هذه المستويات البدنية والمهارية والخططية للبراعم والناشئين قد أدى إلى صعوبة أداء بعض المهارات والواجبات أثناء المباراة ، مما دفع المدربين والباحثين والدارسين والمتخصصين والمهتمين بشئون اللعبة إلى الإهتمام بالبحوث والدراسات النظرية والتجريبية التي من شأنها تعمل على تطوير مستوى اللعبة ، وكذلك البحث عن أساليب متنوعة ومتغيرة في التدريب تساعد على تحسين مستوى الأداء والأرتقاء به للوصول إلى أعلى مستوى بدني وفني ممكن يسهم في تحقيق نتائج جيدة . (٢ : ٦٤)
ويشير **بارنس واخرون Barnes et al (٢٠١٤ م)** أن كرة القدم أصبحت اليوم أكثر تطلبا للياقة البدنية عن ما كانت تتطلبه في العقد الماضي ، حيث يحتاج لاعبي كرة القدم لتغطية أكثر من ٣٠% من مساحات الملعب بمجهود عالي الكثافة والشدة . (٨ : ١٠٩٥)

* مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه **مانولوبولوس ايفاجالوس واخرون Manolopoulos et all Evaggelos (٢٠١٢م)** أن لعبة كرة القدم تعبر رياضة تتطلب ممارستها إلى إمتلاك اللاعب كثير من القدرات مثل القدرات الهوائية والقدرات اللاهوائية بسبب طبيعة الأداء التي تتميز تلك الرياضة . (١٥ : ١٨٨)

وتلعب القدرات الهوائية دور هام في كرة القدم الحديثة وتعتبر عامل أساسى له تأثير فعال في المستوى المهارى والخططى للاعبى كرة القدم خاصة لناشئى كرة القدم حيث أن متوسط أقصى معدل لإستهلاك الأوكسجين (VO_2max) يصل الى (٥٥ - ٥٦) ملى كجم فى الدقيقة وفى بعض اللاعبين يصل قيمته إلى أعلى مستوى وهو (٨٠) ملى كجم فى الدقيقة . (١٣ : ٩٧)

ويشير كريستوس بوبادوبوليس وآخرون **Christo Papadopoulos et all** (٢٠١٢م) أن متوسط الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين ($VO_2 \max$) خلال الزمن الكلي للمباراة يصل يتراوح بين (٧٠-٧٥) ملى كجم فى الدقيقة من إجمال أقصى معدل لإستهلاك الأكسجين للاعبين، كما يشير هيلراد و آخرون (٢٠٠١م) إلى أن التحسن فى زيادة معدل الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين ($VO_2 \max$) من (٥٨,٠١) ملى كجم فى الدقيقة إلى (٦٤,٣) ملى كجم فى الدقيقة (١٥,٨%) تحسن يؤدي إلى زيادة ٢٠% تحسن فى المسافات التى يقطعها ويغطيها اللاعبين أثناء المباراة . (١٦ : ٢٠١)

ويرى مانولوبولوس ايفاجالوس **Manolopoulos Evaggelos** (٢٠١٢م) أن متغير معدل ضربات القلب (HR) يستخدم كمؤشر لتحسن التحمل الهوائى للاعبى كرة القدم . كما أن المتابعة المستمرة لمؤشر معدل ضربات القلب (HR) للاعبين يعتبر من أفضل الطرق لمتابعة تأثير الحالة الفسيولوجية للاعبين فى الفريق للطرق التدريبية المختلفة . (١٥ : ١٨٩) والتدريب الحديث عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة على وصول اللاعب إلى التكامل فى الأداء الرياضى فى كرة القدم وما يترتب على ذلك من تحقيق الهدف من عملية التدريب وهو الفوز فى المباريات . (١ : ٩)

ويشير **محمد كشك** (٢٠٠٨م) إلى أن الهدف من تدريب الناشئين هو إعداد وتهئية الناشيء للوصول إلى المستويات العالية المناسبة لخصائص مرحلته السنية ومميزاته الفردية وإمكانية التطور البيولوجى لديه ومقدرته على التلائم والتكيف لمتطلبات المستويات العالية فضلا إلى أن تدريب الناشئين يركز أولا على بناء أساس قوى للقدرات البدنية والحركية بواسطة طرق وأساليب الإعداد العام أما مع المتقدمين فإن التدريب يقوم على إتقان الأداء الفنى الخاص للنشاط الممارس . (٣ : ٦٨)

ويشير **ديلال وآخرون Dellal et al** (٢٠١٢) ان التدريبات البدنية المتقطعة العالية الشدة تعتبر عامل أساسى لمكونات اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم حيث تعتبر إستراتيجية التدريب العالى متقطع الشدة أكثر فعالية وكفاءة فى التأثير والوقت بما فى ذلك ما يحتويه على تدريبات عالية متقطعة الشدة أو الألعاب المصغرة (SSG) التى تعتمد أداءها على التأثير المتقاطع العالى الشدة والتى ماتكون لها أهمية خاصة لدى اللاعبين ، كما تبين تأثيرها وتحسينها لأداء الجرى المتقطع لدى لاعبي كرة القدم أثناء المباراة . (٩ : ٢٧١٢)

ويشير كلا من **لارسون وجينكز** (Laursen & Jenkins) (٢٠٠٢م) أن التدريب المتقطع يوصف بأنه تكرار جهد بدنى قصير عند شدة أعلى من مستوى العتبة الهوائية تتخلله راحة بينية تستغرق

بين عدة ثوانى إلى ٥ دقائق ويمكن التحكم فى أشكال ونوعية التدريبات المتقطعة على الشدة من خلال التعديل فى شدة التدريب ومدة التدريب والراحة البينية وهذا من شأنه أن يؤثر بشكل مختلف على كثير من التكيفات الفسيولوجية . (١٤ : ٥٧)

ويذكر كريستوس بوبادوبوليس واخرون **Christo Papadopoulos** (٢٠١٢ م) أن الكسندر واخرون **Alexander et all** (٢٠١٢ م) يقترحون أن هناك علاقة قوية يمكن ملاحظتها بين اقصى معدل لضربات القلب (HR) والحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين (vo_2max) خلال التدريبات المتقطعة الشدة على اخبار السير المتحرك (**Treadmi testing**). كما لاحظوا أثناء المباريات ان معدل ضربات القلب (HR) من ٨٠ : ٩٠ % من إجمالي أقصى معدل لضربات القلب قد يصل أثناء المباراه ويرجعون السبب فى ذلك الى الأنشطة البدنية المتقطعة الشدة والإثارات الفسيولوجية للتدريب . (١٦ : ٢٠١)

ويشير امبليزيرى واخرون **Impellizzeri fm et al** (٢٠٠٦ م) على أن بعض التقارير أشارت أن التحسنات فى مستوى اللياقة البدنية الناتج عن طريقة إتباع التدريب المتقطع على الشدة تشبه إلى حد ما لكثافة اللياقة المطلوبة للاعبى كرة القدم أثناء المباراة . (١٢ : ٤٨٣)

وتتضح مشكلة البحث إلى قيام الباحث بمتابعة كثير من الفرق فى دورى الناشئين لبطولة القلوبية بصفته أحد مدربي الفرق ووجد ضعف فى قدرة اللاعبين على تغطية كثير من مساحات الملعب والقدرة على الأستمرار فى أداء الواجبات الهجومية والدفاعية طوال المباراة بشدة عالية وكفاءة عالية و بالبحث عن وسيلة تدريبية من خلال تنفيذها على اللاعبين تمكنهم من الإستمرار فى الأداء بكفاءة عالية خلال المباراة لفترات طويلة وقطع مسافات طويلة وذلك من أجل متابعة وتنفيذ الواجبات البدنية والمهارية والخطية بكفاءة عالية حيث يحتاج لاعبى كرة القدم لتغطية أكثر من ٣٠% من مساحات الملعب بمجهود على الكثافة والشدة ومن خلال المسح المرجعى للأبحاث العلمية والتدريبات الحديثة وجد الباحث طريقة التدريب المتقطع لما لها من أهمية فى تحسين القدرات الهوائية والتحمل للاعبين لما تشبه هذه التدريبات محاكاة لكثافة الواجبات التى ينفذها اللاعبون أثناء المباراة مما دفع الباحث للأهتمام بإجراء تلك الدراسة كمحاولة منه لمعرفة تأثير التدريب المتقطع على الشدة على بعض المتغيرات الفسيولوجية والقدرات الهوائية ونسب التحسن للمسافات التى يقطعها ناشئى كرة القدم.

هدف البحث :

يهدف البحث الى تصميم برنامج تدريبي بطريقة التدريب المتقطع على الشدة ومعرفة تأثيره على بعض المتغيرات الفسيولوجية و القدرات الهوائية لناشئى كرة القدم.

فروض البحث :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القلبية والبعديّة فى بعض المتغيرات الفسيولوجية (معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل ضربات للقلب (HRMAX%) لصالح القياسات البعديّة لناشئى كرة القدم .
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القلبية والبعديّة فى متغيرات القدرات الهوائية (VO₂ MAX النسبى - المسافات المقطوعة - الزمن الكلى للمساحات المقطوعة) لصالح القياسات البعديّة لناشئى كرة القدم.

مصطلحات البحث :

التدريب المتقطع :-

- يوصف بأنه تكرار جهد بدنى قصير عند شدة أعلى من مستوى العتبة الهوائية تتخلله راحة بينية تستغرق بين عدة ثوانى إلى ٥ دقائق (١٤ : ٥٧)
- القدرات الفسيولوجية :-

المستوى الراهن لأجهزة اللاعب الوظيفية أثناء الراحة وعند بذل المجهود والذي يمكنه من أداء واجباته .(٤ : ٣٣)

إجراءات البحث :

أولا : منهج البحث

استخدام الباحث المنهج التجريبي وبذلك لملائمته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياس القبلى والبعدى .

ثانيا: مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث ناشئى كرة القدم بمنطقة القليوبية لكرة القدم للموسم الرياضى ٢٠٢٠/٢٠١٩ وقام الباحث بإختيار عينة عمدية من مجتمع البحث من ناشئى كرة القدم بنادى بنها الرياضى ، والبالغ عددهم (٣٠) لاعب والمسجلين بالإتحاد المصرى لكرة القدم ، ثم قام الباحث بإختيار عينة عمدية من مجتمع البحث بلغ عددهم (١٦) لاعب بالإضافة الى عدد (٤) لاعبين لإجراء الدراسات الإستطلاعية وإستبعاد (٤) حراس عن القياسات والبرنامج التدريبى و (٦) لاعبين منقطعين عن الإلتزام بفترات التدريب وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

عينة البحث	المستبعدين		العينة الإستطلاعية	العدد الإجمالي
(١٦) لاعب	المنقطعين	الحراس	(٤) لاعبين	(٣٠) لاعب
	(٦) لاعبين	(٤) لاعبين		

وقد قام الباحث بإيجاد التجانس لمجتمع البحث والبالغ عدده (١٦) لاعب للتأكد من وقوعه تحت المنحنى الإعتدالي وذلك ما يوضحه جدول (٢):

جدول (٢)

تجانس مجتمع البحث

ن=٢٠

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات
١,٠٣	١٥,٠٠	٠,٩٨	١٥,٠١	سنة	السن
٠,٠٩	١٦٩,٠٠	١,٦٧	١٦٩,٠٠	سم	الطول
٠,٧٥	٦٢,٥٠	٢,٥٠	٦٢,٣٧	كجم	الوزن
٠,٦٠	١٦٢,٠٠	١,٨٢	١٦٢,٣٧	ن/ق	معدل ضربات القلب (HR)
١,٩٨	٧٩,٠٠	٠,٨٩	٧٩,٥٩	ن/ق%	%أقصى معدل لضربات القلب (%HRMAX)
٠,٢٤	٤٧,٨٥	٥,٠٥	٤٧	ملى * كجم * ق	نسبي Vo ₂ max
١,١٨-	١٦٣٠	٣٩٧,٨٢	١٥٦٢,٦٧	م	المسافة المقطوعة
٠,٣٧-	٩,٣٥	١,٦٢	٩,٠٣	ق	الزمن الكلي للمساحات المقطوعة

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الإلتواء لمجتمع البحث قد تراوحت بين (-١,١٨-

١,٩٨) أي إنحصرت ما بين (+٣, -٣) مما يدل على إعتدالية مجتمع البحث .

وقد تم تنفيذ خطوات البحث وإجراءاته وفقاً للخطة الزمنية التي يوضحها الجدول التالي:

رابعاً : وسائل جمع البيانات

إستند الباحث لجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث إلى الوسائل والأدوات التالية:

• الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

• ساعة بولار لقياس معدل ضربات القلب

- جهاز حاسب الى به برنامج (BLEEP TEST) لقياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي والمسافات المقطوعة للاعبين
 - جهاز الرستاميتير لقياس طول الجسم مقدراً بالسنتيمتر.
 - ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.-
 - ساعة إيقاف (لقياس الزمن)
 - شريط قياس (لقياس المسافة)
- طرق قياس متغيرات البحث**
- معدل ضربات القلب (HR)**
- يقوم اللاعب بارتداء الساعة Polar لقياس معدل ضربات القلب ويتم ادخال بيانات اللاعب على برنامج الساعة على الهاتف المحمول المتصل بساعة عن طريق Buetoth حتى يتم تسجيل نتائج
- طريقة أداء الاختبار :**
- يقوم اللاعب بتطبيق الاختبار على الدراجة الارجومترية بحيث يقوم اللاعب بالتبديل على الدراجة الارجومترية لمدة ٦ دقائق بحيث ثم يحصل اللاعب على ١٠ دقائق راحة ثم يقوم بإعادة الاختبار على الدراجة مرة أخرى لمدة ٦ دقائق .
- أسلوب تقدير النتائج :**
- بعد الانتهاء من الاختبار النتائج تخرج تلقائياً في البرنامج في أيقونه تحسب معدل ضربات القلب (HR)



شكل (١)

يوضح الساعه polar وبرنامجها على الهاتف المحمول وشيت النتائج

% من أقصى معدل لضربات القلب ($\%HR_{max}$)

بعد حساب معدل ضربات القلب المستهدف نستخدم المعادلة التالية لحساب اقصى معدل

لضربات القلب (hr_{max}) = $220 -$ العمر والذي يصبح $220 - 16 = 204$ ن/ق

ثم نقوم من المعادلة التالية حساب % من أقصى معدل لضربات القلب ($\%HR_{max}$) = معدل

ضربات القلب للاعبين $204 / 100 \times$

القدرات الهوائية

اسم الاختبار : اختبار بيب (Beep Test)

هدف الاختبار :

١- قياس الأستهلاك الأقصى للأكسجين ($VO_2 \max$) .

٢- قياس التحمل الدوري التنفسي.

٣- المسافات التي يقطعها اللاعبون

٤- المدة الزمنية التي يقطعها اللاعبون

أدوات الاختبار :

١- برنامج بيب (Beep Test) .

- ٢- مشغل البرنامج (هاتف) .
 - ٣- سماعة بلوتوث للهاتف خارجية .
 - ٤- أقماع .
 - ٥- شريط قياس متري .
- طريقة أداء الاختبار :**
- ١- تسجيل أسماء اللاعبين في البرنامج مع العمر والجنس .
 - ٢- وضع خطين من الأقماع مسافة بينهما (٢٠) متر .
 - ٣- يقف اللاعبون على الخط الأول .
 - ٤- عند تشغيل البرنامج بواسطة الهاتف بإصدار صوت Beep يجري اللاعبون الى الخط الثاني.
 - ٥- وعندما يصدر صوت Beep مرة أخرى يجروا الى الخط الأول وهكذا .
 - ٦- اللاعب الذي لا يصل الى الخط قبل اصدار صوت Beep يعطى فرصتين ثم يخرج من الاختبار .
 - ٧- عند خروج اللاعب من الاختبار يتم الضغط على زر (STOP) بجانب اسم اللاعب في البرنامج وهكذا حتى آخر لاعب .
 - ٨- عند الانتهاء من آخر لاعب تعرض رسالة تلقائية من البرنامج بأمر حفظ البيانات ، فتقوم بحفظ البيانات .
- شروط الاختبار :**
- ١- لا يتحرك أي لاعب من الخط إلا بعد سماع صوت Beep .
 - ٢- اللاعب الذي يتأخر من الوصول الى الخط قبل سماع صوت Beep يعطى فرصتين ثم يخرج من الاختبار .
 - ٣- يلتزم كل لاعب بمساره ولا يتداخل مع زميله .
- أسلوب تقدير النتائج :**
- ١- في الاختبار (٢١) مرحلة ولكل مرحلة مستويات .
 - ٢- اللاعب الذي يخرج من الاختبار عند مرحلة ومستوى معين تكون هذه نتيجته .
 - ٣- النتائج تخرج تلقائيا في البرنامج في أيقونه تحسب الاستهلاك الأقصى للأكسجين (Vo₂ max) ومستوى الأداء



شكل (٣)

يوضح الشاشة الرئيسية للبرنامج

شكل (٢)

يوضح اختبار بيب (Beep Test)

• التجربة الاستطلاعية الاولى :

قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى على (٤) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية خلال الفترة الزمنية من ٢٠١٩/٧/١٥ م إلى ٢٠١٩/٧/١٧ م بهدف التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة .

• التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى على (٤) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية خلال الفترة الزمنية من ٢٠١٩/٧/١٨ م إلى ٢٠١٩/٧/١٩ م بهدف تقنين الأحمال التدريبية للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات العالية متقطعة الشدة .

• تنفيذ التجربة الأساسية :

• القياسات القبلية

تم إجراء القياسات القبلية في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية خلال الفترة الزمنية من ٢٠١٩/٧/٢١ م إلى ٢٠١٩/٧/٢٣ م

• تطبيق تجربة البحث الأساسية :

قام الباحث بتطبيق تجربة البحث الأساسية في الفترة من يوم ١ / ٨ / ٢٠١٩م الى يوم ٩ / ١٠ / ٢٠١٨م بواقع (١٠) اسابيع.

● القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية في عينة البحث الأساسية خلال الفترة الزمنية ١٢ / ١٠ / ٢٠١٩م إلي ١٥ / ١٠ / ٢٠١٩م.

● المعالجات الإحصائية:

إستخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة بيانات البحث:

- المتوسط الحسابي .
- معامل الالتواء
- الوسيط.
- الانحراف المعياري
- إختبار (ت)
- الفرق بين متوسطتين

● عرض النتائج ومناقشتها :

● اولاً : عرض النتائج :

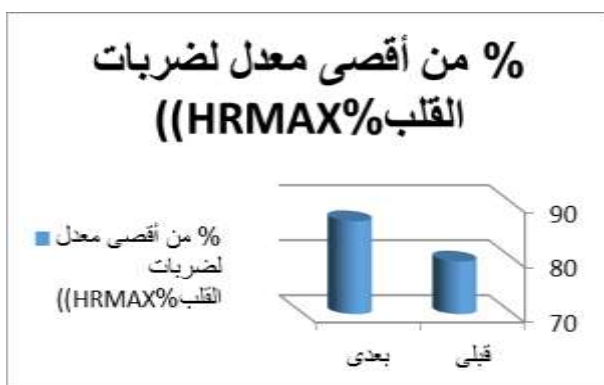
جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في المتغيرات الفسيولوجية قيد البحث

ن=١٦

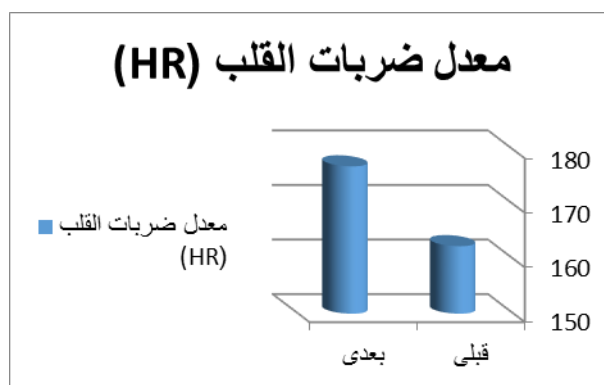
قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغير
		ع	س	ع	س	
*٣٥,٩٣	١٤,٦٢	٢,٠٠	١٧٧,٠٠	١,٨٢	١٦٢,٣٧	معدل ضربات القلب (HR)
*٣٩,١٥	٧,٣٢	١,٠٠	٨٦,٩١	٠,٨٩	٧٩,٥٩	% من أقصى معدل لضربات القلب (%HRMAX)

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (١٥) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧٥



شكل رقم (٥)

المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي
ل% من أقصى معدل لضربات القلب



شكل رقم (٤)

المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي
لمعدل ضربات القلب

جدول (٤)

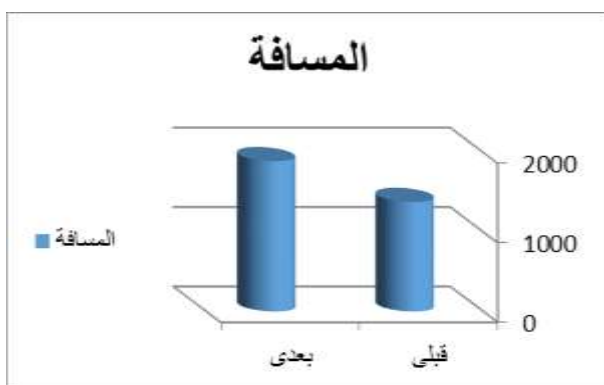
دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والبعدي لعينة البحث

في القدرات الهوائية قيد البحث

ن=١٦

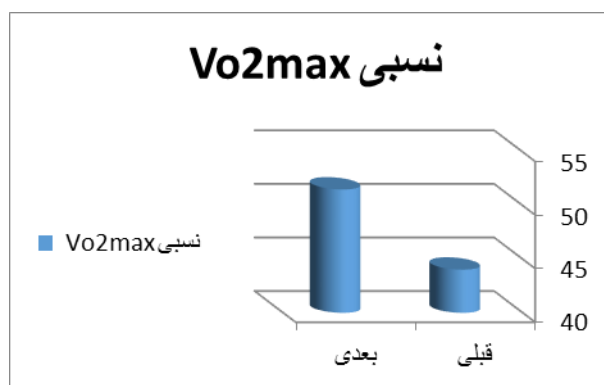
المتغير	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	ع	س	ع	س		
Vo ₂ max نسبي	٣,٣٧	٥١,٥١	٣,٤٠	٥١,٥١	٧,٤٨	*١٠,٤٨
المسافة المقطوعة	٢٤٧,٢٧	١٨٩٢,٥٠	٢٤٤,٦٠	١٨٩٢,٥٠	٥١٣,٧٥	*١٠,٨٥
الزمن المقطوع	٧,٩٩	١٠,٣٤	١,١٤	١٠,٣٤	٢,٣٤	*٨,٧٧

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (١٥) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧٥



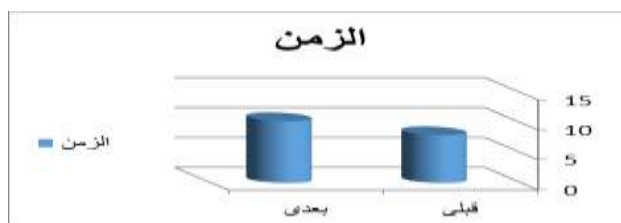
شكل رقم (٧)

المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي
للمسافات المقطوعة



شكل رقم (٦)

المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي
لـ Vo2max النسبي



للقياسين القبلي والبعدي

للمدة الزمنية المقطوعة

شكل رقم (٨)

المتوسط الحسابي

ثانيا : مناقشة النتائج

(١) مناقشة الفرض الأول والذي ينص على توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبلي والبعدي في بعض المتغيرات الفسيولوجية (معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل ضربات القلب (%HRMAX) لصالح القياسات البعدي لناشئ كرة القدم . يتضح من جداول (٣) وشكل (٤، ٥) وجود فروق إحصائية دالة معنويا بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لعينة البحث في بعض المتغيرات الفسيولوجية قيد البحث ويعزو الباحث ذلك التحسن في معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل ضربات القلب (%HRMAX) إلى طريقة إتباع التدريب المتقطع عالي الشدة والتي تشبه إلى حد ما لكثافة اللياقة المطلوبة للاعب كرة القدم أثناء المباراة .

ويتفق تلك النتائج مع مذكره ديوى سانتوس واخرون **Dewi santoso et. all** (٢٠١٩م) (١٠) أن التدريب المتقطع عالي الشدة (HIIT) يعمل على تحسين معدل ضربات القلب (HR) .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة ربانى واخرون **Rabbani** (٢٠١٥) (٦) حيث تم استخدام معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل ضربات القلب (%HRMAX) كقياسات قبلية وبعديّة لبرنامج تديبي باستخدام التدريبات المنقطعة عالية الشدة (HIIT) وقد أدى البرنامج إلى تحسن في تلك المتغيرات الفسيولوجية وقد أوضح أن تلك المتغيرات من أهم القياسات المستخدمة كمحك ومؤشر لمدى الإستفادة من البرامج التدريبية المنقطعة عالية الشدة.

ويتفق أيضا مع مذكر **مانولوبولوس ايفاجالوس Manolopoulos Evaggelos** (٢٠١٢م) (١٥) أن متغير معدل ضربات القلب (HR) يستخدم كمؤشر لتحسن التحمل الهوائي للاعبين كرة القدم . كما أن المتابعة المستمرة لمؤشر معدل ضربات القلب (HR) للاعبين يعتبر من أفضل الطرق لمتابعة تأثير الحالة الفسيولوجية للاعبين في الفريق للطرق التدريبية المختلفة .

(٢) **مناقشة الفرض الثاني والذي ينص على** توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في متغيرات القدرات الهوائية ($VO_2 MAX$ النسبي - المسافات المقطوعة - الزمن الكلي للمساحات المقطوعة) لصالح القياسات البعديّة لناشئي كرة القدم. يتضح من جداول (٤) وشكل (٦، ٧، ٨) وجود فروق إحصائية دالة معنويا بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لعينة البحث في بعض القدرات الهوائية قيد البحث

ويعزو الباحث ذلك التحسن في متغيرات القدرات الهوائية ($VO_2 MAX$ النسبي - المسافات المقطوعة - الزمن الكلي للمساحات المقطوعة) إلى طريقة إتباع التدريب المتقطع عالي الشدة (HIIT) والتي تشبه إلى حد ما لكثافة اللياقة المطلوبة للاعبين كرة القدم أثناء المباراة .

ويتفق تلك النتائج مع مذكره ديوى سانتوس واخرون **Dewi santoso et all** (٢٠١٩م) (١٠) أن التدريب المتقطع الشدة (HIIT) يعمل على تحسين الحد الأقصى لاستهلاك الاكسجين ($VO_2 MAX$) واللياقة القلبية التنفسية بالمقارنة بتدريبات التحمل الأخرى. وكذلك البرنامج المقترح قد اسهم بشكل كبير في مستوى الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين النسبي ($vo_2 max$ النسبي) حيث يعد من افضل المؤشرات الفسيولوجية للإمكانات الوظيفية لدى اللاعبين ودليلا على مقدار اللياقة البدنية .

ويعضد هذه النتيجة ما أشار إليه هاريسون وآخرون **Harrison et al** (٢٠١٥) (١١) أن التدريبات العالية متقطعة الشدة أدت إلى تحسين الأداء للاعبين في المسافات المقطوعة والتحمل والقدرات الهوائية .

ويتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة رباني وآخرون **Rabbani et all** (٢٠١٩م) (٥) والذي استخدم التدريب المتقطع عالي الشدة (HIIT) مع تدريبات المباريات المصغرة (SSG) والذي أدى إلى تحسن المسافات المقطوعة للاعبين .

وتتفق أيضا نتائج هذه الدراسة مع دراسة إيريل بارويت **April Barroit et all** (٢٠١٥م) (٧) والذي أستخدم مقارنه بين التدريب المتقطع عالي الشدة وتدريب الحمل المستمر والذي أظهر أن التدريب المتقطع عالي الشدة له أثر كبير في تحسن الحد الأقصى لاستهلاك الاكسجين (VO_2MAX) وكذلك المسافات المقطوعة الزمن الكلي للمساحات المقطوعة عن تدريب الحمل المستمر

ويتفق مع دراسة رادزيمينسكى وآخرون **Radziminski et al** (٢٠١٣م) (١٧) أن التدريب المتقطع عالي الشدة لها تأثير على النواحي الفسيولوجية والمسافات المقطوعة للاعبى كرة القدم الشباب بجانب النواحي المهارية .

وتتفق ذلك دراسة نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة دلال وآخرون **Dellal et al** (٢٠١٢) (٩) والذي استخدم برنامج تدريبي باستخدام التدريبات المتقطعة والمباريات المصغرة والتي أدت إلى تحسن القدرات الهوائية وبعض المتغيرات البدنية.

ويشير الباحث إلى أن تلك النتيجة أتقتت تماما مع ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية مما يؤكد فاعلية التدريب المتقطع عالي الشدة في التأثير الإيجابي في تطوير المتغيرات الفسيولوجية والقدرات الهوائية قيد البحث.

الإستخلاصات و التوصيات:

أولا : الإستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث وفي حدود العينة وما تم التوصل إليه من نتائج أستخلص الباحث ما يلي :

- أن التدريب المتقطع عالي الشدة له تأثير إيجابي على جميع المتغيرات والفسيولوجية قيد البحث والمتمثلة في (معدل ضربات القلب (HR) والنسبة المئوية لأقصى معدل ضربات للقلب (HRMAX%).

• أن التدريب المتقطع على الشدة له تأثير إيجابي على جميع القدرات الهوائية قيد البحث والمتمثلة في (الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين النسبي - المسافة المقطوعة - الزمن الكلي للمساحات المقطوعة) .

ثانيا :التوصيات :

في ضوء ما توصل إليه نتائج البحث يوصى الباحث بالآتي:

• ضرورة الإهتمام بالقياسات الفسيولوجية والبدنية قبل بداية الموسم التدريبي لتقييم أداء اللاعبين والاستفادة منها في وضع البرامج التدريبية وتقنين الأحمال .

• التعرف على الأجهزة الحديثة والبرامج التكنولوجية التي تقيس القدرات البدنية والفسيولوجية للاعب كرة القدم

• إجراء دراسات مقارنة لتأثير التدريب على مراكز اللعب المختلفة.

• التعرف على تأثير التدريب المتقطع على الشدة على متغيرات أخرى سواء بدنية أو فسيولوجية أو مهارية

المراجع العربية والاجنبية :

أولاً: المراجع العربية

١- أحمد غيضان (٢٠٠٥ م) : دراسة تحليلية لبعض متغيرات الخطط الدفاعية للمنتخب الوطني المصري لكرة القدم خلال التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس الأمم الأفريقية ٢٠٠٤ ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .

٢- إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي (٢٠٠١م) : كرة القدم للناشئين ، مركز الكتاب للنشر ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

٣- محمد كشك (٢٠٠٨م): مبادئ وتدريب الناشئين ، مطبعة ٦ أكتوبر ، المنصورة .

٤- محمد مطر (٢٠٠٨) : تقويم بعض المؤشرات البدنية والمهارية والفسيولوجية على وفق تصنيفات بدنية للاعب كرة القدم بأعمار (١٤-١٧) سنة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل ، العراق .

ثانيا:المراجع الأجنبية

٥- Alireza Rbbani , Filip Manuiel (٢٠١٩) : comined small – sides

games andhigh – intensity interval training in soccer player . the effect of exercise order , journal of human kinitics vol .٦٩/٢٠١٩.

٦- **Alireza Rbbani , martin bucheit**(٢٠١٥) : Heart Rate –Based .Versus Speed – Based Hight Intensity Interval in Soccer Payers . j sport.

٧- **April Parroit** (٢٠١٥) : comparison of the effective response to continuous and high intensity training protocol application of the dual – mode model , master thesis , faculty of Humboldt state university .

٨- **Barnes C, Archer D, Hogg B, Bush M, Bradley P.**(٢٠١٤) The Evolution of Physical and Technical Performance Parameters in the English Premier League. *Int J Sports Med*, ٢٠١٤; ٣٥: ١٠٩٥-١٠٠.

٩- **Dellal A, Varliette C, Owen A, Chirico EN, Pialoux V.**(٢٠١٢) Small - sided games versus interval training in amateur soccer players: Effects on the aerobic capacity and the ability to perform intermittent exercises with changes of direction. *J Strength Cond Res*, ٢٠١٢; ٢٦: ٢٧١٢-٢٠.

١٠- **Dewi Santosos , Hafixh Ahmed** (٢٠١٩) : the benefits and physiological changes of high intensity interval training , *universa medecina* , vol ٣٨ .no ٣ .

١١- **Harrison CB, Kinugasa T, Gill N, Kilding AE.**(٢٠١٥) Aerobic fitness for young athletes: Combining game - based and high - intensity interval training. *Int J Sports Med*, ٢٠١٥; ٩٤: ٩٢٩-٣٤

١٢- **Impellizzeri FM, Marcora SM, Castagna C, Reilly T, Sassi a, Iaia FM, Rampinini E.** Physiological and performance effects of generic versus specific aerobic training in soccer players. *Int J Sports Med*, ٢٠٠٦; ٢٧: ٤٨٣-٩٢.

١٣- **K Chamari, I Moussa-Chamari, L Boussaï"di, Y Hachana, F Kaouech, U Wisløff**(٢٠٠٥): Appropriate interpretation of aerobic capacity: allometric scaling in adult and young soccer players, *Br J Sports Med* ٢٠٠٥;٣٩:٩٧-١٠١.

14- **Laursen, P., & Jenkins, D.** (٢٠٠٢). The scientific basis for high-intensity interval training: optimizing training programmes and maximising performance in highly trained endurance athletes. *Sports Medicine*, ٣٢(١), ٥٣-٧٣ .

١٥-**MANOLOPOULOSEVAGGELOS^١,PAPADOPOULOS, , GISSIS IOANNIS^٤,BEKRISSEVAGGELOS^٥,SOTIROPOULOSARISTOMENIS**(٢٠١٢):

The effect of training, playing position, and duration of participation on aerobic capacity in soccer players , *Journal of Physical Education and Sport*® (JPES), ١٢(٢), Art ٦, pp.١٨٨ - ١٩٤, ٢٠١٢.

١٦- **PAPADOPOULOS CHRISTOS**٢, **BEKRIS EVAGGELOS**٥: (٢٠١٢)The effect of training, playing position, and duration of participation on aerobic capacity in soccer players *Journal of Physical Education and Sport*® (JPES), ٢٨(٢), Art ٦, pp.٢٠٠ - ٢١٢, ٢٠١٢.

١٧- **Radziminski L, Rompa P, Barnat W, Dargiewicz R, Jastrzebski Z.** **A(٢٠١٣)** Comparison of the Physiological and Technical Effects of High - Intensity Running and Small - Sided Games in Young Soccer Players. *Int JSports Sci Coach*, ٢٠١٣; ٨: ٤٥٥-٦٥٥.