

تأثير التدريب بأسلوب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة

أ.م.د. احمد عبد الائمة كاظم محمد

جامعة ميسان/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/6/30

الكلمات المفتاحية

- تأثير

- اسلوب المحاكاة

- الكراسي المتحركة

- المهارات الاساسية

- كرة السلة

الخلاصة: وتكمن أهمية البحث إلى إخضاع لاعبي كرة السلة على الكراسي إلى تدريبات مشابهة للمباراة والتي تعتمد على التدريب بأحمال وإحجام المناسبة في تطوير الأداء المهاري الهجومي وبهذا سوف نكون قد أسهمنا في العمل على تطوير المعاق والارتقاء به للمنافسة. وبرزت مشكلة البحث من خلال لاحظا إن مستوى الأداء المهاري يؤدي بصورة جيد لكن في بعض الأحيان يتطلب استخدام تدريب تحاكي مع أجواء المنافسة في التنفيذ، تم الاستعانة بعينة لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة. وكانت أهداف البحث:

1-إعداد التدريب بأسلوب التدريب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

2-التعرف على تأثير أسلوب التدريب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية

للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة

وكانت أهم الاستنتاجات

1- إن التدريب بأسلوب التدريب (المحاكاة) للمهارات الأساسية إنشاء الوحدات التدريبية له دور كبير في تطور المهارات الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة وتم التوصية ب:

1- ضرورة استخدام تدريب أسلوب التدريب (المحاكاة) لمساهمته بشكل كبير في تطوير

المهارات الأساسية الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة .

1- التعريف بالباحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تهتم معظم الدول المتقدمة بشعوبها وبمختلف أصنافه سواء الأصحاء أو المعاقين وتعطي لكل منهم أهمية خاصة وبمختلف مجال الحياة ولاسيما المجال الرياضي.

لذا أصبحت رياضة المعاقين أو ما تسمى ذوي الاحتياجات الخاصة من الرياضات المهمة والتي زاد الاهتمام بها للنتائج والأرقام القياسية التي تم إحرازها.

وتعد لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة من الألعاب الرياضية الفرعية التي نالت اهتمام كبير من قبل المعنيين في التدريب الرياضي ولهم دور كبير في تحقيق النتائج الأخيرة في البطولات العربية والمحلية وهذا دليل على تقدم الانجاز فيها ومستوى الأداء وخاصة الأداء المهاري الهجومي.

إذ يعد الأداء المهاري الهجومي احد جزئي اللعبة وهما الدفاعي والهجومي ويعتمد الأداء فيه على امتلاك اللاعب الجانب العقلي في الأداء إذ يعد الأعداد العقلي أو ما يطلق عليه في بعض الأحيان التدريب الذهني هو المكمل في تنفيذ الواجبات المناطة باللاعب في تنفيذ المهارات الهجومية.

وتكمن أهمية البحث إلى إخضاع لاعبي كرة السلة على الكراسي إلى تدريبات مشابهة للمباراة والتي تعتمد على التدريب بأحمال وإحجام المناسبة في تطوير الأداء المهاري الهجومي وبهذا سوف نكون قد أسهمنا في العمل على تطوير المعاق والارتقاء به للمنافسة.

1-2 مشكلة البحث:

الأداء الهجومي بكرة السلة على الكراسي يتطلب تدريب خاص ويتحاكى مع المباراة ويتماشه معه لكي يعطي نتائج جيدة باقل جهد ووقت.

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بعلم التدريب الرياضي وكرة السلة لاحظنا إن مستوى الأداء المهاري يؤدي بصورة جيد لكن في بعض الأحيان يتطلب استخدام تدريب تحاكي مع أجواء المنافسة في التنفيذ. وتم الاستعانة بعينة لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة.

لذا ارتأى البحث دراسة هذه المشكلة واستخدام أسلوب تدريبي مناسب وهو أسلوب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

1-3 أهداف البحث:

1- إعداد التدريب بأسلوب التدريب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

2- التعرف على تأثير أسلوب التدريب (المحاكاة) في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

4- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

1-4 فروض البحث:

1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

1-5 مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري: لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة

1-5-2 المكاني: قاعة وسام عربي الرياضي في محافظة ميسان.

1-5-3 المجال الزمني: للمدة من 2019/1/12 لغاية 2019/5/4

2- الدراسات النظرية:

2-1 طريقة تدريب المحاكاة⁽¹⁾:

وهي من أحدث طرق تدريب التحمل، واستخدمت هذه الطريقة لأول مرة في مجال السباحة، حيث استخدمها كونسلمان في تدريب السباحين الأمريكيين، ثم استخدمت بعد ذلك في تدريب الأنشطة الرياضية الأخرى ذات الحركات المتكررة.

وعند التخطيط لاستخدام هذه الطريقة يوضع عاملان هامان في الاعتبار:

1- مسافة السباق التي يتخصص فيها الرياضي.

2- مستوى الانجاز الذي يهدف المدرب إلى تحقيقه في هذه المسافة خلال الدورة التدريبية الحالية.

إذ يجب على المدرب أن يكون له تصور واضح عن المستوى الذي يمكن للرياضي أن يحققه خلال كل دورة تدريبية، ويحدد المدرب بالاشتراك مع الرياضي هذا المستوى على ضوء العديد من العوامل منها (المستوى الحالي-الحالة التدريبية-العمر التدريبي- الوقت المخصص للتدريب- قوى التطور الكامنة لدى الرياضي- الخ).

(1) السيد عبد المقصود. تدريب وفسيولوجيا التحمل (نظريات التدريب الرياضي): مطبعة الشباب الحر، القاهرة، 1991، ص184.

3- منهجية البحث وإجراءاته لميدانية:

3-1 منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج التجريبي وخصوصا ذو التصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبية) وذلك لملائمته في تحقيق أهداف البحث ومعالجة مشكلته.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد مجتمع البحث والمتمثلة بلاعبي لجنة فريق ميسان الرياضي للمعوقين للموسم الرياضي (2018-2019) والمشارك بالدوري الممتاز العراقي وبلغ عددهم (15 لاعب) وهم معتمدين ومسجلين في لائحة الاتحاد المركزي العراقي. وتم استبعاد (5) لاختلاف درجة عوقهم. ولهذا أصبحت عينة البحث (10) لاعب وتشكل نسبة (66.66%) من المجتمع الأصلي وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبلغ عدد كل مجموعة (5) لاعبين. وتم تجانس العينتين وتكافؤهما كما في جدول (1) باستخدام معامل الاختلاف للتجانس واستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة في التكافؤ.

جدول (1)

يبين التجانس والتكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسات والاختبارات المستخدمة

قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			القياس	القياسات والاختبارات
	معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
0.232	3.957	0.74	18.7	3.333	0.61	18.3	سنة	العمر البيولوجي
0.352	0.908	1.589	174.9	0.928	1.62	174.5	سم	الطول
0.117	2.419	1.63	67.37	2.588	1.74	67.23	كغم	الوزن
1.121	1.007	0.631	62.6	1.017	0.632	62.1	درجة	التصويب الجانبي
0.784	2.539	0.452	17.8	1.363	0.24	17.6	ثانية	المحاورة المنتهية بالتصويب
1.632	1.71	0.236	13.8	3.208	0.43	13.4	عدد	سرعة التمرير

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ (2.306)

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

1-المصادر العربية والأجنبية.

2-الاختبارات والقياسات المستخدمة بالبحث.

3-2-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- 1- ساعة توقيت الكترونية عدد (3).
- 2- ساعة لقياس النبض معصمية عدد (1).
- 3- شريط قياس بطول (6 متر)
- 4- حاسوب (B4) نوع DELL.
- 5- كرة سلة عدد 3.
- 6- ملعب قانوني .

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد متغيرات البحث: تم تحديد متغيرات البحث وفق وجهة نظر الباحثين الآتية:

- 1- التصويب الجانبي .
- 2- المحاورة المنتهية بالتصويب .
- 3-التمرير

3-4-2 الاختبارات المستخدمة (1):

3-4-1 اختبار التصويب الجانبي .

- الغرض من الاختبار : قياس مهارة التصويب عن طريق أداء تصويبات نحو السلة من مكان محدد على أحد جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب .
- الأدوات اللازمة : هدف كرة سلة , كرة سلة .
- وصف الأداء : يصوب المختبر من المكان المحدد على جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب وعلى بعد (6م) من مركز السلة باليدين أو باليد الواحدة , على أن يقوم بأداء (10تصويبات) من أحد جوانب السلة , ثم ينتقل للجانب الآخر .

(1) مروان عبد المجيد إبراهيم . الموسوعة الرياضية لمتحدي الإعاقة : الإصدار الأول , الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع . الأردن , عمان , 2002 ، ص165-183.

- **التسجيل** : تحسب درجتان لكل تصويبه ناجحة تدخل فيها الكرة السلة , ودرجة واحدة لكل تصويبه تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة و ولا تحسب درجات للتصويبات التي تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .

3-4-2 اختبار المحاورة المنتهية بالتصويب .

- **الغرض من الاختبار** : قياس سرعة المحاورة وسرعة التصويب .
- **الأدوات اللازمة** : ثلاث كراسي توضع على خط واحد على أن يلي الكرسي الثالث الهدف , يرسم خط البداية على بعد (19.5م) من الهدف , المسافة بين خط البداية والكرسي الأول (6م) والمسافة بين باقي الكراسي (4.5م) , ساعة إيقاف .
- **وصف الأداء** : عند سماع إشارة البدء يبدأ المختبر بالجري بالكرسي المتحرك من على البداية ومعه الكرة وبشكل متعرج بين الكراسي مع تنطيط الكرة حتى يصل أسفل الهدف للتهديف ثم يلتقط الكرة ليعود بنفس الأسلوب , يلاحظ عند التصويب ضرورة إحراز هدف فإذا لم ينجح المختبر في ذلك يعاود المحاولة مرة أخرى
- **التسجيل** : يحسب الزمن الذي قطعه المختبر منذ لحظة صدور إشارة البدء وحتى تجاوز خط البداية مرة أخرى بعد تنفيذ الخطوات السابقة في مواصفات الأداء .

3-4-3 اختبار حائط الارتداد .

- **الغرض من الاختبار** : قياس سرعة التمرير .
- **الأدوات اللازمة** : حائط أملس مرسوم عليه مستطيل (120 سم x 60 سم) ارتفاع حافته السفلى عن الأرض (90سم) ويرسم خط على الأرض يبعد (180سم) عن الحائط , ساعة إيقاف , كرة سلة .
- **وصف الأداء** : يجلس المختبر بكرسيه خلف الخط المرسوم على الأرض , والذي يبعد عن الحائط بمقدار (180سم) وباستخدام كرة سلة يقوم المختبر بالتمرير على الحائط لأكبر عدد ممكن من التمريرات المتتالية في (10ثواني) و على أن لاتلمس الكرة الأرض خلال الأداء .
- **التسجيل** : يسجل عدد مرات التمرير على الحائط خلال (10ثواني) , مع ضرورة أن توجه الكرة نحو المستطيل في كل مرة .

3-4-4 التجارب الاستطلاعية:

3-4-4-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 2019/1/12 على لاعبي لجنة نادي معاقني البصرة بكرة السلة على الكراسي المتحركة والبالغ عددهم (6) وذلك لتطبيق الاختبارات المهارية , وقد ساعدت التجربة الاستطلاعية في التوصل إلى الآتي :

1- تحديد ومعرفة الوقت المطلوب للأداء الاختبارات البدنية

2- معرفة كل المعوقات والأخطاء لتفاديها ومعالجتها في التجربة الرئيسية .

3- التأكد من استيعاب أفراد العينة لمفردات الاختبارات .

3-4-3 التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية الثانية بتاريخ 2019/1/19 على بعض لاعبي عينة البحث الأصلية (نادي لجنة ميسان للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة) وذلك للأغراض الآتية :

1- تقنين التمرينات المستخدمة وإيجاد الحمل التدريبي المناسب من حيث الشدة والحجم والراحة .

2- معرف مدى مناسبة التمرينات وصعوبتها ودرجة ملائمتها للمعاقين .

3-4-5 الأسس العلمية للاختبارات: تم الاعتماد على اختبارات مقننة وتتمتع بالصدق والثبات والموضوعية.

3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبليّة:

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة (البدنية والمهارية) لعينة البحث (التجريبية والضابطة) في

تمام الساعة الثالثة عصرا من يوم الخميس الموافق 2019 / 2 / 7 في قاعة وسام عريبي في محافظة ميسان

3-5-2 التمرينات المستخدمة:

إعداد تمرينات أداء المهارات الأساسية على شكل لعب وتم تطبيق التمرينات بشدة تراوحت بين

80% - 100% وبما يتناسب مع خصوصية هذه القدرات هذه الفئة وتراوحت فترات الراحة البينية بين

التكرارات (2-3 دقيقة) وبين المجاميع (3-5 دقيقة) كمؤشرات للراحة البينية , حيث اعتمد الباحثان على

النبض كمؤشر لتحديد فترات الراحة البينية كونه أكثر ثباتا ودقة كما يؤكد ذلك (ريسان خريبط مجيد ومحمود

الشاطي , 1997)⁽¹⁾ حيث يذكران (إن انتظام العمل يكون أكثر ثباتا وبمستوى أفضل عندما تحدد الراحة البيئية عن طريق عودة النبض إلى (120 . ض / د) .

تم تطبيق التمرينات يوم الأحد المصادف 8 / 2 / 2019 وانتهت بتاريخ يوم الأربعاء المصادف 3 / 5 / 2019 وبواقع (3 وحدات) تدريبية في الأسبوع , حيث أصبحت مجمل الوحدات للتمرينات (24 وحدة) تطبق في القسم الرئيسي من الوحدات التدريبية .

3-5-3 الاختبارات البعدية: تم تطبيق الاختبارات البعدية حيث راعى فيها الباحث أن تكون في نفس التوقيت والمكان الذي جرت فيه الاختبارات القبلية لضمان الحصول على نتائج علمية صحيحة وبتاريخ 4 / 5 / 2019 من يوم الأربعاء .

3-6 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام النظام الإحصائي (SPSS) لمعالجة النتائج مستخدما ما يلي:

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري.
- 3- معامل الاختلاف.
- 4- النسبة المئوية.
- 5- اختبار (ت) للعينات المترابطة.
- 6- اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للمجموعة الضابطة:

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

(1) ريسان خريبط مجيد وعصام عبد الخالق : تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي , مكتب نون للتحضير الطباعي , بغداد , 1997 , ص398.

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			قبلي	بعدي		
معنوي	2.511	0.442	63.21	62.1	درجة	التصويب الجانبي
معنوي	3.303	0.451	16.11	17.6	ثانية	المحاورة المنتهية بالتصويب
معنوي	3.452	0.336	14.56	13.4	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت) الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

من خلال العرض السابق نلاحظ أن هناك تطورا للمجموعة الضابطة والتي يرى الباحث أن سببه يعود إلى الاهتمام من قبل العينة بالتنظيم العمل التدريبي والاستمرار بالتدريب من دون انقطاع أدى إلى الاحتفاظ بالمستوى البدني وتطوره بالشكل الذي نراه وهذا ما يؤكد (مهدي نجم وآخرون , 1999)⁽¹⁾ من أن " التكرار المستمر للتمرينات سواء كان ذلك بدنيا أو مهاريا فإنه يرفع من قابلية المستوى " .

كذلك فإن التطور الذي حققته المجموعة يرجع أيضا إلى التخطيط السليم وفق أسلوب مناسب مخطط له مسبقا الأمر الذي ساعد بشكل واضح على التطور البدني وفق الجدول أعلاه وهذا ما يؤكد (حنفي محمد مختار , 1989)⁽²⁾ الذي ذكر " أن التخطيط السليم واختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفة البدنية في الوقت نفسه تعمل على إتقان اللاعب المهارات الأساسية " .

4-1-2 عرض نتائج وتحليلها ومناقشتها للمجموعة التجريبية:

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية والبعدي للمجموعة

التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات المهارية
			قبلي	بعدي		
معنوي	2.767	0.784	64.77	62.6	درجة	التصويب الجانبي
معنوي	2.968	0.886	15.17	17.8	ثانية	المحاورة المنتهية بالتصويب
معنوي	2.173	0.994	15.96	13.8	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت) الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

(1) مهدي نجم وآخرون . تقويم مستوى أداء التصويب بكرة السلة : بحث منشور , مجلة كلية التربية الرياضية , جامعة بغداد , العدد (10) , 1999 , ص338.

(2) حنفي محمود المختار . لمدير الفني بكرة القدم . مركز الكتاب للنشر , القاهرة , 1998 , ص96.

وكذلك نلاحظ من خلال الجدول (3) أن المجموعة التجريبية فقد كان سبب تطورها يرجع إلى التمرينات وأسلوب المحاكاة المستخدم والتي أعدها الباحث وبما يتناسب مع خصوصية لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة للمعاقين والمختارة بصورة علمية وفق المصادر والمراجع والمطبقة بصورة منتظمة وهذا يحقق هدف التدريب الرياضي إذ يذكر (مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري 2010) ⁽¹⁾ " أن هدف عملية التدريب الرياضي هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الإنجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي يتخصص فيه اللاعب".

3-1-4 عرض نتائج الاختبارات البدنية البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها .

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		ع	س البعدي	ع	س البعدي		
التصويب الجانبي	درجة	0.441	63.21	0.432	64.77	5.064	معنوي
المحاورة المنتهية بالتصويب	ثانية	0.745	16.11	0.568	15.17	2.008	معنوي
سرعة التمرير	عدد	0.265	14.56	0.336	15.96	6.572	معنوي

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ (1.860)

من خلال ملاحظة الجدول (4) يتضح أن المجموعة التجريبية هي أكثر تطورا من المجموعة الضابطة ويرجع ذلك كما يرى الباحث إلى التدريب المستخدم والمرافق للمهارات الأساسية الذي ساعد على زيادة التكرار بالأداء الصحيح والتدرج بالأداء إلى أصعب الحالات وهذا ما يؤكد محمد حسن ⁽¹⁾ " أن إتباع الزيادة المستمرة في حجم التدريب وشدته , وكذلك اللجوء إلى التمارين التصاعدية هي الوسيلة الكفيلة لتحسين الانجاز " .

⁽¹⁾ مروان عبد المجيد إبراهيم ومحمد جاسم الياسري. اتجاهات حديثة في علم التدريب الرياضي: ط1، عمان. الوراق للنشر والتوزيع، 2010، ص22.

⁽¹⁾ محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط4 ، دار المعارف ، مصر ، 1975 ، ص40.

كما التمرينات المختارة دورا كبيرا في تطور الأداء المهاري الهجومي لأنها مختارة بصورة علمية ودقيقة ومطبقة بأسلوب المحاكاة وهذا ما يؤكد (جاسم محمد نايف ، 1986)⁽²⁾ " أن التمرينات هي من أهم الوسائل التي تصل بالرياضي إلى أعلى المستويات في تحقيق الأداء الحركي الجيد وصولا للإنجاز العالي سواء في المجال الرياضي أو مجالات الحياة الأخرى " .

كما يرى الباحث أن سبب هذا التطور هو استخدام أسلوب تدريب المحاكاة التي كان لها التأثير الفاعل في رفع مستوى الأداء المهاري لعينة البحث ، لذا فإن هذه الأسلوب ناجح ومؤثر ، ويمكن تطبيقها فهي تحقق الغرض المطلوب من التدريب من خلال تجزئة مسافة الملعب إلى مسافات متنوعة ومحددة بزمن حسب شدة مفردات المنهج التدريبي ومدة الراحة المحددة بين التكرارات، " وتكمن هذه الطريقة في التغلب على مسافة السباق أثناء التدريب بسرعة يتم تحديدها بدقة تتناسب مع مستوى الانجاز الذي يتم التخطيط إلى تحقيقه بالنسبة للمسافات المحددة ، وذلك بتقسيم تلك المسافة إلى أجزاء أصغر-مع أداء فترات راحة قصيرة إلى حد ممكن حسب طول المسافة"⁽³⁾.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات.

- 1- إن التدريب بأسلوب التدريب (المحاكاة) للمهارات الأساسية إنشاء الوحدات التدريبية له دور كبير في تطور المهارات الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة .
 - 2- التمرينات المشابهة لأجواء المنافسة تعطي تطور أكثر للأداء المهاري الهجومي .
- ### 5-2 التوصيات.

- 1- ضرورة استخدام تدريب أسلوب التدريب (المحاكاة) لمساهمته بشكل كبير في تطوير المهارات الأساسية الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة .
- 2- التأكيد على ضرورة وضع تمرينات مشابهة لأجواء المنافسة لما لها دور في تطوير الاداء المهاري الهجومي بكرة السلة.

⁽²⁾ جاسم محمد نايف : فاعلية التمرينات التحضيرية العامة والخاصة في تعلم تكنيك ركض الموانع : رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1986 ، ص46.

⁽³⁾ علي البيك : أسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام: الإسكندرية ، منشأة المعارف 1997 ، ص275-276.

المصادر:

- ✘ السيد عبد المقصود. تدريب وفسولوجيا التحمل (نظريات التدريب الرياضي) : مطبعة الشباب الحر ، القاهرة، 1991.
- ✘ جاسم محمد نايف : فاعلية التمرينات التحضيرية العامة والخاصة في تعلم تكنيك ركض الموانع : رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1986 .
- ✘ حنفي محمود المختار .لمدير الفني بكرة القدم : مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998.
- ✘ ريسان خريبط مجيد وعصام عبد الخالق : تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي ، مكتب نون للتحضير الطباعي ، بغداد ، 1997 .
- ✘ علي البيك :أسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام: الإسكندرية ، منشأة المعارف 1997.
- ✘ مروان عبد المجيد إبراهيم . الموسوعة الرياضية لمتحدى الإعاقة : الإصدار الأول ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع . الأردن ، عمان ، 2002 .
- ✘ مروان عبد المجيد إبراهيم ومحمد جاسم الياسري: اتجاهات حديثة في علم التدريب الرياضي. ط1، عمان.الوراق للنشر والتوزيع، 2010.
- ✘ محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط4 ، دار المعارف ، مصر ، 1975 .
- ✘ مهدي نجم وآخرون . تقويم مستوى أداء التصويب بكرة السلة : بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، العدد (10) ، 1999.

Sources:

1-Mr. Abdul Maqsoud. Endurance Training and Physiology (Theories of Sports Training): Free Youth Press, Cairo, 1991.

2- Jassim Muhammad Nayef: The Effectiveness of Public and Special Preparatory Exercises in Learning the Technique of Obstacle Running: Master Thesis, College of Physical Education, University of Baghdad, 1986.

3-Hanafi Mahmoud Al-Mukhtar. Football Technical Director: Al-Kitab Center for Publishing, Cairo, 1998.

4– Raysan Khuraibet Majeed and Issam Abdel Khaleq: Applications in Physiology and Sports Training, Noon Preparation Office, Baghdad, 1997.

5–Ali Al–Baik: Foundations and sports training programs for referees: Alexandria, Al Ma'arif facility, 1997

6–Marwan Abdel Majeed Ibrahim. Sports Encyclopedia for Disability Challengers: First Edition, International Scientific House for Publication and Distribution. Jordan, Amman, 2002

7– Marwan Abdul Majeed Ibrahim and Muhammad Jassim Al–Yasiri: Modern Trends in the Science of Sports Training, 1st Edition, Amman, papers for publication and distribution, 2010.

8– Muhammad Hassan Allawi: The Science of Sports Training, 4th Edition, Dar Al Maaref, Egypt, 1975.

9–Mahdi Najm, et al. Evaluation of basketball shooting performance level: published research, Journal of the College of Physical Education, University of Baghdad, Issue (10), 1999.

ملحق (1)

(نموذج من الوحدات التدريبية)

الأسبوع : الأول

الشدة : 80%

زمن التمرينات: 35-40 دقيقة الوحدة التدريبية

القسم	زمن التمرين	التمرينات	الحجم	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع
الرئيسي	3.4د	- اداء المناولات السريعة نحو الجدار المتحرك داخل منتصف (مناولات وفي المناولة الأخيرة يقوم باستلام الكرة 5الملعب) والتحرك نحو السلة للتهديف ليعود مرة أخرى نحو الجدار وهكذا.	4×3		
	3.5د	- اداء طبطبة ثم يقوم اللاعب بالمناولة على الجدار ويستلم الكرة ويذهب إلى اليسار لأداء التهديف ثلاث نقاط والعودة مرة أخرى إلى جهة اليمين وهكذا.	3×3	رجوع النبض (120-130) ض/د	رجوع النبض (110-120) ض/د
	3.4د	- ينطلق اللاعب من خط نهاية الملعب للمرور بين (م 2شواخص) والمسافة بينهما (3الشواخص التي يبلغ عددها) ثم المرور بين الشواخص الأخرى بنفس العدد والقياسات ثم التهديف نحو السلة ومتابعة الكرة والعودة مرة أخرى نحو خط البداية والمرور بين الشواخص للبدء من جديد .	4×3	(دقيقة 2-3)	(دقيقة 3-5)



The effect of a cognitive guiding approach on the sports personality of football referees in Kirkuk governorate

Ahmed Jalal Ibrahim^{1*}
Alan Qader Rasool¹
1- College of Physical
Education and Sports Sciences
- University of Salah al-Din

Article info.

Article history:

- Received: 30/05/2021
- Accepted:16/06/2021
- Available online: 30/06/2021

Keywords:

- effect
- cognitive guiding
- approach
- football
- referees

© 2021 This is an open access
article under the CC by
licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The study aimed to

Prepare a two sets of tests dimensional search the rulers of football in the province of Kirkuk .program to intervene in the cognitive development of some of the personal characteristics and performance of the football referees in the province of Kirkuk

to identify the differences in the personal dimensions of sports and performance with the experimental group and the control tests between tribal and posttest the football referees in the province of Kirkuk .

Researcher training curriculum has been used for suitability and the nature of the research, which included research community on the football referees in the first division and Kirkuk's (17) judgment. Since the sample is defined as part of the society in which they conducted the study were selected according special rules to represent the community right representation, the researcher applying dimensional personal measure of performance evaluation on the rulers's form (17) judgment, and after the application of questionnaires and discharged were selected (14) judgment. On the basis of access to high temperatures in the personal-dimensional higher degree of neutrality (360) and low scores in performance (72) as a sample of the search they were divided into two groups, as was the control group (7) rulers, pilot Group 7 rulers. And it represented a sample search percentage (82.3%) . Has been achieved parity in the variables (dimensions _ personal performance) . while the control group members were left in their circumstances normal without being indicative program, and after data collection and discharge were processed using the statistical program known as (spss) the statistical methods used in this study are (percentage, arithmetic mean, standard deviation, test (t) of the samples associated with the test (T) for independent samples)

The researcher reached the following conclusions:

1- The curriculum prepared by the researcher and a clear impact on the level of award for performance of the sample.

2- You do not receive a clear impact of the curriculum prepared by the researcher on the personal dimensions. differences did not appear in the personal dimensions between the two groups of control and experimental research .

Conclusions reached by the researcher recommended the following:

The use of the curriculum prepared by the researcher in the approved arbitration sessions by the two unions and the Iraqi Kurdistan and it is clear on the level of arbitration performance impact.

attention to the need to train judges to use the skills and techniques of cognitive intervention in the development of the personal dimensions.

strengthening the relationship between the rulers and the Union (and Iraqi Kurdistan) to feel safe while driving referees for the games and not feel the loss of their rights.

* Corresponding Author: alanyaba1971@yahoo.com, University of Salah al-Din.

تأثير منهج إرشادي معرفي في الشخصية الرياضية لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك

أ.م.د. نالان قادر رسول

احمد جلال إبراهيم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة صلاح الدين

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/6/30

الكلمات المفتاحية

- منهج إرشادي
- معرفي
- الشخصية الرياضية
- حكام
- كرة القدم

الخلاصة: هدفت الدراسة الى:

- 1- اعداد برنامج إرشادي معرفي في تطوير الشخصية الرياضية والاداء التحكيمي لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.
- 2- التعرف على الفروق في ابعاد الشخصية الرياضية والاداء التحكيمي لدى المجموعتين التجريبيه والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدى لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك. وأفترض الباحثان ما يأتي:-
- هناك فروق ذات دلالة معنوية في ابعاد الشخصية الرياضية والاداء التحكيمي بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبيه والضابطة لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك. وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائته وطبيعة البحث , اشتمل مجتمع البحث على حكام كرة القدم الدرجة الاولى في كركوك والبالغ عددهم (17) حكما وبعد تطبيق الاستبانات وتفرغها تم اختيار (14) حكما ، ثم قام الباحث بأعداد برنامج إرشادي معرفي , واستعان الباحث بعدد من الأساتذة في علم النفس الرياضي الذين قاموا بالقاء المحاضرات الإرشادية على أفراد المجموعة التجريبيه , أما أفراد المجموعة الضابطة فقد تركوا في ظروفهم الاعتيادية دون تعرضهم للبرنامج الإرشادي , وبعد جمع البيانات وتفرغها تم معالجتها إحصائيا باستخدام البرنامج الاحصائي المعروف ب(spss) أما الوسائل الاحصائية التي استخدمها في هذه الدراسة هي (النسبة المئوية , الوسط الحسابي , الانحراف المعياري , اختبار (t) للعينات المرتبطة واختبار (t) للعينات المستقلة)

وقد توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

- لم يظهر فروق في أبعاد الشخصية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية.
 - اظهرت الدراسة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تنمية الأداء التحكيمي .
- وفي ضوء الاستنتاجات التي توصل اليها أوصى الباحث بما يأتي:
- استخدام المنهج المعد من قبل الباحث في الدورات التحكيمية المعتمدة من قبل الاتحادين العراقي والكرديستاني وذلك لتأثيره الواضح على مستوى الأداء التحكيمي.
 - الاهتمام بضرورة تدريب الحكام على استخدام مهارات و فنيات الارشاد المعرفي في تنمية الأبعاد الشخصية..

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن التقدم العلمي والتكنولوجي الذي شهدته مجالات الحياة المختلفة وضع الكائن البشري أمام تحديات كثيرة وكبيرة لتلبية متطلبات الحياة العصرية والتي نجمت عنها زيادة الضغوط النفسية للإنسان والتي أصبحت احد مميزات عصرنا الحالي . وبما أن الرياضيين من احد شرائح المجتمع فهم يعانون من عوامل نفسية في أثناء التدريب والمنافسات لتحقيق الانجاز .

تظهر أهمية برنامج المعرفي في الإرشاد النفسي للرياضيين كونه علاجاً مباشراً تستخدم فيه آليات وأدوات معينة وفنيات معرفية لمساعدة الرياضي في تصحيح أفكاره السلبية ومعتقداته اللاعقلانية التي

يصاحبها خلل انفعالي وتحويلها إلى معتقدات تتميز بتصحيح أو تعديل أو تغيير مكونات المعرفة الخاطئة أو السلبية بأخرى ايجابية، لذا فإن عملية إدارة الضغوط النفسية فيها هي مسألة ضرورية وملحة تتجلى بوضوح من خلال إعادة البنية المعرفية باستخدام التدخل السلوكي المعرفي لإدارة الضغوط النفسية ودوره في خلق فرص جديدة لتعديل السلوك ووضع الحلول المناسبة للنهوض بواقع التحكيم وتطويرها¹.

"تعد لعبة كرة القدم من الألعاب التي لاقت اهتمام عالمي متزايد لكونها من أكثر الألعاب شعبية في العالم ، وان تطور الذي حصل في المستويات العالمية لفرق كرة القدم والذي شاهدها بشكل مثير خلال بطولة كأس العالم الأخيرة التي جرت في البرازيل جاءت نتيجة الانسجام والتكامل البدني والمهاري والخططي والجسمي والوظيفي ، ولم يظهر هذا الانسجام والتكامل بشكل عفوي وعشوائي بل جاءت نتيجة الاعتماد على التخطيط السليم وبذل جهود علمية كبيرة. لذا فان الاهتمام بحكم كرة القدم من أهميته الأساسية في التأثير في هذه اللعبة لذا أخذ المهتمين والمعنيين بكرة القدم إعداد وتأهيل الحكم بجدية واهتمام كبير وقد تم استخدام أفضل الطرق والوسائل لغرض أعداد الحكم أعداداً يتناسب وأهميته في تمشية أحداث كرة القدم بالشكل السليم والخالي من العنف والعدائية والتعامل مع اللعب والتنافس بأسلوب نظيف وبتنافس رياضي صحيح"² كان التحكيم وسيبقى واحداً من أهم الركائز نجاح وتطوير مباريات كرة القدم بحيث أصبحت مقولة (أعطني حكماً جيدين اعطك مباريات ناجحة) بل تعدى الأمر لذلك بكثير بحيث أصبح مستوى التحكيم العالي والمتطور يؤثر تأثيراً مباشراً في مستوى اللاعبين داخل الملعب أي بمعنى آخر ان التحكيم المتطور والعادل يساعد على الابداع وارتفاع المستوى وبناء على ذلك ومنذ بداية ممارسة كرة القدم عمد المختصون الى الاهتمام بالتحكيم وتطوير فوائده وتطوير أداء الحكم عن طريق المعسكرات والدورات التحكيمية الداخلية والخارجية بما ينسجم مع تطور مستوى كرة القدم من النواحي كافة .

تبرز أهمية هذا البحث في كونه يحاول ان يقترب من أهم السمات البارزة في شخصية الحكم المتمرس في تحكيم كرة القدم ، والتي تميز طبعه و سلوكه وتثير استجاباته ، إضافة الى التعرف على أهم السمات التي تساعده على الشعور بالتوافق النفسي وتستحثه على مقاومة الصراعات والمشاكل ، إذ ان هذه السمات من خلال ابعاده الثانوية تعمل على استثارة الميكانزمات الدافعية الأساسية لخفض التوتر و القلق والشعور بالأمن والثقة والراحة، كما تظهر أهمية هذه الدراسة في التعرف على أهم السمات التي تتدخل بصورة مباشرة في التأثير على قرارات الحكم في المباريات وكذا دافعيته نحو العمل والانجاز .

¹ يوسف القاضي وآخرون .(1981) : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، ط1، دار المريخ ، السعودية ، ص 121.

² صباح قاسم ، سمير مهنا عناد .(2014) حكام كرة القدم ، تغذية ، مناهج، (بغداد وزارة التعليم العالي) ، ص 11 .

1-2 مشكلة البحث:

لقد اصبح الاهتمام من قبل العلماء والخبراء بالجانب النفسي لا يقل أهمية عن الاهتمام بالجانب البدني والمهاري لدى العديد من العاملين في المجال الرياضي , وحسب ما اشارت اليه العديد من المصادر العلمية ان عملية تطوير وتعزيز وإرشاد الجوانب النفسية بشكل عام والشخصية بشكل خاص يجب ان تستمر لفترات طويلة حتى يستطيع الرياضي خلق شكل من أشكال التوازن بين ما يملكه من معلومات نظرية وعملية على حد سواء .

من خلال ملاحظة الباحث الميدانية باعتباره حكما على مستوى الدرجة الاولى تبين له إن الحكام العاملين يحصلون على المعلومات النظرية والنفسية من خلال اوقات محددة في الدورات التحكيمية والاختبارات الخاصة بهم حيث ان هذه الفترات لا يفي بالغرض لذا تكمن مشكله بحثه في ايجاد طرق أخرى من خلال استمرار وادامة المعلومات النظرية والنفسية بالأخص ما يتعلق بشخصية الحكام ومدى تأثيرها على مستواهم وادائهم التحكيمي اثناء قيادتهم للمباريات والمتمثلة بأعداد بعض مناهج التدخل المعرفي والنظري بالإضافة إلى الاهتمام بالجوانب البدنية والمهارية لذا يحاول الباحث التصدي لهذه المشاكل.

1-3 أهداف البحث:

- 1- إعداد برنامج إرشادي معرفي للشخصية الرياضية لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.
- 2- التعرف على الفروق في أبعاد الشخصية الرياضية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى حكام الكرة القدم في محافظة كركوك.
- 3- التعرف على الفروق في ابعاد لشخصية الرياضية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية بين الاختبارين البعديين لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

1-4 فروض البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة معنوية في إبعاد الشخصية الرياضية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.
- 2- هناك فروق ذات دلالة معنوية في إبعاد الشخصية الرياضية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري:- حكام الدرجة الأولى المعتمدين للموسم 2015- 2016 في كركوك .
- 1-5-2 المجال الزمني :- من 19 / 1 / 2016 الى 16 / 4 / 2016
- 1-5-3 المجال المكاني :- قاعة ممثلية اللجنة الاولمبية في كركوك .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي , وذلك لملائمته وطبيعة المشكلة .

3-2 مجتمع البحث وعينته: اشتمل مجتمع البحث على حكام كرة القدم الدرجة الأولى في كركوك والبالغ عددهم (17) حكما . كما في الجدول (1) .

الجدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته

مجتمع البحث	العدد	عينات البحث
17	3	تجربة الاستطلاعية
	7	المجموعة الضابطة
	7	المجموعة التجريبية
	17	المجموع

3-3 الأجهزة والوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات اللازمة والضرورية التي تساعد على الوصول الى البيانات المطلوبة لحل المشكلة وتحقيق أهداف البحث:

3-3-1 الأجهزة المستخدمة في البحث: جهاز لابتوب نوع HP.

3-3-2 الوسائل والادوات المستخدمة في البحث:

-المراجع والمصادر العربية والاجنبية.

- اراء الخبراء والمختصين.

- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

- مقياس الشخصية الشخصية.

- الاستبانات.

3-3-3 ادوات البحث:

استخدم الباحث الادوات الاتية في البحث:

3-3-4 مقياس الشخصية :

"تم صياغة فقرات المقياس من قبل اسامة كامل راتب وصدقي نورالدين"¹. والذي يتكون من (6) ابعاد للشخصية , يهدف الى بناء مقياس للشخصية. والمقياس يتكون من (72) فقرة ذات خمسة بدائل للإجابة

¹ أسامة كامل راتب, صدقي نورالدين , (2004) : تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي , القاهرة , دار الفكر العربي , ص 232 .

تتعلق بأبعاد الشخصية ، وعلى درجة ممكن ان يحصل عليها الحكم هي (360) ، واقل درجة هي (72) ، لذا فان درجة الحياد هي (216) ، ولكي يتناسب المقياس مع عينة البحث قام الباحث بتعديل بعض الفقرات مع الاحتفاظ بالمعنى والاتجاه الحقيقي لها لتتناسب مع عينة البحث كما في جدول رقم (2)، وترتب نتائج المقياس على الحكام الذين يحصلون على درجة اقل من درجة الحياد ، فالحكام ، الذين تكون درجاتهم اعلى من الحياد فهم يمتلكون التوجه الايجابي المرغوب فيه للشخصية الرياضية ، اما الحكام الذين تكون درجاتهم ادنى من الحياد فهم يمتلكون التوجه السلبي الغير المرغوب فيه للشخصية الرياضية ، وتكون الاجابة على المقياس باختيار بديل واحد من خمسة بدائل (دائما ، غالبا ، احيانا ، قليلا ، نادرا) وتعطى الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي .

3-3-4-1 صدق مقياس الشخصية الرياضية:

تم عرض الباحث فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس وكرة القدم لإصدار احكامهم على مدى صلاحيات الفقرات وسلامة صياغتها ، وتبين انه كان هناك نسبة اتفاق (100%) على جميع الفقرات وبذلك تتحقق الصدق الظاهري للمقياس.

3-3-4-2 ثبات المقياس الشخصية الرياضية:

حيث تم اجراء الثبات لمقياس الشخصية على عينة من الحكام الذين كانوا ضمن مجتمع البحث وبعد مرور اسبوعين تم تطبيق المقياس عليهم مرة ثانية ، وباستخدام معامل ارتباط البسيط بيرسون بين الاختبارين الاول والثاني تم ايجاد معامل الثبات وبلغ (0.87) مما يدل على ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات عال وبهذا الاجراء اصبح المقياس جاهز للتطبيق على افراد العينة .

3-3-4-4 التكافؤ بين مجموعتي عينة البحث لابعاد الشخصية و تقييم الاداء:

قام الباحث باجراء مقارنة بين المجموعتين في المتغيرات المدروسة والمتمثلة بالأبعاد الشخصية وتقييم الاداء (وقد تم اختيار العينة على اساس هذين المتغيرين) وتم ايجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث باستخدام اختبار t. test كما في الجدول (5)

الجدول رقم (2) يبين التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لعينة البحث

المتغير	الابعاد	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة t	قيمة sig	المعنوية
			±ع	-س	±ع	-س			
الابعاد الشخصية الرياضية	الدينامية	درجة	33.86	2.340	35.14	3.185	-0.861	0.406	غير معنوية
	الدوافع والقيم	درجة	42.14	2.116	44.57	2.573	-1.929	0.078	
	الانفتاح	درجة	38.14	4.375	40.57	2.370	-1.291	0.221	
	الاجتماعية	درجة	32.00	1.915	34.14	3.185	-1.526	0.153	
	الضغط	درجة	22.00	4.082	17.86	5.367	1.625	0.130	
	التدريب الذاتي	درجة	33.29	3.094	32.00	2.887	0.804	0.437	

يتبين من الجدول (2) ان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعتي البحث في (ابعاد الشخصية الرياضية) (للدينامية) مما يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين وهذا يدل على ان المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في ابعاد الشخصية الرياضية وتقييم الأداء .

3-5 متغيرات البحث وكيفية ضبطها: "إن من مميزات العمل التجريبي كما يشير "(الخوخي, 2005) نقلا عن (فان دالين) يقوم الباحث "بفحص خطته التجريبية فحفا دقيقا , لكي يتأكد فيما اذا كان هناك مؤثرات خارجية , ومتغيرات ترجع الى الإجراءات التجريبية , ومتغيرات ترجع الى العينة تؤثر في المتغير التابع , وعليه ان يبذل كل الجهد المستطاع لضبط المتغيرات التي يتبناها"¹ .

(المتغير المستقل للمجموعة التجريبية وهو البرنامج للتدخل المعرفي , المتغيرات التابعة هي مقياس الشخصية الرياضية واستمارة تقييم الاداء , المتغيرات الدخيلة التي قد تؤثر في سلامة التصميم التجريبي للبحث (السلامة الداخلية والسلامة الخارجية). نوضحها كالآتي:

3-6-1 السلامة الداخلية للتصميم: تتحقق السلامة الداخلية عندما يتأكد الباحث من انه يتمكن من السيطرة على المتغيرات , التي يمكن ان تؤثر في المتغير التابع لكي يعزو الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة الى المتغير المستقل وليس الى المتغيرات او عوامل دخيلة كانت قد اثرت قبل ادخال المتغير المستقل او في اثائه . لذا قام الباحث بضبط المتغيرات الآتية:

العمليات المتعلقة بالنضج:

"المقصود بالنضج هو العوامل الفسيولوجية والتشريحية التي تحدث للإنسان في مدة زمنية معينة " (عثمان, 2000, 129). وضبط هذا العامل من خلال تنفيذ البرنامج للمدة الزمنية نفسها لأفراد عينة البحث كافة.

ظروف التجربة والعوامل المصاحبة:

وفيما يتعلق بهذا البحث, لم تتعرض عينة البحث خلال مدة التجربة من تاريخ 24 /1 /2016 ولغاية 16/4/2016 لحادث يؤثر سلبا في التجربة.

ادوات القياس:

تمت السيطرة على هذا المتغير باستخدام ادوات قياس موحدة لجميع الافراد من خلال تكرار ظروف التجربة نفسها واسلوب القياس الموحد لجميع الافراد.

¹ الخيال , افتخار كنعان .(1994) : اثر الإرشاد التربوي في التحصيل الدراسي في مادة اللغة الإنكليزية لطالبات المرحلة المتوسطة , (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية , الجامعة المستنصرية , ص 32.

الفرق في اختيار الافراد:

تمت السيطرة على هذا المتغير بتحقيق التكافؤ بين المجموعتين , فضلا عن ذلك اختار الباحث الطريقة العشوائية في اختيار المجموعتين الضابطة والتجريبية.

الاندثار التجريبي (التاركون للتجربة):

يقصد به الاثر الناتج عن انقطاع بعض الحكام وتركهم ضمن احدى مجموعات البحث , مما يؤثر على نتائج الاختبار وقد سيطر الباحث على هذا المتغير , ولم يحدث عرضا يؤثر في التجربة .

3-6-2 السلامة الخارجية للتصميم: يمكن للباحث تعميم نتائج بحثه خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة اذا ما تحقق من السلامة الخارجية للتصميم. وللتأكد من تحقيق السلامة الخارجية ينبغي ضبط العوامل الاتية:

1-تفاعل تأثير المتغير التجريبي (المستقل) مع اختيار العينة : ليس لهذا المتغير اي تأثير في التجربة وذلك لاختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية , وتحقيق التكافؤ بين مجاميع البحث.

2-اثر الاختبار القبلي: تم ازالة تأثير هذا المتغير بإطالة المدة ما بين الاختبارين القبلي والبعدي.

3-اثر التفاعل بين عاملين او اكثر او تداخل المواقف التجريبية: لم يتعرض افراد العينة لأي تجربة اخرى خلال مدة تنفيذ التجربة , اذ ينبغي ان لا يتعرض افراد عينة البحث (التجريبية والضابطة) الى اجراءات تجارب اخرى خلال الفترة الزمنية نفسها, وبالتالي انعدام تأثير هذا العامل .

4-اثر الاجراءات التجريبية : لم تشعر الباحث الحكام بأهداف البحث, فضلا عن ذلك سوف يتطلب العمل التجريبي في البحث ضبط عوامل اخرى تتعلق بإجراءات تجريبية حفاظا على سلامة التصميم التجريبي من اثارها ومن هذه العوامل.

أ-البرنامج الارشادي: بعد الاطلاع على الأدبيات والمراجع العلمية المتعلقة بالمنهج الارشادية , تم اعداد برنامج ارشادي معرفي في تطوير الشخصية والاداء لدى حكام كرة القدم في كركوك (الجلسات) وقد عرض على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس الرياضي (ملحق رقم 2) للتحقق من مدى صلاحية محتوى المنهج الارشادي , الذي يضم (13) جلسة ارشادية جماعية بمعدل جلسة واحدة في الاسبوع , وزمن كل جلسة (45) دقيقة ولمدة (13) اسبوعا , لقاء المادة الارشادية : القيت المحاضرات الارشادية المعرفية من قبل السادة المختصين في علم النفس الرياضي .

ب- الفترة الزمنية للتجربة:

تمت السيطرة على هذا المتغير بإخضاع عينة البحث في المجموعة التجريبية لمدة زمنية واحدة , اذ بدأت بتاريخ 2016/1/24 بواقع 13 جلسة ارشادية معرفية , جلسة واحدة في الاسبوع .

ج- مكان الجلسات الارشادية:

طبقت جلسات تأثير برنامج التدخل المعرفي على المجموعة التجريبية في قاعة ممثلة اللجنة الاولمبية العراقية في كركوك وقاعة نادي اربيل الرياضي . اذ قام الباحث بالتنسيق مع السادة المختصين بتطبيق جلسات المنهاج الارشادي المعرفي وفي وفق جدول اسبوعي منتظم .

3-7 البرنامج الارشادي: لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في اعداد برنامج ارشادي معرفي , الذي يهدف الى معرفة هذا المنهج الارشادي المعرفي وبما ان هدف البحث هو معرفة تأثير برنامج التدخل المعرفي في تطوير بعض السمات الشخصية , والاداء لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك, لذلك ينبغي توظيف منهج يتلاءم مع طبيعة البحث , وتحديد الاسلوب التدخل المعرفي المناسب , لذا استخدم الاساليب الفعالة في التخطيط ويسعى البحث للوصول الى اقصى حد من الفعالية وبأقل التكاليف

3-7-1 خطوات اعداد برنامج الارشادي المعرفي: تم الاعتماد على نظام التخطيط في اعداد برنامج الارشادي المعرفي, اذ قام الباحث بوضع منهج للتدخل المعرفي, واعداده في ضوء مشكلة البحث مستند الى الخطوات الاتية:-

1-تحديد الاحتياجات: "وهي مجموعة من الخطوات التي ينبغي ان يقوم بها معد البرنامج لمعرفة الحاجات الاساسية التي يستند اليها في صياغة اهداف البرنامج"¹ . وفي هذه الخطوة تتضمن عناوين الجلسات التدخل المعرفي ملحق (الجلسة الاولى التعريفية) معتمدة على الادبيات والدراسات السابقة وقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التربية وعلم النفس وعلم النفس الرياضي , والاخذ بأرائهم حول عناوين بعض الجلسات ومحاورها , وقد كان هناك اتفاق على تسلسل الجلسات والاتفاق على زمن الجلسات , والاتفاق على زمن الجلسة الواحدة ب(45-50) دقيقة.

2-اختيار الاولويات: قام الباحث بتصميم البرنامج الارشادي المعرفي في تطوير الشخصية بصيغته الاولى ملحق (6) وترتيب عناوين الجلسات الارشادية ترتيبا يعتمد على التسلسل المنطقي للجلسات الارشادية وحسب الاسبقيات اعتمادا على اراء الخبراء في ترتيبها , وقد تم الاخذ بنظر الاعتبار ملاحظاتهم حول بعض الجلسات من حيث المحتوى والفنيات وتسلسل المحاور .

3-تحديد الاهداف: الهدف من المنهج للبحث الحالي هو تطوير الشخصية والاداء التحكيمي لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

¹ الخيال ، افتخار كنعان مصدر سبق ذكره ، ص 35 .

4- ايجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الاهداف: تم تحديد كيفية تقديم هذه النشاطات والافراد الذين سيقومون بإدارتها وتنفيذها بالأساليب المحددة والجدول الزمني المطلوب لتنفيذ تلك النشاطات وبعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومناقشة عدد من المختصين للإفادة من خبراتهم.

3-8 التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بالتجربة الاستطلاعية بتاريخ 2016/1/16 على العينة المؤلفة من 3 حكام اذ تم فيها اجراء اختبار مقياسي (الابعاد الشخصية استمارة تقييم الاداء) وتم اختيارهم من مجتمع البحث, وقد تم استبعادهم من التجربة الرئيسية وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على ما يأتي:

1- مدى وضوح التعليمات وعبارات المقياس للحكام ودرجة استيعابهم لها.

2- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد يواجهها الباحث في اثناء التطبيق.

3- الاجابة عن الاستفسارات والتساؤلات من قبل الحكام والاخذ بها عند تطبيق على العينة الرئيسية.

3-9 التجربة الرئيسية:

3-9-1 تطبيق البرنامج الارشادي: هياً الباحث الظروف لتنفيذ برنامج الارشادي المعرفي , وبأشر بتطبيقه بالتعاون مع السادة المحاضرين كما في ملحق (5) على المجموعة التجريبية, واستغرق تطبيق المنهج (85) يوماً , وابتداء من 2016/1/24 ولغاية 2016/4/16 , اذ تم خلال هذه المدة تطبيق برنامج التدخل المعرفي بالاعتماد على الاسلوب الجماعي في طريقة المناقشة , وكانت المحاضرة بأسلوب الارشاد الجماعي , واستغرقت مدة تطبيق المنهج التدخل المعرفي (13) اسبوع وبواقع جلسة واحدة في الاسبوع .ومدة الجلسة (45) دقيقة , وكان عدد جلسات التدخل المعرفي (13) جلسة , واقامت الجلسات ايام السبت في الساعة (11) صباحا. اما المجموعة الضابطة فلم تخضع الى برنامج الارشادي المعرفي وبقيت في ظروفها الاعتيادية.

3-9-2 الاختبار البعدي: قام البحث بالاختبار البعدي بتاريخ 2016 / 4 / 30 على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتحت نفس الظروف التي تم فيها الاختبار القبلي في الاجتماع الدوري للحكام في كركوك في اعطاء استمارة (الابعاد الشخصية) , وتقييم ادائهم التحكيمي في المباريات عن طريق حكام دوليين سابقين البالغ عددهم

(3) واستغرقت حوالي اسبوعين بواسطة استمارة تقييم الاداء للمجموعتين.

3-10 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم التربوية SPSS للحصول على :
الوسط الحسابي-الانحراف المعياري-قيمة T-الارتباط البسيط

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغير أبعاد الشخصية :

الجدول رقم (6)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) ودرجة الاحتمالية (sig) لمتغيري أبعاد الشخصية والاداء التحكيمي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي .

المتغير	الايبعاد	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحتسبة	الاحتمالية (sig)	الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±			
الشخصية	الدينامية	35.14	3.185	34.14	1.345	0.661	0.533	غير معنوي
	الدوافع	44.57	2.573	45.00	3.162	-0.386	0.713	غير معنوي
	الانفتاح	40.57	2.370	37.86	2.968	1.974	0.096	غير معنوي
	الاجتماعية	34.14	3.185	33.14	2.673	0.917	0.395	غير معنوي
	الضغط	17.86	5.367	18.89	6.842	-0.676	0.524	غير معنوي
	التدريب الذاتي	32.00	2.887	31.71	1.976	0.258	0.805	غير معنوي

* معنوي عند مستوى المعنوية (Sig. ≤ 0.05) ** معنوي عند مستوى المعنوية (Sig. ≤ 0.01)

من خلال ملاحظة الجدول رقم (6) يتبين بان الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أبعاد الشخصية، إذ كانت قيمة (t) المحتسبة لكل هذه الأبعاد هي (0.661، -0.386، 0.917، 1.974، -0.676، 0.258) لأبعاد الشخصية (الدينامية، الدوافع، الانفتاح، الاجتماعية، الضغط، التدريب الذاتي) على التوالي، وقيمة الاحتمالية (sig) هي (0.533، 0.713، 0.096، 0.395، 0.524، 0.805) ، إذاً توجد فروق غير معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي لأبعاد الشخصية، ويعزو الباحثان سبب ذلك الى عدم رغبة الحكم في التفاعل والمشاركة مع زملائه الحكام لكي لا يؤدي الى تغيير في العلاقات بينهم . كما يرى كولي أن هذه القوى المؤثرة في العلاقات على شكل تفاعلات تؤدي إلى تغيير يحدث تأثيراً في اتجاهات الجماعة. ويمتد هذا التغيير إلى اتجاهات الأفراد وسماتهم الشخصية واهتماماتهم ومهاراتهم وإلى غير ذلك خلال عمليات التفاعل الاجتماعي ، ويبحث عن سلوك ناجح لتحقيق التكيف الشخصي والاجتماعي مع ذاته و الاخرين ، فالحكم الذي يمتلك خبرة واسعة يستطيع مواجهة المشاكل النفسية التي يتعرض اليها ، وان نقص الخبرة سوف يضيف اعباءاً جديداً فضلاً عما الى ما يتعرض له من حالات مواجهة اثناء المباريات، "اذ يذكر ان الخبرة الرياضية قد تمثل نوعاً من الضغط النفسي والتوتر الشديد الذي يؤثر نفسياً على قدرات بعض الرياضيين الشخصية، حالة القلق والتوتر او الملل الذي يمرون به. كما يذكر المندلاوي أن التدريب الذاتي له تأثيرات ايجابية على الحالة النفسية وجسم الرياضيين حيث يساهم في أحلال الهدوء والتعقل مؤدياً إلى تخفيض أو إزالة حالة التوتر. بعض الرياضيين الذين لديهم الميل المعاكس تجاه مثل هذا النوع من التدريب فأن تأثيرات هذا التدريب منخفضة أو معدومة

كليا وفي بعض الحالات الأخرى من الممكن ظهور عواقب ثانوية لعدم التحمل¹ لقلة الواجبات التحكيمية التي يؤديها وتأخير استئناف دوري اقليم كردستان بسبب الظروف الاقتصادية التي يمر بها البلد مما يؤدي الى حالة من عدم الاستقرار النفسي والذهني.

4-2 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) لمتغيري أبعاد الشخصية والاداء التحكيمي وتحليلها ومناقشتها:

الجدول رقم (8)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (T) ودرجة الاحتمالية (sig) لأبعاد الشخصية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البعدية.

المتغير	الابعاد	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	Sig	الدلالة
الشخصية	الدينامية	الضابطة	7	33.14	2.610	-0.901	0.385	غير معنوي
		التجريبية	7	34.14	1.345			
	الدوافع	الضابطة	7	42.86	4.059	-0.102	0.292	غير معنوي
		التجريبية	7	45.00	3.162			
	الانفتاح	الضابطة	7	38.71	3.498	0.494	0.630	غير معنوي
		التجريبية	7	37.86	2.968			
	الاجتماعية	الضابطة	7	30.71	3.729	-1.401	0.187	غير معنوي
		التجريبية	7	33.14	2.673			
	الضغط	الضابطة	7	26.14	11.735	1.417	0.182	غير معنوي
		التجريبية	7	18.86	6.842			
	التدريب الذاتي	الضابطة	7	35.29	5.219	1.693	0.116	غير معنوي
		التجريبية	7	31.71	1.976			

ظهر من خلال الجدول رقم (8) ان بعد الدينامية للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (33,14) للمجموعة الضابطة و (34,14) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (2,610) للمجموعة الضابطة و(1,345) للمجموعة التجريبية وقيمة (t) كانت (0,901 -) وقيمة الاحتمالية كانت (0.385)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعد الدينامية ويعزو الباحث سبب ذلك الى عدم رغبة الحكم في التفاعل والمشاركة مع زملائه الحكام لكي لا يؤدي الى تغيير في العلاقات بينهم . كما يرى كولي أن هذه القوى المؤثرة في العلاقات على شكل تفاعلات تؤدي إلى تغيير يحدث تأثيراً في اتجاهات الجماعة. ويمتد

¹ قاسم حسين المندلاوي ومحمود عبد الله الشاطي. (1987) : التدريب الرياضي والأرقام القياسية ، جامعة الموصل / دار الكتب

هذا التغيير إلى اتجاهات الأفراد وسماتهم الشخصية واهتماماتهم ومهاراتهم وإلى غير ذلك خلال عمليات التفاعل الاجتماعي.

ويعزو الباحث سبب ذلك صعوبة الحكام في "الانفتاح في مجال الرياضة ويملك خبرة بالأفكار والاساليب كما يعرف النقاط الضعف عنده ، ويضيف الباحث ان عدم وجود خبير نفسي للمجموعة الضابطة الذي يساعد في تخفيف التوتر النفسي التي يتعرض اليه الحكام من جراء عملية التدريب والمنافسة ، حيث ان الخبير او المرشد النفسي يضيف خبرات ومعارف نظرية فضلاً عن الخبرة العلمية التي يتعرض اليها الحكم في العملية التدريبية ، اذ يرى (براء، 2000): " أهمية ودور النظرية المعرفية باعتباره مدخلا مهما في تفسير وتوضيح العمليات المستخدمة لتخفيف الضغط والتوتر النفسي الذي يتعرض له حكام كرة القدم".¹

اما التدريب الذاتي للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (35,29) للمجموعة الضابطة و(31,71) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (5,219) للمجموعة الضابطة و(1,976) للمجموعة التجريبية وقيمة (t) كانت (1,693) وقيمة الاحتمالية كانت (0.116)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعد التدريب الذاتي ويعزو الباحث سبب الى حالة القلق والتوتر او الملل الذي يمرون به. كما يذكر المندلاوي أن التدريب الذاتي له تأثيرات ايجابية على الحالة النفسية وجسم الرياضيين حيث يساهم في أحلال الهدوء والتعقل مؤدياً إلى تخفيض أو إزالة حالة التوتر . بعض الرياضيين الذين لديهم الميل المعاكس تجاه مثل هذا النوع من التدريب فأن تأثيرات هذا التدريب منخفضة أو معدومة كلياً وفي بعض الحالات الأخرى من الممكن ظهور عواقب ثانوية لعدم التحمل (المندلاوي, 1987, 140) نقلة الواجبات التحكيمية التي يؤدونها و تأخير استئناف دوري اقليم كوردستان بسبب الظروف الاقتصادية التي يمر بيها البلد مما يؤدي الى حالة من عدم الاستقرار النفسي والذهني. وكذلك كانت الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة في الاداء (84,00) وبانحراف معياري (2,449) اما الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في الاداء (87,86) وبانحراف معياري (1,574) وقيمة (t) كانت (-3,505) وقيمة الاحتمالية (0.004)، وبما أن قيمة الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة (0.01)، إذاً توجد فروق معنوية بين الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث سبب ذلك الى تأثير البرنامج الارشادي المعرفي والذي جعل الحكام يحصلون على درجات عالية في الاداء (تحكيم المباريات), حيث ان فنيات البرنامج الارشادي المعرفي, قد ساعد على تحسين ادائهم وتخفيف الضغوط عنهم وأبعاد العوامل النفسية السلبية عنهم, وكيفية التعامل مع المشاكل بشكل ايجابي , والثقة

¹ الخليفة ، ابراهيم وآخرون .(2008): علم النفس الرياضي، ط1، دار الفكر العربي ، مصر ، ص 36 .

بالنفس التي تتعكس على عملية ضبطه لنفسه وأفكاره والتحكم بها, "أن إعادة بناء تكوين المفاهيم هذه تؤدي الى إعادة تعريف الفرد لمشكلاته بطريقة تعطيه الثقة والتفهم والقدرة على الضبط, وهذه جميعها من مستلزمات عملية التغيير, لأن إعادة تكوين المفاهيم تساعد على إعطاء معان جديدة للأفكار والمشاعر والسلوكيات"¹.

ويعزو الباحث أيضا سبب ذلك إلى المنهج الإرشادي وما تضمنه من فنيات تهدف على تعديل السلوك , وتسعى إلى جعل الحكم ان يحاول اقامة علاقات إيجابية مع زملائه , المبنية على الحب والاحترام والاستماع إلى توجيهات الزملاء والمدربين والمقيم , وعدم النظر أليهم بنظرة كراهية .(محمد, 70, 1992). ويعزو الباحث ايضا إلى فاعلية البرنامج المستخدم في التحكم في الضغوط والعوامل النفسية لانفعالات الاشخاص من خلال استخدام الأساليب النفسية في المعالجة وهي تعد بحد ذاتها منهجاً في علاج مشكلات التي تواجههم في هكذا نوع من الظروف , وبذلك يتفق الباحث مع رأي , Borders, 1992 في نجاح أسلوب الإرشاد مع العينات الصغيرة إذ " أن إرشاد المجاميع الصغيرة والمنظمة بشكل خاص ولمدة زمنية محددة يعد ممارسة وتطبيقاً أميناً ودقيقاً بالاستناد إلى مبادئ ومفاهيم ديناميكية المجموعة وسير تقدمها و ملائمتها من الناحية التطويرية سوف يؤدي إلى تفاعلات وارتباطات قوية وثابتة مع التمرين تمكنهم من تعلم واكتساب المهارات والقدرات ذات العلاقة بالتخطيط والتنظيم". (Borders, 1992, 491).

5-الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1-عدم ظهور تأثير واضح للمنهج المعد من قبل الباحث على الشخصية .
- 2-لم يظهر فروق في الشخصية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .
- 3-اظهرت الدراسة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تنمية الأداء التحكيمي

5-2التوصيات

- 1-استخدام المنهج المعد من قبل الباحث في الدورات التحكيمية المعتمدة من قبل الاتحادين العراقي والكرديستاني وذلك لتأثيره الواضح على مستوى الأداء التحكيمي.
- 2-الاهتمام بضرورة تدريب الحكام على استخدام مهارات وفنيات الارشاد المعرفي في تنمية الشخصية .

¹ سعيد حسني العزة وعبد الهادي جودت عزت .(1999) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان-الأردن ، ص 232.

3- ضرورة تواجد خبير نفسي للحكام في الدورات والمعسكرات أسوة بالمدرّب البدني كضرورة لنجاح العملية التدريبية.

المصادر:

- ❖ أسامة كامل راتب, صدقي نورالدين , (2004) : تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي , القاهرة , دار الفكر العربي .
- ❖ خلف , صباح قاسم , سمير مهنا عناد . (2014) حكام كرة القدم , تغذية , مناهج , (بغداد وزارة التعليم العالي) .
- ❖ الخليفة , ابراهيم وآخرون . (2008): علم النفس الرياضي, ط1, دار الفكر العربي , مصر .
- ❖ الخيال , افتخار كنعان . (1994) : اثر الإرشاد التربوي في التحصيل الدراسي في مادة اللغة الإنكليزية لطالبات المرحلة المتوسطة , (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية , الجامعة المستنصرية .
- ❖ عثمان , السيد عثمان والشرقاوي , انور . (1978) : التعلم وتطبيقاته, دار الثقافة , القاهرة .
- ❖ العزة , سعيد حسني وعبد الهادي , جودت عزت . (1999) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي , مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع , عمان-الأردن .
- ❖ القاضي , يوسف وآخرون . (1981) : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي , ط1, دار المريخ , السعودية .
- ❖ قانون كرة القدم . 2014 .
- ❖ المندلأوي , قاسم حسين مهدي ومحمود عبد الله الشاطي . (1987) : التدريب الرياضي والأرقام القياسية , جامعة الموصل / دار الكتب للطباعة والنشر .

- OSAMA KAMEL RATIB, SIDQI NOUREDDINE, (2004): TRAINING PSYCHOLOGICAL SKILLS IN THE SPORTS FIELD, CAIRO, ARAB THOUGHT HOUSE.
- KHALAF, SABAH QASSEM, SAMIR MUHANNA INAD. (2014) FOOTBALL REFEREES, NUTRITION, CURRICULA, (BAGHDAD, MINISTRY OF HIGHER EDUCATION.(
- AL-KHALIFA, IBRAHIM ET AL. (2008): MATHEMATICAL PSYCHOLOGY, EDITION 1, DAR AL-FIKR AL-ARABI, EGYPT.
- AL-KHAYAL, IFTIKHAR KANAAN. (1994): THE EFFECT OF EDUCATIONAL COUNSELING ON ACADEMIC ACHIEVEMENT IN ENGLISH LANGUAGE FOR MIDDLE SCHOOL STUDENTS, (UNPUBLISHED MA THESIS), COLLEGE OF EDUCATION, AL-MUSTANSIRIYA UNIVERSITY.
- OTHMAN, MR. OTHMAN AND AL-SHARQAWI, ANWAR. (1978): LEARNING AND ITS APPLICATIONS, HOUSE OF CULTURE, CAIRO.
- AL-AZZA, SAEED HOSNI AND ABDEL-HADI, JAWDAT EZZAT. (1999): COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY THEORIES, LIBRARY OF CULTURE HOUSE FOR PUBLISHING AND DISTRIBUTION, AMMAN - JORDAN
- AL-QADI, YOUSSEF AND OTHERS. (1981): PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND EDUCATIONAL GUIDANCE, 1ST EDITION, DAR AL-MARIKH, SAUDI ARABIA.
- FOOTBALL LAW. 2014.
- AL-MANDALAWI, QASSEM HUSSEIN MAHDI AND MAHMOUD ABDULLAH AL-SHATI. (1987): MATHEMATICAL TRAINING AND RECORDS, UNIVERSITY OF MOSUL / DAR AL-KUTUB FOR PRINTING AND PUBLISHING.

ملحق (1) مقياس الشخصية

ت	الفقرات	نادرا	قليلا	احيانا	غالبا	دائما
1.	اثق في النجاح واعترف بأخطائي					
2.	لدي توقع نحو فوز احد الفريقين					
3.	يمكنني التعرض للمخاطر عند خسارة احد الفريقين					
4.	استمتعت بالتدريب مع الاخرين					
5.	لا اريد ان اكون موضع اهتمام عند فوز احد الفريقين					
6.	اريد ان اكون رياضيا مشهورا في لعبتي					
7.	اثق في قدراتي الذاتية					
8.	استطيع تصحيح ادائي بسرعة عندما اخطئ					
9.	لدي ثقة في الاداء الجيد واطهار كفاءتي					
10.	استفيد من موهبتي في تحقيق افضل اداء					
11.	يصعب علي الاندماج في الاداء اثناء المباراة					
12.	افشل في تحقيق افضل اداء					
13.	لدي خبرة بالأفكار والاساليب الحديثة للتدريب					
14.	اتقبل الافكار والاساليب التي تطور من ادائي					
15.	احتفظ بمستوى ادائي الجيد مع تغيير مواقف المباراة					
16.	اتوقع خطة المباراة للفريقين قبل بدنها					
17.	مستوى ادائي لا يتناسب مع قدراتي الحقيقية					
18.	اعرف مستوى ادائي المطلوب تحقيقه					
19.	اعرف نقاط الضعف في مهاراتي وكيفية تطويرها					
20.	اقوم الابتكار والتجديد في الرياضة					
21.	اتجنب استخدام اجهزة التدريب الحديثة					
22.	اشعر ان ما انجزته قليلا					
23.	استفادتي قليلة من ادائي السابق					
24.	ليس لدي الرغبة في تصحيح اخطائي					
25.	اشعر ان نبضات قلبي تكون سريعة قبل المباراة					

					اشعر بالعصبية قبل المباراة	.26
					افشل في تحقيق قدراتي البدنية	.27
					اشعر بالقلق قبل المباريات الهامة	.28
					اشعر بالضعف التهيئة للمباراة	.29
					اتحدث مع نفسي للانسحاب من الرياضة	.30
					اخشى الفشل وفقدان السيطرة على ادائي	.31
					اشعر بالإجهاد البدني والنفسي	.32
					استسلم سريعا لضغوط المباراة	.33
					افتقد الى الرغبة في تحقيق المكسب	.34
					اشعر بعدم الراحة عندما يكون ادائي موضع تقويم من الاخرين	.35
					اشعر بالهدوء قبل المباراة	.36
					احرص على التدريب بجدية	.37
					احرص على بذل أقصى ما في استطاعتي	.38
					ادائي في المباراة جيدة	.39
					اسعى للتفوق على جميع زملائي	.40
					انا شغوف في ان اكون الافضل في المباراة	.41
					هدفي ان اكون في افضل مستوى رياضي	.42
					اتدرب جيدا استعدادا للمباراة	.43
					يمكنني الاعتماد على نفسي بسهولة	.44
					يمكنني مساعدة او نقل اللاعب المصاب الى خارج ميدان اللعب	.45
					اظهر الروح الرياضية عند التعامل مع الاخرين	.46
					لا اتناول العقاقير والمنشطات	.47
					ابذل أقصى ما عندي لتنفيذ الاداء الصحيح	.48
					اتحدث مع نفسي بضرورة تحقيق اهدافي	.49
					يمكنني ان ابتسم في المواقف الضاغطة	.50
					اتعامل مع الرياضيين على نحو افضل من معاملتهم لي	.51
					اتعامل مع لاعبي الفريقين بروح رياضية	.52

				استشير مشرف او مقيم المباراة قبل المباراة	.53
				استفيد من الرياضة في تكوين علاقات اجتماعية	.54
				يسهل عليـة تكوين علاقات اللاعبين	.55
				افشل في السيطرة على انفعالاتي	.56
				استمتع بالعلاقات الجيدة مع الاخرين	.57
				اجد صعوبة في مناقشة زملائي	.58
				اتجنب تكوين علاقات مع الرياضيين	.59
				اكون سعيدا عندما اتدرب بمفردي	.60
				اتجاهل وجهات نظر زملائي	.61
				اجد صعوبة في التعاون مع زملائي	.62
				اخبر نفسي بالهدوء عند مواجهة ضغوط المباراة	.63
				يمكنني تهدئة نفسي قبل المنافسة بأداء التصور العقلي اني لعب جيدا	.64
				استخدم التصور العقلي للتدريب على خطة الاداء في المباراة	.65
				افشل في تحقيق الاداء الذي تدربت عليه بالتصور العقلي	.66
				لدي اهداف تدريب واضحة احاول تحقيقها	.67
				اتحدث مع نفسي عن خبرات الفشل قبل المنافسة	.68
				افشل في تحقيق افضا اداء	.69
				اساليب الاسترخاء تؤثر قليلا على مستوى ادائي	.70
				استطيع الاداء الجيد دون استخدام التصور العقلي	.71
				اقوم بأداء حركات او مهارات قبل المباراة	.72

تأثير اوزان مختلفة في بعض المتغيرات الكينماتيكية لاختبار قوة الذراعين

أ.م.د احمد سبع عطية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد

أ.م.د. حميد احمد محمد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت

م. امجد حامد بدر / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/6/30

الكلمات المفتاحية

- الزخم

- الدفع

- لقدرة

الخلاصة: هدفت الدراسة الى التعرف على قيم اختبار القوة الانفجارية للذراعين بأوزان مختلفة وبعض متغيراتها الكينماتيكية وتأثير ذلك عليها اضافة الى مستوى الفروق التي تطرا على الاداء ومتغيراته لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد العام (2018-2019م)، ومن خلال اطلاع الباحثون على مختلف المصادر العلمية فانه لم يجد دراسة مشابهة تأخذ اختلافات الاوزان في الانجاز والمسار الميكانيكي للأداء، كذلك عندما نأخذ متطلبات الاختبار فنجد ان هناك مصادر تعطي الاهمية لهذا النوع من الاختبارات في معرفة القوة الانفجارية للذراعين ولكنها لا تنطبق في الوزن (الكرة الطبية) الذي يستخدم للاختبار فبعضها يعطي وزن (1) كغم والآخر (2) كغم والآخر (3) كغم... الخ، علما انها لنفس العينة من حيث العمر او المستوى، صحيح اننا قد نراعي حالات الوزن عندما يختلف عمر العينة. واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات وتكونت العينة من (100) طالب توزعوا على المراحل الاربعة. واجريت التجربة في القاعة الداخلية المغلقة وقد اجرت العينة الاختبارات على (3) اوزان مختلفة في رمي الكرة الطبية (1) كغم، (2) كغم (3) كغم من وضع (الجلوس). وتم استعمال كاميرا بسرعة (120)ص/ثا اضافة الى تحليل المتغيرات عن طريق برنامج التحليل الحركي (Kienovea) واستخرجت النتائج باستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) (One.way.Anova)، (L.S.D). واستنتج ان هناك نسب تناقص ثابتة في مقدار متغيرات البحث بين الاوزان المختلفة، وان سرعة الانطلاق هي المتغير الاكثر تأثرا بعد الانجاز في اختلاف الاوزان.

1- الباب الاول- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث واهميته:

تعددت الدراسات الحديثة في اختبارات القوة الانفجارية للذراعين لما لها من اهمية كبرى في معظم الحركات الرياضية والتي لها الاثر الكبير في كثير من الحركات على الانجاز الافضل التي تستخدم الذراعين، وكل هذه الصفات تحتاج الى اختبارات ذات

موضوعية عالية لأجل صحة القياس للصفة المطلوبة، ولعل من الأهمية ان نجد تأثيرات الاوزان المختلفة على الانجاز والمسار الحركي للأداء، ولكي تكون هذه الدراسة ذات رصانة عالية نحتاج في اغلب الاحيان الى عينات تمثل متطلبات الدراسة لأنها قد تصل الى حالة من النظريات الثابتة للعلوم التدريبية والميكانيكية وعلوم الاختبارات، فاختلاف الاوزان يعني ان هناك تغيرا في الكتلة ويؤدي ذلك الى تغير في القوة المبذولة والزخم الناتج ومسارات الدفع وهذه جميعها لها علاقة بزمن الاداء للذراع ويعني السرعة، ولكن التساؤل الى أي مدى سيكون التغير وهذا قد يكون احد جوانب اهمية هذه الدراسة.

1-2 مشكلة البحث:

لم يجد الباحثون ومن خلال اطلاعهم على دراسة مشابهة تأخذ اختلافات الاوزان في الانجاز والمسار الميكانيكي للأداء، كذلك عندما نأخذ متطلبات الاختبار فنجد ان هناك مصادر تعطي الأهمية لهذا النوع من الاختبارات في معرفة القوة الانفجارية للذراعين ولكنها لا تنطبق في الوزن (الكرة الطبية) الذي يستخدم للاختبار فبعضها يعطي وزن (1) كغم والآخر (2) كغم والآخر (3) كغم... الخ، علما انها لنفس العينة من حيث العمر او المستوى، صحيح اننا قد نراعي حالات الوزن عندما يختلف عمر العينة، لذلك ارتأى الباحثون ان يدرسوا هذه الاختلافات في الاوزان للاختبار لعنا نجد فروقا تعطينا تفسيراً علمياً قد يفيدنا في مثل هذه الحالة، وعلى اساس ذلك تم اختيار التحليل البايوميكانيكي كوسيلة علمية دقيقة في مثل هذا النوع من الدراسات.

1-3 هدفا البحث:

✓ التعرف على قيم اختبار القوة الانفجارية للذراعين بأوزان مختلفة وبعض متغيراتها الكينماتيكية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد العام (2018-2019)م.

✓ التعرف على مقدار الفروق في اختبار القوة الانفجارية للذراعين بأوزان مختلفة وبعض متغيراتها الكينماتيكية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد العام (2018-2019)م.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: عينة من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد العام (2018-2019)م.

1-4-2 المجال المكاني: القاعة الداخلية للألعاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد

1-4-3 المجال الزمني: الفترة من (2019/3/6)م لغاية (2019/12/25)م.
2- الباب الثاني - الدراسات النظرية والمشابهة:

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 الاختبارات وأهميتها:

يبنى التدريب الرياضي الناجح على أسس علمية وهذه الأسس تستند الواحدة على الأخرى ولاستكمال هذه العملية ومعرفة مدى نجاحها لا بد أن تكون هناك اختبارات تجري ويتم قياسها ويعتمد عليها قبل الخوض في تنفيذ المنهاج التدريبي أو في أثائه أو بعده وهذا يعني أن تكون هناك مراقبة لمدى صلاحية المنهاج والتقدم الذي يتم الوصول إليه، وإن مستوى التطور الذي حصل في أثناء التطبيق يدل على المراقبة الدورية المستمرة، والاختبار هو موضوع له أهميته الخاصة في معرفة تطور مستوى القدرة للاعب او المختبر⁽¹⁾.

"فالاختبار هو بيان حقيقة المستوى الراهن للفرد في متغير او مجموعة متغيرات وبوجود المعاملات العلمية له"⁽²⁾.

2-1-2 اختبارات قوة الذراعين وأهميتها:

لقوة الذراعين أهمية كبيرة في المجال الرياضي، إذ إنها تسهم في انجاز أي نوع من أنواع أداء الجهد البدني في الرياضات كافة وتتفاوت نسبة مساهمتها طبقاً لنوع الأداء وتسهم في تقدير العناصر والصفات البدنية الأخرى مثل السرعة والتحمل وتعد مصدراً مهماً في تحقيق التفوق الرياضي في معظم الرياضات⁽¹⁾.

وقوة الذراعين تكون من هذا المفهوم بأنها أساس الاداء الرياضي للألعاب التي اساس تفوقها يعتمد عليها ومن دونها لا تتم تلك الحركات الأمر الذي يوضح لنا أن

(1) محمد وليد شهاب؛ بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس دقة المهارات الفنية للاعبين الكرة الطائرة- جلوس المتقدمين، اطروحة، (كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2012) ص46.

(2) فارس سامي يوسف؛ تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارة الهجومية بكرة السلة في العراق، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000)، ص11.

(1) مفتي إبراهيم؛ التدريب الرياضي الحديث، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص167.

اللاعب لا يمكنه الاحتفاظ بمستوى نشاطه وحركاته من دون الاحتفاظ بالقوة العضلية للذراعين في تنفيذ متطلبات الانجاز لمختلف الالعاب⁽²⁾.

ويرى الباحثون ان دراسة اختبار قوة الذراعين بأوزان مختلفة يعطينا تفسيراً لمسار حركات الذراعين ومدى تأثيرها بتغيير الأوضاع او يبين لنا أي منها هي الادق في معرفة قوة الذراعين فهي معلومة تدريبية وبيوميكانيكية قد تصحح بعض المفاهيم العلمية وقد تجد لنا بعض عيوب هذه الاختبارات وامكانية تصحيحها، صحيح ان الانجاز تكون فروقه واضحة بين الاوزان الثلاثة لكن متغيرات البحث المدروسة لم نجد لها اجابة واضحة ودقيقة رقمياً واحصائياً في البحوث العلمية والدراسات.

2-2 الدراسات المشابهة:

لم يجد الباحثون دراسة مشابهة او سابقة سواء كانت عربية او اجنبية في شبكة الانترنت لمختلف المجالات والمواقع.

3- الباب الثالث- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تكونت العينة من (100) طالب (ذكور) توزعوا على المراحل الاربعة، وعمل الباحثون على استبعاد لاعبو الاندية والمنتخبات، وتم قياس الكتلة والطول وطول الذراع لأجل فحص تجانسها لأنها تعتبر من المتغيرات المؤثرة في مسافة الرمي وكما يبين الجدول (1).

الجدول (1) وصف العينة في متغيرات الكتلة والطول الكلي وطول الذراع.

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س-	الوسيط	ع±	الالتواء
1	الكتلة	كغم	72.650	72.000	14.835	0.262
2	الطول الكلي	سم	176.690	177.000	8.939	0.066
3	طول الذراع	متر	73.000	73.000	5.144	-0.108

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

3-3-1 وسائل جمع المعلومات:

(2) صالح شافي العائذي، التدريب الرياضي (أفكاره وتطبيقاته)، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011، ص121.

- ✓ المراجع والمصادر العربية والاجنبية.
- ✓ شبكة الانترنت الدولية.
- ✓ الملاحظة والتجريب.
- ✓ الاختبارات والقياس.

3-3-2 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

- ✓ كاميرا تصوير نوع (SONY) يابانية الصنع سرعة (120)ص/ثا، عدد(1).
- ✓ برنامج التحليل الحركي (Kinovea).
- ✓ جهاز كومبيوتر نوع (HP) عدد (1).
- ✓ شريط قياس جلدي بطول (20)م، و(1.5)م.
- ✓ مقياس رسم متري.
- ✓ كرات طبية بوزن (1) كغم، (2) كغم، (3) كغم.
- ✓ كرسي عدد (1).

3-4 اجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 اختبار رمي الكرة الطبية باليدين من فوق الراس⁽¹⁾:

- الغرض من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للذراعين.
- الادوات المستخدمة: كرات طبية بوزن (1) كغم، (2) كغم، (3) كغم، شريط قياس، كرسي.
- وصف الاداء: يتخذ المختبر الوضع المطلوب (جلوس على الكرسي) ويمسك الكرة الطبية باليدين حسب الوزن (1) كغم، (2) كغم، (3) كغم، فوق الراس ويحاول رمي الكرة الى ابعد مسافة ممكنة من الثبات حيث لكل مختبر ثلاث محاولات.
- التسجيل: تحسب المسافة بين حافة خط الرمي والنقطة التي تسقط عليها الكرة.

(1) نزار حسين النفاخ "نسرين حسن ناجي؛ تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للاعبين ناشئة نادي التضامن ونادي الكوفة في محافظة النجف بعمر (14-16) سنة"، مجلة علوم التربية الرياضية، 4ع، مج6، 2013، ص511.



الشكل (1) وضع رمي الكرة الطبية

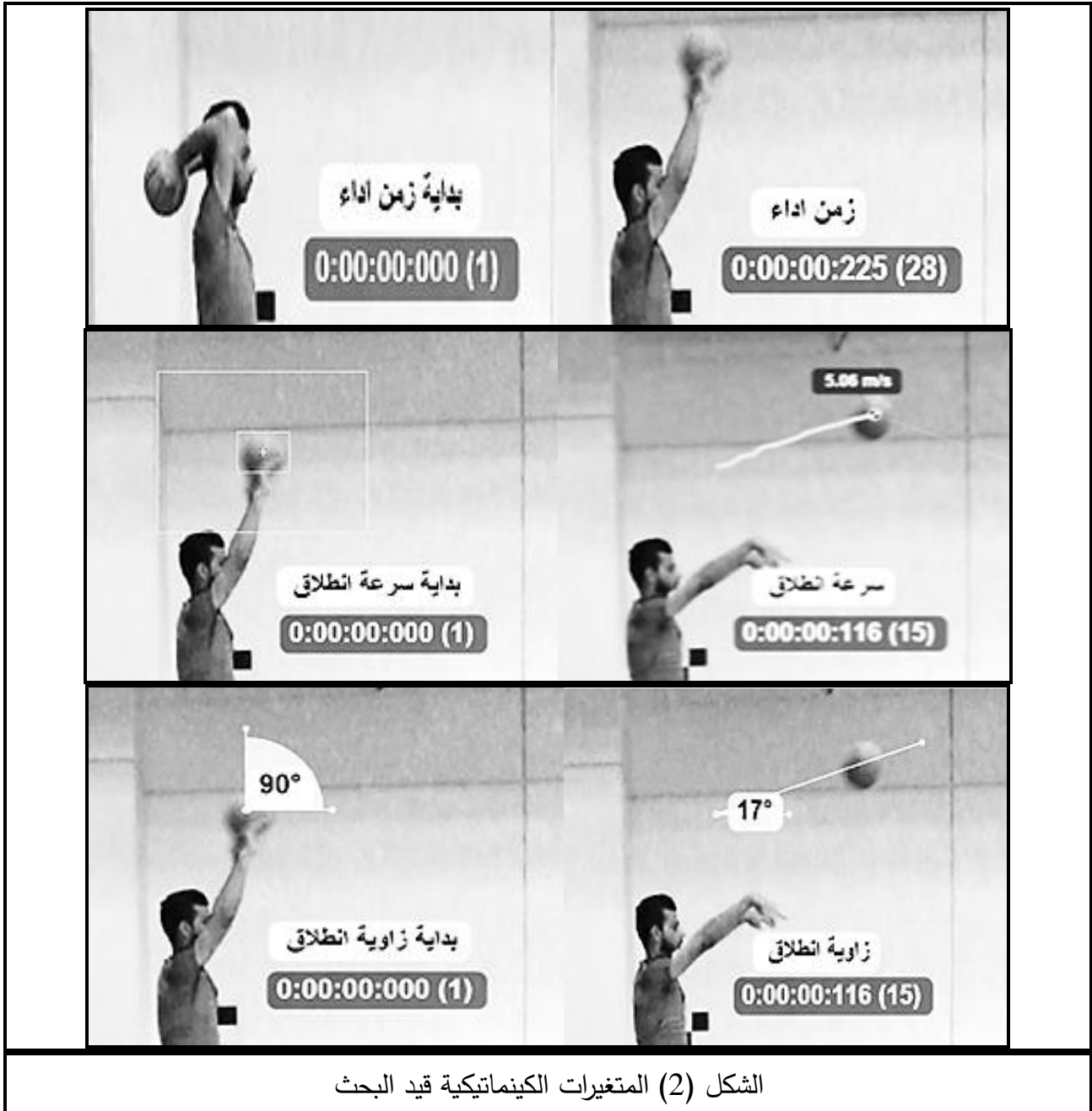
3-4-2 التجربة الاستطلاعية:

تمت بتاريخ الاربعاء (2019/3/6) م الساعة (9.00) صباحا في القاعة الداخلية لملاعب الكرة الطائرة، على اربع طلاب من مراحل مختلفة، وبعد عدة محاولات تم اختيار قياسات الاختبار، اضافة الى السرعة المناسبة للكاميرا التي تلائم مع الاضاءة.

3-4-3 التجربة الرئيسية:

تمت في القاعة الداخلية للألعاب (الكرة الطائرة) اثناء فترات الدوام الرسمي من الساعة (10.30 - 11.30) صباحا ولمدة (15) يوم ابتدأت الاحد الموافق (2019/3/10) م وانتهت الاثنين الموافق (2019/3/25) م، وقد استخدمت (3) اوزان مختلفة في رمي الكرة الطبية تعمل المجموعة على اكمال كل وزن على حدة، واستخدمت كاميرا بسرعة (120) ص/ثا وبؤرة مفتوحة بالكامل وقياساتها تبعد (2.10) متر بارتفاع (1.20) متر.

وتم من خلالها استخراج المتغيرات الكينماتيكية حسب كل وزن (زمن الاداء، زاوية الانطلاق، سرعة الانطلاق لـ (0.116) ثانية) واستخدم زر (Track.Bath) للإيجاد السرعة الانطلاق وكما في الشكل (2).



3-5 الوسائل الاحصائية:

استخرجت النتائج باستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) وهي:

(الوسط الحسابي)، (الوسيط)، (الانحراف المعياري)، (معامل الالتواء)، (L.S.D).

4- الباب الرابع- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-4 عرض وتحليل قيم اوساط وانحرافات و (Anova) و (L.S.D) متغيرات البحث

للأوزان الثلاثة ومناقشتها:

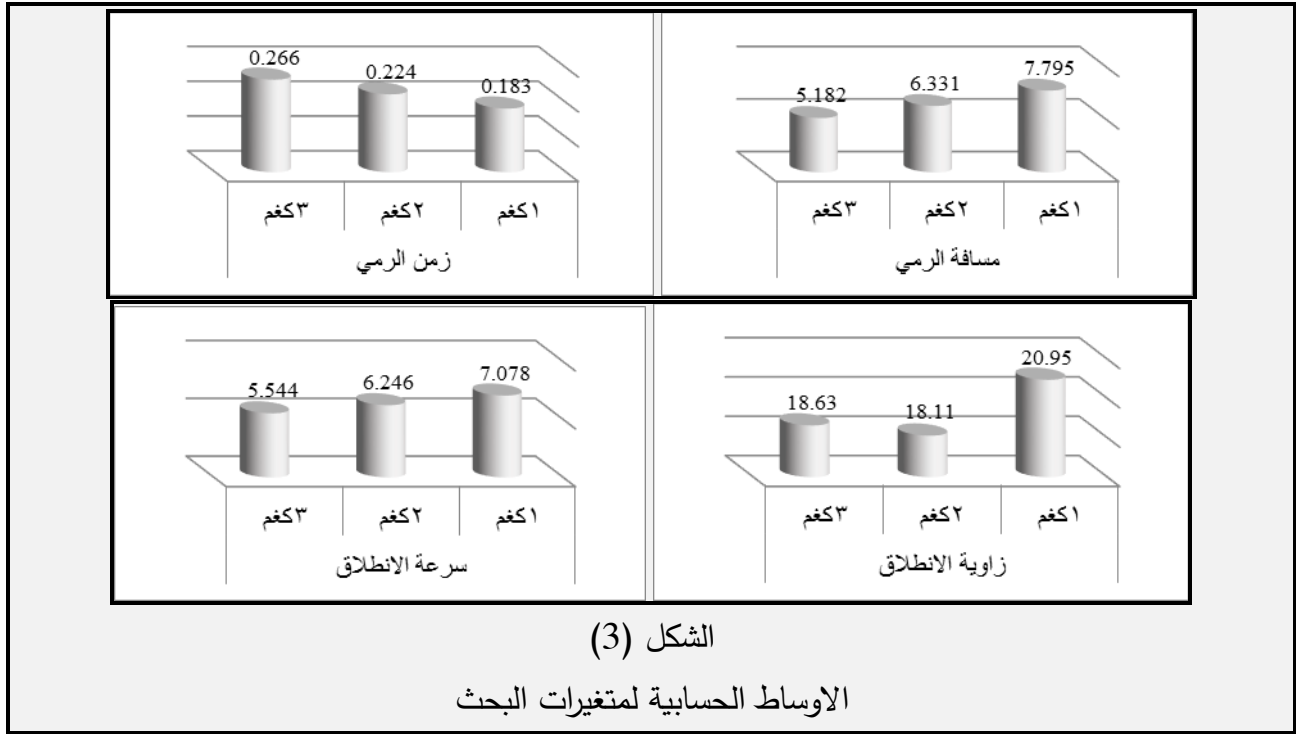
الجدول (2)

وسط وانحراف نتائج العينة في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجاميع	العينة	س-	±ع
1	مسافة الرمي	متر	1كغم	100	7.795	1.535
			2كغم	100	6.331	0.856
			3كغم	100	5.182	0.804
			Total	300	6.436	1.544
2	زمن الرمي	ثانية	1كغم	100	0.183	0.043
			2كغم	100	0.224	0.058
			3كغم	100	0.266	0.062
			Total	300	0.224	0.064
3	زاوية الانطلاق	درجة	1كغم	100	20.950	8.371
			2كغم	100	18.110	7.771
			3كغم	100	18.630	5.423
			Total	300	19.230	7.380
4	سرعة الانطلاق	متر / ثانية	1كغم	100	7.078	1.079
			2كغم	100	6.246	0.748
			3كغم	100	5.544	0.838
			Total	300	6.289	1.095

من خلال الجدول (2) يتبين ان اعلى وسط حسابي في مسافة الرمي كان لـ (1) كغم

ثم (2) كغم واخيرا (3) كغم اضافة لسرعة وزاوية الانطلاق وكذلك الافضلية من حيث الاقل زمنا.



ويلاحظ ان تناقص الانجاز بين (1) كغم و(2) كغم (18.78%)، وبين (2) كغم و(3) كغم (18.14%)، اما التناقص في سرعة الانطلاق بين (1) كغم و(2) كغم (11.75%)، وبين (2) كغم و(3) كغم (11.23%)، وفي الزمن بين (1) كغم و(2) كغم (18.30%)، وبين (2) كغم و(3) كغم (15.78%).

ومن خلال ملاحظة الباحثون للنتائج وجد ان المتغيرات اعلاه تحتوي على متغيرات الزخم والقوة بمقادير مختلفة حسب كتلة الكرة، فالزخم بالنسبة لـ(1) كغم (7.078) جول، ولـ(2) كغم (12.492) جول، ولـ(3) كغم (16.632) جول، ونتائج الزخم اعلاه يبين قيمة الدفع ايضا، اما بالنسبة للقوة (38.68) نيوتن لـ(1) كغم، و(55.77) نيوتن لـ(2) كغم، و(62.53) نيوتن لـ(3) كغم، وهذه النتائج توضح مقدار تأثير الازان في مقدار القوة المنتجة.

الجدول (3)

(Anova) متغيرات البحث للأوزان الثلاثة.

ت	المتغيرات	بين وداخل المجاميع	مجموع المربعات	df	مربع الوسط	F	Sig.
1	مسافة الرمي	بين المجاميع	342.92	2	171.46	137.67	.000
		داخل المجاميع	369.89	297	1.25		
		Total	712.81	299			
2	زمن الرمي	بين المجاميع	.340	2	.170	56.08	.000
		داخل المجاميع	.901	297	.003		
		Total	1.242	299			
3	زاوية الانطلاق	بين المجاميع	457.28	2	228.64	4.29	.015
		داخل المجاميع	15825.85	297	53.29		
		Total	16283.13	299			
4	سرعة الانطلاق	بين المجاميع	118.08	2	59.04	72.99	.000
		داخل المجاميع	240.22	297	0.81		
		Total	358.30	299			

▪ معنوي عند (Sig) $\geq (0.05)$.

من خلال الجدول (3) يتبين ان الفروق كانت جميعها معنوية ومن خلال قيم (F) فالأفضلية للإنجاز ثم سرعة الانطلاق ثم زمن الرمي واخيرا زاوية الانطلاق.

الجدول (4)

(L.S.D) متغيرات البحث للأوضاع الثلاثة.

ت	المتغيرات	الاوران	ف-س	الخطأ المعياري	Sig.	المعنوية لصالح الـ
1	مسافة الرمي	1كغم	1.464*	.158	.000	1كغم
		2كغم	2.613*	.158	.000	1كغم
		3كغم	1.149*	.158	.000	2كغم
2	زمن الرمي	1كغم	-.040*	.008	.000	1كغم
		2كغم	-.083*	.008	.000	1كغم
		3كغم	-.042*	.008	.000	2كغم
3	زاوية الانطلاق	1كغم	2.840*	1.032	.006	1كغم
		2كغم	2.320*	1.032	.025	1كغم
		3كغم	-.520	1.032	.615	
4	سرعة الانطلاق	1كغم	.833*	.127	.000	1كغم
		2كغم	1.535*	.127	.000	1كغم
		3كغم	.702*	.127	.000	2كغم

▪ معنوي عند (Sig) $\geq (0.05)$.

من خلال (4) الجدول يتبين ان جميع الفروق كانت لصالح (1) كغم ثم (2) كغم عدا زاوية الانطلاق فلم تكن افضلية معنوية بين (2) كغم و(3) كغم، ويرى الباحثون من البديهي ان كتلة الكرة هي العامل الاول في تأثيره على المتغيرات فهي من العلاقات المهمة التي تخص الزخم الحركي الذي يمتلكه المختبر، فالكتلة الاكبر تضع قصورا ذاتيا على المختبر بنسبة اكبر من الاخف وزنا باعتبار ان المختبر ثابت الكتلة ولكن ما يتأثر هو سرعة الحركة من خلال زيادة الوزن، فالأكبر وزنا يضع على المختبر عوامل تؤدي الى بذل جهد وقوة اكبر واول حالة تأثير واضحة كانت هو زمن الاداء فقد ازداد مع زيادة الكتلة، وهذا يعني في تفسيره الفيزيائي زيادة الدفع، اذا عندما

تزداد الكتلة يزداد زمن الدفع. ان مسافة الانجاز وسرعة الانطلاق تكون الافضل فيهما لكتلة الكرة المرمية الاصغر.

فالكتلة الاكبر اثرت على التعجيل اثناء انطلاق الكرة⁽¹⁾. وقله التسارع الايجابي دلالة على انخفاض سرعة انطلاق الاداة⁽²⁾. ان المفاهيم التي ذكرت اعلاه جميعها قد تكون علاقتها الاكبر في الزمن علما ان التعامل مع هذه الحركات يكون مع الزخم الزاوي والذي تأثر زمنه بشكل كبير باعتباره هو احد اوجه السرعة في تطبيق قانون الزخم الزاوي، ففي دراسة اثبتت "ان هناك علاقة ارتباط بين مرحلة الرمي ومسافة الانجاز"⁽³⁾، وفي دراسة اخرى تثبتت "ان مؤشر الزخم الزاوي له الدور المهم في الانجاز"⁽⁴⁾.

فأساس ما تم من مسافة وبذل قوة واختلاف في المتغيرات الموضوعه هو عزم القصور الذي سببه وزن الكرة⁽⁵⁾.

ولهذا وضح الباحثون اهمية الزخم في مثل هذه الاختبارات وتأثر مسافة انجازها بكتلة الكرة المستخدمة. فالزخم هو عامل فيزيائي مهم في الحركات الانسانية وطبيعة التعامل كنسولوجيا⁽⁶⁾.

"فالزخم يكتسب أهمية بالغة في انه المتحكم الأول في الحركات الرياضية"⁽⁷⁾.

فهو احد اوجه القوة والدفع فزيادة وزن الكرة يعني ان هناك قوة اكبر تبذل للتغلب على مقاومتها وستؤثر بالنتيجة على الدفع من حيث زمن الحركة. فهناك علاقة بين الدفع والزخم عند زيادة المقاومة⁽⁸⁾.

(1) حسين مردان، وعمر اياد. (2011)؛ البايوميكانيك في الحركات الرياضية. مطبعة النجف الاشرف. ط1. العراق. ص34.

(2) علي سلوم جواد. (2007)؛ البايوميكانيك الأسس النظرية والتطبيقية في المجال الرياضي. العراق. ص85.

(3) صريح عبد الكريم (2007)؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي، بغداد، مطبعة عدي العكلي. ص79.

(4) علوة عبد الجبار شنين. (2010)؛ "دراسة تحليلية لبعض المتغيرات البيوميكانيكية وعلاقتها بمسافة الانجاز لمرحلة الرمي في فعالية رمي القرص". مجلة علوم التربية الرياضية. العدد الرابع. المجلد الثالث. ص8.

(5) Luis A. Nolasco, Anne K. Silverman, Deanna H. Gates (2019); "Whole-body and segment angular momentum during 90-degree turns Gait & Posture", Volume 70, May. P.19.

(6) Vladimir Epp, Julia Janz, Margarita Zotova (2018); "Angular momentum of radiation at axial channeling Nuclear Instruments and Methods in Physics Research Section B": Beam Interactions with Materials and Atoms, Volume 436, 1 December. P.83.

(7) الخالدي حمد جاسم، والعامري حيدر فياض. (2010)؛ اساسيات البيوميكانيك. شركة دار الاحمدي. ط1. العراق. ص77.

(8) Brian K. Schilling, Michael J. Falvo, and Loren Z.F. Chiu (2008); "Force-velocity, impulse-momentum relationships: Implications for efficacy of purposefully slow resistance training", Journal of Sports Science and Medicine. P.299.

ويأتي تأثير الزخم من بما نعنيه هو كتلة المختبر او بشكل ادق كتلة الذراع فازديادها يعطي مردودا ايجابيا في صغر زمن الاداء وسرعة الانطلاق ويعطي افضلية في كبر زاوية الانطلاق.

ففي دراسة اثبتت ان القوة مرتبطة بكتلة الجسم فهي تعطي افضلية في الاداء للتفوق على اوزان او اثقال بشكل افضل من اصحاب الكتلة الاصغر⁽¹⁾.

فالقياصات الجسمية لها تأثير عالي في مستوى انتاج القوة والسرعة اضافة الى ان هذه القياصات لا تشمل الاطوال فقط انما ايضا حجم العضلات الخاصة بالأداء والتي تتأثر بالكتلة الكلية⁽²⁾.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- ✓ هناك نسب تناقص ثابتة في مقدار متغيرات البحث بين الاوزان المختلفة.
- ✓ ان سرعة الانطلاق هي العامل الاكثر تأثرا بعد الانجاز في اختلاف الاوزان.
- ✓ ان الفروق المعنوية في المتغيرات المدروسة تعطي مؤشرا ان كل وزن يقيس صفة معينة من القوة.
- ✓ لم يتوصل الباحثون الى تفسير في اختيار أي الاوزان هو الاصح في مثل هذا النوع من الاختبارات.

5-2 التوصيات:

- ✓ يحث الباحثون على عمل دراسات اكثر قد تعطي تفسير في اختيار أي الاوزان هو الاصح في مثل هذا النوع من الاختبارات.
- ✓ عمل بحوث مشابهة باستخدام اوضاع اخرى كالوقوف او الجلوس الطويل لمعرفة الفروق التي تعطيها هذه الازواضع اضافة الى وضع متغيرات اخرى تخص اجزاء الجسم التي لم تدرس.

⁽¹⁾ Błażkiewicz, M., Łysoń, B., Chmielewski, A., & Wit, A. (2016). **Transfer of mechanical energy during the shot put.** *Journal of Human Kinetics*, 52(1), 1348.

⁽²⁾ Mounir.Landolsi, et.al, (2018); **Kinematic analysis of the shot-put: A method of assessing the mechanical work of the hand action force**, *European Journal of Sport Science*, p.6.

❖ المصادر:

- حسين مردان، وعمر اياد. (2011)؛ البيوميكانيك في الحركات الرياضية. مطبعة النجف الاشرف. ط1. العراق. ص34.
- الخالدي حمد جاسم، والعامري حيدر فياض. (2010)؛ اساسيات البيوميكانيك. شركة دار الاحمدى. ط1. العراق. ص77.
- صالح شافي العائذي، التدريب الرياضي (أفكاره وتطبيقاته)، بغداد ، دار الكتب والوثائق، 2011، ص121.
- صريح عبد الكريم (2007)؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، بغداد، مطبعة عدي العكلي. ص79.
- علوة عبد الجبار شنين. (2010)؛ "دراسة تحليلية لبعض المتغيرات البيوميكانيكية وعلاقتها بمسافة الانجاز لمرحلة الرمي في فعالية رمي القرص". مجلة علوم التربية الرياضية. العدد الرابع. المجلد الثالث. ص8.
- علي سلوم جواد. (2007)؛ البيوميكانيك الأسس النظرية والتطبيقية في المجال الرياضي. العراق. ص85.
- فارس سامي يوسف؛ تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارة الهجومية بكرة السلة في العراق، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000)، ص11.
- محمد وليد شهاب؛ بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس دقة المهارات الفنية للاعبين الكرة الطائرة- جلوس المتقدمين، اطروحة، (كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2012) ص46.
- مفتي إبراهيم؛ التدريب الرياضي الحديث، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص167.
- نزار حسين النفخ "سرين حسن ناجي؛ تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للاعبين ناشئة نادي التضامن ونادي الكوفة في محافظة النجف بعمر (14-16) سنة"، مجلة علوم التربية الرياضية، ع4، مج6، 2013، ص511.

References:

- Brian K. Schilling, Michael J. Falvo, and Loren Z.F. Chiu (2008); "**Force-velocity, impulse-momentum relationships: Implications for efficacy of purposefully slow resistance training**", Journal of Sports Science and Medicine. P.299.
- Błażkiewicz, M., Łysoń, B., Chmielewski, A., & Wit, A. (2016). **Transfer of mechanical energy during the shot put**. *Journal of Human Kinetics*, 52(1), 1348.
- Mounir.Landolsi, et.al, (2018); **Kinematic analysis of the shot-put: A method of assessing the mechanical work of the hand action force**, *European Journal of Sport Science*, p.6.
- Luis A. Nolasco, Anne K. Silverman, Deanna H. Gates (2019); "**Whole-body and segment angular momentum during 90-degree turns Gait & Posture**", Volume 70, May. P.19.

- Vladimir Epp, Julia Janz, Margarita Zotova (2018); "**Angular momentum of radiation at axial channeling Nuclear Instruments and Methods in Physics Research Section B**": Beam Interactions with Materials and Atoms, Volume 436, 1 December. P.83.
- Hussein Mardan, and Omar Iyad. (2011); **Biomechanics in sports movements**. Al-Najaf Al-Ashraf Press. i 1. Iraq. p. 34
- Al-Khalidi Hamad Jassim, and Al-Amri Haider Fayyad. (2010); **Basics of biomechanics**. Dar Al Ahmadi Company. i 1. Iraq. p. 77.
- Saleh Shafi Al-Aydhi, **Sports Training** (Its Ideas and Applications), Baghdad, House of Books and Documents, 2011, p. 121
- Sareeh Abd al-Karim (2007); **Biomechanics applications in sports training and motor performance**, Baghdad, Uday Al-Akaili Press. p. 79
- Alwa Abdul-Jabbar Shannen. (2010); **Analytical study of some biomechanical variables and their relationship to the achievement distance of the throwing stage in the effectiveness of discus throwing**. Journal of Physical Education Sciences. Fourth issue. Volume III. p. 8
- . Ali Salloum Jawad. (2007); **Biomechanics Theoretical and applied foundations in the sports field**. Iraq. p. 85.
- Faris Sami Yusuf; **Determining standard levels for some physical abilities and offensive skill in basketball in Iraq** (Master's Thesis, College of Physical Education, University of Baghdad, 2000), p. 11
- Muhammad Walid Shehab; **Building and standardizing a test battery to measure the accuracy of the technical skills of volleyball players - sitting applicants, thesis**, (College of Physical Education, University of Baghdad, 2012) pg 46
- Mufti Ibrahim; **Modern Sports Training, Cairo, Arab Thought House**, 2001, p. 167
- Nizar Hussain Al-Nafakh; "**Nisreen Hassan Naji Determining standard levels for some physical fitness elements for young players of Al-Tadamon Club and Al-Kufa Club in Najaf Governorate at the age of (14-16) years**", Journal of Physical Education Sciences, Vol. 4, Vol. 6, 2013, p. 511

دراسة تحليلية لبعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بالإنجاز في فعالية

رمي القرص للمتقدمين

أ.م. د. ممتاز أحمد أمين / كلية التربية التربية الرياضية / جامعة سوران

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

الكلمات المفتاحية

- التحليل
- المتغيرات البايوميكانيكية
- مرحلة الرمي
- الانجاز

الخلاصة: هدف البحث الى التعرف على قيم بعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي في فعالية رمي القرص، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين قيم تلك المتغيرات بمستوى الانجاز الرقمي في فعالية رمي القرص، وأفترض الباحث هناك علاقة ارتباط بين المتغيرات البايوميكانيكية قيد الدراسة. لمرحلة الرمي وتحقيق الانجاز الرقمي لفعالية رمي القرص وتم استخدام (2) من راميين خارج عينة البحث تجربة استطلاعية على ومن ثم استخدم الباحث التجربة النهائية في ميدان التجربة باستخدام (3) الأت التصوير الفديوية وتم اختيار عينة البحث من لاعبي رمي القرص بصورة عمدية من افضل لاعبي اندية العراق للمتقدمين وعددهم (5)، ومن أجل الحصول على بعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بالإنجاز في فعالية رمي القرص للمتقدمين منها (زمن مرحلة الرمي، ميلان الجذع في القسم التحضيري، وزاوية الإطلاق، السرعة المحيطية للذراع الرامية، السرعة الزاوية للذراع الرامية، سرعة الإطلاق، الزخم الزاوي للذراع الرامية، الطاقة الحركية للذراع الرامية، ارتفاع نقطة الإطلاق، عزم القصور الذاتي للذراع الرامية).

و استخدم الباحث المعالجات الإحصائية (الوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل الاختلاف ومعامل ارتباط البسيط (r) بيرسون) وتمت المعالجات الأحيائية بواسطة الحاسوب الآلي باستخدام الحقيبة الأحيائية برنامج (SPSS). وتم عرض نتائج البحث بعد تحليلها في جدول خاص من اجل تحليل النتائج.

واستنتج الباحث في استخراج نتائج البحث ما يلي :

- 1- الطاقة الحركية للذراع الرامية هي التي حققت اعلى علاقات بالانجاز في فعالية رمي القرص .
- 2- التأكيد على زاوية الإطلاق (الرمي) لما لها تأثير كبير لتحديد مسار طيران القرص.
- 3- استنتج الباحث ان المتغيرات الكينماتيكية قيد الدراسة ذات تأثير كبير على مسافة رمي القرص .
- 4- لا تأثير لمتغير زمن أداء مرحلة الرمي تأثير كبير على مسافة الانجاز وبشكل عكسي أي كلما قل زمن أداء المرحلة تحقق مسافة انجاز أفضل.
- 5- زيادة الطاقة الدورانية للذراع الرامية للقرص لها تأثير ايجابي على سرعة انطلاق القرص ومن ثم تحقيق مسافة انجاز أفضل .

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

إن بعض فعاليات الساحة والميدان التي تعتمد على الأداء الفني بدرجة عالية أجريت عليها العديد من التغيرات في الأداء الفني منذ الدورة الأولمبية سنة 1896 م وحتى يومنا هذا , إن هذه التغيرات تهدف زيادة إنتاجية الأداء لتحسين أرقام الفعاليات. ثم جرت العديد من التغيرات على الأداء الفني ومنها اساليب التدريب لفعالية رمي القرص وذلك من خلال استخدام مختلف العلوم ذات العلاقة بعلم التدريب الرياضي ومن أبرزها علم البايوميكانيك ، ما أدى إلى تطور الأداء فأصبح يؤدي من خلال عمل دورة ونصف ، اذ يقف الرامي في مؤخرة الدائرة والظهر مواجهها

لقطاع الرمي⁽¹⁾. اذ نلاحظ ان فعالية رمي القرص من الفعاليات التي تتطلب درجة عالية من الاتقان في مراحلها الفنية ، وان أي ضعف في متغير كينماتيكي سوف يؤثر بدرجة كبيرة على مسافة الرمي ، لذلك كان لزاما على المدربين التركيز بدرجة كبيرة على اهمية دراسة ما يقوم به الرامي داخل الدائرة وما ينتج عن حركاته خارج الدائرة بالنسبة لطريقة طيران القرص . ان دراسة هذه المتغيرات وبدقة يتطلب المزيد من الدراسات التحليلية لكل صغيرة وكبيرة تخص الاداء الفني وما ينتج عنه ، وهذا كله يتطلب التصوير والتحليل للاعبين بالإضافة الى دراسات المقارنة مع ابطال المسابقة في العالم من اجل معرفة المسببات للفوز والخسارة والعمل على تحسين المستوى من اجل مواكبة حركة التطور التي شملتها الفعالية في الفترات الأخيرة. ولفعاليات الرمي حصة في هذا التطور سواء من ناحية المسارات الحركية والقدرات البدنية إضافة إلى الأجهزة الخاصة بالرمي ومنها فعالية رمي القرص .

لقد تطور علو البايوميكانيك بدرجة كبيرة في الأونة الأخير لأسباب عدة ومن أولها تطور الوسائل التكنولوجية الحديثة مما ساعدت بدرجة عالية في تحديد المتغيرات الحركية للرياضيين بدقة ، وذلك التطور انعكس إيجاباً على مستوى تحديد النقاط الحرجة والمؤثرة في الأداء وبمختلف الفعاليات الرياضية وأخص بالذكر منها فعالية رمي القرص وهي من فعاليات الساحة والميدان التي تعتمد بدرجة كبيرة على نسبة معامل الاحتكاك وقوة الاحتكاك.

إن الأداء الفني لرمي القرص يتكون من عدة مراحل فنية ومن أهمها مرحلة الدوران ، وتلك المرحلة تتجلى بالتعامل المباشر بين محاور الارتكاز لأقدام الرامي مع أرضية دائرة الرمي .

والتحليل الحركي البيوميكانيكي هو احد الوسائل المهمة للتعرف على دقائق المسار الحركي لفعالية رمي القرص، واحد الطرق العلمية لمعرفة الخصائص الميكانيكية وفق برامج علمية مقننة ، إذ تستخدم القوانين الطبيعية للحصول على القيم الرقمية للمتغيرات الحركية التي تحكم هذه الفعالية والتي تمكن الرياضي والمدرّب والباحث من الوصول لأفضل مستوى للمعرفة في تطوير الانجاز وتكمن أهمية البحث في التعرف على الكثير من المتغيرات البايوكينماتيكية التي سوف تسهم في معرفة مكامن الضعف لمعالجتها والقوة لاستثمارها لدى لاعبي فعالية رمي القرص من الناحية البايوميكانيكية. وهذا سوف يفيد العاملين والمدربين في مجال العاب الساحة والميدان وبالذات في فعالية رمي القرص للمتقدمين العراق في هذه الفعالية ومن تلك الأهمية جاء أهمية البحث والحاجة إليه.

1-2 مشكلة البحث :

ان فعالية رمي القرص احدى الفعاليات التي تعتمد على العديد من المتغيرات التي اذا ما درست عن طريق التحليل البايوميكانيكي لكي نصل الى معرفة تأثير هذه المتغيرات ومدى مساهمتها في الانجاز اذ يعتمد الاداء الفني لفعالية رمي القرص على متغيرات بايوميكانيكية بتسلسل معين والتي اذا تمكنا من عزل اكثرها مساهمة في الانجاز نتمكن من توجيه الصحيح للجهود لتحقيق افضل انجاز ،ومن خلال خبرة الباحث في مجال التدريس والتدريبي العاب الساحة والميدان والبايوميكانيك مقارنة بالأرقام والإنجازات على المستوى العالمي ، حيث تبلورت فكرة لدى الباحث في دراسة بعض المتغيرات البايوميكانيكية والتي لها دور كبير في الاداء الحركي للاعب ومن خلالها يمكن

⁽¹⁾James G. Hay, **Biomechanics of sport techniques**, 3rd edition. Newgersy, 1985, 495.

الوصول الى مستوى جيد من الأنجاز ومن خلالها يمكن ان نضع بعض الحلول الإيجابية التي تمكننا من تحقيق افضل النتائج ومن هنا يكون التساؤل الاتي (هل هناك علاقة للمتغيرات البايوميكانيكية بالإنجاز في فعالية رمي القوس) ؟ ومن خلال المشاركات الميدانية لرياضيي أندية العراق واقليم كوردستان للرجال ، إذ لاحظ الباحث من خلال متابعته لنتائج رمي القوس للمتقدمين في العراق بشكل عام وفي إقليم كوردستان بشكل خاص إن الرقم العراقي في هذه الفعالية لم يتطور ولفترة طويلة، ونستطيع ان نقول تطور بطيء فضلا عن تواضعه مقارنة بالمستويات الدولية، وأن هناك ضعف في استثمار بعض المتغيرات البايوميكانيكية التي تعد الأساس المهم في الحصول على الانجاز العالي في فعالية رمي القوس وخاصة من خلال المظهر الظاهري للحركة المرئية بالعين المجردة مثل (سرعة إطلاق القوس وزاوية إطلاق القوس وزاوية الجسم لحظة الرمي والسرعة الزاوية للجسم والسرعة المحيطية للجسم في مرحلة الرمي)، فظلاً عن ندرة وقلة توفر الدراسات والبحوث البايوميكانيكية التي تهتم بالجانب البايوميكانيكي في فعالية رمي القوس للمتقدمين .

اذ نلاحظ ان فعالية رمي القوس من الفعاليات التي تتطلب درجة عالية من الاتقان في مراحلها الفنية ، وان أي ضعف في متغير كينماتيكي سوف يؤثر بدرجة كبيرة على مسافة الرمي ، لذلك كان لزاما على المدربين التركيز بدرجة كبيرة على اهمية دراسة ما يقوم به الرامي داخل الدائرة وما ينتج عن حركاته خارج الدائرة بالنسبة لطريقة طيران القوس . ان دراسة هذه المتغيرات وبدقة يتطلب المزيد من الدراسات التحليلية لكل صغيرة وكبيرة تخص الاداء الفني وما ينتج عنه ، وهذا كله يتطلب التصوير والتحليل لرماتنا من اجل معرفة المسببات للفوز والخسارة والعمل على تحسين المستوى من اجل مواكبة حركة التطور التي شملتها الفعالية في الفترات الأخيرة.

لذا وجد الباحث من الضروري دراسة هذا الموضوع من الناحية البايوميكانيكية اذ يمكن أن يساهم في وضع الحلول العديدة للمشكلات التي تعاني منها رامي القوس وخاصة في مرحلة الرمي والذي يعتقد الباحث أنها تلعب دور كبيراً في تحقيق اللاعب للإنجاز العالي في مسابقة رمي القوس الثقيل ، إذ جاءت دراسة مشكلة البحث لتضع بعض الحلول العلمية من خلال دراسة المتغيرات البايوميكانيكية وعلاقتها بإنجاز لاعبي رمي القوس للمتقدمين والتي قد تساهم في تطوير الإنجاز. ويعتقد الباحث إن دراسة المسار الحركي والتعرف على بعض المتغيرات الميكانيكية التي لها دور كبير في تحسين الأداء الحركي وتجاوز الأخطاء ، يعد مساهمة جادة في حل بعض من مشكلات التدريب على المستوى المحلي . ان الانجاز العراقي لفعالية رمي القوس مقارنة بالإنجازات العالمية يعد قليلاً مما دفع الباحث الى التعرف من خلال علم البايوميكانيك والتحليل الحركي الى المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بالإنجاز في فعالية رمي القوس للمتقدمين للرمة المشاركين في بطولة أندية العراق بألعاب القوى سنة 2018-2019م. الأمر الذي حدا وشجع الباحث في البحث والتقصي عن الحقائق لواقع المتغيرات البايوميكانيكية لفعالية رمي القوس للمتقدمين وعليه سيتم استخدام التقنيات والبرامج العلمية الحديثة في التصوير والتحليل البايوميكانيكية لأفضل لاعبي اندية العراق في هذه الفعالية.

1-3 أهداف البحث :

- التعرف على قيم بعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي في فعالية رمي القوس.

• التعرف على العلاقة الارتباطية لبعض المتغيرات البايوميكانيكية بالإنجاز في فعالية رمي القرص

1-4 فرضية البحث :

وجود علاقة ذات دلالة إحصائية هناك لبعض المتغيرات البايوميكانيكية بالإنجاز في لفعالية رمي القرص

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو رمي القرص المشاركون في بطولة أندية العراق بألعاب القوى لسنة 2018-2019.

1-5-2 المجال الزمني : من 2018/ 6/15م ولغاية 2019/1/15م.

1-5-3 المجال المكاني : ملعب الجادرية /كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة المشكلة .

2-3 مجتمع وعينة البحث

تكون مجتمع البحث من لاعبي أندية المشاركين في بطولة العراق بألعاب القوى لرمي القرص وكان عددهم (8) لاعبين التي اقيمت في ملعب الجادرية/ بغداد في و تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بلغ عددهم (5*) لاعبين من الرامين المتقدمين الحاصلين على أفضل الأرقام خلال بطولات الأندية والمنتخبات والذين يمثلون أفضل مستوى حالياً في العراق والمسجلين رسمياً في سجل الاتحاد العراقي المركزي بألعاب القوى لعام 2018 ، وتم اعطائهم المحاولات القانونية بواقع (6) محاولات حسب القانون الدولي للعبة لأنهم اقل من (8) ولجأ الباحث الى اخذ بعض المتغيرات لغرض التأكد من تجانسهم في هذه الصفات و الجدول (1) يبين بعض المعالم الاحصائية لعينة البحث .

الجدول (1) يبين بعض المعالم الاحصائية لعينة البحث وتجانسهم

ت	الاسم الثلاثي للوائح	(المحافظة) اسم النادي	العمر الحقيقي (سنة)	العمر التدريبي (سنة)	الطول (سم)	الكتلة (كغم)	الانجاز الحالي (م)	افضل الانجازات خلال العمر التدريبي
1	مصطفى كاظم داغر	الميناء	25	8	194	125	58.55	60.89
2	حيدر ناصر علي	الجيش	29	8	178	114	54.33	57.60
3	أشرف عباس عزيز	الشرطة	32	10	180	104	50.75	50.65
4	دانيار قادر محمد	الشرطة	30	9	184	93	47.70	48.85
5	مرزوق رضا طيب	الجيش	31	7	186	104	46.45	50.37
	الوسط الحسابي (س)		29.400	8.400	184.400	108	51.554	53.672
	الانحراف المعياري (± ع)		2.701	1.140	6.228	107.800	4.953	5.263
	معامل الاختلاف (C.V)		7.300	1.300	38.800	12.700	24.536	27.704

3-3 وسائل جمع بيانات :

"من خلال استخدام الوسائل البحثية يستطيع الباحث جمع البيانات وحل المشكلة وتحقيق أهداف بحثه"⁽¹⁾، وللتوصل الى الحقائق والبيانات استعان الباحث بأدوات ووسائل علمية متعددة تتماشى مع طبيعة المشكلة والمعلومات التي تتطلبها وسائل بحثه وعلى هذا الاساس استخدم الباحث الوسائل البحثية الآتية من اجل الحصول على البيانات:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية وشبكة المعلومات (الانترنت).
- المقابلات الشخصية^(*).
- القياس: لتحديد الطول والكتلة والانجاز .
- الملاحظة العلمية التقنية: من خلال التصوير الرقمي بآلة تصوير نوع CASIO Exilim HS EX-ZR400 بسرعة قدرها (240 ص/ثا) وأجري التصوير من الجهة اليمنى واليسرى والأمام للرامين القرص.
- الاختبار
- استمارة تسجيل البيانات
- الملاحظة العلمية التقنية : ولتحقيق الملاحظة العلمية استخدم الباحث آلات لتصوير الفيديو عددها (3) كاميرات لتصوير التجربة كاملة من بدايتها الى نهايتها.
- التحليل البايوميكانيكي للحركة والبرمجيات العلمية المستخدمة في التحليل .

3-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- من اجل الحصول على أفضل دقة للبيانات استخدمت الباحث الأجهزة والأدوات الآتية:
- آلة تصوير نوع CASIO Exilim HS EX-ZR400 بسرعة قدرها (240 ص/ثا).مع ملحقاتها (حامل حديدي لتثبيت آلة التصوير) عدد(3)
- جهاز حاسوب (Laptop).
- مقياس رسم (بطول 1 متر).
- شريط لاصق عرض 5 سم.
- علم ابيض واحمر عدد (2) لتأشير المحاولات الصحيحة والفاشلة.
- (بورك) لتأشير موقع التصوير .
- جهاز الكتروني كهربائي لقياس كل من الكتلة والطول.
- دائرة القانونية لرمي القرص حسب القانون الدولي لألعاب القوى.
- قرص عدد (3) بوزن 2كغم .

(1) ذوقان عبيدات؛ البحث العلمي – مفهومه وادواته واساليبه ،ط4:(عمان ،دار الفكر العربي،1992) ص112
 (*) لغرض الحصول على بعض المتغيرات البايوميكانيكية تم إجراء العديد من المقابلات الشخصية من قبل الباحث مع مجموعة من الأساتذة ذوي الخبرة والمختصين في البايوميكانيك –العاب القوى حول اختيار المتغيرات البايوكينماتيكية كما يبين في الملحق (1).

- شريط قياس متري بطول (100) م لقياس المسافة.
- ميزان (طبي) لقياس الكتلة، تم قياس الكتلة بميزان طبي يقيس الى اقرب (50)غم .
- جهاز الرستاميتير لقياس اطوال اللاعبين وتم القياس بالمتر واجزائه .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

اجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2018/7/18 الموافق يوم الأربعاء في الساعة الخامسة عصرا مستخدما كاميرا فديوية عدد(3) بحضور جميع الفريق العمل المساعد^(*) وتم تصوير (3) لاعبين من خارج عينة البحث على ملعب كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد لغرض الوقوف على اماكن وضع الكاميرات وابعادها والاجهزة اللازمة والمعوقات التي قد تواجهه أثناء التجربة . وكان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية هو:

- 1- التعرف على مدى استيعاب واتقان العينة للاختبار .
- 2- التعرف على المشاكل والصعوبات التي قد تظهر عند اجراء الاختبارات لغرض تجاوزها.
- 3- معرفة مدى سلامة وكفاءة الاجهزة والادوات المستخدمة.
- 4- التعرف على السبلبات التي تواجه فريق العمل المساعد على تنفيذ الواجبات المناطة بهم وتوزيع المهام عليهم
- 5- معرفة الوقت المستغرق للاختبارات والقياسات من البحث لمراعات ذلك في اختبارات البحث الرئيسية
- 6- معرفة المدى كفاءة فريق العمل المساعد من عملية القياس والاختبارات و النتائج
- 7- التأكد من صلاحية وزاوية وأرتفاع والمسافات والمواقع النهائية لالات التصوير.

3-6 التجربة الرئيسية :

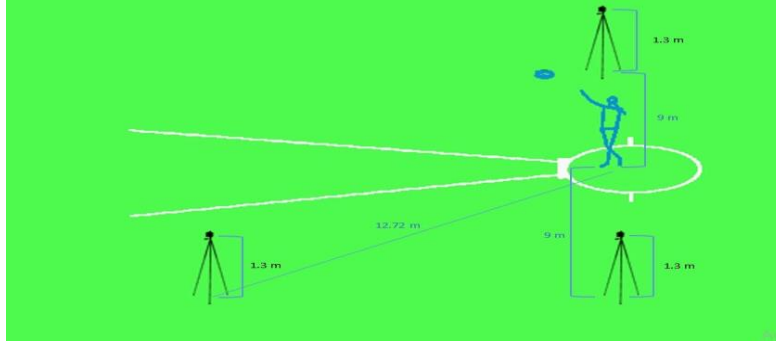
بعد الاطلاع على المعطيات في التجربة الاستطلاعية اجرى الباحث التجربة الرئيسية بتاريخ 2018/7/20-22 الموافق يوم (الجمعة) الساعة (5) الخامسة عصرا على ملعب كلية التربية الرياضية في الجادرية بمحافظة بغداد اثناء اقامة بطولة اندية العراق لألعاب القوى وبحضور الباحث والسادة الحكام الذين يحملون الشهادة الدولية (NTO) في التحكيم العاب القوى وبمساعدة حضور جميع فريق العمل المساعد والمصورين كافة وبعد ان تم اخذ المعلومات الخاصة من عينة البحث التي عرضت في الجدول (1) قبل اجراء التجربة وقد تم اجراء الاحماء (العام والخاص) لكافة افراد عينة البحث ، اذ تم تصوير اجواء اللعب الحقيقي وقد وضع الباحث ارتفاع الكاميرات عدد (2) الى على يمين ويسار الرامين بارتفاع (30،1)م وعلى بعد (9)أمتار وبعد الكاميرا (3) الثالثة كان (12.72)م وارتفاع 1.30م لهذا الغرض وقد اعطيت لكل رامي (6)⁽¹⁾ محاولات وحسب القانون الدولي في حالة كون عدد اللاعبين اقل من (8) لاعبين⁽¹⁾، على أن تكون فترة راحة كافية يعطى للاعبين خلال أدائها المحاولات لضمان أداءها بالمستوى نفسه و لكي يتم بعد ذلك اختيار افضل محاولة حصل عليها كل رامي من اجل تحليلها . وكان عدد الرامين في التجربة الرئيسية (5) لاعبين لرمي القرص وقد استخدم كاميرا فديوية عدد (3) في التجربة واحدة منها على يمين الرامي والأخر على يسار والأخر في نهاية الرمي وخارج أطار الرمي لكي يغطي المتغيرات التي تكون من الأمام ويغطي الكاميرتين وقد استخدم الباحث مقياس الرسم كعلامة ضابطة ارشادية في خلفية الصورة خلال التجربة ، (قبل البدء

(*) تألف الفريق العمل المساعد من السادة المدرجة اسمائهم في الملحق رقم (2) :

(1) حيدر فائق شماع واسيل جليل كاظم ؛ القانون الدولي للمنافسات : (جامعة بغداد ، 2011-2013) ص134

بتصوير العينة وفي أثناء التجربة (كما في الشكل (3) و(4) وبعد التصوير قام الباحث بتحليل المحاولات الناجحة لإيجاد المتغيرات البايوميكانيكية المساهمة فعليا بالإنجاز .

7-3 موقع الآت التصوير الفديوية :



الشكل (3) (يوضح موقع الآت التصوير من حيث المسافة والارتفاع)



شكل (4)

(يوضح الرامي بطل العراق والعرب وأسيا مصطفى كاظم داغر أثناء الرمي)

8-3 كيفية قياس واحتساب بعض المتغيرات البايوميكانيكية قيد الدراسة⁽¹⁾ (Hell, 1999, 379)

1-8-3 الزمن بين المراحل : تم قياسه عن طريق المعادلة وهي (عدد الصور - 1 * زمن الصورة الواحدة)

وتم استخراج متغير الزمن: تم حساب الزمن استناداً إلى سرعة آلة التصوير وعدد الصور خلال الأداء. إذ

أن : زمن الصورة الواحدة = 1 / سرعة آلة التصوير وتقاس (ثا)

2-8-3 زاوية مفصل الكتف : هي الزاوية المحصورة بين الجذع وعظم العضد جهة يمين رامي القرص وتقاس ب(الدرجة) .

3-8-3 زوايا ومفاصل الجسم : تم استخدام برنامج (Dartfish) التحليلي في استخراج الزوايا قيد الدراسة وتقاس ب(الدرجة) .

⁽¹⁾ Hell .J. Susan ; **Basic Biomechanics** , 3ed : (Boston , Mc Graw – Hill International editions, 1999).

3-8-4 زاوية الإطلاق : وهي الزاوية المحصورة ما بين الخط الأفقي الوهمي لحظة الرمي مع الزاوية الحاصلة للقرص وتقاس ب(الدرجة) .

3-8-5 زاوية مفصل الركبة : وهي الزاوية المحصورة بين عظم الساق من جهة وعظم الفخذ من جهة أخرى للرجل اليمنى لحظة رمي القرص وتقاس ب (الدرجة) .

3-8-6 زاوية مفصل الورك : وهي الزاوية المحصورة بين الجذع من جهة وعظم الفخذ من جهة أخرى للرجل اليمنى وتقاس ب(الدرجة) .

3-8-7 زاوية ميلان الجذع : هي الزاوية المحصورة بين مفصل الكتف والورك والأفق جهة يمين رامي القرص وتقاس ب(الدرجة) .

3-8-8 السرعة المحيطية : تم الحصول عليها من خلال القانون :السرعة الزاوية ÷ الفطاع × نصف القطر وتقاس (م / ثا) .

$$\text{السرعة المحيطية} = \frac{\text{السرعة الزاوية} \times \text{نصف القطر}}{\text{القطاع}} = \text{م / ثا}$$

3-8-9 السرعة الزاوية: تم الحصول عليها من خلال القانون الاتي: الفرق الزاوي ÷ الزمن وتقاس (درجة/ ثانية)
التغير الزاوي

$$\text{السرعة الزاوية} = \frac{\text{الفرق الزاوي}}{\text{الزمن}} = \text{درجة/ ثانية (Hall, 1999, 379)}$$

3-8-10 زاوية مفصل الكاحل : وهي الزاوية المحصورة بين عظم الساق من جهة و المحور الطولي لأصابع قدم القاذف اليمنى من جهة أخرى لحظة القذف وتقاس ب(الدرجة) .

3-8-11 ارتفاع نقطة الإطلاق : وهو اللحظة التي يصل إليها القرص في أعلى ارتفاع له لحظة ترك القرص ليد الرامي وتقاس ب(متر) .

3-8 التحليل الميكانيكي للحركة:

تمر عملية التحليل الميكانيكي بعدة مراحل وهي:

1. تصوير الحركة:

وتم تصوير عينة البحث في اثناء الأداء لفعالية رمي القرص وحسب القانون الدولي.

2. تحويل الفلم الرقمي إلى جهاز الحاسوب:

ويتم تحويل الفلم إلى جهاز الحاسوب من (Memory Card Reader)

الخاصة بالآلة التصوير نوع (CASIO Exilim HS EX-ZR400)

ونوع (CASIO HIGH SPEED Exilim EX-FH20T)

من اجل بدء عملية التحليل :

3. تحويل وصلة الفلم المقتطع إلى **Frames** (صور):

وذلك باستخدام برنامج (Adobe After Effects CS4) والذي يمكن من خلاله تقطيع الحركة إلى صور

منفردة متسلسلة (Frames)

4. عرض الصور لغرض تحديد بداية ونهاية المرحلة:

بعد أن تم تقطيع الفلم إلى صور تم عرض ذلك لغرض تحديد بداية ونهاية كل مرحلة من مراحل الأداء لكل لاعب على حدا وقد تم ذلك باستخدام برنامج (ACDSee Photo Manager 12) والذي يمكن من خلاله عرض الصور المقطعة ليتمكن الباحث من تحديد بداية ونهاية المراحل التي يراد تحليلها واعادة ترقيم الصور.

5. استخراج البيانات الخام: قام الباحث باستخراج البيانات الخام للمتغيرات المدروسة وذلك كما يأتي:

- استخراج البيانات الخام ألمقاسه: قام الباحث باستخراج البيانات الخام لكل من المسافات الخطية والزاوية والأبعاد والارتفاعات والزوايا لكل صورة بمفردها وذلك باستخدام برنامج (AutoCAD 2018) والذي هو عبارة عن برنامج عالمي يستخدم في التطبيقات والتصحيحات الهندسية واستفاد الباحث منه في هذا الغرض.
- استخراج البيانات المحسوبة: قام الباحث باستخراج البيانات الخام المحسوبة وذلك من خلال الاستفاده من البيانات الخام ألمقاسه وبعض المعادلات التي تم إدخالها في برنامج (Excel 2016) والذي هو احد برامج (Microsoft Office) واستفاد الباحث منه في معالجة البيانات الخام حسابياً.

3-9 المتغيرات البايوميكانيكية ووحدات القياس : من اجل تحديد المتغيرات البايوميكانيكية تم رجوع الى الادبيات والبحوث العلمية والمقابلات مع السادة من ذوي الأختصاص والخبرة في مجال رمي القرص وعلية تم اختيار المتغيرات المناسبة لهذا البحث وكانت المتغيرات البايوميكانيكية ووحدات قياسها في الجدول رقم (2) :

جدول (2)

جدول(2) يبين (بعض المتغيرات البايوميكانيكية ووحدات القياس) في فعالية رمي القرص للمتقدمين

ت	اسم المتغيرات البايوميكانيكية	وحدة القياس
1.	زمن مرحلة الرمي.	ثانية
2.	اقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني.	درجة
3.	ميلان الجذع في القسم التحضيري.	درجة
4.	زاوية الاطلاق.	درجة
5.	زاوية الركبة الخلفية لحظة الرمي.	درجة
6.	زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي.	درجة
7.	زاوية ميلان الجذع الى الجانب لحظة الرمي.	درجة
8.	السرعة المحيطة للذراع الرامية.	قطاع / ثانية

9.	السرعة الزاوية للذراع الرامية.	درجة/ثانية
10.	سرعة الاطلاق.	متر/ثانية
11.	ارتفاع نقطة الاطلاق.	متر
12.	الزخم الزاوي للذراع الرامية.	(جول) كغم.م/3ثانية2
13.	الطاقة الحركية للذراع الرامية.	جول
14.	عزم القصور الذاتي للذراع الرامية.	كغم.م2
15.	عزم الدوران بين محور الكتف وذراع الرمي عند لمس القدم اليمنى للارض.	درجة

3- 10 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية (*):

(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الاختلاف ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

تم الحصول على نتائج البحث التي تخص المتغيرات البايوميكانيكية وقد حصل عليها الباحث من خلال التصوير الفديوي ونتائج هذا التصوير من اجل تحقيق هدف البحث وفرضيته في " دراسة تحليلية لبعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بالأنجاز في فعالية رمي القرص للمتقدمين " قام الباحث بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء المصادر العلمية المتوفرة ومن جهة النظر البايوميكانيكية بعد ان تمت معالجتها احصائيا وبالشكل التالي :

4-1 عرض نتائج قيم وصف المتغيرات البايوميكانيكية لفعالية رمي القرص وتحليلها ومناقشتها :

جدول (3)

جدول(3) يبين (وحدة القياس وقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري) لمتغيرات البايوميكانيكية في فعالية رمي القرص.

ت	المتغيرات البايوميكانيكية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	زمن مرحلة الرمي.	ثانية	0.2080	0.00837
2	أقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني.	درجة	28.5400	0.49800
3	ميلان الجذع في القسم التحضيري.	درجة	25.5200	0.50200
4	زاوية الاطلاق.	درجة	33.5000	0.46904
5	زاوية الركبة الخلفية لحظة الرمي.	درجة	153.1880	0.27151
6	زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي.	درجة	11.8540	0.19807
7	زاوية ميلان الجذع الى الجانب لحظة الرمي.	درجة	12.5740	0.14363
8	السرعة المحيطية للذراع الرامية.	قطاع / ثانية	19.3300	0.09823
9	السرعة الزاوية للذراع الرامية.	درجة/ثانية	23.0020	0.05263
0	سرعة الاطلاق.	متر/ثانية	19.3580	0.35968

(*) استخدم الباحث في الحصول على نتائج الوسائل الاحصائية برنامج إحصائي جاهز (Spss,12)

0.00707	1.8000	متر	ارتفاع نقطة الاطلاق.	1
0.03536	64.0100	(جول)	الزخم الزاوي للذراع الرامية.	2
0.13323	1027.9600	جول	الطاقة الحركية للذراع الرامية.	3
0.00447	2.7820	كغم.م2	عزم القصور الذاتي للذراع الرامية.	4
0.54772	22.4000	درجة	عزم الدوران بين محور الكتف وذراع الرمي عند لمس القدم اليمنى للارض.	5

جدول (4)

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاولات إنجاز اللاعبين في فعالية رمي القرص.

ت	اسم اللاعب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1.	مصطفى كاظم داغر	58.144	0.275
2.	حيدر ناصر على	54.060	0.2000
3.	أشرف عباس عزيز	50.506	0.232
4.	دانيار قادر محمد	47.402	0.308
5.	مرزوق رضا طيب	46.280	0.202

جدول (5)

جدول (4) يبين وحدة القياس والوسط الحسابي، الانحراف المعياري ومعامل الارتباط قيمة (ر) المحسوبة مع الأنجاز ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة لبعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بلأنجاز في فعالية رمي القرص للمتقدمين

ت	المتغيرات البايوميكانيكية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط قيمة (ر) المحسوبة مع الأنجاز	الأحتمالية نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
1.	زمن مرحلة الرمي.	ثانية	0.2080	0.00837	0.802	0.051	غير معنوي
2.	اقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني.	درجة	28.5400	0.49800	0.874*	0.026	معنوي
3.	ميلان الجذع في القسم التحضيري.	درجة	25.5200	0.50200	-0.807*	0.049	معنوي
4.	زاوية الاطلاق (الرمي).	درجة	33.5000	0.46904	0.878*	0.025	معنوي
5.	زاوية الركبة الخلفية لحظة الرمي.	درجة	153.1880	0.27151	0.775	0.062	غير معنوي
6.	زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي.	درجة	11.8540	0.19807	0.866*	0.029	معنوي
7.	زاوية ميلان الجذع الى الجانب لحظة الرمي.	درجة	12.5740	0.14363	0.801	0.052	غير معنوي
8.	السرعة المحيطية للذراع	قطاع / ثانية	19.3300	0.09823	0.732	0.080	غير معنوي

الرامية.							
9.	السرعة الزاوية للذراع الرامية.	درجة/ثانية	23.0020	0.05263	0.706	0.091	غير معنوي
10.	سرعة الاطلاق(الرمي).	متر/ثانية	19.3580	0.35968	0.910*	0.016	معنوي
11.	ارتفاع نقطة الاطلاق.	متر	1.8000	0.00707	0.834*	0.040	معنوي
12.	الزخم الزاوي للذراع الرامية.	(جول) كغم.م/ثانية ²	64.0100	0.03536	0.574	0.156	غير معنوي
13.	الطاقة الحركية للذراع الرامية.	جول	1027.960 0	0.13323	0.945**	0.008	معنوي
14.	عزم القصور الذاتي للذراع الرامية.	كغم.م ²	2.7820	0.00447	0.414	0.244	غير معنوي
15.	عزم الدوران بين محور الكتف وذراع الرمي عند لمس القدم اليمنى للارض.	درجة	22.4000	0.54772	0.642	0.121	غير معنوي

(*) علاقة إرتباط معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ أمام درجة حرية (4) قيمة (ر) الجدولية (0.811)

2-4 : تحليل ومناقشة نتائج بعض المتغيرات البايوميكانيكية لمرحلة الرمي وعلاقتها بالإنجاز في فعالية رمي القرص للمتقدمين :

2- من الجدول الخاص رقم (4) بأيجاد العلاقة الأرتباطية بالنسبة لمتغير (اقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث مايلي: تبين من الجدول رقم (4) إن قيمة الوسط الحسابي (28,5400) وبلغ قيمة الأنحراف المعياري (0,49800) وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية في (اقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني) مع مسافة الرمي لدى عينة البحث، إذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (*0.874) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة حرية (4) وعند نسبة الخطأ (0.05) وبالبالغة (0.811) ، ويرى الباحث ان الذراع الرامية بالتوجه الى الأمام تكون ممدودة بأفصاها ويبدأ من الكتف يتبعه مدى حركي الى الأمام والحصول على السرعة الكافية لأداء مهام الرمية .

3- من الجدول الخاص رقم(4) بأيجاد العلاقة الأرتباطية بالنسبة لمتغير (زاوية ميلان الجسم في القسم التحضيري للرمي) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث مايلي : تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (25,5200) وبلغ قيمة الأنحراف المعياري (0,50200) وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية زاوية ميلان الجسم في القسم التحضيري للرمي مع مسافة رمي القرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث، إذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (*-0.807) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) وبالبالغة (0.811) ، وهذا نعزية لأهمية الجذع ومايلكه من كتلة كبيرة تقدر مع الرأس ب(50%) من كتلة الجسم الكبيرة وعلية فأن الزيادة ستعود على الزيادة في حجم الجذع وعزم القصور الذاتي لأن قانون عزم القصور الذاتي يعتمد على كتلة الجسم على مربع طول الجذع وهو الكتلة ضرب مربع الطول لذا كانت العلاقة عكسية عند ميلان الجذع فهي ستقل طول الجذع لأننا نحتاج الى مد كما إن متغير زاوية ميلان الجذع تحتاج درجة عالية من مشاركة مجاميع عضلية كبيرة وخاصة عضلات الرجلين والجذع والمنكبين فهي تؤدي الى ازاحة القرص والجسم لمام والأعلى⁽¹⁾ ويشير الباحث بان هذا المتغير يعني زيادة نصف

(1) الصميدعي واخران :الفيزيا والبايوميكانيك في الرياضة :ط1، مطبعة جامعة صلاح الدين ،2011ص148

القطر الدوراني اثناء اداء اللاعب المرجحة التمهيدية اي ان المسافة المحيطة التي يقطعها القرص في هذه المرحلة تزداد بازدياد قيمة ميلان الجذع وبالتالي زيادة مدى القوة اذ ان ارتفاع الاطلاق هو احد العوامل التي تؤثر على المسافة الافقية التي يقطعها المقذوف .

4- من الجدول الخاص رقم (4) بأيجاد العلاقة الارتباطية بين بعض متغير الديناميكية بالنسبة لمتغير (زاوية الأطلاق، الرمي) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث ما يلي : تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (33.5000) وبلغ قيمة الانحراف المعياري (0.46904) وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية (زاوية الأطلاق، الرمي) للقرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث ،اذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (*0.878) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) والبالغة (0.811)، وهذا يعني وجود علاقة إرتباط معنوية ،إذ ينطبق عليه زاوية القذف فوق مستوى الافق وبالتالي فإن المقذوف وخط مسار بزواوية معينة مع الأفق (الأرض) والزواوية ستؤدي دورا مهما في تحديد المسافة التي يقطعها القرص فضلا على الأخذ بعين الاعتبار العوامل الأخرى من قوة وسرعة⁽²⁾.

5- من الجدول الخاص رقم (4) بأيجاد العلاقة الارتباطية بين بعض متغير بالنسبة لمتغير (زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث مايلي: تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (11,8540) وبلغ قيمة الانحراف المعياري (0,46904) وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية لمتغير (زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي) ومسافة رمي القرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث ،اذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (*0.866) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) والبالغة (0.811) ، فهي تساهم في إبعاد القرص لأنها تتعامل طرديا بين زيادة طول الجذع ومسافة الرمي لأن الغاية ابعاد القرص وبالتالي زيادة السرعة الزاوية للجسم وإن الميلان سينقل الطاقة دون صياغتها .

6- من الجدول الخاص رقم (4) بأيجاد العلاقة الارتباطية بين بعض متغير الديناميكية بالنسبة لمتغير (سرعة الأطلاق، الرمي) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث مايلي : تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (19,3580) وبلغ قيمة الانحراف المعياري (0,35968) وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية لمتغير (سرعة الأطلاق، الرمي) ومسافة رمي القرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث ،اذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (*0.910) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) والبالغة (0.811) : العلاقة بين مسافة الانجاز والسرعة الخطية للرامية ، وهذا يؤكد ماذهب إليه الباحث عندما ناقش المتغير في الجدول (4):

(متغير زمن مرحلة الرمي) كون متغير السرعة الخطية يعتمد أساسا على زمن الأداء إذ أن :

السرعة = الإزاحة

الزمن

ومن النظر إلى قانون السرعة نجد إن متغير الزمن يتناسب عكسيا مع السرعة ، ويمكن للباحث أن يفسر ما جاء من نتيجة في علاقة الارتباط من قانون القوة :

القوة = الكتلة × التعجيل (قانون نيوتن الثاني)

القوة = الكتلة × السرعة

الزمن

إذن السرعة = القوة × الزمن

الكتلة

(2) الهاشمي، سمير مسلط . البايو ميكانيك الرياضي . بغداد : مطبعة التعليم العالي، 1999 م ، ص137

ومن هذا القانون نستنتج إن كمية الحركة (القوة × الزمن) التي تمتلكها الرامي عند مرحلة الرمي تتناسب طرديا مع القوة المبذولة وعكسيا مع الزمن وهذا يعطي دلالة واضحة عن أهمية السرعة للحصول على أكبر زخم (كمية حركة) للرامية ، إذ يعرف الزخم (كمية الحركة التي يمتلكها الجسم) ويساوي ضرب الكتلة × السرعة⁽¹⁾.

7- من الجدول الخاص رقم (4) بإيجاد العلاقة الارتباطية بين بعض متغير الديناميكية بالنسبة لمتغير (ارتفاع نقطة الإطلاق) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث ما يلي : تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (1,8000) وبلغ قيمة الانحراف المعياري (0.00707) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية لمتغير (ارتفاع نقطة الإطلاق) ومسافة رمي القرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث ، إذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) وبالبالغة (0.811) وهذا يدل على ان متغير ارتفاع نقطة الإطلاق يتوقف على طول اللاعبين اي الرماة لفعالية رمي القرص ، هذا ويشير الباحث إذ ان كلما ارتفعت نقطة الإطلاق زادت مسافة الرمي وهذا ما كان يتصف به عينة البحث من المواصفات الجيدة من الطول والكتلة وخاصة ان من ضمن عينة البحث فيها ابطال على مستوى العراق والعرب واسيا ، (إن الأنجاد المتحقق في رمي القرص يخضع إلى العوامل التي تؤثر على القرص كمقذوف ، واهم هذه العوامل هما سرعة الإطلاق وزاوية الإطلاق حيث يكون التناسب طرديا في المسافة الأفقية المتحققة وبين سرعة وزاوية انطلاق القرص⁽²⁾ وبما أن كل من سرعة الانطلاق وزاوية الانطلاق هما المتغيران الأساسيان في تحقيق الهدف من رمي القرص ، وهو أنجاز أكبر مسافة أفقيه ، لذا يتضح أهمية تغيير زاوية الإطلاق في ضوء المسافة المراد تحقيقها⁽¹⁾.

8- من الجدول الخاص رقم (4) بإيجاد العلاقة الارتباطية بين بعض متغير الديناميكية بالنسبة لمتغير (الطاقة الحركية للذراع الرامية) ومسافة رمي القرص دلت نتائج البحث ما يلي : تبين من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي (1027,9600) وبلغ قيمة الانحراف المعياري (0,133233) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية للطاقة الحركية للذراع الرامية للقرص مع مسافة الرمي لدى عينة البحث ، إذ كانت قيمة (ر) المحسوبة (**0.945) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) وبالبالغة (0.811) وهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوية قوية كون اللاعب والرامي قد حصل على طاقة حركية للذراع الرامية نتيجة المرجحة لأبعد مسافة ممكنة استعدادا لوضع للرمي لأن السرعة ستكون في أقصاها لحظة الترك ولكي تتغلب الرامي على القرص وابعاده لأكثر مسافة ممكنة ، علما إن الطاقة الحركية الدورانية تتناسب طرديا مع مربع السرعة وبذلك تكون مقدار الطاقة الحركية للقرص هو تعبير عن مقدار السرعة التي يحصل عليها الرامي من جراء بذل أقصى قوه في المسار الصحيح للحركة. هذا ويشير⁽²⁾ ان متغير الطاقة الحركية مرتبط بسرعة الذراع الرامية للاعب اثناء رميه القرص كون العلاقة موجودة بين السرعة والطاقة الحركية ولكون العلاقة طردية بينهم لذا تكون السرعة هي المتغير الميكانيكي الساسي في تحديد مقدار الطاقة الحركية. ويشير الباحث إن فعالية رمي القرص من الفعاليات ذات الحركة الدائرية. مصدر إن هذا المتغير هو من أكثر المتغيرات ، التي يجب أن

(1) صريح عبد الكريم : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي ، بغداد، مطبعة عدي العيلى ، 2007 ،

ص 91

(2) حسام الدين ، طلحة حسين ؛ الميكانيكا الحيوية والاسس النظرية والتطبيقية : (دار الفكر العربي ، القاهرة، 1993) ص26.

(1) رشيد ، سعد الله عباس: تطور القوة الخاصة على وقف بعض المتغيرات البيوميكانيكية وتأثيرها في أداء بعض المهارات

الأساسية على جهاز (الأرضية والمتوازي): أطروحة دكتوراه، جامعة صالح الدين، كلية التربية الرياضية، 2004. ص103

(2) العبيدي ، صائب عطية واخرون: الميكانيك الحيوية التطبيقية ، دار الكتب للنشر ، 1991

يمتلكها الرامي وخاصة في فعالية رمي القرص ، كون هذه الفعالية من الفعاليات المعقدة ومن الحركات المركبة فهي فعالية تعمل على الحركة الدائرية وهذه الدراسة التحليلية لبعض المتغيرات لمرحلة الرمي لها علاقة بالإنجاز في فعالية رمي القرص - لا توجد إرتباطات ذات دلالة معنوية بين باقي للمتغيرات البايوميكانيكية الأخرى في (زمن مرحلة الرمي التي تبدأ فيها قيمة (ر) المحسوبة بين (0.802) و (زاوية الركبة الخلفية لحظة الرمي) (0.775) ،زاوية ميلان الجذع الى الجانب لحظة الرمي(0.801) ، السرعة المحيطة للذراع الرامية (0.732) السرعة الزاوية للذراع الرامية (0.706) ، الزخم الزاوي للذراع الرامية (0.574) ، عزم القصور الذاتي للذراع الرامية (0.415) ، عزم الدوران بين محور الكتف وذراع الرمي عند لمس القدم اليمنى لأرض (0.642) وهي أصغر من قيمة (ر) الجدولية أمام درجة الحرية (4) وعند مستوى الدلالة (0.05) وبالباغ (0.811). ويرى الباحث ان عدم وجود دلالة معنوية بين المتغيرات المذكورة يعزوها الى ان التغير في كمية حركة اللاعب يحدث بفعل تأثير القوة وان تأثير القوة يحدث خلال فترة زمنية معينة (دفع القوة) يؤدي الى حدوث تغير فيه كمية الحركة التي يمتلكها اللاعب والأداة وبالتالي زيادة الانجاز المتحقق وهذا ما تحقق لأفراد عينة البحث بالنسبة لفعالية دفع الثقل بطريقة الدوران وفعالية رمي القرص .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- 1- الطاقة الحركية للذراع الرامية هي التي حققت اعلى علاقات بالإنجاز في فعالية رمي القرص .
- 2- التأكيد على زاوية الأطلاق (الرمي) لما لها تأثير كبير لتحديد مسار طيران القرص.
- 3- استنتج الباحث ان المتغيرات الكينماتيكية قيد الدراسة ذات تأثير كبير على مسافة رمي القرص .
- 4- لا تأثير لمتغير زمن أداء مرحلة الرمي تأثير كبير على مسافة الانجاز وبشكل عكسي أي كلما قل زمن أداء المرحلة تحقق مسافة انجاز أفضل.
- 5- زيادة الطاقة الدورانية للذراع الرامية للقرص لها تأثير ايجابي على سرعة انطلاق القرص ومن ثم تحقيق مسافة انجاز أفضل .
- 6- ان المتغيرات (اقصى انثناء للكتف في الارتكاز الثاني ، ميلان الجذع في القسم التحضيري ، زاوية الاطلاق(الرمي) ، زاوية ميلان الجذع الى الخلف لحظة الرمي، سرعة الاطلاق(الرمي) . ، ارتفاع نقطة الاطلاق الطاقة الحركية للذراع الرامية).
- 7- تتأثر مسافة انجاز رمي القرص تأثير طرديا بزيادة السرعة الزاوية والزخم الزاوي للقرص في مرحلة الرمي.
- 8- تعتبر (الطاقة الحركية للذراع الرامية) اكثر المتغيرات البايوميكانيكية مساهمة بالإنجاز في فعالية رمي القرص لأنه كان هناك علاقة إرتباط معنوي قوي وتأثير إيجابي مع سرعة انطلاق القرص ومن ثم تحقيق مسافة إنجاز أفضل.

5-2 التوصيات :

- 1- يوصي الباحث باستخدام عدة كاميرات تصويرية فديوية تكون سرعة تردها التصوير كبيرة تصل (224) صورة / الثانية
- 2- الاهتمام بالقدر الكافي بالدراسات التحليلية ، وعدم تركيزها بفعالية معين واهمال باقي الفعاليات .
- 3- يجب الاهتمام في الدورات للتحليل الحركي والبايوميكانيكي التي تقيمها أي جهة متخصصة كانت بالدراسات التحليلية من اجل تمكين المدربين من فهم النتائج .
- 4- ليس بالضرورة أن تكون القيم الرقمية التي حصل عليها الباحث ، مثالا لكل راميه إذ تختلف الخصائص البايوميكانيكية من رامى إلى آخر إلا أن أوسطها الحسابية يمكن أن تكون ذو فائدة للعلاقة والبحث.

- 5- العمل على تطوير الزخم الزاوي للرامية من خلال تطوير القوة السريعة والمسار الحركي المقنن .
- 6- التوافق العالي في الأداء وبذل القوة في اتجاه الصحيح للحركة للحصول على أفضل محصلة قوة لحظة ترك القرص يد الرامية من المهمات الأولى التي يجب أن تتقنها الرامية قبل التفكير بمسافة الانجاز .
- 7- ضرورة التركيز في التدريب على تطوير المتغيرات البايوميكانيكية التي حققت اعلى نسب مساهمة بالإنجاز .
- 8- ضرورة الاخذ بنتائج البحث ووضع المناهج التدريبية لتجاوز الضعف في الجانبين البدني والفني والبايوميكانيكي لدى الرماة .

(المصادر)

المصادر العربية :

- 1- احمد بدر ؛ اصول البحث العلمي ومنهجه ، ط3 : (الكويت ، وكالة المطبوعات ، 1988) ص33
- 2- العبيدي ، صائب عطية واخرون : الميكانيك الحيوية التطبيقية ، دار الكتب للنشر ، 1991
- 3- كمال جميل الربضي: الجديد في العاب القوى ، ط3، بيروت، 2005، ص293 .
- 4- زكي درويش وعادل عبد الحافظ: موسوعة العاب القوى الرمي والمسابقات المركبة، مطبعة التوني، 1994، ص143.
- 5- سمير مسلط الهاشمي . البايو ميكانيك الرياضي . بغداد : مطبعة التعليم العالي، 1999 م ، ص113
- 6- سعد الله عباس رشيد: تطور القوة الخاصة على وقف بعض المتغيرات البيوكينماتيكية و تأثيرها في أداء بعض المهارات الأساسية على جهازي (الأرضية والمتوازي): أطروحة دكتوراه، جامعة صالح الدين، كلية التربية الرياضية، 2004 .
- 7- بيتر ج، ل، تومسن (ترجمة) مركز التنمية الاقليمية . المدخل الى نظريات التدريب . القاهرة : 1996، ص3/2.
- 8- ذوقان عبيدات؛ البحث العلمي - مفهومه وادواته واساليبه، ط4: (عمان ، دار الفكر العربي، 1992) ص112
- 9- حيدر فائق شماع واسيل جليل كاطع ؛ القانون الدولي للمنافسات : (جامعة بغداد ، 2011-2013) ص134
- 10- قيس ناجي وشامل كامل؛ مبادئ الاحصائية في التربية البدنية : (بغداد ، مطبعة تعليم العالي ، 1988) ص86
- 11- قاسم عزيز محمد واخرون . الفزياء للصف السادس العلمي . ط5، بغداد: دار الحرية للطباعة والنشر ، 1999، ص24.
- 12- حسام الدين ، طلحة حسين ؛ الميكانيكا الحيوية والاسس النظرية والتطبيقية : (دار الفكر العربي ، القاهرة، 1993) ص26
- 13- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ؛ التطبيقات الاحصاء باستخدام الحاسوب : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) ص - 154 - 160
- 14- محمد عثمان: موسوعة العاب القوى، ط1، الكويت، دار القلم للطباعة، 1990، ص535
- 15- محمد جاسم الخالدي : تأثير رمي القرص من دورتين ببعض المتغيرات البايوميكانيكية التطوير مسافة الرمي : (أطروحة الدكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، 2005)
- 16- محمود عبد العال امين النعيمي وحسين مردان عمر البياتي ؛ الأحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية (Spss) : (الاردن ، مؤسسة الوراق للنشر والطبع ، 2006) ص133
- 17- صريح عبد الكريم الفضلي : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، بغداد، مطبعة عدي العكيلي ، 2007 ،

ص 91

- 18-الصميدعي واخران :الفيزيا والبايوميكانيك في الرياضة :ط1،مطبعة جامعة صلاح الدين ، 2011
- 19- صريح عبد الكريم عبد الصاحب وطالب فيصل عبد الحسين: العاب الساحة والميدان، ط1، جامعة بغداد، الدار الجامعية للطباعة، 2001،ص119
- 20- ريسان خريط مجيد: تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي، بغداد، مكتبة نون للتحضير الطباعي، 1995،ص261
- 21- جيمس جي هاي ، الميكانيكا الحيوية لتقنيات الرياضة ، الطبعة الثالثة ، نيوجرسي ، 1985 ، 495.
- 22- الجحيم. سوزان. الميكانيكا الحيوية الأساسية ، Boston3 ، ed: Mc Graw – Hill International editions ، (1999).
- 23- أكسل نيكر (1994): تحليلات حركية لمسابقات رمي القرص في بطولة العالم لألعاب القوى IAAF في ألعاب القوى. دراسات جديدة في ألعاب القوى 9،9-16.

English References

- 1- Ahmed Badr; The Principles of Scientific Research and its Methodology, Edition 3: (Kuwait, Publications Agency, 1988) p.33
- 2- Al-Obeidi, Saeb Attia and others: Applied Biomechanics, Dar Al-Kutub Publishing House, 1991
- 3- Kamal Jamil Rabadi: New in Athletics, 3rd Edition, Beirut, 2005, p. 293.
- 4- Zaki Darwish and Adel Abdel Hafez: Encyclopedia of Throwing Athletics and Compound Competitions, Al-Touni Press, 1994, p. 143.
- 5- Samir Musallat Al-Hashemi. Bio Mathematical Mechanics. Baghdad: Higher Education Press, 1999, p. 113
- 6- Saadullah Abbas Rashid: The development of the special force on stopping some biochemical variables and their effect on the performance of some basic skills on the two systems (ground and parallel): PhD thesis, Salahaddin University, College of Physical Education, 2004
7. Peter J., Thompson L. (translation) Center for Regional Development. Introduction to training theories. Cairo: 1996, p. 2/3.
- 8- Thouqan Obaidat; Scientific Research – Its Concept, Tools and Methods, 4th Edition: (Amman, The Arab Thought House, 1992) p. 112
- 9- Haider Faiq Shammaa and Aseel Jalil Kateh; International Competition Law: (University of Baghdad, 2011-2013) P.134
- 10- Qais Naji and Shamil Kamel; Statistical Principles in Physical Education: (Baghdad, Higher Education Press, 1988) p. 86
- 11- Qasim Aziz Muhammad and others. Physics for the sixth science class. 5th Edition, Baghdad: Freedom House for Printing and Publishing, 1999, p. 24.

- 12- Hussam al-Din, Talha Hussein; Biomechanics and the theoretical and applied foundations: (Arab Thought House, Cairo, 1993) p. 26
- 13 – Wadih Yassin Al-Tikriti and Hassan Muhammad Al-Obaidi; Applications, statistics using computers: (Mosul, Dar Al Kutub for Printing and Publishing, 1999) pp. 154-16
- 15- Muhammad Jassim Al-Khalidi: The effect of two-cycle discus throwing on some biomechanical development variables, throwing distance: (Doctoral thesis, unpublished, University of Baghdad, 2005)
- 16- Mahmoud Abdel-Al Amin Al-Nuaimi and Hussein Mardan Omar Al-Bayati; Advanced Statistics in Educational Sciences and Physical Education (Spss): (Jordan, Al-Warraaq Foundation for Publishing and Printing, 2006) p. 133
- 17- Sareeh Abdul Karim Al-Fadhli: Biomechanical Applications in Sports Training and Kinetic Performance, Baghdad, Uday Al-Aqili Press, 2007, P.91
- 18- Al-Sumaida'i and Two Other: Physics and Biomechanics in Sports: 1st Edition, Salah al-Din University Press, 2011
- 19- Sarih Abdul Karim Abdul Saheb and Talib Faisal Abdul Hussein: The Square and Field Games, 1st floor, University of Baghdad, University House for Printing, 2001, pg. 119
- 20- Risan Khuraibet Majeed: Applications in Physiology and Sports Training, Baghdad, Noon Library for Printing Preparation, 1995, p. 26
- 21-James G. Hay, Biomechanics of sport techniques, 3rd edition. Newgersy, 1985, 495.
- 22-Hell .J. Susan ; Basic Biomechanics , 3ed :(Boston , Mc Graw – Hill International editions, 1999).
- 23- Knicker, Axel (1994): Kinematics analyses of the discus throwing competitions of the IAAF world championships in Athletics . New studies in Athletics 9,9-16.

الملحق (1)

يبين أسماء الاختصاصيين الذين تم إجراء المقابلة الشخصية معهم

ت	الأسماء	الاختصاص	مكان العمل
1	ا.د. وديع ياسين التكريتي	البايوميكانيك - علم الحركة	كلية التربية الرياضية / جامعة القلم
2	ا.د. لؤي غانم الصميدعي	البايوميكانيك - كرة القدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
3	ا.م.د. عارف محسن الحساوي	البايوميكانيك - السباحة	كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين
4	ا.م.د. أحمد توفيق الجنابي	البايوميكانيك - الجمناستيك	كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين
5	ا.د. ثائر ملا علو	البايوميكانيك - ألعاب القوى	كلية التربية الأساس / جامعة الموصل - قسم التربية الرياضية
6	ا.م.د. سيروان كريم عبدالله	البايوميكانيك - ألعاب القوى	كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين
7	ا.م.د. فريدون حسن عثمان	البايوميكانيك - ألعاب القوى	كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين

الملحق (2)

فريق العمل المساعد

مكان العمل	الاختصاص	الأسماء	ت
كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	علم التدريب / العاب القوى مسؤول لجنة الحكام في البطولة	ا.دحيدر فائق الشماع	1
تربية كركوك	حكم دولي وعضو اتحاد المركزي لاتحاد العاب القوى	السيد صباح حسن عبدالله	2
تربية كركوك	حكم دولي	السيد حسين محمد علي	3
تربية بغداد	حكم دولي	السيدة سعديّة جاسم ابراهيم	4
تربية بغداد	حكم دولي	السيد خالد محمد السراج	5
تربية البصرة	حكم دولي	حسن علي عباس	6
تربية بغداد	حكم درجة أولى	السيدة همسة عبدالله خلف	7
تربية أربيل	المصور الفديوي(1) مدرب المنتخب الوطني	السيد ريبوار محالدين صادق	8
تربية كركوك	المصور الفديوي(2)	السيد ابراهيم يشار عثمان	9
تربية بغداد	المصور الفديوي(3)	السيد يوسف علي محمد	10



Patterns of sports identity and its relationship to the psychological resilience of the players of some team games in Salah Al-Deen Governorate Police Directorate

Yasser Karim Matar Al-Issawi^{1*}
Dr. Abdul-Wadud A. Kh. Al-Zubaidi¹
1- College of Physical Education
and Sports Sciences - University
of Tikrit

Article info.

Article history:

- Received: 9/3/2021
- Accepted: 24/3/2021
- Available online: 30/06/2021

Keywords:

- sports identity
- patterns of sports identity
- psychological resilience
- differential games
- police directorate

©2021 This is an open access
article under the CC by
licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

Build a measure of sports identity patterns for players of some team games in the Salah al-Din Police Directorate.

Preparing the Psychological Resilience Scale for the players of some team games in the Salah al-Din Police Directorate

- Identifying the level of sports identity patterns and the psychological resilience of team sports players in the Salah al-Din Police Directorate.
- Identifying the relationship between the patterns of sports identity and the psychological resilience of the players of some team games in the Salah al-Din Police Directorate.

The researcher relied on the descriptive approach in two methods: survey and interrelationships for their suitability. The nature of the research. The research community consisted of football players for outdoor stadiums and halls and volleyball players for the 2020-2021 sports season in the Salah al-Din Governorate Police Directorate of (348) players, while excluding (10) players were excluded due to their participation in the exploratory experiment and (6) players for their wrong answers on the scale, and the sample was divided into the building sample and their number was (232) players, The application sample was chosen by the draw method and for the sample to consist of (100) players, the researcher used the questionnaire form as a tool The research was directed to a number of experts and specialists for the purpose of stating their opinions, and the researcher used statistical means, including (the arithmetic mean, standard deviation, t-test, chi-square, standard error of the scale, simple correlation coefficient (Pearson), SPSS, percentage, Spearman's equation) .

* Corresponding Author: yaser.k.mutar@st.tu.edu.iq, University of Tikrit College of Physical Education and Sports Sciences

أنماط الهوية الرياضية وعلاقتها بالصمود النفسي للاعبين بعض الالعاب الفرقية في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

أ.د. عبدالودود احمد خطاب

ياسر كريم مطر العيساوي

الكلمات المفتاحية

- الهوية الرياضية
- أنماط الهوية الرياضية
- الصمود النفسي
- العاب فرقية
- مديرية الشرطة

جامعة تكريت - التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

- هدف البحث إلى: التعرف على أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي للاعبين للالعاب الفرقية في مديرية شرطة صلاح الدين.
 - التعرف على العلاقة بين أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي للاعبين بعض العاب الفرقية في مديرية شرطة صلاح الدين .
- اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي بأسلوبين هما المسحي والعلاقات المتبادلة لملائمتها طبيعة البحث ، تكون مجتمع البحث من لاعبي كرة القدم للملاعب الخارجية والصالات ولاعبين الكرة الطائرة للموسم الرياضي 2020-2021 في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين والبالغ عددهم (348) لاعبا ، في حين تم استبعاد (10) لاعباً وذلك لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية و(6) لاعبين لإجاباتهم الخاطئة على المقياس ، واستخدم الباحثان الوسائل الإحصائية ومنها (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار t ، مربع كاي، الخطأ المعياري للمقياس ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، SPSS ، والنسبة المئوية ، معادلة سبيرمان) . وتوصل الباحثان إلى متغيري أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي لدى لاعبي العاب الفرقية (كرة القدم للملاعب الخارجية ، كرة القدم للصالات ، الكرة الطائرة) لمديرية شرطة محافظة صلاح الدين لها علاقة ارتباط ايجابية .

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

شهد علم النفس تطورات كبيرة حيث استحوذ على اهتمام العلماء والباحثين بصورة عامة وعلماء علم النفس الرياضي بصورة خاصة لما يتميز به هذا العلم من تنوع معرفي واسع في مواقفه

ودراساتهما مما حث الباحثين بدراسته والخوض في موضوعاته حيث شكل هذا العلم عاملاً مشتركاً مع بقية العلوم النفسية الأخرى في البحث والتقصي عن الحقائق السلوكية لدى الشخصية الرياضية من خلال التداخل المنطقي بينه وبين العلوم الأخرى ومن بينها علم النفس الاجتماعي، وعلم نفس النمو وهذه العلوم في نهاية المطاف تصب في خدمة الرياضي وجعله ذي إمكانيات وقدرات وقابليات صحية وبدنية وعقلية ونفسية جيدة وبالمستوى المطلوب الذي يمكن الرياضي من الوصول إلى تحقيق الأهداف الرياضية والإنجازات العالمية، وقد اهتم علم النفس الرياضي بموضوع المعرفة النفسية لفهم العديد من المشكلات التربوية والاجتماعية من خلال التفاعل الذي يحصل بين الإنسان والبيئة منطلقاً من أساسيات الفروع النظرية لعلم النفس التي تهدف إلى وصف السلوك والخبرة والعمليات العقلية عن طريق الدراسات العلمية المقننة وشرح أسباب حدوثها⁽¹⁾، وتعد أنماط الهوية الرياضية من المؤشرات النفسية التي تعتبر انعكاساً لهوية الرياضي وترتبط بمواضيع مختلفة وذات أهمية واضحة وذلك باستخدامها في العديد من الدراسات العلمية مثل مستوى النشاط الرياضي، تقدير الذات، الثقافة الرياضية، التوتر النفسي وغيرها الكثير، وفي مجال الشخصية الرياضية فإن تكامل أنماط الهوية الرياضية تقود الرياضي للوصول إلى المستوى العالي من الاستقلالية والتفرد والمقدرة على ضبط النفس وتحقيق الأهداف وفق إطار محدد ومرسوم يضمن إلى حد كبير التطور العلمي الدقيق في السلوك الأدائي وبالشكل الذي يتناسب مع كل موقف من المواقف الاجتماعية والضغوط النفسية التي يعيشها الرياضي ومنها مواقف التي يمر بها أثناء التدريب والمنافسات، فوجد اللاعب الذي قد تكامل الأعداد النفسية لديه فإنه سوف يتوجه إلى المنافسة بكل حماس ودافعية لحبه وتعلقه بالرياضة التي يمارسها ويسعى جاهداً لتحقيق الفوز والوصول إلى الأهداف المراد تحقيقه وبالمقابل عندما يفقد اللاعب إلى هويته الرياضية فإنه سوف يبحث عن الأعذار التي يراها سبب لعدم الاهتمام والفشل وتكون علاقتها سلبياً على كل من اللاعب والفريق. وبهذا يرى الباحث أن الألعاب الفريقية من الألعاب السريعة التي تحتاج من اللاعب صموداً نفسياً لمواجهة الظرف الخاص بكل منافسة، ويعد مفهوم الصمود النفسي مؤشراً هاماً للرياضي خلال خوضه المنافسات بكل مستوياتها، والصمود النفسي هو أحد أهم العوامل والسمات الشخصية الإيجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق الانتصارات الرياضية حيث المواقف الصعبة التي تواجه الكثير من الرياضيين وتسبب لهم الكثير من العوائق أمام تحقيق إنجاز الرياضي، وبالوقت نفسه تعد حافزاً وعليه فإن أهمية الدراسة الحالية هي في التعرف على

(1) محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية القيادة الرياضية، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1988) ص16.

أنماط الهوية الرياضية للاعبين في بعض الألعاب الفرقية في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين وإيجاد العلاقة بين أنماط الهوية والصمود النفسي، ويمكن أن تقدم الدراسة الحالية إضافة علمية جديدة إلى مكتبة التربية الرياضية لتساهم في توفير الفرص المناسبة لأجراء بحوث علمية في هذا الميدان والإسهام في رفع مستوى لاعبي الألعاب الفرقية في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين ومستوى أدائهم النفسي أثناء التدريب والمنافسات .

1-1 مشكلة البحث:

ان أنماط الهوية الرياضية تعد مفهوم مبهم وغير معروف لدى العديد من اللاعبين , وأنماط الهوية الرياضية تظهر لدى اللاعبين من خلال طريقة تعاملهم وتصرفاتهم أثناء التدريب والمباريات ومع اللاعبين والفرق التي ينتمون اليها فكل لاعب له مكانته داخل الملعب وتمسكه بفريقه وطريقة أسلوبه وتعامله مع أعضاء الفريق والجمهور من جهة ومن جهة أخرى يبين مدى انسجام وطبيعة ميوله اتجاه اللعبة التي يمارسها ومدى حبه لها , ومن خلال متابعة الباحثان للمباريات وإطلاعهم على الأدبيات والبحوث والدراسات السابقة التي تخص أنماط الهوية الرياضية وعلاقتها بالصمود النفسي وجد الباحثان ان هناك نصيباً قليلاً للدراسات النفسية والاجتماعية التي تقيس أنماط الهوية الرياضية ومدى علاقتها بالصمود النفسي للاعبين لبعض الألعاب الفرقية في مديرية شرطة صلاح الدين , حيث تكمن مشكلة البحث الحالي التي تتحدد في محاولة بناء مقياس علمي حديث لأنماط الهوية الرياضية لاستخدامه كوسيلة علمية مهمة في جمع البيانات التي تتعلق بدراسة أنماط الهوية الرياضية بوصفها نموذجاً لكي يتم من خلاله الانطلاق الى دراسات مستقبلية أخرى في علم النفس الرياضي لخدمة الحركة الرياضية في القطر والمكتبة الرياضية.

2-1 اهداف البحث:

يسعى البحث الحالي الى :

- التعرف على أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي للاعبين في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين .
- التعرف على العلاقة بين أنماط الهوية الرياضية و الصمود النفسي للاعبين في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين .

3-1 فرض البحث:

- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي للاعبين في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين كل حسب لعبته .

4-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو الالعاب الفرقية في مديرية شرطة محافظة صلاح الدين.

2-5-1 المجال الزمني: 2021/2/15 - 2020/7/27 .

3-5-1 المجال المكاني: مقرات وملاعب واقسام مديرية شرطة محافظة صلاح الدين.

5-1 تحديد المصطلحات :

1- أنماط الهوية الرياضية:-هي البناء الداخلي للذات ونظام دينامي للدوافع والقدرات والمعتقدات والتاريخ الخاص الفرد (1).

2- الصمود النفسي:- بأنه قدرة الرياضي على تجاوز المحن والشدائد في المواقف شديدة الصعوبة المستدامة ومواجهتها بفاعلية وقدرته على استعادة توازن وتماسك الشخصية (2).

3- إجراءات البحث :

1-3 منهج البحث:

اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي بأسلوبين هما المسحي والعلاقات المتبادلة لملائمتها طبيعة البحث .

2-3 مجتمع البحث وعيناته :

تكون مجتمع البحث من لاعبي كرة القدم للملاعب الخارجية وكرة القدم الصالات والكرة

الطائرة للموسم الرياضي (2020-2021) في مديرية شرطة صلاح الدين والبالغ عددهم (348)

لاعبا ، في حين تم استبعاد (10) لاعبين وهم لاعبين الذين تم اشتراكهم في التجربة الاستطلاعية

و(6) لاعبين لإجاباتهم الخاطئة على المقياس ، وقسمت العينة الى عينة البناء وكان عددهم

(232) لاعبا ، وتم اختيار عينة التطبيق بطريقة القرعة وتكونت العينة مؤلفة من (100)

لاعباً، وكما مبين في الجدولين (1، 2):

(1) مدين نوري الشمري و جنان بدر كامل؛ أنماط الهوية لدى طلبة الجامعة: (مجلة العلوم الانسانية, كلية التربية الانسانية /جامعة بابل , المجلد 37، العدد الرابع 2020) ص3.

(2) عرفات حسين ابو مشايخ ؛ الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معلمي المعاقين عقلياً في قطاع غزة : (رسالة ماجستير غير منشورة, الجامعة الاسلامية غزة، كلية التربية ,2018)ص24.

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث

ت	القضاء	كرة القدم للملاعب الخارجية	كرة القدم للصالات	الكرة الطائرة	المجموع
1.	تكريت	25	15	8	48
2.	سامراء	25	15	8	48
3.	بلد	26	15	8	49
4.	الدجيل	26	15	9	50
5.	الدور	26	16	9	51
6.	الشرقاط	26	16	9	51
7.	الطوز	26	16	9	51
8.	المجموع	180	108	60	348

الجدول (2)

يبين مجتمع البحث وعينة البناء وعينة التطبيق النهائي

المجموع الكلي	عينة التطبيق	عينة البناء	العدد
332	100	232	

استخدم الباحثان عددا من الوسائل البحثية وهي :

- استمارة الاستبيان .
- والمقابلة الشخصية .
- المصادر والمراجع .
- مقياس انماط الهوية .
- مقياس الصمود النفسي .

وفيما يأتي وصف لإجراءات البحث :

3 - 3 مقياس انماط الشخصية :

استخدم الباحثان مقياس انماط الهوية الذي قام الباحث ياسر العيساوي ببناءه والذي تكون من (60) فقرة بصورته النهائية الملحق (1) وتكون الإجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من خمسة بدائل ((موافق جدا ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق جدا)) وتعطى لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (60-300) والمتوسط الفرضي للمقياس ككل (180).

3-4 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الثلاثاء الموافق 15 / 12 / 2020 ، لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث.

3-5 ثبات المقياس :

لقد اعتمد الباحثان على هذه الطريقة كونها تتطلب الاختبار لمرة واحدة فقط وقد تم الاعتماد على البيانات التي حصل عليها الباحثان والمتعلقة بدرجات إجابات اللاعبين ، إن هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها أعلاه والذي بلغ (0.804) ، إلا أن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قام الباحثان باستعمال معادلة (سبيرمان - براون) * بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (0.891) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3-6 مقياس الصمود النفسي :

تم تبني مقياس الصمود النفسي للاعبين كرة القدم للباحث (لؤي ناجي حمد ، 2019) والمكون من (70) فقرة الملحق (2) ،مقياس الصمود النفسي من خلال الإجراءات السابقة أصبح المقياس مكونا من (70) فقرة بصورته النهائية والملحق(11) وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من خمسة بدائل (موافق جداً، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق جداً) وتعطى لها الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (70- 350) وكان المتوسط الفرضي (210) .

3-7 تطبيق المقياسين :

تم تطبيق المقياسين على عينة التطبيق والبالغة (100) لاعبا يمثلون العاب كرة القدم للملاعب الخارجية وكرة القدم للصالات والكرة الطائرة، واللذين تم اختيارهم بطريقة القرعة في المدة من 2021./1/25-16

3-8 الوسائل الإحصائية :

- الوسط الحسابي .

* معادلة سبيرمان براون = $2 \times \text{معامل الارتباط} \div 1 + \text{معامل الارتباط}$

- الانحراف المعياري .
 - اختبار (t) .
 - معامل الارتباط البسيط لبيرسون .
 - معادلة سبيرمان براون .
 - استعمال الباحثان الحاسوب الآلي على وفق نظام (SPSS) لتحليل البيانات في البحث الحالي .
- 4- عرض ومناقشة النتائج :**

الباحثين هنا يقومون بعرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات التي تم الحصول عليها من خلال مجموعة الاجراءات التي قام بها الباحثان ، وبعد ان تم تحقيق هدف البحث الاول والمتضمن بناء مقياس انماط الهوية الرياضية والهدف الثاني اعداد مقياس الصمود النفسي، ومن اجل تحقيق أهداف البحث الاخرى ، تم تطبيق المقياسين على عينة التطبيق وتم إخضاع البيانات ومعالجتها إحصائياً" ظهرت النتائج وكما في الجداول المبينة تفاصيلها التالية :-

4 - 1 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من محاور انماط الهوية الرياضية والصمود النفسي :

الجدول (3)

الوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمحاور مقياس انماط الهوية ومقياس الصمود النفسي

ت	المتغير	س	المتوسط الفرضي
1	هوية الانا	33.734	27
2	الهوية الاستقلالية	29.876	24
3	هوية ضبط النفس	27.932	24
4	هوية المثابرة	28.876	24
5	هوية الشجاعة والجرأة	24.452	21
6	الهوية الاجتماعية	21.651	18
7	هوية الدافعية	26.782	21
8	الهوية التنافسية	23.451	21
9	انماط الهوية	216.754	180
10	الصمود النفسي	231.645	210

يتبين من الجدول (3) أن قيم الاوساط الحسابية لمحاور مقياس انماط الهوية الرياضية كانت جميعها كانت لمحور هوية الانا (33.734) ومحور الهوية الاستقلالية (29.876) ومحور هوية ضبط النفس (27.932) واما محور هوية المثابرة (28.876) ومحور هوية الشجاعة والجرأة (24.452) ومحور الهوية الاجتماعية (21.651) ومحور هوية الدافعية (26.782) ومحور الهوية التنافسية (23.451) اما لمقياس انماط الهوية (216.754) واما بخصوص مقياس الصمود النفسي (231.645) وعند مقارنتها مع المتوسط الفرضي لكل منها نلاحظ ان جميع الاوساط الحسابية اعلى من المتوسط الفرضي وهذا يدل على ان عينة البحث لها

تميز في انماط الهوية ويتمتعون بصمود نفسي جيد، وهذا يدل على لاعبي الالعاب الفرقيه يمكن وصفهم راشدين وناضجين ولديهم احساس بالمسؤولية اتجاه ما يقومون به أثناء تأدية الواجبات المطلوبة في التدريبات والبطولات وهذا مما يعبر عن شعورهم بالاهتمام والالتزام بالهوية الرياضية ولكون الفرد في هذه المرحلة يبدأ بممارسة دوره الاجتماعي بوصفه راشداً في مجتمعه اذ تؤهله خبرات النمو السابقة لممارسة هذا الدور والمشاركة في علاقات صحيحة وصادقة تتيح له النجاح⁽¹⁾. إذ يذكر (فليكر Felker) ان تقدير الفرد لذاته واحترامه لها يرتفع عندما يشعر (الاحساس بالانتماء) وعندما يشعر بالإحساس والجدارة وعندما يشعر بأنه متقبل وبأنه ذو كفاية⁽²⁾.

4 - 2 عرض وتحليل ومناقشة العلاقة الارتباطية بين كل من انماط الهوية الرياضية والصمود النفسي :

الجدول (4)

الاوراط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الارتباط لمحاو مقياس انماط الهوية ومقياس الصمود النفسي

الدالة	درجة SIG	(ر) المحسوبة	الصمود النفسي		انماط الهوية		ت
			ع +	س	ع +	س	
دال	0,000	0,529	6.846	231.645	2,316	33.734	1
دال	0,000	0,719			2,592	29.876	2
دال	0,000	0,674			2,271	27.932	3
غير دال	0,090	0,233			1,753	28.876	4
غير دال	0,083	0,376			2,409	24.452	5
غير دال	0,142	0,243			1,894	21.651	6
دال	0,002	0,624			2,345	26.782	7
دال	0,194	0,654			2,528	23.451	8
دال	0.000	0.745	7.723	216.754			

يتبين من الجدول (4) أن قيم الاوساط الحسابية لمحاو مقياس انماط الهوية الرياضية كانت جميعها كانت لمحور هوية الانا (33.734) ومحور الهوية الاستقلالية (29.876) ومحور هوية ضبط النفس (27.932) واما محور هوية المثابرة (28.876) ومحور هوية الشجاعة والجرأة (24.452) ومحور الهوية الاجتماعية (21.651) ومحور هوية الدافعية (26.782) ومحور الهوية التنافسية (23.451) اما لمقياس انماط الهوية (216.754) واما بخصوص مقياس الصمود النفسي (231.645) وظهرت قيم معامل الارتباط بين محاور انماط

(1) صالح محمد ابو جادو (1998)؛ مصدر سبق ذكره، ص250.

(2) Felker ,essentials of psychological testing : (new york ,harber and row publisher. 1994)

الهوية والمقياس ككل مع مقياس الصمود النفسي (0,529 ، 0,719 ، 0,674 ، 0,233 ، 0,376 ، 0,243 ، 0,624 ، 0,654 ،) 0.745 على التوالي ، وكانت قيم معامل الارتباط للمحاور التالية (هوية الانا ، الهوية الاستقلالية ، هوية ضبط النفس ، هوية الدافعية ، الهوية التنافسية) ذات دلالة معنوية لكون قيمة (Sig) اقل من (0.05) ، واما ما يخص المحاور (هوية المثابرة ، الشجاعة والجرأة ، الهوية الاجتماعية) لم ترتقي الى مستوى المعنوية لكون قيمة (Sig) اعلى من (0.05) ، وكان معامل الارتباط بين مقياس انماط الهوية مع مقياس الصمود النفسي (0.745) ذات دلالة معنوية لكون قيمة (Sig) اقل من (0.05) .

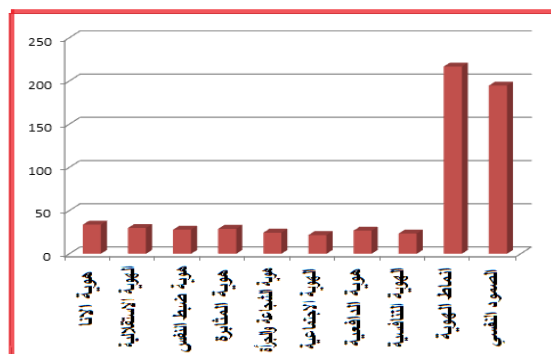
وعن طبيعة العلاقة بين تحقيق الاهداف والهوية الرياضية اتضح بأن هنالك علاقة طردية بين هذين المتغيرين لكون لاعبي الالعاب الفرقية قد امتازوا بسعيهم الجدي في تحقيق ما يرغبون تحقيقه من انجازات عالية وهم في الوقت نفسه لديهم حب الانتماء والاحساس بالجدارة في هويتهم الرياضية لذا فظهر هنا ارتباط قوي بين كلا المتغيرين ، إذ ان الافراد عندما تكون لديهم انجازات واهداف يسعون الى تحقيقها يقودهم هذا الى الاحساس بتقدير الذات والثقة العالية بالنفس وهذا يعزز شعورهم بالهوية .

في حين ظهر بأن هنالك ايضا" علاقة بين تحقيق الاهداف والانجاز الرقمي للاعب ولكون لاعبي الالعاب الفرقية يسعون الى تحقيق اهدافهم وعند اخذ انجازات اللاعبين مع ما لديهم من رغبة في تحقيق اهدافهم وجد بأن هنالك علاقة طردية تأكيدا" على ما جاء به (لوكاس Lucas) ، ان الافراد ذوي القيم الإنجاز العالية يشعرون بفخر لانهم استطاعوا تحقيق هدف مهم في حياتهم من خلال سعيهم المتواصل وتقبل ذواتهم وامتلاكهم ثقة عالية بأنفسهم فهم يستطيعون مواصلة تحقيق اهدافهم.(1)

وفي طبيعة الحالة واستنادا" لما تم تناوله في العلاقات السابقة ، بأن علاقة الهوية الرياضية بالصمود النفسي عند لاعبي الالعاب الفرقية جاءت متأكدة بأن تكامل الهوية له علاقة طردية بالصمود النفسي إذ كلما تكاملت هوية اللاعب الرياضية أدى ذلك به للوصول الى ان يتمتع بصمود نفسي عالي ، وهذا يتفق مع ما قدمه (1981 Oayehaly) الى ان تكامل الهوية يقود الى المستويات العالية من اتصاف الشخصية بالاستقلالية والتفرد وان ادراك الفرد لنفسه يؤدي به الى بذل اقصى ما عنده لتحقيق افضل اتصاف للشخصية (2).

(1) Diener Locos ,**op cit.**1984 ,p.280

(2) Dnyehaly Anlhony .S.I **dentity crisis in adolescence Adolence** :(VOL.XVINO .1981) p63.



شكل (1)

مخطط بياني لمحاور انماط الهوية ومقياس الصمود النفسي

4 - 3 عرض وتحليل ومناقشة العلاقة الارتباطية بين كل من انماط الهوية الرياضية والصمود النفسي حسب نوع الفعالية الرياضية:

الجدول (5)

الاوراس الحاسوبية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الارتباط لمقاييس انماط الهوية والصمود النفسي حسب نوع الفعالية

الدالة	Sig	قيم معامل الارتباط	الصمود النفسي		انماط الهوية		الفعالية	ت
			ع ±	س	ع ±	س		
معنوية	0.000	0.723	7.345	255.086	4.756	234.354	كرة القدم للملاعب الخارجية	1
معنوية	0.000	0.639	6.923	226.863	6.884	198.362	كرة القدم للصالات	2
معنوية	0.000	0.687	6.657	212.986	6.454	217.546	الكرة الطائرة	3

يتبين من الجدول (5) أن قيم الوسط الحسابي لدرجات لاعبي كرة القدم للملاعب الخارجية على مقياس انماط الهوية الرياضية كانت (234.354) والانحراف المعياري (4.756) اما درجاتهم على مقياس الصمود النفسي (255.086) ، (7.345) ، اما قيم الوسط الحسابي لدرجات لاعبي خماسي كرة القدم على مقياس انماط الهوية الرياضية كانت (198.362) والانحراف المعياري (6.884) ، اما درجاتهم على مقياس الصمود النفسي (226.863) ، (6.923) ، قيم الوسط الحسابي لدرجات لاعبي كرة القدم للملاعب الخارجية على مقياس انماط الهوية الرياضية كانت (234.354) والانحراف المعياري (4.756) اما درجاتهم على مقياس الصمود النفسي (255.086) ، (7.345) ، بينما قيم الوسط الحسابي لدرجات لاعبي الكرة الطائرة على مقياس انماط الهوية الرياضية كانت (217.546) والانحراف المعياري (6.454) وكانت درجاتهم على مقياس الصمود النفسي (212.986) ، (6.657) ، وكانت قيم معامل الارتباط ما بين درجات عينة البحث على مقياسي انماط الهوية الرياضية والصمود النفسي (0.723 ، 0.639 ، 0.687) وجميعها ذات دلالة معنوية لكون قيمة (Sig) اقل من (0.05) ، ان لاعبين الفرق الرياضية الجماعية يجب ان يعدون بأعلى درجات

الجاهزية النفسية وذلك لارتباطاتهم العالية في التدريب وكذلك في تأدية المهام والواجبات التي يكفون بها، وان الاعداد النفسي السليم لدى لاعبين الفرق الرياضية سوف يمكنهم من العمل كجماعة متماسكة تمكنهم من التكيف مع التغيرات التي تحصل في المجتمع وتحقيق النجاح للفرق الرياضية التي تنتمون اليها، أما العلاقة الايجابية الدالة بين أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي في الألعاب الفرقية فيمكن تفسيره بان الرياضيين الذين يميلون إلى الانبساط والانفتاح نحو المجتمع ممكن ان يكونوا ذوي اتصاف بتكامل الهوية وهو ما يعزز صحتهم النفسية وبالتالي يقود الى درجة عالية من الصمود النفسي وزيادة صلابتهم النفسية في المواقف الاجتماعية ، ذلك لأن سمة الانبساط يتصف بها الافراد الاسوياء من الناس ، فقد يسلك الفرد سلوكا انبساطيا جيدا في موقف معين، وفي موقف اخر قد يسلك سلوكاً ذا طابع اجتماعي عالي ، وهذا ما دل عليه الدرجات العالية التي احرزها لاعبو الالعاب الفرقية ان الطموح والمثابرة لا يقتصران فقط في تحقيق الهوية وتكاملها بل ينعكس على تكامل المتغيرات النفسية الايجابية ومنها الصلابة النفسية والصمود النفسي والقدرات والمهارات العقلية. (1)

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

بناء على نتائج البحث الحالية استنتج الباحثان ما يأتي :

1- تقارب لاعبو الالعاب الفرقية (كرة القدم للملاعب الخارجية ، كرة القدم للصالات ، الكرة الطائرة) لمديرية شرطة محافظة صلاح الدين في مقدار ما لديهم من درجات في انماط الهوية الرياضية .

2- تقارب لاعبو الالعاب الفرقية (كرة القدم للملاعب الخارجية ، كرة القدم للصالات ، الكرة الطائرة) لمديرية شرطة محافظة صلاح الدين في درجاتهم على مقياس الصمود النفسي.

3- متغيري أنماط الهوية الرياضية والصمود النفسي لدى لاعبو الالعاب الفرقية(كرة القدم للملاعب الخارجية ، كرة القدم للصالات ، الكرة الطائرة) لمديرية شرطة محافظة صلاح الدين لها علاقة ارتباط ايجابية .

5-2 التوصيات :

بناء على الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثان يوصي بما يأتي:

(1) محمد حسن علاوي؛ علم النفس الرياضي، ط4: (القاهرة، دار المعارف، 2017) ص24.

- 1- تعزيز المفاهيم النفسية لدى لاعبي الالعاب الفرقيه (كرة القدم للملاعب الخارجية ، كرة القدم للصالات ، الكرة الطائرة) لما لها من اهمية قصوى في تحقيق الانجازات الرياضية العالية .
- 2- العمل على تعزيز العلاقات الاجتماعية وتنميتها من اجل تنمية الانماط للهوية الرياضية فيما بين اللاعبين وتعزيز الذات الشخصية لتحقيق شخصية متزنة في المجتمع الرياضي .
- 3- اجراء دراسات اخرى عن أنماط الهوية الرياضية مع متغيرات نفسية اخرى .

المصادر :

- محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية القيادة الرياضية، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1988) .
- مدين نوري الشمري و جنان بدر كامل؛ أنماط الهوية لدى طلبة الجامعة: (مجلة العلوم الانسانية، كلية التربية الانسانية /جامعة بابل ، المجلد 37، العدد الرابع 2020).
- عرفات حسين ابو مشايخ ؛ الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقلياً في قطاع غزة : (رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية غزة، كلية التربية، 2018) .
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس الرياضي، ط4: (القاهرة، دار المعارف، 2017) .
- صالح محمد ابو جادو؛ علم النفس التربوي، ط1: (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 1998).
- Felker , **essentials of psychological testing** : (new york ,harber and row publisher. 1994).
- Dnyehaly Anlhony .S.I **dentity crisis in adolescence Adolence** : (VOL.XVINO .1981) p63
- Muhammad Hassan Allawi; The Psychology of Sports Leadership, 1st Edition: (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 1988).
- madyan nuri alshamrii w janaan badr kamil ; alsuwrat fi hadrat tlbt aljemet: (mjilat aleulum alainsaniati, kuliyyat altarbiat al'iinsaniat / jamieat babil, almujalid 37 , aleadad alrrabie 2020)
- Arafat Hussein Abu Sheikhs. Self-efficacy and its relationship to the psychological resilience of the breadwinners of the mentally handicapped in the Gaza Strip: (Unpublished Master Thesis, Islamic University Gaza, College of Education, 2018).
- Muhammad Hassan Allawi; Sports Psychology, 4th Edition: (Cairo, Dar Al Maaref, 2017).
- Salih Muhammad Abu Jadu; Educational Psychology, 1st Edition: (Amman, Maisarah House for Publishing, Distribution and Printing, 1998).

ملحق (1)

مقياس انماط الهوية

ت	الفقرات	موافق جداً	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جداً
	لدي القيم والمبادئ والتقاليد ملتزم بها.					
2.	القيمة والحياة الرياضية تمكن بتطبيق القوانين الرياضية.					
3.	اسعى الى توسيع علاقاتي الرياضية.					
4.	يصفني زملائي بأني اميل الى الجنس الاخر.					
5.	اعرف الاصدقاء الذين ارغب بصحبتهم .					
6.	يصفني زملائي بأني شخص صادق .					
7.	مبادئ مشابهة لمبادئ زملائي الرياضيين.					
8.	لدي اصدقاء مقربين كل ما يهمني هو ان اكون محاطاً بمجموعة كبيرة من الاشخاص.					
9.	ارفض الانصياع لأوامر من اي مصدر خارجي .					
10.	استقلال اي فرصة للفوز في المباراة.					
11.	اثق بمشاعري التي تقودني الى الفوز او النجاح.					
12.	يهمني كثيراً ان يتم اعتباري عضواً مهماً في المباراة.					
13.	اشعر ان ادائي في المباراة افضل من ادائي اثناء التدريب.					
14.	مظهري الخارجي افضل من باقي زملائي.					
15.	انا اعرف كيف اراقب احساساتي الداخلي .					
16.	اعتقد اني لاعب معروف في الفريق.					
17.	اعمل دائماً من اجل وحدة الفريق.					

					18. اتبع اسلوباً منظماً لمقارنة البدائل واتخاذ القرارات.
					19. يمكنني الاعتماد على نفسي دون مساعدة الاخرين.
					20. تزداد ثقتي بنفسي كلما يقترب موعد المنافسات.
					21. الفوز بالمنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.
					22. تعامل مع زملائي بتفه وبدون شك.
					23. ارغب في المثابرة على تحسين ادائي الرياضي .
					24. اكون اول الحاضرين في ساحات التدريب.
					25. اعتقد بأن المثابرة والجهد تحقق الفوز.
					26. اشعر بالحماس عند مواصلة المباراة.
					27. ابذل جهد عالي من اجل رفع اسم النادي .
					28. تثيرني المنافسة مع من هم اعلى مني بالمستوى.
					29. عندما اتوقع هزيمتي ابذل اقصى طاقاتي في المباراة.
					30. بعض زملائي يصفونني بالمثابر والمجد.
					31. احس غالباً بالخوف قبل اشتراكي .
					32. اميل الى تحدي المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي.
					33. بعض زملائي يصفونني بأنني امتاز باللعب الرجولي .
					34. اشعر بالقوة لقيامي بعملتي الرياضي بصورة جيدة.
					35. اشعر بالخوف من عدم تهيئة مكان مناسب للتدريب.
					36. استطيع الاحتفاظ بثقتي بنفسي في اصعب الاوقات.
					37. استفيد من الرياضة تكوين علاقات اجتماعية .

					38. اشارك في الالعاب الرياضية لكي التقى بأشخاص جدد.
					39. اشعر بارتياح عندما يفوز زملائي في المباراة.
					40. استفاد من انتقادات زملائي والمدرّب .
					41. شعوري بالعزلة عن الآخرين بسبب لي القلق.
					42. اشعر بانني انسجم مع الآخرين بكل سهولة .
					43. علاقتي مع زملائي تقوم على الاحترام المتبادل.
					44. احب زملائي كما احب نفسي.
					45. زملائي يفتخرون بي دوماً.
					46. لدي العديد من الاهداف المرتبطة بالرياضة.
					47. أن اكون رياضياً بارزاً هو جزء مهم لتكوين هويتي الرياضية
					48. اقدم افضل ما عندي ولا يهمني مستوى المنافس.
					49. احيانا اتحمس للعب الفردي بشكل كبير جداً.
					50. احب العمل الذي يثير اعجاب الآخرين.
					51. اتحمس الى اللعب الجديد وغير المألوف.
					52. قبل ان اشترك بالمنافسة اكون هادئاً .
					53. احترم القواعد والقوانين التي تخص المنافسة.
					54. اتحمل واصبر على صعوبات المنافسة .
					55. قبل المنافسة اشعر بالتفائل بالفوز.
					56. اخشى الخسارة في المنافسات .
					57. انتظر المنافسة بشوق وحماس.
					58. اقدم افضل ما عندي من اجل تحقيق ارقام قياسية.
					59. يتحسن ادائي كلما زادت صعوبة المنافسة.

60. اشعر بأن فرصة الفوز في المباراة موجودة دائماً.					
--	--	--	--	--	--

الملحق (2)

مقياس الصمود النفسي

ت	الفقرات	موافق جداً	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جداً
1	أشعر بالسعادة عند تعاملي مع زملائي اللاعبين بصورة سهلة					
2	لا احقق معظم اهدافي في اللعب مهما كانت الظروف					
3	دائماً اكون ملتزماً بالعادات والتقاليد الخاصة بي					
4	أودي واجباتي الخطئية التي يكلفني بها المدرب					
5	خطأ واحد او أثنان لا يمكن ان يقللا من اعتمادي على نفسي اثناء المنافسة					
6	التزامي بالتدريب يحقق بعض طموحاتي					
7	لست مستعداً دائماً للمشاكل التي أواجهها					
8	صفاتي الحسنة تجعلني مرغوباً من قبل زملائي بالفريق					
9	احاول تجنب المناقشات داخل الفريق					
10	احساسني بالإرهاق في المباراة نتيجة ضعف مطاولتي					
11	أتخلص من اخطائي في الاداء اثناء المنافسة دون مساعدة المدرب					
12	اصراري على التفاؤل يجعلني اواجه التحديات بالمباراة					
13	أنفذ تعليمات مدربي دون خطأ					
14	لا اتحمل النقد من قبل مدربي اثناء المنافسة					
15	اعتمد على نفسي في حل مشاكلي الخاصة					
16	طموحاتي المستمرة بالفوز تجعلني متفوقاً دائماً					
17	من السهل بالنسبة لي ان اتدرب باستمرار وبدرجة عالية من الشدة					
18	لا أواكب تطورات التدريب لكي احقق الفوز					
19	أطبق تعليمات مدربي اثناء واجبي					
20	ارائي معظمها صائبة اتجاه زملائي بالفريق					
21	لا اعبر عن حاجاتي ورغباتي من خلال الأداء الجيد اثناء المنافسة					
22	أتأسف لزملائي عند حدوث خطأ من قبلي					
23	أبتعد في شعوري بالاحباط الداخلي عندما ارتكب خطأ اثناء الاداء في المنافسة					
24	هدوئي في المباراة يجنبني الخطأ					
25	أستطيع التعامل مع حالات اللعب المختلفة بذكاء					

					شجاعتي تجعلني مستعداً في مواجهة الصعاب	26
					اسلوبي في اللعب يكون منظماً	27
					أصراري على الفوز بالمباراة يجعلني متحمس	28
					أفضل التنافس ضد منافس قوي بدرجة أكبر من منافس ضعيف	29
					أتأثر باستثارة الجمهور لفريقي	30
					أتجنب حدوث الخطأ أثناء التدريب	31
					أغير رأيي أثناء المناقشة مع زملائي اللاعبين إذا كان يخدم الفريق	32
					خبراتي السابقة تنفعني لمواجهة المشاكل في الفريق	33
					أتعامل مع جميع اللاعبين باحترام	34
					أحقق طموحاتي رغم المنافسة في اللعب	35
					أبني انطباعات حسنة لإرضاء زملائي اللاعبين	36
					أعتبر نفسي رياضي ذو مستوى عالٍ في الأداء	37
					ظروفي الصعبة تؤثر على مستواي أثناء المنافسة	38
					لا أتأخر عن الواجب الذي يكلفني به المدرب	39
					أتعاون مع زملائي اللاعبين في تطوير الفريق في معظم الظروف	40
					أراداتي قوية دائماً اتجاه زملائي اللاعبين	41
					لا أطمح لتحقيق الأداء الجيد في المباراة دائماً	42
					أضع أهدافاً ملائمة لكل منافسة	43
					لا أتمالك نفسي عند الغضب	44
					دائماً أتفاعل مع زملائي اللاعبين بالنقاش	45
					شخصيتي المتواضعة تجعلني مرغوباً من قبل زملائي اللاعبين	46
					أرتبك عند تسببي بخطأ مفاجئ أثناء اللعب	47
					أشعر بأني أكثر حماسة واندفاعاً بعد أي مباراة	48
					لا أتأخر عن التدريب مهما كانت الظروف	49
					لا أتمسك دائماً بالتقاليد والاعراف السائدة	50
					أحترم الالتزام الخلفي والاجتماعي اتجاه زملائي اللاعبين	51
					أحقق أهدافي من خلال التدريب الصحيح	52
					أؤدي أفضل ما عندي عند شعوري بالمزيد من الضغط أثناء المنافسة	53
					أغير بعض انطباعاتي طبقاً للظروف التي أمر بها كلاعب	54
					لا أغير أساليب لعبي داخل الملعب	55
					أقدم نصائحاً إيجابية لزملائي اللاعبين	56
					أتجنب مخالفة قوانين اللعب أثناء المباراة	57

					لا اتقبل المساعدة من زملائي اللاعبين في الفريق	58
					أخسر بعض اللاعبين بسبب صراحتي معهم	59
					أرغب بالقرارات الصائبة التي تعطيني نتائج صحيحة	60
					أنا رياضي لدي ثقة وشعور بالأمان النفسي	61
					أواجه صعوبات الاداء بهمة وعزم	62
					لا أسعى دائما لتطوير معرفتي الرياضية بجميع الوسائل	63
					أستطيع تحقيق اهدافي في المباريات مهما تكن اهميتها	64
					أتمسك بقوانين وأنظمة المباراة	65
					أكون مستعداً دائما لمواجهة الفريق المنافس	66
					أصراري على تطبيق توجيهات مدربي	67
					لا أستطيع انجاز اغلب مهامي التدريبية في وقت قصير	68
					أحافظ على هدوئي داخل الملعب	69
					أعترض دائما على قرارات الحكم أثناء اللعب	70



A Study of the Level of Sports Competition Anxiety Among Fencing Players

Omar Abdullah Hussein^{1*}

1- - College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

Article info.

Article history:

-Received: 24/5/2021

-Accepted: 6/6/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- case level
- worry
- sport discussion
- fencing Abstract

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The importance of this research lies in investigating the apparent anxiety and hidden anxiety and their impact on the player's performance within local or international competitions. Many psychological pressures accompany the player before and during the match, so the aim of the research is to identify the state of anxiety in sports competitions and its reflection on the player's performance. The researcher hypothesises a close correlation between anxiety and the player's performance and used the descriptive approach as well as a special questionnaire method to indicate the level of anxiety associated with the player's performance in competitions. The researcher concluded that there is an inverse relationship between anxiety and the player's performance, and the researcher recommended that athletes should be trained psychologically to face the state of anxiety and reduce its negative consequences on the player's performance.

Corresponding Author: o.abdullah.h@tu.edu.iq, University of Tikrit - College of Physical Education and Sports Sciences *

دراسة مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي المباراة

م.م عمر عبدالله حسين

جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

الكلمات المفتاحية

- مستوى الحالة
- القلق
- المنافسة الرياضية
- المباراة

الخلاصة:

تكمن أهمية البحث في دراسة حالة القلق الظاهر و القلق المستتر وأثرهما على أداء اللاعب ضمن المنافسات المحلية او العالمية لما يصاحبها من ضغوط نفسية تواجه اللاعب قبل وأثناء النزال، ويكمن هدف البحث في الكشف عن مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية وما هي اسبابها وايجاد الحلول المناسبة لها من اجل الحد من اثارها السلبية على أداء اللاعب , وافترض الباحث وجود نسبه مرتفعة من حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد العينة. حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لبيان مستوى القلق المصاحب لأداء اللاعب في المنافسات. واستنتج الباحث وجود علاقة عكسية بين مستوى حالة القلق ومستوى أداء اللاعب، واوصى الباحث بوجود تدريب الرياضيين نفسيا لمواجهة حالة قلق المنافسات الرياضية للحد من نتائج السلبية على أداء اللاعب.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تعتبر حالة القلق من العوامل النفسية المهمة التي على المربي الرياضي الانتباه لها ، وذلك لمردودها السلبى على النتائج في حال عدم وجود تدريب نفسي للاعب لمواجهة هذه الحالة ، حتى وان كان اللاعب مهاري فلكل بطولة او نزال ظروفهما الخاصة والتي تسترعي الانتباه لها من قبل اللاعب والمربي الرياضي ايضا ، وان لحالة القلق في المباراة امثلة كثيرة نشاهدها في النزالات العالمية ومن قبل لاعبين متمرسين ، وللقلق مسببات نفسية اهمها الخوف سواء كان من جهوزية اللاعب او من حجم البطولة او من قدرات

وانجازات اللاعب المنافس ، " اذ تتمثل حالات القلق بالخوف الشديد وعدم القدرة على التركيز والاحساس الدائم بتوقع الهزيمة وعدم الثقة"⁽¹⁾ . ان كل ما ذكر يؤدي بعض الاحيان بالتسرع في اتخاذ القرارات الغير مدروسة نتيجة لحالة الارباك النفسي والقلق والذي قد يؤدي الى خسارة النزال ، ومن هنا تكمن اهمية البحث في دراسة حالة قلق المنافسة الرياضية والمسببات لها ووضع مستويات لهذ الحالة ، وهل لحالة قلق المنافسة الرياضية تأثير على اداء المتبارز ونتائجه اثناء المباريات ؟

1-2 مشكلة البحث :

من خلال اطلاع الباحث ومشاهدته لبعض المباريات ، لاحظ وجود علامات لحالة القلق الظاهر للمتبارز قبل وأثناء النزال ، ان حالة قلق المنافسة لها عدة اوجه يمر بها الرياضي بشكل عام والمتبارز بشكل خاص ، تجعله يفقد الكثير من اللمسات التي تسبب له خسارة النزال مع المتبارزين الاخرين . ومن هنا تحددت مشكلة البحث لوجود حالة من الارتباك والقلق لدى اللاعبين اثناء وقبل المباراة ومن اجل الخوض في غمار هذه المشكلة وايجاد الحلول لها توجب على الباحث البحث عن اسبابها ومسبباتها وايجاد الحلول والمعالجات الجذرية لها .

1-3 هدف البحث :

1-3-1 الكشف عن مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية وما هي اسبابها وايجاد الحلول المناسبة لها من اجل الحد من اثارها السلبية على اداء اللاعب .

1-4 فرض البحث :

1-4-1 افترض الباحث وجود مستوى عالي من حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو المباراة فئة الشباب تحت 20 سنة في جمهورية العراق .

1-5-2 المجال الزمني : 2021/1/16 ولغاية 2021/3/20

1-5-3 المجال المكاني : قاعة الاتحاد العراقي للمبارزة في محافظة بغداد .

1- الدراسات النظرية :

1-2 مفهوم حالة قلق المنافسات الرياضية :

(1) حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي ، ط1 (سوريا ، 2012، دار العرب ودار النور) ص 197.

ان في المجال الرياضي مواقف كثيرة يتعرض لها اللاعب سواء كانت هذه المواقف في التدريب او قبل واثناء المنافسة الرياضية والتي قد تؤثر على مستوى قدرات اللاعب . ولان " مستوى القلق المطلوب للرياضي لاستتفار افضل ما لديه من اداء هو مستوى يتميز بالخصوصية فقد اصبح من واجبات الاخصائي النفسي الرياضي تحديد مستوى القلق المناسب لكل رياضي" (1) . وقد عرفها (مارتنز) على انها "ميل اللاعب الى ادراك مواقف المنافسة الرياضية على انها مهددة له ، والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر توقع الخطر والتوتر" (2) . كما تعرفها (كاري هورن) الى انه " استجابة انفعالية موجهة الى المكونات الاساسية للشخصية" (3) . وايضا يعرف بانه "تعرض الفرد الى مزيج من الاستثارة الفسيولوجية والاضطراب المعرفي" (4) .

2-1-1-1 انواع قلق المنافسة الرياضية (5) :

2-1-1-1-1 حالة قلق ما قبل المنافسة الرياضية .

2-1-1-1-2 حالة قلق بداية المنافسة الرياضية .

2-1-1-1-3 حالة قلق المنافسة الرياضية .

2-1-1-1-4 حالة قلق ما بعد المنافسة الرياضية .

2-1-2 مصادر قلق المنافسة الرياضية (6) :

2-1-2-1-1 الخوف من الفشل .

2-1-2-1-2 الخوف من عدم الكفاية .

2-1-2-1-3 فقدان السيطرة .

2-1-2-1-4 الاعراض الجسمية والفسيولوجية .

(1) عامر سعيد الخيكاني واخرون ؛ علم النفس الرياضي- كتاب منهجي ، ط1 (النجف ، 2015 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ص218.

(2) هلال عبد الكريم صالح ؛ علم النفس الرياضي في التعلم ، الانجاز ، القياس النفسي ، ط1 (بغداد ، 2010 ، منشورات المكتبة الرياضية) ص 127.

(3) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي ، ط7 (القاهرة ، 2009 ، مركز الكتاب للنشر) ص382

(4) عبد الحكيم رزق عبد الحكيم واخرون ؛ علم النفس الرياضي مفاهيم وتطبيقات ، ط1 (القاهرة ، 2017 ، دار الفكر العربي) ص 106.

(5) عزيمة عباس السلطاني ، حسين عمر سليمان الهروتي ؛ علم النفس الرياضي مفاهيم ومقاييس نفسيه ، ط1 (الاردن ،

2017 ، شركة الاكاديميين للنشر والتوزيع) ص 126-127.

(6) صالح عبدالله الزعبي ، ماجد محمد الخياط ؛ علم النفس الرياضي ، ط1 (عمان ، 2011 ، دار الراية للنشر والتوزيع) ص113-114

(*) استمارة استبيان قلق المنافسة الرياضية ملحق (1)

2- اجراءات البحث :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث .

3-2 مجتمع وعينه البحث:

تحدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبو المباراة في جمهورية العراق فئة الشباب تحت 20 عاما،

اما عينة البحث فتم اختيارهم عشوائيا والبالغ عددهم 38 لاعبا مثلون عينة البحث.

3-3 وسائل جمع المعلومات :

3-3-1 استمارة استبيان(*) .

3-3-2 المصادر العلمية .

3-4 المعاملات العلمية للاختبار :

"ان اختبار قلق المنافسة الرياضية الذي صممه راينر مارتنز يعتبر مقياسا صادقا لقياس قلق

المنافسة للرياضيين ، اذ اجريت الكثير من الاختبارات التي تثبت صحة المقياس"⁽¹⁾

3-5 اجراءات البحث :

تم عمل رابط وعن طريق برامج (Google Forms) (*) لاستمارة استبيان اختبار حالة قلق المنافسة

الرياضية ، وبعد الاجابة عليها من قبل افراد عينة البحث تم تفرغها للحصول على النتائج لبيان مستوى

حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث .

3-5-1 مقياس قلق المنافسة الرياضية :

اعتمد الباحث على مقياس راينر مارتنز لقياس حالة قلق المنافسة الرياضية والذي اعد صورته باللغة

العربية محمد حسن علاوي⁽²⁾ ، اذ يتكون المقياس من (15) عبارة ، (10) عبارات هي لقياس حالة قلق

المنافسة الرياضية ، اما (5) عبارات التي تم وضعها في المقياس هي لمحاولة اخفاء الصدق الظاهري

للاختبار ، اي عدم اعطاء اللاعب الرياضي فكرة عن وجهة الاختبار وبالتالي تقليل من تحيزه للإجابة

عن العبارات (10) الاساسية للاختبار ، حيث تكون الاجابة من قبل المختبر ب (نادرا، احيانا ، غالبا).

(1) محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1 (القااهرة، 1998، مركز الكتاب للنشر) ص241-246 .

(*) (Google forms) هو برنامج لجمع المعلومات عن طريق الاجابة عليها من قبل الافراد عن طريق الانترنت .

(2) غازي صالح محمود واخرون ؛ المقاييس النفسية في المجال الرياضي والتربوي ، ط1 (العراق ، 2014 ، النبراس للطباعة والتصميم) ص93.

3-5-2 التصحيح⁽¹⁾:

ارقام العبارات التي تقيس سمة قلق المنافسة الرياضية هي: 2/3/5/6/8/9/11/12/14/15

في حين ارقام العبارات التي لا تحتسب هي : 1/4/7/10/13

حيث يتم تصحيح العبارات التي في اتجاه سمة قلق المنافسة الرياضية وارقامها هي :

2/3/5/6/8/9/12/14/15 نادرا = درجة واحدة ، احيانا = درجتان ، غالبا = 3 درجات .

كما يتم تصحيح العبارات التي في عكس اتجاه سمة قلق المنافسة الرياضية وارقامها هي :

6/11 فتحتسب لها الدرجة طبقا لما يلي : نادرا = 3 درجات ، احيانا = درجتان ، غالبا = درجة واحدة .

3-6 المعالجات الاحصائية :

(الجمع ، القسمة ، النسبة المئوية)

3- عرض ومناقشة النتائج :

4-1 عرض النتائج .

4-1-1 عرض نتائج اختبار قلق المنافسة الرياضية .

جدول (1)

يبين اجابات عينة البحث على اختبار قلق المنافسة الرياضية بالنسبة المئوية

ت	العبارات	نادراً	أحياناً	غالباً
1.	قبل ان اشترك في المنافسة اشعر بانني مرتبك	21.05%	31.57%	47.38%
2.	قبل اشتراكي في المنافسة اخشى من عدم توفيقني في اللعب	26.31%	39.47%	34.21%
3.	عندما اشترك في المنافسة اخشى من ارتكابي بعض الاخطاء	31.57%	26.31%	42.12%
4.	قبل ان اشترك في المنافسة اكون هادئا	26.31%	34.22%	39.47%

(1) أسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات ، ط4 (القاهرة ، 2007، دار الفكر العربي) ص166.

5.	قبل ان اشترك في المنافسة اشعر باضطراب في معدتي	%18.43	%42.10	%39.47
6.	قبل اشتركي في المنافسة اشعر بان ضربات قلبي اسرع من المعتاد	%23.69	%31.58	%44.73
7.	قبل اشتركي في المنافسة اشعر بالاسترخاء	%21.05	%28.95	%50
8.	قبل ان اشترك في المنافسة اكون عصبيا	%34.22	%39.47	%26.31
9.	اكون متوترا عند انتظار بدء المنافسة	%23.68	%34.22	%42.10
10.	قبل ان اشترك في المنافسة اشعر بالضيق	%28.95	%39.47	%31.58

4-1-2 مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبو المباراة

جدول (2)

يبين مستويات حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث

ت	المستوى	النسبة المئوية	التكرارات
1.	عالي	%100-71	17
2.	متوسط	%70-51	10
3.	واطئ	%50 فأقل	11

4-2 مناقشة النتائج .

من خلال الجدول (1) يتبين لنا ان العبارات (1,3,4,6,7,9) كانت اعلى اجابات من قبل افراد عينة البحث للفقرة (غالبا) . اما العبارات (2,5,8,10) فقد كانت اعلى اجابات من قبل افراد عينة البحث للفقرة (احيانا) . ويعزو الباحث ان اجابات عينة البحث بنسب مرتفعة على الفقرتين (غالبا ، احيانا) وذلك لوجود نسبة مرتفعة من حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث ، اذ ان مجموع اجابات عينة البحث كانت (814) وعند تقسيمها على عدد افراد عينة البحث وهم (38) لاعبا يكون ناتج القسمة (21.5) درجة ، " حيث يتراوح مدى الدرجات لمقياس حالة قلق المنافسة الرياضية من (10 الى 30) درجة فكلما اقتربت

درجة اللاعب الرياضي من الدرجة (30) اتسم اللاعب بسمة قلق المنافسة الرياضية والعكس صحيح⁽¹⁾ ان (21.5) تشكل نسبة (71.6%) من درجات المقياس وهي نسبة عالية لحالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث.

كما ويتبين من الجدول (2) مستويات قلق المنافسة الرياضية لعينة البحث ، "اذن ان هنالك ثلاث مستويات لحالة القلق (المستوى المنخفض للقلق ، المستوى المتوسط للقلق ، المستوى العالي للقلق)"⁽²⁾ ، حيث ان ما نسبته (71-100%) لهم مستوى عالي من حالة قلق المنافسة الرياضية وكان عددهم (17) لاعب يشكلون نسبة (44.73%) من افراد العينة ، و (51-70%) لهم مستوى متوسط من حالة قلق المنافسة الرياضية والبالغ عددهم (10) لاعبين يشكلون نسبة (26.31%) من افراد العينة ، اما ما نسبته (50% فأقل) لهم مستوى واطئ من حالة قلق المنافسة الرياضية وعددهم (11) لاعب يشكلون نسبة (28.94%) من افراد مجتمع البحث . من خلال ما سبق من النتائج تبين ان هنالك نسبة مرتفعة من مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى افراد عينة البحث ، ويعزو الباحث ذلك الى اهمال التدريب النفسي المصاحب للتدريب البدني والمهاري للاعب ، لما للتدريب النفسي في القدرة على خفض حالة قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعب وعن طريق برامج نفسية معدة لهذا الغرض .

5_ الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

5-1-1 استنتج الباحث ما يلي :

(1) محمد حسن علاوي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 47.
 (2) عبدالودود احمد الزبيدي ، حسين عمر سليمان الهروتي ؛ علم النفس الرياضي ، ط1 (الاردن ، 2017 ، شركة الاكاديميين للنشر والتوزيع) ص 60-61.

- وجود نسبة مرتفعة لدى افراد عينة البحث تقدر ب (21.5 من 30) درجة من مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية وبنسبة (71.6%) .
- وجود مستوى عالي من حالة قلق المنافسة الرياضية لدى (17) لاعب من افراد عينة البحث .
- وجود علاقة عكسية بين مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية واداء اللاعب .

2-5 التوصيات :

1-2-5 يوصي الباحث ما يلي :

- اعتماد منهج تدريبي نفسي مصاحب للتدريب البدني والمهاري الذي من شأنه خفض الاثار النفسية السلبية كحالة قلق المنافسة الرياضية على اداء اللاعب .
- يجب ان يكون البرنامج التدريبي النفسي متكيف مع حجم المنافسة الرياضية التي سيخوضها اللاعب.
- ضرورة التأكيد على خفض مستوى القلق بأنواعه لدى اللاعب للأثار السلبية التي يتركها على أدائه .

المصادر

- أسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة المفاهيم _ التطبيقات ، ط4 (القاهرة ، 2007، دار الفكر العربي).
- حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي ، ط1 (سوريا ، 2012، دار العرب ودار النور) .
- صالح عبدالله الزعبي ، ماجد محمد الخياط ؛ علم النفس الرياضي ، ط1(عمان ، 2011، دار الراية للنشر والتوزيع) .

- عامر سعيد الخيكاني و اخرون ؛ علم النفس الرياضي - كتاب منهجي ، ط1 (النجف ، 2015، دار الضياء للطباعة والتصميم) .
- عبد الحكيم رزق عبد الحكيم واخرون ؛ علم النفس الرياضي مفاهيم وتطبيقات ، ط1 (القاهرة ، 2017 ، دار الفكر العربي) .
- عبدالودود احمد الزبيدي ، حسين عمر سليمان الهروتي ؛ علم النفس الرياضي ، ط1(الاردن ، 2017 ، شركة الاكاديميين للنشر والتوزيع) .
- عظيمة عباس السلطاني ، حسين عمر سليمان الهروتي ؛ علم النفس الرياضي مفاهيم ومقاييس نفسيه ، ط1 (الاردن ، 2017 ، شركة الاكاديميين للنشر والتوزيع) .
- غازي صالح محمود واخرون ؛ المقاييس النفسية في المجال الرياضي والتربوي ، ط1 (العراق ، 2014 ، النبراس للطباعة والتصميم)
- محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي ، ط7 (القاهرة ، 2009 ، مركز الكتاب للنشر).
- محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط1(القاهرة ، 1998، مركز الكتاب للنشر) .
- هلال عبد الكريم صالح ؛ علم النفس الرياضي في التعلم ، الانجاز ، القياس النفسي ، ط1 (بغداد ، 2010، منشورات المكتبة الرياضية) .

Sources

1. Osama Kamel Ratib; Sports Psychology, Concepts – Applications, 4th Edition
(Cairo, 2007, Dar Al-Fikr Al-Arabi
2. Hamid Suleiman Hamad; Mathematical Psychology, 1st Edition (Syria, 2012,
)Dar Al-Arab and Dar Al-Nour
3. Saleh Abdullah Al-Zoubi, Majed Mohammed Al-Khayat; Sports Psychology,
)1st Edition (Amman, 2011, Dar Al-Raya for Publishing and Distribution
4. Amer Saeed Al-Khikani and others; Mathematical Psychology – A systematic
)book, 1st ed. (Najaf, 2015, Dar Al-Diaa for printing and design
5. Abdul Hakim Rizk Abdul Hakim and others; Mathematical Psychology:
)Concepts and Applications, 1st Edition (Cairo, 2017, Dar Al-Fikr Al-Arabi
6. Abdel-Wadoud Ahmed Al-Zubaidi, Hussein Omar Suleiman Al-Harouti; Sports
Psychology, 1st Edition (Jordan, 2017, The Academics Company for Publishing
and Distribution)
7. Azmeh Abbas Al-Sultani, Hussein Omar Suleiman Al-Harouti: Mathematical
Psychology, Psychological Concepts and Measures, 1st Edition (Jordan, 2017,
Academics Publishing and Distribution Company)
8. Ghazi Saleh Mahmoud and others; Psychological measures in the sports and
educational field, 1st edition (Iraq, 2014, Al-Nibras for printing and design)
9. Muhammad Hassan Allawi; Introduction to Sports Psychology, 7th Edition
(Cairo, 2009, Al-Kitab Center for Publishing)
10. Muhammad Hassan Allawi; Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes,
1st Edition (Cairo, 1998, Al-Kitab Center for Publishing).
11. Hilal Abdul Karim Saleh; Mathematical Psychology in Learning, Achievement,
Psychometrics, 1st Edition (Baghdad, 2010, Mathematical Library Publications)

ملحق (1)



جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استمارة استبيان (قائمة المنافسة الرياضية)

تحية طيبة :

أرجو من حضراتكم الاجابة بوضع علامة (صح) امام العبارات في الاستبيان ، والاجابة بكل صراحة وصدق ليتسنى لنا معرفة المعلومات الصحيحة التي تفيد دراستنا ، شاكرين تعاونكم معنا خدمتاً للرياضة من اجل الارتقاء بها ووفاءً لعراقنا الحبيب .

الجنس : ذكر انثى

العمر :

ت	العبارات	نادراً	أحياناً	غالباً
1.	التنافس مع الاخرين متعة اجتماعية			
2.	قبل ان اشترك في المنافسة اشعر بانني مرتبك			
3.	قبل اشتركي في المنافسة اخشى من عدم توفيقني في اللعب			
4.	اتمتع بروح رياضية عالية عندما اشترك في المنافسة			
5.	عندما اشترك في المنافسة اخشى من ارتكابي بعض الاخطاء			
6.	قبل ان اشترك في المنافسة اكون هادئاً			

			7. من المهم ان يكون لي هدف اثناء المنافسة
			8. قبل ان اشترك في المنافسة اشعر باضطراب في معدتي
			9. قبل اشترائي في المنافسة اشعر بان ضربات قلبي اسرع من المعتاد
			10. احب التنافس في الانشطة التي تتطلب مجهودا بدنيا
			11. قبل اشترائي في المنافسة اشعر بالاسترخاء
			12. قبل ان اشترك في المنافسة اكون عصيبا
			13. الالعاب الرياضية الجماعية اكثر اثارة من الالعاب الفردية
			14. اكون متوترا عند انتظار بدء المنافسة
			15. قبل ان اشترك في المنافسة اشعر بالضيق



The effect of exercises according to the response of the aural stimulations in developing learning the dribbling skill that ends with with lay up shot in basketball

Sabah Hasan Farhan ^{1*}

1- Iraq , ministry of education ,The general directorate of Anbar education, AL-karma department of education

Article info.

Article history:

-Received: 4/5/2021

-Accepted: 13/6/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- aural stimulations worry
- skill of dribbling ends with layup shot
- basketball

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

This study aimed to prepare exercises according to auditory stimulation and to know their effect on developing basketball. The researcher used the experimental method that it applied to a sample of (12) students representing the second intermediate stage, then they were divided into two parts. The control and experimental group, and after applying the exercises for a period of (8) weeks, the results are statistically treated and go to the experimental group. The two groups showed significant progress in subsequent testing, and the most important recommendations are to focus on auditory stimulation and benefit from the exercises prepared by the research.

Corresponding Author: Sab101sab0@gmail.com , - Iraq , ministry of education ,The general directorate of Anbar education, AL-karma department of education *

تأثير تمارين على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية لتطوير تعلم مهارة
الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

م.د. صباح حسن فرحان/ وزارة التربية / مديرية العامة لتربية الانبار/ قسم
تربية قضاء الكرمة

الكلمات المفتاحية

- المثيرات السمعية القلق
- مهارة الطبطة المنتهية
- بالتهديف السلمي
- كرة السلة

الخلاصة: هدف البحث كان إعداد تمارين على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية ومعرفة تأثيرها في تطوير تعلم مهارة التهديف السلمي بكرة سلة، استخدم الباحث المنهج التجريبي، إذ تم تطبيق البحث على طلاب المرحلة المتوسطة في مدرسة الرميله للبنين من عينة قوامها (12) طالب يمثلوا فريق كرة السلة للمرحلة الثانية المتوسطة، ثم تقسيمهم لمجموعتين ضابطة وتجريبية، وبعد تطبيق التمارين لمدة (8) أسابيع تم معالجة النتائج الإحصائية وكانت لصالح المجموعة التجريبية وتأثير التمارين، وإن كلا المجموعتين أظهرت تطوراً في الاختبارات البعدية، وكان من أهم التوصيات هي التركيز على المثيرات السمعية والاستفادة من التمارين التي أعدها الباحث.

1-التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

التعلم بحد ذاته هو تحقيق هدف الوصول إلى العلم ، ويجب أن تكون عملية تطوير التعلم في مجالات كثيرة ومتعددة كما هو الحال في التربية الرياضية ، إذ يتجه الكثير من الباحثين والمختصين إلى الاستفادة من جمع الأساليب والتمارين التي تحقق التعلم المهاري بأقل جهد وزن لأجل تطوير المهارات المختلفة للألعاب الرياضية سواء الفردية أو الجماعية.

أن أفضل عملية تعلم تتم عندما يتيح المعلم إلى الاستفادة من الحواس السمعية أم البصرية أو اللمسية، فلو لاحظنا أن لعبة كرة السلة تزخر بمهارات يتطلب أدائها بسرعة ودقة ضمن حدود الملعب للوصول إلى هدف المنافس بزمان محدد وتسجيل الإصابة. ويؤكد (خليل إبراهيم 2013) أن: " التعلم الحركي

يرتبط بالكثير من الشروط التي لا يمكن الاستغناء عنها كالاستعداد وتأثير الانفعالات وما يتعلق بالجانب الوظيفي للمتعلم كالنمو والتطور وسلامة الجهاز العصبي والحواس⁽¹⁾.

إن أهمية البحث هي استخدام تأثير تمارين تساعد في معالجة بعض حالات يواجهها الطلاب أثناء عملية التعلم في المرحلة المتوسطة من خلال مثيرات السمعية التي تزيد من فاعلية عملية التعلم وتنمي لديهم القابلية في تعلم مهارات مختلفة وذلك لجا الباحث إلى دراسة الحالية تأثير تمارين على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية لتطوير تعلم مهارة الطبطبة والتهديف السلمي بكرة السلة وذلك لأهمية المثيرات السمعية في عمليات التعلم الحركي.

2-1 مشكلة البحث:

من خلال اختصاص الباحث في مجال التعلم الحركي وكونه مدرس تربية بدنية وعلوم الرياضة وكذلك مشاهدتنا للكثير للبطولات المدرسية لوحظ أن معظم الفرق المدرسية في كرة السلة للمرحلة المتوسطة لديها مستوى متدني في أداء مهارة الطبطبة والتهديف السلمي كمهارة مركبة تتطلب السرعة في الطبطبة والدقة في التهديف، لذا يطرح الباحث التساؤل الآتي:

- هل هناك تأثير للتمرينات على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية في تطوير تعلم مهارة الطبطبة والتهديف السلمي بكرة السلة لطلاب المرحلة المتوسطة؟

3-1 هدفا البحث:

- إعداد تمارينات على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية وبما يتلاءم مع عينة البحث.
- التعرف على تأثير التمارينات على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية لتطوير تعلم مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لطلاب المرحلة المتوسطة.

3-1 فرض البحث:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار البعدي وللمجموعة التجريبية .

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب الصف الثاني متوسط من مدرسة الرميثة للبنين في محافظة الانبار - مدينة الرمادي.

2-5-1 المجال الزمني: من الفترة 2019/11/6 ولغاية 2019/12/31م.

(1) خليل إبراهيم سليمان؛ التعلم الحركي: (دمشق، دار النور، حوران للدراسات والنشر الترجمة، 2013) ص26.

1-5-3 المجال المكاني: ملعب كرة السلة لمتوسطة الرميطة للبنين - محافظة الانبار - مدينة الرمادي.

2- الدراسات النظرية

2-1 المثيرات:

هي كل ما يتم استلامه من الحواس من المحيط الخارجي للبيئة التي نتواجد فيها ويتم تحويل المثيرات إلى إشارات عصبية وسمعية إلى داخل الجسم بتجاه (العمليات العقلية) وهنا يشير (خليل إبراهيم) "يبدأ العمل من خلال تهيئة الحواس لاستقبال مثير معين وهو ما يطلق عليه بالانتباه الذي غالبا ما يتصف بالتعدد ولكثرة المساحة الواسعة له والعدد الكبير من المثيرات الملائمة والغير الملائمة للأداء الحركي المطلوب لذلك يقوم بعزل المثيرات غير الملائمة للمعالجة لعقلية والإبقاء على بعض المثيرات ذات العلاقة"⁽¹⁾

2 منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث:

قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي لملائمته لمشكلة البحث، وتصميم مجموعتين ضابطة وتجريبية.

3-2 مجتمع وعينة البحث:

اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثل بطلاب الدراسة المتوسطة في مدرسة الرميطة للبنين للسنة الدراسية 2019-2020 لإمكانية تطبيق إجراءات البحث وتوفير كل المستلزمات، وتكونت عينة البحث من (12) طالب يمثلون فريق كرة السلة للمرحلة المتوسطة (الصف الثاني المتوسط)، وبعد إجراء التجانس (جدول 1) ثم تقسيم عينة البحث بأسلوب عشوائي إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، بواقع حال (6) طلاب لكل مجموعة، ومن ثم إجراء التكافؤ (جدول 2).

جدول (1) تجانس عينة البحث ن = 12

المتغيرات	وحدة القياس	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء (ل)
الطول	سم	168.12	4.38	167	0.67
الكتلة	كغم	59.13	3.54	58	0.95
العمر الزمني	سنة	13.12	3.81	14	0.69-

جدول (2) التكافؤ مجموعتي البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الضابطة ن=6		التجريبية ن=6		قيمة T * المحسوبة	الدلالة
		ع	س	ع	س		
الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي	الزمن (ثا)	1.17	13.52	0.81	13.21	0.54	غير دال

(1) خليل إبراهيم سليمان؛ التعلم الحركي: (مصدر سبق ذكره، 2013) ص 147.

* (t) الجدولية (1,812) عند مستوى دلالة (0.5) ودرجة حرية (10).
يوضح جدول (2) عدم وجود فروق دالة احصائيا في اختبار التهديد السلمي، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (0.54) وهي أصغر من قيمة (t) الجدولية (1,812) عند مستوى دلالة (0.5) ودرجة حرية (10) مما يوضح تكافؤ المجموعتين.

3-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

- الاجهزة:

- ميزان طبي لقياس الوزن والطول.
- حاسبة الكترونية نوع (Casio)
- حاسوب نوع (HP).

- الأدوات:

- شريط قياس متري.
- شواخص عدد (6).
- كراسي عدد (4).
- حلقات دائرية بلاستيكية.
- صافرة + كرات سلة عدد (10).

- وسائل جمع المعلومات:

- الاختبار والقياس.
- شبكة المعلومات الدولية.
- المراجع العربية والأجنبية.

3-4 اختبار البحث:

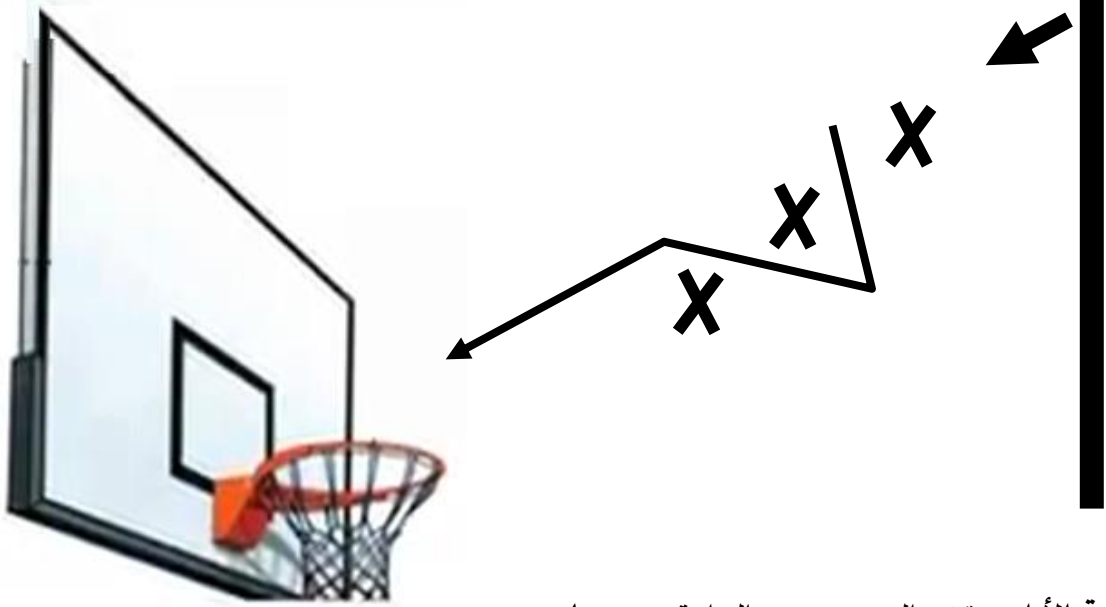
اختبار " الطبطة المنتهية بالتهديد السلمية" (1).

"الهدف: قياس الطبطة المنتهية بالتهديد السلمية.

الأدوات والإجراءات: شواخص عدد (3)، كرة سلة، ساعة

(1) مؤيد عبدالله جاسم، وفائز بششير حمودات؛ كرة السلة، كتاب منهجي، ط2: (وزارة التعليم العالي، جامعة الموصل، دار الكتاب للطباعة والنشر، 1999)، ص200.

توقيت، وتكون المسافة بين خط البداية الذي يبعد (19.5)م على النقطة النازلة من مركز الحلقة والشاخص الأول (6) أمتار والمسافة بين الشواخص (4.5)متر.



طريقة الأداء: يقف المختبر عند البداية، وعندما يسمع

إشارة البدء يبدأ بطبقة الكرة بين الشواخص مبتدئاً بجهة يمين الشاخص الأول (بالنسبة للاعب يستخدم ذراعه اليمنى) وعند وصوله إلى مسافة مناسبة من الهدف يقوم بالتهديف السلمية ويعود مسرعاً بالكرة. في حالة نجاح التهديف، أما إذا لم ينجح التهديف فيعاود الكرة من تحت الحلقة إلى أن تنجح الإصابة ثم يعود مسرعاً ويتم حساب الزمن والذي يكون دليلاً للاختبار وحدة قياس الاختبار فهي من خلال (الثانية)".

3-5 إجراءات البحث الميدانية:

3-5-1 التجربة الاستطلاعية: بعد تحديد اختبار البحث الغرض أن يتعرف الباحث على ملائمة الاختبار ومدى تفهم أفراد عينة البحث للاختبار والوقت المستغرق لكل اختبار، تم تطبيق التجربة الاستطلاعية على (6) من الطلاب في يوم 2019/10/28 الموافق الاثنين، وهم من غير عينة البحث الرئيسية، وتم إعادة التجربة الاستطلاعية الثانية بعد (7) أيام وبنفس الظروف المكانية والزمانية، وقد تم استخراج الأسس العلمية للاختبار وهي كما يأتي:

1- الصدق: تم الاعتماد الصدق الذاتي لمعامل الثبات وقد بلغ (0.95).

2- الثبات: باستخدام معامل الارتباط بيرسون (ر) بين الاختبارين، ظهر أن معامل الثبات (0.91) قيمته المحسوبة وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.81)، أما درجة حرية (5) عند مستوى دلالة (0.5) مما يؤكد على معنوية العلاقة.

3-5-2 الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي يوم الثلاثاء الموافق 2019/11/5 الساعة العاشرة صباحاً على ملعب كرة السلة لمتوسطة الرميطة في مدينة الرمادي وقد تم تثبيت الظروف المكانية والزمانية والأدوات المستخدمة.

3-5-3 التجربة الرئيسية:

اعتمد الباحث على وضع مجموعة من التمرينات (ملحق 1) لغرض تحقيق هدف البحث في لعبة كرة السلة وبما يتلاءم مع عينة البحث (المجموعة التجريبية)، إذ تم وضع هذه التمرينات في منهج تعليمي منظم استغرق تنفيذه (8) أسابيع وبواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع في يوم الاثنين والأربعاء، وقد راعى الباحث التدرج في عرض التمرينات بشكل مشوق وإدخال التنافس بين المتعلمين وتؤدي المجموعة التجريبية التمرينات بواقع كل وحدة تعليمية أربع تمرينات في حين تنفذ المجموعة الضابطة منهاجها المتبع الذي اعد من قبل مدرس المادة ، وتم تطبيق التمرينات المقترحة للمجموعة التجريبية على وفق الاستجابات للمثيرات السمعية في القسم الرئيسي للوحدة التعليمية للقسم الخاص بالجزء التطبيقي، واستغرق زمن قدره (15) دقيقة.

3-5-3 الاختبار البعدي:

تم إجراء الاختبار البعدي بعد الانتهاء من تطبيق التجربة الرئيسية يوم الخميس الموافق 2020/1/2، مع مراعاة تثبيت الظروف التي تم فيها إجراء الاختبار القبلي.

3-6 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث القوانين الآتية:

- " الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء (ل).
- معامل الارتباط بيرسون (ر).
- معامل الصدق الذاتي.
- قانون (t) لوسطين مرتبطين.

- قانون (t) بين متوسطين غير مرتبطين⁽¹⁾.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج وتحليلها للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة:

جدول (3)

الدلالة	قيمة t * المحسوبة	ع ف	س ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
				ع	س	ع	س		
دال	2.57	0.99	1.03	1.09	12.3 1	1.17	13.52	الزمن(ثا)	الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي

* قيمة (t) الجدولية (2.15) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (5).

4-2 عرض النتائج وتحليلها للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

جدول (4)

الدلالة	قيمة t * المحسوبة	ع ف	س ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
				ع	س	ع	س		
دال	9.23	0.64	2.40	0.94	10.81	0.81	13.21	الزمن(ثا)	الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي

* قيمة (t) الجدولية (2.15) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (5).

4-3 عرض النتائج وتحليلها للاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية:

جدول (5)

الدلالة	قيمة t * المحسوبة	التجريبية ن=6		الضابطة ن=6		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	س	ع	س		
دال	2.58	0.94	10.81	1.09	12.31	الزمن(ثا)	الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي

* قيمة (t) الجدولية (1.812) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (10).

⁽¹⁾ مروان عبد المجيد؛ الإحصاء الوصفي والاسـتدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة، ط1، (الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر، - عمان، 2000)، ص150-272.

4-4 مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (3-4) إن كلا المجموعتين الضابطة والتجريبية قد حدث فيها تطور في مهارة التهديف السلمي وهذا ما بينته النتائج الاحصائية، وهذا يعزز ما فرضه الباحث والتأثير الإيجابي لكلا المنهجين المتبع والتمريعات على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية. أو يعزز الباحث هذا التطور إلا أن التكرار في أداء التمرين بشكل علمي يساهم في عملية تعلم وتطوير التعلم للمهارة الرياضية، فضلا عن الوضوح في طريقة أداء التمرينات وبهذا الصدد يذكر (فتحي أحمد إبراهيم) " أن تعليم التمرين يجب شرح الغرض من أداء التمرين وفائدته وتقديم نموذج الأداء، فكلما كان النموذج سليماً كلما كان له أكبر الأثر في نفوس المتعلمين والتعرف على دقائق حركاته وأدائه بدون إضاعة جهد أو وقت في تصحيح هذا الأداء"⁽¹⁾

أما في الجدول (5) الخاص بنتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، إن النتائج كانت لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت التمرينات على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية والتي عززت من تطوير الأداء في مهارة التهديف السلمي، والتي تعد مهارة مركبة لا تتم إلا من خلال مهارة أخرى وهي مهارة الطبطبة، وأن هذا التطور هو صورة عاكسة لأهمية الحواس في إشراكها في عملية التعلم من خلال رفع مستوى تركيز المتعلمين على المثير السمعي لكي يظهر الاستجابة الملائمة والمطلوبة في هذا المثير. وبهذا الصدد يذكر (مروان عبد المجيد إبراهيم 2014) " من خلال التعلم الحركي يستقبل الفرد الرياضي الإحساسات المختلفة عن طريق الحواس، وتعد الخبرات الحسية التي تأتي عن طريق الحواس لردود الأفعال التي يقوم بها الفرد الرياضي"⁽²⁾

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات:

- التمرينات التي طبقت وفق الاستجابة للمثيرات السمعية لها فاعلية ايجابية في تطوير تعلم مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
- التمرينات المستخدمة من قبل الباحث ومن قبل مدرس المادة لها تأثيراً ايجابياً في تطوير مهارة تعلم مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة وبنسب متباينة.

2-5 التوصيات:

- الاستفادة من التمرينات المعدة من قبل الباحث.

(1) فتحي أحمد إبراهيم؛ طرق تدريس التمرينات: (مصر، جامعة الاسكندرية، كلية التربية الرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، 2011)، ص4.

(2) مروان عبدالمجيد إبراهيم؛ التعلم الحركي والنمو البدني في التربية الرياضية، ط1، (الأردن- دار رضوان، النشر والتوزيع، عمان، 2014)، ص40.

- التركيز في عملية تطوير تعلم بقية مهارات كرة السلة باستخدام المثيرات السمعية .
- إجراءات دراسات أخرى باستخدام مثيرات بصرية والتركيز على الحواس في عملية التعلم الحركي للمهارات الرياضية.

المصادر العربية والأجنبية

- خليل إبراهيم سليمان؛ التعلم الحركي؛ (دمشق، دار العرب ودار النور، حوران للدراسات والنشر الترجمة، 2013).
- فتحي أحمد إبراهيم؛ طرق تدريس التمرينات؛ (مصر، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، 2011).
- مروان عبد المجيد؛ الإحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية والرياضية، ط1، (دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن- عمان، 2000).
- مروان عبدالمجيد إبراهيم؛ التعلم الحركي والنمو البدني في التربية الرياضية، ط1، (الأردن- دار رضوان، النشر والتوزيع، عمان، 2014).
- مؤيد عبدالله جاسم، وفائز بشير حمودات؛ كثرة السلة، كتاب منهجي، ط2،: (وزارة التعليم العالي، جامعة الموصل، دار الكتاب للطباعة والنشر، 1999)، ص200

References

- Khalil Ibrahim Sulaiman, action learning (Damascus, Arab house and Al Noor house, Horan for studies , publication and translation, 2013)
- Fatehy Ahmed Ibrahim, methods of teaching trainings(Alexandria university, college of physical and sport education, Al wafaa house for printing and publication, 2011)
- Marwan Abid Al Majeed Ibrahim, constructive and descriptive counting in fields and researches of physical and sport education, first addition, (Al fiker house for printing and publication ,Jordan , Amman, 2000)
- Marwan Abid Al Majeed Ibrahim, action learning and physical growth in sport education , first addition, : (Jordan- Dar Radwan for publication and distribution, Amman, 2014)
- Mouaid Abid Allah Jassim, Faiz Basher Hamodat, Basketball, methodical book, Second addition, (ministry of higher education , university of Mosel , al kitab house for printing and publication , 199)

ملحق (1)

يبين التمرينات المقترحة على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية

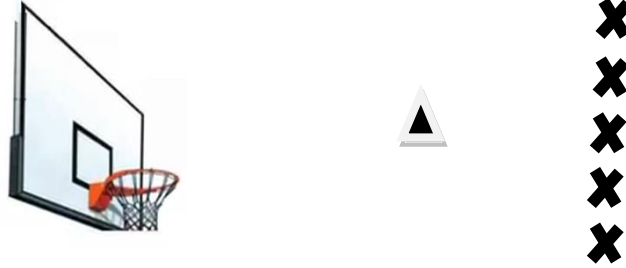
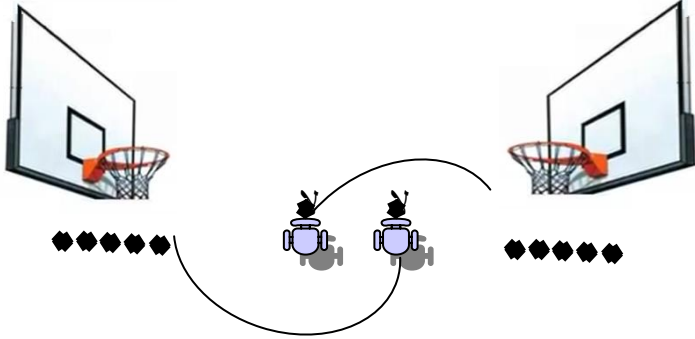
الوحدة (2)

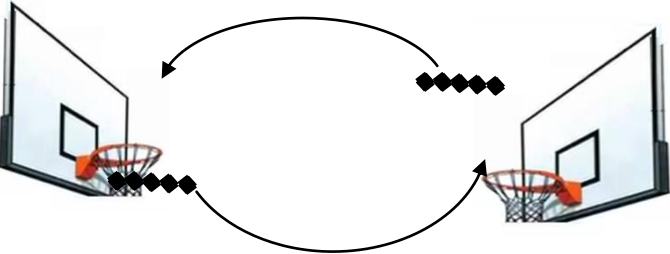
القسم الرئيسي:

الزمن: 25-30 د

هدف تعليمي: تطوير تعلم مهارة التهديد السلمي

هذه معرفي: النواحي القانونية لمهارة التهديد السلمي

الملاحظات	تكرار	الأشكال والرسومات	التفاصيل	القسم
أداء تمرين أو حركي مفاجئة للاعبين			شرح مهارة التهديد السلمي وأدائها الفني عند استخدام ذراع اليمين وعند استخدام ذراع اليسار أو أداء نموذج من قبل المعلم ثم أداء كل لاعب لهذه المهارة مع تصحيح الخطأ	القسم التعليمي (10) د
تأكد على حركة الدوران عند النهوض من الكرسي دون ارتكاب مخالفة المشي بالمكرة	10		تطوير تعلم المهارة تمرين (1): التهديد من وضع الجلوس على الكرسي عند إشارة البدء ينطلق اللاعب من كل مجموعة بالطبقة العالية ثم الجلوس على الكرسي في منتصف الدائرة المركزية، وعند سماع صافرة لمرّة واحدة يؤدي الطبقة والتهديد السلمي نحو الهدف لمواجهة للكرسي وعند سماع صافرتين يقدم بالدوران والطبقة بالاتجاه العكسي للجلوس وأداء التهديد السلمي.	القسم التطبيقي (15) د الرئيسي - 25 - 30

<p>التركيز على الإيقاع الصحيح للبطيطة وتركيز النظر إلى الأمام</p>	10		<p>تمرين (2): الطبطبة والتوقف والتهديف السلمي: عند إشارة البدء يؤدي اللاعب من كل أفراد مجموعة الطبطبة في المكان وعند سماع صافرة لمرة واحدة ينطلق بالطبطبة، وعند سماع صافرتين التوقف مع الطبطبة، وعند سماع الصافرة لثلاث مرات يؤدي الطبطبة والتهديف السلمي.</p>	
---	----	---	--	--

ملحق (1)
يبين التمرينات المقترحة على وفق الاستجابة للمثيرات السمعية

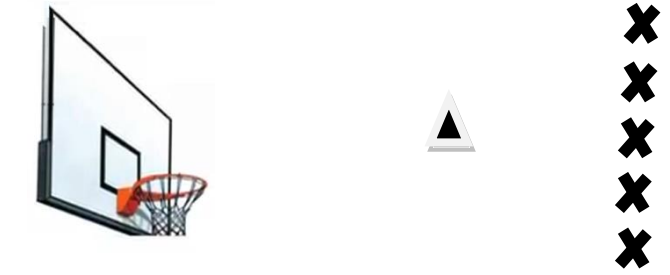
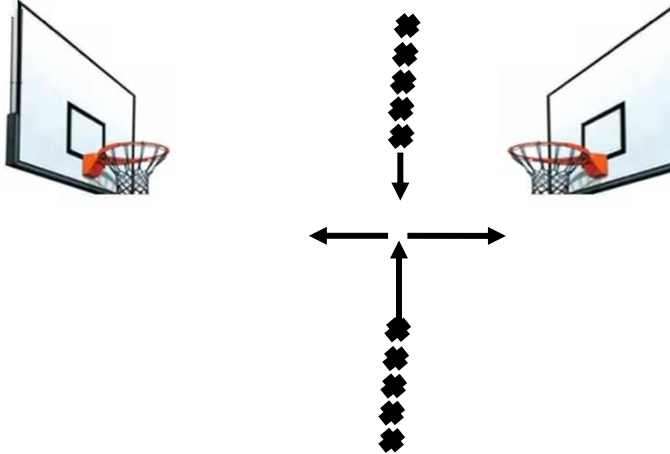
الوحدة (1)



القسم الرئيسي:

هدف تعليمي: تطوير تعلم مهارة التهديف السلمي

الزمن: 25-30 د

هذه معرفي: النواحي القانونية لمهارة التهديف السلمي

الملاحظات	تكرار	الأشكال والرسومات	التفاصيل	القسم
<p>أداء حركات مفاجئة برمي الكرة للأعلى ومسكها</p>			<p>شرح مهارة الطبطبة العالية والواطنة واستخداماتها بوجود مدافع وعدم تواجده، ثم إعادة للنواحي الفنية والقانونية لمهارة التهديف السلمي، وأداء نموذج ثم كل لاعب لمهارة الطبطبة مع تبديل الذراع</p>	<p>القسم التعليمي (10) د</p>
<p>التركيز على المثبر السمي والسرعة في أداء الطبطبة ودقة التهديف</p>	10		<p>تطوير تعلم المهارة تمرين (3): الطبطبة في الدائرية المركزية والتهديف السلمي: عند إشارة البدء يؤدي كل لاعب الطبطبة والتوقف في الدائرة المركزية وعند سماع صافرة لمرة يؤدي الطبطبة والتهديف السلمي باتجاه يمين اللاعب وعند سماع صافرتين يؤدي الطبطبة والتهديف باتجاه يسار اللاعب.</p>	<p>القسم التطبيقي (15) د</p> <p>الرئيسي 25 - 30 د</p>

					
<p>التأكيد على حركة الدوران الخلفي بالكرة مع التأكيد على أداء الطبطة بالذراع الأخرى للتكرار التالي</p>	10		<p>تمرين(4): التهديف بعد أداء الدوران بالكرة عند إعطاء إشارة البدء يؤدي اللاعب الطبطة الواطنة باتجاه منتصف الساحة وعند سماع صافرة يؤدي دوران الخلفي بالكرة وأداء الطبطة والتهديف السلمي .</p>		



The effect of the two strategies of effective and differentiated motor learning in learning the technical performance of the two passing skills from the top and the bottom of volleyball

Shler Hussein Abd AL Karim^{1*}

1-University Grimyan-ministry of Education

Article info.

Article history:

-Received: 12/4/2021

-Accepted: 10/5/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- Strategy
- motor learning
- differentiation
- passing skill
- volleyball

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research aims to identify the effect of the two effective and differentiated movement learning strategies in learning the technical performance of the two passing skills from the top and the bottom in volleyball, and the research problem is determined that there is a weakness in learning skills in volleyball and they need to diversify their teaching methods and find educational and teaching alternatives from strategies in Kinetic learning and the use of modern technologies in the educational process, so it was necessary to find alternative ways as strategies in kinetic learning to achieve the best learning and save time and effort, as (30) students were randomly selected from the second grade in the Department of Physical Education / College of Education at the University of Garmian, and it was Their average age is (19-21) years, regular and regular attendance for the academic year (2017-2018) AD, and they were tested in the two passing skills from the top and the bottom in volleyball, as the sample was divided into two experimental groups, the first using the effective movement learning strategy to learn the two passing skills from the top The bottom and the second use the differentiated motor learning strategy to learn the same two skills.

The results of the research showed significant differences between the pre and post tests and in favor of the post tests in learning the two skills and for the two groups, but we did not have significant differences between the two experimental groups in both the top and bottom passing tests in volleyball.

The researcher recommended emphasizing the use of each of the two strategies and other strategies in kinetic learning to teach students skill in volleyball, especially the skills of passing from the top and the bottom, and the researcher suggested conducting studies in other types of modern teaching strategies and methods and on individual and group games..

Corresponding Author. Shler.hussein@garmian.edu.krd - University Grimyan-ministry of Education *

تأثير استراتيجيات التعلم الحركي الفعال والتمايز في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

أ.م.د. شلير حسين عبد الكريم
جامعة كرميان – كلية التربية

الكلمات المفتاحية

- استراتيجية
- التعلم الحركي
- التمايز
- مهارة التمرير
- الكرة الطائرة

الخلاصة:

يهدف البحث الى التعرف على تأثير استراتيجيات التعلم الحركي الفعال والتمايز في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة، وتتحدد مشكلة البحث في ان هناك ضعف في تعلم المهارات في الكرة الطائرة وهم بحاجة إلى تنوع في أساليب تعليمهم وإيجاد بدائل تعليمية وتدرسية من استراتيجيات في التعلم الحركي واستخدام التقنيات الحديثة في العملية التعليمية، لذا كان من الضروري ايجاد سبل بديلة كاستراتيجيات في التعلم الحركي لتحقيق افضل تعلم والاقتصاد بالوقت والجهد المبذول، اذ تم اختيار (30) طالب عشوائياً من الصف الثاني في قسم التربية الرياضية / كلية التربية بجامعة كرميان، وكان معدل اعمارهم (19-21) سنة والمنتظمين والمواظبين بالدوام للسنة الدراسية (2017-2018)م ، وتم اختبارهم في مهاتري التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة، اذ قسمت العينة الى مجموعتين تجريبيتين، الاولى تستخدم استراتيجية التعلم الحركي الفعال في تعلم مهاتري التمرير من الاعلى والاسفل والثانية تستخدم استراتيجية التعلم الحركي التمايز في تعلم نفس المهاترين .

وأظهرت نتائج البحث فروقا معنويا بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية في تعلم المهاترين وللمجموعتين، ولكن لم تظهر لدينا فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيتين في كل من اختباري التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.

وأوصت الباحثة التأكيد على استخدام كل من الاستراتيجيتين والاستراتيجيات الاخرى في التعلم الحركي لتعلم الطلاب مهارة في الكرة الطائرة وخاصة مهاتري التمرير من الاعلى والاسفل، واقرحت الباحثة بإجراء دراسات في انواع اخرى من الاستراتيجيات والأساليب التدريسية الحديثة وعلى العاب فردية وجماعية.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته

ان منظومة العملية التعليمية والتدريسية هي حصلة التفاعل القائم بين مكوناتها والتي تتمثل ب(المدرس والطالب والمادة التعليمية) لغرض تحقيق الاهداف التربوية والتعليمية للوحدة التعليمية في البيئة التعليمية. والعملية التربوية في مجال التربية الرياضية لها اهمية خاصة لما تتميز بها من خصائص ذو اهمية بدنية ومهاترية، لذا هناك حاجة ماسة الى اجراءات التحليل والتشخيص بين الحين والآخر في اساليبها، وطرائقها،

والوسائل المستخدمة في العملية التعليمية وكيفية تسخير الاستراتيجيات المختلفة والمتنوعة لغرض تقويمها، ومعالجة سلبياتها، وتعزيز ايجابياتها، ومن هذا المنطلق يتجه الباحثون والمختصون في مجال التعليم والتدريس الى استخدام استراتيجيات حديثة معينة تخدم اهداف وتطورات العملية التعليمية والتربوية في ان واحد خلال البيئة التعليمية، اذ «ترتبط استراتيجيات التعلم الحركي بالمهارة الحركية والوقت المخصص لتنفيذ المنهج التعليمي، وفي الغالب ان الاستراتيجية الناجحة هي التي تؤدي الى الغاية المقصودة في اقل وقت، وبأيسر جهد يبذله المدرس والطالب، وهي التي تثير اهتمام الطالب وميوله وتحفزه على الاداء الحركي الجيد والعمل الايجابي، والنشاط الذاتي والمشاركة الفاعلة في الوحدة التعليمية وهي التي تشجع على التفكير».¹

من هذا المنطلق، تكمن اهمية البحث، من حيث إلقاء الضوء على إحدى المهارات الهامة جداً في العملية التعليمية، ألا وهي الاستراتيجيات في التعلم الحركي، وكيفية توظيف كل من استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز كأداة تربوية فعّالة ومؤثرة، لمساعدة الطالب في تعلم مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة والتفكير الايجابي والمشاركة الفعالة في البيئة التعليمية.

1-2 مشكلة البحث:

يرمي المدرس بالدرجة الاساس الى تعليم الطلاب مهارات الالعب الرياضية، والى تطوير القنوات المعرفية والبدنية والاجتماعية والنفسية والاخلاقية للمتعلم وذلك عن طريق اختيار اساليب وطرائق واستراتيجيات تدريسية تحقق الاهداف المرجوة، والتي توصل مستوى الطلاب الى مرحلة الاتقان في التعلم ليكون باستطاعتهم اللعب والتغلب على متغيرات اللعب الحقيقية.

تكمن مشكلة البحث في ان الطلاب يعانون من ضعف في تعلم مهارات في الكرة الطائرة وهم بحاجة إلى تنوع في أساليب تعليمهم وإيجاد بدائل تعليمية وتدرسية من استراتيجيات في التعلم الحركي واستخدام التقنيات الحديثة، لذا علينا كباحثين دراسة استراتيجيات حديثة في التعلم الحركي ومدى تأثيرها واختيار أفضل استراتيجية والتي تلائم المهارة المتعلمة إذ إنّ لكل مهارة خصوصيتها في التعلم، لذا ارتأت الباحثة الخوض في استخدام استراتيجيات في التعلم الحركي من ضمنها استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز، اذ ان هناك «استراتيجيات عدة للتعلم الحركي التي من شأنها المساهمة الفعالة في تطوير قدرات المتعلم الحركية والمهارة والعقلية والمعرفية ... الخ، الامر الذي يعمل على تسهيل مهمة القائمين بالعملية التعليمية والنجاح في انجاز مهامهم وواجباتهم تجاه المتعلمين»²

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ استراتيجيات في التعلم الحركي: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2018) ص4.

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ نفس المصدر: ص4.

3-1 اهداف البحث :

1. التعرف على تأثير استراتيجية التعلم الحركي الفعال في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.
2. التعرف على تأثير استراتيجية التعلم الحركي المتميز في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.
3. التعرف على افضلية استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والمتميز في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.

4-1 فرضا البحث :

1. هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.
2. هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدي لمجموعتي البحث التجريبية في تعلم الاداء الفني لمهاتري التمير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري :

طلاب الصف الثاني / قسم التربية الرياضية في كلية التربية الاساسية بجامعة كرميان للسنة الدراسية (2017-2018) م .

1-5-2 المجال الزمني: من (2018/2/25)م ولغاية (2018/5/3)م .

1-5-3 المجال المكاني : القاعة الرياضية في كلية التربية الاساسية بجامعة كرميان .

1-6-1 تحديد المصطلحات :

1-6-1 استراتيجية التعلم الحركي الفعال: ¹

هي استراتيجية تعليمية تشرك المتعلمين في عمل اشياء تجبرهم على التفكير فيما يتعلمونه.

1-6-2 استراتيجية التعلم الحركي المتميز: ²

هي استراتيجية تعليمية حديثة تهدف الى خلق بيئة تعليمية مناسبة للمتعلمين جميعهم تلبى قدراتهم واحتياجاتهم واهتماماتهم بطرائق مختلفة.

2- الدراسات النظرية :

1-2 استراتيجية التدريس :

(²) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص17.

(³) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ نفس المصدر، ص29.

استراتيجية التدريس هي، كل ما يتعلق بأسلوب توصيل معلومات المادة التعليمية للمتعلمين في البيئة التعليمية خلال العملية التعليمية من قبل المعلم لتحقيق هدف الوحدة التعليمية أو المنهج التعليمي، إذ هي جملة الطرائق والأساليب التدريسية والوسائل التي يتخذها المعلم لإدارة الصف وضبطه، فضلاً عن الجو العام الذي يعيشه المتعلم والترتيبات الخاصة التي تدفع المتعلم وتقربه من الأفكار والمفاهيم المبتغاة.¹

تعمل الاستراتيجيات التدريسية بالأساس على تنشيط التفاعل بين المتعلم والمعلومات وخلق نوع من الدافعية نحو محتوى المادة التعليمية، و عرفت بأنها :

- «الخطة والإجراءات والطريقة والأساليب والتي تتبع للوصول للمخرجات والنواتج».²

2-1-1 استراتيجية التعلم الحركي الفعال:³

يعد التعلم الفعال مكوناً أساسياً من مكونات المنظومة التعليمية، وقد ظهرت الحاجة الى التعلم الحركي الفعال نتيجة عوامل عدة، كان ابرزها حالة الحيرة والارتباك التي يشكو منها المتعلم بعد كل موقف تعليمي يمر به، تلك الحالة يمكن ان تفسر بأنها نتيجة قلة اندماج المعلومات الجديدة بصورة حقيقية من عقله بعد كل نشاط تعليمي تقليدي، ويكون دور المتعلم في التعلم الحركي الفعال مشاركاً نشطاً في العملية التعليمية، اذ يقوم المتعلم بانشطة عدة تتصل بالمهارة الحركية المتعلمة، بينما يكون دور المعلم هو دور الموجه والمرشد الذي يعمل على تسهيل عملية التعلم الحركي، اذ هو لا يسيطر على الموقف التعليمي ولكنه يدير الموقف التعليمي ادارة ذكية تتمثل في توجيه المتعلم نحو الهدف توجيهاً هادفاً، وهذا يتطلب منه الالمام بمهارات مهمة تتصل بطرح الاسئلة وادارة المناقشة، وتصميم المواقف التعليمية المشوقة والمثيرة وغيرها. واستراتيجية التعلم الحركي الفعال هي استراتيجية التعلم التي تتطلب من المتعلم ان يستعمل مهام تفكير عليا كالتحليل والتركيب والتقييم فيما يتعلق بما يتعلمه.

2-1-1-2 دور المتعلم في استراتيجية التعلم الحركي الفعال:⁴

1. يشارك في تصميم عملية التعلم الحركي وبيئتها.
2. يعمل مستقلاً او في ضمن مجموعة متعاونة، بحيث يتواصل ويتفاعل ويدعم.

(1) ظافر هاشم ألكاظمي ؛ الأساليب التدريسية ، محاضرة أقيمت على طلبة الماجستير ، جامعة كوية / كلية التربية / قسم التربية الرياضية ، 2004 .

(2) زينب علي عمر وغادة جلال ؛ طرق تدريس التربية الرياضية - الاسس النظرية والتطبيقات العملية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2008) ص 167 .

(3) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص 17 .

(4) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ نفس المصدر، ص 22 .

3. يمارس التفكير والتحليل في حل المشكلات التي تواجهه، بحيث يقدم حلولاً ذكية للمشكلات التي تواجهه في اثناء تعلمه المهارات الحركية.
4. يفكر تفكيراً تأملياً وإيجابياً في أسلوب تعلمه، وجودة هذا التعلم ونوعيته.
5. يبحث عن مصادر المعلومات الخاصة بالمهارات الحركية ويصل إليها، ويتواصل معها بفاعلية وكفاءة.

2-1-2 استراتيجيات التعلم الحركي المتميز: ¹

ظهرت استراتيجيات التعلم الحركي المتميز نتيجة مبدأ الاختلافات والتباينات بين المتعلمين في داخل الوحدة التعليمية، فهي تهدف الى تطوير مستوى المتعلمين جميعهم بناءً على الخصائص الفردية والخبرات السابقة، وان الفلسفة التي تقوم عليها الاستراتيجية هي وجوب النظر الى المتعلمين على انهم افراد يختلفون فيما بينهم، وان هذه الاختلافات مهمة جداً ما يستدعي الاستجابة لها ليس عند ظهورها في الوحدة التعليمية، وانما تكون اساساً عند التخطيط للدروس، واستراتيجيات التعلم الحركي المتميز، هي تعلم يهدف الى رفع مستوى المتعلمين جميعهم حسب خصائصهم وخبراتهم السابقة، باستثناء المتعلمين الذين يواجهون مشكلات في تعلم المهارات.

ويمكن تعريفه «بأنه ابتكار واستخدام طرق وأساليب متعددة لمواجهة الاختلافات القائمة بين المتعلمين في قدراتهم وميولهم واستعداد واحتياجاتهم التعليمية بحيث توفر لهم فرصاً متكافئة للفهم والاستيعاب واستخدام ذلك في مواقف الحياة اليومية و تنمي في المتعلمين مهارات حياتية مثل تحمل المسؤولية والمشاركة الفاعلة والإيجابية». ²

2-1-2-1 دور الطالب في استراتيجيات التعلم الحركي المتميز: ³

1. على المتعلم ان يفهم ما يدور في الوحدة التعليمية من اهداف.
2. المتعلم في عمليات تنويع التعلم الحركي شريك ايجابي، عليه التزامات يجب القيام بها ويحرص عليها.
3. على المتعلم ان يتقبل فكرة اختلاف المهمات او الواجبات الحركية التي يقدمها المدرس لبعض من المتعلمين ولا يعد ذلك تفضيلاً منه لبعضهم.
4. على المتعلم التعود على كثرة عمليات التقييم واساليبه، فضلاً عن تنوعها.

(2) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص 28 .

(3) www.uobabylon.edu.iq/uobColeges/lecture.aspx?fid=10&depid=6&lcid=84394

(4) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص 35.

5. على المتعلم تعزيز الثقة بنفسه وبقدراته في تحقيق ما يطلب منه من مهمات او واجبات حركية وقبول التحدي وبذل الجهد للارتقاء بمستوى ادائهم الحركي.

2-2 المهارات الاساسية في الكرة الطائرة :

لعبة الكرة الطائرة من الالعب الجماعية التي تقدمها مرتبط باتقان وإجادة مهاراتها الفنية تحت الظروف الخاصة بالمنافسة الحقيقية، وإتقان اداءها يعد من اهم العوامل التي تحقق الفوز والنجاح لأي فريق، فالمهارات الاساسية كذلك «هي الحركات التي يتحتم على اللاعب اداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول إلى افضل النتائج»¹.

والمهارات الفنية هي «الحركات الضرورية والهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار اللعبة سواء أكانت هذه الحركات بالكرة أم بدونها»² وعلى جميع المتعلمين ان يؤدوا المهارات الاساسية بنفس الكفاءة لكي يتمكن كل متعلم من تنفيذ واجبه بأكمل وجه، وعلى الرغم من ان المهارات تبدو سهلة الاداء لكنها تتطلب جهداً كبيراً في دقة اتقانها وذلك بسبب صغر حجم الملعب وسرعة طيران الكرة وقصر مدة لمس الكرة وغيرها من النواحي القانونية.

3-3 منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب العينات التجريبية المتكافئة لملاءمته وطبيعة البحث وأهدافه.

2-3 مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار عينة البحث بصورة عمدية من طلاب الصف الثاني في قسم التربية الرياضية / كلية التربية الاساسية بجامعة كرميان للسنة الدراسية (2017-2018)م والبالغ عددهم (56) طلبة والمتمثلين بشعبتين ومن ضمنهم (5) طالبات تم استبعادهن لغرض تكافؤ العينة من حيث الجنس، اذ قامت الباحثة باختيار (30) طالب وتقسيمهم الى مجموعتين تجريبيتين، (15) طالب ينفذون الوحدات التعليمية الخاصة بإستراتيجية التعلم الحركي الفعال في تعلم مهارتي التمير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة، و(15) طالب ينفذون الوحدات التعليمية الخاصة بإستراتيجية التعلم الحركي المتميز في تعلم مهارتي التمير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة، كما وتم اختيار (10) طلاب عشوائيا لإجراء التجربة الاستطلاعية عليهم، وبصورة عامة أعمار افراد العينة كانت تتراوح بين (19-21) سنة وهم من مرحلة دراسية واحدة ومعظمهم من مرحلة

(1) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ، ط2: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997) ص 155.

(2) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) ص 481.

عمرية واحدة وهم طلاب خام غير ممارسين للعبة الكرة الطائرة، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة، كما وتم استبعاد عدد من أفراد العينة منهم (الممارسين في الاندية والراسيين والمؤجلين أكثر من سنة، والذين لم يشاركوا في أكثر من وحدتين تعليميتين أو في إحدى الاختبارات المهارية) لعدم تكافؤهم، وذلك لمنع حصول المتغيرات التي قد تحصل عند تنفيذ التجربة الرئيسية من حيث العمر والاختبارات المهارية، وكذلك استبعاد اللذين تم عليهم إجراء التجربة الاستطلاعية، وكما مبين في الجدول (1)، وان النسبة المئوية كانت (53,5%) وهي نسبة تمثل مجتمع البحث تمثيلا حقيقيا وصادقا.

الجدول (1)

يبين عدد أفراد عينة البحث وعدد المستبعدين منهم

مجموعتي البحث		المستبعد من العينة		العدد الكلي
		التجريبية	الاستطلاعية	
الضابطة	التجريبية	15	10	56
15	15	16	10	56

3-3 التصميم التجريبي:

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعة المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدى) ⁽¹⁾، والشكل (1) يوضح ذلك .

ت	المجموعة	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدى
1	التجريبية الاولى	الاداء الفني لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة	تعلم لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل باستخدام استراتيجية التعلم الحركي الفعال	الاداء الفني لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة
2	التجريبية الثانية	الاداء الفني لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة	تعلم لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل باستخدام استراتيجية التعلم الحركي المتميز	الاداء الفني لمهاتري التمرير من الأعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة

شكل (1)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

- المجموعة التجريبية الاولى:
- (15) طلاب يتعلمون مهاتري التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة وذلك بتطبيق استراتيجية التعلم الحركي الفعال.
- المجموعة التجريبية الثانية:

⁽¹⁾ عبدالجليل ابراهيم الزوبعي ، ومحمد احمد الغنام ، مناهج البحث في التربية ، ط1: (بغداد مطبعة التعليم العالي ، 1981)،

(15) طلاب يتعلمون مهارتي التمرير من الأعلى ومن الأسفل بالكرة الطائرة وذلك بتطبيق استراتيجيات التعلم الحركي المتمايز.

3-4 وسائل جمع المعلومات

3-4-1 الاستبيان

• استبيان لتحديد مدى صلاحية استمارة تقويم فن الاداء المهاري بالكرة الطائرة :
بالنظر لكون المهارات الفنية الاساسية بالكرة الطائرة هي من المهارات الاساسية (الوحيدة) الثلاثية التي تشتمل على الاقسام الثلاثة بشكلها الواضح (التحضيرى، الرئيسى، الختامى) والتي تؤدى لمرة واحدة، مما دعت الباحثة الاعتماد على البناء الظاهري للحركة في تقويم فن الاداء المهاري لمهارتي التمرير من الأعلى ومن الأسفل بالكرة الطائرة، لذا قامت الباحثة بأعداد استمارة استبيان الملحق (1) و (2) وعرضتها على عدد من المتخصصين (*) في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس والكرة الطائرة، وتم تحديد الدرجة الكلية لكل مهارة من مهارتي التمرير من الأعلى ومن الأسفل بـ (10) درجات وحسب النسبة المئوية لاتفاق آراء المتخصصين وعلى وفق اهمية كل قسم من اقسام المهارة الظاهري، والجدول (2) يبين ذلك وعلى ضوء ذلك اعدت الباحثة استمارة تقويم فن الاداء المهاري بالكرة الطائرة لكل من الاختبارين القبلي والبعدي وكما موضح في ملحق (1).

الجدول (2)

يبين النسبة المئوية لاتفاق آراء المتخصصين حول تحديد درجة كل قسم من اقسام مهارتي التمرير من

الأعلى ومن الأسفل بالكرة الطائرة

ت	المهارات	اقسام الحركة			المتخصصين		نسبة الاتفاق
		درجة القسم التحضيرى	درجة القسم الرئيسى	درجة القسم الختامى	الكلية	المتفقيين	
1	التمرير من الاعلى	3	5	2	5	5	100%
2	التمرير من الاسفل	3	5	2	5	4	80%

(*) المتخصصين

- 1- أ.د رياض خليل خماس - الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
 - 2- أ.م.د هوشيار عبدالرحمن محمد - علم التدريب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة السليمانية .
 - 3- أ.م.د حسين سبهان يحيى - علم التدريب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
 - 4- أ.م.د شيروان صالح خضر- التعلم الحركي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة صلاح الدين / اربيل .
 - 5- م.د مريوان شفيق طاهر - الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة صلاح الدين / اربيل .
- (**) المقومين
- 1- أ.م.د فراس اكرم سليم - الكرة الطائرة - كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين / اربيل .
 - 2- م.د بسيم عيسى يونس - الكرة الطائرة - كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين / اربيل .
 - 3- م.د مريوان شفيق طاهر - الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة صلاح الدين / اربيل .

3-5 الاجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات :

لجمع المعلومات عند إجراءات البحث استعملت الباحثة الأدوات والأجهزة التالية :

3-5-1 أجهزة وأدوات البحث :

- ملعب الكرة الطائرة .
- كرات طائرة .
- صافرة .
- شريط قياس متري .
- طباشير ملونة .
- استمارة تسجيل وأقلام .
- حاسبة يدوية علمية - جهاز حاسوب (لاب توب) .
- أشرطة لاصقة ملونة.
- كاميرا فيديو (ديجيتال) عدد (1) لتصوير الاختبارات.

اذ تم تصوير اداء افراد العينة للاختبارات القبليّة والبعديّة للأداء الفني لكل من مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل وارسال الفيديوهاات وعرضها على الخبراء لغرض التقييم.

3-5-2 وسائل جمع المعلومات :

- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) .
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- الاختبار والقياس .
- آراء الخبراء والمختصين .
- ورقة الواجب .
- استمارة تسجيل النتائج .
- الاختبارات المستخدمة لقياس الأداء المهاري .

3-6 ترشيح الاختبارات:

قامت الباحثة بإعداد استمارة استبانة تتضمن مجموعة من الاختبارات لكل من المهارتين قيد الدراسة، وعرضت الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين* في مجال الاختبارات والكرة الطائرة لاختيار

* الخبراء والمختصين :

1. د. مجيد خودا داد اسد / اختصاص الاختبارات والقياسات / كلية التربية الرياضية الاساس / جامعة سليمانية .
2. د. ازاد حسن قادر / اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين .
3. د. علي قادر / اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة السلبيمانية .
4. د. هوشيار عبد الرحمن محمد / اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة السلبيمانية .
5. د. ديمن فرج / اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة السلبيمانية .

أفضل اختبار لكل من المهارتين، وقد اتفق الخبراء على اختيار الاختبارات الآتية وهي اختبارات مقننة، وكما هي :

أولاً: اختبار التمرير من الاعلى على الحائط:⁽¹⁾

❖ التمرير على الحائط:

- الغرض من الاختبار: قياس مستوى الاداء المهاري عن طريق الخبراء .
- مواصفات الاداء: يقف المختبر امام الحائط ويؤدي مناولة من الاعلى تجاه الحائط مرة بعد مرة ، ويعطى لكل مختبر ثلاث محاولات .
- التسجيل: يتم تقييم اداء المختبر في المحاولات الثلاث عن طريق الخبراء ، ويكون تقسيم الدرجة كالآتي:

1. الجزء التحضيري: ودرجته (3) .
2. الجزء الرئيس: ودرجته (5) .
3. الجزء الختامي: ودرجته (2) .

ثانياً: اختبار التمرير من الاسفل على الحائط:²

❖ التمرير على الحائط :

- الغرض من الاختبار: قياس مستوى الاداء المهاري عن طريق الخبراء .
- مواصفات الاداء: يقف المختبر امام الحائط ويؤدي مناولة من الاعلى تجاه الحائط مرة بعد مرة، ويعطى لكل مختبر ثلاث محاولات .
- التسجيل: يتم تقييم اداء المختبر في المحاولات الثلاث عن طريق الخبراء ، ويكون تقسيم الدرجة كالآتي

1. الجزء التحضيري: ودرجته (3) .
2. الجزء الرئيس: ودرجته (5) .
3. الجزء الختامي: ودرجته (2) .

7-3 التجارب الاستطلاعية :

اجرت الباحثة عدد من التجارب الاستطلاعية في القاعة الرياضية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية الاساسية بجامعة كرميان على (10) طلاب تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث الاصلي وبطريقة القرعة، وهم عينة مستبعدة من عينة التجربة الرئيسية، اذ تضمنت اختبارين للاختبارات المهارية لكل من مهارتي

(1) لمى سمير؛ تأثير اسلوب التنافس الذاتي والجماعي لذوي الاستقلال مقابل الاعتماد على المجال الادراكي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : (اطروحة دكتوراه ،جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2006) ص 231 .

(2) لمى سمير؛ نفس المصدر، ص 231 .

التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة، وقد اجريتا بتاريخ (2018/2/27) وذلك بعد اعطائهم وحدتين تعليميتين - تعريفيتين في مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بتاريخ (2018/2/26)، كما وتم تنفيذ وحدتين تعليميتين - تعريفيتين كتجربة استطلاعية ثالثة ورابعة ضمن التجارب الاستطلاعية لبيان وتوضيح تفاصيل كل من استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز على (10) طلاب المستبعدين وذلك بتاريخ (2018/3/5).

3 - 8 الأسس العلمية للاختبارات:

اختارت الباحثة طريقة إعادة الاختبار لإيجاد معامل ثبات الاختبارات على عينة عشوائية عددها (10) طلاب من خارج عينة البحث. وتم إعادة الاختبار بعد مرور أسبوع واحد، وأثبتت نتائج قانون الارتباط (بيرسون) إن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة 0.05 كما في الجدول (3) .

الجدول (3)

يوضح نتائج الارتباط للاختبارين المهاريين

النتيجة	الدرجة الجدولية (د)	معامل الارتباط (ر)	الاختبار
ارتباط جيد	0.63	0.80	اختبار التمرير من الأعلى
	0.63	0.89	اختبار التمرير من الأسفل

ولاستخراج صدق الاختبارات تم تطبيق طريقة صدق المحتوى أو المضمون عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين الذين تم ذكرهم .

إن من العوامل المهمة في الاختبار شرط الموضوعية والتي تعني عدم التحيز أو إدخال التقييم الذاتي، فإن الاختبارات المستخدمة مقننة وسهلة وواضحة ومفهومة وأثبتت صدقها وثباتها وتم توضيح إجراءات كل اختبار .

3-9 إجراءات البحث الميدانية:

3-9-1 الاختبارات القبليّة :

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ (2018/3/6) لمتغيرات قيد الدراسة والمتضمنة بمهارتي (التمرير من الاعلى - التمرير من الاسفل) بالكرة الطائرة على عينة البحث الرئيسية، وتم تصوير الاداء الفني لأداء افراد العينة الرئيسية للمهارتين لغرض عرضها على الخبراء بالتسجيل الفيديوي.

3-9-2 المناهج التعليمية:

قامت الباحثة من خلال اطلاعها على العديد من المصادر العلمية وتحليلها(1)،(2)،(3)،(4) والاستعانة بالخبراء في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس والكرة الطائرة بإعداد منهجين تعليميين وفق استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز لتعلم مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة، وعرضتها على مجموعة من الخبراء*، وتضمن المنهج تنفيذ (2×8) وحدات تعليمية للمهارتين ولكل استراتيجية، (2×4) وحدات تعليمية لكل مهارة وبمعدل وحدتين تعليميتين لكل استراتيجية في الاسبوع الواحد (كل يومي الاثنين والثلاثاء) وفق مفردات منهج قسم التربية الرياضية وعلى مدى شهر (4) اسابيع ، علما ان زمن الوحدة التعليمية الواحدة كان (90) دقيقة .

تتضمن فكرة كل من استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز بمايلي:

أولاً: فكرة استراتيجية التعلم الحركي الفعال تكمن في اعطاء ارشادات وتوجيهات من قبل المدرس للطلاب على كيفية اداء المهام، وعلى اساسها يقوم الطالب بأداء المهمة المعنية او المهام من خلال تحليل وتركيب وتقويم الواجب الحركي وكيفية اداء خطواتها اما بصورة فردية او مع زميل او ضمن مجموعة متعاونة متفاعلة فيما بينهم، وعند مواجهته لمشكلة ما عند تنفيذ الواجب الحركي في البيئة التعليمية يقوم بمراجعة المعلومات الخاصة بالمهمة ومن ثم تقويمها، فالاستراتيجية هذه تراعي فاعلية الطالب في العملية التدريسية.

ثانياً: فكرة استراتيجية التعلم الحركي التمايز تكمن في توزيع المهمات المختلفة بما فيها التمارين المستخدمة اثناء الوحدة التعليمية في البيئة التعليمية حسب قدرات وقابليات الطلاب ولا يعد ذلك تفضيلاً منه لبعضهم، مع توضيح مهمة كل طالب واستخدام اساليب وطرائق متعددة بادوات ووسائل مساعدة مختلفة، فالاستراتيجية هذه تراعي الفروق الفردية بين الطلاب⁵.

تم البدء بالمناهج التعليمية بتاريخ (2018/3/12) والمصادف ليوم الاثنين، اذ تم تنفيذ اول وحدة تعليمية، وتطبيق الوحدة التعليمية الاولى الخاصة بمهارة التمرير من الاعلى باستخدام استراتيجية التعلم الحركي الفعال على المجموعة التجريبية الاولى والوحدة التعليمية الاولى الخاصة بمهارة التمرير من الاعلى

1. ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص7.
2. عقيل عبدالله الكاتب ؛ الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية ، ج2 : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988) .
3. علي السيد سلمان ؛ عقول المستقبل - استراتيجيات لتعليم الموهوبين وتنمية الابداع : (الرياض ، مكتبة الصفحات الذهبية ، 1999) ص 120 .
4. سراب أكرم الصالحي ؛ اختيار وتفتين بطارية اختبار لقياس الناحية المهارية بالكرة الطائرة في العراق : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1997) ص55 .

* الخبراء :

1. د. ازاد حسن قادر/ اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين .
 2. د. سعيد صالح / اختصاص طرائق تدريس التربية الرياضية / كلية التربية الرياضية / جامعة كوية .
 3. د. فرهنك فرج / اختصاص طرائق تدريس التربية الرياضية / كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية .
- (1) ناهدة عبد زيد الدليمي؛ المصدر السابق، ص ص17، 28 .

باستخدام استراتيجية التعلم الحركي المتميز على المجموعة التجريبية الثانية، وهكذا بالنسبة لوحدي التعليميتين الثانية واللذان تم تنفيذهما بتاريخ (2018/3/13) والمصادف ليوم الثلاثاء وكذلك بالنسبة لوحدي التعليميتين الثالثة واللذان تم تنفيذهما بتاريخ (2018/3/26) والمصادف ليوم الاثنين، وأيضا بالنسبة لوحدي التعليميتين الرابعة واللذان تم تنفيذهما بتاريخ (2018/3/27) والمصادف ليوم الثلاثاء، ونفس الحالة بالنسبة لمهارة التمرير من الاسفل اذ تم تنفيذ وحدتي التعليميتين الاولى الخاصة بها باستخدام كل من الاستراتيجيتين على حدة وللمجموعتين بتاريخ (2018/4/2) والمصادف ليوم الاثنين، وهكذا تم تنفيذ وحدتي التعليميتين (الثانية والثالثة والرابعة) على التوالي بتاريخ (2018/4/3) والمصادف ليوم الثلاثاء و(2018/4/9) المصادف ليوم الاثنين و(2018/4/10) المصادف ليوم الثلاثاء .

3-9-3 الاختبارات البعدية :

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعدية بتاريخ (2018/4/16) على عينة البحث الرئيسية وذلك بعد الانتهاء من تنفيذ المنهجين التعليميين، وحرصت الباحثة على تهيئة ظروف مشابهة للاختبارات القبلية لغرض الحصول على نتائج دقيقة، وقد تم تصوير الاداء الفني لأداء افراد العينة الرئيسية للمهارتين لغرض عرضها على الخبراء بالتسجيل الفيديوي.

3-10 الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية التي تلائم البحث وذلك باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في اختبائي التمرير من الاعلى ومن الاسفل لمجموعتي التجريبية الاولى والثانية :

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في اختبائي التمرير من الاعلى ومن الاسفل للمجموعة التجريبية الاولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) .

الجدول (3) القيم الإحصائية لاختباري القبلي والبعدى وقيمة (t) المحتسبة للمجموعة التجريبية الاولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) في اختبائي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة.

القيم الاختبارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحتسبة	مستوى الدلالة	الفرق
		س	±ع	س	±ع			
التمرير من الاعلى	درجة	2.9	1.7	7.6	2.1	6.5	0.000	معنوي
التمرير من الاسفل	درجة	2.1	1.3	8.1	1.6	8.9	0.000	معنوي

عند مستوى دلالة أقل او يساوي 0.05

يتبين من الجدول (3) القيم الإحصائية لاختباري القبلي والبعدي وقيمة (t) المحتسبة ومستوى الدلالة للمجموعة التجريبية الاولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) في اختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة، ففي الاختبار القبلي للتمرير من الاعلى ظهرت قيمة الوسط الحسابي (2.9) والانحراف المعياري (1.7) اما في الاختبار البعدي فقد كانت على التوالي (7.6) و(2.1) في حين كانت قيمة (t) المحتسبة (6.5) وقيمة الدلالة (0.000) وهي اقل من (0.05) وهذا يعني وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

اما في اختبار التمرير من الاسفل فقد كانت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي (2.1) (1.3) و(8.1) (1.6) اما قيمة (t) المحتسبة فكانت (8.9) اما قيمة الدلالة (0.000) وهي أقل من (0.05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي.

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي في اختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل للمجموعة التجريبية الثانية (استراتيجية التعلم الحركي المتميز) .

جدول(4)

القيم الإحصائية لاختباري القبلي والبعدي وقيمة (t) المحتسبة للمجموعة التجريبية الثانية (استراتيجية التعلم الحركي المتميز) في اختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة.

القيم المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		t(قيمة) المحتسبة	مستوى الدلالة	الفرق
		±ع	س	±ع	س			
التمرير من الاعلى	درجة	1.2	2.5	2.5	6.9	5.5	0.000	معنوي
التمرير من الاسفل	درجة	1.3	2.4	1.9	7.8	8	0.000	معنوي

*عند مستوى دلالة أقل أو يساوي 0.05

يتبين من الجدول (4) القيم الإحصائية لاختباري القبلي والبعدي وقيمة (t) المحتسبة ومستوى الدلالة للمجموعة التجريبية الثانية (استراتيجية التعلم الحركي المتميز) في اختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل، ففي الاختبار القبلي للتمرير الاعلى ظهرت قيمة الوسط الحسابي (2.5) والانحراف المعياري (1.2) اما في الاختبار البعدي فقد كانت على التوالي (6.9) و(2.5) في حين كانت قيمة (t) المحتسبة (5.5) وقيمة الدلالة (0.000) وهي اقل من (0.05) وهذا يعني وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

اما في اختبار التمرير من الاسفل فقد كانت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي (2.4) (1.3) و(7.8) (1.9) اما قيمة (t) المحتسبة فكانت (8) اما قيمة الدلالة (0.000) وهي أقل من (0.05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

2-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية لاختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة لمجموعتي
التجريبية الاولى والثانية :

جدول (5)

القيم الإحصائية للاختبارات البعدية وقيمة t المحتسبة ومستوى الدلالة في اختباري التمرير من الاعلى ومن
الاسفل بالكرة الطائرة لمجموعتي التجريبية الاولى والثانية .

الفرق	مستوى الدلالة	tقيمة) المحتسبة	المجموعة التجريبية الثانية الاختبار البعدي		المجموعة التجريبية الاولى الاختبار البعدي		وحدة القياس	القيم المتغيرات
			±ع	س ⁻	±ع	س ⁻		
غير معنوي	0.6	0.4	2.5	6.9	2	7.6	درجة	التمرير من الاعلى
غير معنوي	0.7	0.6	1.9	7.8	1.6	8	درجة	التمرير من الاسفل
أقل او يساوي 0.05 معنوي عند مستوى دلالة								

يتبين من الجدول (5) القيم الإحصائية للاختبارات البعدية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى الدلالة في
اختباري التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة لمجموعتي التجريبية الاولى والثانية، ففي اختبار
التمرير من الاعلى للمجموعة التجريبية الاولى ظهرت قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية على
التوالي (7.6) (2) اما المجموعة التجريبية الثانية فقد كانت على التوالي (6.9) (2.5) اما قيمة (t)
المحتسبة فقد ظهرت (0.4) اما الدلالة فقد كانت (0.6) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني
عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية والمتمثلتين ب (استراتيجية التعلم الحركي
الفعال واستراتيجية التعلم الحركي المتمايز) .

أما في اختبار التمرير من الاسفل فقد كانت قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي
التجريبية الاولى والثانية على التوالي (8) (1.6) و(7.8) (1.9) ، اما قيمة (t) المحتسبة فقد كانت (0.6)
في حين كانت مستوى الدلالة (0.7) وهي ايضا أكبر من مستوى الدلالة (0.05) بمعنى ليس هناك فروق
معنوية بين المجموعتين التجريبتين الاولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) والثانية (استراتيجية التعلم
الحركي المتمايز).

4-3 مناقشة النتائج :

من خلال ما سبق من عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبيتين، الأولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) والثانية (استراتيجية التعلم الحركي المتميز) في اختباري التمرير من الأعلى ومن الأسفل بالكرة الطائرة فقد ظهرت لدينا فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة والذي بينه الجدولين (3،4) ولكلنا المجموعتين وتغزو الباحثة السبب إلى فاعلية كل من استراتيجيتي التعلم الحركي المتميز في العملية التعليمية عند تطبيق المنهج التعليمي من خلال الوحدات التعليمية المنفذة في البيئة التعليمية مما أدى إلى التعلم كما هو واضح في ظهور الفروق المعنوية، إذ يرى (موستن) أن عملية التدريس: « عبارة عن سلسلة مستمرة من العلاقات التي تنشأ بين المدرس والطالب وأن هذه العلاقات تساعد الطالب على التطور بوصفه فرداً أو مشاركاً في نشاط أو فعالية معينة ويمتلك مستواً معيناً من المهارة في الأنشطة البدنية »¹.

كما و« أن عملية التدريس تعتمد بشكل أساسي على قدرة المدرس على إيصال معلومات للمتعلمين »². أما في نتائج الاختبارات البعديّة لمجموعتي التجريبتين الأولى والثانية ولمهاتري التمرير من الأعلى ومن الأسفل، والمبينة في الجدول (5)، لم تظهر لدينا فروق معنوية بين مجموعتي التجريبتين الأولى والثانية، إذ ترى الباحثة أن هناك تأثير على التعلم عند استخدام كل من استراتيجيتي التعلم الحركي المتميز كل على حدة، و كما يؤكد (Magill 1998) « أن ظهور التأثير أو غيابه له علاقة بنوع المهارة والاختلافات بينها والتي مارس المتعلم التمرين عليها »³.

(1) موسكا موستن؛ تدريس التربية الرياضية، ترجمة: جمال صالح (وآخرون): (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1991) ص 11.

(2) سعيد صالح حمه أمين؛ تأثير استخدام أساليب تدريسية بطرائق مقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير، جامعة السليمانية / كلية التربية الرياضية، 2001) ص 41.

(3) Magill, A. R. Motor Learning, Boston, MC Graw Hill , 1998

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- فاعلية كل من استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز في تعلم مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة لدى عينة البحث.

- لم تظهر هناك أفضلية بين المجموعتين التجريبتين، الاولى (استراتيجية التعلم الحركي الفعال) والثانية (استراتيجية التعلم الحركي التمايز) في تعلم كل من مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة.

5-2 التوصيات على ضوء الاستنتاجات توصي الباحثة بالاتي:

- التأكيد على استخدام استراتيجيات في التعلم الحركي بصورة عامة وكل من استراتيجيتي التعلم الحركي الفعال والتمايز بصورة خاصة في تعلم جميع المهارات بالكرة الطائرة وخاصةً مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل.

- اجراء دراسات وبحوث مشابهة اخرى في مهارات أخرى بالكرة الطائرة.

المصادر

- زينب علي عمر وغادة جلال ؛ طرق تدريس التربية الرياضية - الاسس النظرية والتطبيقات العملية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2008).
- سراب أكرم الصالحي ؛ اختيار وتقنين بطارية اختبار لقياس الناحية المهارية بالكرة الطائرة في العراق : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1997).
- سعيد صالح حمه أمين؛ تأثير استخدام أساليب تدريسية بطرائق مقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير، جامعة السليمانية / كلية التربية الرياضية ، 2001).

- صائب العبيدي ، عبد السلام عبد الرزاق ؛ 1200 تمرين : (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1988).
- ظافر هاشم أكاظمي؛ الأساليب التدريسية ، محاضرة أقيمت على طلبة الماجستير ، جامعة كوية / كلية التربية / قسم التربية الرياضية ، 2004 .
- عبد الرزاق الطائي؛ مراجعة عقيل الكاتب ، أكثر من 300 تمرين وفكرة لكرة الطائرة : (بغداد، دار القادسية للطباعة، 1982) .
- عبدالجليل ابراهيم الزوبعي، ومحمد احمد الغنام، مناهج البحث في التربية، ط1: (بغداد مطبعة التعليم العالي ، 1981).
- علي السيد سلمان؛ عقول المستقبل- استراتيجيات لتعليم الموهوبين وتنمية الابداع: (الرياض ، مكتبة الصفحات الذهبية ، 1999).
- عقيل عبدالله الكاتب؛ الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية ، ج2 : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988) .
- لمى سمير؛ تأثير اسلوبي التنافس الذاتي والجماعي لذوي الاستقلال مقابل الاعتماد على المجال الادراكي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : (اطروحة دكتوراه ،جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2006) .
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995).
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط2: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997).

• موسكا موستن؛ تدريس التربية الرياضية، ترجمة: جمال صالح (آخرون): (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1991).

• ناهدة عبد زيد الدليمي؛ استراتيجيات في التعلم الحركي: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2018).

–Magill, A. R. Motor Learning, Boston, MC Graw Hill , 1998

www.uobabylon.edu.iq/uobColeges/lecture.aspx?fid=10&depid=6&lcid=84394

–Nahida AbdZaid Al–Dulaimi; Strategies in kinesthetic learning: (Al–Najaf Al–Ashraf, Dar Al–Diaa for Printing and Design, 2018.

–Zafer Hashem Al–Kazemi; Teaching methods, a lecture given to masters students, Koya University / College of Education / Department of Physical Education, 2004.

– Zainab Ali Omar and Ghada Jalal; Methods of Teaching Physical Education Theoretical Foundations and Practical Applications: (Cairo, Arab Thought House, 2008.

–Muhammad Subhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim; The Scientific Foundations of Volleyball and Measurement Methods, 2nd Edition: (Cairo, Al–Kitab Center for Publishing, 1997.

–Muhammad Subhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim; The scientific foundations of volleyball and methods of measurement i 1: (Cairo, Arab Thought House, 1995.

– Abdul–Jalil Ibrahim Al–Zobaie, and Muhammad Ahmad Al–Ghannam, Research Methods in Education, 1st Edition: (Baghdad Higher Education Press, 1981.

- Lama Samir; The effect of the two styles of self and group competition for those with independence versus relying on the cognitive domain in learning and retaining some basic skills in volleyball: (PhD thesis, University of Baghdad, College of Physical Education for Girls, 2006.
- Abdul Razzaq Al-Taie; Aqeel al-Katib's review, more than 300 exercises and ideas for volleyball: (Baghdad, Dar Al-Qadisiyah Press, 1982.
- Aqeel Abdullah Al-Katib; Volleyball Training, Group Plans and Physical Fitness, Part 2: (Baghdad, Higher Education Press, 1988.
- Saeb Al-Obeidi, Abd Al-Salam Abdul-Razzaq; 1200 exercises: (University of Mosul, Dar Al Kutub for Printing, 1988.
- Sarab Akram Al-Salhi; Selection and standardization of a test battery to measure the skill aspect of volleyball in Iraq: (Master Thesis, University of Baghdad, College of Physical Education, 1997.
- Mosca Mosten; Teaching Physical Education, translated: Jamal Saleh (and others): (University Mosul, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 1991.
- Saeed Saleh Hama Amin; The effect of using teaching methods in suggested methods on teaching some basic skills in football: (Master Thesis, Sulaymaniyah University / College of Physical Education, 2001.

ملحق (4)

نموذج وحدة تعليمية

باستراتيجية التعلم الحركي المتمايز جامعة: كرميان.

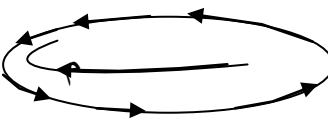
عدد الطلاب: (15) طالب. الصف: الثاني/قسم التربية الرياضية.

زمن الوحدة: (90) دقيقة. الهدف التعليمي: تعلم مهارة التمير من الاسفل بالكرة الطائرة.

الهدف التربوي: 1- الحث على التعاون وتقوية الروابط الاجتماعية مع غرس المحبة والاحترام في نفوس

الطلاب. 2- تنمية صفة القيادة لدى الطلاب.

الأدوات والأجهزة: ملعب الكرة الطائرة - كرات طائرة - طباشير.

التشكيلات	الفعاليات	الزمن	أقسام الوحدة
XXXXXXXXXXXXXXXXXX م (مدرس)	تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية- التحية الرياضية- إعطاء الملاحظات.	5 د	1- القسم التحضيري: (25)د أ- احماء عام:
	السير والهرولة: السير بأنواعه (على الأصابع والكعب وللجانبيين الداخلية والخارجية) ثم الهرولة مع أداء بعض التمارين الخفيفة ثم الرجوع إلى السير وأنواعه. تمارين الذراعين + تمارين الجذع + تمارين الرجلين.	10 د 10 د	ب- احماء خاص:
XXXXXXXXXX X X X X X X X X X X X X X X X X X X م	وقوف الطلاب على شكل مربع ناقص ضلع، شرح مهارة التمير من الاسفل من قبل المدرس مع اداء نموذج لتكنيك المهارة. توزيع المهمات المختلفة (التمارين) حسب قدرات وقابليات الطالب ولايعد ذلك تفضيلاً منه لبعضهم، مع توضيح مهمة كل طالب.	15 د	2- القسم الرئيسي: (55)د أ- الجانب التعليمي:
	التمارين: * أداء تكنيك مهارة التمير من الاسفل بدون كرة. * أداء تكنيك مهارة التمير من الاسفل مع الكرة.	5 د 5 د	ب- الجانب التطبيقي:
	* تمرير الكرة من الاسفل بالتكنيك الصحيح بإبعاد واتجاهات مختلفة حسب قدرة وقابلية الطالب ومهارته الشخصية، وباستخدام وسائل وادوات مختلفة ومساعدة.	12 د	
	* تمرير الكرة من الاسفل بالتكنيك الصحيح بانواعها المختلفة منها الامامية والخلفية ومن الوقوف والسقوط، وحسب قدرة وقابلية الطالب ومهارته الشخصية، وباستخدام وسائل وادوات مختلفة ومساعدة.	12 د	
	راحة بين التمارين لتقييم الاداء.	6 د	
م XXXXXXXXXXXXXXXXXX	تمارين التهدئة ثم الانصراف.	10 د	3- القسم الختامي:



The most important measurements and anthropological indicators of handball players and their contribution rate by performing the basic motor skills of the game

Yahya Mustafa Safaa Mohammed ^{1*}
1- Student Activities Division Faculty
of Education Mustansiriyah
University

Article info.

Article history:

- Received: 3/5/2021
- Accepted: 13/6/2021
- Available online: 30/06/2021

Keywords:

- anthropometric measurement
- anthropometric
- handball
- contribution ratio

©2021 This is an open
access article under the CC
by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research aims to:

- 1- identify the most important measurements and anthropometric notes of handball players
- 2- identify the measurements and anthropometric indicators and their identifying the relationship between some anthropological measurements and performing the basic skills of handball players
- 3- contribution to the performance of the basic motor skills of the game

The researcher used the descriptive curriculum in his survey method and the relationships associated with his suitability to solve the problem of research and the research community was selected from the players of the faculty of education at the University of Mustansiriyah deliberately for the academic season (2018-2019) of 14 players excluded and (4) random players by draw to represent the reconnaissance experience and the total sample (10) players (70.61%) From the community of origin.

The anthropometric measurements of the tests and the tests used in the research were determined and the scientific foundations of the tests were extracted, and the researcher conducted a reconnaissance experiment to see how clear and poor the test instructions are. And the method of implementing specific physical measurements on a sample of handball players from outside the research sample

The statistical bag (SPSS) was used for statistical treatments and after viewing and analyzing the results and discussing them the following conclusions were reached:

- 1- A moral association between the following physical measurements (body weight, body length, arm length with palm, man's length, thigh length, leg length, chest circumference, shoulder width, chest width) and performance of the basic skills of handball players.
2. Through the probability value of the level of indication, differences have emerged in the probability values of the quality of reconciliation of the multiple linear model in the light of the level of indication

* Corresponding Author: d.zainab2012h@yahoo.com- Student Activities Division Faculty of Education Mustansiriyah University

اهم القياسات والمؤشرات الجسمية ونسبة مساهمتها بأداء المهارات الحركية الاساسية للاعبين كرة اليد

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

أ.م. يحيى مصطفى صفاء محمد / شعبة الانشطة الطلابية / كلية التربية / الجامعة
المستنصرية

الكلمات المفتاحية
- قياسات جسمية
- كرة يد
- نسبة المساهمة

الخلاصة:

يهدف البحث إلى:

- 1- التعرف على اهم القياسات والمؤشرات الجسمية للاعبين كرة اليد
- 2- التعرف على القياسات والمؤشرات الجسمية ونسبة مساهمتها بأداء المهارات الحركية الاساسية للعبة
- 3- التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية واداء المهارات الاساسية للاعبين كرة اليد

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والعلاقات الارتباطية لملائته حل مشكلة البحث وتم اختيار مجتمع البحث من لاعبي منتخب كلية التربية في الجامعة المستنصرية بصورة عمدية للموسم الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهم (14) لاعباً تم استبعاد و(4) لاعبين عشوائياً عن طريق القرعة ليمثلوا التجربة الاستطلاعية واصبح مجموع العينة (10) لاعبين بنسبة (71.42%) من مجتمع الاصل .
تم تحديد القياسات الجسمية الاختبارات والمهارية المستخدمة قيد البحث وتم استخراج الاسس العلمية للاختبارات قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية لمعرفة مدى وضوح تعليمات الاختبارات وفقراتها. وطريقة تنفيذ القياسات الجسمية المحددة على عينة من لاعبي كرة اليد من خارج عينة البحث

تم استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) للمعالجات الاحصائية وبعد عرض وتحليل النتائج ومناقشتها تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :

- 1- وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسمية التالية، (وزن الجسم، طول الجسم، طول الذراع مع الكف، طول الرجل، طول الفخذ، طول الساق، محيط الصدر، عرض الكتفين، عرض الصدر) وبين اداء المهارات الاساسية للاعبين كرة اليد.
- 2- من خلال القيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة ظهرت فروق للقيم الاحتمالية لجودة التوفيق للأنموذج الخطي المتعدد في ضوء مستوى الدلالة.

1 - التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ان إجراء القياسات الجسمية للاعبين كرة اليد هام وضروري لكل مدرب عند التخطيط لوضع منهج تدريبي اضافة الى الخبرة الميدانية والمستوى العلمي الذي يتمتع به في انتقاء او اختيار اللاعبين ، لما لهذه القياسات من أهمية بالغة في الكشف عن أطوال ومحيطات وأعماق الجسم، والتي تلعب دوراً هاماً في كفاءة الاداء الملقى على عاتق اللاعب.

لم تعد القياسات الجسمية كافية للوصول الى المستويات العليا بل هناك عوامل تشترك معها لمعرفة مدى التقدم الحاصل في أداء الرياضي ومنها القدرات البدنية والمهارية، فضلاً عن انها قاعدة أساسية في المجالات والحقول كافة يمكن استخدامها للمقارنة في الفروق الفردية بين اللاعبين، بعبارة أخرى ان الفرد الذي لا يمتلك قياسات أنثروبومترية مناسبة لنوع النشاط الرياضي الذي يمارسه سوف يتعرض الى مشاكل بايوميكانيكية وفسلجية تؤدي الى مزيد من بذل الجهد والوقت، يفوق ما يبذله الفرد الذي يمتلك قياسات أنثروبومترية تؤهله الى المستوى المطلوب.

ان لاعب كرة اليد يحتاج الى أنماط جسمية معينة وما يحدث فيها من حركات مختلفة وإحتكاك مباشر مع الخصم، لذا يجب ان يكون لاعب كرة اليد ذا نمط عضلي، وعضلات قوية وطول قامة وقدرات بدنية ومهارية، لتشكيل سلسلة ذات حلقات مترابطة للوصول الى المستوى المطلوب والمناسب للعبة.

ولما كان هناك ترابط بين القياسات الجسمية من جهة والقدرات والمهارية من جهة أخرى بما يحقق المستوى الأفضل فضلاً عن ارتباطها ببعض الجوانب الخطئية الأخرى لذا ارتأى الباحث الولوج في هذا موضوع، لمعرفة نسبة مساهمة بعض القياسات الجسمية في أداء المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد والعمل على تطويرها الى أعلى مستوى ممكن تليق بالتقدم العلمي الذي يشهده العالم في الميادين المختلفة، والتي تتعكس بدورها على الأداء .

1-2 مشكلة البحث:

لكل فعالية او نشاط رياضي قياسات أنثروبومترية تختلف عن الأنشطة والفعاليات الأخرى تناسب وطبيعة الأداء والقوانين الخاصة بالعبة، وبما ان لعبة كرة اليد من الألعاب الفرعية الأكثر شهرة بعد كرة القدم الا انها لم تحظى باهتمام وافر ودراسات بالغة الأهمية من اجل الارتقاء بها على الرغم من ان البحث لا يزال مستمراً في سبيل إيجاد افضل الطرائق للوصول الى المستويات العليا ومجاراة الفرق العالمية.

ومن خلال متابعة الباحث الميدانية وممارسة التدريب لهذه اللعبة لاحظ بان هناك تبايناً كبيراً في القياسات الجسمية والقدرات المهارية، ورغم ان القياسات تلعب دوراً هاماً في اختيار اللاعبين لاي نشاط، ، وكذلك مدى مناسبة التركيب الهيكلي والتوافق العضلي العصبي للأداء المهاري.

لذا نرى لاعبين أصحاب أجسام طويلة وعضلية وقدرات مهارية عالية لها دور في أداء المهارات، ونرى آخرين قصار القامة وذوي بنية اعتيادية لهم نفس المهارات والقدرات، وهذه مشكلة لا بد من دراستها، وذلك لوضع النقاط على الحروف في معرفة مدى تأثير القياسات في الأداء المهاري للاعبين كرة اليد.

1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

- التعرف على اهم القياسات والمؤشرات الجسمية للاعبين كرة اليد.
- التعرف على القياسات والمؤشرات الجسمية ونسبة مساهمتها باداء المهارات الحركية الأساسية للعبة
- التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية واداء المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد.

1-4 فروض البحث :

- تؤثر القياسات الجسمية في الأداء المهاري للاعبين كرة اليد .
- تساهم بعض القياسات الجسمية بنسب متباينة في الأداء المهاري للاعبين كرة اليد.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو منتخب كرة اليد في كلية التربية (وحدة الأنشطة الطلابية) / الجامعة المستنصرية للسنة الدراسية 2018-2019.

1-5-2 المجال الزمني: من 2019/2/15 ولغاية 2019/4/15.

1-5-3 المجال المكاني: ملعب كرة اليد في الجامعة المستنصرية.

1-6 تحديد المصطلحات :

القياسات الجسمية "بانها دراسة مقاييس جسم الإنسان، وهذا يشمل الطول، والوزن، والمحيطات، والاعراض للجسم وأجزاء الجسم المختلفة"⁽¹⁾.

عرفها (ماتھوس 1978) فقد عرفها "بانها العلم الذي يقيس الجسم البشري واجزائه"⁽²⁾ ويرى (التكريتي 1986) "ان القياسات الجسمية هي إحدى المكونات الأساسية لمفهوم اللياقة البدنية فضلاً عن الحالة النفسية والصحية أو الوظائف (الفسيولوجية) العادية وميكانيكية الجسم أو كفاءة ادائه للمهارات"⁽³⁾.
اما الكاشف فقد عرفها بانها "دراسة قواعد التغيرات من الناحية التشكيلية لجسم الإنسان تحت تأثير النشاط الرياضي حيث استمد هذا النوع من خبرة العلوم التربوية والبايولوجية كالتشريح والوراثة والبايوميكانيك"⁽⁴⁾.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهجة البحث:

تعد المنهجية ذات أهمية في البحوث العلمية، إذ ان قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمنهج الذي يتبعه الباحث، وان منهج البحث هو الطريق الذي يختاره الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة، إذ "ان طبيعة المشكلة هي التي تفرض المنهج الذي يمكن استخدامه"⁽⁵⁾.
لذا استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته حل مشكلة البحث، وهو احد المناهج الأساسية في البحوث الوصفية الذي "يسعى إلى جمع البيانات من افراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة له بمتغير معين او متغيرات معينة"⁽⁶⁾.

2-2 عينة البحث:

ان عملية اختيار العينة من الخطوط الرئيسة بجمع البيانات والمعلومات وكثيراً ما يلجأ الباحث إلى تحديد مجتمع بحثه، بناءً على الظاهرة او المشكلة التي يختارها. اي "ان يختار الباحث عينة يرى فيها انها تمثل المجتمع الاصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً"⁽⁷⁾. وعليه تم اختيار مجتمع البحث من لاعبي منتخب كلية التربية في الجامعة المستنصرية بصورة عمدية كون الباحث يعمل مدرباً لهذه الفئة بكرة اليد للموسم الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهم (14) لاعباً تم استبعاد و(4) لاعبين عشوائياً عن طريق القرعة ليمثلوا التجربة الاستطلاعية واصبح مجموع العينة (10) لاعبين بنسبة (71.42%) من مجتمع الاصل .

3-2 الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

- المصادر العلمية العربية والاجنبية- الاختبارات والمقاييس.

(1) نزار الطالب ومحمود السامرائي: مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. (جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1981)، ص236.

(2) Mathews. DK: Measurement in physical Education. Sed Philadelphia W.B-Sanuders Co. 1999, P.P.73.

(3) وديع ياسين " مبادئ الإحصاء البدني للنساء. (جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1986)، ص31.

(4) عزت محمود الكاشف: مبادئ القياسات الجسمية في الأنشطة الرياضية. (القاهرة: المجلة الاولمبية، 1987)، ص40.

(5) حسن احمد رسول وسوزان علي؛ مبادئ البحث العلمي في التربية الرياضية. (الاسكندرية: منشأة المعارف، 1999)، ص47.

(6) محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. (القاهرة: دار الفكر العربي، 1999)، ص140.

(7) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. (عمان: دار الفكر العربي، 2000)، ص222.

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

(جهاز الديناموميتر. جهاز ميزان طبي -ساعات توقيت إلكترونية- شريط قياس جلدي بطول 30م- شريط قياس جلدي بطول 2م.كرات يد عدد 10-كرات طبية زنة (2كغم) عدد 3)

4-2 تحديد متغيرات البحث:

1-4-2 تحديد القياسات الجسمية:

من اجل تحديد أهم متغيرات القياسات الجسمية للاعب كرة اليد قام الباحث بالاطلاع على الدراسات العلمية في مجالات القياس والاختبار ، والتعرف على القياسات الجسمية المهمة والضرورية للاعب كرة اليد، وبعد عرضها على ذوي الاختصاص والخبراء⁽¹⁾ تم تحديد اهم القياسات الجسمية المختارة وكما يلي: (الطول الكلي للجسم-طول الذراع - طول العضد-طول الساعد-طول الجذع-طول القدم -طول الفخذ-طول الساق -طول اليد-عرض الكتفين-عرض الصدر-عرض الورك)

2-4-2 الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث:²

الاختبار الاول: التصويب البعيد من الوثب:

اختبار دقة التصويب من الوثب عالياً من مسافة 9 أمتار على المربعات:

الغرض من الاختبار: دقة التصويب من الوثب عالياً.

الأدوات: 12 كرة يد وشواخص عدد (2) وسلك ومربعات تهداف 40×40سم عدد 4 مربعات.

طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط البداية تبعاً لليد المصوبة يبدأ بأخذ 2-3 خطوات ثم يؤدي التصويب بالوثب عالياً إلى المربعات المرسومة وهي (4) مربعات مرقمة ويكرر الأداء على جميع المربعات بحيث يكون كل مربع 3 تصويبات.

القواعد: عدم أخذه أكثر من ثلاث خطوات.

التسجيل: تحتسب نقطة من دخول الكرة المربع - تحتسب صفراً إذا كانت خارج المربع.- لا تحتسب إذا اخذ اللاعب أكثر من ثلاث خطوات.

الاختبار الثاني : اختبار دقة التصويب على المرمى من مسافة 6 متر من الحركة:

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب من الحركة.

الأدوات: كرات يد عدد (5) ومربعات تصويب 40×40سم عدد (4).

طريقة الأداء: يقف اللاعب مواجهاً المرمى خلف خط الـ 6 أمتار يقوم بعمل ثلاث خطوات والتهداف على المربعات العليا والسفلى، ويتم التصويب من الحركة على أن يصل اللاعب إلى خط الـ 6 أمتار بحيث يكون ملامس الأرض لحظة خروج الكرة من يده.

-**التسجيل:** تحتسب عدد الرميات التي تمر فيها الكرة من المربعات العليا والسفلى وهي مستوفية للشروط. تحول الرميات إلى درجات من خلال الجدول (1) :

1- *1 الخبراء:

أ. د نصير صفاء / كرة يد // كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

أ. د حيدر غازي / كرة يد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

أ.م. د حردان عزيز / اختبارات وقياس /كرة يد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

أ.م. د نعيمة زيدان/ اختبارات وقياس // / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد.

أ.م.د ماجد نعيم / اختبار وقياس// / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

² الخياط، ضياء ، ونوفل محمد الحياي . "كرة اليد" ، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل(2001). ص.207.

جدول (1)

يبين اختبار دقة التصويب من الحركة وكيفية توزيع الأهداف الناجحة ودرجتها

الدرجة	عدد الأهداف الناجحة
5	1
10	2
14	3
17	4
20	5
23	6

يوضح الجدول (1) عدد الأهداف الناجحة

الاختبار الثالث: المناولة الطويلة: اختبار دقة المناولة الطويلة وقوتها من الحركة السريعة:

- الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة الطويلة وقوتها من الحركة السريعة.
- الأدوات المستخدمة: خمس كرات قانونية، وجدار أملس قوي مرسوم عليه ثلاث مربعات متحدة المركز في نقطة تبعد عن الأرض ثلاثة أمتار المربع الأول طول ضلعه متر والثاني متران والثالث 3 أمتار. الأرض بين اللاعب والجدار مقسمة بخطوط موازية للجدار وكل جزء أو خط يبعد 50 سم عن الآخر ويحمل قيمة اختبارية ملائمة بعد الجزء عن المربعات فأعلى قيمة تكون لأبعد جزء عن المربعات.
- طريقة الأداء: يقف اللاعب وبيده الكرة الأولى خلف خط البداية المرسوم على الأرض بطول 5 أمتار من الجدار الذي يكون موازياً له وأن وقوف اللاعب يكون بمسافة مناسبة عن الخط تسمح له بإجراء الطبطبة واخذ الخطوات السريعة (حركة اللعب) كحركة تمهيدية للقيام بتمرير الكرة الأولى بدقة وقوة إلى المربعات المرسومة على الحائط بطريقة يحاول بذل ما بوسعه كي ترتد من المربعات إلى الخلف وإلى أقصى حد ممكن ضمن المنطقة المخططة ويكرر هذا العمل مع الكرات الباقية.

2-5 الاسس العلمية للاختبارات:

على الرغم من أن جميع الاختبارات سبق العمل بها من لدن باحثين عدة ولعينات مختلفة ولكن الباحث ارتأى تحديد هذه الاسس العلمية ليتسنى له الوقوف على عمليتها ومصداقيتها العلمية.

2-5-1 صدق الاختبارات:

الاختبار الصادق يعني "أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه بمعنى أن الاختبار الصادق اختباراً بالوظيفة نفسها التي يزعم أن يقيسها ولا يقيس شيئاً آخر بدلاً منها أو بالإضافة إليها".⁽¹⁾ وبما أن هذا النوع من الصدق يعتمد على تقويم الخبراء^(2*) قام الباحث بعرض هذه الاختبارات المقترحة على مجموعة منهم، وثبت أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق جيدة باتفاق هؤلاء الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله هذه الاختبارات.

(1) مروان عبد المجيد. مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس. ط1، (عمان: دار المسيرة، 2000م)، ص287.

* 2. ا.م. د نعيمة زيدان/ تربية بدنية وعلوم الرياضية للبنات / جامعة بغداد / اختبار وقياس.

ا.م.د حردان عزيز / اختبار وقياس / تربية بدنية وعلوم الرياضية / جامعة المستنصرية.

أ.م.د حيدر غازي / تربية بدنية وعلوم الرياضية / الجامعة المستنصرية / كرة يد/ اختبار وقياس.

أ.م.د رياض مزر / تربية بدنية وعلوم الرياضية / الجامعة المستنصرية // اختبار وقياس.

2-5-2 ثبات الاختبار :

استخدم الباحث معادلة الفاكرونباخ وهي من اكثر المعادلات شيوعاً لحساب الثبات والتي تستند الى فكرة حساب الارتباط بين الدرجات للعينة على فقرات المقياس او الاداة جميعها مما يوضح معامل الثبات اتساق اداء الفرد من فقرة لأخرى، أي التجانس بين فقرات المقياس وتقوم فكرة هذه الطريقة التي تمتاز بتناسقها وامكانية الوثوق بنتائجها على حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على اعتبار ان الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته ويؤشر معامل الثبات اتساق اداء الفرد أي التجانس بين فقرات المقياس".¹ وبناءً على ذلك قام الباحث باستخدام معادلة الفاكرونباخ وقد بلغ معامل الثبات (0,838) ويعد هذا المعامل مقبولاً لأغراض الدراسة الحالية.

2-5-3 موضوعية الاختبارات:

تعني الموضوعية "عدم اختلاف المقررين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين".⁽²⁾ وعليه خصص الباحث محكمين^(*) لتسجيل نتائج الاختبارات وراعى أن يكون مكان كل حكم يختلف عن الآخر تقريباً عند تسجيل البيانات الخاصة بالاختبارات المستخدمة في البحث. وإن "معامل الارتباط بين تقدير المحكم الأول والمحكم الثاني حول معامل موضوعية الاختبار".⁽³⁾

وتم حساب موضوعية الاختبارات بين نتائج درجات الحكمين الأول والثاني عن طريق معامل الارتباط البسيط بيرسون، إذ يلحظ أن قيم معامل الارتباط جميعها كانت اكبر من قيم معامل الارتباط الجدولية البالغة (0.632) عند درجة حرية (10) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على درجة موضوعية عالية والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1) يبين الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبارات المهارية قيد البحث

ت	اسم الاختبار	الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	اختبار دقة التصويب	0.82	0.90	0.90
2	اختبار قوة التصويب القريب من الحركة	0.75	0.86	0.88
3	اختبار المناولة الطويلة	0.80	0.89	0.80

درجة الحرية (10)، وتحت مستوى دلالة (0.05). قيمة درجة الارتباط الجدولية = (0.33)

2-6 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث إجراء تجربة استطلاعية على (4) لاعبين من خارج مجتمع الدراسة يوم الاحد المصادف 2019/2/24 وكان الغرض منها الوقوف على قدرة أداء الاختبارات وإمكانية تنفيذها فعليه ارتأى الباحث بإجراء بأكثر من تجربة استطلاعية لمتغيرات الدراسة كافة وكان الغرض منها (معرفة مدى وضوح تعليمات الاختبارات وفقراتها. ومعرفة مدى وضوح فقرات الاختبارات بالنسبة للاعبين بهدف إعادة صياغتها لفهم ما مطلوب من اللاعب تنفيذها خلال التجربة. وايضا تحديد الوقت الذي يستغرقه الاختبار لتثبيت زمنه المناسب.

(1) الأمام، مصطفى محمود واخرون (1990): التقويم والقياس، دار الحكمة، الطبعة الاولى، بغداد، ص67

(2) مصطفى صفي باهي: المعاملات العلمية والتطبيق (الصدق- الثبات- الموضوعية- المعايير). ط1، (القاهرة: مركز الكتاب لنشر، 1999)، ص50.

(3) احمد محمد خاطر علي فهمي البك. القياس في المجال الرياضي. ط2، (القاهرة: دار المعارف، 1984)، ص25.

وطريقة تنفيذ القياسات الجسمية المحددة على عينة من لاعبي كرة اليد من خارج عينة البحث والوقوف على تنفيذ الاختبارات للمتغيرات للمهارية قيد البحث.

2-7 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بتحديد موعد تنفيذ الاختبارات المهارية وأخذ القياسات الجسمية للاعبين كرة اليد ولكي يتم تنفيذ هذه الإجراءات ببسر وسهولة قام الباحث بالاتي(تنظيم الأجهزة المستخدمة في البحث وتحضيرها فضلاً عن تحديد موعد محدد، لأخذ القياسات الجسمية والاختبارات المهارية للبحث و ترتيب أسماء اللاعبين عن طريق استمارات خاصة بالمتغيرات قيد البحث لسهولة تنفيذ الاختبارات وتسجيل البيانات فيها). وقد بدأت التجربة الرئيسية في يوم الاحد المصادف 2019/3/3 وفي تمام الساعة 11 صباحاً على ملعب كرة اليد في الجامعة المستنصرية وكذلك اخذت القياسات الجسمية في قاعة اللياقة البدنية التابع لوحدة النشاط الرياضي في الجامعة المستنصرية .

2-8 المعالجات الاحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) وتضمنت المعالجات الاحصائية الاتية:
 (-) الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - معامل الالتواء. - الانحدار الخطي المتعدد. - الارتباط البسيط. - اختبار ذو الحدين. - اختبار (T). - اختبار (F).
 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض قيم نتائج البيانات الوصفية لبعض القياسات الجسمية والمهارات الاساسية لكرة اليد واختباراتها لأفراد عينة البحث:

الجدول (2) يبين المعالم الإحصائية للقياسات الجسمية لأفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الخطأ المعياري للوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء	الخطأ المعياري للالتواء
1	الطول الكلي	178.43	0.51	178	5,98	0.22	0.19
2	طول الذراع	75.84	0.95	76	4.29	0.78	0.19
3	طول العضد	29.91	0.45	30	2.44	0.26	0.19
4	طول الساعد	31.58	0.57	32	2.66	0.25	0.19
5	طول الجذع	73.84	0.68	74	2.98	0.56	0.19
6	طول الرجل	91.22	0.34	90	3.23	0.38	0.19
7	طول الفخذ	41.90	0.38	43	2.99	0.33	0.19
8	طول الساق	46.11	0.32	47	4.45	0.56	0.19
9	طول الكف	28.44	0.19	27	2.48	0.75	0.19
10	عرض الكتفين	45.64	0.23	46	3.23	0.82	0.19
11	عرض الصدر	36.80	0.255	37	3.340	0.78	0.186
12	عرض الورك	35.77	0.207	36	2.712	0.207	0.186

1-1-3 عرض قيم نتائج البيانات الوصفية لاختبارات المهارات الاساسية لأفراد عينة البحث:

الجدول (3)

يبين المعالم الإحصائية للاختبارات المهارات لأفراد عينة البحث

المعالجات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء	الخطأ المعياري
اختبار دقة التصويب من خلف حاجز على المرمى	15.90	453.	16	0.27	0.19
اختبار قوة التصويب القريب من الحركة من مسافة 6 م.	17.84	13.9	18	0.71	0.19
اختبار المناولة الطويلة	12.78	4.93	13	0.29	0.19

من خلال النتائج المعروضة بالجدول (3) نجد ان الوسط الحسابي لاختبار دقة التصويب من خلف حاجز على المرمى قد بلغ (17.84) بالانحراف معياري بلغت قيمته (3,54) وبلغت قيمة الوسيط (16) اما معامل الالتواء فبلغت (0,27) والخطأ المعياري (0,19).

وبلغت قيمة الوسط الحسابي لاختبار اختبار قوة التصويب القريب من الحركة من مسافة 6 م. (17.84) بالانحراف معياري بلغت قيمته (3.91) و قيمة الوسيط (18) ومعامل الالتواء (0,29) والخطأ المعياري (0,19)

وبلغت قيمة الوسط الحسابي لاختبار اختبار المناولة الطويلة . (12.78) بالانحراف معياري بلغت قيمته (4.93) و قيمة الوسيط (13) ومعامل الالتواء (0,29) والخطأ المعياري (0,19)

2-1-3 عرض نتائج معادلة نسبة مساهمة بعض القياسات الجسمية واختبارات المهارية لأفراد عينة البحث

الجدول (4)

يبين قيم نتائج نسبة المساهمة بين (القياسات الجسمية والاختبارات المهارية) والقيمة المعدلة والخطأ المعياري واختبار توافق الأنموذج لأفراد عينة البحث

المعالجات الإحصائية المتغيرات	القيمة المعدلة	معامل التحديد (ر) نسبة المساهمة	معامل التحديد المعدل	الخطأ المعياري	اختبار توافق الأنموذج (*)
قياسات أنثروبومترية - أداء مهارات حركية	0.49	0.141	0.048	0.51	1.89

من اجل التعرف على العلاقة بين القياسات الجسمية والقدرات المهارية للاعبين كرة اليد استخدم الباحث الأنموذج الخطي المتعدد وهو من الانماذج التحليلي الشائع الاستخدام في ايجاد العلاقة بين متغيرين

(*) ويسمى بمؤشر مستوى الدلالة - Durbin - watson.

حيث يتبين من الجدول (4) ان قيمة نسبة المساهمة بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية قد بلغت (0.49)، فيما بلغت قيمة معامل التحديد (نسبة المساهمة) بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية (0.141). بينما بلغت قيمة معامل التحديد المعدلة بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية (0.048)، وبخطأ معياري (0.51). في حين بلغت القيمة المعدلة اختبار توافق الأنموذج (1.89).

الجدول (5)

يبين قيم نتائج اختبار الانحدار الخطي لمتغيرات البحث (القياسات الجسمية – المهارات الحركية) لافراد عينة البحث

المتغيرات	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة المحسوب	مستوى الدلالة الجدولية	دلالة الفروق
قياسات جسمية	7.87	0.377	1.98	1.122	0.05	معنوي
اداء المهارات أساسية	38.90	0.268				

درجة الحرية (9) مستوى الدلالة (0.05)

يبين الجدول (9) ا قيم مجموع المربعات بين المجموعات (الانحدار) وداخل المجموعات (الأخطاء) لكل من القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية قد بلغ (7.87) (38.90) على التوالي، في حين بلغ (الانحدار) بين المجموعات وداخل المجموعات (الأخطاء) في حين بلغت قيمة F المحسوبة (1.98) بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية، اما مستوى الدلالة الحقيقي فبلغ (1.122)، وهو دال احصائياً مقارنةً بمستوى الدلالة (0.05)

يتبين من خلال القيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة هناك فروق للقيم الاحتمالية لجودة التوفيق للأنموذج الخطي المتعدد في ضوء مستوى الدلالة المعتمد (0.05) وبذلك فان معطيات نتائج التحليل هي على درجة عالية من الدقة الاعتمادية للقياسات الجسمية واداء المهارات الحركية).

2-3 مناقشة النتائج:

من خلال عرض النتائج تبين ان هناك علاقة ارتباط بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية للاعبو كرة اليد فقد كانت العلاقة التي ظهرت هي علاقة معنوية

يعزو الباحث الزيادة في طول الذراع، تؤدي الى سرعة في الاداء، والطاقة الحركية في نهاية الذراع الطويلة تكون اكبر من الذراع القصيرة، فكلما زاد طول نصف القطر ازدادت سرعة نهاية الذراع وهذا ينطبق مع ما ذكره (الحبشي 1964) انه "كلما كانت اليد طويلة كلما كانت الحركة اكثر سرعة وكلما كانت القوة المستخدمة اكبر نسبياً"⁽¹⁾.

كذلك يرى الباحث ان طول الجسم و طول الذراع مع الكف وطول الرجل وكذلك عرض الكتفين و عرض الصدر وزيادة محيط الصدر، يرتبط بزيادة حجم الجسم والمقطع العضلي اذ ان القوة العضلية

(1) زكي الحبشي؛ علم الحركة في الميدان الرياضي. (القاهرة، المكتبة الحديثة، 1964). ص 189.

((تناسب طرديا مع حجم الجسم والمقطع الفسيولوجي للعضلات))⁽¹⁾. فالزيادة في عرض الكتفين ومحيط الصدر وعرض الصدر تدل على وجود كتلة عضلية تعمل على اظهار القوة وكذلك الى سعة حجم الرنتين وتدلل ايضا على وجود عضلات قوية في منطقة الصدر تعمل كعضلات سائدة من اجل حركة الذراعين القوية اثناء التصويب او المناولة وبما ان اللاعب يحتاج الى قوة وسرعة فائقة اثناء التهديف او المناولة لذلك تبرز الحاجة الى امتلاك اللاعب مواصفات جسمية عالية وهذا ان ما يؤكد الارتباط المعنوي بين طول الجسم وطول الرجل وطول الفخذ وطول الساق وعرض الكتفين وعرض الصدر وكذلك محيط الصدر، واداء المهارات الحركية بكرة اليد

و تجدر الاشارة الى ان " طول الذراع يؤدي الى ارتفاع نقطة الانطلاق بالنسبة للكرة، مما يؤثر ايجابياً على مسافة الرمي. " ⁽²⁾. وبما ان لكل لعبة رياضية قياسات أنثروبومترية تميزها عن غيرها، فان هذه القياسات تنعكس على اداء المهارات الواجب توافرها في لاعبي كرة اليد ، ولاشك ان توافر هذه المتطلبات عند اللاعب يعطي فرصة اكبر لاستيعاب مهارات اللعبة وفنونها، لذا اصبح من الاهمية اختيار اللاعب بحسب القياسات الجسمية المناسبة للعبة للوصول باللاعبين الى أعلى المستويات، وهذه المستويات لا يمكن ان تتحقق الا للرياضيين الذين لديهم علاقة واضحة بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية.

اما القيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة لمعامل التحديد (نسبة المساهمة) بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية للاعبين كرة اليد فكانت نتائج اختبار الانحدار الخطي لمتغيرات البحث (القياسات الجسمية -المهارية الحركية) لافراد عينة البحث على درجة عالية من الدقة الاعتمادية في تحقيق مستوى جودة التوفيق في ضوء مستوى الدلالة المعتمد (0.05) يعزوها الباحث سبب ذلك الى ان الانشطة الرياضية المختلفة تتطلب قدرات بدنية معينة، ولعبة كرة اليد من الانشطة التي تتطلب من اللاعبين السرعة العالية في اداء النواحي التكنيكية (الفنية) من مختلف الاوضاع وهذا بالتاكيد يعتمد على العلاقة القوية بين القياسات الجسمية واداء المهارات الحركية.

وهذا ما اكده (الصفار 1986) ان "ارتفاع القدرات المهارية عند اللاعب يجعله يقوم بالحركات التكنيكية برشاقة واقتدار، عكس اللاعب الذي لا يمتلك القدرات المهارية المطلوبة"⁽³⁾.

و يظهر من خلال معامل التحديد (نسبة المساهمة) لمستوى فرق جودة التوفيق للانموذج الخطي المتعدد الى تحقيق مستوى جودة التوفيق في ضوء مستوى الدلالة المعتمد (0.05) وبذلك فان معطيات نتائج التحليل هي على درجة عالية من الدقة الاعتمادية بين القياسات الجسمية مع اداء المهارات الحركية، وبما ان الاختلاف واضح من خلال القياسات الجسمية و المهارية الحركية بين اللاعبين الا انها ترتبط ارتباطاً وثيقاً مع بعضها البعض لتشكل كل واحدة حلقة مكونة سلسلة متكاملة من الحلقات. واللاعبين الذين يمتلكون قياسات أنثروبومترية مناسبة يستطيعون الحصول على مستوى متطور مع اداء المهارات الحركية. وقد اشار (شحاتة وآخرون 1998) ان "التكوين الجسمي وطول وروافع الجسم تعد من أهم العوامل التي تحدد المهارة الرياضية ويتأسس عليه الوصول الى المستويات الرياضية العالية"⁽⁴⁾.

(1) محمد صبحي حسانين: التقويم والقياسات في التربية البدنية، ج1، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 1987، ص7

(2) يوسف الشيخ؛ الميكانيكا الحيوية (القاهرة، دار المعارف، 1982). ص185.

(3) سامي الصفار وآخرون؛ كرة القدم (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1986). ص13.

(4) محمد ابراهيم شحاتة ومحروس قنديل واحمد فؤاد الشاذلي؛ اساسيات التمرينات البدنية (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1989).

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

من خلال ما تم عرضه استنتج الباحث ما يأتي:

- 1- وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسمية التالية، (وزن الجسم، طول الجسم، طول الذراع مع الكف، طول الرجل، طول الفخذ، طول الساق، محيط الصدر، عرض الكتفين، عرض الصدر) وبين أداء المهارات الأساسية للاعب كرة اليد.
 - 2- من خلال القيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة ظهرت فروق للقيم الاحتمالية لجودة التوفيق للأنموذج الخطي المتعدد في ضوء مستوى الدلالة .
 - 3- ان معطيات نتائج التحليل هي على درجة عالية من الدقة الاعتمادية للقياسات الجسمية ونسبة مساهمتها في أداء المهارات الحركية.
- 2-5 التوصيات:

- 1- التأكيد على القياسات الجسمية التي أظهرت ارتباطا معنويا مع مستوى الاداء عند انتقاء لاعبي كرة اليد.
- 2- التعرف على القياسات والاختبارات المؤثرة في الأداء المهاري بكرة اليد من قبل المدربين والمعنيين في شؤون اللعبة.
- 3- تثبيت قياسات واختبارات اللاعبين، لتقييم ادائهم خلال الوحدات التدريبية ومقارنتها مع المستوى الذي تم التوصل اليه بعد فترة.

المصادر:

- الأمام ، مصطفى محمود وآخرون التقويم والقياس ، دار الحكمة ، الطبعة الاولى، بغداد. (1990):
- احمد محمد خاطر علي فهمي البك. القياس في المجال الرياضي. ط2، (القاهرة : دار المعارف ، 1984
- حسن احمد رسول وسوزان علي؛ مبادئ البحث العلمي في التربية الرياضية. (الاسكندرية: منشأة المعارف، 1999
- عزت محمود الكاشف: مبادئ القياسات الجسمية في الأنشطة الرياضية. (القاهرة: المجلة الاولمبية، 1987.
- سامي الصفار وآخرون؛ كرة القدم (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1986.
- محمد ابراهيم شحاته ومحروس قنديل واحمد فؤاد الشاذلي؛ اساسيات التمرينات البدنية (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1989.
- مصطفى صفي باهي: المعاملات العلمية والتطبيق (الصدق- الثبات- الموضوعية- المعايير). ط1، (القاهرة: مركز الكتاب لنشر ، 1999 .
- -محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. (عمان: دار الفكر العربي، 2000.
- محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. (القاهرة: دار الفكر العربي، 1999.
- مروان عبد المجيد. مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس. ط1، (عمان: دار المسيرة، 2000م.
- نزار الطالب ومحمود السامرائي: مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. (جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1981).

- -وديع ياسين " مبادئ الإعداد البدني للنساء. (جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1986.
- Al-Imam, Mustafa Mahmoud and others: Calendar and Measurement, Dar Al-Hikma, first edition, Baghdad. (1990):
- Ahmed Mohamed Khater Ali Fahmy Al-Bak. Measurement in the sports field. I 2, (Cairo: House of Knowledge, 1984
- Hassan Ahmed Rasoul and Suzan Ali; Principles of scientific research in physical education. (Alexandria: The Knowledge Foundation, 1999
- Ezzat Mahmoud Al-Kashef: Principles of anthropometrics in sports activities (Cairo: Olympic Journal, 1987.
- Sami Al-Saffar and others; Football (Mosul, Dar Al-Kutub for printing, 1986.
- Mohamed Ibrahim Shehata, Mahrous Qandil and Ahmed Fouad El-Shazly; The basics of the new exercises (Alexandria, Mansha'at al-Maaref, 1989.
- Mustafa Safi Bahy: Scientific Transactions and Application (Honesty - Constancy - Objectivity - Standards). 1st floor, (Cairo: Book Center for Publishing, 1999).
- Muhammad Hassan Allawi and Muhammad Nasr al-Din Radwan; Measurement in physical education and sports psychology. (Amman: Arab Thought House, 2000.
- Muhammad Hassan Allawi and Osama Kamel Ratib; Scientific research in physical education and sports psychology. (Cairo: Arab Thought House, 1999.
- Marwan Abdel Meguid. Scientific research methods in education and psychology. 1st floor, (Amman: Dar Al Masirah, 2000 AD.
- Nizar Al-Talib and Mahmoud Al-Samarrai: Principles of Statistics and Physical and Mathematical Tests. (Mosul University: Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 1981).
- Wadih Yassin, "Principles of Physical Preparation for Women." (Mosul University: Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 1986.
- Mathews. DK: Measurement in physical Education. 5ed Philadelphia W.B-Sanuders Co. 1978

الملحق (1)

توصيف اجراءات القياسات الجسمية واختبارات القدرات الحركية

- مؤشر قياس الطول الكلي⁽¹⁾
- الادوات المستخدمة :- شريط قياس ، قطعة خشبية .
- اجراءات القياس :-
- مد شريط القياس بشكل عمودي على الارض على ان تلامس بداية الشريط للأرض ومد الشريط الى الاعلى لمسافة مقبولة مع تثبيت الشريط بشكل محكم .
- يقف اللاعب وبشكل معتدل على ان يتوزع وزن جسمه على قدميه المتلاصقتين والذراعين بجانب الجسم على ان تلامس باطن الكف للفخذ ، مع ملامس ظهر المختبر ومن منتصفه شريط القياس وكذلك منخفض الورك وكعبي القدمين ، وان يكون النظر للأمام ، مع عدم ارتداء الحذاء .
- يقوم احد اعضاء فريق العمل المساعد (الفاحص) بوضع القطعة الخشبية على ان تكون موازية للأرض وعمودية على الجدار أي عمودية على شريط القياس ، على ان تلامس هذه القطعة اعلى نقطة لجمجمة المختبر أي يمكن هنا قربك راس المختبر لحين ملامسة القطعة اعلى نقطة من الجمجمة .
- النقطة التي تلامس بها القطعة الخشبية اعلى نقطة من جمجمة اللاعب هي نقطة قراءة شريط القياس في حالة عدم امكانية تثبيت شريط القياس على الحائط يرسم على الجدار مقاييس الشريط بشكل دقيق ، وتطبيق الاجراءات السابقة ويسجل القياس بالسنتيمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر قياس طول الجذع من الجلوس
- الادوات المستخدمة :- كرسي بدون استناد للظهر ، شريط قياس .
- اجراءات القياس :-
- يجلس اللاعب على الكرسي على ان تلامس القدمين الارض وتشكل الساقين زاوية قائمة (90) مع الفخذين وان تلامس حافة الركبة من الخلف نهاية حافة مقعد الكرسي ، على ان توضع الكفين على الفخذين .
- يكون جذع اللاعب معتدل وعمودي على الكرسي والنظر للأمام والراس على خط واحد مع الجذع .
- يقف الفاحص خلف اللاعب ، ويبدأ وضع شريط القياس على ان تلامس بداية الشريط مقعد الكرسي وان يلامس الشريط وعلى امتداده الى الاعلى الظهر المعتدل للفاحص موازياً للعمود الفقري ، أي ان يكون شريط القياس عمودياً على الكرسي .
- يقرأ التسجيل ابتداءً من مقعد الكرسي الى نهاية الفقرة الاولى من المنطقة العليا ، أي يكون التسجيل من الاسفل الى الاعلى ، وهي النقطة بين العمود الفقري والرقبة ، ويسجل القياس بالسنتيمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر قياس طول الذراع
- الادوات المستخدمة للقياس :- شريط قياس
- اجراءات القياس :-
- يتخذ اللاعب وضع الوقوف المعتدل على القدمين والذراعان مصفوفتان ومرتختان بجانب الجسم .

(1) محمد نصر الدين رضوان :مصدر سبق ذكره، ص76 .

- يقف الفاحص الى خلف اللاعب ويقوم بتحديد العلامة الاخرومية المتمثلة بالننؤ الاخرومي لشوكة عظم اللوح .
- يقوم الفاحص بمد شريط القياس وعلى امتداد ذراع اللاعب ومن الخارج ابتداءً من العلامة الاخرومية حتى نهاية الاصبع الوسطى وهو ممدود .
- يسجل القياس بالسنتمترات ولأقرب 0.1 سم .
- مؤشر طول العضد (من الكتف الى المرفق)
- الاجهزة المستخدمة للقياس :- البرجل المنزلق الكبير
- اجراءات القياس :- يقف اللاعب معتدل القامة والوزن موزع بالتساوي على القدمين .
- يقوم اللاعب بسحب الكتفين الى الخلف بدون شد ، وتثني الذراعين بحيث يكون العضد ملاصق للجسم والساعد موازي للأرض .
- تحدد المسافة من العلامة الاخرومية (عظم اللوح) الى الننؤ المرفقي (عظم الزند) ، أي المسافة من الكتف الى المرفق .
- يقف الفاحص على الجانب الايمن والى الخلف قليلاً من اللاعب .
- يقوم الفاحص بتثبيت الذراع الثابتة للبرجل على اجزاء العلوي الجانبي للاخروم ، مستخدماً في ذلك اليد اليسرى ، وتثبيت الذراع المنزلة للبرجل باستخدام اليد اليمنى للفاحص حتى تصبح ملاصقة للحافة الوحشية للراس السفلي لعظم العضد .
- تسجيل النتائج بالسنتمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر طول الساعد (من المرفق الى الرسغ)
- الاجهزة المستخدمة للقياس :- جهاز البرجل المنزلق
- اجراءات القياس :- يقف اللاعب معتدل القامة والكعبان متلاحقين ووزن الجسم موزع على القدمين بالتساوي يقوم اللاعب بسحب الكتفين الى الخلف وتثني المرفق بزواية 90 ، بحيث تكون اصابع اليدين مفرودة والكفان مواجهين للداخل وقريبين من الخط المنصف للجسم .
- يقف الفاحص الى الجانب الايمن او الايسر للفاحص ويقوم بوضع الذراع الثابتة للبرجل فوق اقصى نقطة تقع على السطح الخلفي للننؤ المرفقي وثم تحريك الذراع المتحرك باليد .
- عندما يصل الفاحص الذراع المتحركة للبرجل الى الننؤ الايسر لعظم الكعبرة يقوم بتثبيت الذراع وقراءة الدرجة وتسجيلها بالسنتمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر طول اليد (الكف)
- الاجهزة المستخدمة للقياس :- جهاز البرجل المنزلق الصغير
- اجراءات القياس :-
- يتخذ اللاعب وضع الوقوف او الجلوس على مقعد بحيث تكون الذراعان ممدودتين على الجانبين في غير تصلب يقوم اللاعب بتثني المرفقين والساعدان موازيان للأرض والساعد والاصابع ممدودتين للأمام وان تكون راحة اليد (باطن اليد) للأعلى .
- يقف الفاحص بجانب اللاعب ويوضع البرجل المنزلق موازياً للمحور الطولي لليد مع وضع الذراع الثابتة ملاصقة لأقصى نقطة للننؤ الايري لعظم الكعبرة .

- تحريك الذراع الحرة للبرجل للأمام حتى تصبح ملاصقة لأعلى نقطة للسلامية البعيدة للأصبع الوسطى لليد وتسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر طول الفخذ (من الورك الى الركبة)
- الادوات المستخدمة للقياس :-
- شريط قياس غير قابل للإطالة .
- مقعد يمكن التحكم في ارتفاعاته .
- اجراءات القياس :-
- يوضع اللاعب احدى قدميه على مكان مرتفع (مقعد) وهو في وضع الوقوف بحيث تكون الفخذ موازية للأرض وتضع مع الساق زاوية 90 .
- يقاس طول الفخذ من النقطة المتوسطة للرباط الاربي الى الحافة العليا لعظم الردفة .
- يقوم الفاحص بوضع شريط القياس ملاصق للفخذ وموازيًا لمحوره الطولي مبتدئاً من النقطة الاربية ومنتهياً بالحافة العليا لعظم الردفة .
- تسجيل النتائج بالسنتيمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر طول الساق (من الركبة الى الارض)
- الاجهزة المستخدمة للقياس – جهاز البرجل المنزلق الكبير .
- اجراءات القياس :-
- يقوم اللاعب بثني ومد ركبتيه ، حينئذ يلاحظ الفاحص انخفاض محاط بالنزوء فوق اللقي لعظم الفخذ على الجزء الامامي الوحشي القريب من نهاية عظم القصبه وراس عظم الشظية .
- يقوم الفاحص بوضع اصبع يده في هذا المنخفض ثم الضغط لتعيين الحد الاعلى لعظم القصبه .
- بعد تحديد العلامة الجسمية لعظم القصبه يطلب من اللاعب مد الركبة والعودة الى وضع الوقوف العادي .
- يقف الفاحص الى جانب اللاعب ويقوم بوضع البرجل المنزلق عمودي على الارض وملاصق للساق وقاعدة الجهاز على الارض ، و ثم يتم تحريك الذراع الحرة للبرجل حتى تلامس العلامة الجسمية المحددة .
- قراءة نتائج القياس على البرجل وتسجيلها بالسنتيمترات لأقرب 0.1 سم .
- مؤشر عرض الكتفين (الاتساع الاخرومي)
- الاجهزة المستخدمة :- البرجل المنزلق .
- اجراءات القياس :-
- يتخذ اللاعب الوقوف والكعبان متلاصقين والذراعين مرتخيتين وممدودتين على الجانبين ومنطقة الكتفين عارية من الملابس .
- الكتفين غير مشدودتين ومرتخيتين للاسفل متجهتين للأمام قليلاً بغرض اعطاء اقصى اتساع ممكن لهما .
- يقف الفاحص خلف اللاعب ويبدأ في تحديد النتؤ الاخرومي لشوكة عظم اللوح من الحافة الانسية الى الحافة الوحشية (من الداخل الى الخارج) .

- يتم الفاحص بوضع ذراعي الرجل المنزلق على العلامتين الاخروميتين وتسجيل القياس بالسنتمترات لاقرب 0.1 سم .
- مؤشر عرض الصدر⁽¹⁾
- الاجهزة المستخدمة للقياس :- برجل منفرج كبير
- اجراءات القياس :-
- يتخذ اللاعب وضع الوقوف على القدمين بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الصدر وتكون الذراعان ممدودتين على جانب الجسم وبعيدتين قليلاً الى الخلف ، حتى تمكن الفاحص من استخدام الرجل المنزلق عند القيام بعملية القياس .
- يقف الفاحص في مواجهة اللاعب ، ثم يقوم التحسس بالضلع السادس من كلا الجانبين (اليمين واليسر) وعند تحديدهما يتم وضع طرفي الرجل على اعلى نقطتين خارجيتين تقعان على الضلعين ، وتثبيت الطرفين باصابع يديه لعدم انزلاق اطراف الرجل في داخل المسافات بين الضلوع .
- يطلب الفاحص من اللاعب جس نفسه بعد عملية الشهيق وثم يتم تسجيل النتائج لاقرب 0.1 سم .
- مؤشر عرض الكتفين :
- الادوات المستخدمة للقياس :- شريط قياس مرن غير قابل للاطالة
- اجراءات القياس :-
- يتخذ اللاعب وضع الوقوف على القدمين مرتدياً ملابس مناسبة ، حتى يمكن تحديد العلامات الانثرويومترية الضرورية ، وبالنظر لأمام والمسافة بين القدمين حوالي 5 سم ووزن الجسم موزعاً عليهما بالتساوي .
- الذراعان ممدودتين على جانبي الجسم والكتفان في مستوى افقي واحد ومسحوبين للخلف قليلاً .
- يقوم الفاحص بلف شريط القياس حول كتفي اللاعب بحيث يمر الشريط من الجانب من فوق اعلى نقطة لمجموعة العضلات المغلقة للكتفين (العضلتين الدالتين) ومن الامام بالاخرومين والنتوء المتمفصلي لعظم القص والضلع الثاني ، على ان يكون الشريط ملامسا للجلد دون احداث ضغط شديد عليه .
- يقوم اللاعب بعملية التنفس الاعتيادي وثم حبس النفس بعد عملية الزفير ، وعندها يتم تسجيل النتائج لاقرب 0.1 سم .

(1) محمد نصر الدين رضوان :مصدر سبق ذكره ، ص135 .



Prevalent physical patterns and their relationship to psychological Alienation among female students Middle school in The city of Mosul

Faleh Taha Abed^{1*}
Omar Natheer Thanoon¹

1- General Directorate of
Nineveh Education

Article info.

Article history:

-Received: 24/11/2020

-Accepted: 6/6/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- Physical pattern
- psychological alienation

©2021 This is an open
access article under the CC
by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The current research aims at knowing the physical pattern of preparatory female students and also knowing the psychological alienation level of preparatory students in Mosul city, as well as, knowing the relationship between the physical pattern and the psychological alienation of the female students, the two researchers have used the correlative descriptive procedure for its research suitability, the research community consists of preparatory female students in Mosul city, while the research sample consists of 150 female students selected randomly. The two researches depend on the suitable statistical instruments (arithmetic mean, standard deviation, T-test coefficient and percentage) and they used the SPSS to treat data.

The prevailing physical pattern of the preparatory female students in Mosul city is skinny, and the results showed that the sport alienation level for the skinny and muscle female students was lower than the hypothetical average of the scale and this denotes their low level of alienation, while the fat female students, their sport alienation level was higher than the hypothetical level of the scale and this denotes their high level of sport alienation, also the results showed that there is a positive correlation relationship between the skinny pattern and the psychological alienation, and also there is a positive correlation relationship between the muscle pattern and the psychological alienation, and that there is a negative correlation relationship between the fat pattern and the psychological alienation.

* Corresponding Author: Omar.Natheer17@gmail.com - General Directorate of Nineveh Education

الأنماط الجسمية السائدة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية في مدينة الموصل

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

م.م عمر نذير ذنون

م. فالح طه عبد

الكلمات المفتاحية

- النمط الجسمي
- الاغتراب النفسي

المديرية العامة لتربية نينوى

الخلاصة:

هدف البحث الى التعرف على النمط الجسمي السائد لدى طالبات المرحلة الإعدادية في مدينة الموصل وتحديدًا طالبات الصف الخامس الادبي، والتعرف على مستوى الاغتراب النفسي لديهن، إضافة الى التعرف على العلاقة بين النمط الجسمي والاغتراب النفسي للطالبات، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لطبيعة البحث، وتكون مجتمع البحث من طالبات المرحلة الإعدادية وتحديدًا طالبات الصف الخامس الادبي في مدينة الموصل، اما عينة البحث فتكونت من 150 طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية واعتمد الباحثان الوسائل الإحصائية الملائمة للبحث (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل اختبار (T-test)، النسبة المئوية) واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (Spss) في معالجة البيانات.

النمط الجسمي السائد لدى الطالبات هو النمط النحيف، كما أظهرت النتائج ان مستوى الاغتراب الرياضي لدى الطالبات ذوات النمط العضلي والنحيف كان اقل من المتوسط الفرضي للمقياس مما يدل على انخفاض مستوى الاغتراب لديهم، بينما الطالبات ذوات النمط البدني كان مستوى الاغتراب الرياضي لديهم اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس وهذا يدل على ارتفاع مستوى الاغتراب الرياضي لديهم، كما واطهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة بين النمط النحيف والاغتراب النفسي، ووجود علاقة ارتباط موجبة بين النمط العضلي والاغتراب النفسي، ووجود علاقة ارتباط سالبة بين النمط السمين والاغتراب النفسي.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة واهمية البحث:

ان تصنيف الطالبات وفقا لنمط الجسم (بدني، عضلي، نحيف) يعد من الاساليب المهمة في التربية الرياضية، كونها أداة تمكن المدرس من الوصول الى أهدافه من خلال الوقوف على حقيقة الانماط الجسمية لدى الطالبات والتعرف على النمط السائد والتعرف على سلوك كل نمط لدى الطالبات، ويعد مفهوم الاغتراب الرياضي من الانفعالات التي تكون متربطة بشخصية الفرد مما تحدث تأثيرا على علاقته بالممارسة الرياضية وعلى علاقته بالزملاء، وقد يعمل على تكوين آثارا واضحة تتمثل بأفكار غير واقعية وانفعالاته غير المنضبطة إضافة الى شعوره بالعجز عن ممارسة النشاط الرياضي "حيث يعتبر من المفاهيم النفسية المتصلة بشخصية الرياضي ويؤثر في فاعلية استمراره بالتدريب والاشتراك في المنافسة، وقد أولى الباحثون والمختصين في مجال علم النفس الاهتمام بهذا المفهوم وأثبتوا اهميته كظاهرة نفسية واجتماعية تؤثر

بشكل سلبي على الرياضيين في جميع الأنشطة الرياضية⁽¹⁾ ومن أعراض الاغتراب النفسي الشعور بالغربة والوحدة والشعور بالعجز وعدم امتلاك القدرة على التواصل مع الآخرين وضعف العلاقات ، إضافة الى عدم استطاعته البوح عن أفكاره ومشاعره حيث تختلف نسبة الاغتراب النفسي في شدته للرياضي ، وان حصول زيادة في شدته يؤثر بشكل سلبي على النتائج الرياضية ، " فالأشخاص الذين لديهم اغتراب يكونون أكثر عرضة للاضطرابات النفسية، مثل التوتر وارتفاع الضغوط وعدم الرضا والعجز ويكونون منعزلين اجتماعيا وبالتالي يصابون بالإحباط وعدم قدرتهم على تحقيق أهدافهم " ⁽²⁾

2-1 مشكلة البحث:

لاحظ الباحثان ضعف مشاركة بعض الطالبات في درس التربية الرياضية وانعزالهم عن باقي زميلات في الدرس وعدم شعورهم بالأمن النفسي وإضافة الى شعورهن بالوحدة والعزلة مما يضعف توجههم لممارسة النشاط الرياضي ويضعف تفاعلهم مع زميلاتهم ، من هنا بدأت فكرة البحث في التعرف على أنماط الجسم وهل يوجد علاقة مع الاغتراب الرياضي الذي يحدث تلك السلوكيات للطالبات، حيث ان الاشتراك بدرس التربية الرياضية وممارسة النشاط الرياضي والاختلاط مع باقي الزميلات من الأمور المهمة التي من شأنها بناء شخصية الفتاة من النواحي الصحية والاجتماعية والبدنية وبالتالي تهيئتها كعضو فاعل في المجتمع، حيث ان الممارسة الرياضية تجعلها أكثر حزما وذكاء ⁽³⁾

3-1 اهداف البحث:

- التعرف على الأنماط الجسمية السائدة لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- التعرف على درجة الاغتراب النفسي الرياضي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- التعرف على العلاقة بين الأنماط الجسمية للطالبات والاضطراب النفسي الرياضي.

4-1 فرضيات البحث:

- لا يوجد فرق دال احصائيا بين بين نسب توزيع الأنماط على افراد عينة البحث.
- لا يوجد فرق دال احصائي بين متوسطات درجات افراد عينة البحث على مقياس الاغتراب النفسي الرياضي والمتوسط الفرضي للمقياس.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط الجسمي ومتوسط الاغتراب النفسي الرياضي لدى افراد عينة البحث.

5-1 مجالات البحث:

- 5-1-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الإعدادية وتحديد طالبات الصف الخامس الادبي في مدينة الموصل.
- 5-1-2 المجال الزمني: للفترة من 2019/11/3 المصادف الاحد، لغاية 2020/4/22 من يوم الاربعاء.
- 5-1-3 المجال المكاني: القاعات الدراسية لمدارس العينة المختارة.

(1) محمد بن صالح العقبلي (2004): الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، رسالة ماجستير، جامعة الرياض، كلية التربية الإسلامية، ص 45.

(2) نعمان عبد الخالق السيد (1992): الاغتراب وعلاقته بالعصابية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة، مجلة علوم التربية، اسبوط، المجلد الأول، العدد، 8، ص 174.

(3) مروان عبد المجيد إبراهيم (2004): الرياضة للجميع، مكتب دار الثقافة، عمان، ص 13.

6-1 تحديد المصطلحات

- **النمط الجسمي:** هو تحديد كمي للمكونات الثلاثة الأساسية للجسم التي تحدد الشكل الخارجي للجسم، ويعبر عنه بثلاث ارقام متتالية، الرقم الأول يشير الى السمنة والرقم الثاني يشير الى النمط العضلي، والمؤشر الثالث يشير الى مكون النحافة⁽¹⁾
- **وعرفوها الباحثان:** هو عملية تصنيف الطالبات على أساس مكون النمط الجسمي بتحديد قيم لكل نمط بطرق علمية معتمدة.
- **الاغتراب النفسي:** ظاهرة اجتماعية نفسية ومشكلة إنسانية عامة سوية مقبولة حيناً ومرضية معوقة حيناً آخر شائعاً في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظم والايديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والتكنولوجي كما إنها تعد أزمة معاناة للإنسان المعاصر وان تعددت الأسباب ومصادرها⁽²⁾
- **وعرفوها الباحثان:** بانه انفصال الطالبة عن الممارسة الرياضية بسبب اعتقادها إزاء ما يمتلكه من قدرات وشعوره بالغربة والانعزال وتفكيره بالخوف ونقص تقدير الذات مما يؤدي إلى عدم اشتراكه بالنشاط الرياضي.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

1-2 الدراسات النظرية:

1-2 النمط الجسمي

النمط " صنف من الناس يشتركون في الصفات رغم اختلافهم عن بعضهم في درجة اتسامهم بهذه الصفات"⁽³⁾ والنمط الجسمي هو "الشكل العام للجسم يتحدد من خلال مجموعة من القياسات المعيارية"⁽⁴⁾ "وهو محاولة لتقويم البناء البيولوجي الداخلي للشخص عن طريق البنين الجسمي"⁽⁵⁾

2-1-2 تصنيفات أنماط الجسم

هناك العديد من المحاولات الجادة لتصنيف اغلبها تبنى على أساس ابعاد الجسم الثلاثة (النحافة، العضلية، السمنة) وحسب تصنيف العلماء فهناك ثلاثة أنماط جسمية أساسية:

النمط النحيل (النحيف):

سماتها النحافة وضعف البنية، ويتميز اصحابه بانه يكون طويل أو متوسط القامة ووزنه اقل من المطلوب اما الكتفان فيكونان نحيفان وضيقان والرأس كبير نوعاً ما والوجه نحيف مع بروز الأنف وطول الرقبة والصدر طويل وضيق مع استدارة الكتفين والجلد يبدو كما لو كان فوق العظام، ضعف وصغر العضلات والأطراف رقيقة وطويلة، اما الإناث تكون اقل نحافة من الذكور.⁽⁶⁾

⁽¹⁾ Karpovich , **singing : physiology of muscular activity third** .. w ..b saunders , co, Philadelphia , 1971, p 295.

⁽²⁾ جواد محمود الشيخ (2005): الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير، جامعة غزة، كلية التربية، ص 37.

⁽³⁾ احمد عزت راجح (1967): أصول **علم النفس**، ط10، الاسكندرية، مطابع روز اليوسف، ص442.

⁽⁴⁾ عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون (1977): **تربية القوام**، القاهرة، دار الفكر العربي، ص71.

⁽⁵⁾ أسامة كامل راتب (1999): **النمو الحركي – مدخل للنمو المتكامل للطفل المراهق**، القاهرة، دار الفكر العربي، ص138.

⁽⁶⁾ محمد صبحي حسنين (2003): **القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية**، ط5، القاهرة، دار الفكر العربي، ص85-87.

النمط العضلي (الرياضي):

يتميز هذا النوع بالقوة وتسود فيها العظام والعضلات ويكون صلب في المظهر الخارجي القامة متوسطة او طويلة وتكون العضلات قوية ومتناسقة مع اتساع الكتفين والصدر، نحيف الخصر، والأطراف تكون طويلة مع كبر وسماكة العظام ونمو وتناسق العضلات اما عظام الوجه فتكون بارزة وطول الرقبة مع عرض الاكتاف وظهور عضلاتها، وظهور عظم الترقوة، كبير اليدين وطويل الأصابع، الارجل متناسقة، الأرداف ثقيلة وقوية، الذراعين والساقين مكسوتين بالعضلات وسماكة وخشونة الجلد.⁽¹⁾

النمط المكتنز (البدني):

يتصف أصحاب هذا النمط بالاستدارة التامة ، حيث ان الشخص الذي يعطى تقديراً عالياً في هذا النمط يكون بدين الجسم مترهلاً ، ويتميز بالرخاوة ، قصير او متوسطاً في القامة مع كبر حجم الرأس واستدارته و سمنة الأطراف وتكون صفتها الامتلاء وعدم وجود العضلات القوية مع قصر الرقبة و الأكتاف تكون ضعيفة مع تضخم التجويف البطني والصدرى ، وتكون اجهزة الهضم أكثر نمو مقارنة مع باقي أجهزة الجسم مع تراكم الدهون في المناطق المختلفة اما بالنسبة للإناث يتزايد تراكم الدهون في الصدر والأرداف ، مع أستمرار نمو الثديين بسبب ترسب الدهون ويظهر الجسم بشكل كمثري.⁽²⁾

2-1-3 طرق تقدير أنماط الأجسام:

هناك طرق عدة لتقدير أنماط الاجسام، والطريقة الاقدم هي التصوير الفوتوغرافي (شيلدون)، وتطورت الطرق ووصلت لدرجة عالية من الدقة في التقدير ومن أهمها وأكثرها شيوعاً مؤشر دليل الوزن كمؤشر للعالم الياباني (هيراتا) والتي اعتمدها الباحث في الدراسة الحالية: **مؤشر الوزن كدليل:** وضع هذا المؤشر العالم الياباني (هيراتا) حيث تمكن من تقدير نمط الجسم بدلالة الطول والوزن باستعمال المعادلة الآتية:⁽³⁾ وتعتمد على الطريقة التالية:

- الطول بالسنتيمتر.
- الوزن بالكيلو غرام.
- معدل الطول ناقص الوزن.

$$\text{دليل الوزن (F)} = 1000 \times \frac{\text{الوزن (كغم)}^3}{\text{الطول (م)}}$$

وعن طريق حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجتمع المدروس تمكن (هيراتا) من وضع ثلاثة مستويات تمثل (النحافة، العضلية، السمنة).

(1) مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري (2003): القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ص245-247.

(2) ريسان خريبط مجيد (1989): موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ج2، البصرة، مطابع التعليم العالي، ص247.

(3) محمد صبحي حسانين (1987): التقييم والقياس في التربية البدنية، ج3، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، ص119.

الجدول (1)
يبين مستويات أنماط الجسم

المستوى	المستوى
22.5 فأقل	النفافة
24.6 — 22.6	العضلية
24.6 فأكثر	السمنة

2-1-4 مفهوم الاغتراب النفسي:

يتعرض الرياضيون الى ظاهرة الاغتراب النفسي والتي تصيب عدداً ليس بالقليل منهم فتنعكس على مشاركتهم الرياضية مما يؤدي الى حرمان المجتمع الرياضي من طاقاتهم وامكانياتهم التي يمكن توظيفها لتحقيق الإنجاز الرياضي⁽¹⁾ و الاغتراب يعتبر ظاهرة نفسية يصاب بها الرياضي ويشعر خلالها بالوحدة والاحباط والضياع وعدم الإحساس بالمجتمع الذي يعيش فيه مما يؤدي الى انفصاله عن نفسه وعن زملائه ، إضافة الى شعوره بالقلق والتشاؤم وعدم الثقة بالتنفس ويعاني من ضغوط نفسية وفقدان القدرة على التحكم أو التأثير في مجريات لأمر خاصة به وبالمجتمع ولقد استخدم مصطلح الاغتراب النفسي في أكثر من مجال من مجالات البحث والدراسة ، ولكن هناك حقيقة واحدة هي الانفصال وفقدان العلاقة بين الفرد والآخرين⁽²⁾ ويحدث نتيجة نقص في عدد التعزيزات الايجابية وأنواعها ويشكل لدى الرياضي الإحباط الناشئ عن اضطراب نظام الاستجابة الذي تلقى تعزيزاً من بيئة اجتماعية معينة ، ويشعر الشخص المصاب بالاغتراب انه لا يجد من يتحدث إليه لأن سلوكه لا يخلق تأثيراً يذكر ، فالاغتراب قد ينشأ بسبب فقدانه للأشخاص الذين يقومون بدور التعزيز الإيجابي مما يترك تأثيراً عميقاً ويعمم إلى أشكال أخرى من السلوك⁽³⁾

2-1-5 النظريات التي فسرت الاغتراب النفسي

نظرية التحليل النفسي (فرويد) وتقول هذه النظرية ان من داخل الكائن الحي تتبع طاقة تسعى لتحقيق الرغبة وإشباع لذة وغير محكومة بقوانين العقل أو المنطق، ليست ذا قيم أو أخلاق ولا يدفعها إلا هدف واحد وهو إشباع الحاجة على وفق مبدأ اللذة، ولكن هذه الرغبات لا تؤدي أداؤها لوحدها بل لها ما ينظم عملها وهو (الأنا والانا الأعلى) هو الذي ينظم عملية التفاعل مع العالم الخارجي، فإذا قامت الأنا بدورها بحكمة واتزان يسود الانسجام والاستقرار النفسي⁽⁴⁾

2-1-6 الاغتراب في المجال الرياضي:

ان المجال الرياضي شهد من المتغيرات في عدة مجالات ومنها المجال المعرفي والتكنولوجي الذي احدث تغير في الكثير من النظريات المستخدمة في هذا المجال مما ترتب عليه تغيير طريقة التعامل مع الرياضي وان حدوث الاغتراب لدي الرياضيين سببه عدم وجود التعزيزات الايجابية من قبل المدربين أي إن الاغتراب ينشأ نتيجة انخفاض تقديرات الذات والشعور بالنقص و الخوف من الفشل وعدم الشعور بالأمن النفسي قل توجهه نحو النشاط الرياضي، في حين اذا ما شعر الرياضي بالأمن النفسي والطمأنينة ازداد توجهه نحو الممارسة الرياضية وهنا لا يعاني من الاغتراب النفسي ، والاغتراب كظاهرة أخذت في التزايد بين الرياضيين فيجب تحديدها باعتبارها متفاعلة مع العديد من العوامل النفسية والاجتماعية مما يجعل الامر

(1) كامل عبود حسين(2008) : بناء وتقنين مقياس الاغتراب للرياضيين، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ص 24.

(2) حبيب الشاروني (1979): الاغتراب في الذات، الكويت، مجلة عالم الفكر، المجلد العاشر، العدد الأول، ص 118.

(3) رجال (2007): الاغتراب وعلاقته بالتماسك الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، ص 61.

(4) السيد علي شتا (1984): نظرية الاغتراب، الرياض، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع، ص 36.

ضروري النظر الى هذه الظاهرة من خلال منظومة اجتماعية تعتمد على العلاقة الإيجابية التبادلية مع الرياضي (5).

2-2 الدراسات المشابهة:

دراسة أوديد عوديشو اسي 2000 " الأنماط الجسمية السائدة لدى لاعبي عدد من المنتخبات الوطنية العراقية وعلاقتها بالسمات الشخصية " هدفت الدراسة الى التعرف على النمط الجسمية السائدة للاعبي المنتخبات الوطنية العراقية للرجال والتعرف على العلاقة بين مكونات النمط الجسمي والسمات الشخصية ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطريقة المسح ، اما عينة البحث فتكونت كمن لاعبي منتخبات (الجمناستك ، التنس ، الريشة ، السباحة ، المبارزة ، المصارعة ، الساحة والميدان التايكواندو ، الكاراتيه ، الجودو) وتكونت العينة من 148 لاعبا ، اما الوسائل الإحصائية فقد استخدمت الباحثة الوسط الحسابي والانحراف المعياري و معمل الارتباط ومربع كاي ، كوسائل إحصائية ، اما وسائل جمع البيانات فقد استخدمت الباحثة طريقة (هيت كارتر) الانثربومترية لإيجاد الأنماط الجسمية ومقياس (فرايبورج) لأنماط الشخصية وتوصلت الباحثة الى تحديد الأنماط الجسمية السائدة لدى الفرق الداخلة ضمن عينة البحث ووجود ارتباط سالب ووجود ارتباط سالب بين النمط السمين وسمة العدوانية وارتباط موجب بين النمط النحيف وسمة العدوانية.

دراسة جلال كامل محمد الدوسكي 2002 " الأنماط الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة " تهدف الدراسة الى التعرف على الأنماط الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة والتعرف على علاقة الأنماط الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة وتم استخدام المنهج الوصفي بالطريقة الارتباطية ، حيث تكونت العينة من 48 لاعب يمثلون اندية (سنحاريب ، اكد ، دهوك ، اسو، اربيل) ، اما جمع البيانات فقد شملت ، قياس مكونات النمط الجسمي بطريقة هيت كارتر ، ثم استخراج الأنماط الجسمية السائدة فضلا عن اختبارات عناصر اللياقة البدنية ، وتوصلت نتائج البحث الى ان اندية دهوك واربيل هو النمط العضلي. (1)

3- منهج البحث وأجر آته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

أستعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الارتباط كونه مناسباً لطبيعة هذه الدراسة وأهدافها، حيث انه يسعى الى "تحديد العلاقة بين متغيرين او أكثر قابلين للقياس، ومعرفة العلاقة بينهما" (2)

2-3 مجتمع البحث وعينته

حدد الباحثان مجتمع البحث والمتمثل بطالبات المرحلة الإعدادية وتحديدًا طالبات الصف الخامس الادبي في مدينة الموصل للعام الدراسي 2019-2020، حيث تم زيارة 18 مدرسة من أصل 25 بما يشكل 72% ،موزعة على جانبي المدينة الايمن والايسر، وتكونت عينة البحث الفعلية من 150 طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

(5) محمد خضير عبد المختار (1998): الاغتراب والتطرف نحو العنف دراسة نفسية اجتماعية، القاهرة، دار غريب، ص 60.

(1) جلال كامل محمد الدوسكي (2002): الأنماط الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة، رسالة ماجستير، جامعة صلاح الدين.

(2) محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب (1999): البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ص103.

الجدول (2) يوضح اعداد عينة البحث والمدارس المختارة

ت	المدرسة	المرحلة الدراسية	عدد الطالبات	النسبة المئوية
1	بلميس للبنات	الخامس الابتدائي	9	6.00%
2	الاصمعي للبنات		7	4.67%
3	قرطبة للبنات		9	6.00%
4	الزهور للبنات		8	5.33%
5	المتميزات للبنات		8	5.33%
6	الرسالة للبنات		8	5.33%
7	الموصل للبنات		9	6.00%
8	موصل الجديدة للبنات		9	6.00%
9	الفراتين للبنات		10	6.67%
10	اليقظة للبنات		7	4.67%
11	التحرير للبنات		8	5.33%
12	مشيرفة الثانية		7	4.67%
13	حمص للبنات		8	5.33%
14	موتة للبنات		9	6.00%
15	الطلانح للبنات		9	6.00%
16	ابن الاثير للبنات		9	6.00%
17	الحرية للبنات		7	4.67%
18	نينوى للبنات		9	6.00%
المجموع	18 مدرسة		150	100.00%

3-3 وسائل جمع البيانات

لغرض التعرف على الأنماط الجسمية والاعتراب النفسي الرياضي لأفراد عينة البحث استخدم الباحثان الوسائل الاتية:

- الملاحظة.
- الاستبيان.
- المقابلة.
- ميزان لقياس الكتلة.
- حائط مدرج لقياس الطول.
- وتم إجراء القياسات الجسمية (الطول، الوزن) التي سوف يعتمد عليها الباحث في عملية تصنيف الطالبات حسب أنماطهم الجسمية، والذي يعتمد المؤشر المنوه عنه آنفاً

3-4 مقياس الاعتراب النفسي

استخدم الباحثان مقياس الاعتراب النفسي للرياضيين⁽¹⁾، ملحق (2) أعده كامل عبود حسين، مقياس مقنن يتكون من 48 فقرة، (إيجابية، سلبية) تتمثل في 6 مجالات، ويتم تصحيح المقياس وفق 5 بدائل، حيث تعطى الدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) لل فقرات الإيجابية و الدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) لل فقرات السلبية ، وتتكون بدائل الإجابة من (موافق بشدة ، موافق ، موافق أحياناً ، غير موافق ، غير موافق بشدة) ، أقل درجة للمقياس هي 48 ، بينما أعلى درجة للمقياس هي 240 ، تجمع درجات كل مكون للتعرف على متوسط

(1) كامل عبود حسين (2008): بناء وتقنين مقياس الاعتراب لدى بعض رياضيي الألعاب الفردية والفرقية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

درجات الطالبات في الاغتراب النفسي ، كلما زاد المتوسط الحسابي للطالبات قل شعورهم بالاغتراب، وكلما قلت قيمة الوسط الحسابي كلما زاد الشعور بالاغتراب النفسي.

3-5 صدق المقياس:

الصدق امكانية قياس الاختبار للظاهرة المطلوب قياسها يكون الاختبار صادقاً حينما يقيس ما وضع من اجله⁽¹⁾ وتم تصميم استبيان لغرض التعرف على صدق المقياس وعرضه على الخبراء ملحق (1) لغرض بيان مدى قدرة وصلاحيه المقياس لقياس ما وضع من اجله، وتم اتفاق الخبراء بنسبة %100 وهذا يدل على صدق المقياس.

3-6 ثبات المقياس:

الثبات يعتبر من المفاهيم الأساسية التي يجب ان تتوفر في المقياس لكي يكون صالحاً للاستخدام⁽²⁾ وهو مؤشر على دقة المقياس ومدى اتساق فقراته⁽³⁾ يشير الثبات إلى اتساق لدرجات فقرات المقياس التي يجب ان تقيس ما وضعت لأجل قياسه، وتم التوصل الى حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة الفاكرومباخ، تستعمل هذه الطريقة لحساب الثبات ويفضل استعمالها عندما يكون الهدف تقدير معامل ثبات مقاييس الجوانب الشخصية والوجدانية لأنها تشتمل على مقاييس متدرجة لا يوجد بها إجابة صحيحة وأخرى خاطئة⁽⁴⁾ ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة (الفاكرونباخ) على درجات أفراد عينة الثبات البالغ عددهم (6) لاعباً، فكانت قيمة معامل ثبات المقياس (0.79). وهو مؤشر على أن معامل ثبات المقياس جيد.

3-7 التجربة الرئيسية للبحث

تمت تجربة البحث الرئيسية في يوم الثلاثاء المصادف 2020/3/24 توزيع الاستمارات على عينة البحث وتمت الإجابة من قبل الطالبات، ثم قام الباحثان بجمع الاستمارات.

3-8 الوسائل الإحصائية

لتحقيق متطلبات البحث، استخدام الباحثان الوسائل الإحصائية التي تم معالجتها عن طريق الحاسوب وعن طريق الحقيبة الإحصائية الـ (SPSS).
الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط (بيرسون)، (T-test) لعينة واحدة.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 سعى الباحثان الى تحقيق الهدف من خلال التحقق من الفرضية الأولى التي نصت على التعرف على الأنماط الجسمية السائدة للطالبات.

(1) علاوي، محمد حسن ورضوان محمد نصر الدين (2000): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، ص278.

(2) مصطفى محمود الإمام وآخرون (1990): التقويم والقياس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، ص143.

(3) (Cracker, L. & Algiam, J. (1986): Introduction to Classical and Modern test Theory, New York:(BS) College Publishing ,p 125.

(4) سوسن شاكر الجلي، (2005) : أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية. ط1، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع، دمشق، سوريا.

الجدول (3)

الوصف الاحصائي لمكونات الجسم والنمط السائد والنسب المئوية للطالبات

النسبة المئوية	العدد	النمط الجسمي
44.67%	67	النحيل (النحيف)
30.00%	45	العضلي(الرياضي)
25.33%	38	المكتنز(السمين)
100.00%	150	المجموع

أظهرت النتائج في الجدول (3) ان الأنماط الجسمية موزعة بشكل متباين على افراد عينة البحث، اذ تبين ان النمط السائد هو النمط النحيف يليه النمط العضلي ثم النمط السمين. 2-4 لتحقيق الهدف جرى اختبار صحة الفرضية الثانية التي نصت على التعرف على مستويات الاغتراب النفسي لدى الطالبات.

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط الفرضي وقيمة (t) ومستوى

الدلالة ودلالة الفروق لمقياس الاغتراب النفسي الرياضي لدى الطالبات.

نمط الجسم	س-	±ع	المتوسط الفرضي	(t) المحتسبة	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
النحيل (النحيف)	89.71	9.85	144	- 41.261	0.000	معنوي
العضلي(الرياضي)	87.26	9.72		- 44.052	0.000	معنوي
المكتنز(السمين)	169.33	6.11		26.864	0.000	معنوي

عند نسبة خطأ $0.05 \geq$ ودرجات الحرية 66، 44، 37 لأنماط الجسم (النحيف ، العضلي ، السمين) بلغت الأوساط الحسابية على التوالي 89.71 ، 87.26 ، 169.33 و بانحرافات المعيارية 9.85 ، 9.72 ، 6.11 وعند المقارنة مع الوسط الفرضي البالغ 144 ظهرت قيمة (t) المحتسبة -41.261 ، -44.052 ، 26.864 وبلغ مستوى الدلالة 0.000 ، 0.000 ، 0.000 وبما ان قيمة مستوى الدلالة أصغر من قيمة الدلالة المعتمدة ، فهو دلالة على وجود فرق ذات دلالة معنوية ولصالح المتوسط الفرضي للنمط النحيل والعضلي ، مما يدل على انخفاض مستوى الاغتراب النفسي الرياضي لدى الطالبات ، اما النمط السمين فهناك فروق ذات دلالة معنوية ولصالح المتوسط الحسابي مما يدل على ارتفاع مستوى الاغتراب النفسي الرياضي لديهم .

4-3 لتحقيق الهدف جرى التحقق من الفرضية الثالثة التي نصت على التعرف على العلاقة بين الأنماط الجسمية للطالبات والاعتراب النفسي الرياضي.
الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمكون النمط الجسمي ويبين العلاقة ما بين

النمط الجسمي والاعتراب النفسي الرياضي

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	الارتباط	الاعتراب الرياضي		النمط الجسمي		النمط الجسمي
			ع±	س-	ع±	س-	
معنوي	10.00	0.421** -	9.85	89.71	841.	9107.0	النحيل (النحيف)
معنوي	0.000	0.4- **24	9.72	87.26	2.09	6199.	العضلي(الرياضي)
معنوي	0.001	**770.4	6.11	169.33	7.44	66.30	المكتنز(السمين)

عند نسبة خطأ $0.05 \geq$ بلغت الأوساط الحسابية لمكون الأنماط الجسمية (النحيف ، العضلي ، السمين) على التوالي 107.09 ، 99.61 ، 66.30 و بانحرافات المعيارية 1.48 ، 2.09 ، 7.44 اما الأوساط الحسابية للاعتراب النفسي فبلغت على التوالي 89.71 ، 87.26 ، 169.33 و بانحرافات معيارية 9.85 ، 9.72 ، 6.11 وعند تطبيق العلاقة بينهما بلغت قيمة الارتباط على التوالي -0.421 ، 0.424 وبلغ مستوى الدلالة 0.001 ، 0.000 ، 0.001 وبما ان قيمة مستوى الدلالة أصغر من قيمة الدلالة المعتمدة، فهو دلالة على وجود ارتباط ما بين النمط الجسمي والاعتراب النفسي .

من خلال تحليل البيانات باستخدام معامل الارتباط بيرسون أظهرت النتائج ان هناك علاقة بين نمط الجسم والاعتراب النفسي الرياضي.

- وجود ارتباط معنوي سالب بين النمط النحيف والاعتراب النفسي الرياضي وهذا يشير الى ان مستوى الاعتراب النفسي الرياضي يقل عند قيم ذلك النمط، وهذا يدل على امتلاكهم تقدير للذات وثقة بالنفس وقدرتهم على الاندماج بالمجتمع الرياضي.

- وجود ارتباط معنوي سالب بين النمط العضلي والاعتراب النفسي الرياضي وهذا يشير الى ان قيم النمط العضلي يقلل من الاعتراب النفسي الرياضي، حيث ان الصفة العضلية لديهم انعكست بشكل إيجابي مما جعلتهم يتمتعون بتقدير ذات عالي ومستوى عالي من الثقة بالنفس وقادرين على التحكم بالضغوط النفسية ومندمجين في المجتمع ويؤثرون فيه وقادرين على ادارة مجريات الأمور بشكل جيد.

- وجود ارتباط معنوي موجب بين النمط السمين والاعتراب النفسي الرياضي وهذا يشير الى ان مستوى الاعتراب يزيد مع ارتفاع قيم ذلك النمط، حيث ان الزيادة في الوزن أثرت على الطالبات بشكل سلبي من خلال شعورهم بالعزلة وفقدان الثقة بالنفس وعدم الإحساس بالمجتمع الذي يعيش فيه وفقدان القدرة على التحكم أو التأثير في مجريات أمور خاصة به وبالمجتمع الامر الذي أدى الى انفصال الطالبات عن أنفسهم وعن زميلاتهم وهذا سببه ارتفاع مستوى الاعتراب الرياضي لديهم.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

- النمط الجسمي السائد لدى طالبات المرحلة الإعدادية وتحديدًا طالبات الصف الخامس الأدبي في مدينة الموصل هو النمط النحيف.
- انخفاض مستوى الاغتراب النفسي لدى النمط الجسمي العضلي والنحيف، وارتفاعه لدى النمط السمين.
- يرتبط النمط النحيف بالاغتراب النفسي الرياضي بشكل إيجابي.
- يرتبط النمط العضلي مع الاغتراب النفسي الرياضي بشكل إيجابي.
- يرتبط النمط السمين مع الاغتراب النفسي الرياضي بشكل سلبي.

2-5 التوصيات:

- التوعية المستمرة على الاهتمام بالقوام السليم للطالبات.
- الاهتمام بالنمط السمين من خلال وتقديم النصح والارشادات عن طريق التغذية الصحية وممارسة النشاط الرياضي لما ظهر له من تأثير على سلبي على الطالبات.

المصادر

- احمد عزت راجح (1967): أصول علم النفس، ط10، الاسكندرية، مطابع روز اليوسف.
- أسامة كامل راتب (1999): النمو الحركي – مدخل للنمو المتكامل للطفل المراهق، القاهرة، دار الفكر العربي.
- جلال كامل محمد الدوسكي (2002): الأنماط الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة، رسالة ماجستير، جامعة صلاح الدين.
- جواد محمود الشيخ (2005): الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير، جامعة غزة، كلية التربية.
- حبيب الشاروني (1979): الاغتراب في الذات، الكويت، مجلة عالم الفكر، المجلد العاشر، العدد الأول.
- رجال (2007): الاغتراب وعلاقته بالتماسك الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.
- سوسن شاكر الجلي، (2005): أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية. ط1، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع، دمشق، سوريا.
- السيد علي شتا (1984): نظرية الاغتراب، الرياض، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون (1977): تربية القوام، القاهرة، دار الفكر العربي.
- كامل عبود حسين (2008): بناء وتقنين مقياس الاغتراب لدى بعض رياضيي الألعاب الفردية والفرقية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- كامل عبود حسين (2008): بناء وتقنين مقياس الاغتراب للرياضيين، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- محمد بن صالح العقيلي (2004): الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، رسالة ماجستير، جامعة الرياض، كلية التربية الإسلامية.

- محمد حسن علاوي ورضوان محمد نصر الدين (2000): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب (1999): البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- محمد خضير عبد المختار (1998): الاغتراب والتطرف نحو العنف دراسة نفسية اجتماعية، القاهرة، دار غريب.
- محمد صبحي حسانين (1987): التقويم والقياس في التربية البدنية، ج3، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، ص119. ريسان خريبط مجيد (1989): موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ج2، البصرة، مطابع التعليم العالي.
- محمد صبحي حسانين (2003): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط5، القاهرة، دار الفكر العربي.
- مروان عبد المجيد إبراهيم (2004): الرياضة للجميع، مكتب دار الثقافة، عمان.
- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري (2003): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- مصطفى محمود امام وآخرون (1990): التقويم والقياس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
- نعمان عبد الخالق السيد (1992): الاغتراب وعلاقته بالعصابية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة، مجلة علوم التربية، اسبوط، المجلد الأول، العدد، 8.

References

- Ahmed Ezzat Rageh (1967): The Origins of Psychology, 10th Edition, Alexandria, Rose Al-Youssef Press.
- Osama Kamel Ratib (1999): Motor Development - An Introduction to the Integrated Development of the Adolescent Child, Cairo, Arab Thought House.
- Jalal Kamel Mohammed Al-Dosky (2002): Physical patterns and their relationship to some elements of physical fitness and offensive skill in basketball, Master's thesis, University of Salah al-Din.
- Jawad Mahmoud Al-Sheikh (2005): Psychological alienation and its relationship to mental health among students of the Palestinian University College, Master's Thesis, University of Gaza, College of Education.
- Habib Al-Sharouni (1979): Alienation in the Self, Kuwait, Alam Al-Fikr Magazine, Volume Ten, Number One.
- Men (2007): Alienation and its relationship to social cohesion among university students, a master's thesis, College of Arts, Al-Mustansiriya University.

- Sawsan Shaker Chalabi, (2005): The basics of building psychological and educational tests and measures. 1st floor, Aladdin Foundation for Printing and Distribution, Damascus, Syria.
- Mr. Ali Sheta (1984): The Theory of Alienation, Riyadh, Dar Alam Al-Kutub for Publishing and Distribution.
- Abbas Abdel-Fattah Al-Ramli and others (1977): Structure education, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Kamel Abboud Hussein (2008): Building and codifying the alienation scale for some individual and team sports athletes, PhD thesis, College of Physical Education, University of Baghdad.
- Kamel Abboud Hussein: (2008) Constructing and Codifying the Alienation Scale for Athletes, PhD thesis, College of Physical Education, University of Baghdad.
- Muhammad bin Saleh Al-Aqili (2004): Alienation and its relationship to psychological security, MA thesis, University of Riyadh, College of Islamic Education.
- Muhammad Hassan Allawi and Radwan Muhammad Nasr al-Din (2000): Measurement in Physical Education and Sports Psychology, 2nd Edition, Dar al-Fikr al-Arabi, Cairo.
- Muhammad Hassan Allawi, Osama Kamel Ratib (1999): Scientific Research in Physical Education and Sports Psychology, Arab Thought House, Cairo.
- Muhammad Khudair Abdel Mukhtar (1998): Alienation and extremism towards violence, a psychosocial study, Cairo, Dar Gharib.
- Muhammad Sobhi Hassanein (1987): Evaluation and Measurement in Physical Education, Volume 3, Edition 2, Cairo, Arab Thought House, p. 119. Raysan Khribit Majeed (1989): Encyclopedia of Measurements and Tests in Physical Education and Sports, Volume 2, Basra, Higher Education Press.
- Muhammad Sobhi Hassanein (2003): Measurement and evaluation in physical and sports education, 5th edition, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Marwan Abdul Majeed Ibrahim (2004): Sports for All, House of Culture Office, Amman.
- Marwan Abdul Majeed and Muhammad Jassim Al-Yasiri (2003): Measurement and Evaluation in Physical and Sports Education, 1st Edition, Amman, Al-Warraaq Publishing and Distribution Corporation.

- Mustafa Mahmoud Imam and others (1990): Evaluation and Measurement, Ministry of Higher Education and Scientific Research, University of Baghdad.
- Noaman Abdel-Khaleq El-Sayed (1992): Alienation and its relationship to neuroticism and motivation for achievement among university students, Journal of .Education Sciences, Assiut, Volume 1, Issue, 8
- Cracker, L. & Algiam, J. (1986): Introduction to Classical and Modern test . p 125. 'New York:(BS) College Publishing 'Theory
- Karpovich (1971): **singing: physiology of muscular activity third**. w. b sound ers co, Philadelphia.
- Cracker, L. & Algiam, J. (1986): Introduction to Classical and Modern test p 125. 'New York:(BS) College Publishing 'Theory
- Karpovich (1971): **singing: physiology of muscular activity third**. w. b sound ers co, Philadelphia.

الملحق (1)

أسماء الخبراء الذين تم الاستعانة بأرائهم في البحث

مكان العمل	التخصص	أسماء السادة الخبراء	ت
التربية الرياضية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.د.نغم محمود العبيدي	1
التربية الرياضية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.د.مؤيد عبد الرزاق	2
التربية الأساسية /جامعة الموصل	قياس وتقويم	أ.د.سعد فاضل	3
التربية الرياضية /جامعة الموصل	قياس وتقويم	أ.د. مكي محمود حسين	4
تربية بنات / جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.م.د.نبراس يونس محمد	5
التربية الأساسية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.م.د.ثامر محمود ذنون	6
التربية الرياضية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.م.د.عصام محمد رضا	7
التربية الرياضية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.م.د.رافع إدريس	8
التربية الرياضية /جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	أ.م.د.وليد ذنون يونس	9
التربية الرياضية /جامعة الموصل	قياس وتقويم	أ.م.د.سبهان محمود	10
التربية الأساسية /جامعة الموصل	قياس وتقويم	د. احمد هشام	11

ملحق رقم (2)

عزيرتي الطالبة:

أدناه مقياس الاغتراب الرياضي، يرجى قراءة الفقرات بدقة والاجابة باختيار أحد البدائل لكل فقرة.
ملاحظة: عدم كتابة الاسم على الاستبيان، وستحظى المعلومات بسرية وهي لأغراض البحث العلمي فقط.
ضع علامة (✓) في الحقل الذي ترينه مناسباً وامام كل فقرة.

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	موافق أحيانا	غير موافق	غير موافق بشدة
1	اشعر بانعدام التواصل بيني وبين الرياضيين الآخرين					
2	أكره الاختلاط بالرياضيين الآخرين					
3	اشعر بالوحدة والعزلة وأنا بين زملائي الرياضيين					
4	لا اشعر بتواجدي مع أفراد أسرتي رغم اني أعيش معهم					
5	استفيد من الرياضة في تكوين علاقات اجتماعية					
6	اندمج بسهولة مع زملائي الرياضيين بعد فترة انقطاع طويلة					
7	اعمل على تكوين علاقات جديدة داخل الوسط الرياضي					
8	اشعر بالسعادة عندما أكون مع زملائي الرياضيين					
9	أحب المنافسات والمهرجانات الرياضية لأنها تقربني من الرياضيين					
10	أتمالك نفسي عندما يوجه لي النقد من قبل مدربي والرياضيين					
11	من الصعب إن اشعر بالأمن والطمأنينة هذه الأيام					
12	تمتلكني الرغبة في التمرد على القيم والمبادئ الرياضية السائدة الآن					
13	التزم بتوجيهات المدرب والمسؤولين الرياضيين					
14	لا أصادق من يخالف قوانين وأنظمة اللعب					
15	أروج للشانعات الرياضية في بعض الأحيان					
16	كثيراً ما أتأخر عن التدريبات الرياضية					
17	اشعر دأنا بالحيوية والنشاط					
18	أؤمن بمبدأ اللامبالاة في التدريبات والمنافسة					
19	اشعر بالعجز في الاعتماد على نفسي في المنافسات الصعبة					
20	يزداد أدائي قوة كلما زادت أهمية المنافسة					
21	اشعر بالعجز عند اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف في التدريب والمنافسة					
22	أتدرب بجهد عالي ولفترات طويلة دون الإحساس بالتعب					
23	ليس لدي الحماس الكافي في التدريب					
24	الفشل المتكرر في المنافسات يجعلني اشعر بالإحباط					
25	تنتابني نوبات من الضجر والملل عند الاشتراك في المنافسة					
26	أحيانا تكون تدريباتي بدون هدف					
27	هدفي أن أكون رياضياً مشهوراً في لعبتي وفي أفضل مستوى رياضي					
28	من السهل عليّ تحديد أهدافي في التدريب					
29	أعيش في عالم عديم الأهمية بالنسبة لي					

					يجب على الرياضي أن يتمسك دائماً بالقيم الرياضية	30
					أضع لنفسي أهدافاً في التدريب لحاول الوصول إليها	31
					المنافسات الرياضية هواية ممتعة لي	32
					اشعر بأن كل شيء له قيمة في هذا الزمان إلا الإنسان	33
					لا اهتم بنتيجة المنافسات التي أشارك فيها	34
					لا توجد معايير اجتماعية واضحة يمكن الاعتماد عليها في الرياضة	35
					أصبحت الحياة الرياضية التي تسودها المادية هي التي توجه الرياضيين	36
					لا اشعر بقيمتي الرياضية في الفريق وبين زملائي الرياضيين	37
					اشعر إن حياتي الرياضية متجددة دائماً ومستعد للمنافسات	38
					إنني متهيئ نفسياً وبدنياً للمنافسة الرياضية	39
					اشعر إن مستقبلي الرياضي غير واضح	40
					إن الطرق الملتوية أسهل لتحقيق النجاح الرياضي	41
					من الأفضل للرياضي أن يكون جريئاً في مواجهة الخصم	42
					أفضل المنافسات التي تظهر تفوقي	43
					لدي القدرة على حسم المنافسة لصالحه	44
					الثقافة الرياضية التي يكتسبها الرياضي تعمل على حل مشكلاتهم الاجتماعية	45
					الثقافة والرياضة ليس كل شيء في الحياة	46
					بعض المسؤولين الرياضيين والمدربين يجبرونني على الكذب لإرضائهم	47
					استمتع بالعلاقات الجيدة مع الرياضيين الواضحين في أفكارهم	48



Mechanical energy during the back-giant swing(kenmotsu) on parallel bars in gymnastics

THAMER TURKI MANNA^{1*}
Qasim Mohammed Sayah²
MOHIB HAMED RAJA³

1-Tikrit University/ College of Physical Education and Sports Science

2-Basra University / Department of Student Activities

3- Tikrit University / College of Physical Education and Sports Science

Article info.

Article history:

-Received: 7/4/2021

-Accepted:13/6/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- Charts
- Body Contours
- 2D
- Parameters (Skill Spector).

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The purpose of this study is to demonstrate the mechanical energy changes in the whole body, and to determine the muscular work performed by the gymnastic during the back giant swing on parallel bars. The subjects of the study consisted of three players who participated in the 2019 gymnastics World Cup tow Arabs a done turkey. The videos were from the International Gymnastics Federation's website and the camera's frequency was 25 frames per second and vertical at the spatial level. The analysis was two-dimensional by the biomechanical program (Skill Spector). The results indicated that the low mechanical energy of the whole body is due to the friction between the hands of the gymnast and the two parallel bars, and air resistance. To complete the spin, the player must do a muscle work to compensate for these energy losses. So total mechanical energy changes with the relationship between energy loss and muscular work.

* Corresponding Author: mr.thamer2017@tu.edu.iq Tikrit University / College of Physical Education and Sports Science

الطاقة الميكانيكية خلال الدائرة الخلفية الكبرى كينموتسو (kenmotsu) على جهاز
المتوازي في الجمباز

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

م.د. ثامر تركي مناع/ جامعة تكريت/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
أ.م.د. قاسم محمد صياح / جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
أ.م.د. محب حامد رجا / جامعة تكريت/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
الخلاصة:

الكلمات المفتاحية
- الرسوم البيانية
- معالم الجسم
- ثنائي الأبعاد
- لبارامترات
- (Skill Spector)

الغرض من هذه الدراسة هو بيان عن تغييرات الطاقة الميكانيكية في الجسم كله، وتحديد العمل العضلي الذي يقوم به لاعب الجمباز خلال الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي. تمثلت عينة الدراسة من ثلاثة لاعبين شاركوا في بطولة كأس العالم للجمباز 2019 عربيان وواحد تركي. مقاطع الفيديو كانت من موقع الاتحاد الدولي للجمباز وكانت سرعة تردد الكاميرا (25) صورة بالثانية وعمودية على المستوى الفراغي. التحليل كان ثنائي الأبعاد بواسطة البرنامج البايوميكانيكي (Skill Spector). أشارت النتائج إلى أن انخفاض الطاقة الميكانيكية للجسم كله هو بسبب الاحتكاك بين أيدي لاعب الجمباز وعارضتي المتوازي، ومقاومة الهواء. فلإكمال الدوران يتعين على اللاعب أن يقوم بعمل عضلي لتعويض هذه الخسائر في الطاقة. لذلك يتغير إجمالي الطاقة الميكانيكية مع العلاقة بين فقدان الطاقة والعمل العضلي.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي في الجمباز الفني للرجال قد ابتكرت لأول مرة في العالم من قبل لاعب الجمباز الياباني إيزو كينموتسو (Eizo Kenmotsu)، في بطولة العالم للجمباز في ستراسبورغ (Strasbourg, 1979)، وتعد الدائرة الخلفية الكبرى عنصر من عناصر الجمباز الفني، يتم تنفيذ معظمها من قبل الرجال في جهاز العقلة، ومن قبل النساء على جهاز مختلف الارتفاعات و يتم تنفيذها أيضاً على جهاز المتوازي للرجال ولكنها تتميز بمسار دائري بين قضيبين متوازيين ممسكين من الداخل، مع ثني الركبتين في وضع معلق قسري بسبب قيود ارتفاع الجهاز ومن ثم تغيير قبضة اليد عند الوصول إلى وضع

الوقوف على اليدين. في السنوات الأخيرة أصبح هذا العنصر أكثر أهمية بسبب إمكانية دمج مع عنصر آخر خاصة مع عناصر الطيران، هذا المزيج مهم لكسب نقاط الجمع للحصول على قيمة صعوبة أعلى للسلسلة الحركية، حيث يقوم لاعبي الجباز بأداء هذا العنصر بدورة كاملة بعد ذلك تم تطوير عدد كبير من المهارات على كل جهاز على مر السنين ويتوقع الأكثر في المستقبل. ورغم أن معظم هذه المهارات هي فريدة من نوعها لكل جهاز ويمكن إجراء بعض التصنيفات واسعة النطاق.

بشكل عام تكون مهارات الجباز من نوع "المرجحة" أو "التوازن" أو "القوة" أو "الهبوط"، أو يمكن تصنيفها على أنها "أساسية" و "ثانوية"، المهارات الأساسية هي المهارات التي تشكل "جوهر" كل سلسلة فردية مثل الدوائر الكبرى، والقلبات، والوقوف على اليدين، إلخ. أما المهارات الثانوية هي المهارات التي تربط بين المهارات الأساسية داخل السلسلة الحركية، مثل الروند اووف، وقفزات اليدين، وقفزات متنوعة. وقد أجريت دراسات سابقة للدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي لتوضيح الخصائص البايوميكانيكية (Tsuchiya, Murata & Fukunaga, 2004, 211)⁽¹⁾، (Prassas & Ariel, 2005, 953)⁽²⁾ لحساب عزم الدوران والقوة المبذولة في المفاصل في أداء الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي وأشاروا أن القوة التي تمارس في امتداد مفصل الكتف وانشاء مفصل الورك والركبة تلعب دوراً أساسياً عند أداء الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز العقلة، وأنه يجب التركيز على تمديد مفصل الكتف بشكل خاص أثناء الأداء.

من هنا جاءت أهمية البحث، إذ على حد علمنا لا يزال يتعين إجراء دراسات حول التحليل البايوميكانيكي للدائرة الخلفية الكبرى على المتوازيين والذي يُعتبر أداءً أساسياً لتحقيق عناصر فنية أكثر صعوبة كما هو مذكور أعلاه وفعالة في توضيح فنية الحركة ليتم استخدامها في التدريب الفعال في الجباز.

1-2 مشكلة البحث:

في الدائرة الخلفية الكبرى يتم تقليل الطاقة الميكانيكية للجسم كله بسبب الاحتكاك بين أيدي لاعب الجباز والمتوازيين ومقاومة الهواء. ولإكمال الدوران يتعين على اللاعب أن يقوم بعمل عضلي أكبر وأسرع لتعويض هذه الخسائر في الطاقة، لذا ارتأى الباحثون تحليل أداء أفضل ثلاثة لاعبين للمهارة قيد الدراسة ممن حصلوا على المراكز الأولى والثانية في بطولات رسمية دولية، إذ يتغير إجمالي الطاقة الميكانيكية مع العلاقة بين فقدان الطاقة والعمل العضلي وبالتالي من أجل تحقيق الدائرة الخلفية الكبرى على المتوازيين من

⁽¹⁾ Tsuchiya, J., Murata, K., & Fukunaga, T. (2004). Kinetic analysis of backward giant swings on parallel bars. *International Journal of Sport and Health Science*, 2, P. 211-221.

⁽²⁾ Prassas, S. & Ariel, G. (2005). Kinematics of giant swings on the parallel bars. In Wang Q. (Eds.). *23 International Symposium on Biomechanics in Sports*: P. 953-955.

المهم أن يكون هناك مقياس دقيق لتغيرات الطاقة الميكانيكية في الجسم كله ، وعلى الرغم من وجود العديد من الدراسات ، إلا أنه لم يتم الإشارة عن تغيرات الطاقة الميكانيكية للجسم كله خلال الدائرة الخلفية الكبرى على المتوازيين.

1-3 هدف الدراسة:

❖ التعرف على تغييرات الطاقة الميكانيكية في الجسم كله وتحديد العمل العضلي الذي يقوم به لاعب الجمناز خلال الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

اعتمد الباحثون المنهج الوصفي لعينة البحث.

2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تمثلت في ثلاثة لاعبين، هم (أحمد أوندر) لاعب جمناز تركي، وذلك في بطولة العالم للجمناز الفني لعام 2019 في شتوتغارت - ألمانيا وفاز بالميدالية الفضية على جهاز المتوازي، واللاعب المصري (محمد عفيفي) في بطولة أفريقيا للجمناز الفني لعام 2018 بناميبيا فاز بالميدالية الذهبية على جهاز المتوازي، واللاعب الجزائري هلال متيجي فاز بالميدالية الذهبية على جهاز المتوازي في بطولة أفريقيا للجمناز الفني لعام 2019 بالرباط ضمن الألعاب الإفريقية - 2019 بالمغرب. ولقد اختار الباحثون عينة التحليل بسبب تميز أداء اللاعبين على جهاز المتوازي، وكانت مواصفات عينة البحث (المتوسط الحسابي \pm الانحراف المعياري)، العمر (22.7 ± 3.7 سنة) ، وزن الجسم (61 ± 2.9 كغم)، الطول (1.7 ± 0.02 متر)، على التوالي.

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

1-3-2 وسائل جمع المعلومات:

المراجع والمصادر الأجنبية، وشبكة الانترنت الدولية، الاختبارات البايوميكانيكية.

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث:

مقاطع فيديو بتردد (25) صورة بالثانية، برنامج التحليل الحركي سكل سبكتور (Skill Spector)،

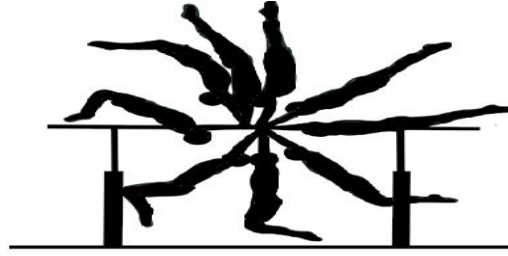
معادلة زوايا التصوير (Prospective Filter)، برنامج (Dartfish 5.5)، برنامج اكسل.

2-4 الإجراءات الميدانية:

1-4-2 معالجة البيانات:

قام الباحثون بإجراء التحليل الحركي ثنائي الأبعاد للأداء الفني لمهارة الدائرة الخلفية الكبرى في يوم الثلاثاء الموافق 2 - 3 - 2021، لمقاطع الفيديو بتردد (25) صورة بالثانية من الكاميرات الخاصة بالاتحاد

الدولي للجمباز حيث تم اختيارها من موقع الاتحاد الدولي للجمباز لبطولة العالم للجمباز الفني لعام 2019 في شتوتغارت - ألمانيا، مقاطع الفيديو تتبع المتطلبات الخاصة للاختبارات البايوميكانيكية حيث إن الكاميرا الملتقطة لهذه المقاطع كانت عمودية على المستوى الفراغي، الفيديو هو مناسب للعمل مع برامج الكمبيوتر. واستخدم نموذج تحليل مكون من (10) نقاط مرجعية تمثل أجزاء جسم اللاعب أثناء مراحل الأداء. تم استخدام برنامج التحليل الحركي سبكتور (Skill Spector) هو تطبيق مصمم ليخدم طريقة بسيطة وعملية لأداء تتبع الحركة وتحليل الفيديو. يوفر إمكانية مقارنة مقاطع الفيديو من خلال تراكبها ويمكنه التعامل مع المصادر ثنائية وثلاثية الأبعاد. بواسطته يمكن حساب المتغيرات الكينماتيكية والكينتيكية والاستفادة من تقنية الرقمنة شبه الآلية لمعالجة مقاطع الفيديو الخاصة بشكل أسرع. بالإضافة إلى حقيقة أنه يمكن إنشاء الرسوم البيانية والرسوم المتحركة (موديل) لمركز الجاذبية من النقاط المتصلة. وكانت المتغيرات المفحوصة في هذا التحليل هي: الزمن يقاس بالثانية وزاوية الكتف والورك والركبة تقاس بالدرجة والطاقة الجاذبية والحركية والدورانية والطاقة الكلية تقاس بال جول. بدأ التحليل من وضع الوقوف على اليدين وتم تقسيم دورة واحدة إلى أربع مراحل كل 90 درجة من الازاحة الزاوية لمركز كتلة الجسم.

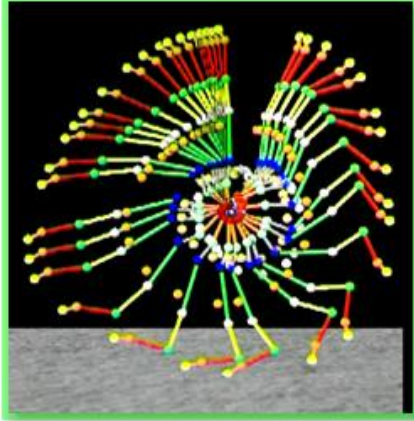


شكل (1) المهارة قيد الدراسة

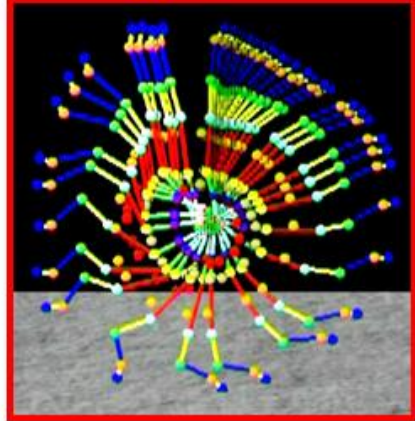
تم استخدام نموذج رياضي مكون من ثمانية أجزاء من الجسم للتحليل الميكانيكي الذي يمثل أجزاء الجسم الفردية، تمثل معالم الجسم المرقمنة من نقاط النهاية لكل مقطع لتكوين نموذج رياضي من ثمانية أجزاء من أجزاء الجسم الفردية وهي القدم والساق والفخذ والجذع والعضد والساعد واليد والرأس. تم استخدام معادلة زوايا التصوير لتجنب أي أخطاء قد تؤثر في نتائج التحليل (Prospective Filter) بسبب القيود المفروضة على موقع الكاميرات أثناء المسابقات العالمية بسبب الطبيعة الفريدة لقيود لاعب الجمباز حيث يتم استخدام طريقة 2D-DLT (أو انتقال خطي مباشر) لتوفير نتائج تحليل دقيقة حتى مع وجود اختلافات في زوايا الصور (Kwon, 2002)⁽¹⁾. وبعد الانتهاء من التحليل تم فلترة البيانات وتحويلها إلى برنامج الأكسل لإنشاء الرسوم البيانية.

(1) Kwon, Y.-H., and Fiaud, V. (2002). Experimental issues in data acquisition in sport biomechanics: camera calibration. In K. E. Gianikellis (ed.). Paper presented at the XXth

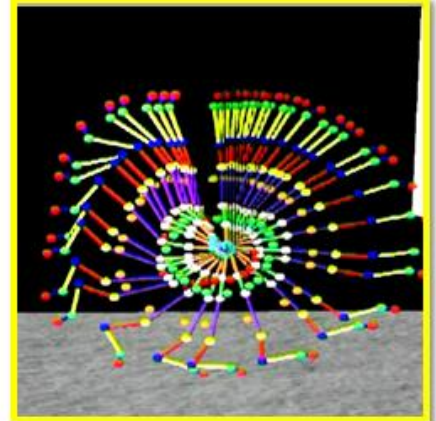
2-4-1-1 الأشكال العصبوية: التسلسل الحركي لمهارة الدائرة الخلفية الكبرى لكافة اللاعبين ومن خلال برنامج التحليل الحركي (Skill Spector). الأشكال العصبوية هو لتوضيح كيف ان اللاعبين يتخذون المسار الحركي من خلال عمل مفاصل الجسم ومسار مركز ثقل الجسم، تم انتاج هذا العمل من خلال برنامج (Skill Spector) والتسلسل الحركي من خلال برنامج (Dartfish 5.5).



شكل (4)
اللاعب الثالث



شكل (3)
اللاعب الثاني



شكل (2)
اللاعب الاول

3- عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (1)

التركيب الزمني للمراحل الفنية لمهارة الدائرة الخلفية الكبرى على جهاز المتوازي

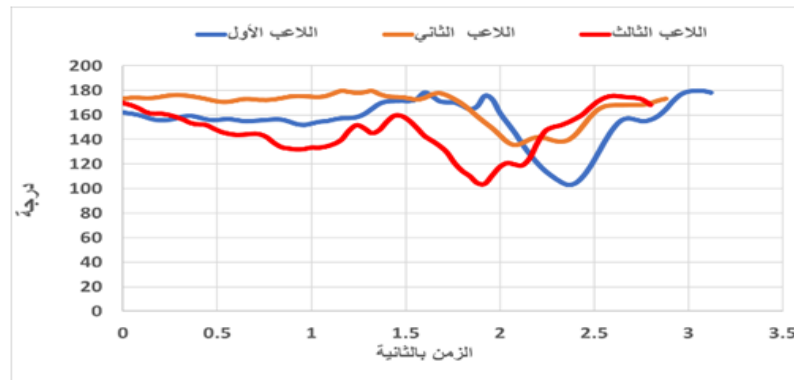
العينة	المرحلة الأولى	المرحلة الثانية	المرحلة الثالثة	المرحلة الرابعة	الزمن الكلي
اللاعب الأول	1.6	0.32	0.4	0.64	2.96
اللاعب الثاني	1.36	0.36	0.4	0.6	2.72
اللاعب الثالث	1.24	0.28	0.4	0.72	2.62

يبين الجدول (1) إن لاعبي الجمباز أمضوا وقتاً أطول في المرحلة الأولى والأخيرة، كان هذا متوقعاً أن يكتسب لاعبي الجمباز تدريجياً زخماً زاوياً في الاتجاه الهبوطي، ويفقدونه تدريجياً في الاتجاه الصاعد في اتجاه عقارب الساعة، فإن هذا الريح والخسارة في الزخم الزاوي هو إلى أقصى حد نتيجة تأثير وزن لاعب الجمباز، والذي يعمل في اتجاه عقارب الساعة في اتجاه هبوطي وعكس اتجاه عقارب الساعة في الاتجاه

الصعودي. ومع ذلك فإن في جهاز المتوازي تجبر القيود المفروضة على ارتفاع الجهاز واتجاه القضبان والإمساك على تعديل نطاق حركة الكتف والورك والركبة من أجل التأثير بشكل إيجابي من خلال العمل العضلي على تبادل الطاقة بين جسم اللاعب وعارضتي المتوازي وهذا ما أشار إليه كل من (Brüggeman et al ,1994,291)⁽¹⁾ و (Arampatzis & Brüggeman,1998-1999,1083)⁽²⁾ إذ أشارا إلى أن تبادل الطاقة بين العارضتين وجسم لاعب الجمناز يعد معلمة مهمة لنوعية الدائرة الكبرى.

جدول (2) بيانات زاوية الكتف

المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
178.35	105.91	175.62	178.35	اللاعب الأول
173.26	137.17	177.82	177.10	اللاعب الثاني
168.29	103.86	155.37	151.71	اللاعب الثالث

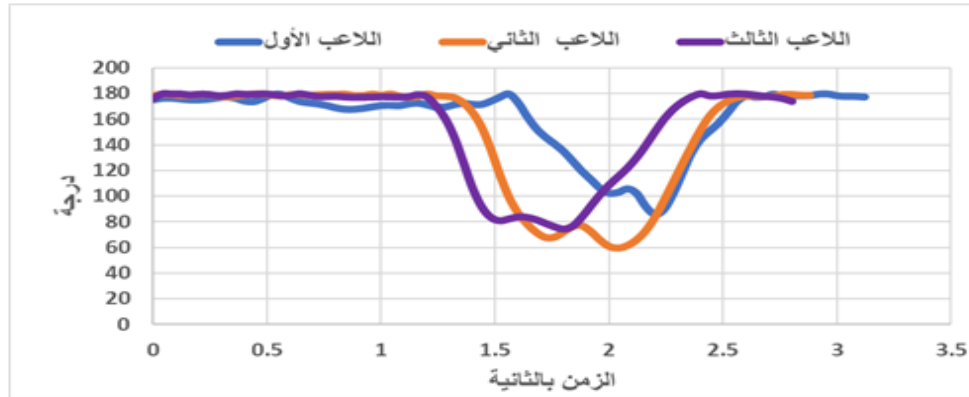


شكل (5) زاوية الكتف لعينة البحث

- (1) Brüggemann, G.P., Cheetam, P., Alp, Y., & Arampatzis, D. (1994). Approach to a biomechanical profile of dismounts and release-regrasp skills of the high bar. Journal of Applied Biomechanics, 10, P. 291.
- (2) Arampatzis, A., & Brüggemann, G.P. (1998). A mathematical high bar-human body model for analyzing and interpreting mechanical-energetic processes on the high bar. Journal of Biomechanics, 31,P. 1083-1092.

جدول (3) بيانات للورك لعينة البحث

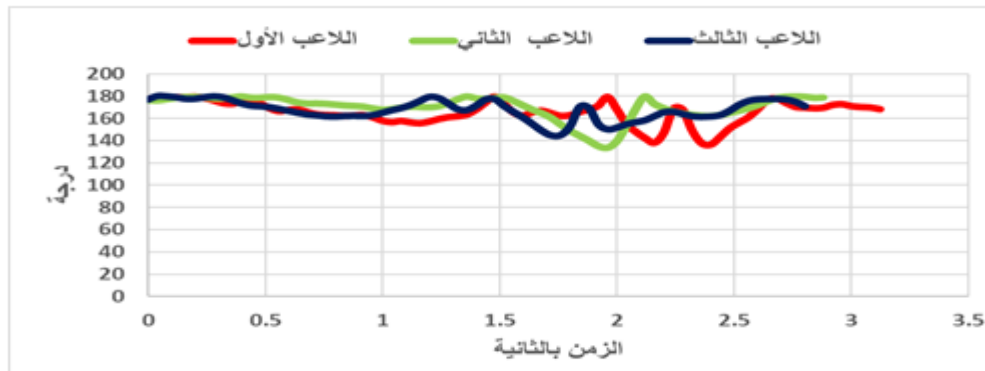
المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
168.31	149.05	171.34	162.52	اللاعب الأول
168.31	142.08	166.89	163.40	اللاعب الثاني
170.7149	154.6982	170.7483	178.0233	اللاعب الثالث



شكل (6) الرسم البياني لزاوية الورك لعينة البحث

جدول (4) بيانات الركبة لعينة البحث

المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
177.16	117.56	112.74	172.72	اللاعب الأول
178.76	66.07	71.91	172.93	اللاعب الثاني
173.69	92.91	80.99	170.15	اللاعب الثالث



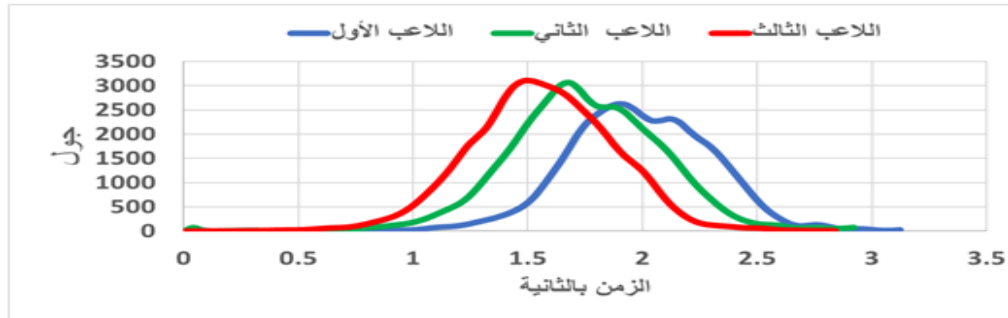
شكل (7) زاوية الركبة لعينة البحث

يتبين من الجداول (2) (3) (4)، ويتضح من الأشكال (5) (6) (7) التغيرات في زاوية الكتف والورك والركبة، إذ تمدد مفصل الكتف في المرحلة الثالثة، وانحنى في النصف الأول من المرحلة الرابعة. أما مفصل الورك امتد قليلاً في النصف الأخير من المرحلة الثانية، وانحنى في المرحلة الثالثة وفي النصف الأول من المرحلة الرابعة، تمدد مفصل الورك مرة أخرى.

تكون زاوية مفصل الكتف أصغر دائماً على جهاز المتوازي مقارنةً بالعقلة، بينما يكون نمط زاوية مفصل الورك متطابقاً تقريباً على جهاز المتوازي والعقلة، لقد تم الإشارة إليها سابقاً عن أن تمدد مفصل الورك في اتجاه الهبوط للأسفل وانثنائه للأعلى يحتاج إلى مزيد من المرجحة في الاتجاه المعاكس للخلف على جهاز المتوازي أكثر من العقلة (Tsuchiya et al., 2004,221)⁽¹⁾. علماً إن حدود ارتفاع الجهاز (180 سم فوق البساط) يتطلب من لاعبي الجمناز المرجحة مع ثني الركبتين في وضع معلق على النقيض من جهاز العقلة (260 سم فوق البساط) وجهاز متوازي مختلف الارتفاعات للنساء (230 سم فوق البساط) والتي تسمح لإجراء تمدد بمفاصل الركبة بشكل أوسع. ووفقاً للنتائج الزمنية تزداد السرعة الزاوية أثناء الهبوط للأسفل وتقل في الصعود للأعلى للحفاظ على ثني مفصل الركبة لفترة أطول في الصعود، لذلك أفراد العينة (اللاعبين) كانوا قادرين على تقليل عزم القصور الذاتي للجسم بشكل كبير وبالتالي إكمال الدائرة الكبرى مع تقليل زاوية مفصل الورك والكتف.

جدول (5) بيانات الطاقة الجاذبية لعينة البحث

المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
503.29	125.12	-568.89	50.76	اللاعب الأول
538.03	161.95	-577.70	55.73	اللاعب الثاني
537.74	122.83	-627.87	56.4	اللاعب الثالث

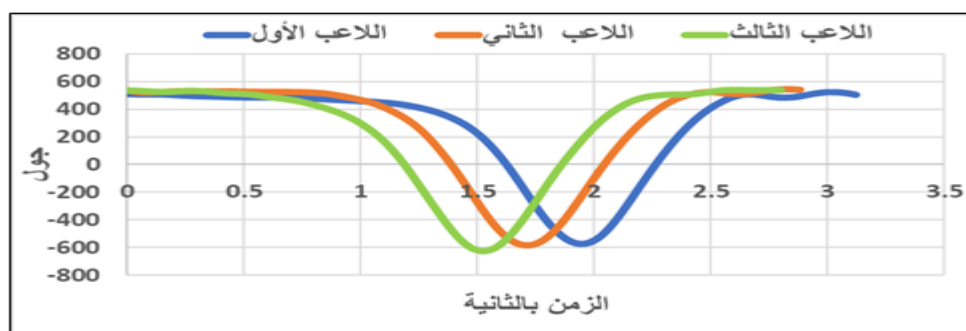


شكل (8) الرسم البياني للطاقة الجاذبية لعينة البحث

⁽¹⁾ Tsuchiya, J., Murata, K., & Fukunaga, T. (2004). Kinetic analysis of backward giant swings on parallel bars. International Journal of Sport and Health Science, 2, P. 211-221.

جدول (6) بيانات الطاقة الحركية لعينة البحث

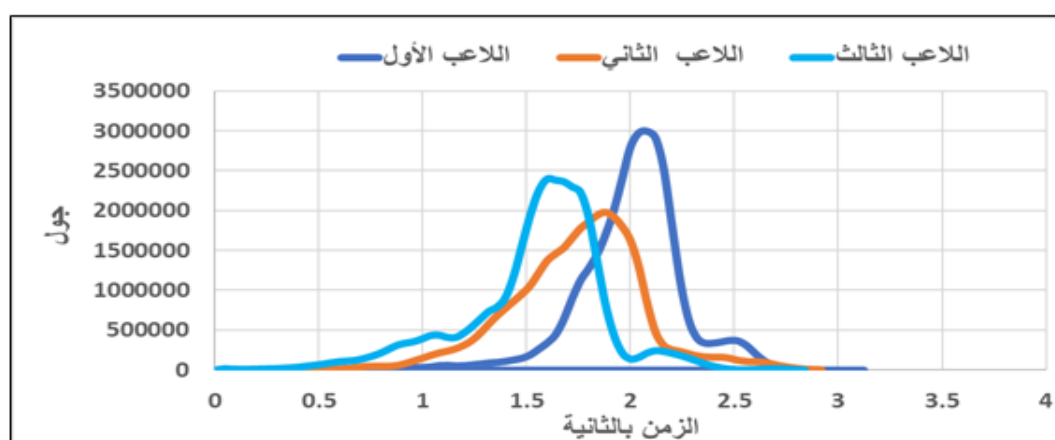
المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
28.91	1630.13	2613.09	1716.67	اللاعب الأول
75.71	1588.47	3064.44	1823.22	اللاعب الثاني
9.51	1561.64	3096.55	1770.75	اللاعب الثالث



شكل (9) الرسم البياني للطاقة الحركية لعينة البحث

جدول (7) بيانات الطاقة الدورانية لعينة البحث

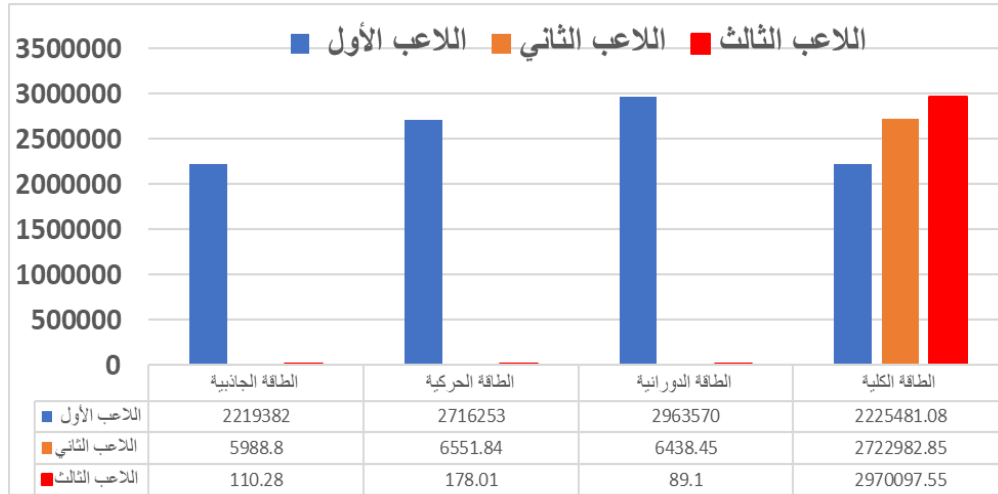
المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	العينة
926	339040	1536035	343381	اللاعب الأول
6778	484795	1536035	688645	اللاعب الثاني
6778	452389	1953958	550445	اللاعب الثالث



شكل (10) الرسم البياني للطاقة الدورانية لعينة البحث

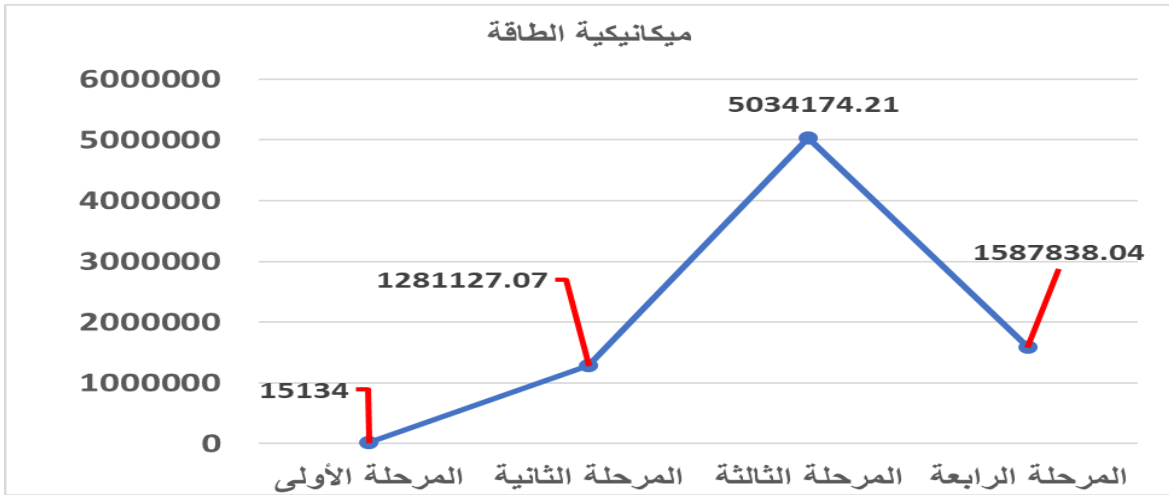
يتبين من الجداول (5) (6) (7) ويتضح من الأشكال (8) (9) (10) زيادة الطاقة الجاذبية للاعبين في المرحلة الأولى إلا أنها انخفضت في المرحلة الثانية ومن ثم ارتفعت في المرحلة الثالثة والرابعة. ويلاحظ

زيادة الطاقة الحركية الداخلية بسرعة في النصف الأخير من المرحلة الثانية، وظهرت القيمة القصوى للطاقة الحركية الداخلية في النصف الأول من المرحلة الثالثة وانخفضت في النصف الأخير من المرحلة الثالثة والنصف الأول من المرحلة الرابعة. ومن ناحية أخرى الطاقة الدورانية ازدادت بشكل مضطرد، إذ ازدادت من المرحلة الأولى والثانية ثم انخفضت في المرحلة الثالثة والرابعة. وتم تحويل الطاقة الكامنة إلى طاقة حركية ودورانية. ومع ذلك لم يتم تحويل كل الطاقة الكامنة إلى شكل حركي بسبب الاحتكاك بين يد اللاعب وعارضتي المتوازي ومقاومة الهواء.



شكل (11) الرسم البياني للطاقة الكلية لعينة البحث

يوضح المخطط البياني في الشكل (11) إن الطاقة الدورانية كانت أكبر من الطاقة الكامنة والحركية كما إن الطاقة الحركية أيضاً كانت أكبر من الطاقة الجاذبية ومع ذلك فإن اللاعب الثالث كانت لديه طاقة كلية أكبر من بقية اللاعبين ويأتي بعده اللاعب الثاني ثم الأول، وهذا بسبب ابتعاد مركز كتلة اللاعب عن محور الدوران مع تمدد مفصل الكتف والورك وثني الركبة مما قلل من عزم القصور الذاتي وهكذا أدى إلى زيادة زخمه الزاوي بسبب تفوق الطاقة الدورانية عن بقية اللاعبين.



شكل (12) المخطط البياني للطاقة الكلية لعينة البحث خلال المراحل

يوضح المخطط البياني في الشكل (12) عن تحويل الطاقة الكامنة إلى طاقة حركية ودورانية، ومع ذلك لم يتم تحويل كل الطاقة الكامنة إلى شكل حركي بسبب الاحتكاك بين يد اللاعب وعارضتي المتوازي ومقاومة الهواء، تم تخزين بعض الطاقة الميكانيكية المنخفضة كطاقة مرنة في عارضتي المتوازي ، وتم تحويل الطاقة الحركية الدورانية مرة أخرى إلى الطاقة الكامنة في المرحلتين الثالثة والرابعة، وفي المرحلة الثالثة تم استرداد الطاقة الإجمالية تقريباً ، هذه الطاقة الميكانيكية المتزايدة كانت بسبب العمل العضلي الذي قام به لاعب الجمباز وتحويل الطاقة المرنة لعارضتي المتوازي إلى طاقة ميكانيكية لجسم لاعب الجمباز. أشارت نتائج التغييرات في زوايا المفصل وفي إجمالي الطاقة إلى أن العمل العضلي تم عن طريق تمديد مفصل الكتف وثني مفصل الورك والركبة في المرحلة الثالثة.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1- انخفض إجمالي الطاقة الميكانيكية (فقدان الطاقة الميكانيكية) لكامل الجسم في النصف الأخير في المرحلة الأولى والثانية بسبب الاحتكاك بين يد اللاعب وعارضتي جهاز المتوازي ومقاومة الهواء.
- 2- العمل على استرداد الطاقة الميكانيكية الكلية للجسم كله في المرحلة الثالثة، وتم تعويض فقدان الطاقة الميكانيكية من خلال العمل العضلي عن طريق ثني مفصل الورك وتمديد مفصل الكتف في النصف الأول من الصعود وثني مفصل الركبة ثم عاودت بالانخفاض في المرحلة الرابعة ولكن بصورة أقل من المرحلة الأولى والثانية وذلك بسبب القيود المفروضة على ارتفاع الجهاز.

3- ازداد تسريع الدائرة الكبرى بسبب تقليل عزم القصور الذاتي من خلال ثني مفصل الركبة لغرض إكمال الدوران.

4-2 التوصيات:

- 1- التأكيد على أهمية الطاقة الميكانيكية وتقليل نسبة فقدانها من خلال إبعاد مركز الكتلة عن محور الدوران مع تمدد مفصل الكتف والورك وثني الركبة وبالتالي زيادة الزخم الزاوي.
- 2- إجراء دراسات مشابهة لمتغيرات أخرى على عينات مختلفة.

المصادر

- Kwon, Y.-H., and Fiaud, V. (2002). Experimental issues in data acquisition in sport biomechanics: camera calibration. In K. E. Gianikellis (ed.). Paper presented at the XXth International Symposium on Biomechanics in Sports, Applied Session in Data Acquisition and Processing, Caceres.,p. 3-14.
- Brewin, M. A., and Kerwin, D. G. (2003). Accuracy of Scaling and DLT Reconstruction Techniques for Planar Motion Analyses. Journal of Applied Biomechanics, 19, P. 79-88.
- Arampatzis, A., & Brüggemann, G.P. (1998). A mathematical high bar-human body model for analyzing and interpreting mechanical-energetic processes on the high bar. Journal of Biomechanics, 31, P. 1083-1092.
- Arampatzis, A., & Brüggemann, G.P. (1999). Mechanical energetic processes during the giant swing exercise before dismounts and flight elements on the high bar and the uneven parallel bars. Journal of Biomechanics, 32, P. 811-820.
- Brüggemann, G.P., Cheetam, P., Alp, Y., & Arampatzis, D. (1994). Approach to a biomechanical profile of dismounts and release-regrasp skills of the high bar. Journal of Applied Biomechanics, 10, P. 291-312.

- Tsuchiya, J., Murata, K., & Fukunaga, T. (2004). Kinetic analysis of backward giant swings on parallel bars. *International Journal of Sport and Health Science*, 2, P. 211–221.
- Prassas, S. & Ariel, G. (2005). Kinematics of giant swings on the parallel bars. In Wang Q. (Eds.). *23 International Symposium on Biomechanics in Sports*: P. 953–955.



The Effect of using Leaman strategy (think. combine. share) in developing the deft thinking and Learning the Skill of change direction hop and the ladder scoring hop in Basketball to the students of preparatory stage

Abstract

The research aim in identify this impact of used Leaman strategy (think. combine. share) to deft thinking and Learning the Skill of change direction hop and the ladder scoring hop in Basketball to the students of preparatory stage, Also it aim to know which is the bast (Leaman strategy or the followed style) in developing the deft thinking and Learning the two skills of changing direction hop and the ladder scoring a goal hop according to the changes in this research. The researcher used experimental program because it suited the research nature. for the researcher sample, It was represent by the student of sixth preparatory grade for literally and applied branches in anah preparatory schools for boy for the year (2019-2020) . We practiced on (40) students and they were dividing in to (2) groups of (20) student for each group. They were taken the pretests in deft thinking gage and the two skills of chest pass and the ladder scoring Basketball. After that the control group, which was represented by the students of the sixth applied class, practice the (followed style). Than the experimental group, which was represented?

by the students of the sixth literary class, practice the independent style (Leaman strategy). The researcher took in concern giving the lesson exercises from easy to the difficult The results was treated mathematically by using (T) test to the in dependent sample. The researcher concluded the Leaman strategy (think. combine. share) has positive effect in developing deft thinking and in learning the two skills of changing direction hop and the ladder scoring hop in Basketball.

The researcher advised to use the strategy in other skills as well as to care about Basketball skill in orders to reach the aimed goal and to achieve the best results.

Musa Adnan Musa Al.Ani^{1*}

- Iraq - ministry of education - general directorate of education in Al-Anbar . department of education in Anah district

Article info.

Article history:

-Received: 16/3/2021

-Accepted:21/4/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- Leaman strategy (think combine. share)
- deft thinking
- skills of change direction hop
- skills of the ladder scoring hop
- Basketball

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



* Corresponding Author: alanisport82@gmail.com, University of Institute of education - general directorate of education in Al-Anbar .

تأثير استخدام استراتيجيات ليمان (فكر، زوج، شارك) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

الكلمات المفتاحية

- استراتيجيات ليمان (فكر، زوج، شارك)
- التفكير الحاذق
- مهارة الطبطة بتغيير الاتجاه
- مهارة الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي
- كرة السلة

م.د. موسى عدنان موسى/ وزارة التربية /المديرية العامة لتربية الأنبار/ قسم تربية قضاء عنه

الخلاصة:

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير استخدام استراتيجيات ليمان (فكر - زوج - شارك) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وكذلك معرفة أيهما أفضل (استراتيجيات ليمان أم الأسلوب المتبع) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة في متغيرات الدراسة الحالية، تم استخدام منهج البحث التجريبي لملاءمته مشكلة الدراسة، أما عينة الدراسة فتمثلت بطلبة الصف السادس الأدبي والصف السادس التطبيقي في اعدادية عانه للبنين للسنة الدراسية (2020/2019) والذين بلغت أعدادهم (40) طالباً. تم تقسيمهم لمجموعتين وتألفت كل مجموعة من (20) طالباً، وقد تم إجراء اختبارات قبلية لهم بمقياس التفكير الحاذق وكذلك اختبارات لمهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة، بعدها طبقت المجموعة الضابطة وهم طلاب الصف السادس التطبيقي (الأسلوب المتبع) ثم طبقت المجموعة التجريبية وهم طلاب الصف السادس الأدبي متغيرها المستقل وهو (استراتيجيات ليمان)، وقد راعى الباحث تدرج إعطاء تمارين حصة الدرس من السهل إلى الصعب، وتم معالجة النتائج إحصائياً من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة، وقد استنتج الباحث بأن لاستراتيجيات ليمان (فكر - زوج - شارك) تأثير ايجابي في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارات الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة، وأوصى الباحث باستخدام هذه الاستراتيجيات في فعاليات ومهارات أخرى وكذلك الاهتمام بمهارات كرة السلة من أجل الوصول إلى الأهداف المنشودة وتحقيق أفضل النتائج.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

لقد شهد العالم اليوم ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من الثورات على مر القرون الماضية وإنّ هذا يتطلب وجود قاعدة أساسية علمية أي تحتاج لإنسان مبدع من أجل مواجهة هذه الثورة وهذا لا يتحقق من دون تعلم يواكب متطلبات العصر لتأهيل الطلبة لمواجهة هذه التغيرات السريعة التي نمر بها، إذ إن الإلمام بجميع جزئيات هذه المعلومات والمفاهيم العلمية الحديثة أمراً صعباً وهذا ما يؤدي إلى ضرورة التركيز لإيجاد استراتيجيات تعليمية أكثر تأثيراً في المتعلم وتلبي متطلبات المجتمع المتنامية، فالعلوم اليوم في تطور كبير وعلى المتعلم أن يواكب هذا التطور وأن يكون ناجحاً وفعالاً في الوصول إلى الهدف المنشود، وعليه أن يتطلع ويكتسب كمّاً كبيراً من المعلومات المتجددة في مجال دراسته وبنفس الوقت عليه أن يتعلم كيفية اكتساب المعلومة ويدركها ومن ثم تحويلها إلى معرفة، لذا ظهرت العديد من تلك الاستراتيجيات لتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وتنمية وتطوير قدرة المتعلمين، حيث ركز أغلب التربويين بجهودهم البحثية على الاستراتيجيات التدريسية الحديثة وفائدتها في إخراج الحصة التدريسية بالشكل السليم والصحيح وتحقيق مخرجات عملية التعلم.

حيث إن تفكير أغلب معلمي ومدرسي التربية الرياضية هو كيفية استخدام الاستراتيجيات التدريسية التي تساهم في تسهيل عملية التعلم وتجعل من الطالب محوراً لعملية التعلم، إذ لا يوجد استراتيجية محددة تستخدم مع جميع الطلبة لتحقيق مستوى تعلم واحد لوجود الفروقات الفردية بين المتعلمين، فما يكون مناسب مع مرحلة معينة قد لا يناسب مع مرحلة أخرى، فضلاً عن تقليل روتين وملل المتعلم حيث أن الهدف الأساس والغرض المطلوب لا يمكن تحقيقه باستخدام طريقة تقليدية واحدة فقط.

إذ أصبح مفهوم العملية التعليمية يركز على استخدام استراتيجيات جديدة تنتقل فيها عملية التعليم من المدرس إلى المتعلم ويكون دور المدرس فيها هو التوجيه والإرشاد.

حيث يشير (محمود الربيعي ، 2006) بأنه لكي يتمكن المدرس من دفع الطلبة نحو التعلم لا بد له من استخدام طرق وأساليب حديثة مما يتطلب من المدرس أن يكون ملماً بكيفية حدوث التعلم من جانب الطلبة، وكيفية تأثير هذه الأساليب في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم⁽¹⁾. ومن بين تلك الاستراتيجيات استراتيجية ليمان (فكر . زوج . شارك) والتي تعتبر استراتيجية مناقشة تعاونية تتم عن طريق مناقشة الأفكار ومن ثم الاشتراك مع الزملاء في مجموعة معينة كما أنها تُساعد على تمركز التعلم حول الطلبة وتُعزز مشاركتهم وتفاعلهم مع تعلمهم، وعلى هذا الأساس يجب على القائمين بالعملية التدريسية عند اختيار الاستراتيجية التدريسية أن يراعوا الأهداف المطلوب تحقيقها ومستوى الطلاب والمادة العلمية المراد إيصالها لهم وتوفر الإمكانيات لديهم عند قيامهم بتعليم المهارات الأساسية للألعاب الرياضية وتطويرها، حيث تعمل استراتيجية ليمان على إثارة الدافعية نحو التعلم ولها دوراً في تنمية الثقة بالنفس عند الطلبة وتزيد تحصيلهم الدراسي وتمنحهم الشعور الكبير بالحاجة إلى التعلم ومشاركة الزملاء كما تعمل على تثبيت المعلومات بشكل أكبر في أذهان الطلاب. فهي استراتيجية تدريسية تضع الطالب في مواقف ومشكلات تتطلب التفكير في حلها واتخاذ قرارات حيالها، ويتفق معظم التربويين بأنّ إمكانية التدريب على مهارات التفكير بشكل عام والتفكير الحاد بشكل خاص وتنميتها يتم من خلال خلق

(1) محمود داود الربيعي : طرائق وأساليب التدريس المعاصرة (عمان ، دار الكتب الحديث ، 2006)، ص98.

المواقف والأوضاع التعليمية الجديدة، حيث يلعب التفكير الحاذق دوراً حيوياً في نجاح الطلبة وتقدمهم داخل المؤسسات التعليمية وخارجها كما يعمل على تنمية قدرات الطلبة على التفكير ويعزز عملية التعليم وتحرير عقول الطلبة وتفكيرهم من القيود وتلبية حاجاتهم للتعامل مع المواقف أو المتغيرات التي تواجههم، فالتفكير الحاذق هو عملية تطويرية ذات تتابع يؤدي في النهاية إلى إنتاج الأفكار وحل المشكلات وكذلك إمكانية الفرد على التصرف بطريقة ذكية عند مواجهة موقف مبهم غير متوافر في البنية المعرفية، إذ يستند التفكير الحاذق إلى وجود ثوابت تربوية ينبغي تأكيد تنميتها وتحويلها لسلوك متكرر ومنهج ثابت في حياة المتعلم فهو ليس نتاجاً عرضياً للخبرة ولا نتاجاً أوتوماتيكياً لدراسة موضوع دراسي معين بل هو تعليم منظم هادف ومرن وبصورة مستمرة، وبما إنَّ استراتيجيات ليمان تقوم على أساس تقديم مهمة للطلاب لفترة من الوقت ثم تتيح الفرصة لهم للتفكير وتدوين إجاباتهم ومناقشة الإجابة مع الزميل، ومن ثم مشاركة الإجابة والمعلومات مع بقية الأزواج كما أن ذلك يمنحهم الوقت الكافي لتقليل عامل الخوف من تقديم إجابة خاطئة ويشجعهم على المشاركة التعاونية، لذلك يعتبر التفكير نشاط يتفرد به الكائن الحي ويمثل سلوكاً معقداً بحيث يستطيع الفرد من خلاله التعامل والسيطرة على المثبرات والمواقف المختلفة كما يستطيع عن طريقه اكتساب المعارف والخبرات وفهم طبيعة الأشياء وتفسيرها وحل المشكلات والتخطيط واتخاذ القرارات.

وتعد لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية المنظمة التي تمتاز بالتركيز والدقة في الأداء المنظم لذا فإن عملية النهوض في تعليم مهارات هذه اللعبة لا يتم إلا من خلال استخدام استراتيجيات متعددة لغرض إيصال المادة إلى المتعلم، حيث إنَّ التطور السريع الذي حدث في هذه اللعبة وضع أمام العاملين والمدربين ضرورة تطوير مستوى المتعلمين للوصول لأعلى المستويات البدنية والمهارية والخطية والنفسية من أجل مواكبة سير اللعبة.

ومن هنا جاءت أهمية البحث في معرفة تأثير استخدام استراتيجية ليمان (فكر. زواج. شارك) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطبة بتغيير الاتجاه والطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة، وهذا ما دعى الباحث لقيام بهذا البحث التجريبي مساهمة في تطوير العملية التعليمية وفق هذه الاستراتيجية بهدف الارتقاء بمستوى الطلبة لتحقيق أفضل النتائج.

1-2- مشكلة البحث

في ضوء مما توصلت إليه البحوث والدراسات من نتائج تؤكد فيها نجاح استخدام الاستراتيجيات التدريسية لتدريس وتطوير تعلم أداء المهارات الأساسية لمختلف الألعاب الرياضية. إلا أن الباحث ومن خلال عمله في مجال التدريس لفترة طويلة لاحظ الباحث من خلال تجربته الميدانية كونه مدرساً للتربية الرياضية عدم استخدام المدرسين للأساليب المتعددة في التدريس لمادة كرة السلة.

كما لاحظ أن هناك الكثير من التباين في مستوى أداء المهارات الأساسية بكرة السلة وخاصة عند أدائها بشكل مترابط أثناء الدروس، ولكون الطلبة لم يعدوا طرفاً سلبياً في العملية التعليمية والتربوية، فإن ذلك يحتم على المدرسين باحترام شخصية الطلبة وإشراكهم في عمليات تنفيذ وتقييم درس التربية الرياضية من خلال تهيئة المواقف الجيدة للتعلم والتي يمكن عن طريقها التوصل إلى تطوير تعلم المهارات الأساسية للألعاب الرياضية وهذا ما يحتاج من المدرسين بذل الجهود الكبيرة من أجل ضمان تطوير تعلم هذه المهارات، حيث إنَّ اختيار الاستراتيجية الأمثل والتي تتناسب مع المرحلة الدراسية يحقق لنا النتائج المرجوة.

لذلك تبادر إلى ذهن الباحث التساؤل الآتي؟

- هل لاستراتيجية ليمان (فكر، زوج، شارك) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

3-1 هدفا البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

- تأثير استخدام استراتيجية ليمان (فكر، زوج، شارك) في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
- أيهما أفضل استراتيجية ليمان (فكر، زوج، شارك) أم الأسلوب المتبع في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية في متغيرات البحث قيد الدراسة.

4-1 فرضا البحث:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تنمية التفكير الحاذق وتعلم الطبطة بتغيير الاتجاه والبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في تنمية التفكير الحاذق وتعلم الطبطة بتغيير الاتجاه والبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طلبة مرحلة الإعدادية (سادس أدبي وسادس تطبيقي) في اعدادية عنه للبنين في قضاء عنه البالغ عددهم (40) طالب.

2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 24 / 10 / 2019 ولغاية 15 / 1 / 2020.

3-5-1 المجال المكاني: الصفوف الدراسية والساحة الرياضية في اعدادية عنه للبنين.

6-1 تحديد المصطلحات:

- 1-6-1 استراتيجية ليمان: هي استراتيجية تدريسية مستحدثة ومشتقة من التعلم التعاوني تتضمن مواقف التعلم الجماعي في ضوء المشاركة وتتيح للطلاب وقتاً أطول للتفكير واستخدام خبراتهم السابقة في خطوة التفكير ومساعدة الزميل الآخر في خطوة المزوجة⁽¹⁾.

(1) محمود أحمد محمود : أثر استخدام استراتيجية (فكر، زوج، شارك) بمساعدة بيئة الكمبيوتر والمواد البيئية التناولية في تدريس هندسة الصف الرابع الابتدائي على التحصيل والاحتفاظ والاعتماد الايجابي المتبادل , المؤتمر العلمي السنوي الثالث للجمعية المصرية لتربويات الرياضيات , 8-9 أكتوبر , 2003 , ص9.

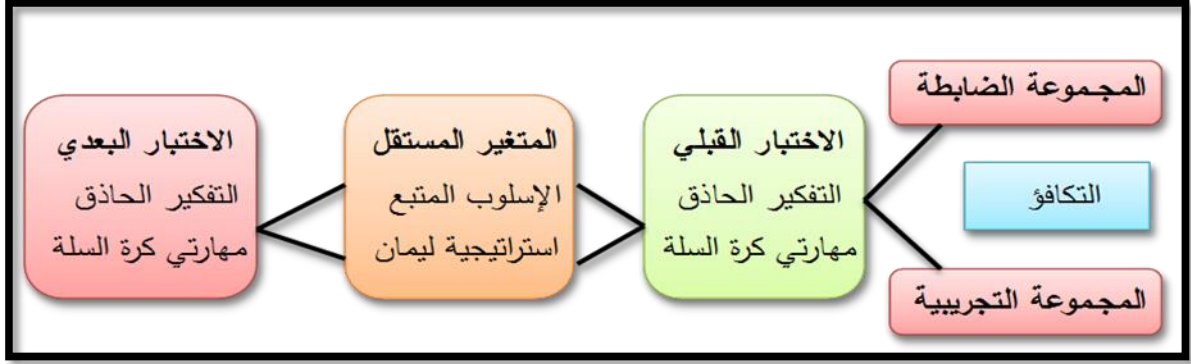
1-6-2 التفكير الحاذق: هو التفكير الماهر الذي يتميز بقدرته على استخدام مفاهيم ومصطلحات واضحة ومحددة ويكون لديه الدليل على صحة أفكاره وما توصل إليه من استنتاجات(2).

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث:

يقصد بمنهج البحث هو الطريقة التي تعتمد على التفكير الاستقرائي والاستنتاجي واستخدام أساليب الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتجربة لحل مشكلة معينة والوصول إلى نتيجة معينة(3).

لذلك قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي وذلك لملاءمته مشكلة الدراسة الحالية وبالتصميم التجريبي لمجموعتي البحث ذي الاختبارين (القبلي والبعدي)، كما في الشكل (1).



الشكل (1) يُبين التّصميم التجريبي للبحث

2 - 2 مُجتمع وعينة البحث:

اختير مُجتمع الدراسة الحالية بطريقة عمدية بهدف الحصول على المعلومات منها عن المجتمع الأصلي للبحث، ولغرض التوصل من خلالها إلى النتائج الدقيقة ومن ثم تعميمها على مجتمع الدراسة، وقد تمثل المُجتمع بالمرحلة الإعدادية في مدرسة اعدادية عانه للبنين التابعة إلى المديرية العامة لتربية الأنبار - قسم تربية قضاء عنه للسنة الدراسية (2020/2019).

إذ اختيرت عينة الدراسة بطريقة الفرعة وتمثلت بطلاب الصف السادس الأدبي والسادس التطبيقي والبالغ عددها (57) طالباً، استبعد (8) طلاب لتجربة الدراسة الاستطلاعية وتم استبعاد الطلاب الذين يمثلون فريق المدرسة وكذلك الطلبة المتغيبين عن درس التربية الرياضية، وبهذا فإن مجموع عينة الدراسة النهائية تكون من (40) طالب وبنسبة مقدارها (70,17%) من عدد أفراد عينة الدراسة، قُسمت لمجموعتين الأولى وهي مجموعة ضابطة وتمثل طلاب الصف السادس التطبيقي والثانية مجموعة تجريبية وتمثل طلاب الصف السادس الأدبي وبواقع (20) طالباً لكل مجموعة، وكما في الجدول (1).

(2) محمد عبد الرحيم عدس : المدرسة وتعليم التفكير , عمان , دار الفكر للنشر , 2000 , ص94.
(3) حيدر عبدالرزاق العبادي : أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، العراق ، البصرة ، شركة الغدير للنشر والطباعة المحدودة ، 2015 ، ص67.

الجدول (1)

يبين عدد أفراد عينة البحث والنسبة المئوية حسب مجموعتي الدراسة

النسبة المئوية	عينة البحث	المُستبعدين	عدد العينة الكلي	المجموعات
(70,17%)	20	17	57	المجموعة الضابطة
	20			المجموعة التجريبية
	40			المجموع

حيث كان لا بد أن يتم البدء بخط شروع واحد لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) عن طريق إيجاد التكافؤ بين مجموعتي الدراسة في المتغيرات المستخدمة وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يُبين تكافؤ مجموعتي الدراسة في إختبار مقياس التفكير الحاذق ومهاتري كُرة السلة

الدالة*	القيمة الحاسوبية (t)	مجموعة تجريبية		مجموعة ضابطة		وحدة القياس	معالم احصائية البحث إختبارات البحث
		ع	س	ع	س		
غير دالة	1,53	4,64	104,5	4,73	103,2	الدرجة	مقياس التفكير الحاذق
غير دالة	1,15	1,42	22,44	1,15	22,89	الثانية	مهارة الطبطة بتغيير الإتجاه
غير دالة	1,13	3,51	16,72	3,73	16,66	الثانية	الطبطة المنتهية بالتهديفة السلمية

* قيمة (T) الجدولية = (2,02) بمستوى دلالة (0.05) وامام درجة حرية (38=2-20+20)

2-3 أدوات وأجهزة البحث ووسائل جمع المعلومات:

يقصد بها الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات المتعلقة بأهداف بحثه لحل المشكلة وتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة⁽¹⁾.

2-3 -1 أدوات البحث:

ملعباً لكرة السلة بشكل قانوني , كرات السلة عدد (10) , صافرة عدد (3) , طباشير , شريط قياس من المعدن بطول 15م , شريط قياس من القماش بطول 30م , شاخص عدد (10) . شريط لاصق.

2-3 -2 أجهزة البحث:

ساعة توقيت الكرتونية نوع (SEWAN) , كاميرة فيديو , حاسبة شخصية نوع (Dell).

(1) صفاء سعيد محمد : استخدام برنامج تدريبي مقترح لتمارين البلايومترك لتطوير القوة الانفجارية وأثره على أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة , رسالة ماجستير , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية للبنات , 2008 , ص 53.

2-3-3 وسائل جمع المعلومات:

فريق عمل مساعد , مصادر عربية وأجنبية , استمارة مقياس التفكير الحاذق , استمارة الاختبارات والقياس.

3-4 الاختبارات المُستخدمة في البحث:

3-4-1 الاختبار الأول : اختبار مقياس التفكير الحاذق

من أجل قياس مستوى التفكير الحاذق لعينة البحث تم استخدام المقياس الذي أعدته (رفاه الصفار , 2008)⁽²⁾, إذ قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المختصين من أجل معرفة ملاءمة وصلاحيته فقررت هذا المقياس للهدف الذي وضعت من أجله وقد حصل المقياس على نسبة اتفاق الخبراء والمختصين وبمقدار (91,82%). وتكون مقياس التفكير الحاذق من (50) عبارة وتوجد أمام كل عبارة (5) بدائل وهي (ينطبق عليّ دائماً , ينطبق عليّ غالباً , ينطبق عليّ أحياناً , ينطبق عليّ نادراً , لا ينطبق عليّ) أما درجات تصحيحه فتكون بشكل تنازلي (5,4,3,2,1) على التوالي وتبلغ أعلى درجة يحصل عليها المختبر هي (250) أما أدنى درجة فهي (50), إذ قام الباحث بتوضيح وصف المقياس للطلبة بصورة دقيقة وطلب منهم أن تكون الإجابة على المقياس ملحق (1) بشكل موضوعي, كما ذكر الباحث للطلبة أنه ليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم الحقيقي, وقد وزعت استبانة مقياس التفكير الحاذق على الطلبة في الصفوف الدراسية في المدرسة, وقد هيا الباحث المستلزمات المطلوبة لغرض الإجابة عن هذا المقياس مع شرح المواصفات الخاصة به وتوضيحها وكيفية الإجابة عليه والتأكد من فهم الطلبة طريقة إجابتهم بشكل دقيق.

2-4-2 الاختبار الثاني: اختبار مهارة الطبطبة بتغيير الاتجاه⁽¹⁾.

الغرض من الاختبار: قياس مستوى الاداء الفني (التكنيك) للطبطبة بتغيير الاتجاه.

الأجهزة والادوات المستخدمة: ملعباً لكرة السلة بشكل قانوني, كرات سلة عدد (10) , شاخص عدد (7) , ساعة توقيت إلكترونية. كما في الشكل (2).

مواصفات الاختبار: يقف المختبر خلف خط ملعب بداية كرة السلة وعند سماعه إشارة البدء من قبل المحكم يبدأ بمحاورة كرة السلة بطريقة الزكراك من البداية حتى نهاية الملعب ويسرع حواجز ثم العودة بشكل مستقيم, وتكون المسافة بين حاجز وآخر (3) أمتار.

طريقة تسجيل الاختبار : كل مختبر يعطى محاولتين ويحتسب له أفضل زمن.

(2) رفاه محمد علي: التفكير الحاذق وعلاقته بالتميز المعرفي والقدرة على حل المشكلات لدى طلبة الجامعة , اطروحة دكتوراه , كلية التربية ابن الهيثم , جامعة بغداد , 2008 , ص126

(1) أحمد خالد عواد : تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه والمتشعب في تحسين تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة , رسالة ماجستير , جامعة الأنبار , كلية التربية الرياضية , 2012 , ص91.



الشكل (2) يبين إختبار مهارة الطبطبة بتغيير الإتجاه في كُرة السلة

2-4-3 الاختبار الثالث: اختبار مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديفة السلمية⁽¹⁾.

الغرض من الاختبار: قياس مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديفة السلمية.

الأجهزة والأدوات المستخدمة: ملعباً لكُرة السلة بشكل قانوني , كُرات سلة عدد (10) , شاخص عدد (3) , ساعة توقيت. كما مٌبين في الشكل (3).

شُروط الاختبار: يقف المختبر عند خط البداية وتكون المسافة بين خط البداية الذي يبتعد عن النقطة النازلة من مركز الحلقة (5,19م) والشاخص الاول (6م) وتكون المسافة بين الشواخص (5,4 م), عند سماع المُختبر إشارة البدء من قبل المحكم يبدأ بطبطبة الكرة بين الشواخص من الجهة اليمنى الشاخص الأول (للمختبر الذي يستخدم الذراع اليمنى) وعند وصوله لمسافة مناسبة من الهدف يقوم بالتهديفة السلمية ثم العودة مسرعاً بالكرة عند نجاح التهديفة, وإذا لم ينجح التهديف فيُعاود الكرة من تحت الحلق إلى أن يتم نجاح التهديف ثم يعود بسرعة مع حساب الزمن له , أما وحدة قياس هذا الاختبار فتكون عن طريق (الثانية).



الشكل (3) يبين اختبار مهارة الطبطبة المنتهية بالتهديفة السلمية

2-5 إجراءات البحث الميدانية:

2-5-1 تجربة البحث الاستطلاعية:

(1) مؤيد عبد الله جاسم وفائز بشير : كرة السلة ، جامعة الموصل ، دار الكُتب للنشر , 1999 , ص99

تعتبر من القواعد الهامة والضرورية في عملية البحث العلمي، إذ يستطيع الباحث من خلالها التعرف على العديد من الأمور الخاصة بآلية تنفيذ بحثه، والغرض الأساس من هذه التجربة التعرف على سلبيات العمل التي قد يواجهها الباحث مع فريق عمله المساعد وكذلك المختبرين.

3-6-1-2 التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بمقياس التفكير الحاذق:

من أجل إيجاد معاملات المقياس العلمية ولمعرفة مدى ملائمة لعينة البحث أُجريت تجربة البحث الاستطلاعية على عينة من خارج عينة البحث الرئيسية وتكونت من (8) طلاب وذلك في يوم الخميس المصادف (2019/10/24)، حيث وزعت استبانة مقياس التفكير الحاذق على عينة البحث الاستطلاعية داخل القاعات الدراسية وعند انتهائهم من الإجابة جمعت الاستمارات لغرض حساب الدرجات التي تحصلوا عليها، وذلك من أجل التوصل إلى ما يأتي :

- التعرف على مدى ملائمة المقياس لمستوى العينة ومعرفة وضوح وسهولة فقراته.
- التعرف على ملائمة المكان لتنفيذ الاختبار فيه.
- معرفة قدرة المقياس على تحديد التفكير الحاذق الذي يتميز به كل طالب.

3-6-1-1 التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالاختبارات المهارية:

أُجريت التجربة الاستطلاعية للاختبارات المختارة على ساحة مدرسة إعدادية عانه للبنين وعلى عينة من خارج عينة البحث الرئيسية وتكونت من (8) طلاب وذلك يوم الخميس المصادف (2019/10/24) يوم الخميس المصادف من أجل التعرف على ما يأتي :

- معرفة المعوقات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات وإيجاد الحلول لها.
 - التعرف على مدى ملائمة الاختبارات والوقت المستغرق الذي يحتاجه تنفيذ الاختبارات.
 - التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة عند تنفيذ الاختبارات.
 - تنظيم عمل الفريق المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبارات.
- وقد تم إيجاد أسس المقياس العلمية ومهاري كرة السلة وهي (الصدق والثبات والموضوعية) بعد (7) أيام من إجراء التجربة الاستطلاعية وذلك في يوم الخميس المصادف (2019/10/31) وكما هو مبين في الجدول (3).
- الجدول (3) يُبين الأسس العلمية لمقياس التفكير الحاذق ومهاري كرة السلة

موضوعية الاختبارات	ثبات الاختبارات وإعادتها	الصدق الظاهري للاختبارات	وحدة القياس	إختبارات البحث
0,92	0,90	92,31	الدرجة	مقياس التفكير الحاذق
0,90	0,91	93,14	الثانية	مَهارة الطبطة بتغيير الإتجاه
0,91	0,91	92,29	الثانية	الطبطة المُنتهية بالتهديفة السلمية

2-5-2 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء اختبارات البحث القبليّة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مقياس التفكير الحادق ومهاتري كُرة السلة في يومين متتاليين، حيث أُجري في يوم الثلاثاء الموافق (2019 /11/12) اختبار التفكير الحادق وأُجري يوم الأربعاء الموافق (2019 /11/13) اختبار مهاتري كُرة السلة.

2-5-3 تجربة البحث الرئيسية:

بعد أن أُجريت الاختبارات القبليّة اطلع الباحث على المراجع العلميّة والمصادر الخاصّة بكُرة السلة، حيث قام الباحث بعرض الوحدات التعليميّة على مجموعة من الخبراء والمختصين وفي مجال (طرائق التدريس ، علم النفس وكرة السلة) من أجل استطلاع رأيهم لمعرفة ملاءمة وصلاحيّة الوحدات التعليميّة للتنفيذ وقد حصلت على نسبة اتفاق بمقدار (87,82%) وقبل بدء تنفيذ المنهاج أعطى الباحث وحدتين تعريفيتين تعليميتين ليتعرف الطلبة على كيفية استخدام استراتيجيّة ليمان (فكر.زواج. شارك) ولغرض أخذ فكرة عن كيفية تنفيذ هذه التمرينات وفق هذه الاستراتيجيّة وكما يلي (1):

1. المرحلة الأولى (فكر): بعد شرح المدرس للمهارة المراد تعلمها وعرض النموذج يتم توزيع أوراق العمل على الطلاب وتتضمن طرح سؤال عن كيفية أداء المهارة، خطوات أداء المهارة، الأخطاء الشائعة مع رسم توضيحي لخطوات أداء المهارة والتمرين الخاصّة بالمهارة، وفي هذه المرحلة يعطى الطالب فترة زمنية ومدتها (3) دقائق حيث يقوم كل طالب بمفرده بالانشغال في قراءة ما تضمنته ورقة العمل والتفكير بصورة فردية في كيفية أداء المهارة وفهم كيفية أداء التمارين الخاصّة بالمهارة لغرض تطبيقها في المرحلة القادمة مع ملاحظة الإجابة على الاسئلة المطروحة إن وجدت وعدم الكلام والتجوال لأن في هذه المرحلة يتكون (العصف الذهني).

2. المرحلة الثانية (زواج): بعد انتهاء المدة الزمنية للمرحلة الأولى يطلب المدرس من كل طالب أن يختار زميل له والعمل بشكل أزواج عن طريق مشاركة الزميل في تطبيق التمارين الخاصّة بالمهارة والموجودة في ورقة العمل مع مشاركة الزميل في الأفكار وتبادل المعلومات والآراء في كيفية تنفيذ الواجب الحركي (تدريس الأقران).

3. المرحلة الثالثة (شارك): في هذه المرحلة يطلب المدرس من كل زوج الإنضمام إلى زوج ثاني ومشاركتهم في تنفيذ التمارين وتكوين مربع طلابي وهنا يتم العمل بشكل مجموعات، كل مجموعة تتكون من أربع طلاب ومشاركة أفراد المجموعة الأفكار والآراء والاتفاق على صحة العمل في تنفيذ الواجبات الحركية التي تتضمنها ورقة العمل (التعلم التعاوني)، إذ نُفِذَت (الوحدات التعليميّة) في يوم الاحد المصادف (2019/11/17)، واستغرق تنفيذ هذا الوحدات ثمانية أسابيع أي (16) وحدة وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع، حيث قام الباحث بشرح مهارة كُرة السلة المراد تعليمها للطلبة وكيفية أدائها مع التكنيك الصحيح لها وأهميتها وتقديم نموذج عرض من قبل المدرس، حيث أعطيت أربع تمرينات مهاتريّة في كل وحدة تعليميّة وتطبق هذه التمارين في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي، وتم اعتماد الأسس العلميّة في اختيار هذه التمرينات والتدرج من السهولة إلى الصعوبة لغرض تحقيق الأهداف المطلوبة.

(1) سليم مجد أبو غالي: أثر توظيف إستراتيجية (فكر. زواج. شارك) على تنمية مهارات التفكير المنطقي في العلوم لدى طلبة الصف الثامن الأساسي، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية - غزة، كلية التربية - قسم المناهج وطرق التدريس، 2010، ص57

وقد انتهت التجربة الرئيسية في يوم الخميس الموافق (2020/1/9)، أما المجموعة الضابطة فقد تم تدريسها بالأسلوب الأمري الذي يعتمد على الشرح وتوجيه الطلاب من قبل المدرس وتطبيقهم للتمرينات حسب تعليماته ويكون المدرس المسؤول كافة مراحل العملية التعليمية وعلى الطلبة تنفيذ التمرينات والواجبات أثناء الدرس.

2-5-4 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق تجربة البحث الرئيسة أُجريت اختبارات البحث البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في يوم الثلاثاء المصادف (2020/1/14) وفي هذا اليوم أُجريت الاختبارات البعدية في مقياس التفكير الحاذق وقد أُجريت اختبارات مهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي في يوم الأربعاء المصادف (2020/1/15)، وقد تم إتباع نفس طريقة تأدية اختبارات البحث القبليّة وبفلس الشروطين واستخدام الأدوات نفسها.

الوسائل الإحصائية:

- النسبة المئوية والوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- اختبار (T) للعينات غير المترابطة متساوية العدد صغيرة الحجم.
- اختبار (T) لوسطين مرتبطين بدلالة معامل الارتباط.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

الجدول (4) يُبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وفروق الأوساط الحسابية وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدية في اختبارات

المعالم الإحصائية لاختبارات البحث	وحدة القياس	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعدية		س ف	ع ف	المحسوبة (ت) قيمة*	الدلالة*
		س	ع	س	ع				
مقياس التفكير الحاذق	الدرجة	94,3	4,74	95,6	4,63	1,3	1,05	3,59	دالة
الطبطة بتغيير الاتجاه	الثانية	22,89	1,15	20,9	1,31	1,43	1,04	4,21	دالة
الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي	الثانية	16,66	3,73	14,06	2,82	2,54	2,62	3,13	دالة

مقياس التفكير الحاذق ومهارتي كرة السلة للمجموعة الضابطة وتحليلها

* قيمة (T) الجدولية = (2,09) عند درجة حرية (20 - 1 = 19) وبمستوى دلالة (0,05)

من الجدول (4) يتبين أن قيمة (T) المحسوبة للمجموعة الضابطة في اختبارات مقياس التفكير الحاذق ومهارتي الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي كانت (3,59 , 4,21 , 3,13) وعلى التوالي

وأن هذه القيم أكبر من القيمة الجدولية والتي كانت (2,09) وبدرجة حرية (19) وبمستوى دلالة (0.05). ويعزو الباحث أن التطور الحاصل بنسب متفاوتة كان سببه أسلوب أستاذ المادة الذي تضمن مجموعة من التمرينات المتنوعة والملائمة لمستوى الطلبة بالإضافة إلى أن هذه التمرينات وضعت وفق الأسس العلمية ونفذت بالشكل المنظم وكانت لها أثراً واضحاً في عملية التقدم، وهذا ما يؤكد (علي مهدي ، 2005) أنه يجب أن تُنظم عمليات التعلم بحيث تضمن للمتعم اكتساب أفضل أداء للمهارات من أجل تحقيق أفضل انجاز وهذا يتم عن طريق التدريبات التي تنظم تكرار المهارات والحركات بصورة محددة⁽¹⁾.

ويعزو الباحث أيضاً أن سبب التقدم هو خصوصية درس التربية الرياضية الذي يتضمن مجموعة من الأنشطة البدنية المشابهة لطبيعة المهارة المراد تعلمها ويتم تكرارها خلال الدرس وفق قدرات الطلبة وامكانياتهم، وهذا ما تؤكد (Lanb.1998) إلى أن مبدأ الخصوصية في التعلم والتدريب يعني اشتمال التعلم والتدريب على الحركات المشابهة لطبيعة الأداء في النشاط الممارس⁽²⁾.

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها
الجدول (5) يُبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وفروق الأوساط الحسابية وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبارات مقياس التفكير الحادق ومهاتري كرة السلة للمجموعة التجريبية وتحليلها

الدلالة*	المحسوبة القيمة (T)	ع ف	س ف	الاختبارات البعديّة		الاختبارات القبليّة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية اختبارات البحث
				ع	س	ع	س		
دالة	6,95	1,53	6,96	4,71	99,3	4,65	93,7	الدرجة	مقياس التفكير الحادق
دالة	5,85	0,85	1,56	1,04	16,13	1,42	22,44	الثانية	الطبطة بتغيير الاتجاه
دالة	8,81	0,57	1,82	3,03	14,31	3,51	16,72	الثانية	الطبطة المنتهية بالتهديفة السلميّة

* قيمة (T) الجدولية = (2,09) عند درجة حرية (20 - 1 = 19) وبمستوى دلالة (0.05)

من الجدول (5) يتبين أن قيمة (T) المحسوبة للمجموعة التجريبية في اختبارات مقياس التفكير الحادق ومهاتري الطبطة بتغيير الاتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلميّة كانت (6,95 , 5,85 , 8,81) وعلى التوالي وقد وجد أن هذه القيم أكبر من القيمة الجدولية التي كانت (2,09) ودرجة حرية (19) وبمستوى دلالة (0.05). ويعزو الباحث إلى أن التقدم الذي حصل للمجموعة التجريبية كان سببه المنهج المعد وفقاً لاستراتيجية ليمان والذي أظهر التأثير الواضح في تقوية شخصية الطالب وإزالة عامل الخوف لديه من خلال مشاركته في الدرس وزيادة التفاعل الإيجابي بين أفراد المجموعات من أجل فهم المادة التعليمية، وهذا ما يشير إليه (هاشم هزاع ، 2008) بأن هذه الاستراتيجية تعتمد على التفاعل الإيجابي بين أفراد المجموعات جميعاً لتحقيق الأهداف المطلوبة وإتباع

(1) علي مهدي حسن : أثر استخدام تمرينات خاصة في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ، ص63

(2) Lanb. D. physical of Exercise. Respo- use and Adaptaions Mac Mill on publishing. New York. 1998. P.29

هذا النمط في التعليم يعد من الخطوات المهمة لتعزيز العملية التعليمية, كما يعزو الباحث سبب التطور إلى مبدأ التدرج في التمرينات خلال حصة الدرس من السهل إلى الصعب وتنوعها وإضافة عامل التشويق ساعد في تحقيق هذا التطور وهذا ما يشير إليه (عمر صباح ، 2011) إلى أن استخدام التمرينات الخاصة بأكثر من طريقة وبأكثر من شكل وتدرج هذه التمرينات وفق مبدأ الانتقال من السهل إلى الصعب يساعد على تحسين المستوى⁽¹⁾.

3 - 2 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (6) يُبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية في اختبارات مقياس التفكير الحادق ومهاتري الطبطة بتغيير الإتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها

الدالة*	المحسوبة (T)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية اختبارات البحث
		ع	س	ع	س		
دالة	5,87	4,71	99,3	4,63	95,6	الدرجة	مقياس التفكير الحادق
دالة	4,31	1,04	16,13	1,31	20,9	الثانية	الطبطة بتغيير الإتجاه
دالة	7,09	3,03	14,31	2,82	14,06	الثانية	الطبطة المنتهية بالتهديف السلمي

* قيمة (T) الجدولية = (2,02) عند درجة حرية (38 = 2 - 20 + 20) وبمستوى دلالة (0.05)

من الجدول (6) يتبين أن قيمة (T) المحسوبة لمجموعتي البحث في اختبارات مقياس التفكير الحادق ومهاتري الطبطة بتغيير الإتجاه والطبطة المنتهية بالتهديف السلمي كانت (5,87 , 4,31 , 7,09) وعلى التوالي وقد وجد أن هذه القيم هي أكبر من القيمة الجدولية التي كانت (2,02) وبمستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (38), ويعزو الباحث إلى أن هذا التقدم الذي حصل كان بسبب التخطيط والتنظيم الجيدين لتنفيذ استراتيجية ليمان (فكر . زوج . شارك) كون هذه الاستراتيجية تساعد الطلبة للعمل بالشكل الجدي نحو التعلم وابتعادهم عن الجو الروتيني كما توفر الجو المناسب والمريح الخالي من التوتر والقلق وتجعل الطالب محور عملية التعلم ولا يمكن أن يكون ملتقياً فحسب بل مشاركاً بشكل فعلي في عملية التعلم, وهذا ما تشير إليه (صفاء السلطان, 2007) بأن هذه الاستراتيجية تجعل من المتعلم محور العملية التعليمية وتعتمد على أن يكون المتعلم نشطاً وفاعلاً أثناء التدريس وفق ثلاث خطوات متتالية هي التفكير والمزاوجة والمشاركة وتساعد في التفاعل والتعاون الاجتماعي وتكوين إجابات مفصلة ومتعددة وتكون أكثر منطقية وتتوافق مع استنتاجات الطلبة⁽¹⁾.

(1) هاشم هزاع المحاميد: أثر نموذجين تدريسيين إلى حل المشكلات وفق المزاوجة والمشاركة ووقت الإنتظار في إكتساب المفاهيم البيولوجية لدى طلبة المرحلة الأساسية , القاهرة , مجلة التربية العلمية , المجلد الحادي عشر, العدد الثالث , 2008, ص47

(1) صفاء عبد العزيز السلطان : تطوير استراتيجية (فكر - زوج - شارك) وأثرها في تنمية بعض مهارات التعبير الكتابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية , سلسلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس , المجلد (1) , العدد (4) أكتوبر , 2007 , ص77

ويعزو الباحث أيضاً أن سبب التقدم هو الخاصية التي تتمتع بها استراتيجية ليمان (فكر. زوج . شارك) من خلال خطواتها المتسلسلة والواضحة فهي تساعد الطلبة على التفكير بفاعلية وإنّ تنفيذ خطواتها يساهم في استنتاج الاجابات للأسئلة المطروحة المرتبطة بموضوع الدرس وبالتالي زادت من

دافعية الطلبة نحو التعلم, وهذا ما يشير اليه (مناضل أحمد ، 2012) بأنّ خطوات هذه الاستراتيجية تنمي مستويات التفكير العليا للطلبة وتساعد على إطلاق أكبر عدد ممكن من الأفكار والاستجابات الأصلية وتساعد الطلبة المندفعين والمنطوين في التغلب على مشكلاتهم, كما تزيد من التفاعل اللفظي الناتج من تنمية الاتجاهات الايجابية للتعلم وتشجع المناقشات الطويلة والمشاركة الفعالة بالإضافة إلى أنها تؤدي إلى تحسين الإنجاز⁽²⁾.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- إنّ استراتيجية ليمان (فكر. زوج. شارك) المستخدمة في المجموعة التجريبية والمنهج المتبع المستخدم في المجموعة الضابطة مناهج فاعلة في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطبة بتغيير الاتجاه والطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
- استراتيجية ليمان (فكر. زوج . شارك) لها الأفضلية على الأسلوب المتبع في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطبة بتغيير الاتجاه والطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
- تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة لاستراتيجية ليمان (فكر. زوج . شارك) على المجموعة الضابطة المستخدمة للأسلوب المتبع في دراسة البحث الحالي.

4-2 التوصيات:

- التأكيد على أهمية استخدام استراتيجية ليمان (فكر. زوج . شارك) للدور الإيجابي في تنمية التفكير الحاذق وتعلم مهارتي الطبطبة بتغيير الاتجاه والطبطبة المنتهية بالتهديف السلمي بكرة السلة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
- الاهتمام بورقة الواجب عند استخدام استراتيجية ليمان بهدف تسهيل عملية التعلم.
- إمكانية استفادة المؤسسات التعليمية في وزارتي التربية والتعليم العالي من نتائج الدراسة الحالية في وضع برامج التعليم وفقاً لاستراتيجية ليمان (فكر. زوج . شارك).
- الإهتمام بخطط الدروس والتمارين التي تحتويها لما لها من التأثير الفعال على الطلاب من خلال زيادة التفاعل في تنفيذ هذه التمرينات.

المصادر

- ❖ أحمد خالد عواد : تأثير استخدام أسلوب الإكتشاف الموجه والمتشعب في تحسين تعلم بعض مهارات الأساسية بكرة السلة , رسالة ماجستير , جامعة الأنبار , كلية التربية الرياضية , 2012

⁽²⁾ مناضل أحمد جعفر : أثر إستراتيجية (فكر. زوج . شارك) في تحصيل مادة قواعد اللغة العربية عند طالبات الصف الثالث معاهد إعداد المعلمات , رسالة ماجستير , جامعة بغداد , كلية التربية , 2012 , ص 63

- ❖ حيدر عبدالرزاق العبادي : أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، العراق ، البصرة ، شركة الغدير للنشر والطباعة المحدودة ، 2015
- ❖ رفاه محمد علي : التفكير الحادق وعلاقته بالتفضيل المعرفي والقدرة على حل المشكلات لدى طلبة الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ابن الهيثم ، جامعة بغداد ، 2008
- ❖ سليم محمد أبو غالي : أثر توظيف إستراتيجية (فكر . زواج . شارك) على تنمية مهارات التفكير المنطقي في العلوم لدى طلبة الصف الثامن الأساسي ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، كلية التربية - قسم المناهج وطرق التدريس ، 2010
- ❖ صفاء عبد العزيز السلطان : تطوير استراتيجية (فكر - زواج - شارك) وأثرها في تنمية بعض مهارات التعبير الكتابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، سلسلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، المجلد (1) ، العدد (4) أكتوبر ، ٢٠٠٧
- ❖ صفاء عبد العزيز السلطان : تطوير استراتيجية (فكر - زواج - شارك) وأثرها في تنمية بعض مهارات التعبير الكتابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، سلسلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، المجلد (1) ، العدد (4) أكتوبر ، ٢٠٠٧
- ❖ علي مهدي حسن : أثر استخدام تمرينات خاصة في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2002
- ❖ عمر صباح جميل : تأثير استخدام تمرينات خاصة مقترحة في تحسين مستوى أداء بعض مهارات بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للناشئين بأعمار 9-11 سنة ، ، رسالة ماجستير ، جامعة الأنبار ، كلية التربية الرياضية ، 2011
- ❖ محمد عبد الرحيم عدس : المدرسة وتعليم التفكير ، عمان ، دار الفكر للنشر ، 2000
- ❖ محمود أحمد محمود : أثر استخدام إستراتيجية (فكر . زواج . شارك) بمساعدة بيئة الكمبيوتر والمواد البيئية التناولية في تدريس هندسة الصف الرابع الإبتدائي على التحصيل والإحتفاظ والإعتماد الإيجابي المتبادل ، المؤتمر العلمي السنوي الثالث للجمعية المصرية لتربويات الرياضيات ، 8-9 أكتوبر ، 2003
- ❖ محمود داود الربيعي : طرائق وأساليب التدريس المعاصرة ، عمان ، دار الكتب الحديث ، 2006
- ❖ مناضل احمد جعفر : أثر استراتيجية (فكر . زواج . شارك) في تحصيل مادة قواعد اللغة العربية عند طالبات الصف الثالث معاهد إعداد المعلمات ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية ، 2012
- ❖ مؤيد عبد الله جاسم وفائز بشير حمودات : كرة السلة ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999
- ❖ هاشم هزاع المحاميد : أثر نموذجين تدريسيين إلى حل المشكلات وفق المزوجة والمشاركة ووقت الإنتظار في إكتساب المفاهيم البيولوجية لدى طلبة المرحلة الأساسية ، القاهرة ، مجلة التربية العلمية ، المجلد الحادي عشر ، العدد الثالث ، 2008 .

- Ahmed Khaled Awwad: The effect of using the directed and frocked discovery in improving learning some of the basic skills in basketball ,Master Thesis, Anbar University, Physical Education, 2012

- Ali Mahdi Hassan: **The Impact of Using Special Exercises on Learning Some Motor Skills in Soccer**, Master Thesis, Diyala University, College of Sports Education, 2002
- Haider Abdul-Razzaq Al-Abadi: **The basics of writing a scientific research in physical and Sports education**, Iraq, Basra, Al-Ghadeer Publishing and Printing Company Ltd, 2015
- Hashim Hazaa Elmahameed : **The impact of two teaching samples in solving problem according to pair and share and waiting time in acquiring the biological concepts by the students of the baics stage**. Cairo, scientific Education magazine, volume (11), third edition,2008
- Lanb. D. **physical of Exercise. Respo- use and Adaptaions** Mac Mill on publishing. New York. 1998
- Mahmoud Ahmed Mahmoud: **The Impact of Using the Strategy (think, Pair, Share) with the help of the computer environment and the Environmental used materials in teaching fourth primary grade on achievement and retention And positive mutual dependent, the third annual general conference of the Egyptian Educational Society Mathematics 8-9 October ,2003**
- Mahmoud Dawood Al-Rubaie : **Contemporary teaching Methods and styles** Amman, Dar al-Kutub al-Hadith ,2006
- Monadal Ahmed Jaafar : **The impact of strategy(think, Pair, Share) in achieve Arabic grammar subject in the students of third grad in teacher institute**. Master Thesis, University of Baghdad, college of education, 2012
- Muhammad Abd Al-Rahim Adas: **The School and the learning of Thinking**, Amman, House of Thought for publishing ,2000
- Muied Abdullah Jasim and Faiz Bashir Hamodat : **Basketball** , University of Mosel ,Directorate of Dar AL-Kutob for printing and publishing,1999
- Omar Sabah Gameel : **The impact of the use of special exercises to improve the level proposed in the performance of some skills the table land movements in the artistic gymnastics for beginners ages 9-11 years**, Master Thesis, Anbar University, Physical Education, 2012
- Raffah muhamad eali alsfar: **altafkir alhadhiq waealaqatuh bialtafdil almaerifii taghayurat fi halbat musakanat , atruhat dukturah, kuliyat altarbiat abn alhaythami, jamieat baghdad, 2008**
- Safaa Abdul Aziz Al-Sultan: **Developing a strategy (Think - Pair - Share) and its effect on developing some written expression skills among elementary school students**, Series of Arab Studies in Education and Psychology, Volume (1), Issue (4) October, 2007
- Safaa Saeed Muhammad: **The use of a suggested training program for paleometric exercises to develop strength Explosively and its impact on the performance of the spiking skill in volleyball**, Master thesisis, universeity baghdad, coollege of physical educations for girls, 2008
- Salim Muhammad Abu Ghaly: **The Impact of Employing a Strategy (Think - Pair - Share) on Developing the Skills of Logical Thinking in Science for Eighth Grade Students**, Master's Message, The Islamic University - Gaza, Faculty of Education - Department of Curriculum and Curriculum, 2010



ملحق (1)

جمهورية العراق
وزارة التربية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

استمارة (مقياس التفكير الحادق) الذي تم توزيعه على عينة البحث
عزيزي الطالب تحية طيبة ...

أضع بين يديك مجموعة من (الفقرات) التي تعكس آرائك التي يهدف الباحث من خلال إجابتك عليها الوقوف على مواقفك الحقيقية بشأنها لما لذلك من خدمة كبيرة للبحث العلمي.

ونظراً لما نعهده فيكم من صراحة في التعبير عن آرائكم، لذا يأمل الباحث تعاونكم معه في الإجابة عن هذه المواقف جميعها بما يعكس آرائك الحقيقية تجاهها وذلك من خلال وضع إشارة (✓) على أحد البدائل الموجودة أمام هذه الفقرات، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيك الحقيقي نحوها، لذلك يرجى الإجابة عنها بدقة مراعيًا الملاحظات التالية :

- اقرأ كل عبارة بدقة وبعد أن تفهم معناها ضع علامة (✓) أمام العبارة وأسفل الاختيار الذي ينطبق عليك وبكل صراحة وموضوعية مطلقة وبدون أي تأثير خارجي .
 - ضرورة الإجابة بصراحة وبصدق على جميع العبارات وعدم ترك أي عبارة من عبارات المقياس.
 - لا داعي لذكر الاسم لأن إجابتك هي لأغراض البحث العلمي فقط وسوف تحظى بسرية تامة.
- م.د موسى عدنان موسى العاني
شاكر تعاونكم مع التقدير...

استبانة مقياس التفكير الحادق

ت	الفقرات	ينطبق عليّ دائماً	ينطبق عليّ غالباً	ينطبق عليّ أحياناً	ينطبق عليّ نادراً	لا ينطبق عليّ
1	إذا كلفت بعمل أفضل أن أكمله على أتم وجه.					
2	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة.					
3	أصغي جيداً لما يطرحه الآخرون من أفكار.					
4	أعتمد في عرضي للمشكلة على الإستناد العلمي الصحيح.					
5	إن الحياة في تغير مستمر فما يحدث في الماضي لا يفيد المستقبل					
6	أجد متعه عندما أحل أحد الالغاز أو المعضلات.					
7	أحاول جاهداً الحصول على أكبر قدر من المعلومات.					
8	أشعر بالإرتباك عندما أقوم بأعمالي.					
9	أستطيع إعادة صياغة أفكار الآخرين بأفكار جديدة.					
10	لي القدرة على أدراك الأفكار جميعها التي تدور في عقلي					
11	أجد نفسي كثير الأخطاء.					
12	يهمني أن يفهم الآخرين أفكاري بوضوح.					
13	إن ما تعلمته سابقاً لا يرتبط بما أتعلمه حالياً.					
14	أن حبي للإستطلاع يزيد من خبرتي في الحياة.					
15	أسعى لتحقيق أهدافي حتى وإن واجهتني صعوبات.					
16	أستفيد من أفكار الآخرين لتصحيح بعض أفكاري.					

					أضع خطة للعمل قبل المباشرة بالتنفيذ.	17
					أن خبرتي تساعدني في كيفية إستعراض مشاكلي.	18
					أعمل دون حدود أو قيود.	19
					أنظر للأمور من زاوية واحدة.	20
					عند أسمع معلومة جديدة أسعى للحصول على مصادر للتأكد منها.	21
					أكمل ما بدأت دون كلل أو ملل.	22
					أقوم بأعمالي دون تخطيط سابق.	23
					أعيد تفكيري في موضوع ما إذا ما حصلت على معلومات جديدة.	24
					يصعب علي تحديد نقاط القوة والضعف في تفكيري.	25
					أفضل الدقة والوضوح في إنجاز أعمالي.	26
					حي أبدع في شيء أوظف المعلومات الحالية مع معلوماتي السابقة.	27
					أتجنب التنافس مع الآخرين.	28
					أعطي أكثر من حل لأي مشكلة.	29
					عندما أواجه مشكلة أكتفي بالحلول المتوفرة أمامي.	30
					أفكر ملياً بالموضوع قبل أن أصدر أحكامي.	31
					أتبنى أفكارى فقط لأنى على صواب باستمرار.	32
					أرى أن معظم أفكارى مشتتة.	33
					أحاول أن تكون أفكارى صائبة.	34
					أجهل كيفية الإستفادة من الخبرات السابقة.	35
					أستعين بمصادرى للمعلومات لمعالجة الأزمات.	36
					أتعامل مع المواقف البسيطة والسهلة فقط.	37
					أبحث عن الأشياء الغريبة الفريدة.	38
					أعتبر حب الإستطلاع نوع من الفضول.	39
					أترك لنفسي مجالاً لأستوعب ما مطروح أمامى من معلومات	40
					أتقبل النقد من الآخرين برحابة صدر.	41
					أحاول الرجوع إلى المواقف السابقة لحل مشكلات مماثلة حالياً.	42
					الدخول في المغامرة شيء من العبث.	43
					توجد لدى أفكار مميزة وغير عادية.	44
					أرى أن المناقشات الخارجية تدخلاً فيما لا يعنينى.	45
					أكتفي بنتائج التي أحصل عليها مهما كانت.	46
					أستطيع التحكم في المواقف الصعبة.	47
					أرفض أفكار كل من يخالف تفكيري ويشك فيه.	48
					أقلب الأمور لأكثر من وجه لأصل الى فكرة صائبة.	49
					إن خطواتى في معالجة الأفكار غير منتظمة.	50



Evaluating the effectiveness of the administrative performance of managers of the Ministry of Tourism and Sports for the care of health care workers for the city of Riyadh from its point of view

Ghaida Muhammad Hassoun^{1*}

- Central Technical University
Institute of Management
Rusafa

Article info.

Article history:

-Received: 10/1/2021

-Accepted:23/2/2021

-Available online: 30/06/2021

Keywords:

- effectiveness
- administrative performance
- nurturing talented people
- workers

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

The present study aimed to identify the effectiveness of administrative performance of directors of the directorates of the Ministry of Youth and Sports to take care of talented athletes from the viewpoint of their employees. Where the research sample was from the employees of the Iraqi Ministry of Youth and Sports, where the researcher identified her research community with all the workers in the directorates of the Iraqi Ministry of Youth and Sports, who numbered (500) workers and by 43%, and the distributors in (10) directorates and distributors, where the survey sample was excluded and thus becomes the research sample (215) Of the workers, the researcher used the SPSS The study recommended the necessity of strengthening the relationship between managers and workers on the one hand The need for attention, in addition to collective participation with workers. And keeping pace with modern administrative developments in the field of sports management to face the rapid changes in the countries of the world. And the necessity to use new methods by managers to get rid of the classic traditional work followed. And giving incentives and prizes to creative workers in their work in order to create an atmosphere of fair competition between workers and to increase production significantly.

* Corresponding Author: ghaidam995@gmail.com, University of Institute.

تقويم فاعلية الاداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة لرعاية الموهبين الرياضيين من وجهة نظر العاملين فيها

م.د. عيداء محمد حسون السعدي / الجامعة التقنية الوسطى / معهد الإدارة الرصافة

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت: 2021/06/30

الكلمات المفتاحية

- الفاعلية
- الاداء الإداري
- رعاية الموهبين
- العاملين

الخلاصة:

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على فاعلية الأداء الإداري لدى مدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة لرعاية الموهبين الرياضيين من وجهة نظر العاملين فيها . حيث كانت عينة البحث من العاملين في وزارة الشباب والرياضة العراقية حيث حددت الباحثة مجتمع بحثها بجميع العاملين في مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية والبالغ عددهم (500) من العاملين وبنسبة 43% والموزعين على (10) مديريات والموزعين حيث تم استبعاد العينة الاستطلاعية وبذلك يصبح عينة البحث (215) من العاملين استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS وقد اوصت الدراسة ضرورة تقوية العلاقة بين المدراء والعاملين من ناحية المشاركة الجماعية فيما بينهم من خلال إقامة الدورات التدريبية للمدراء بضرورة لاهتمام بجانب المشاركة الجماعية مع العاملين . ومواكبة التطورات الإدارية الحديثة في مجال الإدارة الرياضية لمواجهة التغيرات السريعة في دول العالم. وضرورة استخدام أساليب مستحدثة من قبل المدراء للتخلص من العمل التقليدي الكلاسيكية المتبع. وإعطاء حوافز وجوائز للعاملين المبدعين في عملهم من اجل خلق جو المنافسة الشريفة بين العاملين وزيادة الإنتاج بشكل كبير.

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

يعد تقويم الأداء الإداري لمؤسسات الدولة من اهم العمليات التي تمارسها الحكومات في تنظيماتها بل وتعد العنصر الأساسي لنجاح تلك المؤسسة من عدمه ويعتبره بعض المحليين جزء أساسي من أي عمل اداري ولا يمكن الاستغناء عنه.

وتعد المؤسسات الرياضية في العراق من اهم المؤسسات التي تساعد وتساهم في تطوير الشباب والرياضة بل انها تعد عنصر مهم في رفد المنتخبات الرياضية باللاعبين المتميزين حيث تعد مديريات وزارة الشباب والرياضة وما تعمل به من خدمات مهمه لرعاية الموهبة الرياضية وكل هذا لا يتم بأفضل صورة من دون وجود أداء اداري فعال يعتمد على أسس علمية في كيفية إدارة تلك المديريات المهمة ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي حيث ترى الباحثة ان من أسباب تطوير الشباب ورعاية الموهبين الرياضيين هو وجود

أداء اداري فعال يمتلك كل عناصر الإدارة الجيدة والتي تساعد في تطوير تلك الفئة من الشباب ومن خلال خبرة الباحثة واطلاعها على الكثير من الدراسات التي تتعلق بأهمية الأداء الإداري وجدت انه من الأهمية النظر في هذا الموضوع المهم والبحث فيه لتحديد اهم النقاط الجيدة لدى القيادات الإدارية الرياضية وهم المدراء في رعاية الشباب والموهبة الرياضية.

ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي في تقويم القيادات الإدارية وهم المدراء في جوانب أدائهم الإداري لتلك المديرات وكيفية الاهتمام برعاية الموهبة الرياضية فيها.

1-2 مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث الحالي في الإجابة على التساؤل التالي:

- ما هو دور الاداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة لرعاية الموهبين الرياضيين؟ وهذا التساؤل مهم جدا في التعرف على مستوى الأداء لدى القيادات الإدارية لتلك المديرات وما هي نقاط القوة لديهم لتعزيزها وما هي نقاط الضعف لديهم لتقويتها.

1-3 أهداف البحث:

- التعرف على فاعلية الأداء الإداري لدى مدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة لرعاية الموهبين الرياضيين من وجهة نظر العاملين فيها.

1-4 مجالات البحث:

المجال البشري: العاملين في وزارة الشباب والرياضة العراقية.

المجال الزمني: 2020/9/9 - 2020/12/1.

المجال المكاني: مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته طبيعة البحث وحل لمشكلة البحث الحالي¹.

2-1 مجتمع البحث وعينته:

حددت الباحثة مجتمع بحثها بجميع العاملين في مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية والبالغ عددهم (500) من العاملين وبنسبة 43% والموزعين على (10) مديريات والموزعين حيث تم استبعاد العينة الاستطلاعية وبذلك يصبح عينة البحث (215) من العاملين كما في الجدول (1) .

¹ محجوب إبراهيم ياسين : الاختبارات والمقاييس في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة, دار الدكتور للعلوم الإدارية والاقتصادية , بغداد , 2015

جدول (1)

يبين مجتمع البحث وعينته من العاملين في مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية

ت	اسم المركز	المجتمع	عينة الثبات	عينة الاستطلاعية	عينة البحث
1	دائرة التربية البدنية	45	1	1	21
2	دائرة الاقاليم والمحافظات	40	1	1	21
3	دائرة الشؤون المالية	55	1	1	21
4	دائرة الجهد الهندسي	49	1	1	21
5	دائرة المتابعة والتنسيق والتوجيه	45	1	1	21
6	دائرة الشؤون الإدارية و القانونية	53	1	1	21
7	دائرة الاعلام الحكومي	52	1	1	21
8	دائرة الثقافة والفنون	52	1	1	21
9	دائرة الطب الرياضي	55	1	1	21
10	دائرة الرعاية والإنتاجية العلمية	54	1	1	21
	المجموع	500	10	10	215

3-3 اداة قياس الاداء :

من أجل التعرف على فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية لمراكز رعاية الموهوبين الرياضيين وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والمصادر والمقاييس الخاصة بموضوع البحث الحالي ومنها دراسة (سلام حنتوش رشيد , مازن هادي كزار) وجد ان الدراسات قد تكلمت عن الأداء الإداري القيادي للعمداء ورؤساء الجامعات وبما ان الدراسة الحالية تتكلم عن مدراء المديريات وزارة الشباب والرياضة ولطبيعة الموضوع الحالي قامت الباحثة بأعداد استبانة خاصة لموضوع البحث الحالي والخاصة (تقويم فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة) حيث تكونت الاستبانة من (30)عبارة موزعه على (4) مجالات .

2-4 الشروط العلمية للاستبانة:

2-4-1 صدق الاستمارة:

قامت الباحثة بعرض الاستمارة المعدة الخاصة (تقويم فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة) من قبلها على عدد مجموعه من الخبراء والمختصين في مجال الإدارة الرياضية والبالغ عددهم (9) خبراء كما في ملحق (1) ومن خلال ملاحظتهم وابداء اراءهم السديدة تمت الموافقة على

العبارات التي تمثل واضح موضوع البحث الحالي وبذلك حصلت الاستبانة على موافقة صلاحية الاستبانة وإمكانية تطبيقها على العينة المستهدفة.

2-4-2 ثبات الاستمارة:

توجد طرائق متعددة للتحقق من ثبات الأداة ويعد أسلوب استخدام طريقة إجراء الاختبار وأعدته بعد مدة زمنية بحدود الأسبوعين.¹

حيث قامت الباحثة بإيجاد ثبات الاستبانة من خلال استخدام طريقة إعادة الاختبار على العينة إذ تم تطبيق الاختبار على (10) من العاملين في مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية ومن خارج عينة البحث وبنسبة (2%) من مجتمع البحث الكلي حيث تم اختيارها بالطريقة العشوائية وبعد أسبوعين تم تطبيق الاختبار مرة أخرى على نفس العينة حيث بلغ معدل الثبات (97%) وهو معامل ثبات عالي جدا يمكن الاعتماد عليه. وأصبحت الاستبانة بالصورة التالية كما في جدول (2)

جدول (2)

استبانة فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة بشكلها النهائي

ت	المجال	العبارات
1	القيادة الفعالة	7
2	التحسين المستمر والتميز	8
3	المشاركة والعمل الجماعي	6
4	اتخاذ القرارات على أساس الحقائق	9
	المجموعه	30

2-5 التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء تجربة استطلاعية في يوم الاربعاء الموافق 2019/9/16 على عينة من العاملين في مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية ومن خارج عينة البحث والبالغ عددها (10) وبنسبة (2%) عاملين حيث تمت الاستفادة من التجربة الاستطلاعية في معرفة الوقت المخصص للإجابة على الاستبانة من قبل عينة البحث. وكذلك معرفة اهم المشاكل والعراقيل التي تواجه عينة البحث والباحث من أجل تجاوزها وكذلك معرفة إمكانية فريق العمل المساعد على أداء التجربة .

¹ محجوب إبراهيم ياسين : مصدر سبق ذكره , ص 12.

2-8 التجربة الرئيسية:

تمت اجراء التجربة الرئيسية بعد ان تأكدت الباحثة من توافر جميع الشروط العلمية الخاصة بالاستبانة قامت الباحثة بتوزيع استمارات الاستبيان على عينة البحث والبالغ عددهم (215) في يوم 2019/9/30 .

2-9 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الإحصائية Spss من قبل الباحثة لمعالجة البيانات .

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

من اجل تحقيق هدف البحث قامت الباحثة باستخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاستبانة (تقويم فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية) من خلال درجات العينة المستهدفة التطبيق (التجربة الرئيسية) والبالغ عددها (215) من العاملين وكما في الجدول (3) وشكل (1) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري .

جدول (3)

يبين دلالة الفروق بين الوسط الحسابي المتحقق والانحرافات المعيارية وقيمة T لمجالات الاستبانة

ت	المجال	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	
				الجدولية	المحسوبة
1	القيادة الفعالة	28,94	1,32	11,28	1,67
2	التحسين المستمر والتميز	27,02	1,76	12,07	1,67
3	المشاركة والعمل الجماعي	28,90	1,80	11,85	1,67
4	اتخاذ القرارات على أساس الحقائق	30,18	1,91	11,97	1,67
	الدرجة الكلية للاستبانة	115,04	6,79	47,17	1,67

من خلال جدول (3) يتضح لدى الباحثة ان الاستجابات معنويات الفروق بين الاوساط الحسابي المتحقق وطريق استخدام الاختبار الطائي (T) لعينة واحدة كأحد الوسائل الإحصائية لتحقيق الغرض الاساسي للتعرف تقويم فاعلية الأداء الإداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية من وجهة نظر العالمين , وقد تبينت النتائج المتعلقة بتحليل البيانات الاساسية ان الوسط الحسابي المتحقق لدرجات استجابات افراد عينة البحث (الرئيسية) قد بلغت (115,04) درجة بانحراف معياري بلغ (6,79) درجة .

حيث حصل مجال (اتخاذ القرارات على أساس الحقائق) على الترتيب الأول بوسط حسابي يبلغ (30,18) وبدرجة انحراف معياري يبلغ (1,91).

بينما حصل مجال (القيادة الفعالة) على الترتيب الثاني بوسط حسابي يبلغ (28,94) وبدرجة انحراف معياري يبلغ (1,32).

بينما حصل مجال (المشاركة والعمل الجماعي) على الترتيب الثالث بوسط حسابي يبلغ (28,90) وبدرجة انحراف معياري يبلغ (1,80).

بينما حصل مجال (التحسين المستمر والتميز) على الترتيب الثاني بوسط حسابي يبلغ (27,02) وبدرجة انحراف معياري يبلغ (1,76).

يتبين ان الفرق لصالح الوسط الحسابي المتحقق وهذا يدل على ان فاعلية الأداء الاداري لمدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة العراقية هو مستوى فوق الوسط , وترى الباحثة ان السبب الرئيسي في ذلك هو مدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة يعملون على مبدأ أهمية التواصل مع العاملين واخذ آرائهم في عمليات اتخاذ القرارات التي تحتاج الى المشاركة الجماعية باتخاذ القرارات التي تخص المديريات ولهذا كانت نسبة عالية من العاملين قد اجابوا بان هنالك نسبة كبيرة من المدراء يعلمون على مشاركة قراراتهم مع العاملين . وهذا ما أشار اليه¹ الى ان عملية اتخاذ القرارات هي عملية محورية مهمه جدا في أي مؤسسة من مؤسسات الدولة حيث ان المشاركة مع العاملين يعزز من قيمة القرار ويعطيه الصفة الشرعية للتنفيذ من الجميع.

وكذلك ان للقيادة الفعالة دور كبير في عمل المؤسسات الرياضية ولاسيما مديريات وزارة الشباب والرياضة حيث ان القائد هو من يعمل على تحفيز العاملين على أداء أعمالهم بشكل إيجابي وما يترك انطباع ايجابي لدى العينة وبهذا حصل مجال القيادة الفعالة على الترتيب الثاني في الاستبانة. وهذا ما أشار اليه² الى ان القيادة هي توجيه كافة الجهود داخل الهيئة الإدارية لتحقيق أهدافها بالشكل الإيجابي لان العاملين يتأثرون بشكل مباشر بقيادتهم ولهذا وجب على القيادات ان تكون فعالة وذات تأثير كبير على العاملين من اجل التأثير بهم وتحقيق اهداف المؤسسة بالشكل الافضل .

وكذلك الحال بالنسبة للمشاركة والعمل الجماعي حيث ان مشاركة المدراء للعاملين في العمل وتوجيه العمل بالشكل الصحيح له مردود إيجابي كبير على المؤسسة وبالتالي كانت إجابات العينة نحو هذا المجال بنوع من الإيجابية ولكنها ليست بالمستوى المطلوب وهذا ما يدل على ضرورة المشاركة الجماعية في العمل وضرورة ان يكون المدراء متعاونين مع العاملين من اجل تحقيق اهداف المؤسسة او الوزارة وهذا ما قاله (خالد اسود لا يخ .2020,ص99) الى ان سبب نجاح المؤسسة هو التشارك او التشاركية بين الأعلى سلطة والاقل سلطة مما يساعد على خلق جو اجتماعي بين تلك المستويات تعمل على تحقيق اهداف المؤسسة بشكل إيجابي وفعال .

اما بالنسبة التحسين المستمر والتميز فان اغلب مؤسسات العالم تبحث عن التحسين في عملها بل وتبحث عن التميز الذي يميزها عن باقي المؤسسات في تلك الدول ولهذا نرى ان الاستجابات كانت قليلة من العينة والسبب ان المدراء لتلك المديريات لا يبحثون عن التميز بل يبحثون عن القيادة التقليدية المملة والتي من شأنها لا ترتقي مع تطورات العالم ولا تتوافق مع متطلبات السوق حيث اغلب المؤسسات يكون عملها بالدرجة الأساس التوافق مع احتياجات السوق وما هو مطلوب ولكن نرى ان تلك القيادات تبحث عن كل ما تقليدي بعيد كل البعد عن الجدية في العمل وعدم مواكبة التطورات

1اسلام حنتوش رشيد واخرون : مفاهيم إدارية لطلبة التربية الرياضية , دار دجلة للطباعة والنشر, الأردن,2016 .

2 عبدالله هزاع : الإدارة الرياضية لطلبة كليات التربية الرياضية .الدار الجامعية للطباعة والنشر , العراق.,2017.

التكنولوجية في دول العالم وهذا ما قاله (صلاح وهاب شاكر .2013:ص105) ¹ الى ان التطور في المؤسسات الرياضية لابد من تواجد التحديث المستمر ومواكبة كل التطورات العالمية من أجل عدم التأخر في ذلك .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات: من خلال عرض النتائج التي توصلت اليها الباحثة خرجت ببعض الاستنتاجات المهمة وهي :

- ان القيادة الفعالة لدى مدراء مديريات وزارة الشباب والرياضة حصت على نسبة كبيرة من الاستجابات وهو ما يؤكد قوة القيادة بين القائد المدير والعاملين.
- اغلب المدراء في مديريات وزارة الشباب والرياضة يشاركون العاملين في اتخاذ القرارات وهذا ما اكده نسبة كبيرة من الاستجابات للعينة.
- ضعف المشاركة الجماعية بين المدراء والعاملين كان سبب في ظهور نتائج ضعيفة من خلال استجابات العينة وهذا يؤكد على ان القادة لا يتشاركون في العمل الجماعي مع العاملين.
- عدم مواكبة التكنولوجيا المتطورة للدول المتقدمة والتمسك بالأساليب الكلاسيكية القديمة في المعاملات وتسيير عمل المؤسسات الرياضية كان سبب في ظهور نتائج ضعيفة للعينة على هذا المجال.

4-2 التوصيات:

- ضرورة تقوية العلاقة بين المدراء والعاملين من ناحية المشاركة الجماعية فيما بينهم من خلال إقامة الدورات التدريبية للمدراء بضرورة لاهتمام بجانب المشاركة الجماعية مع العاملين .
- مواكبة التطورات الإدارية الحديثة في مجال الإدارة الرياضية لمواجهة التغيرات السريعة في دول العالم.
- ضرورة استخدام أساليب مستحدثة من قبل المدراء للتخلص من العمل التقليدي الكلاسيكية المتبع.
- إعطاء حوافز وجوائز للعاملين المبدعين في عملهم من اجل خلق جو المنافسة الشريفة بين العاملين وزيادة الإنتاج بشكل كبير.

المصادر:

- خالد اسود لايخ واخرون: المفاهيم الإدارية الحديثة وعلاقتها بإدارة المؤسسات الرياضية ,دار دجلة للطباعة والنشر ,الأردن, 2020 .

¹ صلاح وهاب شاكر : المبادئ الإدارية لطلاب التربية الرياضية , دار الايك للطباعة والنشر ,بغداد ,2013.

- سلام حنتوش رشيد واخرون : مفاهيم إدارية لطلبة التربية الرياضية , دار دجلة للطباعة والنشر, الأردن, 2016 .
- صلاح وهاب شاكر : المبادئ الإدارية لطلاب التربية الرياضية , دار الايك للطباعة والنشر , بغداد , 2013.
- عبدالله هزاع : الإدارة الرياضية لطلبة كليات التربية الرياضية .الدار الجامعية للطباعة والنشر , العراق, 2017.
- محجوب إبراهيم ياسين : الاختبارات والمقاييس في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة, دار الدكتور للعلوم الإدارية والاقتصادية , بغداد , 2015
- Khaled Aswad Laykh and Others: Modern Management Concepts and Their Sports .Institutional Relationships, Dijlah Publishing House, Jordan, 2020
- Salam Hantoush, Rasheed and Others: Administrative Concepts for Physical Education .Students, Tigris House for Printing, Jordan, 2016
- Salah Wahhab Shaker: Guidelines for Physical Education Students, IK House for .Printing and Publishing, Baghdad, 2013
- Abdullah Hazaa: Sports Administration for Physical Education Faculties, University .House for Printing and Publishing, Iraq, 2017
- Mahjoub Ibrahim Yassin: Tests and Standards in the Field of Education and Sports Sciences, Dar Al-Doctor for Higher Administrative Sciences, Baghdad, 2015.

الملاحق

ملحق (1) أسماء الخبراء الذين عرض عليهم مقياس البحث

ت	الاسم	اللقب	التخصص	مكان العمل
1	وليد خالد همام محمد	أ.د	الإدارة الرياضية	جامعة الموصل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	عبد الحلیم جبر نزال	أ.د	الإدارة الرياضية	جامعة البصرة-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	محمد فاضل مصلح	أ.د	الإدارة الرياضية	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	عدي غانم الكواز	أ.د	الإدارة الرياضية	جامعة الموصل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	ياسين علي خلف	أ.م.د	الإدارة الرياضية	جامعة الانبار-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	غزوان عزيز محسن	أ.م.د	الإدارة الرياضية	جامعة واسط-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	شاهين رمزي رفیق	أ.م.د	الإدارة الرياضية	جامعة كركوك- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	حيدر محمد مصلح	أ.م.د	الإدارة الرياضية	جامعة القادسية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	زينب فلاح حسن	م.د	الإدارة الرياضية	جامعة المستنصرية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة