

بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق لللاعبين جيمبار الباركور المتقدمين

ستيفان ججو مارزينا كرش / كلية التربية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الحمدانية
stevan.garash89@gmail.com

علي حسين طليل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
dr.tobelali9@uomosul.edu.iq

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٣/٦/٢٢)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٣/٥/١)

DOI: (10.33899/rjss.2024.140644.1193)

الملخص

هدفت الدراسة الى:

بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق لللاعبين جيمبار الباركور المتقدمين في مدينة الموصل، فضلاً عن بناء معايير لاختبار القدرة الحركية على التسلق لللاعبين جيمبار الباركور المتقدمين في مدينة الموصل.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث، واشتمل مجتمع البحث على لاعبي رياضة جيمبار الباركور المتقدمين في مدينة الموصل، والبالغ عددهم (٦٥) لاعباً، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي بلغت (٤٢) لاعباً، يمثل هذا العدد نسبة (٦٤.٦٢%) من مجتمع البحث، كما قام الباحثان بتحليل محتوى الفعالية للتعرف على متطلباتها وبناء اختبار حركي يحاكي متطلبات رياضة الباركور وحسب الخطوات العلمية لبناء الاختبارات، وتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية (IBM Spss).

للتوصل الباحثان الى النتائج والمتمثلة:

١- تم بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق خاص بلاعبي جيمبار الباركور.

٢- تم وضع معايير خاصة لاختبار القدرة الحركية على التسلق خاص بلاعبي جيمبار الباركور.

الكلمات المفتاحية : بناء، اختبار، التسلق، جيمبار الباركور.

Constructing a climbing kinematic ability test for advanced parkour gymnasts

Stevan Garash

College of Education, Department of Physical Education and Sports Sciences, Al-Hamdaniya University

stevan.garash89@gmail.com

Ali Hussein Mohammed

College of Physical Education & Sports Sciences / University of Mosul

dr.tobelali9@uomosul.edu.iq

Received Date (01/05/2023)

Accepted Date (22/06/2023)

DOI: (10.33899/rjss.2024.140644.1193)

ABSTRACT

The study aimed to:

Constructing a test of the motor ability to climb for advanced parkour gymnasts in the city of Mosul, as well as building standards for testing the motor ability to climb for advanced parkour gymnasts in the city of Mosul.

The researcher used the descriptive survey method for its suitability and the nature of the research, and the research community included advanced parkour gymnasts in the city of Mosul, who numbered (65) players, and the research sample was chosen by the intentional method, which amounted to (42) players, this number represents (64.62%) from the research community. The researcher also analyzed the content of the activity to identify its requirements and Constructing a motor test that simulates the requirements of the parkour sport, according to the scientific steps to build the tests, and the data was processed statistically using the statistical bag (IBM Spss.)

To reach the researchers to the results, which are:

- Constructing testing the motor ability to climb for parkour gymnasts
- Developing special standards for testing the motor ability to climb for parkour gymnasts.

Keywords : Constructing, testing, climbing, parkour gymnastics.

١ - التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

إن اللاعب لا يستطيع تحقيق الإنجاز الجيد ما لم يتوفر لديه القدر الكافي من الإعداد البدني والتركيز على القدرات الحركية الخاصة بكل مهارة " فالمهارات الحركية لا تتحقق إلا في وجود القدرات الحركية الخاصة". (Robert , V.Hochey , Physicalfitness,1981)

ولعبة جيمباز الباركور واحدة من الألعاب التي تحتاج إلى متطلبات بدنية وحركية عالية في أثناء الاداء، إذ يتطلب ادائها قطع اللاعب لمسار حركي داخل ميدان الباركور من خلال اجتياز العقبات، ولاسيما في أثناء تغيير الاتجاه، واداء (القفزات، والوثبات، والقلبات، والتعلق، والتسلق، والسحب، والزحف) بسرعة، لذلك فقد يتأثر مستوى اداء اللاعب بما يمتلكه من قدرات بدنية وحركية خاصة تؤثر على نتائجه في السباق، فمن الضروري أن يتميز لاعب الباركور بقدرات بدنية وحركية خاصة عالية من قوة في عضلات الذراعين والرجلين، ورشاقة ومرونة حركية وغيرها، " حيث أن تنفيذ فن الأداء الحركي بإتقان يؤكد دليل البناء البدني الجيد". (الربيعي، ٢٠٠٥، ١١)

إذ إن اللاعب لن يستطيع إتقان المهارات الحركية الأساسية الخاصة بجيمباز الباركور في حالة افتقاره للقدرات الحركية الضرورية لهذا النوع من الرياضة، فهناك قدرات حركية أساسية وراء النجاح في أنواع حركات الباركور المختلفة عبر جميع العوائق والعقبات الخاصة بالباركور، وكل حركة أو نشاط يقوم بها اللاعب يتطلب صفات وقدرات بدنية وحركية معينة يجب توافرها فيه حتى يتمكن من القيام بهذا النشاط.

وجيمباز الباركور تعد إحدى أنواع الألعاب الرياضية المهمة، وذات الأداء المهاري المتميز، إذ يتطلب ممارستها اداء مهارات حركية عالية، ولتحقيق الانجازات العالية المستوى فيها يتطلب ذلك النجاح بأدائها، إذ انه " في الآونة الأخيرة نما الباركور أكثر وأصبح أكثر شعبية، وأصبح يمارسها مئات الشباب في جميع أنحاء العالم بفضل آثارها المفيدة على اللياقة البدنية، والصحة العقلية، والتعلم الاجتماعي" (Taylor et al., 2011, 6855) (Grosprêtre and Lepers, 2016, 526-535)

"وبالنسبة لممارسي جمباز الباركور يصبح العالم بأسره ملعباً مناسباً في بيئة حضرية من خلال الاستفادة من مهاراتهم الحركية ومواهبهم، هذا ويهدف ممارسو الباركور أو (المتتبعون traceurs) إلى الانتقال من نقطة إلى أخرى في بيئة معقدة مليئة بالعقبات، بدون معدات مساعدة وبأسرع طريقة ممكنة وأكثرها فعالية، ويجب أن يتعلموا استخدام الأشياء الشائعة مثل الأشجار، والقضبان، والمقاعد، والجدران كمعدات تمرين لأداء مجموعة واسعة من الحركات بما في ذلك التحرك المستمر، والقفزات المتكررة، والتسلق السريع، وغيرها من الحركات". (Miller and Demoigny, 2008, 166)

وتعتمد رياضة جمباز الباركور على مفردات مشتركة للحركات، إذ يوجد عدد كبير من الحركات، لذلك من السهل تقسيمها حسب الفئات، وبشكل عام يتكون جمباز الباركور من القفز والتسلق والزحف والسحب والموازنة والحركات البهلوانية (حركات الجمباز الفني) ويتم دمج الحركات الفردية في خطوط كمسار في أثناء الانتقال والطيران، وتنقسم هذه الخطوط إلى فئتين عامتين هما تحديات الأداء وتحديات حل المشكلات في اجتياز العقبات إذ يتضمن تحدي الأداء إكمال سلسلة من الحركات بشكل جيد، ويمكن أن يكون قفزاً وهبوطاً، أو سلسلة معقدة من القفزات، وغالباً ما يكون لتحديات حل المشكلات عنصر التسلق وقد يختار الرياضي نقطة على طول الجدار ويحاول الصعود إليها، أو إيجاد أفضل طريقة للعبور إلى عقبة بعيدة دون لمس الأرض. (Malina ، ٢٠٠٤، ٧١)

تعتمد التحديات التي يتألف منها الباركور على مفردات مشتركة للحركات، حيث يوجد عدد كبير جداً من الحركات التي يستخدمها اللاعب في الميدان، وبشكل عام يتكون الباركور من الفئات التالية: القفز والوثب (vaulting) والتسلق والسحب والتوازن والحركات الاكروباتيكية. (Colin, Tyson, Juliet, draft, 2015, 6) (Jesse, 2006)

كما أشار (Pool, 2013) بأن الحركات في جمباز الباركور تتنوع تنوعاً كبيراً لكن يمكن إدراجها جميعاً تحت تصنيفات رئيسية هي: القفزات (jumps) والوثب (vaults)، والتسلق (climbing) والدرجات (Rolls) وكل حركة تدرج تحت هذه التصنيفات لها أسسها الفنية والتدريبات البدنية والمهارية الخاصة بها. (Pool. ٢٠١٣. ١٢٢-١٢٩)

وتعد الاختبارات والمقاييس إحدى الوسائل المهمة في جمع البيانات لأغراض تقويم اللاعبين في جميع الألعاب بغية الوقوف على مستوياتهم وتطويرها نحو الأفضل، إذ أن البيانات التي نحصل عليها باستخدام اختبارات موضوعية والتي تتسم بالدقة تمنح القدرة للمدربين لتحقيق العديد من أغراض القياس كالتشخيص والتوجيه والإرشاد والتصنيف والتنبؤ والبحث العلمي، وبواسطة هذه الاختبارات والتقويم الموضوعي لها يمكن تقويم المناهج التدريبية المعتمدة من قبل المدربين، فيما نجد هنا وفق معطيات رياضة جمباز الباركور الافتقار إلى الاختبارات بصورة عامة نظراً لحداتها إلى حد ما، وعلى وفق هذا الأساس ستمدنا هذه الدراسة باختبار يستفاد من تجربتين في التعرف على مستوى تطوير لاعبيهم.

٢-١ مشكلة البحث:

برزت مشكلة البحث بعدم وجود اختبارات خاصة بهذه الرياضة تساعد في التعرف على القدرات الحركية الخاصة للاعبين الممارسين لها ومنها قدرتهم على التسلق، وعليه ارتأى الباحثان بناء اختبار يتم من خلالها التعرف على القدرة الحركية على التسلق للاعبي جمباز الباركور.

٣-١ اهداف البحث:

- ١- بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبي جمباز الباركور المتقدمين في مدينة الموصل.
- ٢- بناء معايير لاختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبي جمباز الباركور المتقدمين في مدينة الموصل.

٤-١ مجالات البحث:

- ١-٤-١ المجال البشري: لاعبو جمباز الباركور المتقدمين في مدينة الموصل.
- ٢-٤-١ المجال الزمني: ابتداءً من ١٩/١٠/٢٠٢١ ولغاية ٢٧/٣/٢٠٢٣
- ٣-٤-١ المجال المكاني: القاعة الجمناستك في فرع الألعاب الفردية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.

٥-١ تحديد المصطلحات:

١-٥-١ القدرات الحركية: "مجموعة من الصفات الحركية التي يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة به أو قد تكون موجودة بشكل فطري وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية من خلال التدريب والممارسة، وتعتمد هذه القدرات على السيطرة الحركية بشكل رئيس فان السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي والمحيطي على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لهدف انجاز الواجب الحركي. (الدليمي، ٢٠٠٨، ٧٣)

التعريف الاجرائي: هي مدى كفاءة وقدرة لاعب الباركور على ربط عدد من الحركات المتنوعة ومختلفة الاتجاهات لأجزاء الجسم بالشكل الذي يمكن لاعب الباركور من تخطي العوائق المختلفة بأقل جهد وزمن.

٢-٥-١ جمباز الباركور: "هي رياضة فردية جديدة نسبياً يحاول فيها الرياضيون التغلب على عقبات مختلفة عن طريق التآرجح والجري والقفز والتسلق". (Coolkens et al., 2018)

2- إجراءات البحث

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث لاعبي رياضة جمباز الباركور المتقدمين في مدينة الموصل، والبالغ عددهم (٦٥) لاعباً، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي بلغت (٤٢) لاعباً، يمثل هذا العدد نسبة (٦٤.٦٢%) من مجتمع البحث، حيث تم استبعاد بقية اللاعبين لأسباب (عدم الحضور، والإصابة)، والجدول (١) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته.

الجدول (١) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته

عينات البحث				عينة البحث	مجتمع البحث	العدد والنسبة المئوية
المعايير	الصدق التمييزي	الثبات	الاستطلاعية	42	٦٥	العدد
٤٢	٣٠	٣٠	الأولى	%٦٤.٦٢	%١٠٠	النسبة المئوية
			الثانية			

٣-٢ وسائل جمع المعلومات والبيانات:

إن طبيعة مشكلة البحث تفرض على الباحث استخدام عدد من وسائل جمع المعلومات للوصول إلى النتائج المرجوة ولهذا استخدم الباحث الوسائل الآتية:

- تحليل المحتوى.
- الاستبيانات.
- المقابلات العلمية.
- الملاحظة العلمية.
- الاختبارات والقياس.

٤-٢ خطوات بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبي جمباز الباركور المتقدمين:

تعد الاختبارات إحدى الوسائل المهمة في جمع البيانات، ونظراً لعدم وجود اختبارات لقياس القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز الباركور على حد علم الباحث، وباعتماد على الفئات الخاصة بجمباز الباركور والتي تتضمن (القفزات) (jumps)، (vaulting)، الزحف، السحب، الموازنة، الحركات الاكروبياتيكية (حركات الجمباز الفني)، والتسلق (climbing)، والدحرجات (Rolls)، والتأرجح، والجري)، وبما أن فئة التسلق تعد من إحدى الفئات الضرورية لتخطي العقبات التي يواجهها لاعب الباركور في اثناء الأداء، لذا قام الباحثان ببناء اختبار للقدرة الحركية على التسلق تحاكي اللعبة كما تم مراعاة عند تصميم الاختبار أن يكون ملائم ومشابه الى حد ما لطبيعة لأداء الحركي في جمباز الباركور، فضلاً عن استشارة عدد من الخبراء والمتخصصين في مجال القياس والتقويم ومجال الجمناستك في مقابلة علمية حول إجراءات بناء اختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبي جمباز الباركور ملحق (١) بحكم قرب فعالية الجمناستك من فعالية الباركور والبالغ عددهم (٨) خبراء ملحق (٢)، وأدناه التفاصيل الكاملة للاختبار المصمم.

وبعد أن أكمل الباحثان تصميم الاختبار اعد استمارة استبيان ملحق (٣) تم توزيعها على مجموعة من الخبراء والمختصين وعددهم (١٣) خبيراً ملحق (٢) في الباركور والجمناستك والقياس والتقويم وعلم التدريب الرياضي وفلسجة التدريب الرياضي وعلم الحركة بالإضافة الى إرفاق فيديو يوضح طريقة أداء الاختبار ليكون واضح لهم بشكل أفضل، فضلاً عن جلوس الباحثان مع الخبير عند الإجابة على الاستبيان ليتم توضيحه بشكل أدق لمعرفة مدى ملائمة وصلاحيه الاختبار المقترح والحصول على نسب اتفاق حول صلاحية الاختبار للاعبي جمباز الباركور المتقدمين، فضلاً عن رأي الخبير في صلاحية القدرة الحركية المرشحة التي من المفترض أن الاختبار المصمم يقيسها، ويبين الجدول (٦) نسب اتفاق آراء السادة الخبراء والمتخصصين على صلاحية الاختبار المصمم.

الجدول (٢) يبين نسب اتفاق آراء السادة الخبراء والمتخصصين حول الاختبار المصمم

ت	الاختبارات	رأي الخبراء		النسبة المئوية
		يصلح	لا يصلح	
١	اختبار التسلق على الجدار	١٢	١	٩٢,٣١%

من الجدول (٢) انه تم قبول الاختبار وذلك لحصوله على نسب اتفاق أعلى من (٧٥%) من آراء الخبراء كما يشير (بلوم وآخرون) انه على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (٧٥%) فأكثر لقبول الظاهرة. (بلوم وآخرون، ١٩٨٣، ١٢٦)

٢-٥ الأجهزة والأدوات المستخدمة:

(شريط قياس، طباشير، شريط لاصق، حائط لا يقل ارتفاعه عن ٣ متر).

٢-٦ التجارب الاستطلاعية:

قبل إجراء التجارب الاستطلاعية قام الباحث بالتأكد من السلامة الصحية للاعبين من خلال الاستفسار عن حالتهم البدنية وخلوهم من الاصابات، فضلاً عن التأكد من ملائمة وسلامة الاجراءات، والطريقة التي من خلالها يتم الحصول على البيانات، لذلك قام الباحث بإجراء عدد من التجارب الاستطلاعية للاختبار، إذ " تعد التجربة الاستطلاعية من أهم الاجراءات المطلوبة والضرورية لغرض تنفيذ متطلبات العمل العلمي الدقيق، ولأجل تذليل الصعوبات والاجراءات غير الاقتصادية في الجهدين المادي والبشري" (محمود، ٢٠٠٣، ٣٨)، وكذلك "تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً علمياً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها".

(المندلاوي، ١٩٩٠، ١٠٧)

٢-٦-١ التجربة الاستطلاعية الأولى:

بعد الحصول على نسب اتفاق حول الاختبار المقترح، قام الباحث بتطبيق الاختبار تطبيقاً ميدانياً بتاريخ ٢٠٢٢/٧/١٧ على عينة من لاعبي الباركور تم اختيارهم عشوائياً من عينة البحث والبالغ عددهم (٨) لاعبين في قاعة الجمناستك/ فرع الالعاب الفردية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة الموصل وذلك لغرض التعرف على:

- ادارة سير العمل وتنظيمه.
- تشخيص المعوقات والسلبات التي قد تصادف الباحث.
- اجراء تدريب ميداني لأفراد فريق العمل المساعد(*) على طريقة التسجيل ومدى تفهمهم للاختبار.
- مدى تفاعل واستجابة العينة مع الاختبار.
- التأكد من مدى وضوح تعليمات وشروط اداء الاختبار.
- التأكد من ملائمة الابعاد والمسافات والتوقيتات الخاصة بالاختبار.
- التأكد من صلاحية وكفاءة الاجهزة والادوات المستخدمة مع توفير وسائل السلامة والامان.
- استخدام مبدأ التشويق والاثارة عند تنفيذ الاختبار، وذلك لمنع ظهور الملل عند ادائهم للاختبار.
- ملائمة الاستثمارات المعدة لتسجيل نتائج متغيرات.

وقد نتج عن هذه التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

- إمكانية فريق العمل المساعد في ادارة الاختبار.
 - صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في الاختبار والقياسات وتوفير وسائل الامان.
- ومن خلال التجربة الاستطلاعية الأولى تم تعديل الاختبار وكما يلي:
- حيث كان يتوجب على اللاعب وضع إحدى القدمين على الجدار لتليها القدم الثانية حيث تم تعديله بوضع قدم واحدة فقط لصعوبة أدائه بالوضع الأول.

٢-٦-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية:

للتأكد من مدى ملائمة التعديلات التي تمت على الاختبار نتيجة التجربة الاستطلاعية الأولى، أجريت التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٢٤ في قاعة الجمناستك/ فرع الالعاب الفردية في كلية

(*) اسماء فريق العمل المساعد:

ت	الاسم	الشهادة	الكلية	الجامعة
١	أ.د عبد الجبار عبد الرزاق حسو	دكتوراه	التربية البدنية	الموصل
٢	أ.م.د فراس محمود علي	دكتوراه	التربية البدنية	الموصل
٣	م.م ريفان سعيد ايشوع	ماجستير	التربية البدنية	الحمداية
٤	ديفيد أمير اسطيفو	ماجستير	التربية البدنية	الموصل
٥	أمير طلال عجم	ماجستير	التربية البدنية	الموصل
٦	فودليز أدور بربر	طالب ماجستير	التربية البدنية	الموصل

التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة الموصل على عينة مكونة من (٦) لاعبي باركور تم اختيارهم بطريقة عشوائية من عينة البحث.

وقد افترزت نتائج هذه التجربة على أن التعديلات التي اجريت على الاختبار كانت مناسبة لمستوى عينة البحث والملحق (٤) يبين الاختبار بصورته النهائية.

٢-٧ المعاملات العلمية للاختبارات:

٢-٧-١ صدق الاختبارات:

٢-٧-١-١ الصدق الظاهري:

تم الحصول على الصدق الظاهري من خلال استطلاع آراء الخبراء حول مدى صلاحية الاختبار وصدقه في قياس عناصر القدرة الحركية على التسلق، فضلاً عن مدى صلاحية الاختبار المصمم للعبة وللمستوى العينة التي بني الاختبار من اجلها وقد سبق شرح هذا الإجراء في الجدول (٢) " وحيث أن الصدق الظاهري هو الصدق الذي يدل على المظهر العام للاختبارات بوصفه وسيلة من وسائل القياس لدى ملائمة الاختبار للعينة ووضوح تعليماته " (أبو لبدة، ١٩٨٥، ٢٣٩).

٢-٧-١-٢ صدق المحتوى أو (المضمون):

ويطلق عليه الصدق بحكم التعريف، وقد تحقق هذا الصدق في الاختبار من خلال توضيح مفهوم الظاهرة المقاسة، إذ يشير (الحكيم، ٢٠٠٤) إلى أن " صدق المحتوى للاختبار يعتمد بصورة أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار لمحتويات عناصره، وكذلك المواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً وإذا معنوية عالية لتحقيق الهدف الذي وضع من اجله الاختبار " (الحكيم، ٢٠٠٤، ٢٣)، وقد توصل الباحث إلى صدق المحتوى عبر تحليل محتوى الفعالية للتعرف على القدرات الحركية التي تحتاجها والفئات التي تتضمنها الفعالية.

٢-٧-١-٣ الصدق التمييزي:

ويعني " قدرة الاختبار المقترح على التفريق بين الافراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من السمة أو القدرة من ناحية، وبين الافراد الذين يتمتعون بدرجة منخفضة من نفس السمة أو القدرة من ناحية أخرى ". (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٢٦٥)، إذ تم إيجاد الصدق التمييزي للاختبار المصمم والخاصة بالقدرة الحركية على التسلق للاعبين جيماز الباركور باستخدام أسلوب (المجموعتين المتضادتين) فمن خلال تطبيق الاختبار على عينة البحث والبالغ عددها (٣٠) لاعباً، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، وذلك بتاريخ (٢٠٢٢/٨/٤)، إذ تم ترتيب درجاتهم تنازلياً على الاختبار، وتم اختيار نسبة (٥٠%) من الدرجات (العليا، والدنيا) لتمثلاً للمجموعتين المتضادتين، وبذلك تضمنت كل مجموعة (عليا، ودنيا) (١٥) لاعباً، واعتمدت قيمة اختبار (ت) المحتسبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين، والجدول (٣) يبين ذلك .

الجدول (٣) يبين الصدق التمييزي لاختبار القدرة الحركية على التسلق

ت	الاختبارات	اختبار (Levene's)		المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (t)	قيمة (sig)
		قيمة (f)	قيمة (sig)	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	اختبار التسلق على الجدار	1.802	٠.187	٠.789	٠.067	.625	٠.039	9.664	٠.000

* معنوي عند مستوى معنوية $\geq (٠.٠٥)$

يبين الجدول (٣) أن قيم اختبار (Levene's Test for Equality of Variances) للتجانس بدلالة اختبار (f) كانت بين (1.802)، وقيم الاحتمالية (sig) تراوحت بين (٠.187)، وبما أنها قيمة أكبر من قيمة مستوى المعنوية (٠.٠٥)، فهذا يدل على صلاحية تجانس العينتين.

ويبين الجدول (٣) أن قيم اختبار (t) للاختبارات تراوحت بين (9.664)، وقيم مستوى الاحتمالية (sig) تساوي (٠.٠٠٠)، وعليه فإن الاختبار أثبتت قدرته التمييزية تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة مستوى الاحتمالية (sig) مع مستوى المعنوية (٠.٠٥)، وبما أن قيمة مستوى الاحتمالية (sig) كانت أصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠.٠٥)، فهذا يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين، ولمصلحة المجموعة العليا.

٢-٧-٢ ثبات الاختبارات:

"ثبات القياس Reliability of Measurement يعني أن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة Accurate وخالية من الخطأ Error، وهذا يعني انه في حالة تطبيق نفس أداة القياس (الاختبار أو المقياس) على الأفراد نفسهم أو الشيء أي عدد من المرات بنفس الطريقة والشروط، فإننا سوف نحصل على القيمة نفسها في كل مرة، حيث تدل هذه القيمة على أن الشيء الذي تم قياسه لم يتغير في غضون فترات القياس المختلفة". (رضوان، ٢٠٠٦، ٩٨)

ومن هذا المفهوم قام الباحثان بإيجاد الثبات عن طريق الاختبار وإعادة تطبيقه "حيث يعد أسلوب الثبات عن طريق الاختبار - إعادة الاختبار Test-retest reliability من أكثر الطرق المستخدمة في إيجاد معامل الثبات فيما يخص الاختبارات الأداء في التربية البدنية، وأكثرها شيوعاً أيضاً، حيث تعتمد على فكرة إعادة تطبيق الاختبار على الأفراد نفسهم وفي نفس الظروف مرة أخرى بعد انقضاء فترة زمنية، إذ يعبر معامل الارتباط بين التطبيقين (الأول والثاني) عن معامل الثبات أو معامل الاستقرار Coefficient of Stability كما يطلق عليه البعض". (حسانين، ٢٠٠٤، ١٤٩).

حيث تم إجراء التطبيق الأول للاختبار على (٣٠) لاعباً اختبروا بطريقة عشوائية من ضمن عينة البحث بتاريخ ٢٠٢٢/٨/١ أما التطبيق الثاني للاختبار فكان بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٨، وقد راعى الباحثان إعطاء مدة (٧) أيام بين كل تطبيق وآخر، حيث يرى (حسانين) "أن فترة أسبوع كفاصل بين التطبيقين في حال اختبارات الأداء Performance test في التربية البدنية تعتبر إجراء مناسب

للحصول على معامل الثبات بهذا الأسلوب" (حسانين، ٢٠٠٤، ١٤٩)، وقد تم إيجاد الثبات عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني للاختبار، باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبار الأول والثاني وقد اعتمد الباحثان درجة (٠.٧١) فأكثر لمعامل الثبات، إذ "ان الاختبارات غير الصادقة وغير الثابتة وغير الموضوعية هي التي تقل معاملاتها العلمية عن (٠.٧١)، وخاصة في الاختبارات الحركية" (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٣٢٨)، وعليه " فان معامل الارتباط الذي يساوي (٠.٧٠) فأكثر يدل على وجود علاقة قوية بين المتغيرين، والجدول (٤) يبين ذلك.

٢-٧-٣ الصدق الذاتي:

"من اجل الدعم العلمي للاختبارات المقبولة قام الباحث باستخدام أكثر من نوع من أنواع الصدق وذلك زيادة في رصانة الاختبارات المقبولة فتم استخدام الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار".

(رضوان، ٢٠٠٦، ٢١٦).

وتم الحصول على معامل الصدق الذاتي للاختبار من خلال ايجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات جدول (٤) كما في المعادلة الاتية: الصدق الذاتي = معامل الثبات (فرحات، ٢٠٠١، ١٢٣)

الجدول (٤) يبين معاملات الثبات والصدق الذاتي للاختبار المصمم

ت	الاختبارات	وحدة قياس	معامل الثبات	الصدق الذاتي
١	اختبار التسلق على الجدار	سم	٠.٩٠	٠.٩٥

من الجدول (٤) يتبين أن الاختبار قد حصل على معاملات ثبات وصدق ذاتي ومعامل موضوعية بدرجة جيدة ومناسبة يمكن اعتمادها.

٢-٧-٤ موضوعية الاختبارات:

تشير الموضوعية إلى أن " الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار ". (الياسري وعبد المجيد، ٢٠٠١، ٨٠)

"فضلا عن أن الاختبار المصمم واضح من حيث طريقة التسجيل، وغير قابلة للتأويل، وبعيد عن التقويم الذاتي، إذ يتم التسجيل باستخدام (المسافة / سم)، وبذلك يعد الاختبار المستخدم ذات موضوعية عالية " والتي ترجع في الاصل إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به". (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٢٩٩)

٨-٢ التطبيق النهائي للاختبارات:

بعد التأكد من صلاحية الاختبار من خلال إيجاد المعاملات العلمية وملائمة الاختبار لعينة البحث قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء التجربة الرئيسة بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢١ وقد راعى الباحث النقاط التالية عند التطبيق.

- تجهيز الاستمارات الخاصة بتسجيل النتائج.
- إعطاء فترة راحة مناسبة بين تكرار وآخر للاختبار الواحد بما يضمن عودة اللاعب الى حالته الطبيعية.
- إجراء الاختبار في الساعة التاسعة صباحاً.

٩-٢ الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - النسبة المئوية.
 - اختبار (Levene's) للتجانس.
 - معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
 - معادلة الصدق الذاتي.
 - اختبار (Shapiro-Wilk) و (Kolmogorov-Smirnova) لبيان التوزيع الطبيعي.
 - معامل الارتباط البسيط ل (بيرسون).
 - الخطأ المعياري
 - قانون الدرجة المعيارية.
 - قانون درجة (6 - سكما) (Kirkendall , et al , 1986, 31) .
- وتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية (IBM Spss).
(statistical package for social sciences)

٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

٣-١ الوصف الإحصائي لاختبارات القدرات الحركية الخاصة بلاعبين جيمبار الباركور:

الجدول (٥) يبين الوصف الإحصائي لاختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبين جيمبار الباركور

اختبار القدرة الحركية على التسلق	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Sig. اختبار Kolmogorov-Smirnova	Sig. اختبار Shapiro-Wilk	دلالة التوزيع
اختبار التسلق على الجدار	سم	٧٠.٦٩١	٩.٨٧٩	0.067	0.048	طبيعي

يتبين من الجدول (٥) أن قيم الاوساط الحسابية لجميع الاختبارات تتجاوز قيم الانحراف المعياري، وهذا يعد أحد المؤشرات الذي يدل على انتظام العينة في أدائها للاختبارات فضلاً عن ملائمة الاختبار لعينة البحث". (فرج، ١٩٨٠، ٧٠٠)

كما يبين الجدول أعلاه مدى اعتدالية التوزيع الطبيعي لعينة البحث في الاختبار حيث نلاحظ من قيم كل من اختبار (Kolmogorov-Smirnov^a) واختبار (Shapiro-Wilk) هي أكبر من قيمة نسبة الخطأ ٠.٠٥ وهذا يدل على اعتدالية التوزيع (Field , 2009 , 143).

٣-٢ عرض نتائج الدرجات المعيارية لاختبار التسلق على الجدار:

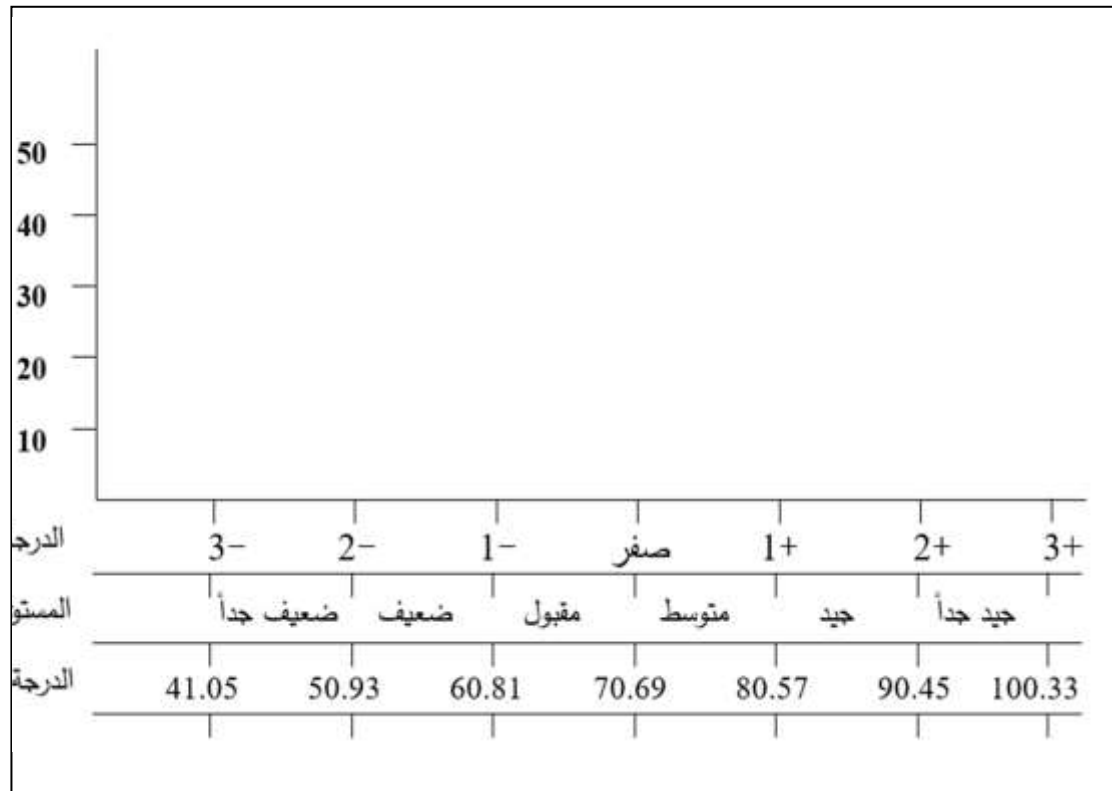
الجدول (٦) يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية ودرجة (6 - سكما) لاختبار التسلق على الجدار (بالسنتمتر)

ت	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	درجة (6 - سكما)	ت	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	درجة (6 - سكما)
١	99	2.866	97.769	٣٠	70	-0.070	48.834
٢	98	2.764	96.082	٣١	69	-0.171	47.147
٣	97	2.663	94.394	٣٢	68	-0.272	45.459
٤	96	2.562	92.707	٣٣	67	-0.374	43.772
٥	95	2.461	91.019	٣٤	66	-0.475	42.084
٦	94	2.359	89.332	٣٥	65	-0.576	40.397
٧	93	2.258	87.645	٣٦	64	-0.677	38.709
٨	92	2.157	85.957	٣٧	63	-0.779	37.022
٩	91	2.056	84.270	٣٨	62	-0.880	35.335
١٠	90	1.955	82.582	٣٩	61	-0.981	33.647
١١	89	1.853	80.895	٤٠	60	-1.082	31.960
١٢	88	1.752	79.208	٤١	59	-1.183	30.272
١٣	87	1.651	77.520	٤٢	58	-1.285	28.585
١٤	86	1.550	75.833	٤٣	57	-1.386	26.898
١٥	85	1.448	74.145	٤٤	56	-1.487	25.210
١٦	84	1.347	72.458	٤٥	55	-1.588	23.523
١٧	83	1.246	70.770	٤٦	54	-1.690	21.835
١٨	82	1.145	69.083	٤٧	53	-1.791	20.148
١٩	81	1.044	67.396	٤٨	52	-1.892	18.460
٢٠	80	0.942	65.708	٤٩	51	-1.993	16.773
٢١	79	0.841	64.021	٥٠	50	-2.094	15.086
٢٢	78	0.740	62.333	٥١	49	-2.196	13.398
٢٣	77	0.639	60.646	٥٢	48	-2.297	11.711
٢٤	76	0.537	58.959	٥٣	47	-2.398	10.023
٢٥	75	0.436	57.271	٥٤	46	-2.499	8.336
٢٦	74	0.335	55.584	٥٥	45	-2.601	6.649

ت	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	درجة (6 - سكما)	ت	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	درجة (6 - سكما)
٢٧	73	0.234	53.896	٥٦	44	-2.702	4.961
٢٨	72	0.133	52.209	٥٧	43	-2.803	3.274
٢٩	71	0.031	50.521	٥٨	42	-2.904	1.586
الوسط الحسابي = ٧٠.٦٩١				الانحراف المعياري = ٩.٨٧٩			

الجدول (٧) يبين المستويات المعيارية لاختبار التسلق على الجدار (بالسنتيمتر)

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية %
جيد جداً	٩٠.٤٥ فما فوق	٢	4.76%
جيد	٨٠.٥٧ - ٩٠.٤٤	٥	11.90%
متوسط	٧٠.٦٩ - ٨٠.٥٦	١٣	26.19%
مقبول	٦٠.٨١ - ٧٠.٦٨	١٦	45.24%
ضعيف	٥٠.٩٣ - ٦٠.٨٠	٦	11.90%
ضعيف جداً	٥٠.٩٢ فما دون	٠	0.00%



الشكل (٢٢)

يوضح المستويات والدرجات المعيارية لاختبار التسلق على الجدار (بالسنتيمتر)

٤ - الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات :

- ١- تم التوصل الى بناء اختبار للقدرة الحركية على التسلق خاص بلاعبي جيمبار الباركور.
- ٢- تم وضع معايير خاصة لاختبار القدرة الحركية على التسلق خاص بلاعبي جيمبار الباركور.

٤-٢ التوصيات :

- وقد أوصى الباحثان بعدد من التوصيات هي ما يأتي :
- ١- اعتماد الاختبار في تقييم وتقويم القدرة الحركية على التسلق الخاصة بلاعبي جيمبار الباركور.
 - ٢- الاعتماد على الجداول المعيارية التي أظهرها البحث في تقييم وتقويم مستوى لاعبي جيمبار الباركور على القدرة الحركية على التسلق.
 - ٣- الاستفادة من هذا الاختبار عند وضع البرامج التدريبية أو انتقاء اللاعبين خدمة لهذه اللعب.

المصادر

١. إبراهيم، مروان عبد المجيد (١٩٩٩): "الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية"، ط١، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
٢. أبو لبة، سبع محمد (١٩٨٥): "مبادئ القياس النفسي والتقويم التربوي للطالب الجامعي والمعلم العربي"، ط٣، جامعة الأردن، كلية التربية الرياضية، الأردن.
٣. بلوم، بنيامين وآخرون (١٩٨٣): "تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني"، ترجمة محمد، امين مفتي وآخرون، دار ماكروهيل، القاهرة.
٤. حسانين، محمد صبحي (٢٠٠٤): "القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية"، ط٦، دار الفكر العربي لطبع والنشر، القاهرة.
٥. الدليمي، ناهدة (٢٠٠٨): "أساسيات في التعلم الحركي"، ط١، دار الضياء للطباعة، النجف الاشرف.
٦. الربيعي، عدي عبد الحسين كريم (٢٠٠٥): "علاقة بعض القدرات الخاصة بدقة أداء مهارة التصويب في كرة السلة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.
٧. رضوان، محمد نصر الدين (٢٠٠٦): "المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة"، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٨. عبد المجيد، مروان والياسري، محمد جاسم (٢٠٠٣): "القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية"، ط١، الوراق للنشر والتوزيع، الأردن.
٩. علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين (٢٠٠٨): "القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
١٠. فرج، صفوت (١٩٨٠): "التحليل العملي في العلوم السلوكية"، دار الفكر العربي، القاهرة.

١١. فرحات، ليلي السيد (٢٠٠١): "القياس والاختبار في التربية الرياضية"، ط١، مطابع امون، القاهرة.
١٢. محمود، ببداء كميلان (٢٠٠٣): "مستوى النمو البدني لبعض القدرات البدنية والوظيفية لأعمار (٩-١٢) سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.
١٣. المندلاوي، قاسم حسن وآخرون (١٩٩٠): "الاسس التدريبية لفعالية العاب القوى"، مطابع التعليم العالي، بغداد.
١٤. الياسري، محمد جاسم وعبد المجيد، محمد (٢٠٠١): "الاساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية"، ط١، دار الوراق للنشر والتوزيع، عمان.
15. Colin MacDonald, Tyson Cecka, Juliet Vong. draft v.(2015): "**design guidelines for outdoor parkour spaces**".
16. Coolkens, R., Ward, P., Seghers, J., and Iserbyt, P. (2018). "**Effects of generalization of engagement in parkour from physical education to recess on physical activity**". Res. Q. Exerc. Sport 89, 429–439. doi: 10.1080/02701367.2018.1521912
17. Field, Andy (2009): "**Discovering Statistics with SPSS**" (3rd ed.). Los Angeles [A Thousand Oaks, California]: SAGE Publications. s. 143. Number ISBN 978-1-84787-906-6 .
18. Grosprêtre, S., and Lepers, R. (2016). "**Performance characteristics of parkour practitioners: who are the traceurs?**" Eur.J. Sport Sci. 16, 526–535. doi: 10.1080/ 17461391.2015.1060263
19. Jesse Woody, Parkour Basics CrossFit Journal Article Reprint. First Published in CrossFit Journal Issue 51 – November 2006.
20. Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. Growth, (2004) : "**Maturation and Physical Activity**". Champaign: Human Kinetics .
21. Miller, J. R., & Demoiny, S. G. (2008). "**Parkour: a new extreme sport and a case study**". The journal of foot and ankle surgery, 47(1), 63–65. doi: 10.1053/j.jfas.2007.10.011.

- 22.Pool, DL; Mulder, PS (2013): "Ground response forces and loading rates associated with conventional landing and landing techniques." Journal of Sports Science and Medicine. 12 (1): 122-129. PMC 3761764. PMID 24149735 .
- 23.Robert. V.Hockey. Physical fitness (1981). "The bathoay to Help ful Living". The C. V. Mosty.
- 24.Taylor, J. E., Witt, J. K., and Sugovic, M. (2011). "When walls are no longer barriers: perception of wall height in parkour". Perception 40, 757-760. doi: 10.1068.

الملحق (١)

جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / دكتوراه

يبين استمارة مقابلة الخبراء والمتخصصين حول إجراءات بناء اختبارات القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز الباركور

اسم الخبير:

مكان العمل:

التحصيل العلمي:

اللقب العلمي:

عدد سنوات الخدمة:

تاريخ انعقاد المقابلة:

ساعة انعقاد المقابلة:

مكان انعقاد المقابلة:

تحية طيبة:

في النية إجراء البحث الموسوم "الصدق العاملي لاختبارات القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز

الباركور".

لذا يرجى الإجابة على الأسئلة الواردة في المقابلة لتكون خير عون للباحث في إكمال متطلبات بحثه.

ت	الأسئلة
س١:	ما هو منطق الباحث في بناء اختبارات القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز الباركور؟
س٢:	هل يجب تسمية الاختبار المصمم؟

س ٣:	على أي أساس يقوم الباحث بتحديد الهدف من الاختبار المصمم؟
س ٤:	أية ملاحظات أخرى يبيدها الخبير تغني البحث؟

ملحق (٢)

يبين نوع الاستشارة واسماء الخبراء والمتخصصين في مجال جبار الباركور والعلوم النظرية

١. مقابلة علمية لتحديد القدرات الحركية الخاصة للاعبين جبار الباركور المتقدمين.
٢. مقابلة علمية حول إجراءات بناء اختبارات القدرات الحركية الخاصة للاعبين جبار الباركور.
٣. بيان رأي الخبراء والمتخصصين صلاحية الاختبارات العامة والمصممة للاعبين جبار الباركور المتقدمين.
٤. مقابلة علمية حول التحليل الاحصائي.

ت	أسماء السادة المختصين	التخصص العلمي	اسم الكلية/ الجامعة/ مكان العمل	١	٢	٣	٤
١	أ.د وديع ياسين التكريتي	بايوميكانيك	كلية القلم الجامعة/ كركوك	*		*	
٢	أ.د ياسين طه الحجار	فلسفة التدريب	كلية التربية البدنية/ جامعة النور	*		*	
٣	أ.د اياد محمد عبدالله	تدريب رياضي	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*		*	
٤	أ.د هاشم احمد سليمان	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
٥	أ.د ثيلام يونس علاوي	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
٦	أ.د مكي محمود الراوي	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
٧	أ.د إيثار عبد الكريم	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
٨	أ.د وليد خالد رجب	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
٩	أ.د عبدالجبار عبدالرزاق	تدريب رياضي / جمناسك	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
١٠	أ.د ناهدة عبد زيد الدليمي	تعلم حركي	كلية التربية البدنية / جامعة بابل	*		*	
١١	أ.م.د فراس محمود علي	القياس والتقويم/ جمناسك	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*	*	*	
١٢	أ.م.د. عمر سمير ذنون	القياس والتقويم	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل				
١٣	أ.م.د حيدر غازي	تدريب رياضي/ جمناسك	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*		*	
١٤	أ.م.د أبي رامي عبد الغني	بايوميكانيك/ جمناسك	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*		*	
١٥	د. وسام الذهبي	علم الحركة وتأهيل الإصابات الرياضية	كلية الشرطة الرياضية/ قطر	*	*	*	
١٦	م.د سرمد عبدالخالق صالح	إحصاء تطبيقي	كلية التربية/ جامعة الحمدانية	*			
١٧	م.د عمر رمزي جاسم	إحصاء تطبيقي	كلية التربية/ جامعة الحمدانية	*			
١٨	م.د زياد طارق زيدان	علم التدريب/ باركور	كلية التربية البدنية/ جامعة الموصل	*		*	
١٩	م.د فداء نونيل عبدالاحد	إحصاء تطبيقي	كلية التربية/ جامعة الحمدانية	*			
٢٠	م.م حنان محمد درع	بايوميكانيك/ باركور	مدرسة المتألف الاهلية	*			
٢١	م.م مهند عماد صادق	مدرب باركور	محافظة بغداد	*			
٢٢	الطبيب اندري سمعان	مدرب باركور	سوريا	*			
٢٣	السيد عادل حبيب ناصح	مدرب باركور	نادي الشباب الرياضي	*			
٢٤	السيد منتظر سعدون	مدرب باركور	محافظة كربلاء المقدسة	*			
مجموع الخبراء				١٨	٨	١٣	٦

ملحق (٣)

جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة

الدراسات العليا/ الدكتوراة

بيان رأي الخبراء والمختصين حول صلاحية الاختبارات المصممة والمرشحة لقياس القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز الباركور

الأستاذ الفاضل:..... المحترم

تحية طيبة..

في النية إجراء البحث الموسوم " الصدق العملي لاختبارات القدرات الحركية الخاصة للاعبي جمباز الباركور "

ويقصد بجمباز الباركور : هي " رياضة فردية حديثة نسبياً يحاول فيها الرياضيون التغلب على عقبات مختلفة عن طريق التآرجح والقفز والجري والتسلق والزحف".

ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص كان من الضروري العودة إلى آراءكم القيمة في تحديد مدى صلاحية وملائمة الاختبارات المصممة لقياس القدرات الحركية المرشحة من قبل الباحث، وهي تمثل قدرات حركية خاصة للاعبي جمباز الباركور، علماً أن عينة البحث هم من لاعبي جمباز الباركور المتقدمين. مع الامتنان والتقدير لجهودكم ... والله الموفق...

الاسم الكامل:

اللقب العلمي:

الاختصاص:

الجامعة أو الكلية:

التاريخ:

التوقيع:

١. اختبار التسلق على الجدار:

الهدف من الاختبار: قياس القدرة الحركية للاعب الباركور على التسلق.

الادوات المستخدمة: جدار بطول أربعة متر، شريط قياس، ورق لاصق.

الاجراءات: يقف اللاعب على الأرض مع رفع الكعبين عالياً مواجه للجدار ثم يقوم برفع ذراعه التي تكون قريبة من الجدار عالياً ليضع علامة على الجدار عند اقصى نقطة تصل اليها اليد، رسم خط على الأرض يبعد عن الجدار مسافة (٣) م.

طريقة الاداء: يقف اللاعب خلف الخط المرسوم على بعد (٣) متر عن الجدار، وعند الاستعداد للأداء وسماع اشارة البدء يقوم اللاعب بالركض بأقصى سرعة باتجاه الجدار لتسلقه، وذلك بالقفز للأعلى بوضع إحدى قدميه

على الجدار ثم اخذ خطوة للأعلى ليضع القدم الثانية فوقها ليتسلق الجدار ويضع علامة ثانية على الجدار الى اعلى نقطة وصلت إليها يده.

شروط الاداء :

-تعطى للاعب محاولتان وتحسب له أفضل محاولة.

التسجيل: تقاس المسافة الواقعة بين العلامة الأولى والعلامة الثانية، وتسجل المسافة لأقرب سنتيمتر.



الشكل (١)

يوضح اختبار التسلق على الجدار

لا يصلح	يصلح	صلاحية الاختبار لرياضة جيماز الباركور
لا تصلح	تصلح	صلاحية القدرة الحركية المرشحة التي من المفترض أن الاختبار المصمم يقيسها
		ترشيح قدرة حركية أخرى من الممكن أن يقيسها الاختبار المصمم

ملحق (٤)

يبين اختبار القدرة الحركية على التسلق للاعبين جيماز الباركور المتقدمين بصورته النهائية

اختبار التسلق على الجدار :

الهدف من الاختبار: قياس القدرة الحركية للاعب الباركور على التسلق.

الادوات المستخدمة: جدار بطول أربعة متر، شريط قياس، ورق لاصق.

الاجراءات: يقف اللاعب على الأرض مع رفع الكعبين عالياً مواجه للجدار ثم يقوم برفع ذراعه التي تكون قريبة من الجدار عالياً ليضع علامة على الجدار عند اقصى نقطة تصل إليها اليد، رسم خط على الارض يبعد عن الجدار مسافة (٣) م.

طريقة الاداء: يقف اللاعب خلف الخط المرسوم على بعد (٣) متر عن الجدار، وعند الاستعداد للأداء وسماع اشارة البدء يقوم اللاعب بالركض بأقصى سرعة باتجاه الجدار لتسلقه، وذلك بالقفز للأعلى بوضع إحدى قدميه على الجدار ليتسلق الجدار ويضع علامة ثانية على الجدار الى اعلى نقطة وصلت إليها يده.

شروط الاداء:

-تعطى للاعب محاولتان وتحسب له أفضل محاولة.

التسجيل: تقاس المسافة الواقعة بين العلامة الأولى والعلامة الثانية، وتسجل المسافة لأقرب سنتيمتر.



الشكل (٢)

يوضح اختبار التسلق على الجدار