

تقنية الـ «Var» خطر على شعبية كرة القدم

م. د. مازن جليل الكناني

اصبحت تقنية الـ Var موضوع جدل كبير في أوروبا بسبب كثرة المواقف التي يحتكم فيها الحكام إلى التقنية المساعدة الـ Var , بعد أن يكون اللاعبون والجماهير قد احتفلوا وشبعوا من الاحتفالات. ان إدخال أي تقنية جديدة يعني بالتبعية تغير تجربة المشاهدة وليس بالضرورة إلى الأحسن, وبما ان التقنيات تحد من الأخطاء وهو أمر بالغ الأهمية في المنافسات الرياضية على الجوائز المالية الضخمة هذه الأيام, لكن يعني أيضاً إمكانية تسجيل هدف والاحتفال به ثم إلغائه, فيفقد المشاهدون في الملاعب متعة التصرف بعفوية. بدلاً من التعبير عن فرحتهم وسعادتهم بتسجيل فريقهم أصبح عليهم الانتظار لتأكيد الهدف من التقنية وهو أمر مختلف تماماً.

وهناك انتقاد آخر يفيد بأن المشاهدين لا يعرفون في أغلب الأحيان ما يجري على أرض الملعب عند الاحتكام إلى تقنية الـ Var وجرت الموافقة على استخدام الشاشات الكبيرة في الملاعب لإعادة قرارات الـ "Var" في الدوري الإنجليزي الممتاز موسم 2019-2020, لعرض الواقعة على المشاهدين, لمساعدتهم على فهم ما يجري, ولكن الانتقادات ما زالت مستمرة, ولا تزال المناقشات دائرة حول إن كان بإمكان الجمهور مشاهدة عملية اتخاذ قرارات الـ Var " بالكامل. وكما يعد المشاهدون في المنازل هم من يستفيدون من التقنية.

كما وقرر صانعو القرارات في الاتحاد الدولي لكرة القدم إجراء بعض التعديلات على قوانين اللعبة فما هي هذه التغييرات التي ستطبق بدايةً من الموسم القادم.

والتعديلات هي: (الركلات الحرة ممنوع وجود مهاجمي الخصم في الحائط البشري والتبديلات: الـ 5 تبديلات بسبب فيروس كورونا و منح بطاقات حمراء وصفراء للمدربين أيضاً و ركلات الجزاء : يجب على حارس المرمى أن يضع ولو قدماً واحدة على الخط و لمسة اليد كل لمسة تساوي ركلة حرة و تعديلات على طريقة إسقاط الكرة داخل وخارج منطقة الجزاء)

ليست هذه هي المرة الأولى التي يتم فيها إجراء بعض التعديلات على لعبة كرة القدم, وعلى الأرجح لن تكون الأخيرة أيضاً, خاصةً مع سعي المسؤولين بصفة مستمرة الى اكتشاف أفضل طريقة ممكنة للمضي قدماً في عالم الساحرة المستديرة, لجعلها أكثر نزاهة وعدلاً ومواكبةً لكل التطورات التكنولوجية أيضاً والذي يشهدها العصر الحالي.

ان هدف مجلس الاتحاد الدولي لكرة القدم من هذه التعديلات هو تحسين وتطوير اللعبة للاعبين والمسؤولين والمشجعين مع حماية وتعزيز روح وبساطة كرة القدم, وحيث قد تم تشكيله في عام 1886 وتألف في البداية من الاتحادات البريطانية فقط حتى طلبت فيفا إدراجها معهم في عام 1913 وبعد تسع سنوات من تأسيس الهيئة الحاكمة العالمية وحيث تُعقد الاجتماعات سنوياً.

أثر تمرينات مهارية باللاكتيك الديناميكي والفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات

أ. د. احمد مرتضى عبد الحسين طارق فاضل جبر نافع حسام محمد نعيم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى اعداد تمرينات مهارية باللاكتيك الديناميكي والفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي, التعرف على تأثير التمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي, التعرف على تأثير التمرينات مهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي, والتعرف على افضلية الفروق بين المجاميع البحثية في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي. حدد مجتمع البحث بلاعبي مدارس تربية محافظة كربلاء لكرة القدم للصالات بأعمار (15 - 18) سنة , وتم اختيار منتخب تربية كربلاء كعينة للبحث وبأسلوب الحصر الشامل, من دون حراس المرمى الذين تم استبعادهم من مجتمع البحث وتم تقسيمهم عشوائيا وبالتساوي الى ثلاث مجموعات تجريبيتين وضابطة وبيانات (6) لاعبين لكل مجموعة. واستنتج الباحثون بان التمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي كان لها دور ايجابي في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات, أدت التمرينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات, وطورت تمرينات اللاكتيك الديناميكي متغيرات البحث افضل مما عملت تمرينات الفتري مرتفع الشدة.

Abstract

The effect of skillful exercises with dynamic and high-intensity Lactic in developing the performance endurance and the effectiveness of the offensive performance of futsal players

By

Prof. Dr. Ahmed Mortada Tariq Fadel Jabr Nafeh Hossam Mohamed Naim

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to prepare skill exercises with dynamic and high intensity lactic lactate in developing performance tolerance and the effectiveness of offensive performance, to identify the effect of skill exercises with dynamic lactic tactics in developing performance endurance and the effectiveness of offensive performance, to identify the effect of skillful exercises with high intensity intervals in developing performance endurance and the effectiveness of offensive performance, And to identify the advantage of differences between research groups in the development of endurance performance and the effectiveness of offensive performance. The research population was determined by the players of Karbala governorate schools of football for futsal at the ages of (15-18) years. (6) players per group. The researchers concluded that the skillful exercises with dynamic lactics had a positive role in developing the performance endurance and the effectiveness of the offensive performance of the players of the futsal education team.

ويهدف البحث الى:-

1. اعداد تمارينات مهارية باللاكتيك الديناميكي والفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي .
2. التعرف على تأثير التمارينات المهارية باللاكتيك الديناميكي في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي.
3. التعرف على تأثير التمارينات مهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي .
4. التعرف على افضلية الفروق بين المجاميع البحثية في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي.

فروض البحث:-

1. للتمارينات المهارية باللاكتيك الديناميكي تأثير إيجابي في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبين منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
 2. للتمارينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة تأثير إيجابي في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبين منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
 3. للتمارينات المهارية باللاكتيك الديناميكي افضلية عن للتمارينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبين منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
- حدد مجتمع البحث بلاعبين مدارس تربية محافظة كربلاء لكرة القدم للصالات بأعمار (15 - 18) سنة ، وتم اختيار منتخب تربية كربلاء كعينة للبحث وبأسلوب الحصر الشامل، من دون حراس المرمى الذين تم استبعادهم من مجتمع البحث وتم تقسيمهم عشوائيا وبالتساوي الى ثلاث مجموعات تجريبيتين وضابطة وبواقع (6) لاعبين لكل مجموعة.
- استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS، باستخدام الوسائل الاحصائية الآتية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، (F) التباين للعينات المتناظرة ، معامل ارتباط بيرسون، معامل التواء، الوسيط، اختبار كا² و(t) للعينات المتناظرة.

1 - التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يتسم القرن الواحد والعشرين بالتقدم العلمي السريع في المجال الرياضي بصفة عامة ورياضة كرة القدم للصالات بصفة خاصة وتعد الرياضة احد اهم المؤشرات للإنجاز العلمي في هذا القرن وذلك لما للرياضة من مقومات تجعلها مرآة صادقة لمستوى تقدم الأمم ونهضتها. وتحتل كرة القدم مكانا بارزا بين الأنشطة الرياضية المختلفة لما تتميز به من شعبية لدى جميع الفئات العمرية.

إن هذا التطور الهائل في المستوى الفني لمختلف الفعاليات الرياضية بصورة عامة ورياضة كرة القدم للصالات بصورة خاصة يدل الى أن هناك تطورا في مستوى الأداء المهارى والحركي والفني للاعبي هذه الفعاليات، والذي لم يأت اعتباطا وإنما جاء من خلال ابتكار واختيار أساليب تدريبية حديثة بدورها ساعدت في عملية تطور المهارة، ومن خلال الممارسة البدنية والمهارية المستمرة والمقننة والتي تعطي تأكيدا في أهمية تكرار التمارين ذات العلاقة بالمهارة لإمكان عملية تعلم وتطور المهارات بالشكل الأمثل.

وهنا لابد من ادخال الطرائق والأساليب الحديثة في عملية التدريب من اجل رفع المستوى البدني والمهاري للاعبين والتي من خلالها يستطيع اللاعبون تطبيق الواجبات المناطة اليهم من قبل المدرب داخل الملعب، باستخدام تمارين مهارية باللاكتيك الديناميكي والفتري مرتفع الشدة لتطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي عن طريق تمارين عديدة يمكن اختيار منها طبقا للهدف التدريبي الي يضعه المدرب.

ومن هنا تكمن أهمية البحث في استخدام تمارين مهارية للاعبي كرة القدم للصالات في مجال اللعبة مع اخذ بنظر الاعتبار وقوع هذه التمارين في منطقة شدة تدريبه واحدة، والتي تساهم في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي.

2-1 مشكلة البحث :

تتطلب لعبة كرة القدم للصالات من اللاعب ان يكون متمتعا بلياقة بدنية وحركية عالية، لكي يستطيع الاستمرار بكفاية عالية دون هبوط المستوى طوال مدة المباراة وخاصة في الشوط الثاني من المباراة ونهايتها. ومن خلال متابعة بطولة التربيات للعراق في كرة القدم للصالات وكذلك المقابلات التي اجراها الباحث مع مدرب فريق منتخب كربلاء المقدسة، شخص الباحث ان هناك ضعفا في تحمل الأداء مما يؤثر في فاعلية أدائهم الهجومي ولا سيما في الثلث الأخير من المباراة اذ يؤدي الى التعب المبكر وبطء حالة الاستشفاء والى قلة التركيز وانخفاض مستوى فاعلية الأداء (البدني والفني)، وكذلك قلة استعمال بعض المدربين الأساليب التدريبية الحديثة، مثل التمارين المهارية باللاكتيك الديناميكي التي تعمل على تطوير الجانب البدني والمهاري في نفس الوقت والتي تكون مشابهة للأداء ومتطلبات لعبة كرة القدم للصالات بشكل كبير، الامر الذي يظهر بشكل واضح من خلال اللعب العشوائي وتشتيت الكرات وكثرة المناولات المقطوعة وبطء فاعلية الأداء الهجومي وعدم الاستمرار في الأداء المثالي طيلة فترة المباراة.

3-1 اهداف البحث :

1. اعداد تمارينات مهارية باللاكتيك الديناميكي والفتري مرتفع الشدة لتطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
2. التعرف على تأثير تمارينات مهارية باللاكتيك الديناميكي في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
3. التعرف على تأثير تمارينات مهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
4. التعرف على افضلية الفروق بين المجاميع البحثية في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.

1-4 فروض البحث :

1. للتمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي تأثير إيجابي في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
2. للتمرينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة تأثير إيجابي في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
3. للتمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي افضلية عن للتمرينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبي منتخب التربية لكرة القدم للصالات.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو منتخب تربية كربلاء لكرة القدم للصالات.

2-5-1 المجال الزمني : 2016 /12/20 - 2017/6/12

3-5-1 المجال المكاني : قاعة الحكيم الرياضية.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

استخدم الباحث التصميم التجريبي ذو الثلاث مجموعات لملائمته طبيعة المشكلة المدروسة، وأدناه التصميم التجريبي الذي استخدم في البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته

حدد مجتمع البحث بلاعبي مدارس تربية محافظة كربلاء لكرة القدم للصالات بأعمار (15- 18) سنة ، وتم اختيار منتخب تربية كربلاء كعينة للبحث والبالغ عددهم (18) لاعبا وبأسلوب الحصر الشامل، من دون حراس المرمى الذين تم استبعادهم من عينة البحث وتم تقسيمهم عشوائيا وبالتساوي الى ثلاث مجموعات تجريبيتين وضابطة وبواقع (6) لاعبين لكل مجموعة.

2- 3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

2-3-1 وسائل جمع المعلومات

- الاختبارات والقياس.

- الملاحظة.
- الاستبانة.
- المقابلة.

2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة

- صافرات نوع (FOX) عدد (3).
- شريط لاصق عدد (2) .
- اقماع بلاستيكية.
- كرات قدم عدد (10).
- شاخص عدد (30) مختلفة الارتفاع.
- يلك (كيمونة) عدد (18).
- ساعة توقيت الكترونية صناعة صينية عدد (2).
- حاسبة لابتوب نوع DELL عدد (1).
- كاميرا نوع (SONY) يابانية الصنع.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تقنين اختبارات تحمل الأداء

طبق الاختبار على عينة عددها (50) لاعب بحسب ترشيح السادة المشرفين على تدريب منتخب تربية كربلاء بكرة القدم للصالات تم اختيار عدد من لاعبي مدارس محافظة كربلاء من اللذين يتمتعون بكفاءة لأداء اللعبة ومن اللذين تم ترشيحهم بشكل أولى لاختيار منهم منتخب المحافظة ومن مدارس متعددة. تم استخراج القدرة التمييزية للاختبار باستخدام قانون (t) للمجموعتين الطرفيتين (0,27) لكل طرف وذلك لان عينة البحث كانت (50) لاعب وتم ترتيبهم تصاعديا عند استخراج المجموعتان الطرفيتان بلغت قيمة (t) المحسوبة لاختبار تحمل الأداء بالزمن (-6,364) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2,064) وبهذا يكون الفرق بين المجموعتين الطرفية معنويا، بعد ذلك ادخل الاختبار مع الاختبارات الأخرى واستخراج الأسس العلمية لاختبار تحمل الأداء .

2-4-2 تحديد مفردات فاعلية الأداء الهجومي

تم اختيار الاختبارات من قبل الباحث بعد مراجعة المصادر والمراجع المتخصصة والسيد المشرف واقاره من قبل لجنة اقرار البحث عن طريق استمارة خاصة بذلك، وبعد ذلك تم عرضها على السادة الخبراء والمختصين في كرة القدم للصالات بعد وضعها في استبانة خاصة لكي يتم تقييمها وتعديلها وبيان صلاحيتها وبما يتلاءم مع الغرض الذي اعدت من اجله، وقد جاءت جميع اجاباتهم بالموافقة، اي ان قيمة كا² المحسوبة بلغت (6) وهي اكبر من الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (1) ولجميع المفردات، مما يدل على صلاحية مفردات الاختبارات للقياس، مع استخراج الاسس العلمية لها.

2-4-3 تحديد الدرجات لتقويم مفردات فاعلية الأداء الهجومي

بعد التأكد من صحة الاستمارة وملاءمتها لما وضعت من اجله وكذلك مقدرتها على قياس فاعلية الأداء الهجومي للاعب ككرة القدم للصالات عن طريق حساب النقاط في ضوء الأداء الايجابي والسلبي لكل لاعب في أثناء أدائه في المباريات وحسب الزمن الفعلي الذي شارك فيه اللاعب في المباراة، تم اعداد استمارة اخرى لغرض وضع قيم لهذه المفردات للاحتساب من (1) الى (10) بحسب فاعليتها وتأثيرها في اللعب وعرضها على نفس الخبراء، وقد حصل كل متغير من الاستمارة على درجة حسب الأهمية في المباراة.

والمقصود هنا بالأداء الايجابي هو كل الحركات والمهارات والمواقف الهجومية الناجحة التي يؤديها اللاعب في اللعب الفعلي أثناء المباراة .

أما الأداء السلبي فيعني كل الحركات والمهارات والمواقف الهجومية الفاشلة التي يؤديها اللاعب في اللعب الفعلي أثناء المباراة ، إما وقت مشاركة اللاعب في المباراة فهو الوقت الفعلي الذي يشارك فيه اللاعب في المباراة (داخل الملعب) ويتم قياس الأداء الايجابي والسلبي من خلال تصوير المباراة عن طريق كاميرا مثبتة على المدرجات وتوزيع اقرص ليزيرية على محكمين لغرض التقويم بعدها يتم التعامل معها إحصائيا لتحقيق أهداف البحث .

2-4-4 الاختبارات والقياسات المستخدمة وتوصيفها

أ :- اختبار تحمل الاداء

الغرض من الاختبار: قياس تحمل الأداء

- الأدوات اللازمة: ملعب كرة قدم للصالات، شواخص عدد(16)، كرات قدم عدد(6) قانونية، شريط لاصق، ساعة توقيت الكترونية، صافرة.
- وصف الأداء : تحديد نقطة بداية ونهاية الاختبار للاعبين
- وضع الشواخص في الأماكن المحدد في الاختبار مع مراعات المسافة بين شاخص واخر.
- توزيع الكرات على الأماكن المخصصة
- يقف اللاعب على نقطة بداية الاختبار وهي في بداية الملعب بجانب الهدف.
- عند إشارة البد (صافرة) يستلم الكرة من احد أعضاء الفريق المساعد ويقوم اللاعب بعمل لـ(25) سيطرة بالكرة.
- ثم يقوم اللاعب بعمل زكزاك بين الشواخص المكونة من (8) شواخص والمسافة بين كل شاخص واخر(1) متر.
- وبعد الانتهاء من الشواخص يقوم اللاعب بدرجة سريع بالكرة لمسافة (25) متر ليقوم بعمل مناولة لزميل قادم من منتصف الملعب.
- ثم يقوم بتسديد (4) كرات على الهدف موضوعة من قبل الفريق المساعد على بعد (10)متر من الهدف.
- ثم يقوم اللاعب بأداء زكزاك بين الشواخص مرة أخرى لـ(8) شواخص وعند الانتهاء من الشواخص يقوم بعمل تمريرة طويل لزميل واقف في الجهة الأخرى من الساحة ليقوم بتهيئة الكرة للاعب القادم بسرعة من الشواخص ليسددها على المرمى.
- تسجيل الوقت: يسجل الوقت للمختبر من بداية الاختبار الى نهايته.

شروط الاختبار :

السرعة في الأداء، مساعدة اللاعب المختبر (تنبيه) لأداء المهارات من اماكنها المحدد، يقوم احد أعضاء الفريق بتسليم الكرات الى اللاعب المختبر، يقوم احد أعضاء الفريق بتهيئة الكرة للاعب المخبر ليسدها على المرمى.

ب:- اختبار فاعلية الأداء الهجومي

تم قياس فاعلية الأداء الهجومي عن طريق اجراء بطولة مصغرة مكونة من اربع فرق من فئة الشباب وهي (المجموعة التجريبية الأولى، المجموعة التجريبية الثانية، المجموعة الضابطة، شباب نادي كربلاء) بنظام الدوري أي كل فريق يلعب ثلاث مباريات، موزعة على ثلاثة ايام، بمعدل مباراتين في اليوم الواحد، وتم تصوير المباريات ونسخها على اقراص ليزيرية لكي يتم تقييم فاعلية الأداء الهجومي من قبل اثنين من المحكمين¹ بواسطة الاستمارة المعدة من قبل الباحث لهذا الغرض، وتثبيت النتائج .

2-4-5 القياسات والاختبارات القبلية

تم اجراء القياسات والاختبارات القبلية على عينة البحث في يوم الجمعة والسبت والأحد الموافق 20-2017/1/22 وذلك لتحديد مستوى فاعلية الأداء الهجومي لدى لاعبي تربية كربلاء لكرة القدم للصالات في الساعة الرابعة عصرا ، وقد أجريت الاختبارات على قاعة الحكيم المغلقة .

2-4-6 اجراءات التكافؤ والتجانس

قبل البدء بتطبيق الاختبارات القبلية أجريت قياسات الطول والوزن والعمر التدريبي لما لها من علاقة بالمتغيرات البدنية (قيد الدراسة) وبعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات القبلية للمتغيرات البدنية ولغرض ارجاع الفروق الى العامل التجريبي قام الباحث بمعالجة نتائج الاختبارات القبلية بأجراء التجانس والتكافؤ لأفراد عينة البحث من خلال (الطول والكتلة والعمر التدريبي وفاعلية الأداء الهجومي) وكما مبين في الجدول (6) و (7). استخدم الباحث معامل الالتواء بيرسون لتحديد شكل الالتواء او التماثل(التجانس) بين افراد العينة ككل.

جدول (2) يبين التجانس لعينة البحث في كافة المتغيرات المبحوثة

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى دلالة	الدلالة الاحصائية
تحمل الأداء	ت1	49,723	0,660	بيبين المجموعات	2	0,142	0,421	0.664	غير معنوي
	ت2	49,513	0,489						
	ظ	49,813	0,581	داخل المجموعات	15	0.338			

¹ م.د. خالد محمدرضا

م.م. محمد بجاي عطية

فاعلية الأداء الهجومى	ت1	13,898	0,652	بين المجموعا ت	0,029	2	0,015	0.044	0,957	غير معنوي
	ت2	13,916	0,615	داخل المجموعا ت	5,007	15	0,334			
	ظ	13,823	0,481							

2-4-7 التجربة الرئيسية

اعد الباحث تمرينات وضعت ضمن المنهج التدريبي لتطوير متغيرات البحث للمجموعتين التجريبتين معتمدا في ذلك على تحليل ومراجعة عدد كبير من المصادر والمراجع العلمية المتخصصة ومساعدة السيد المشرف، وقد راعى الباحث المرحلة العمرية والمستوى التدريبي والقابلية البدنية لعينة البحث.

وبعد الانتهاء من تنفيذ الاختبار القبلي قام الباحث بإدخال هذه التمارين التي اعدّها ضمن البرنامج التدريبي المخصص لهم، وتم حسب ما يأتي:

- 1- كان موعد ابتداء تنفيذ التمرينات يوم (الجمعة) الموافق 2017/2/3.
- 2- تم تطبيق التمرينات في مرحلة الأعداد الخاص.
- 3- حدد مدة التجربة بـ (8) أسابيع موزعة على (24) وحدة تدريبية بمعدل ثلاث وحدات في الأسبوع (الجمعة والاثنين والأربعاء).
- 4- استخدم الباحث شدة تتراوح ما بين (اللاكتيك الديناميكي 65%-90%) و (الفتري مرتفع الشدة 80%-90%).

5- استخدم الباحث طريقة التدريب (الفتري).

6- كان موعد انتهاء التجربة يوم (الجمعة) الموافق 2017 /3/31.

2-4-8 الاختبار البعدي :

تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث ايام الجمعة الموافق 2017/4/9-7 على ملعب قاعة الحكيم المغلقة في كربلاء، مع مراعاة نفس الظروف والشروط (قدر الإمكان) في الاختبار القبلي.

2-5 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS، باستخدام الوسائل الاحصائية الآتية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، (F) التباين للعينات المتناظرة، معامل ارتباط بيرسون، معامل التواء، الوسيط، اختبار كا² و (t) للعينات المتناظر

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجاميع البحث الثلاث ومناقشتها.

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجاميع البحث الثلاث وتحليلها

لغرض اختبار الفرضية الاولى والثانية والثالثة استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المتناظرة لاستخراج معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات في القياس القبلي والبدي لمجاميع البحث, وكما مبين في الجدولين (4).

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البدي		الاختبار القبلي	ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدالة
		س	ع						
تحمل الأداء	ثا	49,813	0,58	49,010	0,09	0,803	3,650	0,01	معنوي
		1		3				5	
فاعلية الأداء الهجومي	درجة	13,823	0,48	14,120	0,46	-0,296	-8,031	0,00	معنوي
		1		4				0	

الضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة التجريبية الاولى في الاختبارات القبلية والبعدية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البدي		الاختبار القبلي	ف	ع هـ	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدالة
		س	ع						
تحمل الأداء	ثا	49,729	0.66	48,350	0,253	1,373	5,241	0,00	معنوي
		0				2		3	
فاعلية الأداء الهجومي	درجة	13,913	0,65	16,370	0,651	-2,456	98,310	0.00	معنوي
		1				4	-	0	

جدول (6) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات القبلية والبعدية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البدي		الاختبار القبلي	ف	ع هـ	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدالة
		س	ع						
تحمل الأداء	ثا	49,513	0,48	048,69	0,102	0,821	4,104	0,00	معنوي
		9		1		0		9	
فاعلية الأداء	درجة	13,913	0,65	16,370	0,651	-2,456	98,310	0.00	معنوي

الهجومي		1				4	-	0	
---------	--	---	--	--	--	---	---	---	--

3-1-2 مناقشة نتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث

فيما يخص المجموعة الضابطة فإن التطور الذي حدث في اختبار تحمل الاداء وفاعلية الأداء الهجومي جاء نتيجة حتمية للاستمرار في التدريب مع استخدام وسائل تدريبية تساعد على ذلك، وكذلك التدريب وبشكل مترابط يحسن الاداء المهاري.

بالإضافة الى مبدأ التنظيم لهذه التمارين وتطبيقها ضمن الوحدات التدريبية إذ، يمكن تنظيم التدريب على المهارة المعنية بما ينسجم والهدف المنشود ومبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد كما وضع (قاسم حسن، 1987، ص123) إذ أن قاعدة التدرج تعمل على التنسيق والربط المنتظم بين التمارين المستخدمة في الوحدة التدريبية والارتفاع التصاعدي شدتها وحجمها اعتمادا على مستوى اللاعب في التدريب.

ويذكر (عبد علي نصيف، 1987، ص260) "إن التمارين الرياضية المبرمجة لها اثر كبير في تطوير الأداء". اما المجموعتين التجريبيتين فيعزو الباحث التطور الحاصل في المجموعة التجريبية إلى طبيعة التمارين المستخدمة في الوحدات التدريبية والتي كانت مشابهة للمتغيرات المبحوثة (مشابهة للمسارات الحركية للمهارات الى حد ما) فضلا عن الشدد والأحجام المستخدمة في المنهاج التدريبي فهي مشابهة وأعلى من الشدد والأحجام المستخدمة في الأداء الفعلي لتلك المهارات، كذلك فإن من المعروف ان التمارين تكون غير مرغوب بها من قبل اللاعبين كون ان التدريب تحت متطلبات صعبة تصيبهم بالملل والرفض وعدم الجدية في الاداء، لذلك عمل الباحث على بث التشويق من خلال تنوع التمارين، كما وضع (انيتا بين، 2004، ص32) ان تنوع التمرينات في المنهاج التدريبي تعطي رغبة وتشويقا في أدائها بعكس تلك التي تكون رتيبة وعلى نمط واحد وتؤدي إلى الملل.

بالإضافة الى ان هذا النوع من التمرينات تعمل بشكل كبير على تحسين كفاءة الأجهزة الوظيفية وهذا ما أكده (محمد جمال الدين ونادية حسن، 1999، ص75) بأن الاعداد البدني والمهاري عمل على تحسين عمل القلب والدورة الدموية والأجهزة الداخلية للجسم كلها، كما ينمي العضلات بصورة متناسقة وفي الوقت نفسه يمهّد الطريق لاكتساب المهارات الحركية والقدرة على الاقتصاد في الجهد البدني ولا يمكن الوصول الى التخصص اللازم الا عن الطريق وينطبق ذلك الى حد كبير على رياضة الناشئين والشباب.

ويضيف (عصام عبد الخالق، 1999، ص10) أن الإعداد البدني هو تنمية وتحسين حالة اللاعب البدنية والحركية لإنجاز متطلبات النشاط الرياضي في عملية التدريب والمنافسة بأقل مجهود جسماني مع القدرة على سرعة العودة إلى الحالة الطبيعية للفرد .

كما يعزو الباحث السبب في ذلك التطور الى الاستمرار باستخدام تمارين ذات شدة عالية، مما ينتج عنه تكيف العضلات العاملة على النقص في أوكسجين العضلات ومن ثم تراكم حامض اللاكتيك وبتراكيز عالية، وتغير في حامضية الدم مع الاستمرار في الاداء المهاري بكفاءة عالية، وهذا ما أكده (جبار رحيمة، 2007، ص199) في أنه "يجب أن يكون هدف التدريب في نظام إنتاج الطاقة اللاأوكسجيني - اللاكتيكي، هو زيادة أجهزة وأعضاء الجسم المختلفة على تحمل نقص الأوكسجين في أثناء الأداء وما يصاحبه من تراكم حامض اللاكتيك وبتراكيز عالية في العضلات والدم، وتغير في قيمة (PH) الدم والذي يصبح أكثر حامضية " .

اما فاعلية الأداء يعزو الباحث هذا الفرق إلى التمرينات المستخدمة ذات الشدد الشبه قصويه إذ كانت بشكل منظم وعلى وفق الأسس العلمية وكيفية التعامل مع الشدة والحجم والكثافة مع إعطاء راحة غير كافية لاستعادة الشفاء بين التكرارات والمجاميع مما أدى إلى تحسن في مستوى فاعلية الأداء الهجومي، إذ يغلب في أثناء أداء هذه الأحمال اكتساب الطاقة عن طريق النظام اللاهوائي والهدف منها العمل بوجود تراكم حامض اللاكتيك في الدم والإفادة منه في زيادة التكيف لغرض إعادة إنتاج الطاقة أي انه لا يحدث هبوط في مستوى الاداء وبخاصة في لعبة كرة القدم إذ تحتاج إلى حركات وانطلاقات سريعة ومجابهة مقاومات عالية ومتكررة بالكرة وبدونها طيلة وقت المباراة، وهذا ما أكده (Wilmore, 1978, p26) بخصوص التكيف إذ قال انه " نتيجة للمدد الطويلة من التدريب بشكل مستمر ومنتظم تحدث للأجهزة تغييرات وظيفية التي يطلق عليها التكيف الوظيفي.

وهذه اللياقة البدنية والمهارة الحركية هي من ضمن المتطلبات العامة للعبة كرة القدم التي تتداخل مع المتطلبات الخاصة بها، إذ إنَّ تحمل الاداء هو من بين أهم العناصر البدنية التي تمكن اللاعب من الاستمرار بالتحرك بكفاية لأخذ المكان الصحيح هجوماً أو دفاعياً أو الاحتكاك المستمر مع المنافس بالإضافة الى التهديد بقوة وسرعة، فضلاً عن التحرك طيلة زمن المباراة، ويذكر (أبو العلا، 1997، ص13) أن الجزء الرئيس من عملية الإعداد الرياضي تأتي بعد العملية البدنية الخاصة القائمة على استخدام التمرينات البدنية بهدف تطوير مختلف القدرات اللازمة للرياضي لتحقيق أعلى مستوى ممكن في نوع معين من الأنشطة الرياضية.

يضيف (منير جرجس، 2004، ص57) إلى أن الإعداد البدني هو أحد أركان التدريب التي يعتمد عليها المدرب في تنمية وتطوير اللاعب سواء أكان مبتدئاً أم ناشئاً أم متقدماً وهو من الأسس المهمة التي تشترك مع المهارات الحركية في تكوين للاعب كرة القدم، ويضيف أيضاً ان اللاعب غير معد بدنياً على مستوى المنافسة يظهر عليه التعب ويتسبب عند ذلك فقدان الكرة بكثرة فضلاً عن إضاعة الكثير من الفرص المحققة لتسجيل هدف وظهور خلل واضح في الكثير من النواحي المهارية والخطئية الهجومية والدفاعية ، وعلى عكس اللاعب المعد بدنيا فإنه ينهي المباراة كما بدأها.

اذ ان المواقف المتغيرة في لعبة كرة القدم من حيث الهجوم السريع والعودة بسرعة للدفاع ثم الهجوم مرة أخرى تتطلب كلها من اللاعب امتلاكه تحمل اداء كبيرة وهذا ما أكده (كمال درويش وآخرون، 1998، ص19) إذ قال (أن عنصر التحمل ذاته بأنواعه المختلفة يسهم في إتقان العمل المهاري الدفاعي والهجومي).

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث ومناقشتها

3-2-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث

لغرض اختبار الفرضية الثالثة والتي تنص على (للتمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي افضلية عن للتمرينات المهارية بالفترتي مرتفع الشدة في تطوير فاعلية الأداء الهجومي للاعب منتخب التربية بكرة القدم للصالات) استخدم الباحث اختبار تحليل التباين لإيجاد نتائج الفروق في الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث في المتغيرات قيد البحث، وكما مبين في الجدول (6) .

جدول (7) يبين تحليل التباين وقيمة (F) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للاختبارات البعدية لمجاميع البحث
الثلاث

المتغيرات	مصدر التباين	وحدة القياس	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدالة
تحمل الأداء	بين المجموعات		1,307	2	0,654	23,441	0,000	معنوي
	داخل المجموعات		0,418	15	0,028			
فاعلية الأداء الهجومي	بين المجموعات		15,501	2	7,751	21,860	0,000	معنوي
	داخل المجموعات		5,318	15	0,355			

من الجدول (7) تبين ان هناك فرق معنوي بين المجاميع الثلاث.
وللتعرف على حقيقة هذه الفروق بين المجاميع الثلاث في افضلية أي منها في جميع الاختبارات قيد البحث قام الباحث باستخدام قانون (L.S.D) اقل فرق معنوي، كما في الجدول (12).

الجدول (8) يبين قيمة الفروق في الاوساط الحسابية للاختبارات البعدية وقيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) لمجاميع البحث الثلاث

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة	فروق الاوساط الحسابية	قيمة LSD	دلالة الفرق
تحمل الأداء		م1-م2	-0,341	0,096	معنوي لصالح م1
		م3-م1	-0,660		معنوي لصالح م1
		م3-م2	-0,318		معنوي لصالح م2
فاعلية الأداء الهجومي	ثا	م1-م2	0,845	0,343	معنوي لصالح م1
		م3-م1	3,250		معنوي لصالح م1
		م3-م2	1,405		معنوي لصالح م2

من خلال النتائج التي ظهرت في الجدولين (11،12) تبين ان هناك فرق معنوي بين المجاميع الثلاث في تحمل الأداء والمتغيرات الفسيولوجية وفاعلية الأداء الهجومي لصالح المجموعة التجريبية الاولى التي تستخدم اسلوب اللاكتيك الديناميكي وهذا ما يؤكد ان اسلوب اللاكتيك الديناميكي هو افضل الاساليب المتبعة في تطوير هذه المتغيرات، وظهر فروق معنوية بين المجموعتين الاخريتين في هذه المتغيرات ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (الفتري مرتفع الشدة).

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثالث

سيتم مناقشة المتغيرات بالشكل الآتي :

اولاً/ تحمل الأداء

ويعزو الباحث سبب هذه الأفضلية الى ان التمرينات المستخدمة من قبل الباحث (تمرينات اللاكتيك الديناميكي) لتطوير هذا المتغير كانت اكثر تأثيراً من تمرينات الفتري مرتفع الشدة والتمرينات المستخدمة من قبل المدرب اذ انها تعمل بشكل معتمد على تغير سرعة الركض للمسافة المحددة داخل المجموعة الواحدة بين الركض السريع والبطيء والمتوسط مع بقاء فترات الراحة ثابتة بين التكرارات اثناء التدريب، وهذا يعني ان تأثير التدريب يحدث بين فترة الركض السريع والبطيء بمعنى انه اثناء فترات الركض السريع وبالشدة العالية سيتراكم حامض اللاكتيك في الخلايا العضلية ثم تنخفض هذه الكمية من اللاكتات بالركض البطيء في التكرار التالي نظراً لتوفر الاوكسجين في الركض البطيء مما يعني هبوط معدل اللاكتات اثناء هذه الفترة ثم ترتفع بعدها مباشرة في الركض السريع وهذا يعني ان اللاكتات ستكون حركتها متموجة بين الصعود والهبوط في المجموعة الواحدة وحسب سرعة الركض وهذا الأسلوب من التدريب يوفر ظروف تحمل خاصة مثالية وبهذه الطريقة تتكيف الخلايا العضلية على تراكم اللاكتات في الخلايا العضلية كما تتكيف على كيفية التخلص منه عن طريق استخدام اللاكتات كمصدر للطاقة خلال فترة الاستشفاء ذو الشدة الأقل وهذا يعني ان معدلات اللاكتات ستكون متغيرة طوال فترة الاستشفاء بين الصعود والهبوط، وهذا النوع من التدريب يعطي قدرة للاعبين على تحمل التغيرات المستمرة في حالات اللعب المختلفة وخاصة في لعبة كرة القدم وهذا ما اكده (جبار رحيمة، 2011، ص7) فيذكر ان تدريبات اللاكتات الديناميكي تهدف بالدرجة الأولى الى تطوير التحمل الخاص أي القدرة اللاوكسجينية وكذلك التحمل العام أي القدرة اللاوكسجينية، كما انه يطور ويسهل على اللاعب استخدام التكتيكات ضد المنافسين اثناء المنافسة او المباريات او البطولات وكذلك يتحمل اللاعب تكتيكات المنافسين اثناء المنافسة وما تفرضه من ظروف مختلفة من الديون اللاوكسجينية (نقص اوكسجين) وما يصاحبه من تراكم حامض اللاكتيك اثناء أداء تلك التدريبات او المنافسات.

والسبب الاخر طبيعة التمرينات المستخدمة في العملية التدريبية المبنية على أسس علمية من حيث الشدة وعدد التكرارات وفترات الراحة في اعدادها ودرجة تشابهها الى حد كبير من ظروف المنافسة الحقيقية بما تحتويه هذه التمرينات من طابع مهاري وعملت على تطوير تحمل الاداء للاعبين، وهذا ما أكده (سلمان علي حسن، 1983، ص16) ان العملية التدريبية عملية بنائية تعمل على تطوير القدرات البدنية وتنميتها وصولاً الى تحقيق افضل أداء .

ويذكر (مفتي إبراهيم، 1988، ص200)) انه "كلما اقترب ظرف التمرين من ظرف المنافسة (المباراة) كان التمرين اكثر فائدة وفاعلية للاعب ويحقق اهداف الوصول الى مستوى تحمل أداء المباراة ". وكذلك يعزو الباحث هذا التطور من خلال عملية الربط بين المهارات الفنية والبدنية عند الأداء الهجومي كان متماسكا واستخدام المهارات السريعة الأقرب الى الواقع من خلال اتقان المهارات السريعة وترابط الأداء بين اللاعبين هذا ما أكدته (Diclemenet، 1974، ص28) ان المناولة السريعة والانتقال لتحقيق موقف خططي سريع يأتي نتيجة التماسك والربط بين اللاعبين للفريق الواحد وعمل الفريق كمجموعة واحدة متعاونة ولا يمكن الاستهانة بها عند التدريب ويجب ان تستخدم بنكاء وبهدف الوصول بالفريق الى الأداء المثالي.

ثانياً/ فاعلية الأداء الهجومي

يعزو الباحث هذا الفرق إلى التمرينات المستخدمة ذات الشدد المتغيرة صعودا ونزولا إذ كانت بشكل منظم وعلى وفق الأسس العلمية وكيفية التعامل مع الشدة والحجم والكثافة مع إعطاء راحة غير كافية لاستعادة الشفاء بين التكرارات والمجاميع مما أدى إلى تحسن في مستوى (فاعلية الأداء الهجومي)، إذ يغلب في أثناء أداء هذه الأحمال اكتساب الطاقة عن طريق النظام اللاهوائي والهدف منها العمل بوجود تراكم حامض اللاكتيك في الدم والإفادة منه في زيادة التكيف لغرض إعادة إنتاج الطاقة أي انه لا يحدث هبوط في مستوى الاداء وبخاصة في لعبة كرة القدم للصالات إذ تحتاج إلى انطلاقات سريعة ومجابهة مقاومات عالية ومتكررة بالكرة وبدونها طيلة وقت المباراة، وهذا ما أكدته (Wilmore، 1978، ص26) بخصوص التكيف إذ قال انه " نتيجة للمدد الطويلة من التدريب بشكل مستمر ومنتظم تحدث للأجهزة تغييرات وظيفية التي يطلق عليها التكيف الوظيفي".

وان تدريب مكون تحمل الاداء بدنيا باستخدام تمرينات اللاكتيك الديناميكي وامتلاك اللاعب لهذا المكون يسهم طبيعيا في تطوير الاداء المهاري وبالتالي يؤدي إلى عدم هبوط معدلات الأداء وتأخير ظهور التعب لأطول مدة زمنية ممكنة وهذا ما نريده من لاعب كرة القدم للصالات، من خلال استمرارية الحفاظ على فاعلية الأداء الهجومي في دقائق المباراة الأخيرة بمستوى بداية المباراة .

وهذه اللياقة البدنية والمهارة الحركية هي من ضمن المتطلبات العامة للعبة كرة القدم للصالات التي تتداخل مع المتطلبات الخاصة بها، إذ ان تحمل الأداء هو من بين أهم العناصر البدنية التي تمكن اللاعب من الاستمرار بالتحرك بكفاية لأخذ المكان الصحيح هجوماً أو دفاعياً أو الاحتكاك المستمر مع المنافس بالإضافة الى التهديد بقوة وسرعة، ويذكر (أبو العلا عبد الفتاح، 1997، 13) أن الجزء الرئيس من عملية الإعداد الرياضي تأتي بعد العملية البدنية الخاصة القائمة على استخدام التمرينات البدنية بهدف تطوير مختلف القدرات اللازمة للرياضي لتحقيق أعلى مستوى ممكن في نوع معين من الأنشطة الرياضية.

ويضيف (منير جرجس، 2004، ص54) إلى أن الإعداد البدني هو أحد أركان التدريب التي يعتمد عليها المدرب في تنمية وتطوير اللاعب سواء أكان مبتدئاً ام ناشئاً ام متقدماً وهو من الأسس المهمة التي تشترك مع المهارات الحركية في تكوين للاعب كرة القدم للصالات، ويضيف أيضا ان اللاعب الغير معد بدنيا على مستوى المنافسة يظهر عليه التعب ويتسبب عند ذلك فقدان الكرة بكثرة فضلا عن إضاعة الكثير من الفرص المحققة لتسجيل هدف وظهور خلل واضح في الكثير من النواحي المهارية والخطئية الهجومية والدفاعية ، وعلى عكس اللاعب المعد بدنيا فإنه ينهي المباراة كما بدأها.

اذ ان المواقف المتغيرة في لعبة كرة القدم للصالات من حيث الهجوم السريع والعودة بسرعة للدفاع ثم الهجوم مرة أخرى تتطلب كلها من اللاعب امتلاكه تحمل اداء كبيرة وهذا ما أكده (كمال درويش وآخرون، 1998، ص19) إذ قال (أن عنصر التحمل ذاته بأنواعه المختلفة يسهم في إتقان العمل المهاري الدفاعي والهجومى).

الاستنتاجات

- أدت التمرينات المهارية باللاكتيك الديناميكي في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبى منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
- أدت التمرينات المهارية بالفتري مرتفع الشدة في تطوير تحمل الأداء وفاعلية الأداء الهجومي للاعبى منتخب التربية لكرة القدم للصالات.
- طورت تمرينات اللاكتيك الديناميكي متغيرات البحث افضل مما عملت تمرينات الفتري مرتفع الشدة.
- كلما تقبل العضلة او الدم زيادة في تراكم حامض اللاكتيك ناتجة من التدريب الشديد كلما كانت قابلية اللاعبين على أداء المهارات واستمرارهم في أدائها بشكل افضل.

المصادر العربية

- ابو العلا احمد : التدريب الرياضي والاسس الفسيولوجية ، القاهرة ، دار الفكر العربى ، 1997.
- احمد البساطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1998.
- بسطويسى احمد وعباس احمد السامرائي: طرق تدريس في مجال التربية الرياضية، جامعة الموصل، 1984.
- بيتر ثومبسون: كسر حاجز الصراع عن التدريب الفتري الحديث، مجلة العاب القوى الأسبوعية في بريطانيا، 30 أيلول، 2005. القدم، ج2، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987.
- جبار رحيمه الكعبى: اخر تحديث فى <http://www.hussein-mardan.com/list7.htm/1/2011>
- الجبالي عويس : التدريب الرياضي – النظرية والتطبيق . ط2 ، القاهرة ، دار C.M.S ، 2002.
- حنفي مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربى، 1978.
- الرازي . محمد بن ابي بكر عبد القادر : مختار الصحاح ، بيروت ، دار الكتاب العربى 1981.
- ريسان خريط : التدريب الرياضي ، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1988.
- ريسان خريط، وديع ياسين التكريتي: بحوث في التربية البدنية والرياضية العسكرية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة البصرة ، 1989
- زهير قاسم (وآخرون): كرة القدم، ط2، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.
- سامي الصفار (وآخرون): كرة القدم، ج2، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987.
- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في علم النفس، ط3 ، عمان ، دار الميسرة للنشر ، 2005.

- سجاد حسين ناصر: تأثير منهج تدريبي لأدراك زمن الهجمة في فاعلية الهجوم المنظم للاعبين المتقدمين بكرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية-جامعة بابل، 2010.
- سلمان علي حسن: المدخل الى التدريب الرياضي، ط1، مطبعة جامعة الموصل ، 1983.
- سميرة خليل : مبادئ الفسيولوجيا الرياضية ، ط1 ، جامعة بغداد ،شركة ناس للطباعة، 2008.
- صلاح مهدي عبد علي: اثر تدريبات اللاكتات الفتري والعتبة اللاكتيكية وفقا لمناطق الشدة في تطوير بعض المتغيرات الفسيولوجية وأداء المهارات الهجومية المركبة للاعبي كرة السلة الشباب، رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، كلية التربية الرياضية، 2016.
- عبد الستار جبار ضمد: البحث العلمي وتطبيقات الإحصاء الرياضي، دار الشموع الثقافية، بنغازي، ط1، 2002.
- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات-تطبيقات ، القاهرة، دار المعارف، 1994.
- عطيات محمد خطاب: التمرينات للنبات، ط6 ، القاهرة، دار المعارف، 1982.
- عقيل جاسم حسين: تأثير تدريبات اللاكتك الدينامكية على وفق النبض في مستوى تركيز حامض اللاكتيك وبعض المتغيرات البيوكيميائية والوظيفية ومستوى انجاز في 200-400م سباحة، أطروحة دكتوراه، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضية، 2013.
- علي البيك: راحة الرياضي، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1994.
- عماد زبير احمد: خماسي كرة القدم، شركة السندباد للطباعة، 2005.
- لازم محمد عباس : أثر بعض المؤشرات الوظيفية بفاعلية الأداء لدى لاعبي كرة السلة، رسالة ماجستير، جامعة القادسية ، 2006.
- محمد جاسم الياسري : الاسس النظرية الاختبارات التربية الرياضية ، ط1 ، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010.
- محمد سليم، عبد الرحيم عشير: علم حياة الانسان، جامعة الموصل، دار الكتب للنشر، 1982.
- محمد صبحي حسانين ، احمد كسرى : موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998.
- محمود موسى حسين : تقويم فاعلية الاداء الفني للاعبي الخط الخلفي بكرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، 1995.
- مروان عبد المجيد إبراهيم: الإحصاء الوصفي والاستدلالي، دار الفكر والطباعة ،عمان، ط1، 2002.
- مصطفى جاسم عبد زيد: الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم للصالات، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2015.
- مفتي ابراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998.
- مهند حسين البشتاوي و احمد إبراهيم الخواجا: مبادئ التدريب الرياضي، عمان، دار وائل للطباعة والنشر، 2005.

- مؤيد عبد الرحيم الطائي: الأسس الفلسفية الرياضية ، بغداد، دار الكتب، 2013، ص183.
 - نادر فهمي وهشام عامر: مبادئ القياس والتقويم، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
 - هزاع ابن محمد الهزاع: مقالة منشورة في مجلة صحة القلب التابعة للجمعية السعودية لطب القلب، 2003.
 - هيثم عبد الرحيم الراوي ، تقويم البرامج التدريبية على وفق بعض المؤشرات الكيميائية والفلسفية لدى لاعبي كرة القدم في العراق ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1996.
 - وجيه محبوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط2، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993.
 - وسام صلاح ، سامر يوسف : التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية ، جامعة كربلاء ، 2014.
 - يحي محمد صالح: تأثير التمارين العضلية الخاصة على مستوى الأداء في الجمناز، مجلة دراسات وبحوث في التربية الرياضية، المجلد السادس، العدد الأول، جامعة حلوان، 1982.
- المصادر الأجنبية**
- Http /www.Davidc.laporte, lactic Acid Department of Biochemistry university of Minneapolis mn55455.
 - Schmidt a.richard and craing a.wriberg .motor learning and performance. Human knyics, 2000.
 - Sports Coach . Endurance Training op.cit.
 - Sports Coach . Endurance Training http: www Lrianmac . demon.
 - Ukleuduranc. Htm 2001 . Tvaining . OP. Cit..
 - Thorpe W . V , Bray H . G : Biochemistry for Medical student , s , 8 th ed , london , churchill LTD , 1964
 - Wilmore , J.H : Aihetic traning and physical fitness , Bosten , 1978.

**نموذج للمنهج التدريبي
للمجموعة التجريبية الاولى**

الاسابيع	الوحدة التدريبية	التمرينات	التكرارات	الشدة	الراحة بين التكرارات	المجموعة	الراحة بين المجموعات	زمن التمرين
			1	90	120- 130ض/د			34ثا
	الاول		2	60	120-			40ثا

	3دقائق	الاولى	130ض/د				الأسبوع الاول
36ثا			-120 130ض/د	80	3		
38ثا			-120 130ض/د	70	4		
34ثا			-120 130ض/د	90	5		
40ثا	3دقائق	الاولى	-120 130ض/د	85	1	الخامس	
44ثا			-120 130ض/د	65	2		
38ثا			-120 130ض/د	95	3		
45ثا			-120 130ض/د	60	4		
40ثا			-120 130ض/د	85	5		
46ثا	3دقائق	الاولى	-120 130ض/د	90	1	العاشر	
52ثا			-120 130ض/د	60	2		
46ثا			-120 130ض/د	90	3		
52ثا			-120 130ض/د	60	4		
48ثا			-120 130ض/د	80	5		
31ثا		الاولى	-120 130ض/د	95	1	الثامن	
38ثا			-120	60	2		

	3دقائق		130ض/د					
ثا34			-120 130ض/د	80	3			
ثا37			-120 130ض/د	65	4			
ثا32			-120 130ض/د	90	5			

نموذج للمنهج التدريبي
المجموعة التجريبية الثانية

الاسابيع	الوحدة التدريبية	التمرينات	التكرارات	الشدة	الراحة بين التكرارات	المجموعة	الراحة بين المجموعات	زمن التمرين
الأسبوع الأول	الأولى	الأول	1	85	-120 130ض/د	الثانية	3دقائق	ثا35
			2	85	-120 130ض/د			ثا35
			3	85	-120 130ض/د			ثا35
			4	85	-120 130ض/د			ثا35
			5	85	-120 130ض/د			ثا35
	الخامس		1	90	-120 130ض/د	الثانية	3دقائق	ثا39
			2	90	-120 130ض/د			ثا39
			3	90	-120 130ض/د			ثا39
			4	90	-120			ثا39

			130ض/د					
ثا39			-120	90	5			
			130ض/د					
ثا46	3دقائق	الثانية	-120	90	1	العاشر		
			130ض/د					
ثا46			-120	90	2			
			130ض/د					
ثا46			-120	90	3			
			130ض/د					
ثا46			-120	90	4			
			130ض/د					
ثا46			-120	90	5			
			130ض/د					
ثا33	3دقائق	الثانية	-120	85	1	الثامن		
			130ض/د					
ثا33			-120	85	2			
			130ض/د					
ثا33			-120	85	3			
			130ض/د					
ثا33			-120	85	4			
			130ض/د					
ثا33			-120	85	5			
			130ض/د					

تأثير استخدام الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة

م. م. هدى ماجد رشيد

المديرية العامة للتربية في كربلاء المقدسة

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة. وافترض البحث تن للاسلوب التدريبي افضلية التأثير في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة. استخدمت الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات القياس (القبلي - البعدي). اشتمل مجتمع البحث على طالبات مرحلة الثاني متوسط / ثانوية المتفوقات للبنات - كربلاء للعام الدراسي (2019-2020) وعددهم (75) طالبة وقد بلغت عينة البحث (60) طالبة، وتم عرض البيانات وتحليلها ومناقشتها ومعالجتها إحصائيا وباستخدام الحقيبة الاحصائية spss، ومن خلال النتائج توصلت الباحث إلى عدة استنتاجات أهمها تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت الاسلوب التدريبي في تعلم مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديف من القفز على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية).

Abstract

The effect of using training method in learning the handball overhead passing and shooting from the jump skills for middle school students

By

Hoda Majed Rashid

General Directorate of Education in Holy Karbala

The study aimed to identify the effect of the training method in learning the handball overhead passing and shooting from the jump skills for middle school students. The research hypothesized that the training method has the best effect on

learning the handball overhead passing and shooting from the jump skills for middle school students. The researcher used the experimental approach (equal groups design (pre- and post-test). The research population included the outstanding students of the second stage of the middle / high school for girls - Karbala for the academic year (2019-2020), and they numbered (75) students, and the research sample amounted to (60) students, and the data was presented, analyzed, discussed and processed statistically using the spss statistical bag, and through the results The researcher reached several conclusions, the most important of which is the superiority of the experimental group that used the training method in learning the handball overhead passing and shooting from the jump skills for middle school students over the control group in the post tests.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

أن استخدام أكثر من أسلوب في التدريس يعد عاملاً مساعداً للمدرسين ويفتح أمامهم فرصاً واسعة لمعالجة المواقف التعليمية ومراعات رغبات وميول الطالبات وزيادة فاعليتهن خلال الدرس. ففي الأسلوب التدريبي يقوم المدرس بجمع القرارات مرحلة ما قبل الدرس وفي مرحلة الدرس يترك للطالبة الكثير من الخيارات مثل وقت بدء التمرين والمكان الذي يتخذ فيه الأداء والوضع الذي تكون فيه ووقت البدء والانتهاء وهنا يسمح هذا الأسلوب للطالبة استقلالية في اتخاذ الكثير من القرارات في الجزء الرئيسي من الدرس. إن لعبة كرة اليد من الألعاب التي حققت انتشاراً واسعاً في أرجاء العالم لما فيها من مزايا تربوية وبدنية كبيرة، ولكون أغلب مهارات هذه اللعبة يصعب تعلم أدائها لدى الطالبات ومنهن طالبات المرحلة المتوسطة والتي يتوجب عليهن تعلم المهارات الأساسية في كرة اليد ومن بينها مهارة المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز التي تعد من المهارات الصعبة في كرة اليد والتي يتطلب تعلمها امتلاك قدرات وقابليات من الطالبات لكي يتم تعلمها واتقان أدائها ولأنها تعتبر من المهارات الأساسية ومفتاح للمهارات الأخرى، وتكمن أهمية البحث في إن العديد من المدرسين يستخدمون الأسلوب التقليدي (الأمري) دون اللجوء إلى أساليب تدريس حديثة أخرى في تعليم مهارات كرة اليد، ولذا دعت الضرورة لأجراء هذه الدراسة كمحاولة علمية للاستفادة من الأسلوب التدريبي في تعلم مهارة المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد.

1-2 مشكلة البحث

أن الحاجة إلى الارتقاء بمستوى التعليم للمهارات من خلال الاستثمار الأمثل لبيئة التعلم، وهذا ما أكدت عليه المصادر العلمية المختلفة وكذلك الخبراء، والتي أشارت إلى الاستمرار بالدراسة والتقصي لإيجاد بدائل تعليمية حديثة للتوصل إلى مستويات تعليمية أفضل.

وإن الملاحظ في تعلم مهارات كرة اليد وخاصة المهارات الأساسية في هذه اللعبة كالمناولة والتهديف هناك ضعف عند الطالبات وهذا ما لاحظته الباحثة في بطولات التربية مما يسبب ضياع الكثير من المجهود لدى الطالبات وإن استخدام أساليب وطرائق تقليدية تعتمد على خبرة المدرس قد لا تحقق الغرض المطلوب ولا تراعي الفروق الفردية للطالبات واختلاف مستوياتهن وقدراتهن ومما لا يعطي أي فرصة للطالبة للتعلم قد تكون أحد الأسباب في ضعف هذه المهارات لذلك تم اختيار المهارتين باعتبارهما أساسيتين في كرة اليد.

وان اختيار الاسلوب التدريبي لابد ان يتلائم مع الفعالية او المهارة المطلوب تعليمها وما يحققه الاسلوب من تطوير في النواحي المهارية والاجتماعية والمعرفية وغيرها، ويتلائم مع قابلية الطالبة العمرية والدراسية. ومن هنا ارتأت الباحثة لتحديد مشكلة البحث في الحاجة الى البحث والتقضي عن بدائل تدريسية افضل من خلال استخدام الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة.

1-3 اهداف البحث

- 1- التعرف على تأثير الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة.
- 2- التعرف على افضلية تأثير الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة.

1-4 فروض البحث

- 1- هناك تاثير ايجابي للاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة.
- 2- للاسلوب التدريبي افضلية التأثير في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري

طالبات مرحلة الثاني متوسط - الاناث (الدراسة الصباحية) في ثانوية المتفوقات للبنات - كربلاء للعام الدراسي 2019 - 2020

1-5-2 المجال الزمني

(من 2019/12/22 الى 2020/2/12)

1-5-3 المجال المكاني

الساحة الرياضية لثانوية المتفوقات للبنات - كربلاء

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات القياس (القبلي - البعدي) لملاءمته طبيعة مشكلة البحث وأهدافه، فضلاً عن ذلك هو "الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه والذي يمكن من خلاله التوصل إلى حل مشكلته"⁽²⁾

2-2 مجتمع وعينة البحث

² - وجيهه محبوب : البحث العلمي ومنهجه، بغداد، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص 81

اختيار عينة البحث تعد من متطلبات البحث العلمي وذلك لان العينة من (الوسائل الأساسية المهمة في إثراء البحوث العلمية) (3)

اذ حددت الباحث مجتمع البحث بطالبات مرحلة الثاني متوسط / ثانوية المتفوقات للبنات - كربلاء للعام الدراسي (2019-2020) والذي يبلغ عددهن (75) طالبة، وقد توزع مجتمع البحث على شعبتين وبعد استبعاد طالبات التجربة الاستطلاعية، قد اختارت الباحثة عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة (طريقة القرعة)، وقد بلغت عينة البحث الاساسية (60) طالبة، ثم قسمت الى مجموعتين متساويتين، المجموعة التجريبية عددها (30) طالبة والتي تستخدم الاسلوب التدريبي في تعلم مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز بكرة اليد، أما المجموعة الضابطة فكانت (30) طالبة والتي تستخدم الطريقة التقليدية (الاسلوب المتبع) العرض والتوضيح، وبهذا شكلت عينة البحث نسبة (52%) من مجتمع البحث.

2 - 3 تجانس وتكافؤ عينة البحث

2 - 3 - 1 تجانس عينة البحث

عملت الباحثة التجانس على أفراد عينة البحث من خلال إجراء مجموعة من الاختبارات والقياسات من حيث المتغيرات الاتية (الطول، الكتلة، العمر) من خلال قانون معامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة وتبين ان قيمة تنحصر ما بين $(1 \pm)$ مما يدل تجانس عينة البحث، والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1)

يبين تجانس عينة البحث

ت	المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	س	ع	المنوال	معامل الالتواء
1	الطول	سم	153.4	2.57	155	0.62	
2	الكتلة	كغم	42.23	2.42	41	0.51	
3	العمر	سنة	12.73	0.44	13	0.61	

2 - 3 - 2 تكافؤ مجموعتي البحث

تم إجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد الدراسة، من اجل الشروع من نقطة واحدة في البحث، والجدول (2) يوضح الوصف الاحصائي لبيانات عينة البحث في المتغيرات الاولى (الاساسية).

³ - وجيهه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط2، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1988، ص133.

جدول (2)

يبين تكافؤ المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة)

قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58) تبلغ (2.021) ويتبين من الجدول (2) بأن مستويات الدلالة لجميع المتغيرات هي اكبر من (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذه المتغيرات وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات المستخدمة في البحث.

2-4 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

2-4-1 وسائل جمع المعلومات

" وهي التي تستخدم للحصول على المعلومات "(4)

- الملاحظة.
- الاستبانة.
- المقابلة.
- الاختبار والقياس.

2-4-2 الأجهزة والأدوات

- صافرة عدد (2)
- كرة يد عدد (6)
- ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio).
- كاميرا للتصوير نوع (Sony) عدد (2).

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
غير معنوي	0.24	1.81	2.597	9.142	2.81	8.071	درجة	المناوله من مستوى الرأس
غير معنوي	0.14	1.15	3.238	8.785	3.66	8.714	درجة	التهديف من القفز

- ملعب كرة يد.
- شواخص.

⁴ - وجيهه محجوب، أحمد بدري: البحث العلمي، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2002، ص 35 .

- مربع دقة التهديد (40 × 40)
- جهاز عرض .
- شريط لاصق بعرض (5 سم)
- طباشير ملون .
- شريط قياس بطول 20 م .

2 - 4 إجراءات البحث الميدانية

2 - 4 - 1 تحديد الاختبارات في البحث

اعتمدت الباحثة مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديد من القفز بكرة اليد التي يتم تعليمها لطالبات المرحلة المتوسطة للعام الدراسي (2019-2020) والتي تتلائم مع قدرات وإمكانيات الطالبات، وقامت الباحثة بإعداد استمارات استبيان وعرضها على مجموعة من المحكمين والمختصين في مجال كرة اليد لبدء رأيهم في الاختبارات

2 - 4 - 1 - 1 الأسس العلمية للاختبارات:

تم إيجاد الصدق والثبات والموضوعية لاختبار مهارتي المناولة من مستوى الرأس والتهديد من القفز بكرة اليد :
 أولاً: الصدق: هو "الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من أجله"⁽⁵⁾، وعليه فقد استعملت الباحثة صدق المحتوى والذي يسمى أيضاً صدق المضمون أو الصدق المنطقي، حيث يرى كلا من (محمد علاوي و محمد رضوان) بأن " صدق المضمون يهدف إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو القياس بجوانب السمة أو الصفة أو القدرة المطلوب قياسها مما إذا كان الاختبار أو القياس يقيس جانباً من هذه الظاهرة أو يقيسها كلها"⁽⁶⁾. وتم عرض الاختبار الخاص بالمناولة من مستوى الرأس والتهديد من القفز بكرة اليد على عدد من السادة المحكمين والمختصين، وكما مبين في الجدول (3).

جدول (3)

يبين نسبة قبول الاختبارات المستخدمة في البحث

الدالة	قيمة كا ²		موافقة المحكمين				الاختبار
	الجدولية	المحسوبة	النسبة	غير موافق	النسبة	موافق	
معنوي	3.84	8	صفر	صفر	100	8	المناولة من مستوى الرأس
معنوي	3.84	4.5	12.5	1	87.5	7	التهديد من القفز

ثانياً: الثبات:

⁵ - يوسف لازم كماش: اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2002، ص 149.

⁶ - محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص 258.

من اجل استخراج معامل الثبات لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت " وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽⁷⁾، ولذا قامت الباحثة باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وفي ضوء ما تقدم تم إجراء الاختبار للمرة الأولى اثناء التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف 2019/12/22، ثم أعيد تطبيقه مرة ثانية بعد مرور (7) أيام على عينة استطلاعية مكونة من (10) طالبات مع مراعاة كافة الظروف التي تم فيها الاختبار الأول، وقد استعملت الباحثة قانون معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني وقد توصلت إلى أن اختبارات (المناولة من مستوى الرأس والتهديف من القفز) تتمتع بمعنوية عالية وذلك لان جميع قيم (ت) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والبالغ مقداره (2.306) وبدرجة حرية (8) مما يدل أن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات، كما مبين بالجدول (4)

ثالثاً: الموضوعية:

من العوامل المهمة التي يجب ان تتوافر في الاختبار الجيد هو شرط الموضوعية فعند اجراء الاختبارات يجب ان يبتعد القائم بالاختبار او المقوم او الباحث عن الانقياد او التحيز لارائه الشخصية بل يجب الاعتماد على الأدلة القاطعة والبراهين للاستناد عليها في عملية التقويم⁽⁸⁾، ولإيجاد موضوعية الاختبار تم اعتماد درجة (المحكمين) *، واستخدمت الباحثة معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات الحكم الأول والحكم الثاني وقد أظهرت البيانات بأن جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية وأنها ذات دلالة معنوية لان قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.306) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8). كما مبين بالجدول (4)

جدول (4)

يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات

ت	الاختبارات	معامل الثبات	ت للمعنوية	معامل الموضوعية	ت للمعنوية	الدلالة الإحصائية
1	المناولة من مستوى الرأس	0.83	3.64	0.89	4.72	معنوي
2	التهديف من القفز	0.83	3.64	0.83	3.68	معنوي

2-5 الاختبارات المستخدمة في البحث

2-5-1 اختبار المناولة

المناولة من فوق الرأس على شكل بيضوي مرسوم على الحائط لمدة (30 ثا) ومن مسافة (3 م)⁽⁹⁾ .
الغرض من الاختبار: قياس مهارة المناولة .

⁷ - نادر فهمي الزبيد، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص 145.

⁸ - علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، العراق، الطيف للطباعة، 2004، ص28.

* 1- أ . م . د حاسم عبد الجبار (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء)

2- م . د عباس عبد الحمزة (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء)

9- قاسم حسن حسني: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص 63.

الادوات المستخدمة :

- حائط مستوي مرسوم عليه شكل بيضوي .

- كرة يد عدد (1).

- شريط قياس .

- ساعة توقيت .

- شريط الصق .

مواصفات الاداء : يقف اللاعب امام خط مرسوم على الارض يبعد مسافة (3 م) من الحائط ومع كلمة (ابدأ) يقوم اللاعب بمناولة الكرة من مستوى الرأس على الشكل البيضوي المرسوم على الحائط ولاكثر عدد من المرات خلال (30 ثا).
طريقة التسجيل: تحسب عدد المرات الصحيحة لمناولة الكرة وتسلمها فقط .

2-5-2 اختبار التهديد

أختبار التهديد من الثبات من مسافة (6 م)⁽¹⁰⁾

الهدف من الاختبار : قياس دقة التهديد .

الادوات المستخدمة :

- عدد (6) كرات يد قانونية .

- عدد 4 مربع دقة التهديد (40 × 40) سم يعلق مربع في كل من الزاويتين العلويتين والسفليتين من المرمى.

طريقة الاداء : يقف المختبر في المنطقة المواجهة للمرمى مباشرة خلف خط ال (6 م) ويوجه الكرات الواحدة بعد الأخرى الى داخل أي من المربعات العليا والسفلى بحيث يتم تصويب ثلاث كرات الى أي من الزاويتين العلويتين او كليهما والثلاث كرات الاخرى الى الزاويتين السفليتين ويراعى ان تمرر الكرة داخل المربعات بالتهديد غير المرفوع بالنسبة للمربعات العليا وغير مدرجات على الارض بالنسبة للمربعات السفلى ويتم التهديد من الثبات او الحركة على ان تصل الى خط (6 م) بحيث يكون ملاصقا للارض لحظة خروج الكرة من اليد المصوبة

التسجيل : تحسب عدد الرميات التي تمرر فيها الكرة من المربعات العليا والسفلى وهي مستوفية لكل الشروط وتحول عدد الرميات التي تدخل المرمى الى درجات من واقع الجدول المعد لذلك

جدول (5)

الدرجة	عدد الاهداف الناجحة
5	1
10	2
14	3
17	4
20	5
22	6

2-6 اجراءات البحث الميدانية

2-6-1 التجربة الاستطلاعية

تعرف التجربة الاستطلاعية بأنها " عبارة عن دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار اساليب البحث وأدواته " (11)

وعليه قامت الباحثة بعد تحديد عينة البحث بأجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد المصادف 22 / 12 / 2019 على مجموعة من طالبات المرحلة الثانية وكان عددهن (10) طالبات من خارج مجتمع البحث بغية التأكد من الادوات والوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات وتجنب المشاكل والاطفاء التي قد تصادف الباحثة في التجربة الرئيسية والاختبارات .

2-6-2 الاختبارات القبليّة

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبليّة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية يوم الاثنين المصادف 12 / 2019 في الساحة الرياضية لثانوية المتفوقات للبنات.

2-6-3 التجربة الرئيسية

استخدمت الباحثة وحدات تعليمية بأستخدام الاسلوب التدريبي بعد الاطلاع على المصادر والمراجع متضمنا خطة درس التربية الرياضية مع ورقة الفعاليات، إذ كان تعليم مهارة المناولة من مستوى الرأس ضمن الأسبوع الاول والثاني والثالث والتهديف من القفز ضمن الاسبوع الرابع والخامس والسادس، وتم عرض خطة الدرس وورقة الفعاليات الخاصة بالاسلوب* على مجموعة من المحكمين والمختصين في مجالات طرائق التدريس، وكرة اليد، واجريت بعض التعديلات للخروج بصيغة نهائية، وتم تطبيق المنهج التعليمي في يوم الثلاثاء المصادف 31/12/2019 لغاية يوم الثلاثاء المصادف 11/2/2020، وتضمن المنهج (12) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع للمجموعة التجريبية والتي استخدمت الاسلوب التدريبي وكان زمن الوحدة التعليمية (45 د)، واستخدمت المجموعة الضابطة الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة.

2-6-4 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي قامت الباحثة بأجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث في يوم الاربعاء المصادف 12 / 2 / 2020، وللمجموعتين التجريبية والضابطة مع مراعاة الظروف التي جرت فيها الاختبارات القبليّة.

2-7 الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة نظام الحقيبة الاحصائية (spss) في استخراج نتائج بحثها

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

¹¹ - محمد صبحي حسانين، مهدي عبد المنعم: الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997، ص 204.

* ملحق (1)

3-1 عرض نتائج الاختبارات المستخدمة في البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها

جدول (6)

يبين نتائج الوسائط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم t المحسوبة ومستوى الدلالة للاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
			ع	س-	ع	س-			
1	المناولة	درجة	9.142	2.597	14.714	2.163	14.352	0.000	معنوي
2	التهدف	درجة	8.785	3.238	17.642	2.097	14.970	0.000	معنوي

* علما ان (t) الجدولية عند درجة حرية (30) ومستوى دلالة (0.05) تساوي 2.042
يبين الجدول (6) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية،
اذ اظهرت النتائج لمتغيرات البحث (مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهدف من القفز) فقد كانت اقل في
الاختبار القبلي عن الاختبار البعدي، وحدث تغيير معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي، وهذا ما اشارت اليه
مستويات الدلالة من خلال استخدام قانون (t) للعينات المترابطة اذ كانت لجميع المتغيرات اقل من مستوى
الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

جدول (7)

يبين نتائج الوسائط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم t المحسوبة ومستوى الدلالة للاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
			ع	س-	ع	س-			
1	المناولة	درجة	8.071	2.81	10.64	2.530	12.728	0.000	معنوي
2	التهدف	درجة	8.714	3.66	14.50	2.377	8.818	0.000	معنوي

* علما ان (t) الجدولية عند درجة حرية (30) ومستوى دلالة (0.05) تساوي 2.042
يبين الجدول (7) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية،
اذ اظهرت النتائج لمتغيرات البحث (مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهدف من القفز) فقد كانت اقل في
الاختبار القبلي عن الاختبار البعدي، وحدث تغيير معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي، وهذا ما اشارت اليه
مستويات الدلالة من خلال استخدام قانون (t) للعينات المترابطة اذ كانت لجميع المتغيرات اقل من مستوى
الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

جدول (8)

يبين نتائج الوسائط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم t المحسوبة للاختبارات البعديّة لمتغيرات البحث

للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	تجريبية		ضابطة		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
			ع	س-	ع	س-			
1	المناولة	درجة	14.71	2.16	10.64	2.530	4.576	0.000	معنوي
2	التهدف	درجة	17.64	2.09	14.50	2.377	3.709	0.000	معنوي

* علما ان (t) الجدولية عند درجة حرية (60) ومستوى دلالة (0.05) تساوي 2.000 من خلال ملاحظة الجدول (8) للمجموعة التجريبية والضابطة وجد إن هنالك فروقا معنوية لصالح المجموعة التجريبية للاختبارات البعدية لعينة البحث المتمثلة في اختبارات (مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهدف من القفز).

3-2 مناقشة نتائج الاختبارات المستخدمة في البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة

تعزو الباحث ذلك إلى فاعلية استخدام الأسلوب التدريبي والذي تم اختياره بالطرق العلمية مستندة من خلاله على المصادر العلمية المتوفرة والذي أدى إلى تحسين المستوى لدى أفراد العينة، من أثاره اهتمام الطالبات وتحفيزهن على بذل الجهد وعدم الشعور بالملل من خلال عرض المادة التعليمية وتصميم وتجزئة المهارات من خلال خطوات صغيرة وبطريقة منتظمة ومتتابعة ساعدت على تفهم طبيعة المهارات والتي أدت إلى إتقانها من خلال قدرة هذا الأسلوب في توصيل تفاصيل تلك المهارات وبالتالي قدرة الطالبة على الاستجابة الصحيحة من خلال الأداء، وهذا ما تحدث عنه (محمد محمود، 1998) في تشجيع المتعلم على المشاركة والتفاعل مع المواقف المختلفة تجعل من الخبرات التعليمية أكثر فاعلية وأقل احتمالاً للنسيان من خلال تكرار المعلومات والأفكار عند الحاجة ويكون هذا مفيد في تسيير عملية التعلم⁽¹²⁾، وكذلك أن التدريس بأساليب مختلفة والبحث عن أساليب غير تقليدية في تنفيذ درس التربية الرياضية يلعب دوراً فاعلاً بأثاره اهتمام المتعلم للمشاركة الفعالة في الدرس واشباع ميوله ورغباته وتكامل شخصيته علاوة على تحقيق تعلم أفضل⁽¹³⁾، ولقد راعت الباحثة منذ البداية مبدأ التنظيم للأسلوب من خلال الوقت وتطبيقه ضمن الوحدات التعليمية، إذ يمكن تنظيم الأسلوب بما ينسجم والهدف المنشود، إذ إن استخدام الأسلوب التدريبي يساعد على إظهار المهارات الفردية للطالبة ويوفر الزمن الكافي للممارسة الفعلية للمهارة، علاوة على إعطاء فرصة لممارسة اتخاذ القرارات الصحيحة للأداء بأشراف المدرس⁽¹⁴⁾، وتؤكد الباحثة أن هذا الأسلوب المستخدم قد وفر للطالبات الوقت الكافي والاعتماد على النفس في الممارسة والتطبيق للمهارات ومراجعة ورقة الفعاليات الخاصة بهذا الأسلوب بعد تكرار الأداء في بعض من أجزاء الدرس وهذا ما أكدته

¹² - محمد محمود الحيلة: التربية المهنية واساليب تدريسها، الأردن، عمان، دار المسيرة، 1998، ص 88.

¹³ - جمال علي سعيد ربابعة : اثر استخدام اسلوبي التدريس متعدد المستويات وتقيم الاداء الذاتي على تعلم بعض القدرات العضلية والمهارية في الكرة الطائرة، اطروحة دكتوراة، الجامعة الاردنية، كلية الدراسات العليا، 2011، ص 20.

¹⁴ - رشاد طارق الزعبي : دراسة تقويمية لاساليب التدريس المستخدمة في درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية ومدى تحقيقها لاهداف المنهاج، اطروحة دكتوراة، الجامعة الاردنية، كلية الدراسات العليا، 2007، ص 14.

(مؤيد كمال الدين ، 2006) " ان هذا الاسلوب لا يضيع وقت المتعلم الا القليل، وذلك لانشغاله طوال وقت الدرس بممارسة النشاط الحركي ويسمح للمتعلم بالاستقلالية في تعلم المهارات وخصوصا في الجزء التطبيقي من الدرس" (15)، وعلى الرغم من إن الأسلوب المتبع (التقليدي) من قبل المدرس الذي تعلمت وفقه المجموعة الضابطة هو أيضاً ذي فائدة في تعلم (مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديد من القفز)، بكرة اليد للطالبات المبتدئات فهو يضع الطالبة تحت سيطرة المدرس إذ يكون المدرس في أكثر الأحيان ذا سيطرة تامة على الدرس كاملاً أو في اغلب أوقاته، أما سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية فيعود إلى اثر الاسلوب التدريبي المستخدم الذي يرسم حالة من التطور في الوحدة التعليمية التي تختلف باستخدام هذا الأسلوب عن الوحدة التعليمية التي يستخدم فيها الأسلوب المتبع من قبل المدرس.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1- هناك تعلم ايجابي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديد من القفز بكرة اليد.
- 2- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت الاسلوب التدريبي في تعلم مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديد من القفز على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية.
- 3- أن استخدام الاسلوب التدريبي كان له دور اساسي في زيادة التفاعل بين الطالبات وكذلك زيادة رغبتهم ودافعتهم في التعلم والاعتماد على النفس وخصوصا في القسم الرئيسي من المهارات الطالبة.

4-2 التوصيات :

من خلال الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحث فانها توصي بـ :-

- 1- استخدام الاسلوب التدريبي في عملية التدريس للتربية الرياضية في الصفوف المتوسطة والثانوية للمدارس لما له من أهمية لتعلم مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديد من القفز بكرة اليد، ولما له من أثر كبير في رفع مستوى الطالبات لهذه اللعبة.
- 2- استخدام الاسلوب التدريبي في تدريب مختلف الألعاب الرياضية الجماعية وذلك بسبب فاعليته في التعلم وكذلك بسبب زيادة التعاون بين الطالبات للوصول الى الاداء الامثل في تعلم المهارات.
- 3- اعتماد الاختبارات التي اجرتها الباحثة لقياس مهارة المناولة من مستوى الرأس، مهارة التهديد من القفز بكرة اليد.

4- استخدام الاسلوب التدريبي في تدريس المناهج التعليمية وعلى وفق ما يقتضيه تعلم المهارات المختلفة.

5- إجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية أخرى ولفعاليات جماعية مختلفة.

المصادر

¹⁵ - مؤيد كمال الدين : اثر الاسلوب التدريبي المصحوب بالتمرين المتسلسل والعشوائي في استثمار وقت التعليم الاكاديمي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، اطروحة دكتوراة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2006، ص 102.

- جمال علي سعيد ربايعة : اثر استخدام اسلوبي التدريس متعدد المستويات وتقييم الاداء الذاتي على تعلم بعض القدرات العضلية والمهارية في الكرة الطائرة، اطروحة دكتوراة، الجامعة الاردنية، كلية الدراسات العليا، 2011.
- رشاد طارق الزعبي : دراسة تقييمية لاساليب التدريس المستخدمة في درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية ومدى تحقيقها لاهداف المنهاج، اطروحة دكتوراة، الجامعة الاردنية، كلية الدراسات العليا، 2007.
- ضياء الخياط، نوفل احيال: كرة اليد، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 2001.
- علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، العراق، الطيف للطباعة، 2004.
- قاسم حسن حسني: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، عمان، 1998.
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- محمد صبحي حسانين، مهدي عبد المنعم: الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997.
- محمد محمود الحيلة: التربية المهنية واساليب تدريسها، الاردن، عمان، دار المسيرة، 1998.
- مؤيد كمال الدين : اثر الاسلوب التدريبي المصحوب بالتمرين المتسلسل والعشوائي في استثمار وقت التعليم الاكاديمي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، اطروحة دكتوراة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2006.
- نادر فهمي الزبيد، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقييم في التربية، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
- وجيه محجوب، أحمد بدري: البحث العلمي، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2002.
- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط2، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1988.
- وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه، بغداد، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 2002.
- يوسف لازم كماش: اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2002.

ملحق (1)

خطة درس التربية الرياضية لمرحلة الدراسة المتوسطة بأستخدام الاسلوب التدريبي (المجموعة التجريبية)

الاهداف التعليمية : تؤدي الطالبات مهارة المناولة من مستوى الرأس

الصف :	الاسبوع : الاول	اسم المدرسة : ث. المتفوقات للبنات
		الثاني متوسط
الزمن :		عدد الطالبات : 30

ت	اجزاء الخطة	الزمن	محتوى الخطة	اسلوب التنفيذ	التشكيلات	التقويم
1	الجزء الاعدادي المقدمة	20د 5د	خروج الطالبات الى الساحة مع احضار مستلزمات الدرس	خروج الطالبات الى الساحة على شكل قاطرتين والوقوف تشكيل نسق امام المدرس	***** ●	تأكيد المدرس على الهدوء عند الخروج للساحة وارتداء الزي الرياضي
	الاحماء العام	5د	تهيئة عامة لجميع اعضاء الجسم	السير المنتظم - هرولة خفيفة مع تدوير الذراعين للامام والخلف - الهرولة والقفز عاليا - سير اعتيادي	***** * * ● * * * *****	يؤكد المدرس على التدرج في تنفيذ فقرات الاحماء
	التمارين البدنية	15د	تمارين للذراعين + تمارين للجذع + تمارين للرجلين	(الوقوف، فتحا) رفع الذراعين للاعلى (2 عدة). (الجلوس الطويل، تخصر) فتل الجذع (2 عدة) (الوقوف، فتحا، الذراعين اماما) ثني الركبتين (2 عدة)	* * * * * * * * * * * * * * * * ●	يؤكد المدرس على اداء التمارين من قبل الجميع
2	الجزء الرئيسي النشاط التعليمي	20د 5د	تعليم مهارة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد	يؤدي المدرس نموذج للمهارة بشرحها وعرضها (المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد)	* * * * * * * * * * * * * * * *	يؤكد المدرس على شرح الاجزاء المهمة من المهارة وعرضها امام الطالبات
	النشاط التطبيقي	15د	اداء مهارة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد وحسب ما مدون بورقة الفعاليات	يتم التنفيذ حسب ما مدون بورقة الفعاليات	يتم تشكيل حسب ما مدون بورقة الفعاليات	يؤكد المدرس على ممارسة جميع الطالبات للمهارة بأستعمال ورقة الفعاليات
3	الجزء الختامي	5د	تمارين لرفع جهد الطالبات ثم اعطاء ارشادات تربوية واداء تحية الانصراف	تقف الطالبات امام المدرس بتشكيل النسق لاداء النشاط في الجزء الختامي	***** ●	يرفع المدرس جهد الطالبات في حالة وجود فراغ بعد الدرس والعكس صحيح

تابع ملحق (3)

ورقة الفعاليات بأسلوب التدريس التدريبي

المرحلة الدراسية : الثاني متوسط

اسم الفعالية : كرة اليد

اسم المهارة : المناولة من مستوى الرأس

* التوضيحات :

- على الطالبات اتباع تسلسل الخطوات مع الواجبات المطلوبة والاستعانة بالشكل التوضيحي لتعلم المهارة بشكل صحيح.

- ارجاع الادوات بعد استعمالها الى اماكنها.

* الاداء الفني :

يبدأ الاداء الفني لمهارة المناولة من مستوى الرأس باخذ خطوه او خطوتين او ثلاث خطوات والكرة مسيطر عليها بين الكفين وبعدها الارتكاز على رجل اليسار بالنسبة للطالبات اللاتي يستخدمن الذراع اليمين والعكس صحيح، وبعد ذلك سحب ذراع الرمي الى الخلف والذراع الحرة تؤثر باتجاه الزميلة التي تستقبل الكرة وبعدها يتم اندفاع الذراع الرامية الى الامام وبجانب الرأس وبنفس مستواه بحيث تكون زاويا مفصل الكتف ومفصل المرفق قائمتين، وبعدها تندفع الذراع الى الامام ومناولة الكرة والتوجيه بواسطة الرسغ واندفاع الجسم بأكمله باتجاه الامام وتقديم الرجل الاخرى لغرض الموازنة.

* الواجبات :

- يقوم المدرس بشرح وعرض المهارة.

- يقوم المدرس بأيضاح محتوى اوراق الفعاليات للطالبات وتوزيعها عليهن بزمان قدرة (2 د)

- على الطالبات اداء جميع فقرات الاداء الفني بزمان قدرة (6 د) ويكرر لمرة واحدة

- تمنح الطالبة فترة راحة بعد الاداء الفني بزمان قدرة (1د)

- للطالبة القرار ببدا التمرين والانتهاء منه

- للطالبة القرار بأختيار الوزن والايقاع

اثر تدريبات بدنية مهارية بالهرمي المتقابل والصاعد في تطوير القوة السريعة والتهديف والمناولة للمتقدمين لكرة القدم

جعفر علي عبد الحسين أ. د. حسين حسون عباس أ. د. احمد مرتضى عبد الحسين

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى اعداد تدريبات بدنية مهارية بتطبيق شكلين من أسلوب التدريب الهرمي وهما المتقابل والصاعد والتعرف على تأثيرهما في تطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى اللاعبين المتمثلة بالقدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهديف والمناولة. فضلا عن بيان افضلية أي شكل من شكلي الاسلوب الهرمي المذكورين انفا في تطوير المتغيرات قيد البحث. وافترض الباحث وجود تاثير ايجابي لشكلي اسلوب التدريب الهرمي على المتغيرات التي جرى بحثها مع افضلية الهرمي المتقابل على الهرمي الصاعد. شملت عينة البحث لاعبي نادي الغاضرية الرياضي المتقدمين لكرة القدم في محافظة كربلاء المقدسة. وقد جرى توزيع اللاعبين على ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة. فبينما كانت المجموعة الضابطة تتدرب بالاسلوب المعتمد من مدرب الفريق، جرى تدريب المجموعة التجريبية الاولى باسلوب التدريب الهرمي المتقابل، وتدربت المجموعة التجريبية الثانية بالاسلوب الهرمي الصاعد. بينت النتائج حصول تطور بفروق معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية والقبلية لمتغيرات البحث للمجاميع الثلاث ، كما لوحظ وجود فروق معنوية في النتائج البعدية للمجاميع لصالح المجموعتين التجريبيتين. وظهرت افضلية معنوية لمجموعة التدريب بالاسلوب الهرمي المتقابل على مجموعة الاسلوب الهرمي الصاعد في متغير القوة المميزة بالسرعة بينما لوحظت افضلية لمجموعة الهرمي الصاعد في متغيرات القدرة الانفجارية ومهارتي التهديف والمناولة.

Abstract

The effect of skill physical exercises in the opposite and ascending hierarchy in developing quick strength and scoring and handling for advanced footballers

By

Jaafar Ali Abdel Hussein

**Prof. Dr. Hussein Hassoun
Mortadha**

Prof. Dr. Ahmed

College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to prepare skill physical exercises by applying two forms of the hierarchical training method, namely the opposite and the ascending method, and to identify their impact on developing some physical and skill variables among the players represented in the explosive ability and strength characterized by speed, scoring and handling skills. As well as indicating the preference of any of the two forms of the hierarchical method mentioned above in developing the variables under consideration. The researcher assumed that there is a positive effect of the two forms of hierarchical training method on the variables that were discussed, with the preference of the opposite hierarchy over the ascending hierarchy. The sample of the research included Al-Ghadriya Sports Club players who applied for football in the holy governorate of Karbala. The players were divided into three groups, two experimental groups and a control group. While the control group was training in the method approved by the team coach, the first experimental group was trained in the opposite hierarchical method, and the second experimental group was trained in the ascending hierarchical method. In the dimensional results of the groups in favor of the two experimental groups. A significant advantage of the training group in the opposite hierarchical style appeared over the group of the ascending hierarchical method in the variable of strength characterized by speed, while preference was noted for the ascending hierarchical group in the variables of explosive ability, scoring and handling skills.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تعد لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية الاولى في العالم لما تقدمه من اثارة وتشويق ولما تتميز به من سرعة وقوة أداء طيلة مدة المباراة تثير الحماس لدى المتابعين، وتتنافس المؤسسات الرياضية في الدول المختلفة على الوصول للمراتب الاولى وتحقيق التفوق فيها وذلك باتباع مختلف العلوم الرياضية، ويعد علم التدريب الرياضي من العلوم التي تأخذ حيزا كبيرا من الاهتمام والبحث من اجل الارتقاء بمستويات اللاعبين الفردية والجماعية وبالتالي تحقيق الانجاز.

واعتمد المختصون في علم التدريب التقنيات والطرائق والاساليب التدريبية الناجعة والحديثة في تنمية وتطوير الصفات والقدرات البدنية والفسولوجية والمهارية والخططية ومختلف جوانب العملية التدريبية والتي تصب في مصلحة متطلبات الاداء الخاصة باللعبة، وتنوعت الأساليب التدريبية الحديثة على وفق متطلبات الاداء البدني الخاصة بلعبة كرة القدم وخصوصا صفتي القوة العضلية والسرعة لما لهما من دور كبير في متطلبات الاداء البدني والمهاري والتي تتطلب وجود قدر كبير من هاتين الصفتين وبمختلف أشكالها وأنواعها لدى اللاعبين ومن ابرز مظاهرها هما القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ليكون الاداء للمهارات المختلفة بشكل فعال بالقوة والسرعة اللازمة أثناء المباراة وما تتخلله من تغير مستمر في مستويات الشدة طبقا لظروف اللعب في اوقات المباراة المختلفة.

ويعد اسلوب التدريب الهرمي أحد الاساليب التدريبية الفاعلة والذي يعتمد على تزايد أو تناقص الشدة خلال الوحدة التدريبية، ويعتمد هذا النوع من التدريب أساسا على التعامل مع الشدة التدريبية ورفعها وخفضها بشكل منظم داخل الوحدة التدريبية ويتخذ اشكال عدة كأن يكون تصاعديا من الشدة الواطئة إلى الشدة العالية

وعلى العكس من هذا فيكون تنازليا، وأيضا التدريب الهرمي المتقابل والتدريب الهرمي المزدوج (الهرمين المتعكسين) والتدريب الهرمي المتعدد القمم، ويرى الباحث إمكانية استخدام الأسلوب الهرمي المتقابل والصاعد في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة المطلوبة للاداء البدني والمهاري وبالتالي تلبية متطلبات المنافسة في لعبة كرة القدم والتي يتميز اداؤها البدني بالتغير المستمر بين الارتفاع والانخفاض في مستويات الشدة، وكذلك تطوير مهارتي المناولة والتهدف. ومن هنا تأتي أهمية البحث في دراسة تأثير تدريبات بدنية مهارية بالهرمي المتقابل والصاعد في تطوير القوة السريعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-2 مشكلة البحث

نظرا لأهمية السرعة والقوة في الأداء البدني والمهاري في لعبة كرة القدم واساليبها الحديثة، يبحث المختصون والمدربون عن الاساليب التي من الممكن ان تساهم في تطوير هذه الجوانب من اجل تحقيق التفوق والانجاز، وبعد اطلاع الباحث على المصادر العلمية وجد ان الاسلوب الهرمي المتقابل من الاساليب التي يمكن ان يكون لها تأثير فعال في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة وبالشكل الذي تتطلبه لعبة كرة القدم وما تتسم به من تغيرات في مستويات الشدة اثناء المباراة، وما يصاحب ذلك من تطور في الاداء وبالتالي تهيئة اللاعبين لتنفيذ الواجب العضلي اثناء المباريات، وكذلك تطوير مهارتي المناولة والتهدف، وبعد اطلاع الباحث على العديد من الدراسات المتعلقة بالاسلوب الهرمي لم يجد دراسات خاصة بهذا الاسلوب في لعبة كرة القدم، ومن جانب اخر لاحظ الباحث اعتماد كثير من المدربين المحليين على الأساليب التقليدية في التدريب سواء في الجوانب البدنية او المهارية، وقلة الاعتماد على الربط بين هذه الجوانب في الوحدات التدريبية. لذلك ارتأى الباحث دراسة تأثير تدريبات بدنية مهارية بالهرمي المتقابل والصاعد في تطوير القوة السريعة وبعض المهارات الاساسية للمتقدمين بكرة القدم.

1-3 اهداف البحث:

1-3-1 اعداد تدريبات بدنية مهارية بالاسلوب الهرمي بشكليته المتقابل والصاعد لتطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-3-2 التعرف على تأثير التدريبات البدنية المهارية بالاسلوب الهرمي بشكليته المتقابل والصاعد في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-3-3 التعرف على افضلية التأثير بين شكلي الاسلوب الهرمي المتقابل والصاعد عند تطبيق التدريبات البدنية المهارية في تطوير القوة السريعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-3-4 التعرف على افضلية التأثير بين التدريبات البدنية المهارية بالأسلوب الهرمي المتقابل والصاعد في المجموعتين التجريبيتين والتدريبات المتبعة من قبل المدرب في المجموعة الضابطة في تطوير القوة السريعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-4 فروض البحث

1-4-1 للتدريبات البدنية المهارية بالأسلوب الهرمي بشكليته المتقابل والصاعد تأثير ايجابي في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهدف والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-4-2 للأسلوب الهرمي المتقابل أفضلية عن الأسلوب الهرمي الصاعد في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهديد والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-4-3 للتدريبات البدنية المهارية بالأسلوب الهرمي بشكليته المتقابل والصاعد أفضلية عن التدريبات المتبعة من قبل المدرب في المجموعة الضابطة في تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهديد والمناولة للاعبين كرة القدم المتقدمين.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبو كرة القدم المتقدمون في نادي الغاضرية.

1-5-2 المجال الزماني: من 05-02-2019 الى 15-03-2020.

1-5-3 المجال المكاني: الملعب الخاص بفريق كرة القدم في نادي الغاضرية وملعب الشباب التابع الى مديرية الشباب والرياضة في محافظة كربلاء المقدسة.

2- الدراسات النظرية

1-2 التدريب الهرمي:

يعد التدريب الهرمي واحد من مجموعة متنوعة من الأساليب لتصميم برامج تدريب المقاومة والتي يستخدم كل منها نهجًا مختلفًا لوصف المجموعات التدريبية وترتيب التمارين أو تكرارها. يتميز التدريب الهرمي بتنوع المقاومة المستخدمة وعدد التكرارات، ويعد هذا الأسلوب من الأساليب الأكثر استخدامًا في تدريبات القوة العضلية وعرفه (روشج) بأنه عبارة عن طريقة من طرق التدريب الخاصة، والتي تستهدف تطوير القوة العضلية من خلال تعاقب في رفع وخفض الحمل في التدريب الواحد. وهناك علاقة خاصة بين طريقة التدريب الهرمي وبين الحد الأقصى للإنجاز للفرد الرياضي حيث تتم عملية تقنين الحمل المستخدم من خلال التعامل مع الإنجاز القصوي للفرد الرياضي⁽¹⁶⁾.

ويعرف (بومبا) الأسلوب الهرمي بأنه أسلوب تدريبي للعمل بطرائق التدريب المتنوعة التي يجب ان يحتويها منهاج القوة الجيد⁽¹⁷⁾.

واشكال النظم والأساليب الهرمية هي كالتالي:

الأسلوب الهرمي الصاعد - الأسلوب الهرمي النازل - الأسلوب الهرمي البسيط - الأسلوب الهرمي المعكوس
الناقص - الأسلوب الهرمي مزدوج التحميل - الأسلوب الهرمي ذو الشقين - الأسلوب الهرمي المائل (المنحرف)
- الأسلوب الهرمي المتعدد القمم - الأسلوب الهرمي المتقابل.

1-1-2 الأسلوب الهرمي الصاعد

ويطلق على هذا الأسلوب كذلك النصف هرمي الصاعد حيث يبدأ اللاعب بمجموعات ذات شدة منخفضة بداية بالاحماء وتجهيز العضلات ثم يقوم بأداء باقي المجموعات بزيادة الشدة في كل مجموعة مع التناقص بالتكرار تدريجياً حتى تصل إلى المقاومة السابق تحديدها طبقاً للخطّة. وهو أحد الأساليب الأكثر شيوعاً في تدريبات بناء الأجسام ويهدف إلى تطوير القوة والحجم.

شكل (1) الأسلوب الهرمي الصاعد

2-1-2 الأسلوب الهرمي المتقابل: (18)

يكون الأسلوب هنا بشكل هرمين اثنين أحدهما مقابل الآخر، إذ تكون قاعدة الهرم الأول تقابل قاعدة الهرم الثاني، إذ يبدأ انخفاض الشدة صعوداً في الهرم الأول وارتفاع الشدة في الهرم الثاني لتكون قاعدة مترابطة في وسط الهرم. وكما موضح في الشكل (1).

شكل (2) الأسلوب الهرمي المتقابل

3- منهجية البحث وأجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

إن طبيعة المشكلة تفرض على الباحث اختيار المنهج المتبع في البحث للحصول على المعلومات والنتائج الدقيقة وإن التجريب هو "عملية منظمة تجري تحت ظروف أو شروط محددة ومسيطر عليها لفحص أو اختبار وجهة نظر أو افتراض بغرض الكشف عن شيء جديد أو للبرهنة والاثبات عن سلوكيات أو أحداث سابقة يمكن أن تظهر مرة أخرى تحت ذات الشروط أو الظروف نفسها" (19)، إذ استعمل الباحث المنهج التجريبي وتصميم (المجموعات المتكافئة) وبأسلوب القياسين القبلي والبعدى لملائمته طبيعة المشكلة، وكما مبين بالشكل (3).

القياس البعدى	تدريبات بدنية مهارة بالأسلوب الهرمي المتقابل	القياس القبلي	المجموعة التجريبية الأولى
القياس البعدى	تدريبات بدنية مهارة بالأسلوب الهرمي الصاعد	القياس القبلي	المجموعة التجريبية الثانية

المجموعة الضابطة	القياس القبلي	التدريبات المتبعة من قبل المدرب	القياس البعدي
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------

الشكل (3) يوضح التصميم التجريبي للبحث

3-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث بلاعبين كرة القدم المتقدمين في نادي الغاضرية البالغ عددهم (31) لاعبا وتم اختيار (24) لاعبا منهم كعينة للبحث حيث تمثل نسبة (77%)، وتم تقسيمهم عشوائيا على ثلاث مجموعات بواقع (8) لاعبين في كل مجموعة، وتم توزيع اساليب التدريب على المجموعات بعد اجراءات التجانس والتكافؤ.

3-2-1 اجراءات التجانس

لغرض تجنب العوامل التي قد تؤثر في نتائج البحث قام الباحث بإجراء التجانس للعينة في متغيرات (الكتلة والطول والعمر والعمر التدريبي).

الجدول (1) تجانس عينة البحث

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	الوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
1	العمر (سنة)	24.21	23.5	3.19	0.67
2	العمر التدريبي (سنة)	9.79	9	3.18	0.75
3	الطول (سم)	175.83	177	4.23	-0.83
4	الكتلة (كغم)	69.98	70.7	3.38	-0.64

يبين الجدول (1) أن معامل الالتواء لمتغيرات (الطول والكتلة والعمر والعمر التدريبي) أقل من $(1 \pm)$ مما يدل على تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات.

3-3 الوسائل والادوات والأجهزة المستخدمة في البحث

استخدم الباحث الوسائل والادوات والأجهزة الآتية:

- المصادر والمراجع العلمية، شبكة المعلومات العالمية (الانترنت)، المقابلة، الملاحظة، الاختبار والقياس، جهاز قياس الوزن، شريط قياس، اشرطة ملونة، كرات قدم عدد 10، حلقات واقماع وسلالم ارضية تدريبية، شواخص وحواجز، صافرات، استمارات تسجيل البيانات، كاميرا تصوير فيديو نوع (canon)، كومبيوتر محمول (لابتوب) نوع (Dell)، ساعة إلكترونية، سوار اللياقة البدنية الذكي (smart bracelet).

3-4 اجراءات البحث الميدانية

3-4-1 اختيار المتغيرات والاختبارات الخاصة بها:

بعد الرجوع الى المصادر العلمية واطلاع الباحث على الرسائل والاطاريح، واستبانة اراء الخبراء، تم تحديد بعض متغيرات البحث والاختبارات الخاصة بها.

3-4-2 توصيف الاختبارات

1- اختبار القفز العمودي من الثبات⁽²⁰⁾: لقياس القدرة الانفجارية للرجلين.

يتم تسجيل الارتفاع الذي يصل إليه مع ملاحظة عدم رفع العقبين من الأرض بعد بمرجحة الذراعين للأسفل وإلى الخلف مع ثني الجذع للأمام وإلى الأسفل مع ثني الركبتين نصفًا وبعدها يقوم المختبر بمد الركبتين والدفع بالقدمين معًا للقفز نحو الأعلى مع مرجحة الذراعين للأمام أعلى للوصول بهما إلى أقصى ارتفاع ممكن ومن ثم تقاس أعلى نقطة يصل إليها كما موضح في الشكل (4). وقد قام الباحث بتصوير الاختبار لاستخراج الزمن لاستخدامه في استخراج القدرة الانفجارية. وتعطى للمختبر محاولتان ويتم احتساب أفضلهما بواسطة الحكم، ويتم استخراج القدرة الانفجارية للرجلين حسب المعادلة الآتية⁽²¹⁾:

$$= \text{القدرة الانفجارية}$$

يتم احتساب القدرة الانفجارية بالواط، حيث كتلة الجسم بالكغم، والتسجيل الأرضي (9,8 م/ث²) والمسافة هي المسافة المتحققة نتيجة القفز بوحدة (سم)، وزمن الدفع هو زمن من لحظة الدفع حتى لحظة ترك الأرض بوحدة الثانية، ويتم استخراجه بواسطة التصوير والتحليل في برنامج التحليل الحركي (Tracker).

شكل(4) اختبار القفز من الثبات لقياس القدرة الانفجارية

2- اختبار الحجل (15) م للذهاب بالرجل اليمين والعودة (15) م بالرجل اليسار⁽²²⁾ لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين اذ يقوم اللاعب بالحجل على إحدى القدمين من الوقوف خط البداية وعند سماع الإشارة ينطلق بالحجل بين الشواخص الى خط النهاية وبكلتا القدمين. التسجيل - يحسب الزمن لأقرب (100/1) ثانية.

شكل (5) اختبار القوة المميزة بالسرعة

3- اختبار التهديف نحو مرمى مقسم الى مربعات⁽²³⁾ لقياس دقة التصويب نحو المرمى

اذ توضع (5) كرات على خط الجزاء الذي يبعد 18 يارد عن خط المرمى والمسافة بين كرة وأخرى (1) يارد، حيث يقوم اللاعب بالتهديف في المناطق المؤشرة بالاختبار وحسب أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الكرة بعد الأخرى

على أن يتم الاختبار من وضع الركض وتحسب عدد الاصابات التي تدخل الاهداف المحددة من كلا الجانبين بحيث تحسب درجات كل كرة من الكرات الخمس كالآتي:
5 درجات عند المربع 5، 4 درجات عند المربع 4، 3 درجات عند المربع 3، ودرجتان عند المربع 2، ودرجة واحدة عند المربع 1، وتعطى درجة صفر إذا خرجت الكرة حدود المرمى.

شكل (6) اختبار التهديد

4- اختبار المناولة نحو (3) دوائر على الأرض⁽²⁴⁾

الغرض: قياس دقة المناولة.

وصف الأداء: تحدد (3) دوائر بقطر (3م)، (5م)، (7م) على بعد (20م) من خط البداية، توضع الكرة على خط البداية ويقوم اللاعب المختبر بكل الكرة عند اعطاء اشارة البدء نحو مركز الدوائر.
التسجيل: يسجل مجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب لجميع المحاولات وتحسب الدرجة في كل محاولة حسب مكان سقوط الكرة على الأرض وعلى النحو الاتي: (3) درجات للدائرة المركزية التي قطرها (3م). (2) درجات للدائرة الثانية التي قطرها (5م). (1) درجة للدائرة الثالثة التي قطرها (7م). صفر اذا سقطت الكرة خارج الدوائر الثلاث.

يمكن ان يستخدم أي من القدمين في كل محاولة ويعطى اللاعب (5) محاولات.

3-4-3 التجربة الاستطلاعية الخاصة بالاختبارات

وهي "عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحث بغية الوقوف على السلبيات والإيجابيات التي قد ترافق إجراء التجربة الرئيسية للبحث"⁽²⁵⁾ وقام الباحث بإجراء التجربة على عينة مكونة من (5) لاعبين على مرحلتين بتاريخ 17-24/11/2019 لاستخراج الأسس العلمية للاختبارات من اجل معرفة الزمن اللازم لإجراء الاختبارات لتحديد المعوقات بهدف تخطيها وتحديد النقاط التي يحتاجها الباحث عند تطبيق إجراءاته والوقوف على امكانية فريق العمل وجاهزية وكفاءة الادوات والاجهزة المستخدمة.

3-4-4 القياس القبلي

قبل البدء بتنفيذ التدريبات المعدة بالاسلوب الهرمي المتقابل والصاعد على المجموعتين التجريبيتين قام الباحث بتطبيق القياس القبلي للمجاميع الثلاث باستخدام الاختبارات التي تم تحديدها مسبقا لمتغيرات البحث، وجرى القياس على مرحلتين وذلك نظرا الى عدد افراد العينة وكذلك تجنبنا لتاثير الاختبارات في بعضها البعض. وكانت المرحلة الاولى في يوم الجمعة 2019/11/29 وتم من خلالها قياس متغيري (التهديد والمناولة) وكانت المرحلة

الثانية بعد يومين في يوم الاحد 12/1 وجرى من خلالها قياس متغيري (القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة) وتم تسجيل نتائج هذه المتغيرات بهدف مقارنتها مع نتائج القياس البعدي للمجموعات الثلاث.

3-4-5 اجراءات التكافؤ

ولأجل ضبط المتغيرات البحثية التي تؤثر في التجربة وللانطلاق من نقطة شروع واحدة عمل الباحث على ايجاد التكافؤ وكما مبين في الجدول(2).

الجدول (2) يبين تحليل التباين (F) وتكافؤ المجموعات في متغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
القدرة الانفجارية	واط	بين المجموعات	1744.422	2	872.211	1.097	0.352	غير معنوي
		داخل المجموعات	16698.065	21	795.146			
القوة المميزة بالسرعة	ثانية	بين المجموعات	0.641	2	0.320	1.401	0.268	غير معنوي
		داخل المجموعات	4.801	21	0.229			
التهديف	درجة	بين المجموعات	4.083	2	2.042	1.229	0.313	غير معنوي
		داخل المجموعات	34.875	21	1.661			
المناولة	درجة	بين المجموعات	6.083	2	3.042	1.943	0.168	غير معنوي
		داخل المجموعات	32.875	21	1.565			

يبين الجدول (2) أن قيم مستويات الدلالة كانت اعلى من مستوى دلالة (0.05) ولجميع متغيرات البحث، عند حجم عينة (24) وتحت درجتي حرية (21) و(2)، وبهذا تكون الفروق غير معنوية بين مجاميع البحث الثلاث مما يحقق التكافؤ بينها.

3-4-6 التجربة الاستطلاعية الخاصة بالتدريبات المتبعة:

تم اجراء التجربة الخاصة بالتدريبات المتبعة وذلك بعد اكمال المرحلة الثانية من القياس القبلي مباشرة يوم الاحد 2019/12/1.

من اجل تقنين مستويات الشد ومعرفة الوقت اللازم لاداء التمارين وصلاحيه الاجهزة وتدريب فريق العمل ومعرفة

المعوقات التي من الممكن ان تواجه الباحث في اجراء التجربة.

3-4-7 التجربة الرئيسية

أعد الباحث تمرينات تدريبية مركبة بدنية مهارية في لعبة كرة القدم بأسلوب الهرمي الصاعد والهرمي المتقابل لتطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي المناولة والتهدف بالقدم معتمداً على المصادر العلمية والبحوث والدراسات السابقة والخبراء والمختصين الذين تمت مقابلتهم، إضافة الى كونه لاعب سابق وايضا متابع للتدريبات المتبعة من قبل المدربين المحليين والاجانب سواءً من خلال المتابعة المباشرة او عن طريق تسجيلات الفيديو والمواقع الالكترونية العالمية على الانترنت الخاصة بالتدريب وتدريب كرة القدم بشكل خاص، وبعد اعداد التمرينات بشكلها النهائي تم التنسيق مع الكادر التدريبي لفريق كرة القدم المتقدمين في نادي الغاضرية وبعد اخذ موافقتهم على اخضاع بعض لاعبي الفريق (افراد المجموعتين التجريبيتين) لهذه الدراسة وبمعاونة فريق العمل المساعد تم اجراء التدريبات البدنية المهارية ضمن القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية وفي مرحلة الاعداد الخاص، واستغرقت المدة التدريبية (8) اسابيع من يوم الاحد 2019/12/8 الى الخميس 2020/1/30 بواقع (3) وحدات اسبوعيا بمجموع (24) وحدة تدريبية^(*)، وكانت الطريقة المتبعة في التدريب للمجموعتين التجريبيتين هي طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة وتشارك معها طريقة التدريب التكراري اذ ان يتراوح مستوى الشدة المتبعة بين (80-95%)، حيث اتبعت المجموعة التجريبية الاولى الاسلوب الهرمي المتقابل حيث تبدأ بأعلى شدة وتتنازل وتصل الى الاقل ومن ثم تبدأ بالتصاعد الى ان تصل الى اعلى شدة والتكرارات ايضا تكون متعكسة مع الشدة بينما اتبعت المجموعة التجريبية الثانية الاسلوب الهرمي الصاعد ويتم فيه التصاعد بالشدة من اقل شدة متبعة الى اعلى شدة والتكرارات تتناسب عكسيا مع الشدة حيث تبدأ عالية وتنتهي باقل التكرارات، مع الحرص على ان يكون الحجم التدريبي متساويا في المجموعتين. وتم تقنين الشدة عن طريق النبض بالاعتماد على المصادر العلمية.⁽²⁶⁾⁽²⁷⁾ وراعى الباحث عند تطبيق التمرينات الانتقال التدريجي في شدة الحمل بين الوحدات التدريبية وكذلك أكد على ضرورة الاحماء الجيد والتركيز على تمارين تمطية العضلات وخصوصا المجموعة الأولى التي تطبق الأسلوب الهرمي المتقابل لكون بداية تدريباتها الرئيسية تكون بشدة عالية وذلك تفاديا للإصابات التي من الممكن ان يتعرض لها اللاعبون نتيجة الاحماء غير الكافي وكذلك التأكيد على تمارين المرونة والاسترخاء بين التمارين والمجموعات اثناء الوحدات التدريبية.

3-4-8 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من اجراءات التجربة الرئيسية وتنفيذ التمرينات المتبعة واكتمال البرنامج الزمني المعد لها قام الباحث بإعادة تطبيق الاختبارات لمتغيرات البحث والتي تم تطبيقها عند القياس القبلي في يومي السبت 2/1 والاثنين 2020/2/3 مع مراعاة تشابه ظروف الاختبار مع ظروف القياس القبلي ومن ثم تم جمع البيانات الناتجة للمجموعات قبل ان تتم معالجتها احصائيا ومقارنتها بنتائج القياس القبلي بهدف تحليلها ومناقشتها والتحقق من فروض البحث وتحقيق اهدافه ووضع الاستنتاجات والتوصيات.

3-5 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss) والوسائل الاحصائية التي تلائم بحثه بالاعتماد على المصادر العلمية، وتم استخدام الوسائل الاحصائية الاتية:

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، معامل الالتواء (بيرسون)، (T) للعينات المترابطة، تحليل التباين (F)، اختبار (LSD) لمعنوية الفروق.

- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض نتائج القياسين القبلي والبعدى لمجموعات البحث وتحليلها ومناقشتها

4-1-1 عرض نتائج القياسين القبلي والبعدى لمجموعات البحث وتحليلها

جدول (3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة

الضابطة في القياسين القبلي والبعدى تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (7)

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	القياس البعدى		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س-	ع	س-		
معنوي	0.003	4.403	34.18	427.45	31.52	376.14	واط	القدرة الانفجارية
معنوي	0.004	4.296	0.48	8.49	0.57	9.50	ثانية	القوة المميزة بالسرعة
معنوي	0.006	3.870	1.64	13.13	1.31	11.50	درجة	التهديف
معنوي	0.015	3.211	1.19	9.38	1.16	8.25	درجة	المناوله

يبين الجدول (3) المؤشرات الإحصائية لنتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدى لمتغيرات البحث التي خضع لها أفراد المجموعة الضابطة. وأظهرت النتائج أن قيم الاوساط الحسابية لمتغيرات (القدرة الانفجارية والتهديف والمناوله) كانت اعلى في القياس البعدى عن القياس القبلي، وحدث فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدى كون أن كلما زاد الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل.

اما بالنسبة لمتغير القوة المميزة بالسرعة فقد كانت قيمة الوسط الحسابي أصغر في القياس البعدى عن القبلي وبفرق معنوي استنادا الى مستويات الدلالة اذ كانت اقل من (0.05)، وهذا ما يشير الى افضلية نتائج القياس البعدى لان قياس هذه المتغيرات يكون من خلال حساب زمن الاداء الذي كلما كان اقل كلما كان المستوى أفضل.

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة التجريبية الاولى (الهرمي المتقابل) في القياسات القبليه والبعدية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (7)

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س ⁻	ع	س ⁻		
معنوي	0.000	14.581	30.97	494.95	27.29	382.64	واط	القدرة الانفجارية
معنوي	0.000	12.207	0.34	7.42	0.40	9.90	ثانية	بالسرعة القوة المميزة
معنوي	0.000	7.850	1.28	15.25	1.13	12.13	درجة	التهديف
معنوي	0.003	4.583	1.39	10.75	1.28	9.25	درجة	المناولة

يبين الجدول (4) المؤشرات الإحصائية لنتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمتغيرات البحث التي خضع لها أفراد المجموعة التجريبية الأولى (الهرمي المتقابل) وأظهرت النتائج أن قيم الاوساط الحسابية لمتغيرات (القدرة الانفجارية والتهديف والمناولة) كانت اعلى في القياس البعدي عن القياس القبلي، وحدث فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن كلما زاد الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل. اما بالنسبة لمتغير القوة المميزة بالسرعة، فقد كانت قيمة الوسط الحسابي أصغر في القياس البعدي عن القبلي وبفرق معنوي استنادا الى مستويات الدلالة اذ كانت اقل من (0.05)، وهذا ما يشير الى افضلية نتائج القياس البعدي لان قياس هذا المتغير يكون من خلال حساب زمن الاداء الذي كلما كان اقل كلما كان المستوى أفضل.

جدول (5) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للمجموعة التجريبية الثانية (الهرمي الصاعد) في القياسين القبلي والبعدي تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (7)

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س ⁻	ع	س ⁻		
معنوي	0.000	14.915	28.88	524.74	25.44	396.58	واط	القدرة الانفجارية
معنوي	0.000	11.923	0.33	7.62	0.45	9.64	ثانية	القوة المميزة بالسرعة
معنوي	0.000	8.283	1.60	16.00	1.41	12.50	درجة	التهديف
معنوي	0.002	4.782	1.36	11.13	1.30	9.38	درجة	المناولة

يبين الجدول (5) المؤشرات الإحصائية لنتائج الاختبارات في القياس القبلي والبعدي لمتغيرات البحث التي خضع لها أفراد المجموعة التجريبية الثانية. وأظهرت النتائج أن قيم الاوساط الحسابية لمتغيرات (القدرة الانفجارية والتهديف والمناولة) كانت اعلى في القياس البعدي عن القياس القبلي، وحدث فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح البعدي كون أن كلما زاد الوسط الحسابي كلما كان المستوى أفضل. اما بالنسبة لمتغير (القوة المميزة بالسرعة) فقد كانت قيمة الوسط الحسابي أصغر في القياس البعدي عن القبلي وبفرق معنوي استنادا الى مستويات الدلالة اذ كانت اقل من (0.05)، وهذا ما يشير الى افضلية نتائج القياس البعدي لان قياس هذه المتغير يكون من خلال حساب زمن الاداء الذي كلما كان اقل كلما كان المستوى أفضل.

4-1-2 مناقشة نتائج القياسين القبلي والبعدي لمجموعات البحث

اشارت النتائج الى حصول تطور في نتائج جميع المتغيرات في الاختبارات البعدية عن مستواها المؤشر في الاختبارات القبلية. اذ بينت النتائج الواردة في الجداول (3، 4، 5) وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية والقبلية للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية في متغيري القوة السريعة (القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة). يمكن عزو التطور الحاصل في نتائج المجموعة الضابطة في هذين المتغيرين الى استمرار اتباع اللاعبين للمنهج التدريبي المعد من قبل المدرب خلال مدة التدريب بين الاختبارين التي استغرقت شهرين، وهذا ما أكده أبو العلا أحمد عبد الفتاح بانه "من أجل الحصول على تكييفات فسيولوجية حقيقية يجب أن ينظم الرياضي بتدريب منظم ومستمر لفترة لا تقل عن (8-12) اسبوعا" (28).

اما التطور الحاصل في المجموعة التجريبية فيعزوه الباحث الى دور الاسلوب الهرمي في تطوير القوة العضلية لان أساس عمل الأسلوب المتقابل المطبق في المجموعة التجريبية يعتمد على التنوع بين مستويات الشدة (القصوية واقل من القصوية) في التدريبات المتبعة مثل الحجل والقفز بوزن الجسم المرتبطة بالاداء المهاري، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (محمد رضا) نقلا عن بومبا في إن الشدة التدريبية في الألعاب الفرقية معقدة جدا لان إيقاع سير اللعب يكون سريعا والشدة تتغير وتبديل باستمرار بين الشدة القصوى والواطنة، ولأجل سد حاجة هذه المتطلبات، على المدرب إن يدرج في منهجه التدريبي استخدام تشكيلة متنوعة من الشدد بصورة مستمرة (29). ويرى الباحث ان التدريبات بوزن الجسم وبمختلف القفزات السريعة والمتكررة تؤدي الى تطوير قوة عضلات الرجلين وبالتالي تطوير القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة، وهذا ما أشار اليه (زاوي حمزة) (30) نقلا عن (باترك ودينيس) الى ان زيادة قوة عضلات الرجلين تؤثر على نتائج القوة الانفجارية التي يعبر عنها بالقفز العمودي، وقد ذكر (صالح راضي) بهذا الصدد انه "ينصح مدربي كرة القدم في تنمية المجموعات العضلية الخاصة بحيث تكون باتجاه السرعة أي تنمية القوة السريعة لاهميتها في اللعب"، (31) ويعزز ذلك ما ورد عن (صريح عبد الكريم) (32) في ان التدريب التخصصي يجب ان يرتبط ببعض الصفات البدنية التي ترتبط بالقوة السريعة وتحمل القوة المرتبط بالالعاب التخصصية بشكل مباشر.

واشارت النتائج الواردة في الجداول (3، 4، 5) الى وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية والقبلية للمجموعة الضابطة والمجموعتين التجريبيتين لصالح الاختبارات البعدية في مهارتي التهديد والمناولة. ولتفسير التغيير الحاصل في نتائج المجموعة الضابطة يشير الباحث الى تاثير تكرار اداء المهارات خلال الوحدات التدريبية وكثرة تعامل اللاعبين مع الكرة وما نتج عنه من تطور في الاداء، اذ ان تكرار أي نوع من المهارة ينمي لدى اللاعب حالة الإحساس مع الكرة⁽³³⁾. يضاف الى ذلك ما اكتسبه اللاعبون خلال التدريب من تطور في الجوانب البدنية وما لذلك من اثر في تطور الجانب المهاري. اما ما يخص المجموعتين التجريبيتين فيفسر الباحث اسباب التغيير الايجابي المؤثر في اداء المهارتين بانه يعود الى التطور الحاصل في الية النقل العصبي والسيالات المنقولة عبر الوحدات الحركية بسبب التدريبات التي تربط بين الجانبين البدني والمهاري فضلا عن تنوع الانتقال بين الشدد المتبعة في الاسلوب الهرمي. وما صاحبه من تطور في جوانب القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة التي تؤثر بدورها على الاداء المهاري وهذا ماتيّن في نتائج القياس البعدي للمجموعتين التجريبيتين حيث ارتفع معدل دقة التهديد وكذلك المناولة عن معدليهما في القياس القبلي وبفروق معنوية، وأشار ليث ابراهيم الى ذلك اذ ذكر "ان الدقة معناها امكانية توجيه الحركة الارادية نحو هدف يتم تحديده وتتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي...كما يتطلب الأمر ان تكون الإشارات العصبية الواردة الى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه، سواء ما كان منها موجه للعضلات العاملة او للعضلات المقابلة لها حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لاصابة الهدف"⁽³⁴⁾. ويرى الباحث ان اللاعب الذي يمتلك القوة العضلية بمستوى عال يكون اكثر امكانية في تحقيق الدقة المطلوبة _يتوافر شروط المهارة بطبيعة الحال_ لان اداء المهارات وخصوصا التهديد والمناولات المتوسطة والطويلة يتطلب اشتراك عنصري القوة والدقة بنفس الوقت، ما يؤدي الى دور كبير للجهاز العصبي في الاداء للوصول الى التوافق المطلوب وذلك عن طريق السيالات العصبية المحفزة للوحدات الحركية للعضلات المعنية بالاداء وبالتوقيت المناسب والكمية اللازمة، فاذا لم تمتلك العضلات القابلية على انتاج القوة بتلقائية فان الجهاز العصبي يكون مركزا على انتاج القوة بصورة اكبر، اما اذا كانت العضلات قادرة على انتاج القوة المطلوبة بسهولة فيكون الجهاز العصبي اكثر تركيزا على الدقة. وأشار العديد من الباحثين الى هذا الامر حيث ذكر (المولى) نقلا عن (هيوز) "التهديد الخاطئ لا يرتبط في كل الاحوال بالتكتيك الخاطئ او ربما يكون الموقف الشخصي للاعب العامل المساعد المهم وعلى الخصوص عندما يؤكد اللاعب على القوة قبل الدقة"⁽³⁵⁾. كما اشار الى ذلك (عبد الحميد وحسانين) بالقول "ارتباط القوة بالدقة ثبت حيويته و يتوقف عليه

مكاسب كبيرة (36).

بعد استعراض ومناقشة نتائج القياسين القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث يمكن ملاحظة حصول تغير إيجابي واضح بين تلك النتائج لجميع المتغيرات وخصوصا في المجموعتين التجريبيتين. ولغرض اعداد خلاصة نهائية عن مدى التغير في النتائج، قام الباحث باستخراج نسبة التغير التي حصلت بين النتائج البعدية والقبليّة ولكل متغير من المتغيرات في كل مجموعة من المجموعات التي شملها البحث. وتم استخراج النسبة المئوية للتغير من خلال المعادلة التالية:

$$\text{النسبة المئوية للتغير} = \text{النسبة المئوية للتغير} \times 100\%$$

وجرى توضيح الخلاصة النهائية لنسب التغير الحاصلة في جميع المتغيرات في الشكل (7).

شكل (7) النسبة المئوية لفروقات الاوساط الحسابية بين الاختبارات البعدية والقبليّة لمتغيرات البحث

تشير النتائج الى ان نسبة التغير كانت ايجابية في نتائج جميع المتغيرات في مجموعة التدريب الهرمي المتقابل وتراوحت بين 13% الى 29% كما كانت قيم التغير ايجابية ايضا ضمن مجموعة التدريب الهرمي الصاعد وكانت نسب التغير بين 10% الى 32% مما يؤكد التأثير الايجابي للتدريب الهرمي في تطوير الاداء في المتغيرات المبحوثة. تؤكد هذه النتائج امكانية الافادة من هذا الاسلوب في اعداد لاعبي كرة القدم. ويشار الى حصول تغير ايجابي في نتائج المجموعة الضابطة ايضا ولكن بدرجة اقل من المجموعة التجريبية اذ كانت نسبة التغير من 4% الى 14%.

4-2 عرض نتائج القياس البعدي لمجموعات البحث وتحليلها ومناقشتها

4-2-1 عرض نتائج القياس البعدي لمجموعات البحث وتحليلها

جدول (6) تحليل التباين وقيمة (F) المحتسبة ومستوى ونوع الدلالة للقياس البعدي لمجموعات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
القدرة الانفجارية	واط	بين المجموعات	39758.282	2	19879.141	20.138	0.000	معنوي
		داخل المجموعات	20729.668	21	987.127			
القوة المميزة بالسرعة	ثانية	بين المجموعات	5.187	2	2.593	17.074	0.000	معنوي

			0.152	21	3.190	داخل المجموعات		
معنوي	0.003	7.724	17.792	2	35.583	بين المجموعات	درجة	التهديد
			2.304	21	48.375	داخل المجموعات		
معنوي	0.035	3.934	6.792	2	13.583	بين المجموعات	درجة	المناولة
			1.726	21	36.250	داخل المجموعات		

يتبين من الجدول (6) ان هناك فرق معنوي بين نتائج المجموعتين، وهذا ما اكدته مستويات الدلالة لكل المتغيرات التي جرى بحثها اذ كانت جميعها اقل من (0,05). وللتعرف على حقيقة هذه الفروق بين المجموعات الثلاث، قام الباحث بحساب قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) عن طريق البيانات الاحصائية لتحديد معنوية الفروق بين المجموعات وافضلية بعضها على البعض الاخر. ادرجت نتائج مستوى الدلالة المرتبط باقل الفروق المعنوية لجميع المتغيرات في الجدول (7). وعند اعتماد مستوى دلالة 5% فان أي مستوى محسوب اكبر من 5 سيشير الى عدم معنوية الفروقات، والعكس صحيح.

الجدول (7) قيمة الفروق في الاوساط الحسابية للقياس البعدي وقيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) لمجاميع البحث (تقارن مع مستوى دلالة 0,05)

المتغيرات	وحدة القياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
القدرة الانفجارية	واط	بين المجموعات	39758.282	2	19879.141	20.138	0.000	معنوي
		داخل المجموعات	20729.668	21	987.127			
القوة المميزة بالسرعة	ثانية	بين المجموعات	5.187	2	2.593	17.074	0.000	معنوي
		داخل المجموعات	3.190	21	0.152			
التهديد	درجة	بين المجموعات	35.583	2	17.792	7.724	0.003	معنوي
		داخل المجموعات	48.375	21	2.304			
المناولة	درجة	بين المجموعات	13.583	2	6.792	3.934	0.035	معنوي
		داخل المجموعات	36.250	21	1.726			

4-2-2 مناقشة نتائج القياس البعدي لمجموعات البحث

من خلال النتائج الواردة بالجدول (7) لمتغيري القوة السريعة (القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة) يتبين ان نتائج المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية مقارنة بالمجموعة الضابطة كانت افضل وبفروق معنوية لمستوى دلالة 5%. ويعزو الباحث هذا التأثير الى نوعية التدريبات المتبعة لتطوير القوة العضلية للرجلين بمظهرها السريع المتمثلة بتمارين القفز بوزن الجسم على الشواخص والحواجز وكذلك تمارين الحجل وتمارين القوة الاخرى التي جرى تطبيقها من قبل لاعبي المجموعتين ويؤكد ذلك ما اشار اليه (سعد محسن) بأن التدريب الموجه بالقفز بوزن الجسم الى مجموعات عضلية معينة يؤدي الى احداث التطور فيها⁽³⁷⁾، فضلا عما ورد عن (محمد عثمان) من ان عملية الارتقاء بمستوى القوة السريعة تتطلب العمل باستخدام الاثقال او باستخدام ثقل وزن الجسم⁽³⁸⁾. وكذلك يؤشر الباحث تاثير نظام الاسلوب التدريب الهرمي بشكليته المتقابل والصاعد المتمثل بالانتقال بين الشدد التدريبية العالية على التطور الحاصل في النتائج، اذ ان هذا الانتقال والتنوع بين الشدد قد ادى الى تطوير كفاءة النظام العصبي في نقل السيالات وسرعة وصوله وامكانية تحشيد وحدات حركية اكثر وبفاعلية اكبر في المجموعات العضلية المشاركة بالعمل العضلي، وكذلك الى تطور عمل الالياف العضلية خصوصا وان اداء هذه القدرات البدنية يعتمد بشكل اساس على كفاءة الجهاز العصبي وعلاقته بالجهاز العضلي. هذا وقد ذكر (مفتي) " ان هكذا تمارين التي تدمج بين السرعة الحركية العالية جدًا والإنتاج العالي للقوة العضلية يفرض مطالب اكبر على المجموعات العضلية المستهدفة، إذ إن هناك علاقة متبادلة بين حركات السرعة وإنتاج القوة العضلية تؤدي إلى توتر قصوى في العضلات المستعملة لان إشراك اكبر عدد من الوحدات الحركية وإثارته والترابط العالي الحاصل بين الجهازين العصبي والعضلي وكذلك النقصان في زمن الانقباض يزيد من القدرة العضلية المنتجة ويكون معدل سرعة الانقباض أسرع "⁽³⁹⁾. بناءً على ما تقدم يرى الباحث انه تتضح فاعلية الاسلوب الهرمي في تطوير القوة السريعة من خلال عملية التحكم بالشدد والتكرارات.. ويؤيد ذلك ما ذكرته (سهاد قاسم وهدي شبيب)⁽⁴⁰⁾ نقلا عن (بيين) بان القوة يمكن ان تتحسن بالتدريب المنتظم المتناسب مع قدرة اللاعبين عن طريق اجبار العضلات على التكيف وحسب نوعية التمرين المؤدى والاسلوب التدريبي المستعمل.

اما بخصوص مقارنة نتائج المجموعة التجريبية الاولى (الاسلوب الهرمي المتقابل) مع نتائج المجموعة التدريبية الثانية (الاسلوب الهرمي الصاعد) فتشير البيانات الواردة في الجدول (7) والموضحة بالشكل (7) الى ان الفروقات بين المجموعتين لم تكن معنوية. يعزو الباحث ذلك الى ان التدريبات المطبقة من خلال الاسلوب الهرمي في كلتي المجموعتين (الهرمي المتقابل والصاعد) كانت تتميز بمستويات الشدة العالية القصوية واقل من القصوية وبداية اداء هذه التدريبات تركز على القدرة الانفجارية حيث تعتمد على النظام اللاهوائي (الفوسفاتي واللاكتيكي بدرجة اقل) في انتاج الطاقة، ودور هذه العوامل في تطوير القوة السريعة للاعبين.

وفيما يخص مهارتي التهديف والمناولة، فتشير النتائج الواردة في الجدول (7) والموضحة بالشكل (7) الى وجود فروقات معنوية بين نتائج المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة، بينما لم تكن هنالك فروق معنوية بين نتائج المجموعة التجريبية الاولى ونتائج المجموعة التجريبية الثانية للمهارات الثلاث. ويعزو الباحث معنوية الفروق بين المجموعتين التجريبيتين والضابطة الى الربط بين الجوانب البدنية والمهارية في التدريبات المتبعة اذ ان هذا النوع من التمارين يعمل على تطوير عمل اجهزة الجسم المختلفة في الوقت نفسه من خلال تنفيذ انقباضات عضلية عالية المستوى قبل اداء المهارة اثناء التدريب، الامر الذي يتطلب من الجهاز العصبي اصدار سيالات عصبية نقية سريعة متتالية لتحفيز الوحدات الحركية المختلفة لتلبية متطلبات الاداء البدني والمهاري خصوصا وان اداء المهارات يعتمد بالدرجة الاساس على البرامج الحركية في الدماغ وامكانية تطبيقها بالصورة الصحيحة من خلال كفاءة الجهاز العضلي فضلا عن دور الاجهزة الداخلية للجسم في انتاج الطاقة اللازمة للقيام بالواجب الحركي المطلوب. وأشار (الوحش ومفتي) بان المهارات الأساسية تعد أساس الأداء خلال مباريات كرة القدم إذ تعتمد بدرجة كبيرة على الجانب البدني.. إذ لا تخلو وحدة تدريبية من تمارين تهدف أساسا لتحسين مستوى المهارات الأساسية لدى اللاعب⁽⁴¹⁾

بعد استعراض ومناقشة نتائج القياس البعدي لمجاميع البحث الثلاث التي افترضتها المعالجة الإحصائية ووجود فروق متباينة بين هذه النتائج، ولأجل الخروج بخلاصة شاملة عن مديات الفروق بين المجموعات ومعنويتها قام الباحث بحساب معامل للمقارنة بين هذه الفروق. يتم حساب قيمة المعامل بقسمة قيمة الفرق بين الأوساط الحسابية للمجاميع على القيمة المحسوبة لأقل فرق معنوي بين الأوساط (LSD)، كما موضح في المعادلة التالية:

معامل المقارنة بين مجموعتين =

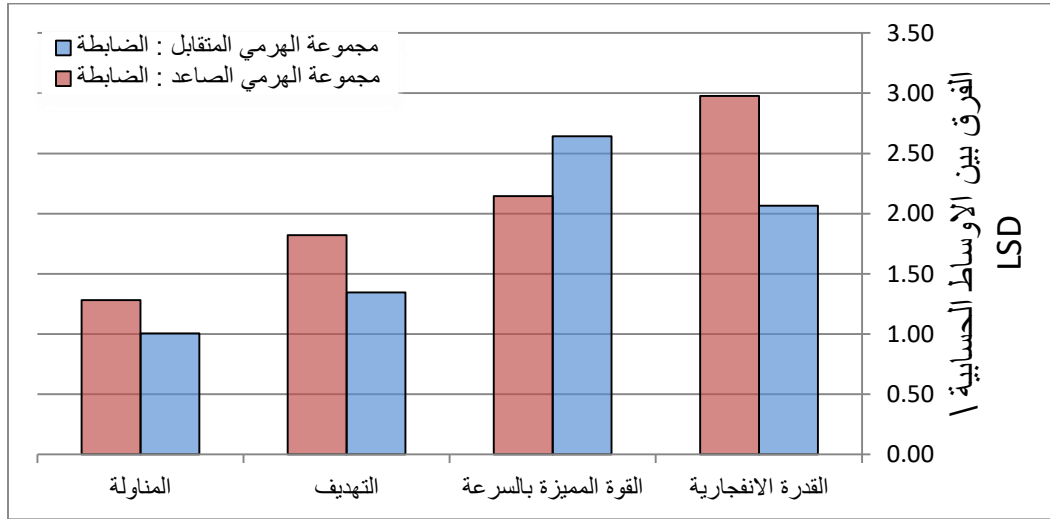
فاذا كانت قيمة المعامل اكبر من (1) دل ذلك على تجاوز قيمة الفرق بين الأوساط قيمة الحد الأدنى للفرق المعنوي، اي ان الفروقات معنوية. اما اذا كانت قيمة المعامل اقل من 1 فذلك يشير الى ان الفروقات وان حصلت فهي غير معنوية.

يوضح الشكل (8) نتائج معنوية الفروق بين كل من المجموعتين التجريبيتين مع المجموعة الضابطة وكذلك معنوية الفروق بين المجموعتين التجريبيتين نفسيهما. اما الشكل (9) فيمثل نتائج معنوية الفروق بين الأوساط

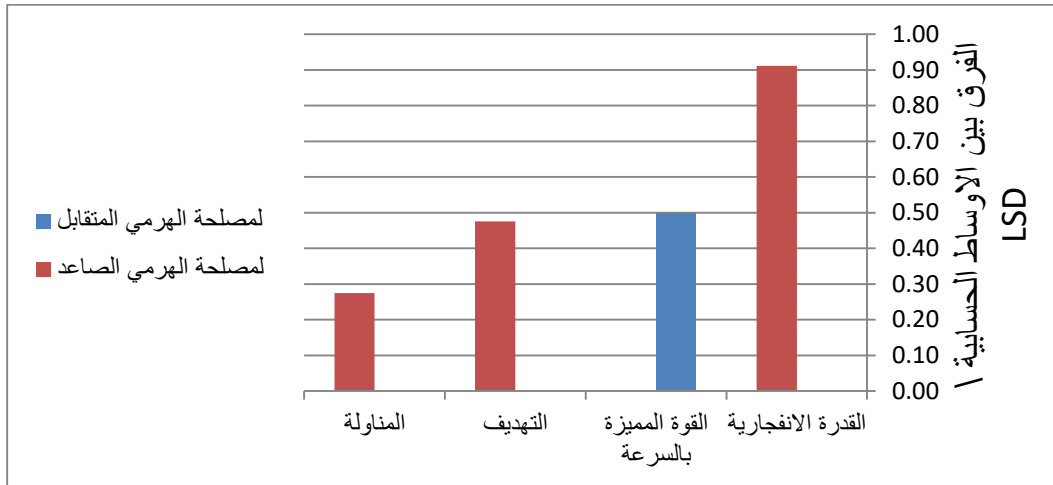
الحسابية لكل من المجموعتين التجريبيتين مع اوساط المجموعة الضابطة. ويوضح الشكل (10) معنوية الفروق بين اوساط المجموعتين التجريبيتين.

يمكن من ملاحظة الاشكال انفا معرفة معنوية الفروق بين المجموعات فضلا عن معرفة مدى تجاوز الفرق للحد الأدنى للفرق المعنوي وذلك من مراقبة مقدار زيادة قيمة المعامل المحسوب عن قيمة العدد 1. كانت النتائج متقاربة وغير معنوية للمجموعتين التجريبيتين فيما بينهما كما يوضح الشكل (10).

شكل (8) معنوية الفرق بين الاوساط الحسابية بين كل مجموعتين من مجاميع البحث



شكل (9) معنوية الفرق بين الاوساط الحسابية لكل من المجموعتين التجريبيتين مع اوساط المجموعة الضابطة



شكل (10) معنوية الفروق بين اوساط المجموعتين التجريبيتين

5 الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات:

وفقا لنتائج البحث وضمن ظروف اجراء التجارب تبين الاتي:

1. ان التدريبات البدنية المهارية بالاسلوب الهرمي المتقابل قد اثرت ايجابيا على متغيرات القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهديف والمناولة.
2. ان التدريبات البدنية المهارية بالاسلوب الهرمي الصاعد قد اثرت ايجابيا على متغيرات القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارتي التهديف والمناولة.
3. حصول تطور بفروق معنوية بين الاختبارات البعدية والقلبية لجميع متغيرات البحث وللمجموعات الثلاث.
4. وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة لصالح المجموعتين التجريبيتين.
5. ظهرت افضلية معنوية لمجموعة التدريب بالاسلوب الهرمي المتقابل على مجموعة الاسلوب الهرمي الصاعد في متغير القوة المميزة بالسرعة.
6. ظهرت افضلية لمجموعة الهرمي الصاعد على مجموعة الهرمي المتقابل في متغيرات القدرة الانفجارية ومهارتي التهديف والمناولة.

5-2 التوصيات

اعتماداً على النتائج التي توصل اليها الباحث من خلال بحثه فانه يوصي بما يأتي:

1. أهمية الربط بين التدريبات البدنية والمهارية في مراحل اعداد لاعبي كرة القدم وخصوصا في مرحلة الاعداد الخاص.
2. الافادة من الاسلوب الهرمي كشكل تنظيمي للانتقال بين الشدد وتنويعها في تدريبات لاعبي كرة القدم البدنية والمهارية.
3. الاعتماد على الأسلوب الهرمي المتقابل كشكل تنظيمي للشدد في التدريبات الخاصة بتطوير القوة المميزة بالسرعة.
4. الاعتماد على الأسلوب الهرمي الصاعد كشكل تنظيمي للشدد في التدريبات الخاصة بتطوير القدرة الانفجارية.
5. التأكيد على اجراء بحوث في الافادة من الاساليب التدريبية المختلفة غير التقليدية في تطوير الجوانب المهارية والبدنية في لعبة كرة القدم.

المصادر العربية

- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: تدريب السباحة للمستويات العليا، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
- ثامر محسن (واخرون): الاختبار والتحليل بكرة القدم، مطبعة جامعة الموصل، 1991.
- جارلس هيوز: كرة القدم الخطط والمهارات (ترجمة) موفق المولى، مطبعة التعليم العالي، 1990.
- جبار رحيمة الكعبي: الأسس الفسيولوجية والكيميائية للتدريب الرياضي، الدوحة، مطابع قطر الوطنية، 2007.
- حسين علي العلي وعامر فاخر شغاتي: استراتيجيات طرائق وأساليب التدريب الرياضي، بغداد، مكتب النور، 2010.

- زاوي حمزة: تأثير التدريب البليومتري على القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم، مذكرة تخرج متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أكلي محند اولحاج - البويرة - الجزائر، 2015.
- سعد محسن اسماعيل: تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1996.
- سهاد قاسم سعيد وهدي بدوي شبيب: تأثير استخدام التدريب الهرمي بأسلوبين مختلفين (المتقابل - المسطح) لتطوير القوة الخاصة والتحمل اللاهوائي وبعض مكونات الجسم للاعبين الكرة الطائرة، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، المجلد 14، العدد 2، 2015.
- صالح راضي أميش: تأثير أهم عناصر اللياقة البدنية والمهارية الرياضية في مستوى الانجاز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1990.
- صباح قاسم خلف ويوسف كاظم عبد: الرشاقة وعلاقتها بدقة التهديف للاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (14-16) سنة، مجلة كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، المجلد الثلاثون، العدد الثالث لسنة 2018.
- صريح عبد الكريم الفضلي: تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، عمان، دار دجلة، 2010.
- علي سلوم جواد: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي: العراق، مطبعة جامعة القادسية، 2004.
- كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى: الإعداد البدني لكرة القدم، بغداد، بيت الحكمة، 1988.
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين: أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
- ليث ابراهيم جاسم: تأثير تمارين السوبر سيت لتطوير القوة الخاصة على قوة ودقة التصويب خلال الجهد المختلف للاعبين كرة اليد الشباب باعمار (18-20) سنة، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2008.
- محمد جاسم الياسري: البحث التربوي مناهجه وتصميمه، دار الضياء، النجف الاشرف، ط1، 2017.
- محمد رضا إبراهيم: التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، بغداد، مكتب الفضلي، 2008.
- محمد عبده صالح الوحش ومفتي إبراهيم حماد: أساسيات كرة القدم، ط1، القاهرة، دار عالم المعرفة، 1994.
- محمد عثمان: موسوعة ألعاب القوى، الكويت، دار القلم، 1990.
- مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، القاهرة، دار الفكر العربي، 1998.
- مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
- نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي: دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، بغداد، مطبعة الشهد، 2004.

- هه ظال خورشيد الزهاوي: اثر تمارين مهارية بدنية على أسس التدريب الفكري على عدد من المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبين كرة قدم الشباب، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004.

المصادر الاجنبية

Bompa, T.O.: Periodization, Theory and methodology of training, human kinetics publishing company, 1999.

Joe Welder: body building, the weider Approach, contemporary books Chicago, 1981.

ملحق (1) نموذج من الجزء الرئيسي لوحدة تدريبية بالهرمي الصاعد (المجموعة الثانية) والمتقابل (المجموعة الأولى)

اليوم والتاريخ: الخميس 2019/12/12 الوحدة التدريبية (3) الأسبوع: الاول

مجموعة التدريب بالأسلوب الهرمي الصاعد

الهدف: تطوير القوة السريعة ومهارتي التهديف والمناولة.

متوسط الشدة: 83%. الراحة بين التمرينات (3 دقائق). زمن الجزء الرئيسي (65 - 70 دقيقة).

رقم التمرين	مستوى الشدة (%)	عدد التكرارات	متوسط زمن الأداء			متوسط زمن الراحة				زمن التمرين الكلي (ثا:دق)	زمن الأداء لكل التمرينات (ثا:دق)	زمن الراحة لكل التمرينات (ثا:دق)
			التكرار الواحد (ثا)	في كل شدة (ثا)	في كل تمرين (ثا:دق)	بين التكرارات (ثا)	مج بين التكرارات لكل شدة (ثا:دق)	بين الشدد (ثا)	في كل تمرين (ثا:دق)			
8	80	6	20	120	4.00	60	5.00	60	13.10	17.10		
	85	4	20	80		80	4.00	90				
	90	2	20	40		100	1.40					
15	80	6	25	150	5.00	60	5.00	60	13.10	18.10		39.30
	85	4	25	100		80	4.00	90				
	90	2	25	50		100	1.40					
12	80	6	60	360	12.00	60	5.00	60	13.10	25.10		
	85	4	60	240		80	4.00	90				
	90	2	60	120		100	1.40					

الأسبوع: الأول

اليوم والتاريخ: الخميس 2019/12/12 الوحدة التدريبية (3)

مجموعة التدريب بالأسلوب الهرمي المتقابل

الهدف: تطوير القوة السريعة ومهارتي التهديف والمناولة.

متوسط الشدة: 83%. الراحة بين التمرينات (3 دقائق). زمن الجزء الرئيسي (65 - 70 دقيقة).

رقم التمرين	مستوى الشدة (%)	عدد التكرارات	متوسط زمن الأداء			متوسط زمن الراحة				زمن التمرين الكلي (ثا:دق)	زمن الأداء لكل التمرينات (ثا:دق)	زمن الراحة لكل التمرينات (ثا:دق)
			التكرار الواحد (ثا)	في كل شدة (ثا)	في كل تمرين (ثا:دق)	بين التكرارات (ثا)	مج بين التكرارات لكل شدة (ثا:دق)	بين الشدد (ثا)	في كل تمرين (ثا:دق)			
8	90	1	20	20	4.00	100	0.00	120	13.40	17.40	21.00	41.00
						80	1.20	90				
						60	2.00	60				
						60	2.00	60				
						80	1.20	90				
						100	0.00					
	15	1	25	25	5.00	100	0.00	120	13.40	18.40		
						80	1.20	90				
						60	2.00	60				
						60	2.00	60				
						80	1.20	90				
						100	0.00					
	12	1	60	60	12.00	100	0.00	120	13.40	25.40		
						85	1.20	90				
						80	2.00	60				
						80	2.00	60				
						85	1.20	90				
						90	0.00	100				

القوة المميزة بالسرعة وعلاقتها بزاوية الدفع و طيران الكرة لمهارة التهديف بالقفز بكرة اليد المتقدمين

م. م . حمزة علي عباس

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى التعرف على العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية الدفع و طيران الكرة لمهارة التهديف بالقفز بكرة اليد المتقدمين. استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة المشكلة البحثية , تم اختيار العينة بالطريقة العمدية لملائمتها لحل مشكلة البحث، وتكونت العينة من 16 لاعب وهم لاعبي نادي الكوفة فئة المتقدمين لسنة 2022 الذين شاركوا في الدوري الممتاز. استنتج البحث بأنه توجد دلالة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية الطيران للأفراد العينة البحث أيضا لا توجد دلالة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وبين زاوية الدفع للأفراد العينة. واوصت الدراسة بالتأكيد على ربط التدريب للمقاومات بالتمارين المهارية للعبة اليد، للوصول الى فائدة اكبر من التدريب.

Abstract

The speed power and its relationship to the ball thrust and flight angle of the shooting skill from jumping in handball for advanced players

By

**Jaafar Ali Abdel Hussein Prof. Dr. Hussein Hassoun Prof. Dr. Ahmed
Mortadha**

College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to identifying the relationship between speed power and the ball thrust and flight angle of the shooting skill from jumping in handball for advanced players. The researcher used the descriptive approach through correlative relations for its relevance to the nature of the research problem, the sample was chosen in a deliberate way which it consisted of 16 players, who are the players of the Kufa Club who participated in the Premier League for the year 2022. The research concluded that there is a moral significance between the speed power of the arms and the angle of flight for the sample individuals. The study recommended emphasizing the linking of resistance training with skill exercises for hand game, in order to reach a greater benefit from the training.

المقدمة وأهمية البحث:

يعد التدريب الرياضي من العمليات المنظمة والتي تهدف الوصول باللاعب الى أفضل النتائج والإنجازات ضمن تخصصه وفي حدود ما تسمح به قدراته الحركية والبدنية والمهارية والتصرف الخططي والنفسي ويبني ذلك من خلال تطوير جميع تلك الصفات والتي هي أساس حركة اللاعب وان هذا التطور يكون بمقادير وتفاصيل متباينة من نشاط الى اخر.

ولعبة كرة اليد احدى الألعاب الفرقية المهمة التي شهدت تطوراً كبيراً، فهي لعبة تحتاج الى المهارة والفن واللياقة البدنية وغيرها من الصفات التي تساهم في تطوير وتكامل هذه اللعبة،

حيث يتنافس لاعبو الكرة اليد على ابراز قدراتهم البدنية والادائية سعياً لتحقيق اعلى مستويات الاداء الفني والخططي في هذه اللعبة التي تتسم بالمرونة والاثارة وإبراز الكثير من الصفات البدنية والحركية (42)، ومما هو معلوم ان لعبة الكرة اليد لعبة فرقية تتضمن في متطلبات ذات طابع (البدني والحركي وادائي) والعديد من الصفات البدنية التي تمتزج بمهارات اللعبة ، ومهارة التهديد واحدة من المتطلبات الادائية التي تعد تنويعاً للأداء الفاعل لمهارات اللعبة المرتبطة بنجاح اداء المهارات الخاصة بالكرة اليد والمؤثرة في تحقيق الفوز . كما إن هذا النوع من التصويب يسهل للمهاجم رؤية الهدف بوضوح مما يسمح له فرصاً للتصويب في الزوايا المناسبة ، فضلاً عن ان هذا النوع من التصويب يتميز بالتوقيت المفاجيء بحيث يصعب على حارس المرمى سرعة ادراك الكرة . (43)

ومن هنا جاءت أهمية البحث في بيان علاقة القوة المميزة بالسرعة بالذراعين و زاوية طيران الكرة وزاوية الدفع لمهارة التهديد من القفز لدى لاعبي الكرة اليد المتقدمين لدى افراد عينة البحث في مساهمة متواضعة من قبل الباحث كدراسة يمكن للسادة المدربين الاستفادة منها .

مشكلة البحث:

تبلورت مشكلة البحث المتمثلة في عدم الاخذ بالاعتبار للسادة المدربين بالتركيز على الأداء المهاري الاهم خلال تطوير الجوانب البدنية بانتهاجهم التمارين ، مما دعى الباحث تسليط الضوء على هذه المشكلة البحثية التي هي وجود ضعف بمهارة التهديد من القفز وذلك ببيان علاقة القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية الدفع وطيران الكرة لمهارة التهديد بالقفز لدى لاعبي الكرة اليد.

⁴² (كمال الدين عبد الرحمن درويش ، التقييم الحديث لكرة اليد مهارياً وخططياً ، الاتحاد السعودي لكرة اليد ، ١٩٧٥ م، ص10.

⁴³ (منير جرجيس : كرة اليد للجميع ، القاهرة ، الجهاز المركزي للكتب الجامعة والمدرسة والوسائل التعليمية، ١٩٨٢ م . ص93.

اهداف البحث:

1. التعرف على العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة وعلاقتها بزاوية الدفع و طيران الكرة لمهارة التهديف بالقفز بكرة اليد المتقدمين

فرض البحث:

1- توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة وزاوية الدفع والطيران وزاوية لمهارة التهديف من القفز بكرة اليد لدى افراد العينة.

مجالات البحث:

1- المجال البشري: - لاعبو نادي الكوفة الرياضي _فئة المتقدمين المشاركين في الدوري الممتاز .

2- المجال الزمني: - المدة من 2022/1/7 لغاية 2022/ 5 /1.

3-المجال المكاني: قاعة نادي الكوفة الرياضي

منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

منهجية البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة المشكلة البحثية.

مجتمع وعينة البحث:

على ذلك تم اختيار العينة بالطريقة العمدية لملائمتها لحل مشكلة البحث، وتكونت العينة من 16 لاعب وهم لاعبي نادي الكوفة فئة المتقدمين لسنة 2022الذين شاركوا في الدوري الممتاز .

الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة: -

وسائل جمع المعلومات:

- شريط قياس الطول .
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- الملاحظة .
- الإختبارات والقياس .
- استمارات لتسجيل البيانات وتفرغها .

• الحقيبة الإحصائية SPSS.

الأدوات والأجهزة المستخدمة: -

- مقياس الرسم بطول ١ م.
- أقراص ليزريه CD .
- كاميرا فيديو نوع SONY يابانية الصنع.
- ملعب الكرة اليد قانوني.
- كرات اليد عدد (20) .
- صافرة عدد (2)
- شريط قياس.
- شريط لاصق ملون.
- إجراءات البحث الميدانية.

الاختبارات المستخدمة في البحث:

أولاً: اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين⁽⁴⁴⁾

- اختبار الدفع بوضعية الاستناد الامامي لمدة (10) ثوان.

الغرض من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والكتفين .

مواصفات الاداء: من وضع الانبطاح المائل (الاستناد الامامي) يقوم المختبر بثني ومد الذراعين الى اقصى عدد ممكن بزمان 10 ثواني. الشروط: غير مسموح بالتوقف اثناء الاداء، ويلاحظ استقامة كاملة للجسم اثناء مراحل الاداء، ضرورة اقتراب الصدر من الارض عند ثني المرفقين، ومد الذراعين كامل عند الصعود.

التسجيل: يسجل عدد المحاولات الصحيحة خلال زمن ال 10 ثواني.

التجربة الاستطلاعية:

اجريت التجربة الاستطلاعية في تاريخ 2022/2/6 المصادف يوم الأحد حيث تهدف التجربة الاستطلاعية إلى ما يأتي:

• التعرف على مدى ملاءمة الاختبارات للعينة ومدى تفاعلهم معها.

⁴⁴ (مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ، المجلد 22 ، العدد 2

- التعرف على مدى ملاءمة الأدوات المستخدمة في البحث.
- معرفة مدى تفهم فريق العمل المساعد للاختبارات ودقته.
- معرفة المدة الزمنية لأداء الاختبارات.

التجربة الرئيسية:

طبق الباحث اختبار القوة المميزة بالسرعة بالإضافة الى استخدام برنامج (Dartfish) العالمي لتحليل الحركات الرياضي على عينة البحث في يوم الاثنين المصادف 2022\2\14 على قاعة نادي الكوفة الرياضي وقد اخذ الباحث بعين الاعتبار مراعاة التسلسل والاسس العلمية في اجراء الاختبارات من اجل التوازن والتناسق بين المتغيرات المقاسة لضمان دقة النتائج أثناء إجراء الاختبارات.

الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج المعالجات الإحصائية المناسبة للحصول على النتائج.

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

عرض نتائج دلالات الارتباط بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية الدفع وطيران الكرة لمهارة التهديف بالقفز بكرة اليد وتحليلها ومناقشتها

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ر المحسوبة ومعامل الارتباط بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين و زاوية طيران الكرة

ت	متغيرات	وحدة قياس	س-	ع	ت	متغيرات	وحدة قياس	س	ع	المحسوبة R	sig	دلالة الارتباط
1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	ثا	8.1	2.31	2	زاوية طيران الكرة	درجة	82	1.0	0.32	0.02	معنويه

يوضح جدول(1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات المبحوثة حيث بلغ الوسط الحسابي لاختبار القوة المميزة بالسرعة (8.1)، اما الانحراف المعياري فبلغ (2.31)، اما زاوية طيران الكرة ، و كان الوسط الحسابي (82)، اما الانحراف المعياري فبلغ (1.0)، اما ر المحسوبة (0.32) وكان مستوى الدلالة كان (0.02) حيث كان دلالة الارتباط معنوي.

جدول(2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ر المحسوبة ومعامل الارتباط بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين زاوية الدفع

ت	متغيرات	وحدة قياس	س-	ع	ت	متغير ت	وحدة قياس	س	ع	المحسوبة R	Sig	دلالة الارتباط
1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	ثا	8.1	2.31	2	زاوية الدفع	درجة	83.55	3.20	0.28	0.03	معنوية

يوضح جدول(2) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات المبحوثة حيث بلغ الوسط الحسابي لاختبار القوة المميزة بالسرعة (8.1)، اما الانحراف المعياري فبلغ (2.31)، اما زاوية الدفع، و كان الوسط الحسابي (83.55)، اما الانحراف المعياري فبلغ (3.20)، اما ر المحسوبة (0.28) اما مستوى الدلالة كان (0.03) حيث كان دلالة الارتباط معنوي.

مناقشة النتائج:

من خلال النتائج الإحصائية المبينة بالجدول تبين ان يوجد ارتباط معنوي بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية طيران الكرة لمهارة التهديف بالقفز بكرة اليد يتبين جليا من التحليل الذي استند عليه الباحث في هذا البحث بان القيم الخاصة المرتبطة بين المتغير بالاتجاه هي قيم تبين عن قيمة العلاقة الارتباطية الحقيقية بين المتغيرات البدنية والمتغير المهاري ، وتبين ان لا توجد علاقة بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وزاوية الدفع لضعف العلاقة الارتباطية بينهما ، وأيضا الى ان يكون اهتمام المدربين على هكذا صفات مهمة في لعبة اليد ولاسيما مهارة التهديف من القفز ويحث أيضا على التنوع بأساليب التدريب والطرق المستخدمة لتحقيق

التطور والتقدم والوصول للمستويات العليا في التدريب ، أذ أنه عند تدريس المهارات المختلفة يجب الاخذ بعين الاعتبار على أخذ الزوايا المناسبة والصحيحة والتي تسهل الاداء الحركي وتسهل عملية تعلم هذه الحركات. (45)

وان نوع هذه العلاقة التي تأخذ جانب العلاقة الطردية أي إن القوة المميزة بالسرعة التي يمتلكها لاعبي كرة اليد هي بمقدار يؤهلهم ليحافظوا على مستوى أداء مهارة التصويب من القفز بكرة اليد بمستوى عالي وهذا تعبير عن إن القوة التي تساهم بأداء مهارة الهجوم بنجاح من قبل اللاعبين بكرة اليد ونحن نعرف بان مهارة التصويب من القفز بكرة اليد هي المهارة الاعلى أهمية في جميع مهارات اللعبة وهي الاغلب استخداما وتعتمد على قوة الذراعين للرمي وقوة الرجلين للقفز ومسافة القفز وهي أيضا تعتبر التنويع النهائي لكل الجهود المبذولة من قبل الفريق لتصويب الكرات إثناء الهجوم والتخلص من المنافس .

إذ إن التحركات في الملعب بدون كرة لا تقل أهمية عن حركته وتهديده لمرمي المنافس في الكرة إذ إن سرعة الركض وتغيير الاتجاه والتحرك بسرعة غالبا ما تستخدم لأخذ المكان المناسب لفتح المجالات وطرق هجومية ، وهي من ضمن المتطلبات المهمة في كرة اليد " يتحتم على اللاعبين استخدام أفعال وأداة حركية مركبة في صيغ مختلفة تؤدي كل حركة دورها المحدد في الاداء الكلي بالكيفية التي تتناسب مع الهدف العام للاداء. " (46)

وان القوة المميزة بالسرعة لأداء المهارات الخاصة بكرة اليد واحده من أهم الاهداف التدريبية للوصول إلى المستوى العالي إذ يحتاج إلى أداء مهارات هجومية ودفاعية متعددة مثل التصويب في أكثر أنواعه مع أداء المهارات الدفاعية مثل المقابلة وحائط الصد وقطع الكرة وتشتييتها الخ . تحت ظروف بالغة الصعوبة وان الاداء لهذه المهارات هو عامل التفوق والنجاح في تلك الظروف التنافسية ، ويرى كمال درويش إن القوة المميزة بالسرعة ذاتها تسهم في إتقان العمل المهاري الدفاعي والهجومى . (47)

ومن خلال وجود هذه العلاقة الذي نستطيع إن نشير أين تكمن أهمية مفردات عطاء صورة واضحة للمدرب ليستطيع من خلال هذه النتائج إن يعمل بشكل متوازن مع التدريب وان القدرات البدنية الخاصة والعامة لبناء مستوى عالي من اللاعبين الذي يتطلب منهم متطلبات خاصة لتأدية نشاط هذه اللعبة إثناء المنافسة الرياضية.

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

45 (صريح عبد الكريم الفضلي؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي: (بغداد، مطبعة عدي العكيلي ، ٢٠٠٧) ص ٨٠

46 (ياسر محمد حسن دبور : كرة اليد الحديثة . الاسكندرية : منشأة المعارف في الاسكندرية ، 1996 ، ص 21.

47 (كمال دروش وآخرون ؛ الاسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1988 ، ص 59.

1- توجد دلالة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين زاوية الطيران لافراد العينة البحث.

2- لا توجد دلالة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة للذراعين وبين زاوية الدفع لافراد العينة.

التوصيات:

1- التأكيد على ربط التدريب للمقاومات بالتمارين المهارية للعبة اليد، للوصول الى فائدة اكبر من التدريب.

2- ضرورة اجراء بحوث علمية مدروسة لمتغيرات اخرى أفراد العينة لزيادة الفائدة التي تنعكس على مستوى اللاعبين.

المصادر :-

- كمال الدين عبد الرحمن درويش : التقييم الحديث لكرة اليد مهارياً وخططياً ، الاتحاد السعودي لكرة اليد ، ١٩٧٥ م.
- منير جرجيس : كرة اليد للجميع ، القاهرة ، الجهاز المركزي للكتب الجامعة والمدرسة والوسائل التعليمية، ١٩٨٢ م .
- صريح عبد الكريم الفضلي : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي، بغداد، مطبعة عدي العكيلي ، 2007م .
- كمال دروش وآخرون : الاسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1988 ، ص 59.
- ياسر محمد حسن دبور : كرة اليد الحديثة . الاسكندرية : منشاة المعارف في الاسكندرية ، 1996 ، ص 21
- مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، المجلد 22 ، العدد 2

تأثير تمارينات وقائية للذراعين في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة على الكراسي المتحركة

أ. م. د. عبيد داخل حاتم

آيات عماد بدري

جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى اعداد تمارينات وقائية باستخدام بعض الأدوات المساعدة والتعرف على تأثير هذه التمارينات الوقية المعدة من قبل الباحثان . استخدمت الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المراد دراستها ، وحددت عينة البحث بلاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة على الكراسي المتحركة وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وبلغ عددهم (10) لاعبين ، استنتجت الباحثان ان أدت التمارينات الوقائية الى تطور تحمل القوة وساهمت في تطور القوة المميزة بالسرعة وكذلك القوة الانفجارية للذراعين والمرونة. وقد استنتجت الباحثان ان التمارينات الوقائية المعدة من قبل الباحثان كان لها الفاعلية الكبيرة في تطوير بعض القدرات البدنية وان تطبيق التمارينات لم يؤثر أي تأثير سلبي على اللاعبين، وتوصي الباحثان : ضرورة التأكيد على التمارينات الوقائية المعدة اثناء فترة الاعداد العام والخاص للاعبي المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة والاعبين الاصحاء .

Abstract

The effect of protective exercises for the arms in the development of some physical abilities of the national wheelchairs basketball team players

By

Ayat Emad Badri

Prof. Dr. Abeer Dakhil Hatem

University of Baghdad - College of Physical Education and Sports Science for Girls

The study aimed to prepare protective exercises using some auxiliary tools and to identify The effect of protective exercises for the arms in the development of some physical abilities of the national wheelchairs basketball team players. The researchers used the experimental approach by designing one experimental group for its suitability to the nature of the problem to be studied. The research sample was determined by the national team basketball players on wheelchairs, and they

were chosen in a deliberate way, and their number was (10) players. The researchers concluded that the protective exercises prepared by the researchers had great effectiveness in developing some physical abilities and that the application of the exercises did not have any negative impact on the national wheelchairs basketball team players.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

يهتم لطب الرياضي والتأهيل الرياضي بشكل رئيسي بمساعدة اللاعبين للوصول الى الصحة العالية وتطوير قدراتهم ،حيث يبحث الطب الرياضي والتمرينات الوقائية الى الحفاظ على صحة وسلامة مفاصل وأعضاء الجسم وان الطب الرياضي الوقائي والتأهيلي يختص بتحديد برامج تأهيلية وتدريبية للمصابين وغير المصابين للحد من وقوع إصابة ما . ويظهر دور الطبيب او المعالج المسؤول عن الفريق كرة السلة على الكراسي المتحركة في علاج التطورات التي تحدث والتغيرات الوظيفية في الجسم نتيجة لممارسة لعبة كرة السلة. كما تتميز لعبة كرة السلة بتوفر اهم القدرات البدنية منها المرونة والسرعة والقوة الانفجارية للذراعين. وتعد كرة السلة على الكراسي المتحركة واحدة من الألعاب الفرقية التي يتعرض لاعبيها الى الإصابة وهي اهم مشكلة يواجهها لاعب كرة السلة، وتكمن اهداف البحث اعداد تمرينات وقائية للذراعين لتساعد في التقليل من وقوع الإصابة اثناء اللعب تم اعداد تمرينات وقائية من قبل الباحثان باستخدام وسائل مساعدة منها الحبال المطاطية والكرة الطبية وكذلك حبال المقاومة العالية بمختلف الشدد وكرات التنس , ان رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة لا تختلف اخلاف كبير عن كرة السلة للاصحاء فجميع قواعد اللعب والقانون الدولي هو نفسه مطبق على المعاقين فيما عدا بعض الأمور البسيطة , وتعد لعبة كرة السلة رياضة حركية على قدر كبير من الفائدة الوظيفية والنفسية للاعبين خاصة الجهاز العصبي والجهاز الدوري لما لها من تأثير إيجابي على صحة الرياضي ان لاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لعبة جماعية للاعبين ذوي الإعاقة في الأطراف السفلى يتم اللعب بنظام تصنيف اللاعبين على أساس فئات وهي 1,5 - 2 - 2,5 - 3 - 3,5 - 4 - 4,5

1-2 مشكلة البحث:

من خلال ملاحظة الباحثان واطلاعهما المستمر على اللعبة والبحوث والرسائل السابقة في لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة وجدت ان هناك مشكلة في المحافظة على حماية الذراع من الإصابة وان جانب الاحماء ليس كافي للمحافظة على الذراع من الإصابة لذا ارتأت الباحثان الى وضع تمرينات وقائية للذراعين لمنع وقوع الإصابة وتطوير بعض القدرات البدنية . لان لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة تحتاج الى الكثير من القدرات البدنية منها تحمل قوة والقوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية

1-2 اهداف البحث

يهدف البحث الى:

- 1- اعداد تمرينات وقائية للذراعين لتطوير بعض القدرات البدنية للاعبين المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة.

2- التعرف على تأثير التمرينات الوقائية للذراعين في تطوير بعض القدرات البدنية للاعبين المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة.

1-3 فروض البحث:

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في بعض القدرات البدنية.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال الزمني: 2022-1-20 & 2021-12-6

1-4-2 المجال المكاني: المركز التدريبي للجنة البارالمبية العراقية الكائن في زيونة

1-4-3 المجال البشري: لاعبي المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة.

2- منهج البحث وأجرائه الميدانية

1-2 منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج المناسب لتحقيق الهدف وهو المنهج التجريبي كونه أكثر المناهج ملائمة لتحقيق هدف البحث ملائمة العينة

2-2 عينة البحث: لاعبي المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة وبلغ عددهم (10) لاعبين من مجتمع البحث الأصلي والبالغ عددهم (12) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتبلغ النسبية المئوية لعينة البحث المختارة من المجتمع الأصلي 83,3 % وقامت الباحثتان بإجراء التجانس لعينة البحث المدروسة وفقاً للجدول (1)

جدول (1) يبين تجانس العينة لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
طول الذراع	سم	60,5	6,58	60	0,2279
طول العضد	سم	29,7	2,57	29	0,8171
طول الساعد	سم	29,75	2,63	29	0,2851
طول الجذع	سم	51,5	11,81	51	0,1270

2-3 الاختبارات المستخدمة :

بعد ان تم عرض مجموعة من الاختبارات على الخبراء تم اختيار هذه الاختبار وهي ::

2-3-1 اسم الاختبار : اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس (2 كغم) (1 : 100)

الغرض: قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين وحزام الكتف

الإمكانات والأدوات: كرسي، شريط قياس، حزام تثبيت، كرة طبية زنة 2 كغم.

-وصف الاختبار: من وضع الجلوس على الكرسي والظهر مستقيم، يمسك المختبر الكرة الطبية بكلتا يديه إمام الصدر وأسفل الذقن ويتم تثبيت المختبر بحزام حول صدره ويمسك به من خلف الكرسي وذلك لمنع حركة الجسم للإمام عند دفع الكرة الطبية ثم يتم دفع الكرة للأمام

-الشروط: يعطى للمختبر ثلاث فرص للمحاولة

التسجيل: تحسب أفضل محاولة

2-3-2 اسم الاختبار :: جلوس مسك عصي الجمباز. (2 : 57)

الأدوات : عصا الجمباز اسطوانية قطرها 2 سم طولها 120 سم شريط قياس مقسم إلى سنتمترات . الهدف من الاختبار : . قياس مرونة مفصل الكتفين

. إجراء الاختبار : يجلس المختبر ممسكا بالعصا بالقبضتين من المنتصف بحث تكون القبضتان متلاصقتان . يحاول المختبر رفع الذراعين أماما عاليا خلف والوصول بالعصا خلف الجسم ما أمكن بشرط عدم ثني المرفقين . مرور العصا خلف الجسم مع امتداد الذراعين يضطر المختبر تباعد القبضتين عن بعضها حتى تؤدي الحركة صحيحة . تقاس المسافة بين القبضتين بعد ثبات العصا خلف الجسم.

التسجيل: . يحسب مؤشر المرونة كآلاتي : مؤشر مرونة الكتفين = المسافة بين القبضتين سم / عرض الكتفين سم مؤشر مرونة الكتفين - عرض الكتفين بالسنتيمتر .

التقويم: المسافة مؤشر للمرونة

2-3-3 اسم الاختبار: . اختبار دفع بار حديدي (20) كغم لمدة (10) ثانية (3 : 25)

الغرض من الاختبار: - قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين وحدة القياس :- (عدد المرات) وهي عدد التكرارات خلال (10) ثا

الأجهزة والأدوات المستخدمة: - ابر حديدي زنة (20) كغم ومسطبة وساعة توقيت الكترونية إجراءات الاختبار:- يجلس المختبر على المسطبة ويمسك البار الحديدي من الوسط ثم يرفع ويخفض البار الحديدي لمدة (10) ثا طريقة التسجيل: -يسجل عدد مرات الرفع الى الأعلى خلال (10) ثا التعليمات: - يعطي اللاعب المختبر محاولة واحدة.

2-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

كرسي - شريط قياس - حزام تثبيت - كرة طبية زنة 2كغم -عصا جمباز بطول 120سم - بار حديدي زنة 20كغم -مصطبة - ساعة توقيت الكترونية - موبايل -حاسبة ممولة -اشرطة مطاطية - كرة التنس - كرات طبية

2-5 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من اهم الإجراءات الأساسية لقيام البحث اذ يحصل من خلالها الباحث على معلومات ونتائج كبيرة , وتعرف التجربة الاستطلاعية "بانها دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه بالبحث بهدف اختيار أساليب البحث و ادواته "(4:89) لذا قامت الباحثتان بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2021/12/6 في تمام الساعة 11(10) صباحا على لاعبي المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة وكان عددهم (4) لاعبين وكان الهدف من التجربة :

1- معرفة الوقت المستغرق لاداء التمارين

2- التعرف على المعوقات والصعوبات التي تواجه التجربة الرئيسية

3- التأكد من كفاءة فريق العمل

4- تجربة مجموعة من التمرينات الوقائية بغية التعرف على الشدة والراحة والتكرار

2-6 الاختبار القبلي :

اجرت الباحثتان الاختبار القبلي على عينة البحث للقدرات البدنية والتي اجري بتاريخ 2021/12/7 في تمام الساعة ال(10:30 د) في المركز التدريبي للجنة البارالمبية في زبونة في العاصمة بغداد

2-6 التجربة الرئيسية :

تم اعداد مجموعة من التمرينات من قبل الباحثتان وتم عرضها على الخبراء تم اعداد التمرينات وفق العمل التشريحي وتكون التمارين من ضمن التمرينات الوقائية لتطوير بعض القدرات البدنية تم اعداد التمرينات للاعبين المنتخب الوطني , عدد الأيام التي تطبق بها التمارين الوقائية أربعة أيام في الأسبوع (سبت , احد , ثلاثاء , خميس)

2-7 الاختبار البعدي :

اجري الباحثتان الاختبار البعدي على مجموعة البحث بعد انتهاء الباحثان من اكمال التمرينات الوقائية وحرصت الباحثتان على ان تكون جميع الظروف مشابهة ومقاربة للاختبارات البعدية حيث قامت الباحثتان بهذه الاختبارات بتاريخ 2022/1/20

2-8 المعالجات الإحصائية :

تم استخدام الحقيبة الإحصائية spss والوسط الحسابي وقيمة ت المحسوبة والانحراف المعياري

3-1 عرض وتحليل النتائج لعينة البحث :

جدول (2)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للاختبارات القبلية والبعدي

لعينة البحث في متغيرات القدرات البدنية

ت	الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت		المعنوية
1	تحمل القوة	عدد المرات	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	معنوي
			7,5	1,33	10,9	1,45	2,98	2,78	
2	القوة المميزة بالسرعة	عدد المرات	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	معنوي
			5,88	1,02	8,97	1,63	3,08	2,78	
3	القوة الانفجارية	مسافة / م	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	معنوي
			3,92	1,061	5,73	1,28	3,45	2,78	

مستوى الدلالة (0,05) عند درجة حرية (22) وبخطأ معياري $>(0,05)$

3-2 مناقشة النتائج :

من خلال الجدول (2) نجد ان هناك ظهور فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثتان ان الفروق المعنوية تعود الى تاثير التمرينات الوقائية المتبعة في تطوير بعض القدرات البدنية وان نتائج الاختبار توجد فروق معنوية تعزيبها الباحثتان الى الاختبارات الوقائية المعدة من قبل الباحثتان كما

(أشار محمد حسن علاوي 1994) "ان لعبة كرة السلة تحتاج الى صفة القوة والسرعة حتى يستطيع اللاعب الحصول على نتائج عالية" (73:4)

4 - الاستنتاجات

على وفق اهداف البحث واجراءاته ونتائج المعالجة في البيانات التي جمعت بين الاختبارات القبلية والبعدية حيث استنتجت الباحثتان :

1- ان التمرينات الوقائية المعدة من قبل الباحثة كال لها دور كبير وفعالية كبيرة في تطوير بعض القدرات البدنية .

2- ان التمرينات الوقائية لم تترك أي تأثيرات سلبية على اللاعبين بل حصلوا على نتائج إيجابية فعالة في تطوير القدرات البدنية.

التوصيات

1- ضرورة التأكيد على التمرينات الوقائية المعدة من قبل الباحثتان اثناء فترة الاعداد العام والخاص للاعبين المنتخب الوطني كرة السلة على الكراسي المتحركة والاعبين الاصحاء .

2- يجب على المدربين عند وضع التمرينات الوقائية ان يكون هناك تنظيم بما يتناسب المنهج التدريبي من الشدة والحجم والكافة .

المصادر

1- ايمان عبد الأمير زعون واحمد محمد إسماعيل العاني : رياضة المعاقين , بغداد , مطبعة يثرب ,

2012

2-احمد طه سالم , دراسة تتبعية لبعض المتغيرات الجسمية والبدنية والوظيفية ودقة التصويب للاعبين كرة السلة المتقدمين عن انقطاع التدريب , 2020

3-ثائر صالح شنيار , استخدام تمارين لتطوير (تحمل القوة المميزة بالسرعة) وتأثيرها في دقة أداء بعض

المهارات الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة , 2012

4-وليد خالد نوري , اثر بعض الوسائل المساعدة في دقة بعض المتغيرات الكينماتيكية في دقة التصويب

بنقطتين من الثبات بكرة السلة على الكراسي المتحركة , 2011, ص 45

ملحق بعض التمرينات الوقائية

١- (من وضع الجلوس) الذراعان الى الامام سحب الشريط المطاطي الى اقصى حد .

٢- (من وضع الجلوس) الذراعان الى الامام سحب الأصابع الى الأعلى.

٣- (من وضع الجلوس) الذراعان الى الامام سحب الرسغ الى الأسفل.

٤- (من وضع الجلوس) الذراعان جانباً تدوير الذراعان من مفصل الكتف .

٥- (من وضع الجلوس) الذراعان وضع الانثناء العرضي ثني ومد الذراعين.

٦- (من وضع الجلوس) سحب الذراع من مفصل المرفق .

- ٧- (من وضع الجلوس) باستخدام كرة مطاطية صغيرة في باطن اليد القبض على الكرة والبسط.
- ٨- (من وضع الجلوس) الذراعان الى الامام تشابك الأصابع والدفع اقصى ما يمكن الى الخارج .
- ٩- (من وضع الجلوس) تشابك الذراعان خلف الظهر .
- ١٠- (من وضع الجلوس) اثناء عرضي مسك المرفق بالذراع الاخر .
- ١١- (من وضع الجلوس)نصف انثناء عرضي مسك المرفق باليد الأخرى مع طرح الزفير .
- ١٢- (من وضع الجلوس) قتل الجذع الى جهتي اليمين واليسار .
- ١٣- (من وضع الجلوس) سحب الشريط المطاطي بإحدى الذراعين .
- ١٤- (من وضع الجلوس) سحب الشريط المطاطي اقصى ما يمكن خلف الرأس .
- ١٥- (من وضع الجلوس على مسطبة) مسك العصا الى الامام ثم الثبات الى الأسفل.

**اثر استراتيجية التعارض المعرفي في اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل للاعبي كرة
القدم بأعمار 15-17 سنة**

م. م. علي فضل عباس

المديرية العامة لتربية كربلاء المقدسة

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى اعداد وحدات تعليمية باستراتيجية التعارض المعرفي ومعرفة اثرها في اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة , والتعرف على افضلية التأثير بين استراتيجية التعارض المعرفي والاسلوب المتبع في اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة. استخدم الباحث الممنهج التجريبي . وشملت العينة بي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة. واستنتج البحث ان لاستراتيجية التعارض المعرفي واستراتيجية المتبعة من قبل المدرب كانت لهم الفاعلية في زيادة قدرة اللاعبين في اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة, ان استراتيجية التعارض المعرفي اظهرت تطور واضح كبير للاعبي المجموعة التجريبية في اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة , وتوصل الباحث الى عدة توصيات منها تفعيل استخدام استراتيجية التعارض المعرفي في تطوير اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبي مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة.

Abstract

The effect of the cognitive conflict strategy in the performance of creativity and overcoming positions of the offside trap for football players aged 15-17 years

By

Ali Fadhel Abbas

General Directorate of Education of Karbala

The aim of the research is to prepare educational units with the cognitive conflict strategy and identifying its effects in the performance of creativity and overcoming positions of the offside trap for football players aged 15-17 years, and to identify the priority of influence between the cognitive conflict strategy and the method used in the performance of creativity and overcoming positions of the offside trap for football players aged 15-17 years. The researcher used the experimental approach. The sample included the Football Talent Center players, aged 15-17 years. The research concluded that the cognitive conflict strategy and the strategy followed by the coach were effective in increasing the players' ability to perform performance of creativity and overcoming positions of the offside trap for football players aged 15-17 years. The cognitive conflict strategy showed a significant development for the players of the group experimentation in the performance of performance of creativity and overcoming positions of the offside trap for football players aged 15-17 years.

المقدمة :

لا شك في ان التقدم العلمي في مختلف مجالات الحياة هو عبارة عن ابحاث وتجارب علمية، اسفرت عن نتائج فيها مصلحة للبشرية جمعاء وقد تطورت نتيجة لذلك جميع العلوم ومنها علوم التربية الرياضية بجميع فروعها وتميز العصر الحديث في التقدم متمثلاً برعاية المتعلمين والاهتمام بشؤونهم. في ظل التقدم الكبير الذي حصل مؤخراً صار من الضروري الابتعاد عن الاساليب التقليدية التي تعتمد كلياً على المعلم (المدرّب)، والانتقال الى استراتيجيات اكثر تقدماً لإيصال المتعلم الى مستويات عالية من الاداء. وتعد استراتيجية التعارض المعرفي احدى اهم الاستراتيجيات التي تعتمد على النظرية البنائية وهي استراتيجية تعليمية تعليمية تستعمل لتنظيم محتوى المادة وتعليمها بقصد مساعدة المتعلمين على تعديل تصوراتهم واحداث تغيير واضح على أدائهم، وتتميز هذه الاستراتيجية بانها جدلية تستعمل اسئلة في بيئة تعليمية حقيقية تتعلق بمواقف اللعب الحقيقية، ويتم فيها اعطاء الفرصة للمتعلمين للبحث بالتعاون في ما بينهم لحل المشكلات، وهي تسهل بناء معرفتهم بأنفسهم، والدافعية نحو التعلم وجعله ذا معنى عن طريق تقديم الحدث بتكوين تعارض معرفي بين ما يمتلكه المتعلمون من مفاهيم وتصورات سابقة وبين ما سيطرح عليهم من معلومات حول المفهوم الذي يشاركه المتعلمون في عملية التعلم ليتوصلوا الى المعرفة عن طريق تكوين علاقات بين المفاهيم، وتسمح ايضاً بعرض اكبر عدد من الافكار ووجهات النظر للمناقشة، وهو امر مهم لإيجاد حلول جديدة مبتكرة . وتكمن اهمية البحث في اعداد وحدات تعليمية باستراتيجية التعارض المعرفي ومعرفة اثرها فياداء موقفي الابداع والتغلب على مصيدة التسلسل كنموذج للمواقف الهجومية للاعبين مركز الموهبة بكرة القدم بأعمار 15-17 سنة .

1- اجراءات البحث :

1-1 منهج البحث :

استعمل الباحثون المنهج التجريبي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ذوات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لأهداف وطبيعة البحث والمشكلة المراد حلها والذي يعد من انجح وافضل المناهج المستخدمة كون استخراج النتائج يتم عن طريق التجربة .

1-2 مجتمع البحث وعينته :

تحدد مجتمع البحث بلاعبي مركز الموهبة بكرة القدم في كربلاء المقدسة والبالغ عددهم (45) لاعب بأعمار (15-17) سنة, اختار الباحث عينته الرئيسية التي تمثلت بلاعبي مركز الموهبة بكرة القدم في كربلاء المقدسة بأعمار (15-17) سنة والبالغ عددهم (28) لاعب , وتم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة (14) لاعب لكل مجموعة وبأسلوب القرعة وبالطريقة العشوائية , وبهذا تكون النسبة المئوية لعينه البحث هي (62%) .
وتم اخذ (10) لاعبين لغرض التجربة الاستطلاعية وقد أجرى الباحث التجانس و التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاختبارات القبلية للمتغيرات المدروسة وكما موضح في الجدول (1) و(2) .

جدول (1)

يبين تجانس العينة في المتغيرات الدخيلة

المتغير	وحدة القياس	درجات الحرية بين المجموعات	درجات الحرية داخل المجموعات	قيمة ليفين للوسط الحسابي	مستوى المعنوي	نوع الدلالة
الطول	سم	1	26	0.352	0.558	غير معنوي
الكتلة	كغم	1	26	0.398	0.534	غير معنوي
العمر التدريبي	سنة	1	26	0.724	0.402	غير معنوي
العمر الزمني	سنة	1	26	0.188	0.668	غير معنوي

جدول (2)

يبين التكافؤ بين متغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
الابداع	الضابطة	2.7857	1.18831	0.162	0.872	غير معنوي
	التجريبية	2.7143	1.13873			
التغلب على مصيدة التسلل	الضابطة	1.7857	0.69929	0.265	0.793	غير معنوي
	التجريبية	1.7143	0.72627			

يبين الجدول (1) بان الفروق في اختبارات المتغيرات (الابداع والتغلب على مصيدة التسلل) بين مجموعتي البحث قد ظهرت غير معنوية , اذ ان قيم (T) المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية والبالغة (2,04) عند مستوى دلالة (0,05) وتحت درجة حرية (26) , وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات .

1-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة من قبل الباحث :

1-3-1 وسائل جمع البيانات :

- المصادر العربية والاجنبية.
- الاختبارات والقياسات.
- استبانات استطلاع اراء الخبراء والمختصين .

1-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- ميزان الكتروني لقياس الوزن صيني الصنع.
- كاميرة تصوير فيديو نوع (SONY) يابانية الصنع ذات سعة تردد (25 صورة ١ ثا) عدد (2) .
- المقياس الطول المتري
- جهاز حاسوب نوع (DELL) .
- جهاز عرض (Data Show)
- ملعب كرة قدم قانوني .
- كرات قدم قانونية عدد (20) .
- شواخص بارتفاعات واللوان مختلفة .

1-4 اجراءات البحث الميدانية :

1-4-1 تحديد الاختبارات الخاصة بمتغيري الابداع والتغلب على مصيدة التسلل :

بعد اطلاع على الباحث على المصادر العلمية والمراجع وتم اختيار الاختبارات الخاصة التي اعدت من قبل الباحث حسين حمزة نجم (48) كونها تنسجم مع المهارات المراد قياسها .

اولا : الموهبة والابداع

- اسم الاختبار: اختبار موقف الموهبة والابداع في اللعب الهجومي
- الهدف من الاختبار: قياس الموهبة والابداع في اللعب الهجومي
- الأدوات المستعملة: ملعب كرة قدم قانوني، كرات قدم قانونية، استمارة تقييم، شواخص.
- مواصفات الأداء: يدرج اللاعب رقم 1 بعد سماع الصافرة الكرة بين خمسة شواخص يبعد كل واحد عن الآخر 1م ، بالآتي:

1. الخداع (مراوغة المدافع) والتصويب على المرمى.

2. الدحرجة للجانب و التصويب على المرمى

3. التصويب المباشر على المرمى.

⁴⁸ حسين حمزة نجم : تأثير تمارينات مشابهة للعب في تطوير المرونة المعرفية وبعض مدركات المحيط و دقة التهديد و مواقف اللعب الهجومية لناشئ كرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2019 ، ص71 .

– طريقة التسجيل: يحصل المختبر على:

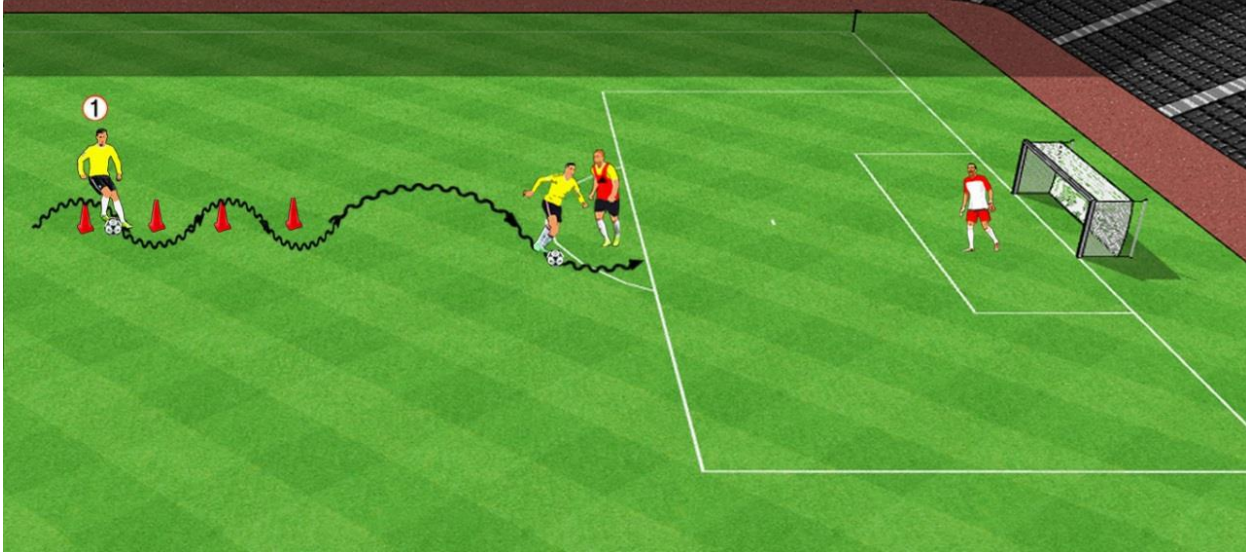
❖ يمنح اللاعب ثلاث درجات على الاختيار الاول

❖ يمنح اللاعب درجتين على الاختيار الثاني

❖ يمنح اللاعب درجة واحدة على الاختيار الثالث

❖ يمنح اللاعب صفراً اذا كان خارج الاختيارات السابقة.

يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات ، وكما هو موضح في الشكل الاتي:



شكل (1) يوضح اختبار الابداع في اللعب الهجومي

ثانيا : التغلب على مصيدة التسلل

– اسم الاختبار: اختبار موقف التغلب على مصيدة التسلل في اللعب الهجومي

– الهدف من الاختبار: قياس التغلب على مصيدة التسلل في اللعب الهجومي

– الأدوات المستعملة: ملعب كرة قدم قانوني، كرات قدم قانونية، استمارة تقييم، شواخص.

– مواصفات الأداء: يدرج اللاعب رقم 4 بعد سماع الصافرة الكرة بين خمسة شواخص يبعد كل واحد عن

الآخر 1م وبوجود حكم راية ، بالآتي:

1. تمرير الكرة إلى اللاعب رقم 1 والتصويب على المرمى.

2. تمرير الكرة إلى اللاعب رقم 2 والتصويب على المرمى.

3. تمرير الكرة إلى اللاعب رقم 3 والتصويب على المرمى.

تحسب الدرجة للاعب المختبر الممرر للكرة لصنع الموقف الهجومي الخاص باختبار التغلب على

مصيدة التسلل في الهجوم و وقوف اللاعبين يكون على حدود منطقة الجزاء ويبدأ تحرك اللاعبين

المهاجمين لحظة وصول اللاعب المستحوذ على الكرة إلى اخر شاخص .

– طريقة التسجيل: يحصل المختبر على:

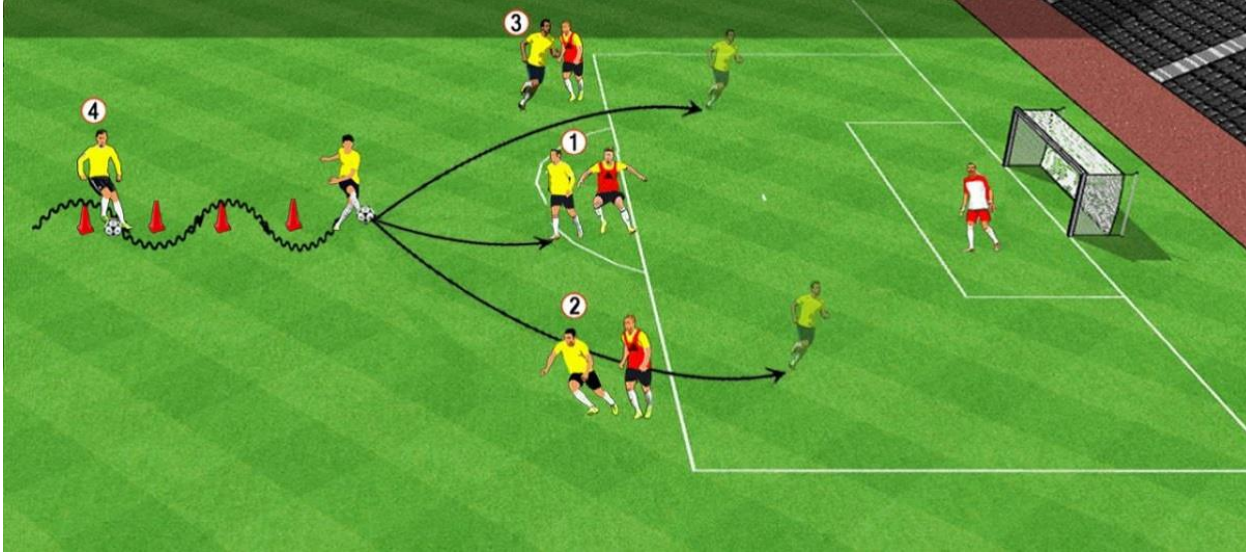
❖ يمنح اللاعب ثلاث درجات على الاختيار الاول

❖ يمنح اللاعب درجتين على الاختيار الثاني

❖ يمنح اللاعب درجة واحدة على الاختيار الثالث

❖ يمنح اللاعب صفراً إذا مرر الكرة خارج الاختيارات السابقة.

يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات ، وكما هو موضح في الشكل الاتي:



شكل (2) يوضح اختبار التغلب على مصيدة التسلل في اللعب الهجومي

1-4-2 التجربة الاستطلاعية

ان القيام بإجراء التجربة هو لاطلاع الباحث على قدرة و صلاحية ما يساعده في اجراء تجربته من فريق عمل مساعد واجهزة و ادوات، و اختباره التي سوف يستخدمها في البحث، وانها تكون تجربة او اختبار مصغر تمهيداً لاختبار اكبر . اذ أجرى الباحثون تجربته الاستطلاعية قبل ان يقوم الباحث في الاختبار القبلي في بحثه للوقوف على المعوقات التي يمكن ان تواجهه .

1-4-3 الاختبارات القبليّة :

قبل تنفيذ الوحدات التعليمية على وفق استراتيجية التعارض المعرفي تم تطبيق الاختبارات القبليّة على افراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية والخاصة باختبارات مواقف الابداع والتغلب على مصيدة التسلل بكرة القدم في يوم الاربعاء الموافق 2021\12\1 في ملعب الشباب الرياضي ، وقد حرص الباحث على تثبيت الاوقات والظروف الخاصة بالاختبارات كالزمان والمكان وطريقة الاختبار وافراد فريق العمل المساعد كل وموقعه من اجل العمل قدر الامكان على خلق الاجواء والظروف نفسها عند قيامنا بالاختبارات البعيدة .

1-4-4 صياغة وتنفيذ الوحدات التعليمية على وفق استراتيجية التعارض المعرفي

بعد اطلاع الباحث على العديد من المصادر العلمية واجراء المقابلات الشخصية مع الاساتذة المختصين بطرائق التدريس وكرة القدم والقياس والتقويم ، والمراجعة للبحوث والدراسات المنجزة التي اعتمدت استراتيجية التعارض المعرفي، اعد الباحث مجموعة من التمارين التي سوف تستخدم في الوحدات التعليمية لاستراتيجية التعارض المعرفي وفق الخطوات التي قدمها (عسيري، 2015) وهي (التصورات البديلة ،الحدث المتعارض، مفهوم الهدف المراد تعلمه، الحدث الحرج، المفاهيم العلمية المرتبطة، المدعمات الادراكية)

تمثلت المرحلة الاولى:

1. تحديد التصورات البديلة للمتعلمين من خلال القيام بالتمهيد للمفهوم وطرح الاسئلة حول المواقف الهجومية.

2. الحدث المتعارض ويكون من خلال القيام بعرض مقاطع فيديو وصور حول المواقف الهجومية المرادة والقيام بطرح اسئلة تثير التعارض لدى اللاعبين.

اما المرحلة الثانية تمثلت في:

1. ايجاد الحلول للأسئلة التي طرحت حول الحدث المتناقض لتقديم التصور العلمي الصحيح.
2. التأكيد على التصور الصحيح من خلال قيام المدرب بشرح المواقف الهجومية بشكل صحيح.
3. تقديم المفاهيم المرتبطة.

اما المرحلة الثالثة فقد تمثلت في:

مجموعة من التمرينات المتنوعة تحتوي على كل ما يدعم العمليات الحسية الادراكية وتوظيف الاستراتيجية في الوحدات التعليمية التي اعدت بما يتلائم وقدرة اللاعبين في المجموعة، اضافة الى ملائمة اعداد الوحدات للمواقف الهجومية، كذلك تقسيم زمن الوحدة التعليمية والافاق المخصصة لكل تمرين .

- تنفيذ الوحدات التعليمية وفق استراتيجية التعارض المعرفي

- طبق الباحث الوحدات التعليمية لاستراتيجية التعارض المعرفي على لاعبين المجموعة التجريبية في يوم الجمعة الموافق 2021\12\10 وانتهى زمن تنفيذ الوحدات التعليمية في يوم الخميس الموافق 2022\2\10 , في حين ان المجموعة الضابطة استخدمت المنهج المتبع من قبل المدربين

1-4-5 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية المعدة وفق استراتيجية التعارض المعرفي تم القيام بإجراء الاختبارات البعدية في يوم الاثنين الموافق 2022\2\14 على لاعبي مجموعتي البحث التجريبية والضابطة والتي شملت مواقف الابداع والتغلب على مصيدة التسلل بكرة القدم وبأشراف مباشر من قبل الباحث وبنفس ظروف ومواصفات وشروط الاختبارات القبلية، ولغرض الحصول على نتائج اكثر دقة .

1-5 الوسائل الاحصائية

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS .

2- عرض النتائج ومناقشتها :-

- 1-2 عرض نتائج اختبارات موقف الابداع والتغلب على مصيدة التسلل لفعالية كرة القدم ومناقشتها:-
- 1-1-2 عرض نتائج اختبارات موقف الابداع والتغلب على مصيدة التسلل للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي :-

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث

نوع الدلالة	قيمة Sig	قيمة T المحسوبة	بُعدي		قُبلي		المواقف الهجومية
			±ع	-س	±ع	-س	
معنوي	0,000	5.551	0,91687	3,9286	1,18831	2,7857	الموهبة والابداع
معنوي	0,000	5.551	0,61573	2,9286	0,69929	1,7857	التغلب على مصيدة التسلل

من خلال الجدول (3) تبين الآتي:

الابداع والموهبة : بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبارات القبلية (2,7857) وبانحراف معياري (1,18831)، وفي الاختبارات البعدية بلغت قيمة الوسط الحسابي (3,9286) وبانحراف معياري (0,91687). وكانت قيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبُعدي تساوي (5,551) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (13) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذو دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبُعدي ولصالح الاختبار البُعدي .

التغلب على مصيدة التسلل : بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبارات القبلية (1,7857) وبانحراف معياري (0,69929)، وفي الاختبارات البعدية بلغت قيمة الوسط الحسابي (2,9286) وبانحراف معياري (0,61573). وكانت قيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبُعدي تساوي (5,551) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (13) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذو دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبُعدي ولصالح الاختبار البُعدي .

2-1-2 عرض نتائج اختبارات موقفي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل لفعالية كرة القدم بين المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبُعدي :-

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لمتغيرات الدراسة

نوع الدلالة	قيمة Sig	قيمة T المحسوبة	بُعدي		قُبلي		المواقف الهجومية
			±ع	-س	±ع	-س	
معنوي	0.000	12,622	1,23146	6,1429	1,13873	2,7143	الموهبة والابداع

التغلب على مصيصة التسلسل	1,7143	0,72627	4,5000	0,94054	9,292	0.000	معنوي
-----------------------------	--------	---------	--------	---------	-------	-------	-------

من خلال الجدول (4) تبين الآتي:

الابداع والموهبة : بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبارات القبليّة (2,7143) وبانحراف معياري (1,13873)، وفي الاختبارات البعديّة بلغت قيمة الوسط الحسابي (6,1429) وبانحراف معياري (1,23146). وكانت قيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي تساوي (12,622) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (13) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذو دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، ومن خلال ما تقدم من النتائج يتضح لنا التأثير الإيجابي لاستراتيجية التعارض المعرفي التي استخدمها الباحث للمجموعة التجريبية ، والتي كان لها الدور في هذه الفروقات المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للموهبة والابداع.

التغلب على مصيصة التسلسل : بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبارات القبليّة (1,7143) وبانحراف معياري (0,72627)، وفي الاختبارات البعديّة بلغت قيمة الوسط الحسابي (4,5000) وبانحراف معياري (0,94054). وكانت قيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي تساوي (9,292) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (13) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذو دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، ومن خلال ما تقدم من النتائج يتضح لنا التأثير الإيجابي لاستراتيجية التعارض المعرفي التي استخدمها الباحث للمجموعة التجريبية ، والتي كان لها الدور في هذه الفروقات المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للتغلب على مصيصة التسلسل .

2-2-3 عرض نتائج الاختبارات البعديّة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات موقفي الابداع والتغلب على مصيصة التسلسل بكرة القدم :

الجدول (5)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للاختبارات المدروسة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بالاختبارات البعديّة

نوع الدلالة	قيمة t المحسوبة	التجريبية		الضابطة		المواقف الهجومية
		±ع	-س	±ع	-س	
معنوي	5,005-	0,42798	2,8336	0,53086	1,9214	الموهبة والابداع
معنوي	7,327-	0,31281	2,8571	0,19457	2,1357	التغلب على مصيصة التسلسل
عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (26)						

من خلال الجدول (5) تبين الآتي:

- الابداع والموهبة : بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية (3,9286) وبانحراف معياري (0,91687), في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية (6,1429) وبانحراف معياري (1,23146) و كانت قيمة (T) المحسوبة للاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية تساوي (5,396) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (26) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ومن خلال ما تقدم من النتائج يتضح لنا التأثير الإيجابي لاستراتيجية التعارض المعرفي التي استخدمها الباحث للمجموعة التجريبية ، والتي كان لها الدور في هذه الفروقات المعنوية بين الاختبارين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح المجموعة التجريبية للإبداع والموهبة.

- التغلب على مصيدة التسلسل : بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية (2,9286) وبانحراف معياري (0,61573), في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية (4,5000) وبانحراف معياري (0,94054) و كانت قيمة (T) المحسوبة للاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية تساوي (5,230) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (26) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ومن خلال ما تقدم من النتائج يتضح لنا التأثير الإيجابي لاستراتيجية التعارض المعرفي التي استخدمها الباحث للمجموعة التجريبية ، والتي كان لها الدور في هذه الفروقات المعنوية بين الاختبارين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح المجموعة التجريبية .

2-5 مناقشة النتائج :

من خلال ملاحظتنا للجدول (3, 4, 5) تبين ان نتائج الاختبارات المواقف الهجومية بكرة القدم كانت ذات فرق معنوي ذو دلالة إحصائية باحتمال خطأ (0,05) ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة , ويعزو الباحثون هذا التطور على افراد المجموعة الضابطة في اختبارهم البعدي للمنهج المستخدم من قبل المدرب اضافة الى تفهم اللاعبين الواجبات المعطاة اليهم وتحليلهم في الالتزام والانضباط وانسجامهم لموقفي الابداع والتغلب على مصيدة التسلسل .

اما بالنسبة للمجموعة التجريبية فقد اظهرت النتائج ان هنالك فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية , ويعزو الباحث هذا التطور الى استخدام الوحدات التعليمية بالشكل السليم حسب مراحل الاستراتيجية واحتواها على تمارين اختيرت بصوره علميه وبتكرارات صحيحة ومنسجمة مع قابليات اللاعبين كذلك الالتزام بالأهداف لعمل الاستراتيجية وهذا ما اكد عليه (فؤاد سليمان قلادة , 1989) " ان الاهداف الواضحة والمحددة صورها سلوكيا او ادائها بمستوى معين فأنها تكون ذات فعالية جيدة و ملحوظة " (1)

كما يعزو الباحث اسباب التطور لأفراد المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي الى طبيعة استراتيجية التعارض المعرفي ومراحلها التي استخدمت في البحث حيث تضمنت كل مرحله من مراحلها مجموعه من الخطوات ساعدت اللاعبين على تعديل المعرفة والمعلومات السابقة لديهم من خلال البحث عن حل للتعارض وإدراكه , حيث اطلعوا في كل مرحله على معلومات معينه لكي يتمكنوا من فهم وإدراك اوسع وافضل من معلوماتهم وإدراكهم

السابق وان " التعلم يبني بصوره تلقائيه اي ان عملية التعلم عملية مستمرة تتصف بالابتكار حيث يقوم اللاعب بترتيب مفاهيم بشكل اوسع لما كانت عليه وكل ما اكتسب خبره جديده حيث تظهر اهميه ربط المعارف العلمية السابقة بالمعارف الجديدة لكي يتمكن من تكوين المفاهيم بصوره دقيقه وبالتالي يحدث تطورا ذي معنى "(2)

3- الاستنتاجات والتوصيات

3-1 الاستنتاجات

- 1- ان استراتيجية التعارض المعرفي والاستراتيجية المتبعة من قبل المدرب كانت لهما فاعلية واضحة في زيادة قدرة اللاعبين في تطوير اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل للاعبي كرة القدم.
- 2- ان استراتيجية التعارض المعرفي أظهرت تطورا واضحا وكبيرا لأفراد المجموعة التجريبية اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل للاعبي كرة القدم.

3-2 التوصيات

- في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثون يوصون بما يأتي:
- 1- تفعيل استخدام استراتيجية التعارض المعرفي في تطوير اداء موقعي الابداع والتغلب على مصيدة التسلل للاعبي كرة القدم .
 - 2- ضرورة توفير الأجهزة والأدوات والأنشطة والوسائل الكافية والملائمة لتحقيق الأهداف التعليمية الخاصة لفعالية كرة القدم.
 - 3- إجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة تتضمن متغيرات أخرى لم يتم تناولها في هذه الدراسة او مع عينات اخرى كأن تكون من الاناث ومقارنة نتائجهم مع نتائج البحث الحالي.

(1) فؤاد سليمان قلادة : الاهداف التربوية وتدریس المناهج , الاسكندرية , دار المطبوعات الجديدة , 1989 , ص 177 .

(2) فؤاد سليمان قلادة : نفس المصدر السابق , ص 259 .

سلوك المواطنة التنظيمية وعلاقته بالانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي والمدرسي

ميثم جهاد فهد

أ. د. خالد اسود لاikh

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى التعرف على علاقة سلوك المواطنة التنظيمية بالانتماء الوظيفي ، اما مجتمع البحث فاشتمل على المشرفين الفنيين في أقسام النشاط الرياضي (تخصص التربية الرياضية) في المنطقتين الوسطى والجنوبية ، والبالغ عددهم (115) مشرفا وقد شكلت نسبتهم 100% من مجتمع البحث الكلي، اما اجراءات الدراسة فقد استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته مع طبيعة البحث، إذ وزّع الباحث مقياسي الدراسة بعد اجراء التعديلات المقترحة من قبل المختصين على عينه البناء والاعداد البالغ عددها (100) مشرفا فنييا والتي شكلت نسبتهم 86.91 % من مجتمع البحث الكلي، وبعد جمع النتائج واجراء المعالجات الاحصائية الخاصة بالمقياسين . استنتج الباحث تمتع المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي للمنطقتين الوسطى والجنوبية بـ (سلوك المواطنة التنظيمية) و (الانتماء الوظيفي). واوصت الدراسة بزيادة الاهتمام بتنظيم برامج ودورات متخصصة في مجال (سلوك المواطنة التنظيمية) وضرورة تزويد اقسام النشاط الرياضي بالمزايا والحوافز للمشرفين الفنيين ذوي الأداء المتميز.

Abstract

Organizational citizenship behavior and its relationship to job affiliation among technical supervisors in sports and school activities departments

By

Maitham Jihad Fahd

Prof. Dr. Khaled Aswad Laikh

The study aimed to identify the relationship of organizational citizenship behavior with job affiliation among technical supervisors in sports and school activities departments. For the research population, it included the technical supervisors in the sports activity departments (specializing in physical education) in the central and southern regions, (115) supervisors, and their percentage constituted 100% of the total research population. The study procedures, the researcher used the descriptive approach in the survey and relations style for its relevance with the nature of the research, as the researchers distributed the two scales of the study

after making the proposed modifications by specialists to the sample of construction and numbers of (100) technical supervisors, which constituted 86.91% of the total research community, and after collecting Results and statistical treatments for the two scales. The researcher concluded that the technical supervisors in the sports activity departments of the central and southern regions enjoy (organizational citizenship behavior) and (job affiliation). The study recommended increasing interest in organizing specialized programs and courses in the field of (organizational citizenship behavior) and the need to provide sports activity departments with benefits and incentives for technical supervisors with outstanding performance.

1-التعريف بالبحث

1-1المقدمة وأهمية البحث:

الإدارة بشكل عام هي حجر الزاوية في كل عمل يقوم على أسس علمية صحيحة وفعالة تعتمد على الأساليب الإدارية الحديثة التي تضمن تقديم الخدمات العامة في أقصر وقت وبأقل تكلفة ممكنة، ومن الاتجاهات الحديثة في الإدارة الرياضية الاهتمام بسلوك المواطنة التنظيمية ، خاصة وأن المؤسسات التعليمية الرياضية تعيش في واقع متسارع متغير في ظل المنافسة القوية. لذلك ، كان من الضروري للمؤسسات التعليمية الرياضية ، بما في ذلك تلك المؤسسات التي تهدف إلى البقاء والتفوق في مجال عملها، البحث عن السلوكيات المميزة التي تتجاوز الأطر الرسمية والقفز فوق الروتين في الأداء والواجبات ، كما يعتبر الانتماء الوظيفي عنصراً حيوياً في تحقيق الأهداف التنظيمية وتعزيز الاستقرار والثقة بين إدارة القسم والمشرفين الفنيين ، والمساهمة في تطوير قدرات قسم النشاط الرياضي ومساعدته على البقاء والاستمرار.

1-2مشكلة البحث:

حدد الباحث مشكلة بحثة بالتساؤل التالي .

- هل يمكن التعرف على علاقة سلوك المواطنة التنظيمية بالانتماء الوظيفي بين المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي والمدرسي في المنطقتين الوسطى والجنوبية.

1-3اهداف البحث:

1- بناء مقياس سلوك مواطنة التنظيمية لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي في المنطقتين الوسطى والجنوبية .

2- اعداد مقياس الانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي في المنطقتين الوسطى والجنوبية .

2- معرفة العلاقات الارتباطية بين سلوك المواطنة التنظيمية والانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي في المنطقتين الوسطى والجنوبية .

1-4مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري : المشرفون الفنيون في أقسام النشاط الرياضي والمدرسي (تخصص التربية الرياضية) في المنطقتين الوسطى والجنوبية للموسم الدراسي الرياضي 2021 - 2022.

1-5-2 المجال الزماني : للفترة من (20 / 12 / 2021) ولغاية (10 / 5 / 2022).

1-4-3 المجال المكاني : اقسام النشاط الرياضي والمدرسي في المنطقتين الوسطى والجنوبية .

3 - منهجية البحث و إجراءاته الميدانية:

3 - 1 منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأساليب المسحية والعلاقات الارتباطية.

3 - 2 مجتمع البحث و عينته:

3-2-1مجتمع البحث:

يضم مجتمع البحث المشرفين فنيين في أقسام النشاط الرياضي بالمنطقة الوسطى والجنوبية ، وعددهم (115) مشرفاً فنياً ، للعام الدراسي الرياضي (2021-2022 م) ، وقد اختارهم الباحث بالطريقة العمدية .

3-2-2 عينات البحث: قسمت عينة البحث على ما يأتي :

1-عينة التجربة الاستطلاعية:

تكونت عينة التجربة الاستطلاعية من (15) مشرفاً فنياً رياضياً من قسمي النشاط الرياضي والمدرسي (المثنى والقادسية) حيث بلغت نسبتهم (13.3%) واختيروا بالطريقة العمدية.

2- عينة البناء والاعداد:

اشتملت عينة البناء على (100) مشرفاً فنياً رياضياً من مجتمع البحث حيث بلغت نسبتهم (86.91%).

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعيناته والنسب المئوية

ت	المعالم الاحصائية المحافظة	المجتمع	العينة		
			التجربة الاستطلاعية	النسبة المئوية	البناء والاعداد
1	المثنى	9	6	5.21%	3
2	بابل	16	/	/	16
3	ميسان	9	/	/	9
4	ذي قار	10	/	/	10
5	نجف	14	/	/	14
6	كربلاء	10	/	/	10

7	القادسية	15	9	%7.82	6	%5.21
8	البصرة	12	/	/	12	% 10.43
9	واسط	20	/	/	20	%17.39
المجموع		115	15	% 13.03	100	%86.91

3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث: ولكي يستكمل الباحث بحثه على أكمل وجه ، يجب عليه استخدام الأدوات والوسائل التي تساعد على إكمال عمله. حيث يتم تحديد الأداة المناسبة في ضوء فرضيات البحث وأهدافه والأسئلة التي يسعى للإجابة عليها ، والأدوات هي الوسائل التي يستخدمها الباحث في الحصول على المعلومات(6:2011).

وهذه الوسائل والادوات هي :

1- وسائل جمع المعلومات: وتتضمن:

✓ المصادر والمراجع العربية و الأجنبية.

✓ شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

✓ استمارة جمع وتفرغ البيانات.

2- الأدوات البحث العلمي :

✓ الملاحظة

✓ المقاييس المستخدمة من قبل الباحث

✓ فريق العمل المساعد

✓ أستبانه لإستطلاع آراء الخبراء .

3-الأجهزة المستخدمة:

✓ جهاز حاسوب (لابتوب) (نوع acer) عدد (1).

✓ حاسبة الكترونية يدوية نوع (Sony) عدد (1).

✓ قرطاسية وأدوات مكتبية (أوراق وأقلام) .

3-4 إجراءات البحث الميدانية :

3-4-1 تحديد مجالات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية :

وبعد الاطلاع على الأدبيات والمراجع ذات الصلة بسلوك المواطنة التنظيمية ، تبنى الباحث المجالات الخمسة (5) لسلوك المواطنة التنظيمية وهي (الاثار ، والكياسة ، والسلوك الحضاري ، والوعي الضمير ، والروح الرياضية) ، وللتعرف على مدى صحة تلك المجالات ، تم عرضها على مجموعة من (17) مختص. في مجال (الإدارة الرياضية). ضمن الاستبيان ، يعد الاستبيان أداة لجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بموضوع بحث معين من

خلال نموذج يملأه المستجيب (4:2005). وطلب من المختصين إبداء رأيهم في صلاحية المجالات لقياس سلوك المواطنة التنظيمية للمشرفين الفنيين الرياضيين. وبعد جمع البيانات تم استخدام اختبار (كا²) لقبول مجالات المقياس فقد تم قبول المجالات التي حصلت على قيمة (كا²) أكبر من القيمة الجدولية والبالغة (3.84) عند درجة حرية (1) ومستوى الدلالة (0.05) حيث تم قبول أربع مجالات مع استبعاد مجال (الروح الرياضية) في مقياس سلوك المواطنة التنظيمية وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين قيم (كا²) المحسوبة لآراء السادة المتخصصين حول مجالات سلوك المواطنة التنظيمية

ت	المحاور	الاستجابة		كا ² المحسوبة	قبول الترشيح	
		موافق	غير موافق		نعم	كلا
1	الإثار	16	1	13.23	√	
2	الكياسة	15	2	9.94	√	
3	السلوك الحضاري	16	1	13.23	√	
4	وعي الضمير	14	3	7.11	√	
5	الروح الرياضية	10	7	0.52		√

3-4-2 اعداد الصيغة الأولية لفقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية :

من أجل إعداد الصيغة الأولية لمقياسي سلوك المواطنة التنظيمية تم اتباع ما يأتي:

3-4-2-1 جمع وإعداد فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية:

من أجل جمع عدد مناسب من الفقرات المعنية بقياس مجالات سلوك المواطنة التنظيمية ، سعى الباحث إلى مراجعة المصادر والمؤلفات والدراسات المتعلقة بالمقاييس ذات الصلة.

3-4-2-2 تحديد أسلوب بدائل فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية:

تم الاعتماد على طريقة ليكرت المطورة في صياغة البدائل فقرات المقياس ، والتي تشبه طريقة الاختيار من متعدد ، وهي إحدى الطرق الشائعة في القياس والبحث، إذ يقدم للعينة مجموعة أسئلة ويطلب منه تحديد إجابته باختيار بديل من عدة بدائل لها أوزان مختلفة (3:2004) ، وعليه راعى الباحث الجوانب الاتية عند الصياغة فقرات المقياس:

- ان يكون للفقرة معنى واحد محدد.
- ان تكون الفقرات واضحة من حيث المعنى ومفهومة الكلمات.
- وتتضمن بدائل الإجابة لكل فقرة خمسة بدائل للإجابة لكل من المقياسين إذ أعطيت للبديل اتفاق بشدة وزن (5) اتفاق (4) محايد (3) لا اتفاق (2) لا اتفاق بشدة (1).

3-4-2-3 تحديد أسلوب صياغة فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية:

بعد الاطلاع على المصادر ذات العلاقة لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية ومجالاتها تم صياغة (41) فقرة موزعة على (4) مجالات ، وحسب أهميتها النسبية، ويوضح الباحث في ادناه كيفية حساب عدد فقرات كل مجال في ضوء أهميتها النسبية(2:2021):

1- حساب النسبة المئوية للأهمية النسبية .

اولا: مقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

$$1- \text{ حساب النسبة المئوية للأهمية النسبية} = \frac{\text{الأهمية النسبية للمجال}}{\text{مجموع الأهمية النسبية للمجالات المعتمدة}} \times 100\%$$

مجموع الأهمية النسبية للمجالات المعتمدة = الأهمية النسبية للمجال الأول + الثاني + الثالث + الرابع =

$$361.174 = 91.176 + 92.352 + 93.529 + 84.117$$

$$\text{النسبة المئوية للأهمية النسبية لمجال الإثار} = \frac{84.117}{361.174} \times 100\% = 23.29\%$$

$$\text{النسبة المئوية للأهمية النسبية لمجال الكياسة} = 25.90\%$$

$$\text{النسبة المئوية للأهمية النسبية لمجال السلوك الحضاري} = 25.56\%$$

$$\text{النسبة المئوية للأهمية النسبية لمجال وعي الضمير} = 25.24\%$$

2- حساب عدد فقرات كل مجال :

اولا: مقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

$$\text{حساب عدد فقرات كل مجال} = \frac{\text{النسبة المئوية للأهمية النسبية} \times \text{عدد الفقرات الكلية}}{100}$$

$$\text{عدد فقرات مجال الإثار} = \frac{41 \times 23.29}{100} \approx 9.54$$

$$\text{عدد فقرات مجال الكياسة} = \frac{41 \times 25.90}{100} \approx 10.61$$

$$\text{عدد فقرات مجال السلوك الحضاري} = \frac{41 \times 25.56}{100} \approx 10.47$$

$$\text{عدد فقرات مجال وعي الضمير} = \frac{41 \times 25.24}{100} \approx 10.34$$

جدول (3)

يبين النسبة المئوية للأهمية النسبية لكل مجال وعدد فقراته لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية

ت	اسم المجال	النسبة المئوية للأهمية النسبية	عدد الفقرات
1	الإثار	23.29%	10
2	الكياسة	25.90%	11
3	السلوك الحضاري	25.56%	10
4	وعي الضمير	25.24%	10
	المجموع	100%	41

3-4-2-4 صلاحية الفقرات من الناحية اللغوية لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

بعد أن انتهى الباحث من صياغة فقرات مقياسي سلوك المواطنة التنظيمية ، تم عرضها على متخصص في اللغة العربية لتكون سليمة وخالية من الأخطاء اللغوية ، وأخذت الملاحظات بعين الاعتبار .

3-4-2-5 تحديد صلاحية فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

لبيان صلاحية الفقرات تم عرضها على السادة المختصين في الادارة الرياضية ، ، والجدول (4) .

جدول (4)

يُبين آراء المتخصصين في فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية وقيم (كا²) المحسوبة والجدولية

ت	المجال	عدد الفقرات	أرقام الفقرات في المقياس	عدد الخبراء		قيمة كا ²		الدلالة الإحصائية
				موافقون	غير موافقون	المحسوبة	الجدولية	
1	الإثاّر	10	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10	16	1	13.23	3.84	معنوي
2	الكياسة	11	1,2,3,4,5,6,7,8,10,11	17	0	17		معنوي
			9	11	6	1.47		غير معنوي
3	السلوك الحضاري	10	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10	14	3	7.11		معنوي
4	وعي الضمير	10	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10	15	2	9.94		معنوي
5	المجموع	40						

3-4-2-6 إعداد تعليمات الإجابة عن مقياسي سلوك المواطنة التنظيمية.

حرص الباحث في إعداده للتعليمات مراعاة ما يأتي.

- أن تقرأ كل عبارة بدقة , ليتضح مضمونها قبل الإجابة عنها .
- اختيار بديل واحد لكل عبارة .
- إخفاء الغرض من المقياس وذلك من أجل الحصول على بيانات صادقة إذ ان التسمية الصريحة للمقياس يمكن ان تدفع المستجيب إلى تزيف الإجابة(5:2010).
- أن تكون الإجابة عن جميع عبارات المقياس ولا يجوز ترك عبارة.

3-4-2-7 التجربة الاستطلاعية لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

طبق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (15) مشرفاً فنياً يومي الاحد والاثنين الموافق 30-31/1/2022.

3-4-2-8 التجربة الأساسية (عينة البناء)

تمت من خلال تطبيق مقياس الدراسة على عينة البناء البالغ عددها (100) مشرفاً بهدف إجراء تحليل

إحصائي مبدئي لفقرات المقياس للفترة من 2022/2/6 ولغاية يوم 2022/2/20.

3-4-2-9 تصحيح مقياس سلوك المواطنة التنظيمية.

كانت أعلى درجة إجمالية يمكن الحصول عليها لكل فقرة (5) وأدنى درجة لكل فقرة كانت (1). ثم يتم جمع الدرجات واستخراج النتيجة الإجمالية لكل نموذج من نماذج الاستمارات ، والتي من خلالها تم تحديد درجات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية لكل مشرف فني من أفراد عينة البناء ، يتكون مقياس سلوك المواطنة من (40) فقرة ، وبالتالي يمكن الحصول على أعلى درجة (200) ، بينما أقل درجة يمكن الحصول عليها هي (40).

3-4-2-10 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية

أولاً : القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان)

الكشف عن القدرة التمييزية لفقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية ، حيث تعد هذه الطريقة من الطرق المناسبة لتمييز الفقرات ، عن طريق التحليل الإحصائي لعينة من (100) مشرف فني ، ولحساب القدرة التمييزية للفقرات ، تم اتخاذ الخطوات التالية:

1- ترتب درجات العينة من أعلى درجة إلى أدنى درجة .

2- تعيين ما نسبته 27 % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و 27 % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا " إذ أكدت أبحاث ميهرز ويلهام (1993) على أن اعتماد نسبة 27 % تعطي حجماً وتمائزاً " (4:2000) إذ إن عدد كل مجموعة هو (27) فرداً فيكون المجموع (54)

3- حساب معامل تمييز كل فقرة والبالغة (40) فقرة باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) إذ تعد القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ، ولقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لفقرات أن فقرات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية جميعها مميزة عند مستوى دلالة (0.05) .

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي

هذه الطريقة هي المؤشر الثاني الذي يوضح قدرة الفقرة على التمييز ، وتعتمد هذه الطريقة على ارتباط درجة كل فقرة من المقياس مع الدرجة الإجمالية للمقياس نفسه. يشار إلى أن هذا الإجراء يوفر لمقياس عدة مزايا وهي:

- يظهر مدى ترابط فقرات المقياس في ما بينها.

- هذا الإجراء يجعل المقياس متجانساً من حيث أن كل فقرة من فقراته تقيس الصفة نفسها التي يسعى المقياس لقياسها.

وقد تم استخراج قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط بيرسون لجميع أفراد العينة البالغ عددهم (100) مشرفاً فنياً بواسطة الحقيبة الإحصائية (SPSS) .

3-4-2-11 الخصائص السايكومترية لمقياسي سلوك المواطنة التنظيمية

أولاً: الصدق

الصدق يعني "أن الاختبار يقيس ما تم وضعه من أجله ، أي أن الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يدعي قياسها ولا يقيس أي شيء آخر بدلاً من الاختبار أو بالإضافة إليه". (2-2021)

1- صدق المحتوى: تحقق الباحث على هذا الصدق عندما عُرض مقياس سلوك المواطنة التنظيمية بمجالاته وفقراته على مجموعة من المختصين لإقرار صلاحية كل فقرة من الفقرات .

2- الصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي)

وقد تحقق هذه الصدق في مقياسي سلوك المواطنة التنظيمية من خلال التحليل الإحصائي لفقرات المقياس ، من خلال إيجاد معاملات التمييز من قبل المجموعتين ، والاعتماد عليها للحفاظ على الفقرات بتمييز مقبول ، و عن طريق استخراج معامل الالتساق الداخلي.

ثانياً: الثبات: وتم حساب الثبات بما يأتي

1- طريقة التجزئة النصفية

اذ قسم فقرات المقياس على نصفين فقرات فردية واخرى زوجية وبما ان فقرات سلوك المواطنة التنظيمية (40) فسوف نحصل على (20) فقرة زوجية و(20) فقرة فردية، وتم استخراج معامل الارتباط بين مجموع الدرجات باستعمال طريقة بيرسون اذ بلغ معامل الارتباط سلوك المواطنة التنظيمية (0,778)، وحيث ان معامل الارتباط يعني الثبات لنصف الاختبار ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار قام الباحث بتطبيق معادلة سبيرمان - براون ، وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار سلوك المواطنة التنظيمية (0,855) وهو مؤشر ثبات عال والجدول (7) يبين ذلك.

2- معامل (ألفا كرونباخ)

تعتمد هذه الطريقة على مدى ارتباط الفقرات مع بعضها البعض داخل المقياس وكذلك ارتباط كل فقرة مع المقياس ككل ، إذ أن معدل مفردات الارتباط الداخلي بين الفقرات هو الذي يحدد معامل ألفا كرونباخ ، وطبقت معادلة الفا كرونباخ على أفراد عينة البناء البالغة (100) مشرف فني باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) وتم استخراج معامل الثبات للمقياس والجدول (5) يبين ذلك.

الجدول (5)

يبين قيم التجزئة النصفية (معامل الارتباط- معادلة سبيرمان براون) ومعادلة الفا كرونباخ لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية

المقياس	التجزئة النصفية		معامل
	معامل الارتباط	معادلة سبيرمان وبراون	
سلوك المواطنة التنظيمية	0,878	0,855	0,760

3-4-3 إجراءات إعداد مقياس الانتماء الوظيفي

تماشياً مع أهداف البحث وبعد الإطلاع على الدراسات والأبحاث المماثلة اعتمدت الباحثة مقياس الانتماء الوظيفي الذي أعده (ياسمينه صالحي) (9-2015) يتكون المقياس من (17) فقرة ، وكانت بدائل الإجابة خمسة (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً). أجرى الباحث بعض التعديلات بما يتناسب مع طبيعة ومستوى عينة البحث.

3-4-3-1 تحديد صلاحية فقرات مقياس الانتماء الوظيفي

لغرض التعرف على صحة فقرات مقياس الانتماء الوظيفي المعدل قدم الباحث المقياس المعدل مع المقياس الأصلي لمجموعة من (17) متخصصاً وبعد تفريغ جميع البيانات التي تم الحصول عليها. من الاستمارات ومعالجتها إحصائياً بواسطة اختبار (كا²) ومقارنة القيمة المحسوبة مع القيمة الجدولية (3.84) عند درجة الحرية (1) ومستوى الدلالة (0.05) تم استبعاد (3) فقرات لكون قيمتها المحسوبة (كا²) اقل من القيمة الجدولية المقابلة لها والجدول (6) يبين ذلك.

الجدول (6)

يبين آراء المتخصصين في فقرات مقياس الانتماء الوظيفي

ت	أرقام الفقرات في المقياس	عدد الفقرات	عدد المتخصصين ونسبهم المئوية		قيمة (كا ²) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			موافقون	غير موافقون		
1	1-2-3-4-5-6-7-8-9-11-13-14-15-17	14	17	0	17	معنوي
2	10-12-16	3	11	6	1.47	غير معنوي

3-4-3-2 اعداد تعليمات مقياس الانتماء الوظيفي

1. عدم ذكر الاسم .
2. أرجو عدم ترك أي فقرة بلا إجابة .
3. ضرورة الإجابة بصراحة وبدقة .
4. عدم الاستعانة بزميل آخر للإجابة .

3-4-3-3 التجربة الاستطلاعية لمقياس الانتماء الوظيفي:

طبق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (15) مشرفاً فنياً يوم الاحد والاثنين الموافق 30-2022/1/31.

3-4-3-4 تطبيق مقياس الانتماء الوظيفي على عينة الإعداد :

طبق مقياس الدراسة على عينة الاعداد البالغ عددها (100) مشرفا بهدف إجراء تحليل إحصائي مبدئي لفقرات المقياس للفترة من 2022/2/6 ولغاية يوم 2022/2/20.

3-4-3-5 تصحيح مقياس الانتماء الوظيفي:

يحتوي المقياس على (14) فقرة ، أما بدائل الإجابة فتمثلت في (5) بدائل هي على التوالي (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً). بحيث تختلف عملية التصحيح ، وبهذا فان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (70) وأدنى درجة تحصل عليها (14) .

3-4-3-6 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الانتماء الوظيفي:

3-4-3-6-1 القدرة التمييزية (المجموعتين الطرفيتين) لمقياس الانتماء الوظيفي:

تم التحقق من قدرة الفقرة على التمييز باستخدام المجموعتين الطرفيتين من خلال نتائج استمارات عينة الإعداد البالغه (100) استمارة، اذ اتبع الباحث الخطوات نفسها في مقياس سلوك المواطنة التنظيمية .

3-4-3-6-2 الاتساق الداخلي لمقياس الانتماء الوظيفي:

تم التأكد من الاتساق الداخلي من خلال حساب علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس أذ تم استخدام معامل ارتباط بيرسون .

3-4-3-7 الخصائص السايكومترية لمقياس الانتماء الوظيفي :

1- صدق مقياس الانتماء الوظيفي:

أ- صدق المحتوى: استخدم الباحث هذا النوع من الصدق عندما اخذ آراء المختصين في مدى صلاحية فقرات مقياس الانتماء الوظيفي.

ب- صدق التكوين الفرضي: تحقق هذا النوع من الصدق من خلال اعتماد أسلوبين هما المجموعتان الطرفيتان والاتساق الداخلي بالنسبة لمقياس الانتماء الوظيفي.

2- ثبات مقياس الانتماء الوظيفي:

أ- التجزئة النصفية: تعتمد هذه الطريقة على تجزئة المقياس بعد تطبيقه على مجموعة معينة الى جزأين متساويين وحساب معامل الارتباط بين هذين الجزأين اذ قسم فقرات المقياس على نصفين فقرات فردية واخرى زوجية وبما ان فقرات الانتماء الوظيفي (14) وبهذا يكون لدينا (7) فقرات زوجية و (7) فقرات فردية , وتم استخراج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين باستعمال طريقة بيرسون بواسطة الحقيبة الاحصائية (spss) اذ بلغ معامل الارتباط (0,690) وحيث ان معامل الارتباط المستخرج يعني الثبات لنصف الاختبار فقط ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار قام الباحث بتطبيق معادلة سبيرمان - براون , وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار (0,846) وهو مؤشر ثبات عال والجدول (7) يبين ذلك.

ب- معامل الفاكرونباخ: قيمة معامل الثبات للمقياس تساوي (0,790) وهي مؤشر عال لثبات المقياس والجدول (7) يبين ذلك .

الجدول (7)

يبين قيم التجزئة النصفية (معامل الارتباط- معادلة سبيرمان براون) ومعادلة الفا كرونباخ لمقياس الانتماء الوظيفي

المقياس	التجزئة النصفية		معامل
	معامل الارتباط	معادلة سبيرمان وبراون	
الانتماء الوظيفي	0,690	0,846	0,790

3-4-3-8 تطبيق المقاييس على عينة التطبيق

بعد الانتهاء من بناء مقياس سلوك المواطنة التنظيمية ، و إعداد مقياس الانتماء الوظيفي في الشكل النهائي تم تطبيق المقاييس على عينة تطبيقية قوامها (100) مشرف فني لـ الفترة من 2022/3/15 إلى 2022/4/10 من قبل الباحث وفريق العمل المساعد ، وتم جمع نتائجها باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss) .

3-4-3-9 الوسائل الإحصائية والمعادلات المستعملة في البحث:

استعان الباحث بالحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات ولحصول على النتائج

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها.

4-1 عرض نتائج مقياس سلوك المواطنة التنظيمية ومناقشتها : لغرض تحقيق هذا الهدف تم تطبيق المقياس على عينة البحث البالغة عددهم (100) مشرفا فنيا ، وكانت النتائج كالاتي:

جدول (8)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (T) ومستوى الدلالة لمقياس سلوك المواطنة التنظيمية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		Sig	الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية		
المقياس ككل	196.950	2.350	120	99	327.440	1.984	0.000	معنوي

وبين الجدول (8) درجات مقياس سلوك المواطنة التنظيمية لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي والمدرسي في المنطقتين الوسطى والجنوبية ككل ، بمتوسط حسابي (196.950) وانحراف معياري (2.350) وعند مقارنة متوسط درجات عينة البحث للمقياس بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغة (120) درجة ، تبين أن متوسط درجات المقياس أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس ، وهذا يعني ان العينة تتمتع بسلوك المواطنة التنظيمية ، ولغرض الوقوف على الدلالة الاحصائية للفروق تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (327.440) وهي معنوية لكون قيمة (sig) البالغة (٠,٠٠) ، وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (99) . ويتبين من خلال مقياس سلوك المواطنة التنظيمية ككل ان المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي والمدرسي في المنطقتين الوسطى والجنوبية ككل لديهم سلوك المواطنة التنظيمية ، ويعزو الباحث ذلك إلى أن سلوك المواطنة التنظيمية الذي يتبعه المشرفين الفنيين في اقسام النشاط

الرياضي يرجع إلى مجموعة أسباب منها إيمانهم بأهمية العمل داخل القسم حيث يشعرون بالمسؤولية الاجتماعية والاخلاقية نحو الزملاء والطلبة والمجتمع وما تمنحهم من مكانة اجتماعية طيبة فيتبنى سلوك المواطنة بضمير واع، وسلوك حضاري يدفعهم لممارسة أعمالهم داخل القسم بدقة وصدق وأمانة.

4-2 عرض نتائج مقياس الانتماء الوظيفي ومناقشتها :

لغرض تحقيق هذا الهدف تم تطبيق المقياس على عينة البحث البالغة عددهم (100) مشرفاً فنياً، وكانت النتائج كالآتي:

جدول (9)

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		Sig	الدالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية		
الدرجة الكلية للمقياس	67.020	3.005	42	99	83.262	1.984	0.000	معنوي

تُبين نتائج الجدول (9) الدرجة الكلية لمقياس الانتماء الوظيفي ، وهو مقياس ذات كفاءة ؛ لان الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي ومستوى الدلالة (0.00) وهو اصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الوسطين ولصالح الوسط الحسابي للعينة مما يدل على ان المشرفين الفنيين لديهم انتماء وظيفي ؛ يعزو الباحث هذه النتيجة إلى توافر المناخ المناسب داخل القسم ، مما يترتب عليه زيادة الرضا والروح المعنوية لدى المشرفين ، فالجوانب القيادية الممارسة في اقسام النشاط الرياضي تركز على الجوانب الديمقراطية ، ، ومراعاة الظروف لجميع المشرفين الفنيين ، وهذا كله ساهم في زيادة الانتماء الوظيفي لديهم، وهذا يتفق مع ما تم ذكره بان الانتماء الوظيفي " عبارة عن الانسجام والتوافق الايجابي المتكون عند الموظف اتجاه منظمته والالتزام بقيمتها وأهدافها والحرص على عدم تركها من خلال بذل الجهد وخلق التوافق بين اهدافه واهدافها(1-2003).

4-3 عرض نتائج العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث وتحليلها ومناقشتها:

بغية التعرف على طبيعة العلاقة بين سلوك المواطنة التنظيمية والانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي. ، قام الباحث باستخراج قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين متغيرات الدراسة والنتائج يبينها الجدول(10) .

جدول (10)

يبين العلاقات الارتباطية بين المتغيرات

المتغيرات	الإحصائيات		
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدالة الإحصائية
الانتماء الوظيفي x سلوك المواطنة التنظيمية	0.54	0.00	دالة

تبين من خلال الجدول (10) ان قيمة معامل الارتباط بين متغيرات البحث دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00) وهي اقل من مستوى دلالة (0.05) ، ومن خلال الجدول (10) نستدل على ان هنالك علاقة ارتباط بين

الانتماء الوظيفي وسلوك المواطنة التنظيمية، إذ أظهرت النتائج قيمة (ر) المحسوبة بين الانتماء الوظيفي وسلوك المواطنة التنظيمية (0.54) بمستوى دلالة (0.00) ، مما يدل على وجود علاقة ارتباط بين المتغيرين ، وفيما يخص هذه العلاقة استدلل الباحث على أن هنالك تأثير للانتماء الوظيفي على سلوك المواطنة التنظيمية فكلمما ارتفع مستوى الانتماء الوظيفي ارتفع معه مستوى سلوك المواطنة التنظيمية ، ويعزو الباحث ذلك كون الانتماء الوظيفي يشكل عاملا هاما لتعزيز سلوك المواطنة التنظيمية لدى المشرفين الفنيين ، خاصة فيما يتعلق بتعزيز جانب السلوك الطوعي والتزام المشرفين بالإجراءات التي يسطرها القسم ، وكذلك التزامهم بأداء المهام الموكلة لهم ، بالإضافة إلى تعزيز سلوك التعاون وتقديم المساعدة لزملائهم ، وهي جوانب هامة تتطلبها طبيعة عمل المشرفين الفنيين ، وبالتالي تعزيز سلوك الإخلاص للقسم ، وهذا يتفق مع ما تم ذكره حيث يسهم الانتماء الوظيفي للأفراد في تنمية سلوك الولاء والتزام الأفراد بعملهم وتنفيذه بكل دقة ، واتجاه المنظمة بتنفيذ الإجراءات التي تحكم عملهم من جهة أخرى ، بالإضافة إلى ترسيخ التزامهم اتجاه زملائهم بتنمية التعاون ومساندة بعضهم البعض وبدون مقابل(8-2010).

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات

من خلال عرض نتائج البحث توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية :

1. تمتع المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي بـ (سلوك المواطنة التنظيمية)
2. تمتع المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي بـ (الانتماء الوظيفي).
3. أظهرت النتائج وجود علاقة بين سلوك المواطنة التنظيمية والانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي.

5-2 التوصيات

يوصي الباحث بما يأتي :

- 1- الاستفادة من مقياسي سلوك المواطنة التنظيمية والانتماء الوظيفي في قياس درجة سلوك المواطنة التنظيمية والانتماء الوظيفي لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي.
- 2- زيادة الاهتمام بتنظيم برامج ودورات متخصصة في مجال (سلوك المواطنة التنظيمية) من أجل ترسيخ القيم التطوعية لدى المشرفين الفنيين في اقسام النشاط الرياضي .
- 3- ضرورة تزويد اقسام النشاط الرياضي بالمزايا والحوافز للمشرفين الفنيين ذوي الأداء المتميز ، وخلق جو من المنافسة الإيجابية بينهم لما لها من دور فعال في تعزيز مستوى (الانتماء الوظيفي) .

المصادر

- 1- انتصار سلامة : درجة الانتماء الوظيفي والرضا الوظيفي والعلاقة بينهما لدى اعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات الفلسطينية ،رسالة ماجستير ، جامعة النجاح نابلس ، كلية التربية، 2003، ص ٤١ .

- 2- مرتضى علي شعلان: الاتصال الرياضي الرقمي وعلاقته بدافعية المشاركة في المنافسات الرياضية والكشفية لمدرسي التربية الرياضية في محافظة بابل، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2021، ص 67.
- 3- راشد حماد الدوسري : القياس والتقويم الحديث ، ط1، عمان ، دار الفكر العربي ، 2004 ، ص 100 .
- 4- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1 ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، 2000، ص 44.
- 5- سوسن شاكر الجلي: أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط1، دمشق، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع، 2005، ص 57.
- 6- سوسن شاكر مجيد: الاختبارات النفسية (نماذج) ، دار الصفا للنشر والتوزيع ، 2010، ص 26.
- 7- محمد خليل عباس وآخرون : مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط3 ، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2011، ص 237.
- 8- موسى اللوزي: التطور التنظيمي (اساسيات ومفاهيم حديثة)، ط1، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2010، ص 68.
- 9- ياسمينه صالح: الشعور بالانتماء الوظيفي وعلاقته بدافعية الأستاذ الجامعي ، رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح بورقلة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، 2015.

منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال واثره في (الذكاء الجسمي - حركي) ودقة اداء الضربة الخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)

م. م. مشتاق طالب عودة أ. د. وسام صلاح عبد الحسين

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى اعداد منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)، التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)، والتعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم). استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعديّة وطبيعة المشكلة والتحقق من فرضيات البحث في حين اشتمل مجتمع البحث على طلاب معهد الامل (للصم وضعفاء السمع) في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة والبالغ عددهم (21) طالباً تم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية حيث اشتملت كل مجموعة على (8) طلاب. استنتج الباحثان ان استخدام البرنامج التعليمي المصمم وفق بيئة التعلم النقال قد حقق تطوراً ملحوظاً لبعض انواع الذكاءات (الذكاء الجسمي - حركي) ودقة اداء الضربة الامامية لدى طلاب معهد الامل (للصم وضعفاء السمع) في محافظة كربلاء المقدسة، وتفوق افراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيقها للبرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال في الذكاءات (الذكاء الجسمي - حركي) ودقة اداء الضربة الامامية على افراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعديّة. كما اوصى الباحثان بضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) في جميع المعاهد الخاصة بهم .

Abstract

An educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (physical - kinesthetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute)

By

Mushtaq Talib Odeh

Prof. Dr. Wissam Salah Abdel Hussein

The aim of the research is to an educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (physical - kinesthetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute), to identify an educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (physical - kinesthetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute), and identifying the preference of differences between the experimental and control group in in (physical - kinesthetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute). The researchers used the experimental approach the control and experimental groups by designing. The research population included the students of Al-Amal Institute (for the deaf and hard of hearing) in the Karbala governorate, aged (13-15) years, and their number was (21) students. Dividing them into two groups, control and experimental, where each group included (8) students. The researchers concluded that the use of the educational program designed has achieved a remarkable development for (physical - kinesthetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute) in the governorate of Karbala, and the superiority of the members of the experimental group that was applied the educational program on the members of the control group in the post tests. The researchers also recommended the necessity of applying the educational curriculum according to the design of the mobile learning environment in some types of multiple intelligences (physical kinetic intelligence) and the accuracy of backhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute) in all their institutes.

1 - المقدمة :

1 - 1 مقدمة البحث وأهميته :-

يشهد العصر الذي نعيشه الآن ومنذ منتصف القرن العشرين تطوراً كبيراً في مختلف مجالات الحياة بصفة عامة وفي مجال التعليم بصفة خاصة، مما استدعي الى ادخال تعديلات جذرية في الطرق والاساليب المستخدمة في التعليم ، وقد ساعد التطور التقني والاتصالات الحديثة الى توفير بيئات وطرق حديثة في العملية التعليمية وهي ما تسمى بالتعليم الإلكتروني .

وأصبح التعلم النقال Mobile Learning أحد أهم المجالات الواعدة في التعليم فالتطور التكنولوجي للهواتف النقال ، وانتشارها المتزايد بأسعار معقولة والتكلفة المرتفعة لتجهيز الجامعات بالحواسيب، تجعل إدخال التعلم النقال للجامعة أمر مرغوباً ومجدياً.

ويمثل التعلم النقال بشكل عام ترجمة حقيقية وعملية لفلسفة التعليم عن بعد التي تقوم على توسيع قاعدة الفرص التعليمية للجميع وتخفيض تكلفتها المادية مقارنة مع نظم التعليم التقليدية ، حيث يتيح التعلم النقال الفرص للأفراد للتعلم في أي وقت وأي مكان، وتلقي أي نوع ومستوى من التعليم، وفقاً لقدراته وسرعة تعلمه، وما يمتلكه من مهارات وخبرات سابقة، مما يزيد من ترسيخ مفهوم التعليم الذاتي ، وتحقيق مفهوم ديمقراطية التعليم

وان الذكاء المتعدد أحد الأشكال الراقية للنشاط الإنساني والاجتماعي ، فقد أصبح في هذا العصر مشكلة من مشكلات البحث في عدد من الدول ، حيث أن التقدم العلمي لا يمكن تحقيقه بدون تطوير هذه القدرات (المهارات) عند الإنسان ، إذ يتقدم هذا البحث لي طرح أنموذجاً جديداً في التعامل مع معطيات العصر الحديث إلا هو مصطلح الذكاء المتعدد التي جاءت بها نظرية كاردنر للذكاء المتعدد ، كما أن تعدد الذكاء واختلافها لدى الفرد يتطلب اتباع مداخل تعليمية حديثة ، ولهذا فأن الكشف عن الذكاء المتعدد من شأنه أن يلقي مزيداً من الضوء على هذا المفهوم مما يزيد المعرفة النظرية والعملية خصوصاً وأن الأمر يتعلق بالذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) . ويعتبر الاهتمام بشريحة ذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) التي تمثل شريحة ليست بالصغيرة من أفراد المجتمع ، لان رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين) أصبحت رياضة انجاز ومستويات عليا وليس فقط رياضة للترفيه والتسلية وإعادة التأهيل إذ أن فوز اللاعبين والفرق الرياضية في البطولات الخاصة بالمعاقين تمثل رفع علم واسم بلدانهم في هذه المحافل واصبحت الدول تتنافس لحصد الأوسمة البارالمبية من خلال رياضيوها المشاركين في الأولمبياد الموازية وكذلك الأوسمة في البطولات الدولية للمعاقين ، وصار لزاماً على هذه الدول أن تعد البرامج العلمية والعملية الحديثة في التربية الرياضية ولكافة الألعاب الرياضية ومنها رياضة كرة الطاولة لذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) التي يمكن من خلالها تحقيق الإنجازات الرياضية على المستوى الدولي و البارالمبية وفق معايير وأسس علمية .

إن رياضة كرة الطاولة إحدى ألعاب المضرب التي لها طبيعتها ومفرداتها ومحتوياتها وبيئتها التعليمية والتدريبية الخاصة بها، وتتضمن عدة مهارات مختلفة الصعوبة والتركيب ، وأن المهارات الأساسية في كرة الطاولة تبدو سهلة الاداء إلا أنها تتطلب بذل جهد كبير في تعلمها و إتقانها لصعوبة تنفيذها نظرا لصغر حجم الطاولة و المضرب ، حيث أن رياضة كرة الطاولة تتطلب كفاءة عالية في مختلف القابليات ومنها الذكاءات المتعددة . ومن هنا تكمن اهمية البحث في تصميم بيئة التعلم النقال في تنمية وتطوير الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية لدى الطلاب بكرة الطاولة ، إلى أن عملية انتشار تقنيات المعلومات متمثلة بالهواتف النقالة الذكية والانترنت وملحقاتهما من البرامج والوسائط المتعددة بالعملية التعليمية بين طلاب المدارس والجامعات من أنجح الوسائل لإيجاد مثل هذه البيئات الثرية والأنظمة التعليمية الغنية بمصادر التعلم والتعليم والتدريب والنمو والتطور الذاتي بما يحقق احتياجات واهتمامات الطلبة وتعزيز دافعيتهم من جهة وخدمة العملية التعليمية والارتقاء بمخرجاتها من جهة أخرى .

1 - 2 مشكلة البحث :-

ان ذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) الذين لديهم صعوبات كثيرة في التعامل مع الآخرين وضعف في بعض انواع الذكاءات المتعددة فضلاً عن الضعف في المهارات الاساسية بكرة الطاولة (الضربتين الامامية والخلفية) على الرغم من انها من ضمن الحصص المدرسية لهم وهذا الضعف ناتج من صعوبة السمع والكلام ، لهذا يكون اعتمادهم على حاسة البصر في التعلم والتواصل مع الآخرين والذي يميز هذه الفئة عن فئات ذوي الإعاقة كونهم لا يعانون من أي إعاقة بدنية أو عقلية أو حركية تؤثر على حياتهم وتعيقهم في تواصل التطور في التعلم الا فقدانهم للحواس السمع والكلام ولهذا حاول الباحث الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة من خلال توفير بيئة تعليمية حديثة وسهلة الممارسة وذات طابع تشويقي الا وهي بيئة التعلم النقال .

ومن خلال خبره الباحث كونه لاعبا سابقا ومدربا حاليا في رياضة كرة الطاولة ومتابعته لأفراد عينه البحث بالإضافة الى التدقيق العميق في طبيعة وخصائص هذه العينة ومن خلال الدراسات والادبيات لاحظ ان هؤلاء الطلاب يعانون من ضعف في نسبة الذكاءات (الذكاء الجسمي- الحركي ، الذكاء الاجتماعي التواصلي ، الذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية مع العلم ان هؤلاء الطلاب لا يستطيعون السمع والكلام ولديهم الإمكانية على تعلم الجوانب المعرفية والجوانب المهارية عن طريق حاسة النظر وكذلك عند ربط المهارات بعضها ببعض والوقت المستغرق لعملية التعليم ، ويعزو الباحث ذلك الي قيام كل معلم بتحديد الأسلوب والمحتويات التعليمية التي يقوم بتعليم المهارة ، وعدم وجود وحدات تعليمية موحدة من إدارة لكل القائمين بعملية التعليم ، بالإضافة الى أن الطريقة المتبعة والتي لا تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين وكذلك لعدم توفر العديد من البدائل التعليمية داخل الوحدة التعليمية ، الأمر الذي يمثل وجود مشكلة تتطلب إيجاد الحلول المناسبة لها..

وباطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال لعبة كرة الطاولة والرجوع إلى شبكة المعلومات الدولية (Internet)، فقد لاحظ الباحث عدم إجراء مثل هذه الدراسة في مجال لعبة كرة الطاولة - على حد علم الباحث - بالرغم من أهمية التعلم النقال في عملية التعلم وذلك من خلال ما اثبتته نتائج الدراسات السابقة ، ومن هنا جاءت فكرة البحث بوضع منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي- الحركي ، الذكاء الاجتماعي ، الذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) .

1 - 3 اهداف البحث :-

- 1- اعداد منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) .
- 2- التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم).
- 3- التعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في بعض انواع الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)

1- 4 فرضا البحث :-

- 1- للمنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال تأثيرا ايجابيا في بعض انواع الذكاءات المتعددة ودقة الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) .
- 2- للمجموعة التجريبية افضلية التأثير في الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) .

1 - 5 مجالات البحث :-

- 1-5-1 المجال البشري : طلاب معهد الأمل (لصم وضعاف السمع) في كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة
- 1-5-2 المجال الزمني : 2021/6/15 - 2022/5/1
- 1-5-3 المجال المكاني : معهد الأمل (لصم وضعاف السمع) في كربلاء المقدسة

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

إن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعية تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب ، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين . إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعدية وطبيعة المشكلة والتحقق من فرضيات البحث وكما موضح في الجدول (2) .

جدول(2)

يبين التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	الاختبار القبلي	التصميم التجريبي	الاختبار البعدي
التجريبية	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربة الخلفية	منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربتين الامامية والخلفية
الضابطة	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربة الخلفية	المنهج المعد من قبل المدرب او المعلم	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربة الخلفية

2-2 مجتمع البحث وعينته:

مجتمع البحث هو "جميع الأفراد والأشياء الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي يسعى الباحث إلى ان يعمم عليها نتائج الدراسة والعينة هي المجموعة الجزئية المميزة والمنقاة من المجتمع الخاص بالدراسة ، أي ان لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة" ، إذ تم تحديد مجتمع البحث على طلاب معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة والبالغ عددهم (21) طالباً ، بعدها قام الباحث باختيار عينة بحثه بالأسلوب العشوائي من المجتمع المبحوث وبواقع (16) طالباً بنسبة (76.19%) من مجتمع الاصل تم تقسيمهم الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) عن طريق القرعة حيث اشتملت كل مجموعة على (8) طالباً ، اما العينة الاستطلاعية تم اختيارها بواقع (5) طالباً بنسبة (23.81%) من مجتمع الأصل كعينة استطلاعية بأسلوب المعاينة العشوائية .

2-2-1 تجانس وتكافؤ عينة البحث :

لغرض التأكد من تجانس وتكافؤ عينة البحث قام الباحث بمعالجة النتائج القبلية لأفراد العينة في كل من (الذكاء الجسمي - حركي) و (دقة اداء الضربة الخلفية) بكرة الطاولة من خلال استخدام اختبار ليفين والذي اظهر

المتغيرات	اختبار ليفين	مستوى الدلالة	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
الذكاء الجسمي حركي	1.04	0.346	التجريبية	11.250	1.832	-0.284	0.781	غير معنوي
			الضابطة	11.000	1.690			
			الضابطة	20.250	2.964			
الضربة الخلفية	0.04	0.788	التجريبية	18.125	2.588	-0.200	0.845	غير معنوي
			الضابطة	17.875	2.416			

تجانس عينة البحث واختبار (T) للتكافؤ المجموعتين وحسب النتائج المبينة في جدول (3) .

جدول (3)

يبين تجانس وتكافؤ عينة البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات التابعة

درجة الحرية (ن-2) (16-2=14) تحت مستوى دلالة (0.05)

من خلال ما تم عرضه في الجدول (3) يبين نتائج اجراء عملية التجانس والتكافؤ للمتغيرات المبحوثة حيث ظهرت النتائج ان مستوى الدلالة لاختبار ليفين للتجانس كانت جميعها اكبر من (0.05) وهذا يدل ان افراد المجموعتين عينة البحث متجانستين , كما ان مستوى دلالة الاختبار (T) جاء ايضاً اكبر من (0.05) وهذا يدل على انه ليس هنالك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين مما يؤكد على تكافؤ المجموعتين (التجريبية و الضابطة) .

2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 الوسائل البحثية:

- مصادر والمراجع .
- الاختبارات .
- الاستبيان .
- الملاحظة .
- المقابلات الشخصية .

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة :

- كرات طاولة عدد (30) نوع (STIGA).
- شواخص بارتفاع (50 سم) عدد (3) صنع صيني .
- شريط قياس بطول (50 م) عدد (2) .
- أقلام رصاص عدد (5) .

- أشرطة لاصقة ملونة عدد (6) .
- طاولة منضدة قانونية نوع (STIGA) .
- حاسبة الكترونية نوع (CASIO) عدد 2.
- جهاز حاسوب نوع (Dell) عدد واحد.
- ساعة توقيت الكترونية نوع (CASIO) عدد (3).
- موبايل نقال نوع (SAMSUNG) عدد (16) .
- عصابة عين عدد (4) .
- مضارب قانونية نوع (Butterfly) عدد (10) .

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 إجراءات تحديد المتغيرات المبحوثة :

من خلال خبرة الباحث التي اكتسبها كلاعب للعبة كرة الطاولة سابقاً ومدرّب حالياً وخبرت السيد المشرف ومن خلال الاطلاع على عينة البحث وبعد الرجوع إلى المصادر العلمية واستشارة السادة اعضاء لجنة الاقرار ولجنة الامتحان الشامل*، تم تحديد بعض الذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي - حركي)

2-4-2 إجراءات تحديد اختبارات الذكاءات (الذكاء الجسمي-حركي) :

بعد أن حدد الباحث أنواع الذكاءات الواجب توافرها لدى طلاب معهد الامل (لصم وضعاف السمع) بأعمار (13-15) سنة في محافظة كربلاء، ولغرض ترشيح الاختبارات التي تعنى بقياس الذكاءات (الذكاء الجسمي الحركي) . قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث، ومن أجل وضع الصيغة الملائمة لاختبار الذكاءات المتعددة لطلاب معهد الامل (لصم وضعاف السمع) بكرة الطاولة بأعمار (13-15) سنة تم تحديد الاختبارات الخاصة (الذكاء الجسمي - الحركي) من قبل السادة اعضاء لجنة الاقرار وكذلك السادة اعضاء لجنة الامتحان الشامل فضلاً عن خبرة السيد المشرف والباحث حيث تم تحديد اختبار خاص بقياس الذكاء الجسمي الحركي (اختبار المشي الى مركز الدائرة) .

2-4-3 إجراءات تحديد اختبار مهارة الضربة الخلفية :

بعد ان حدد الباحث الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لذا قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث بغية تحديد الاختبارات المعنية بقياس دقة الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة للطلاب معهد الامل (لصم وضعاف السمع) ، حيث تم تحديد اختبار خاصة بقياس دقة الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة من قبل الباحث وخبرة السيد المشرف .

2-4-4 توصيف الاختبارات :

❖ الذكاء الجسمي - الحركي :

- اختبار المشي الى مركز الدائرة :-

الهدف من الاختبار : قياس مستوى الذكاء (الجسمي - الحركي) المستقبلات الحية المستهدفة : الإدراك الحركي

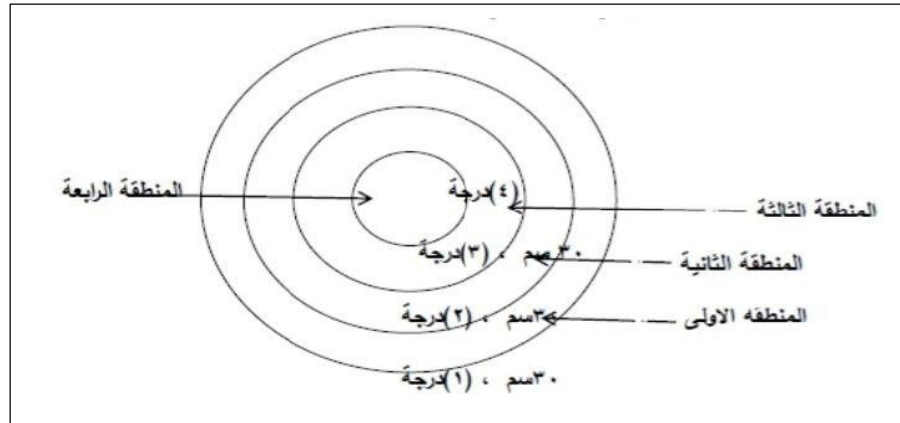
الأجهزة والأدوات :

- لاصق أبيض ، عصاية للعينين ترسم دائرة قطرها (2.40) متر ومقسمة الدائرة من الى اربعة مناطق متتالية وكما موضح في الشكل (11) ، وعلى بعد (15) متر من خط البدء وإلى مركز الدائرة .

طريقة الأداء :

- يقف المختبر على خط البدء وهو معصوب العينين ، ثم يقوم بالمسير إلى مركز الدائرة للوقوف بداخلها
- يعطى المختبر خمسة محاولات لأداء الاختبار
- يعطى زمن (30ثا) لكل محاولة .

التسجيل :

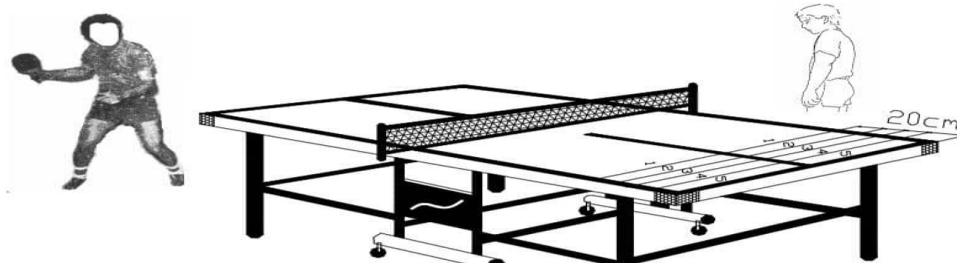


شكل (11)

يبين اختبار المشي الى مركز الدائرة

❖ اختبار دقة مهارتي الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة:-

يجري هذا الاختبار على منضدة نظامية مع تهيئة مضارب منضدة وكرات من (10-15) كرة طاولة واستمارة للتسجيل ، ويوضح الشكل (17) ، ادناه العلامات التقويمية ومناطق وقوف اللاعبين وكيفية اجراء الاختبار .



شكل (17)

يوضح اختبار دقة الضربتين الامامية والخلفية

يوضح اختبار دقة مهارتي الضربة الامامية والضربة الخلفية بكرة الطاولة الرقم (1) يشير إلى المستطيل 57 ×

(152.5 سم الأرقام (2 ، 3 ، 4 ، 5) يشير إلى المستطيل (20 × 152.5) سم

يتضمن الاختبار وقوف اللاعب المراد اختباره في الجهة الثانية للطاولة وتعطى له (5) محاولات تجريبية بعد اجراء الإحماء لمعرفة كيفية أداء الاختبار ، وبعد تقديم الإرشادات والتعليمات عن الاختبار من الباحث إلى المختبر ، تضرب الكرة إلى اللاعب بواسطة أحد المساعدين الواقف بجانب الطاولة ، كما موضح في الشكل اعلاه ، ويبدأ اللاعب المختبر بمحاولة إرجاع الكرة بمضربه وباستخدام الضربة الأمامية أو الخلفية ، ويخصص لكل لاعب (10) محاولات للضربة الأمامية ، و (10) محاولات للضربة الخلفية ، وبعد جمع النقاط للمحاولات من الضربة الأمامية والخلفية ، يعطى لها درجات تقويم تصاعدية حيث سوف تكون اعلى درجة للاختبار (50) درجة .

ملاحظة : في حالة سقوط الكرة على أحد الخطوط المشتركة فتحسب نقاط الأكبر ، أما في حالة خروج الكرة خارج حدود الطاولة فتعطى صفراً للمختبر .

2 - 5 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من أهم الاجراءات الضرورية التي يقوم بها الباحث قبل قيامه بتجربته النهائية بهدف اختيار اساليب البحث وادواته وتأشير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات ، حيث تعتبر التجربة الاستطلاعية تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلاً.

اذ تم القيام بتجربة استطلاعية على عينة مكونه من (5) طلاب في معهد الامل (لصم وضعاف السمع) بأعمار (13-15) سنة في محافظة كربلاء ، حيث أجريت التجربة في تمام الساعة العاشرة صباحاً من يوم الاحد الموافق 2021/10/17 ويوم الاثنين الموافق 2021/10/18 ، حيث استغرقت عملية تطبيق الاختبارات (التجربة الاستطلاعية) على الطلاب (يومان) حيث تم تطبيق اختبارات الذكاءات المتعددة في اليوم الاول وتم تطبيق اختبارات دقة الضربتين الامامية والخلفية في اليوم الثاني ، كما هو الحال في التطبيق الاول وكان الهدف منها :

- التأكد من جاهزية الاجهزة والادوات .
 - التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار .
 - كفاية فريق العمل المساعد * .
 - تم التأكد من صلاحية الأستمارة المعدة لتسجيل البيانات .
 - معرفة صلاحية الاختبارات بالنسبة لمستوى افراد العينة (مستوى سهولة وصعوبة الاختبارات - والقدرة التمييزية) .
 - استخراج الاسس العلمية لاختبارات الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية .
 - التأكد من الوقت الخاص بالوحدة التعليمية .
 - التأكد من تطبيقات البرنامج التعليمي المعد وفق (mobile learning) .
 - التأكد من المواقع الالكترونية التي عدها الباحث من اجل التواصل مع الطلاب .
- ## 2-5-2 التصميم التعليمي المقترح لبرنامج الهاتف النقال :
- اشتملت عملية التصميم على المراحل التالية:

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع والدراسات السابقة التي تناولت تصميم برامج الهواتف النقالة ، وقد راع الباحث عند تصميم البرنامج أن يحتوي على العناصر التالية:

1- مقدمة البرنامج :

وهو جزء يعرض بطريقة مبسطة وسلسلة دون تدخل من المتعلم كما يمكن أن يقوم المتعلم بالدخول بعد الخروج من المقدمة على متن البرنامج مباشرة وهو يتضمن (واجهة التطبيق- القائمة الرئيسية - الإعداد- الأهداف السلوكية -العاب ترفيحية - القائمة الرئيسية) وتعتبر المقدمة هي المدخل إلى الخطوات التالية للبرنامج.

2- خطوات عرض محتوى البرنامج:

هذا الجزء هو بداية استخدام المتعلم للهاتف النقال من خلال إتباع الترتيب المناسب لعرض هذا المحتوى بناء على توجيهات الباحث والذي يتكون من:

- القائمة الرئيسية والتي تحتوي على قائمة الوحدات التعليمية حسب التسلسل اضافة الى مفاتيح الانتقال (التالي-الرجوع- زر الصفحة الرئيسية) التي يتم من خلالها الانتقال بين صفحات الوحدات التعليمية بعد اختيار الوحدة عن طريق اللمس المباشر، وتعتبر هي الشريحة الأساسية للانتقال بين الصفحات ، وعند الضغط على أي من وحدة تعليمية تظهر شريحة تحتوي على (فديو تعليمي مشروح صوتيا يتذيله فديو اخر مترجم خاص بالمتعلمين الصم والبكم -الخطوات الفنية - الخطوات التعليمية - صور سلسلة للمهارة - فديو للمهارة - اسئلة تقويم).

ولقد راع الباحث عند عرض محتوى برنامج الهاتف النقال أن يكون منظماً كما راع الباحث أيضاً سهولة تعامل المتعلمين مع الشرائح وسهولة الانتقال بينها والعودة كما راع الباحث أيضاً الفروق الفردية بين المتعلمين وان يتوافق قدر الإمكان مع أهداف البرنامج.

3- خطوات تنفيذ برنامج الهاتف النقال :-

• مراحل البرنامج:

أ - مرحلة إعداد وتجهيز المصادر:

قام الباحث بالحصول على خطوات تعليمية للذكاءات المتعددة ولمهارتي الضربة الامامية والضربة الخلفية قيد البحث والتمارين الخاصة بها واخذ منها بعض اللقطات والصور الحية، ثم قام الباحث بتحميلها على الكمبيوتر باستخدام هارد خزن وباستخدام شبكة الانترنت عن طريق برنامج (SHARE IT) وهو برنامج خاص لتبادل الملفات بين الهاتف والكمبيوتر عن طريق عمل نقطة اتصال (HOTSPOT) بإمتداد (JPGE) للصور بإمتداد (AVI) للفيديوهات بحيث يمكن الاعتماد عليها في إعطاء نموذج صحيح للمتعلمين.

- ثم قام الباحث بعد ذلك بتقديم السيناريو المكتوب من قبل الباحث وتم تحديد الشرائح النهائية بين الباحث والمبرمج على عدة جلسات.

- ثم قام الباحث بتوضيح التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة وبمهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة

الطاولة قيد البحث وتم فهم المبرمج لها.

- ثم قام الباحث بالاطلاع على المراجع والمصادر الخاصة بلعبة كرة الطاولة لتحديد الخطوات الفنية والتعليمية

الخاصة بهذه المهارات، وراع الباحث استخدام ألفاظ سهلة وبعيدة عن التعقيد.

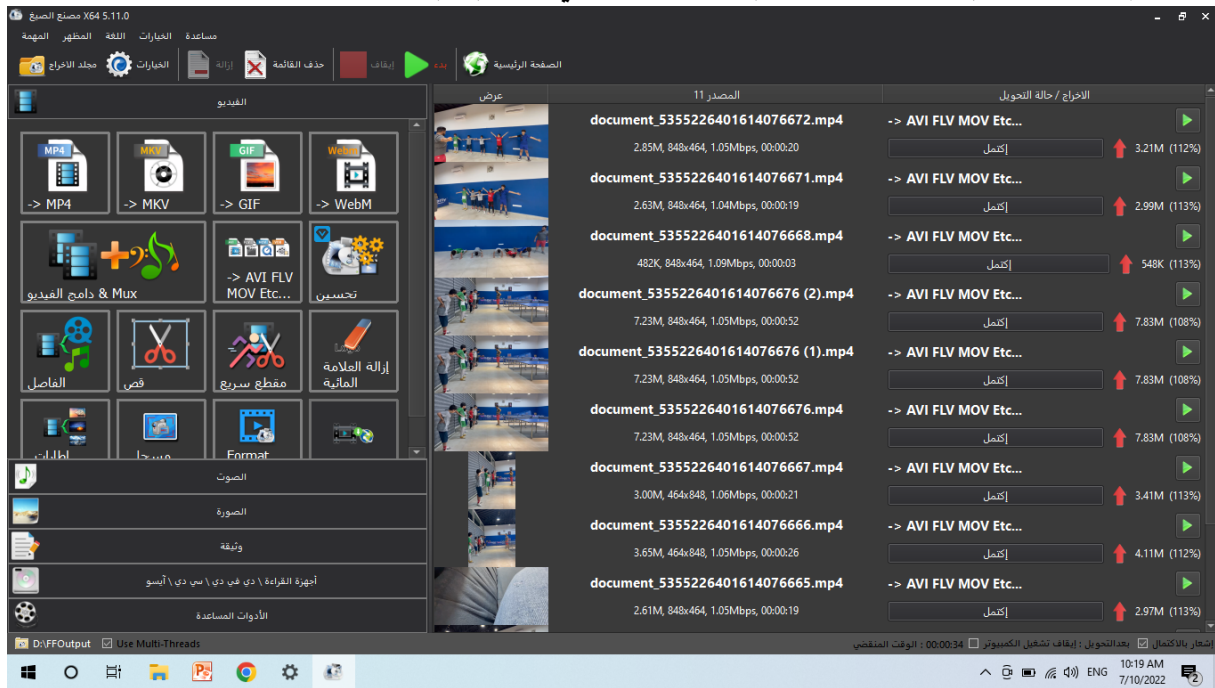
ب - مرحلة تنفيذ برنامج الهاتف النقال:

التنفيذ على الكمبيوتر:

قام الباحث بتجميع المادة النظرية الخاصة بشرح مهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث والخطوات الفنية وقام بإدخالها على الكمبيوتر باستخدام برنامج الورد (Microsoft Word).

- وقام المبرمج بتصميم البرنامج بناء على السيناريو المقدم من قبل الباحث ثم قام الباحث بمراجعة البرنامج والتأكد من جميع الشرائح الخاصة بالبرنامج ومراجعتها مراجعة دقيقة والتأكد من صحة الأزرار الخاصة بالتنقل من الزاوية الأمامية والزاوية الجانبية والتنقل بين التمارين.

- ثم قام الباحث بتجهيز التمارين الخاصة بمهارة الخلفية بكرة الطاولة قيد البحث وقام بإدخالها على الكمبيوتر باستخدام برنامج الورد (Microsoft Word) , وكما موضح في الشكل(18) .



شكل (18)

يوضح خطوات تصميم البرنامج التعليمي

ج - التنفيذ النهائي على الكمبيوتر:

بعد الانتهاء من إدخال جميع مكونات البرنامج من كتابات ورسوم متحركة والفيديوهات والتمرينات قام المبرمج بتجميع تلك المكونات على عدة برامج الا وهي:

1. (Android Studio)

2. (Adobe Photoshop 2021)

3. (Microsoft Office)

4. (Java)

5. (Format Factory)

من واجبة برنامج (Android Studio) يتم اختيار اسم التطبيق واسم الشركة المصممة للبرنامج بعد ذلك يتم اختيار لغة تصميم البرنامج التي هي لغة (Java) بعد ادخال المعلومات اعلاه يتم اختيار واجهة تصميم البرنامج بعد ذلك يتم ادخال المعلومات على شكل خوارزميات ودوال معرفية تدل على اجراءات واوامر تنفيذية محددة من قبل المبرمج وذلك عن طريق إدخال المقدمة الأولى ثم إدخال الأزرار البرمجية وضبط الأكواد الخاصة بالأزرار لتحديد اتجاه كل زر.

ثم قام بإدخال شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث ثم الصور المسلسلة وفيديو المهارة ثم قام بعد ذلك بإدخال التمرينات على مهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث وشرحها وفي النهاية قام الباحث بإدخال أسئلة على كل مهارة من المهارات وتكون اختيار من متعدد وعند اختيار إجابة صحيحة تظهر إشارة صح وعند اختيار الإجابة الخاطئة تظهر إشارة الإجابة خاطئة

- إخراج البرنامج من جهاز الكمبيوتر:

تم تخرج البرنامج من الكمبيوتر بإمتداد (apk) ويعمل على جميع الهواتف النقالة التي تحمل نظام أندرويد ويمكن نشره على متجر play وكما موضح في الشكل (19)



شكل (19)

يوضح واجهة البرنامج التعليمي في الهاتف النقال

2-6 اجراءات التجربة الرئيسية :

2-6 - 1 الاختبار القبلي :

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليّة الخاصة بالمتغيرات المبحوثة على افراد عينة البحث في يوم الاحد الموافق (2021/10/31) في تمام الساعة التاسعة صباحاً في معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة .

حيث قام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة اجرائها وفريق العمل من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعديّة .

2 - 6 - 2 تطبيق البرنامج التعليمي (Mobile Learning) :-

بعد ان تم تنفيذ الاختبارات القبليّة والانتهاى منها قام الباحث بأعداد البرنامج تعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال الذي يراعي الفروق الفردية بين الطلاب من حيث ميولهم ورغباتهم وكذلك يراعي طبيعة عينة البحث (الصم البكم) ومن خلال البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفقاً لبيئة التعلم النقال ساعدة على توفير طرق التفاعل المحببة لديهم وهذا ساهم بشكل كبير لزيادة التفاعل والتواصل وزيادة الذكاءات المتعددة وتعلم المهارات الاساسية بكرة الطاولة .

وكان عدد الوحدات التعليمية (12) وحدة تعليمية وقد استغرق تنفيذ البرنامج (6) اسابيع بواقع وحدتين تعليمية في الاسبوع ، وأن زمن كل وحدة تعليمية استغرق (45) دقيقة وكان الهدف الرئيسي من هذه الوحدات تطوير الذكاءات المتعددة لدى الطلاب وتعلم واتقان المهارات المبحوثة بصورة جيدة ، بينما طبقت المجموعة الضابطة البرنامج المعد لها من قبل المعلم وقد تم بدء البرنامج التعليمي يوم الاحد بتاريخ (2021/11/7) وتم الانتهاء منه يوم الاحد . (2021/12/19)

وتضمن البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال على الامور التالية :

- الهدف من البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال هو تطوير وتنمية الذكاءات المتعددة وتعلم المهارات الاساسية بكرة الطاولة .
- تم تطبيق البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال على طلاب (المجموعة التجريبية) في القاعات الخاصة بمعهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة وبالإستعانة بالمعلمين الاختصاص بلغة الإشارة ومدرب اختصاص بكرة الطاولة .
- تضمن البرنامج الالكتروني المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال والذي تم تحميله في الهواتف النقالة الخاصة بطلاب المجموعة التجريبية على مجموعة من التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة والمهارات الاساسية بكرة الطاولة وكذلك على مجموعة من الصور والفيديوهات التعليمية الخاصة بكل تمرين
- حيث تم التواصل مع طلاب المجموعة التجريبية عن طريق برنامج التواصل الاجتماعي (تيليجرام) لسهولة استخدامه من قبل المتعلمين .
- تكون البرنامج التعليمي من (12) وحدة تعليمية و زمن الوحدة التعليمية (45 د).
- تكون الوحدة التعليمية من (41) تمرين شملت تمارين خاصة في تطوير وتنمية الذكاءات المتعددة وكذلك تمارين خاصة بالمهارات الاساسية بكرة الطاولة (مبادئ الاساسية , الضربتين الامامية والخلفية).
- تم تقسيم الوقت (45 د) على ثلاثة اقسام حيث كان زمن القسم التحضيرية (10 د) اشتمل على تمارين الاحماء العامة والخاصة .

- زمن القسم الرئيسي (30 د) انقسم الى جزئين تعليمي (5د) والتطبيقي (25 د)
- اشتمل القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية على الجانب التعليمي الذي يعنى بشرح و عرض المهارة المراد تعلمها في الوحدة التعليمية بواسطة الموبايل النقال الخاص بكل طالب وكذلك عرض نموذج حركي امام الطلاب من قبل الباحث بالاستعانة بالمترجم الخاص باللغة الاشارة وتكرار اداءها.
- وكذلك اشتمل على الجانب التطبيقي للمهارة المراد تعلمها من خلال التمارين الخاصة بالمهارة والذكاءات المتعددة المعدة من قبل الباحث وتكرار الاداء وتصحيح الاخطاء , فكانت التغذية الراجعة تأخذ مباشرة من قبل الباحث وايصالها من قبل المترجم لتوضيح الجزء الذي يراد تعلمه او اعادته بواسطة بيئة التعلم النقال .
- وكذلك اشتمل القسم الرئيسي على اعطاء تمارين مشابهه للاداء في اغلب الوحدات التعليمية والتي عدة من قبل الباحث في البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال .
- وكذلك اشتمل هذا القسم على تمارين خاصة في تنمية وتطوير الذكاءات المتعددة وهي بدورها تساعد ايضاً على التشويق والاثارة وابعاد الملل والمرح في الوحدة التعليمية .
- اما زمن القسم الختامي (5 د) من الوحدة التعليمية فتضمن على العاب الترويحية وتمارين الاسترخاء وكذلك التذكير على موعد الوحدة التعليمية القادمة

2- 6- 3 الاختبار البعدي :

قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية الخاصة بالمتغيرات المبحوثة على عينة البحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم النقال في يوم الثلاثاء والاربعاء الموافق (21 - 22 / 12 / 2021) في معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة وعلى جميع افراد عينة البحث , وبنفس الظروف الخاصة بالاختبارات القبلية وطريقة اجرائها وفريق العمل المساعد . 2-7- الوسائل الاحصائية :

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات الاتية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- متوسط الفروق .
- اختبار (كا²) .
- النسبة المئوية .
- اختبار (ت) للعينات المترابطة والمستقلة .
- اختبار ليفين للتجانس .
- معامل الارتباط (بيرسون) .

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعديّة) تمكن الباحث من الحصول على الدرجات الخام للاختبارات.

لغرض تحقيق هدف الدراسة الثاني المتضمن التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الخلفية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) ، سعى الباحث الى دراسة فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد مجاميع البحث التجريبية والضابطة.

1- عرض النتائج لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها.

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها

لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الاولى سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (الذكاء الجسمي-حركي ودقة الضربة الخلفية) بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة من خلال الاحصائيات يبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى الدلالة ومعنوية الفروق للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ نجد إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي الذكاء الجسمي حركي قد بلغ قيمته(11.000) وبانحراف معياري قدره (1.690) إما الوسط الحسابي للاختبار البعدي كان بقيمة (16.375) وبانحراف معياري قدره (1.847) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-41.000) إما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) فكانت وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

(-26.312) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار(0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة(0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

اما الوسط الحسابي دقة اداء الضربة الخلفية للاختبار القبلي قد بلغ قيمته(18.125) وبانحراف معياري قدره(2.588) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (28.620) وبانحراف معياري كانت قيمته(3.021) وكانت قيمة(t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-18.520) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار(0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة(0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

وهذا يؤكد ان هناك تأثيراً معنوياً للمنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في تعلم المهارتين الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة وكذلك زيادة الذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي- حركي ، الذكاء البصري ، الذكاء الاجتماعي) . والمطبق من قبل الباحث لما تحويه الوحدات التعليمية من تمارين تفاعلية باستخدام الهواتف النقالة ، اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من التمارين التي تساعد على تعلم المهارات الاساسية بكرة الطاولة (دقة الضربة الخلفية)

ويرى الباحث ان استخدام بيئة التعلم النقال بيئة مثالية للتعلم تماشياً مع التطور الحاصل في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب عينة البحث وكسر الروتين المعتاد عليه من خلال زيادة التفاعل .

4-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها :-

لكي يتمكن الباحث من التعرف على الفرق في القياس القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة سعى الى معالجة بيانات القياسين احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات عند كل المتغيرات

المبحوثة (الذكاء الجسمي-حركي، دقة اداء الضربة الخلفية) بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدى)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار Sig ومعنوية الفروق للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدى ، إذ نجد إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي الذكاء الجسمي حركي قد بلغ قيمته (11.000) وبانحراف معياري قدره (1.690) إما الوسط الحسابي للاختبار البعدى كان بقيمة (13.375) وبانحراف معياري قدره (1.598) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-12.979) إما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) فكانت وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدى .

اما الوسط الحسابي دقة اداء الضربة الخلفية للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (17.8750) وبانحراف معياري قدره (2.416) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدى كان قيمته (23.250) وبانحراف معياري كانت قيمته (3.495) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-7.907) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدى .

ويرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل المعلم له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية بكرة الطاولة وكذلك الذكاءات المتعددة ، ويعزو الباحث هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التعليمي المعتمد من قبل المعلم الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكساب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة واتقانها.

3-2 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدى للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) :-

خلال عرض النتائج السابقة والتي توضح لنا هناك تطورا واضحا لإفراد مجموعتين البحث التجريبية والضابطة وبشكل واضح في تأثير عملية التعلم في المتغيرات المبحوثة حيث تبين هناك فروقا معنوية لكلا المجموعتين فيما يخص الفروق في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدى ،

فيعزو الباحث ان هذا التطور الحاصل لدى افراد المجموعة التجريبية يعود الى البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفقاً لبيئة التعلم النقال ، والذي تضمن تمرينات خاصة بالذكاءات المتعددة وعملية عرض الاداء المهاري للمهارات الاساسية بكرة الطاولة باستخدام بيئة التعلم النقال للمساعدة في عملية التعليم والتي تمثلت (مقاطع الفيديو التعليمية ، الصور ، والصور المتحركة ، والاشكال) ، وكان هذا العرض شامل لكل المهارات الاساسية من تمارين الاحساس الى مسك المضرب الى وقفة الاستعداد الى الاداء المهاري وبعض التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة ، حيث جاء هذا البرنامج التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم النقال لمعالجة النقص الحاصل لدى افراد عينة البحث

والارتباط مباشرة مع الموقف التعليمي ، وبالأخص انهم ذوي الاعاقة (صم وبكم) واختلاف اللغة بينهم وبين الباحث ، كان هذا العرض سببا في تسريع عملية التعليم وايصال المعلومة بأحسن وافضل الطرق وهذا ما اشار اليه احمد القاني ، امير القرشي (1999) نقلا عن (صبحي احمد) (2006) " ان التعلم يحتاج الى وسائل تعليمية وتكنولوجية مناسبة لتخطي الاعاقة وتيسير التعلم وكذلك الحرص على الاعداد المهني مع الفئات الخاصة حيث هناك اختلاف فيما بينهما وذلك الاختلاف يتطلب توافر مجموعة من المهارات الخاصة بالمعاقين وتوظيفهما وفق ظروف المعاق وامكانياته وحواصة المتبقية واستعداداته وميوله.

وكذلك اشار طارش بن غالب (2011) " ان الوسائل تعين الدارس على اكتساب المعارف والمهارات ، لان الوسيلة الواحدة تثير اكثر من حاسة في اكتساب معرفة ما وكذلك ساعدت على اختزال الوقت المعلم والمتعلم وتعتبر اعانة للمعلم في ايصال المعلومات الى اذهان الطلاب ببسر وسهولة.

زيادة على ذلك قام البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث بتكوين صورة ذهنية لدى مخيلة الطالب حول الاداء والبرنامج الحركي ، مما جعلهم أكثر تشويقا نحو التطبيق ما تم مشاهدته من خلال العرض المرئي ، وهذا ما أكده محمود داود الربيعي (2011) " ان الوسائل التعليمية يمكن استخدامها في تقبل الطلاب للمادة المطلوبة حيث كل ما يستخدمه المدرس من الادوات والوسائل التعليمية الحسية باستخدام اللفظ او بدونه في توصيل رسالة او تكوين صورة حول المادة المطلوبة الى الطلبة وتساعدهم في توصيل المعلومات الى اذهانهم بأسلوب منظم ومشوق يساعد على الفاعلية الجيدة وتقبل الطالب للمادة " .

وزيادة على ذلك جانب عنصر الاثارة والتشويق والرغبة والاندفاع نحو الوسائل العرض المرئية والادوات المتنوعة طوال البرنامج التعليمي جعلت من الافراد المتعلمين اكثر قوة وحافزا نحو التعلم وهذا ما اشار اليه سعد لفته ان التعلم على الاجهزة والادوات والوسائل سيولد نجاحات اولية تحفز المتعلم على الالتزام بالتدريب ويؤدي الى الاندفاع نحو التمرين زيادة على ذلك ان المشاهدات المتكررة والتي من خلالها تكونت هذه الصور الذهنية ، يتم استدعائها عند تنفيذ الواجب الحركي والذي كان مخزونا في الذاكرة الحركية .

وكذلك يعزو الباحث السبب الى العمل العقلي والذي جاء مترابطا مع البرنامج التعليمي في صقل وتنمية الذكاءات المتعددة ودورها في عملية التعلم وتعتبر من المتغيرات المهمة والتي لها علاقة فعلية ومؤثرة بالأداء في كافة مراحل التعلم وفي العادات العقلية التي تساعد المتعلم والتي تعتبر من الاساليب الحديثة والتي اشارت اليها كثير من الدراسات والبحوث ، حيث اكدت ان كلما كانت المناهج التعليمية تحاكي وتتعامل مع العقل والذكاءات المتعددة بالخصوص كان لها الدور وبدرجة كبيرة في النتائج الايجابية ، وكلما ضعف الاستخدام كانت النتائج سلبية وضعيفة ، وهذا ما اشار اليه وسام صلاح (2015) " ان اساليب التربية والتعليم الحديثة تدعو الى ان تكون عادات العقل المنتجة هدفا رئيسيا في جميع مراحل التعلم ، حيث يرى مارزانو ان العادات العقلية الضعيفة تؤدي عاداتنا الى تعلم ضعيف بغض النظر عن مستواه في المهارة كما ان اهمال عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية ، وهي ليست امتلاك معلومات ، بل هي معرفة كيفية العمل عليها واستخدامها .

اما بالنسبة لحجم الاثر فكان حجم الاثر (كبير) وللمجموعة التجريبية وقد يعزو الباحث سبب هذا التطور في حجم الاثر لدى المجموعة التجريبية الى المنهج المصمم من قبل الباحث والمطبق على عينة البحث باختلاف الطرق في التواصل . وكذلك التوزيع السليم للوحدات التعليمية وعملية العرض المرئي والوسائط المتعددة المساعدة والتمارين

المستخدمة في البحث كل هذه الاسباب كان لها الدور في معالجة الاخطاء الحاصلة في الاداء المهاري حيث جاءت التمارين ووسائل العرض مشابهة بصورة الاختبار الحقيقي ، علما ان الاختبار هو عبارة عن تقييم للأداء المهاري بالنسبة للمهارات وكذلك التغذية الراجعة كان لها الدور في تصحيح الاخطاء الحاصلة في الاداء من وقفة الاستعداد ومسك المضرب وطريقة التعامل مع المضرب والكرة وكذلك عملية الضرب والتقاء الكرة مع المضرب والتقاء المضرب مع الكرة وابقاء الكرة داخل الملعب ، كلها جاءت عن طريق التكرار والممارسة وتلافي الأخطاء ، ويتم ذلك من الأداء العملي للمتعلم تحت اشراف الباحث ويعتبر من اهم المواضيع والامور الرئيسية في عمليات التعلم ، حيث ان التقدم والتطور بالأداء الفني (التكنيك) لأي مهارة لا يتحقق الا عن الممارسة والتكرار والتمرين العلمي السليم ، وهذا ما أكدّه عبدالله حسين (2008) " لا يمكن ان يتعلم المتعلم المهارة وان يتقنها ويؤديها بصورة جيدة الا من خلال التدريب والتكرار وبصورة منتظمة ومستمرة " .

3-3 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها:

تحقيقا لهدف الدراسة الثالث المتضمن التعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في (الذكاء البدني الحركي) ودقة اداء الضربة الخلفية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) . سعى الباحث الى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري لبيانات افراد مجاميع البحث (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي. اذا نجد ان قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (الجسمي- حركي) للمجموعة التجريبية على التوالي قد بلغت (16.375) و (1.84681) كما جاءت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (الجسمي- حركي) للمجموعة الضابطة على التوالي (13.375) و (1.598) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة فقد بلغت (-3.474) ومستوى دلالة (0.004) وهذا ما يدل على أن هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح طلاب المجموعة التجريبية . نجد أن قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمهارة (الضربة الخلفية) للمجموعة التجريبية فقد بلغت على التوالي (28.625) و (3.021) .

4-3-1 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) :

يتضح من الاحصائيات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع القياسات الخاصة بالذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي- حركي) ودقة اداء الضربة الخلفية بكرة الطاولة لطلاب معهد الامل (لصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء . ويرى الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة الطاولة الى تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج التعليمي حديث وفق بيئة التعلم النقال حيث ساعد عل تفاعل المتعلمين مع البرنامج ومعرفة طريقة تشغيله واستدعاء النصوص والفيديو والتمرينات كل هذا ساعد المتعلمين على سرعة وإجادة التعلم نتيجة لوجود مناخ تعليمي جذاب ساعدة على زيادة التفاعل والتواصل لدى افراد عينة البحث التجريبية على الرغم من ان هذه العينة تعتبر من العينات الخاصة لما يعانيه من فقدانهم للسمع والكلام وان هذا البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال ساعدة ايضاً على اضافة مدخل جديد للمعرفة والتعلم ، حيث يعتبر الهاتف النقال هو لغة العصر الحديث ، وقد دخل الهاتف النقال في جميع مجالات الحياة

المختلفة وكذلك في مجال التعليم، ويعتبر الهاتف النقال من أهم الأجهزة التي تساعد المتعلمين على التفاعل بينهم وبين المادة التعليمية ، ونادرا ما نجد متعلماً من المتعلمين لا يستطيع استخدام الهاتف النقال سواء في الألعاب أو الإنترنت ، ولذلك يجب الاستفادة القصوى من هذا الجهاز في عملية التعلم.

حيث تمثل الهواتف الذكية مصدر للمتعة والتسلية بين المراهقين والشباب، كما تتيح المحادثات بينهم فرص التواصل الاجتماعي وتوطيد العلاقات الانسانية والاجتماعية ، كما يمكن ان تستخدم في التعليم لما تتميز به من مميزات ايجابية ، حيث يساهم في الخروج من النطاق الضيق الرسمي الي الاستخدام الفوري لمصادر المعرفة الرقمية الغنية، وزيادة التفاعلات الايجابية بين المتعلمين بعضهم البعض وبينهم وبين المعلم (49).

اما في اختبار الذكاءات المتعددة يرى الباحث هناك فروق ذات دلالة احصائية ما بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) ويعزو الباحث سبب هذه الفروق الى استخدام المجموعة التجريبية الى البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال وما يحتويه من العرض الصوري والاشكال والفيديوهات التعليمية والمبتعد عن الاسلوب اللفظي جاء بدورة في جعل العمل اكثر تشويقاً وممتعا لأفراد العينة في التعرف على هذه الاشكال التي لم يسبق ان تعرفوا عليها والتي تحمل الخلفية الملونة والمبهرة والجذابة والتي جاءت في تلافي عيوب النطق لأفراد عينة البحث (الصم والبكم) .

وكذلك استخدم احدث طرق التواصل بلغة الإشارة مع (الصم والبكم) المستخدمة في العرض المهاري والصوري مما ادى الى تفاعل الطلاب مع المنهج التعليمي وكل ذلك وبلا شك زاد من استجابتهم للتعلم ورفع مستوى الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية وان تفاعل افراد المجموعة التجريبية بصورة اكثر مع البرنامج التعليمي المصمم والذي عمل على زيادة رغبتهم واثار روح التشويق والمنافسة لديهم من خلال التنوع في عملية العرض للمهارة المقصودة وبطرق التواصل بلغة الإشارة مع الصم في التعلم ، وهذا ما اكدته (فاطمة عبد الرحيم) (2011) " ان من اصعب المهام على العاملين مع الطلاب المعوقين سمعياً تنمية قدراتهم الا في اكتشاف استراتيجيات من قبل العاملين معهم في طرق التواصل" (50)

كما يعزو الباحث تقدم افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة الى أن استخدام بيئة التعلم النقال في تنمية الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية ساعدة في تنمية الاداء المهاري حيث يكون المتعلمين في أثناء التعلم عن طريق بيئة التعلم النقال احرار في التطبيق علي اداء المهارات كلاً حسب مستواه وبالتالي فان التعلم باستخدام بيئة التعلم النقال يساعد علي الاستكشاف والتجربة والانطلاق واطهار خلفية كل متعلم ومقدرتها ولهذا فان استخدام بيئة التعلم النقال يراعي الفروق الفردية ويظهر المواهب التي تحتاج الي رعاية وتوجيه وهذا ما تناشده الاتجاهات التربوية الحديثة من خلال الاهتمام بالفرد المتعلم ليصبح جزءاً اساسياً من العملية التعليمية من خلال التنفيذ والتقويم لنفسه عند ادائه للجزء الخاص المراد تعلمه والتغلب علي مشاكل التعلم من حيث تأثير ذاتية المعلم علي المتعلم واستغلال الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق مستوي افضل في حدود المتعلم بالمقارنة

بالأسلوب المتبع (الشرح - النموذج)، بالإضافة الى التغذية الراجعة التي يحصل عليها المتعلمين من خلال التعلم النقال والذي يساعد على فهم المتعلمين للمهارات .

4- الاستنتاجات والتوصيات :-

4- 1 الاستنتاجات :-

بعد معالجة البيانات احصائيا وعرضها في الجداول التي بينت النتائج وعلى ضوءها توصل الباحث على الاستنتاجات الآتية :

- 1- استخدام البرنامج التعليمي المصمم وفق بيئة التعلم النقال قد حقق تطوراً ملحوظاً للذكاء الجسمي- حركي ودقة اداء الضربة الخلفية لدى طلاب معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة .
 - 2- تطبيق البرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال ساهم في تنمية (الذكاء الجسمي- حركي) لدى الطلاب وذلك خلال حرية ومرونة التفكير وزيادة التفاعل والتشويق والاثارة بين الطلاب .
 - 3- تفوق افراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيقها للبرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال في الذكاء الجسمي- حركي ودقة اداء الضربة الخلفية على افراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية .
- #### 5 - 2 التوصيات :-

استناداً الى ما اشارة اليه نتائج البحث توصي الباحثة بالآتي:

- 1- ضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال في ا (الذكاء الجسمي- حركي) ودقة اداء الضربة الخلفية بكرة الطاولة (الصم البكم) في المدارس الخاصة بهم .
- 2- ضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال والاهتمام في بعض انواع الذكاءات المتعددة للطلاب (الصم البكم) ولمختلف الدروس .
- 3- إجراء دراسات مشابهة باستخدام بيئة التعلم النقال المختلفة ومعرفة تأثيرها على تعلم مهارات الانشطة الرياضية المختلفة وفي مراحل عمرية مختلفة.
- 4- عمل دورات تدريبية للعاملين في مجال تعلم بالمعاهد الخاصة بطلاب (الصم البكم) وتشجيعهم لتوظيف التعلم النقال في تعليمهم .

المصادر العربية والاجنبية

- إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص70 .
- احلام عزراوي نواف : الذكاءات المتعددة وعلاقتها بالكفاءة الذاتية في ادارة الصف لدى معلمي الطلبة الموهوبين والعاديين ، القاهرة ، دار وائل للنشر ، 2015 ، ص 42 .
- أحمد محمد سالم : التعلم الجوال Mobile learning رؤية جديدة التعلم باستخدام التقنيات اللاسلكية ، ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر العلمي الثامن عشر الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس ، القاهرة ، مصر ، 2009 .

- طارش بن غالب: الوسائل التعليمية وتقنيات التعلم ، ط1، اليازوري للطباعة والنشر، الاردن - عمان ، 2011، ص13.
- عاطف عدلي فهمي : تنظيم بيئة تعلم الطفل ، ط 4 ، دار الميسرة عمان ، 2007 .
- عامر سعيد الخيكاني ، ايمن هاني الجبوري : الاستخدامات العلمية للاختبارات والمقاييس النفسية والرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2016 ، ص 334 .
- عبد الستار حسن الصراف. ألعاب المضرب ، بغداد، مطبعة الارشاد ، 1987، ص107.
- عبدالله حسين اللامي : اساسيات التعلم الحركي ، جامعة القادسية ، 2006 ، ص22.

- Attewell, J. & Smith,S (2003). Young People, Mobile Phones and Learning. Learning and Skills Development Agency, London .
- Aubusson, Peter. (2009). "Moblie learning For Teacher Professional Learning (Benefits, Obstacles and issues". Center for Research in Learning and Change, University of Technology. Sydney, Australia .
- Bourquoin, O. : Coordination in Strength and Conditioning for tennis, A.Q. Machar Reid, and Miguel Crespo. London, UK: International Tennis Federation, ITF Ltd, 2003. PP 89-90

تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد

م. هيو محمد علي سليمان

م. د. فريدون محمود امين

جامعة السليمانية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى معرفة تأثير كل من اسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران والاسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة اليد للطلّبات مرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية للعام الدراسي 2021-2022 ، واستخدم الباحثان التصميم التجريبي ذو المجموعتين (الضابطة و التجريبية) ذات الاختبارات القبليّة والبعدية ، وتم اختيار مجتمع البحث عمدياً وبلغ عددهن (30) طالبات ، اما عينة البحث تم اختيارهن بالطريقة العشوائية المنتظمة وتكونت من (10) طالبات لكل المجموعة وبلغ نسبتهن (66.66 %)، بعد تحليل النتائج استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية (spss) للحصول على النتائج ، حيث ظهرت بعض النتائج ومنها استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران أدى الى تقدم مستوى اداء المهارات (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد بدرجة اكبر من الاسلوب المتبع من قبل المدرس ، ويوصي الباحثان بضرورة اهتمام مدرسي كرة اليد في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة باستخدام التعلم التعاوني بطريقة الاقران في تطوير اداء المهارات المختلفة .

Abstract

The effect of using cooperative learning strategy throughout peer method in learning some basic handball skills

By

Dr. Faridoun Mahmoud Amin

Hewa Mohamed Ali Suleiman

University of Sulaymaniyah / College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to identify The effect of using cooperative learning strategy throughout peer method in learning some basic handball skills, and to identify the effect of both the cooperative learning strategy throughout peer method and the followed method in learning some basic handball skills for the third stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of

Sulaymaniyah for the academic year 2021-2022. The researchers used the experimental design with two groups (control and experimental) with tests tribal and dimensional. The research population was chosen deliberately and their number was (30) students, while the research sample was chosen by the systematic random method and it consisted of (10) students for each group and their percentage was (66.66%), the researchers used the statistical bag (spss) to get The results, where some results appeared, including the use of the cooperative learning strategy throughout peer method, which led to an improvement in the level of performance of skills (passing – dribbling - shooting) in handball to a greater degree than the method followed by the teacher, and the researchers recommend the need for the attention of handball teachers in the faculties of physical education and sports sciences using some basic handball skills.

1 – التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

لقد اهتمت الدراسات والبحوث الحديثة التي تعنى بالمكونات العملية التربوية بالعمليات العقلية وذلك بالأبتعاد عن اساليب التلقين التي يتحدد فيها دور الطالب باستقبال المعلومات ومحاولة التعرف على اهم الوسائل والأسس والطرائق التعليمية المهمة بدور المتعلم والمسهلة لعملية التعلم واكتساب المهارات المختلفة واذ تعددت طرائق التدريس الحديثة التي تساعد على تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية التي تهدف الى تنمية شخصية الطالب من جميع النواحي (العاني ، 1986 : 89) . ويأتي هذا التعلم من خلال اتباع الاساليب العلمية والمنظمة في طرائق وأساليب التعلم التي يستخدمها المدرسون للعمل على اشراك المتعلم وابرار دوره الأيجابي وبالتالي زيادة دافعية المتعلم ومنها التعلم التعاوني. وفي ظل المنعطف العلمي الذي تشهده ساحات العلم والمعرفة ومن اجل الارتقاء بالعلمية التربوية بمختلف مستويات مؤسساتها التعليمية ومنها ميدان التربية البدنية والرياضية وللنهوض بمستوى الطالب وخصوصا في استخدام انواع طرائق التدريس وأساليب التعلم التي كثرت وتنوعت لثلاثم مختلف مراحل الدراسة وبحسب قابلية الطلبة وجنسهم وميولهم ورغباتهم ومستواهم الإدراكي إلى غير ذلك . وان غياب الأثر المباشر للمدرس مشاركة المدرس يؤدي الى فرض محيط من الحرية لأفراد المجموعات في التعبير عن افكارهم و آرائهم في تنفيذ المهام ، فالتعاون بين افراد المجموعة التعاونية الواحدة كلما كان مناسباً وطبيعة النشاط كان اسلوباً مؤثراً في التعليم والاتقان للمهارات الحركية المختلفة كلما زادت دافعية المتعلم نحو الاداء الافضل إذ ان " توافر مهارات العمل التعاوني و الاجتماعي ضروري من اجل التفاعل الايجابي بين افراد المجموعة الواحدة في تدريس المادة التعليمية ومساعدة افراد المجموعة على تعلمها (الحيلة ، 1998 : 143) . فقد قدم جونسون وآخرون (1995) مدخلاً جديداً في التربية عن مفهوم التعلم التعاوني، حيث يعمل الطلاب معا في مجموعات صغيرة مكونة من (2-5) أعضاء لإنجاز أهداف مشتركة بنجاح ووفقاً لإستراتيجية جونسون وزملائه عن التعلم التعاوني، فإن العمل التعاوني، بالمقارنة مع العمل التنافسي والعمل الفردي، يؤدي إلى زيادة التحصيل والإنتاجية في أداء الطلاب، والتأكيد على العلاقات الإيجابية بينهم، وتحسن الصحة النفسية وتقدير الذات. يعد التعلم التعاوني من الاستراتيجيات الحديثة، التي تهدف إلى تحسين وتنشيط

أفكار التلاميذ الذين يعملون في مجموعات، يعلم بعضهم بعضاً، ويتحاورون فيما بينهم بحيث يشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسؤوليته تجاه مجموعته. إضافة إلى أن استخدام هذه الاستراتيجيات يؤدي إلى تنمية روح الفريق بين التلاميذ مختلفي القدرات، أن الطالب يجد في التعلّم التعاوني فرصة للتعبير عن رأيه بحريّة ودون خوف، وإلقاء الأسئلة، والإجابة عن بعض التساؤلات، وعرض أفكاره، ويحصل على فرصة آمنة للمحاولة والخطأ، والتعلّم من خطئه، وتزداد دافعيته ونشاطه للتعلّم، وينمو تفكيره، ويكتسب القدرة على التحكّم في وقته، ويكتسب كثيراً من التفاعل الاجتماعي، كما يوفر التعلّم التعاوني الوقت والجهد المبذول من قبل المعلم في عرض المادة العلمية ومناقشتها، إذ يستطيع أن يتابع من 9 إلى 10 مجموعات بدلاً من 40 إلى 50 تلميذاً. (جونسون وآخرون ، 1995 : 48)

وبعد التعلّم التعاوني أحد استراتيجيات التعليم والتعلّم في المجال التربوي والتي أسهمت بنصيب وافر في إعداد المعلم وتدريبه على اكتساب المهارات التدريسية (الحمضيات ، 2005 : 2) . كما انه يجعل من الطالب مركزاً للعملية التعليمية أي (محور العملية التعليمية) وذلك من خلال إتاحة الفرصة اللازمة لجعله متجهاً نحو المعلومات وشريكاً في العملية التعليمية و متعمداً على نفسه في جث المسائل ومواجهة المشكلات وإتاحة فرص العمل الجماعي التعاوني والتعبير عن الرأي بحرية (الفتلاوي ، 2004 : 101).

ولعبة كرة اليد احدى الالعاب الفرقية التي لها خصوصيتها واهدافها وتتضمن انواعاً متعددة من المهارات وتحتاج الى طريقة تعليمية أفضل وحاجاتها الى الإهتمام بتعليمها وتطوير مستوى ادائها ، وهذه تعد محاولة علمية جادة للمقارنة بين اسلوبين تعليميتين كاسلوب التعلّم التعاوني بطريقة الاقران واسلوب المتبع ومعرفة تأثيرهما على تعلّم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد ، وهذه الدراسة قد تشارك في تطوير الجانب العلمي للطرائق والاساليب التعليمية ومساهمة فعالة في تطوير لعبة وتقدمها .

1 - 2 مشكلة البحث

إن عملية النهوض بدرس التربية البدنية لطلبة كلية التربية الرياضية تتطلب تجريب واختيار انسب الطرائق والاساليب التعليمية للارتقاء بالمستوى التعليمي للطلبة بالرغم من تنوع وتوسع طرائق التدريس واساليب التعليم ، في الالونة الاخيرة زادت اساليب وطرائق تدريسية ذلك بهدف امكانية الوصول الى تحقيق افضل نتائج التدريسية وتحقيق اهدافها ومنها اسلوب التعلّم التعاوني.

ومن خلال المتابعة الميدانية للباحثان لدرس مادة كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية ومن خلال الابحاث والدراسات السابقة أن هناك جهد مبذول من قبل المدرس والطلبة لتحقيق الهدف باستخدام أساليب وطرق مختلفة إلا أن النتائج المرجوة منها لم تحقق بعد ، لذلك كلن الاتجاه لاستخدام اسلوب التعاوني بطريقة الاقران في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد وقد يكون ذلك أكثر فعالية للعملية التعليمية حيث يعمل على زيادة الفهم والإدراك والتذكر والتصور والقدرة على الملاحظة وتصحيح الأخطاء وذلك لان هذه الاسلوب قد يساعدن في التغلب على القصور أو الضعف في الطريقة التقليدية (المتبع) وكذلك إثارة دافعية الطلبة الى التعاون مع بعضهم البعض أثناء التعلّم .

1 - 3 هدفا البحث :

يهدف البحث الى : -

- 1- التعرف على تأثير اسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران والاسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة اليد للطلّابات مرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية .
- 2- التعرف على الفروقات بين مجموعتي البحث في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة اليد لدى عينة البحث .

1 - 4 فرضا البحث :

يفترض الباحثان بان :-

- 1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في بعض المهارات الاساسية بكرة اليد لدى عينة البحث
- 2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد لدى عينة البحث .

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية للعام الدراسي 2021 - 2022 .

1 - 5 - 2 المجال الزمني : الفترة من 29 / 1 / 2022 ولغاية 10 / 3 / 2022 .

1 - 5 - 3 المجال المكاني : القاعة الداخلية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية .

1-6 تحديد المصطلحات

1-6-1 التعلم التعاوني : هو اسلوب تعلم يتم فيه تقسيم المتعلمين على مجموعات صغيرة يتراوح عدد افرادها ما بين (4 - 6) افراد ويتعاون افراد المجموعة الواحدة في تحقيق هدف أو اهداف مشتركة (نصيف ، 2008 : 5)

3 - منهج البحث واجراءاته الميدانية

3 - 1 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتين المتكافئتين) وهو يتلائم وطبيعة المشكلة البحث، اذ يذكر (الشوك والكبيس 2004) ، ان المنهج التجريبي هو محاولة لضبط كل العوامل الاساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة في التجربة ما عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحث على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره في المتغير او المتغيرات التابعة (الشوك والكبيس ، 2004 : 59) .

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

تمثل مجتمع البحث طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية للسنة الدراسية (2021- 2022) ، اما عينة البحث تمثل طالبات المرحلة الثالثة بقسم التربية الرياضية والبالغ عددهن (30) طالبات قسموا عشوائياً الى مجموعتين بمعدل (10) طالبات في كل مجموعة وذلك بعد اجراء الاختبارات القبليّة وتم تسمية المجموعتين (التجريبية والضابطة) بطريقة القرعة وتم توزيع الاسلوب التعاوني بطريقة الاقران مجموعة التجريبية والاسلوب المتبع من قبل المدرس مجموعة الضابطة ،واستبعد الباحثان عدد من أفراد العينة لعدم حضورهن بسبب اصابة أو غير ملتزمين . وجدول (1) يبين ذلك .

جدول (1)
يبين مجتمع وعينة البحث

عينة البحث	العدد الكلي	عدد العينة
مجموعة الضابطة	12	10
مجموعة التجريبية	12	10
عينة التجربة الاستطلاعية		4

3 - 3 تجانس العينة :

بالنظر لكون عينة البحث الاصلية تتكون من مجموعين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبار القبلي والبعدي ، ولكونها من مرحلة دراسية واحدة ، وتم قبلوهم حسب مواصفات وشروط القبول من حيث العمر والطول والوزن والامكانيات البدنية وعليه لاحتاج هنا الى اجراءات التجانس .

4 - 3 تكافؤ العينة

قام الباحث بإجراء اختبارات تكافؤ المجموعتين من خلال المتغيرات وهي (المناولة - التهديف الطبطة (بكرة اليد ، وتوصل إلى النتائج التالية المبينة في الجدول (2)

جدول (2)

يبين تكافؤ أفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	الدالة
			س ⁺	س ⁻	س ⁺	س ⁻		
1	تقييم مهارة المناولة	ثا	3.43	0.473	3.13	0.636	1.690	0.167
2	تقييم مهارة الطبطة	ثانية	3.35	0.448	3.74	0.757	1.981	0.174
3	تقييم مهارة التصويب	عدد مرات	3.69	0.712	3.36	0.538	1.583	0.154

* معنوي عندما يساوي أو أقل من دلالة (0.005)

3 - 5 التصميم التجريبي :

تعد عملية اختيار التصميم التجريبي للبحث امراً ضرورياً من كل بحث تجريبي هو اجراء يهيء للباحث الطرق المحددة الى النتائج المطلوبة ، وهنا اعتمد الباحث التصميم التجريبي ذو المجموعتين (التجريبية والضابطة (وذات الاختبار القبلي والبعدي (الزوبعي والغنام ، 1981 : 102) .

3 - 6 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

- المصادر والمراجع العربية والاجنية .
- الاختبارات المهارية بالرجوع الى المراجع العلمية والدراسات السابقة .

- استمارة إستطلاع آراء الخبراء لمنهج التعليمي (الاسلوب التعلم التعاوني) .
- استمارة استطلاع آراء الخبراء للاختبار المهارات الاساسية بكرة اليد .
- استمارة تفريغ البيانات .
- كرات اليد القانونية (عدد 6)
- ساعة إيقاف عدد (2) .
- شريط القياس .
- اشرطة لاصقة .
- شريط القياس .
- الصافرة عدد (2) .

3 - 7 تحديد بعض المهارات الاساسية بكرة اليد :

تم تحديد بعض المهارات الأساسية بكرة اليد موضوعة البحث وفق مفردات المنهج للمهارات الموجودة في المنهج الدراسي المقرر لقسم التربية الرياضية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة السليمانية للعام الدراسي 2021 - 2022 ، والمهارات الاساسية هي (المناولة - الطبطبة - التصويب) .

1 - 7 - 3 مواصفات الاختبارات للمهارات الاساسية المبحوثة :

وفيما يأتي شرح تفصيلي للاختبارات المهارية المرشحة الثلاثة :- (محمد ، 1989 : 122)

أولاً : اختبار التوافق وسرعة المناولة من مسافة (3) امتار :

الهدف من الاختبار : قياس سرعة التمرير على الحائط وتسلم الكرة .

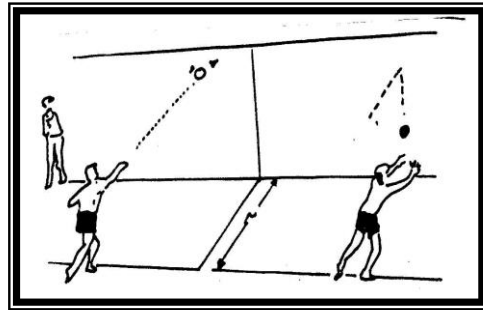
الادوات المستخدمة : كرة اليد - ساعة توقيت - حائط مستو .

مواصفات الاداء : يقف المختبر على بعد (3) امتار من الحائط ويقوم بتمرير الكرة الى الحائط واستلامها

واستمرارها لاكثر عدد ممكن في الزمن المحدد وقدره (30) ثانية .

التقويم : يحسب عدد مرات تسلم الكرة .

كما في الشكل الاتي :



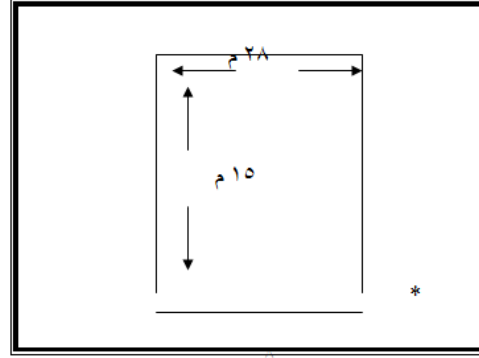
شكل (1)

يوضح اختبار التوافق وسرعة التمرير من مسافة (3) امتار

ثانياً : اختبار الطبطبة المستمر حول ملعب كرة السلة :

الهدف من الاختبار : قياس مهارة الطبطبة والسرعة .

الادوات المستخدمة : كرة اليد - ساعة توقيت - ساحة كرة سلة .
 مواصفات الاداء : يقف المختبر في احد اركان الساحة . ويقوم بالطبقة بأحدى اليدين وباستمرار مع الدوران حول الساحة دورة كاملة .
 التقويم : يحسب الزمن المسجل في اداء دورة كاملة حول الساحة .



خط البداية والنهاية

شكل (2)

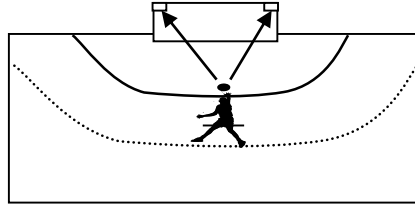
يوضح اختبار الطبقة

ثالثاً : اختبار دقة التصويب على المرمى من مسافة (6) امتار :
 الهدف من الاختبار : قياس دقة التصويب .
 الادوات المستخدمة : كرات اليد عدد (6) ، مربع دقة التصويب عدد (4) ، (40 سم × 40 سم) تعلق
 المربعات في الزوايا الاربعة للمرمى (العلويتين والسفليتين) .
 مواصفات الاداء :

- 1- يقف المختبر في المنطقة المواجهة للمرمى مباشرة خلف خط (6 امتار) ويوجه الكرات الواحدة تلو الاخرى الى داخل المربعات العليا والسفلى بحيث يتم تصويب ثلاث كرات الى أي من الزاويتين العلويتين او كليهما والكرات الثلاث الاخرى الى أي من الزاويتين السفليتين او كليهما .
 - 2- يجب ان يكون التصويب حاد وغير مدحرج .
 - 3- يتم التصويب من الثبات او الحركة قبل خط (6) امتار .
- التقويم :

1- يحتسب عدد الرميات التي تمرر في الكرة الى المربعات العليا والسفلى وهي مستوفية لكل الشروط الموضحة .
 تحول عدد الرميات التي تدخل المرمى الى المرمى الى درجات كالاتي :

الدرجة	عدد الاهداف الناجحة
5	1
10	2
14	3
17	4



شكل (3)

يوضح اختبار دقة التصويب

3 - 8 التجربة الاستطلاعية

يؤكد خبراء البحث أهمية إجراء التجربة الاستطلاعية وهي عبارة عن " تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبار لتفاديها " (حسين ، 1990 : 107) .
تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (29 / 1 / 2022) على عينة مكونة من (4) طالبة من مجتمع البحث خارج العينة لكي يتم الوقوف على أهم المعوقات التي ستواجه الباحثان والعدد الذي يحتاجه من الكادر المساعد مع التأكد من سلامة عمل الاجهزة ، ومن خلال هذه التجربة يتم التعرف إلى ما يلي:-

- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة .
- معرفة الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ الاختبارات قيد البحث .
- التعرف على الوقت المستغرق في تنفيذ التجربة .
- التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد .
- التأكد من كفاءة الاجهزة والادوات .

3 - 9 الاختبارات القبليّة

بعد ان طبق الباحث وحدة تعريفية لتعريف الطالبات بالمهارات والاختبارات ، قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث من المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء المهاري الموافق (31 / 1 / 2022) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية بوجود الباحث وفريق العمل المساعد وقد تم من خلالها ما يلي :-

- 1- تم شرح المهارات الاساسية بصورة مفصلة قبل إجراء الاختبار على عينة البحث .
- 2- تم تطبيق أداء المهارات حتى يتمكن افراد العينة من فهمها وصحة تطبيقها .

3-10 المنهج التعليمي وطريقة تنفيذه

" المنهج بمفهومه العام يعني خطة يلزم إتباعها ، ومنهاج التربية الرياضية هو مجموعة خبرات مخططة يمارسها المشتركون من خلال الفعاليات الرياضية " (السامرائي ، 1981 : 199)
بعد الإطلاع على المصادر العلمية ، تم وضع نموذج لوحدة تعليمية وفق أسلوب التعاوني لإحدى مهارات المبحوثة وتم عرضها على عدد من المختصين في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي وكرة اليد للتأكد من مدى

ملائمة التمارين لمستوى الطالبات وأوقات أجزاء الوحدة التعليمية بشكل جيد ، وتضمنت البرنامج التعليمي (8) وحدات تعليمية وإستغرقت التجربة الفعلية (4 أسابيع) بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ، وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة (ملحق 1) .

3 - 13 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من عملية تطبيق البرنامج التعليمي (اسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران) على المجموعة التجريبية أجرى الباحثان الاختبارات البعدية الخاصة بالمهارات قيد البحث للمجموعتين الموافقتين (2022/3/3) في قاعة خاصة بكرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية بمساعدة مدرس المادة وبإشراف مباشر من الباحثان، بنفس الطريقة والاسلوب والتسلسل والظروف المشابهة للاختبارات القبلية.

3 - 14 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية (spss) للحصول على النتائج الخاصة بالبحث :
- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار (ت) - النسبة المئوية % .
(الحكيم ، 2004 : 88 - 80)

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4 - 1 عرض نتائج اختبارات مهارات (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وتحليلها :

4 - 1 - 1 عرض وتحليل نتائج الفرق في الأداء المهاري بين الاختبارين القبلي والبُعدي للمجموعة الضابطة

جدول (3)

يبين قيمة (t) المحسوبة لتقييم الاداء المهاري في الاختبارات (القبلي والبعدية) للمجموعة الضابطة عينة

البحث ن = 10

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البُعدي		(t) المحسوبة	الدالة
			س ⁺	ع ⁻	س ⁺	ع ⁻		
1	المناولة	ثا	10.952	2.181	11.138	1.808	2.325	0.040
2	الطبطبة	ثا	16.900	3.725	17.800	1.932	2.029	0.044
3	التصويب	عدد مرات	27.300	22.774	34.300	17.429	1.772	0.006

* معنوي عندما يساوي أو أقل من دلالة (0,05)

يبين في الجدول (3) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومدى اختلافهما قبل تنفيذ المنهج التعليمي وبعده مما يدل على إن الفروق حاصلة في الاختبار البُعدي أي بما معنى ان هناك تأثيراً للمتغير التجريبي ، ولمعرفة حقيقة هذا التغير ودلالته احصائية استخدم الباحث اختبار (t) للعينات المترابطة في

المجموعة التجريبية اولى نجد ان قيمة الوسط الحسابي لمهارة المناولة (10.952) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (2.181) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (11.138) وبانحراف المعياري (1.808) ، اما قيمة الدلالة فقد بلغت (0.040) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

اما في مهارة الطبطة فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (16.900) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (3.725) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (17.800) وبانحراف المعياري (1.932) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.044) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

اما في مهارة التصويب فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (27.300) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (22.774) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (34.300) وبانحراف المعياري (17.429) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.006) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4 - 1 - 2 عرض وتحليل نتائج الفرق في الأداء المهاري بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

جدول (4)

يبين قيمة (t) المحسوبة لتقييم الاداء المهاري في الاختبارات (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية عينة

البحث ن = 10

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		(t) المحسوبة	الدلالة
			س ⁺	ع ⁺	س ⁻	ع ⁻		
1	المناولة	ثا	11.461	1.724	10.623	2.181	3.329	0.082
2	الطبطة	ثا	15.500	2.173	21.100	5.384	4.501	0.022
3	التصويب	عدد مرات	29.400	12.920	29.400	12.290	3.351	0.014

* معنوي عندما يساوي أو أقل من دلالة (0,05)

يبين في الجدول (4) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومدى اختلافهما قبل تنفيذ المنهج التعليمي وبعده مما يدل على إن الفروق حاصلة في الاختبار البعدي أي بما معنى ان هناك تأثيراً للمتغير التجريبي ، ولمعرفة حقيقة هذا التغير ودلالته احصائية استخدم الباحث اختبار (t) للعينات المترابطة في المجموعة التجريبية اولى نجد ان قيمة الوسط الحسابي لمهارة المناولة (11.461) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (1.724) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (10.623) وبانحراف المعياري (2.181) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.082) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

اما في مهارة الطبخة فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (15.500) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (2.173) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (21.100) وبانحراف المعياري (5.384) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.022) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

اما في مهارة التصويب فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (29.400) للأداء الفني للاختبار القبلي وبانحراف المعياري (12.920) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي فقد بلغ (29.400) وبانحراف المعياري (12.290) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.014) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4 - 1 - 3 عرض وتحليل نتائج الفرق في الأداء المهاري بين الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية

جدول (5)

يبين قيمة (t) المحسوبة لتقييم الاداء المهاري في الاختبارات (البعدية) للمجموعة الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(t) المحسوبة	الدالة
			س	ع ⁺	س	ع ⁺		
1	المناوله	ثا	10.623	2.384	11.138	1.808	1.681	0.013
2	الطبخة	ثا	21.100	5.384	17.800	1.923	2.898	0.000
3	التصويب	عدد مرات	29.400	12.920	23.000	7.586	3.632	0.014

* معنوي عندما يساوي أو أقل من دلالة (0,05)

يبين في الجدول (5) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومدى اختلافهما قبل تنفيذ المنهج التعليمي وبعده مما يدل على إن الفروق حاصلة في الاختبار البعدي أي بما معنى ان هناك تأثير للمتغير التجريبي ، ولمعرفة حقيقة هذا التغير ودلالته احصائية استخدم الباحث اختبار (t) للعينات المترابطة في المجموعة التجريبية الأولى نجد ان قيمة الوسط الحسابي لمهارة المناوله (10.623) للأداء الفني للاختبار البعدي وبانحراف المعياري (2.384) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (11.138) وبانحراف المعياري (1.808) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.013) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار البعدي للمجموعتين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

اما في مهارة الطبخة فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (21.100) للأداء الفني للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وبانحراف المعياري (5.384) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ

(17.800) وبانحراف المعياري (1.923) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.000) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار البعدي للمجموعتين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

اما في مهارة التصويب فنجد ان قيمة الوسط الحسابي (29.400) للأداء الفني للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وبانحراف المعياري (12.920) ، اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (23.000) وبانحراف المعياري (7.586) ، اما قيمة دلالة فقد بلغت (0.014) وهي اقل من نسبة خطأ (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار البعدي للمجموعتين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

4 - 2 مناقشة النتائج :

4 - 2 - 1 مناقشة الاختبارات القبلية والبعدية للأداء الفني للمهارات قيد البحث للمجموعة الضابطة من خلال عرض نتائج جدول (3) وتحليلها نلاحظ إن الأسلوب المتبع من قبل المدرس قد أثر تأثيراً ايجابياً في تعلم الأداء الفني لمهارة (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد أي بمعنى إن هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية .

ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى سلامة المنهج التعليمي واحتوائه على تمارين مختارة بصورة علمية وبتكرارات صحيحة ومتناسقة ومنسجمة مع مستوى وقابلية أفراد العينة وقائمة على أساس الممارسة الصحيحة ، فالتعلم والممارسة على مهارة معينة ضمن واجب حركي يؤدي الى زيادة الخبرة وإحداث تطور في الأداء المهاري ، لذلك فان الممارسة تعد اهم متغير في عملية التعلم للمهارات المعقدة وحتى البسيطة ، ويذكر يعرب خيون إن التعلم هو تكرار الأداء من اجل تحسين المسارات الحركية للفرد للوصول إلى الأداء المطلوب . (خيون ، 2010 : 19)

كما يعزو الباحثان أسباب هذه الفروق إلى تنظيم الوحدات التعليمية التي تعرضهن الطالبات والتي تتميز بوضوح الهدف وما مطلوب من الطالبات تحقيقه بحيث تضمن للطالبة اكتساب أداء مهاري جيد لتحقيق نتيجة جيدة ، مما أدى الى تحسن واضح في أدائهم وهذا ما أشار اليه (فؤاد سليمان قلادة) " من إن وضوح الأهداف وتحديد في ضوء سلوكية او مستويات أداء معينة فإنها تكون ذات مغزى وفعالية". (قلادة ، 1989 : 177)

4 - 2 - 2 مناقشة الاختبارات القبلية والبعدية للأداء الفني للمهارات قيد البحث للمجموعة التجريبية

من خلال عرض نتائج جدول (4) وتحليلها نلاحظ إن الأسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران قد أثر تأثيراً ايجابياً في تعلم الأداء الفني لمهارة (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد أي بمعنى إن هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية .

ويعزو الباحثان أسباب الفرق لدى عينة البحث الى تأثير المنهج التعليمي بأسلوب التعلم التعاوني ، لأن في هذا الأسلوب يكون فيه أفراد مجموعاته غير متجانسين ، كما ان المسؤولية الفردية تنعدم فيها ، بالإضافة الى مساهمة التعلم التعاوني في خفض القلق ، حيث لا يجد أفراد المجموعة حرجاً في طرح تساؤلاتهن على زملائهن أثناء تأدية المهارة ، كما ان افراد مجموعة التعلم التعاوني في القياس البعدي قد تمكنوا آلية العمل الجماعي ،

فكل فرد من المجموعة يجب أن يتعاون مع زميله لحصول عملية التعلم ، كما أن تواصل المتعلمين فيما بينهم من شأنه ان يجعل للأفراد تأثيرهن على بعضهن البعض ويمكن أستغلال هذا التأثير بصورة جيدة أضافة الى ذلك أن التعلم التعاوني يتفق مع الطبيعة البشرية أكثر من غيره من الأساليب ، وهذا يتفق مع رأي (شحاته ، 1992) " أت تصحيح الطالب لزميله أثناء أداء المهارة يعد من الأمور المهمة الهدف منها مساعدة الطلاب لبعضهم البعض من أجل تصحيح الأخطاء أثناء الأداء الحركي " (شحاته ، 1992 : 251) ، وكذلك يشير الحديثي الى " أن الهدف الذي تسعى اليه المناهج التعليمية من خلال الممارسة والتكرار لعملية التعلم هو تحسين مستوى الأداء كما أن أساس التعلم المهاري هو إكتساب المتعلم مجموعة من القدرات المهارية التي تمكنه من تحقيق مستوى جيد لأداء المهارة المراد تعلمها " (الحديثي ، 2003 : 69)

4 - 2 - 3 مناقشة الاختبارات البعدية للأداء الفني للمهارات قيد البحث للمجموعة الضابطة والتجريبية

من خلال عرض نتائج جدول (5) وتحليلها نلاحظ إن كلا الأسلوبين (الأسلوب المتبع من قبل المدرس - أسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران) قد أثرت تأثيراً إيجابياً في تعلم الأداء الفني لمهارة (المناولة - الطبطة - التصويب) بكرة اليد أي بمعنى إن هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

أن الأساليب وطرائق التدريس دوراً فعالاً ومؤثراً في العملية التعليمية للمنهج المراد تطبيقه ، وتختلف هذه الأساليب والطرائق باختلاف خصوصيتها ، وقد يعزى تفوق مجموعة التعلم التعاوني بطريقة الاقران على مجموعة الاسلوب المتبع من قبل المدرس المادة الى أن أسلوب التعلم التعاوني يؤدي الى إنتقال أثر التدريب الإيجابي نتيجة للتدعيم الفوري والتغذية الراجعة عن طريق الزميل أثناء التعلم ، وهذا ما أشار إليه (جونسون ، 1991) أن أسلوب التعلم التعاوني ينشئ العلاقة الإيجابية المتبادلة بين الأفراد لتحقيق الهدف ، بمعنى أن الفرد يستطيع تحقيق هدفه، في الوقت نفسه يستطيع الفرد الآخر المرتبط به إيجابياً تحقيق هدفه ، كما يسعى الفرد الى النتائج المفيدة له للمشاركين معه . (جونسون ، 1991 : 19) ، كما تؤكد (كوجك ، 1997) أن أسلوب التعلم التعاوني أحد الأساليب التدريس المستخدمة في مجال التربية الرياضية ، ويهدف هذا الأسلوب الى تعزيز المتعلمين على العمل مع بعضهم البعض لإنجاز مهمة ما ، وعلى كل منهم مسؤولية معاونة الآخرين ومساعدتهم على التعلم بحيث تصل المجموعة الى الإنجاز المطلوب ، وهذا يعني أن المتعلم لا يكون مسؤول عن تعلمه هو فقط ، ولكنه يكون مسؤول أيضاً عن تعلم باقي أفراد المجموعة أي أن أداء المتعلم هو محصلة جهده وجهد زملائه " (كوجك ، 1997 : 316)

وبالرجوع الى الأوساط الحسابية في القياس البعدي في المجموعتين نرى أن هناك فرقاً عن القياس القبلي وهذا يعود الى زيادة نسبة الإشتراك الفعلي للطالبات في الدرس بالتدريب المتكرر على الواجب الحركي مع تصحيح الأخطاء وتحسين الأداء الفني ، كما أن أستعمال ورقة الواجب أثناء تنفيذ الأسلوب تساهم بشكل كبير في نجاح عملية التعلم لما تحويه من معلومات وصور ورسوم توضيحية تساعد المدرس على تقليل من صور ورسوم توضيحية توفر وقت وجهد للمدرس في شرح المفاهيم والحقائق " . (الحيلة ، 2000 : 29) .

5 - الاستنتاجات والتوصيات

5 - 1 الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث استنتج الباحثان مايلي :

- 1- إن الأسلوب المتبع من قبل المدرس قد ساهم في تقدم مستوى الأداء بعض مهارات الأساسية (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد .
- 2- إن الأسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران قد ساهم في تقدم مستوى الأداء بعض مهارات الأساسية (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد .
- 3 - أدى استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران أدى إلى تقدم مستوى أداء بعض المهارات (المناولة - الطبطبة - التصويب) بكرة اليد بدرجة اكبر من الأسلوب المتبع من قبل المدرس .
- 4-أن أسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران من الأساليب المؤثرة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد (المناولة - الطبطبة - التصويب) وذلك بالرجوع الى نتائج القياس البعدي .

5 - 2 التوصيات

وفي ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي :

- 1 - ضرورة استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران في تطوير المهارات الأخرى .
 - 2 - ضرورة اهتمام مدرسو التربية الرياضية باستخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة الاقران في تطوير أداء المهارات .
 - 3- ضرورة إختيار أساليب تدريسية ملائمة تتلائم مع طبيعة ونوع النشاط الممارس وقابليات وإمكانيات الطلبة .
- المصادر

- جونسون ديفيد، وآخرون ؛ التعليم التعاوني، ترجمة مدارس الظهران الأهلية، الظهران، السعودية، مؤسسة التركي للنشر والتوزيع ، 1995 .
- خليل ابراهيم الحديثي ؛ تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2003 .
- ريسان خريبط محمد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج 1 ، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية ، 1989 .
- روؤف عبد الرزاق العاني ؛ اتجاهات حديثة في تدريس العلوم، مطبعة جامعة صلاح الدين ، اربيل ، 1986.
- سهيلة محسن كاظم الفتلاوي ؛ المدخل الى التدريس ، ط1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 2003 .
- كوثر حسين كوجك ؛ اتجاهات الحديثة في المناهج وطرق التدريس ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1997 .
- عبدالجليل الزوبعي ومحمد الغنام : مناهج البحث في التربية ، ط 1 ، مطبعة جامعة بغداد ، 1981 .
- علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة جامعة القادسية ، العراق ، 2004 .

- قاسم حسن حسين ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، مطابع التعليم العالي ، الموصل ، 1990 .
- فؤاد سليمان قلادة ؛ الأهداف التربوية وتدريب المناهج ، الاسكندرية ، دار المطبوعات الجديدة ، 1989 .
- محمد محمود الحيلة ؛ تقنيات الشفافات التعليمية ، ط1 ، دار المسيرة للنشر ، عمان ، 2000 .
- محمد محمود الحيلة ؛ التربية المهنية واساليب تدريسها ، ط1 ، دار المسيرة ، للنشر ، عمان ، 1998 .
- محمود الحمضيات ؛ التعلم حتى التمكن في الرياضيات ، مجلة المعلم ، مركز القطان للبحث والتطوير التربوي ، غزة ، فلسطين ، 2005 .
- محمد ابراهيم شحاته ؛ دليل الحمياز الحديث ، مطبعة التوني ، دار المعارف ، الاسكندرية ، 1992 .
- نجلاء عباس نصيف ؛ اثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني (تعلم الإقران) بطريقة التمرين المتسلسل والعشوائي في بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، مجلة الرياضة المعاصرة ، المجلد السابع ، العدد الثامن ، 2008 .
- نوري ابراهيم الشوك و رافع صالح الكبيسي : دليل الباحث بكتابة الابحاث في التربية الرياضية ، بغداد ، 2004 .
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط 2 ، دار الكتب والوثائق ، بغداد ، 2010 .
- ملحق (1) نموذج لوحدة تعليمية بأسلوب التعلم التعاوني للمجموعة التجريبية
- الوحدة التعليمية : الاولى
- التاريخ : / / 2022
- الزمن : (90 دقيقة)
- عدد الطلاب : 10
- الهدف : أن يجعل الطالبة قادراً على أداء مهارتي المناولة من مستوى الرأس من الثبات والاستلام

اقسام الخطة	نوع النشاط	المحتوى
القسم الاعدادي 17 دقيقة	اعمال الادارية وتنظيم	حضور الطالبات وتهيئتهم واخذ الحضور ويتضمن تمارين لكافة اعضاء ومفاصل الجسم.
القسم الرئيسي 60 دقيقة	الجزء التعليمي	يقوم المدرس بشرح مهارتي المناولة من مستوى الرأس من الثبات والإستلام من المستوى الصدر موجز مع تقديم نموذج حي من قبل المدرس ، وبعدها يتم تقسيم الطالبات الى مجموعات تعاونية للبدء في تطبيق المهارة حسب ما موجود في ورقة الواجب .
	الجزء التطبيقي	يتم ممارسة كل تمرين بأسلوب الاقران التعاوني -الاداء الحركة دون استخدام الكرة . -الاداء الحركة دون رمي الكرة

- مناولة الكرة الى الحائط والاستلام - مناولة الكرة مع الزميلة والاستلام		
- تمارين اللعبة من التاكيد على الحالات والحركات الخاصة . - تمارين تهدئة وإنصراف	- اللعب - الانصراف	القسم الختامي 13 دقيقة

تأثير التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات

م. د. صادق دريول خلف مبارك

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية محافظة البصرة

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى إعداد تمرينات بأسلوب التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات, التعرف على تأثير التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات, والتعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات . استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملائمته في معالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه. حدد مجتمع البحث بلاعبي فريق نادي نفط البصرة الشباب والبالغ عددهم (22) لاعب وبالطريقة العمدية ، وبعدها تم اختيار العينة والبالغ عددهم (20) لاعب وهم يشكلون نسبة (90.90%) من مجتمع البحث . وعلى ضوءها تم تقسيم العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية والتي بلغ عددهم (10) لاعبين لكل مجموعة. كانت أهم الاستنتاجات هي ان التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) له أهمية كبيرة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات الشباب من خلال زيادة القوة المطلوبة بصورة أفضل. وتم التوصية بضرورة الاعتماد على التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) لما له من أهمية كبيرة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات الشباب من خلال زيادة القوة المطلوبة .

Abstract

The effect of complex training (plyometrics - weights) in developing the speed characteristic of the legs and some basic futsal skills of young players

By

Dr. Sadiq Driol Khalaf Mubarak

The aim of the research is to prepare exercises through a complex training style (plyometrics - weights) in developing the speed characteristic of the legs and some basic futsal skills of young players, to identify the effect of complex training (plyometrics - weights) in developing the speed characteristic of the legs and some basic futsal skills of young players, and to identify the differences between the results of the pre and post tests and for the control and experimental groups in developing the speed characteristic of the two legs and some basic futsal skills of young players. The researcher used the experimental approach with the design of equivalent groups (control and experimental). The research population was determined by the young players of the Basra Oil Club team, who numbered (22) player. (20) players was selected as a sample. The sample was divided into two groups, a control and an experimental group, which numbered (10) players for each group. The most important conclusions were that the complex training (plyometrics - weights) is of great importance in developing the speed characteristic of the two legs and some basic futsal skills of young players by increasing the required strength. It was recommended to rely on complex training (plyometrics - weights) because of its great importance in developing the speed characteristic of the two men and some basic futsal skills of young players by increasing the required strength.

1-التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تزدهر المجتمعات نتيجة الاهتمام بعوامل التطور والتقدم النابعة من العلم والأبحاث العلمية في مختلف المجالات الحياة سواء التربوية أو الاجتماعية أو التعليمية وحتى الرياضية. وفي الجانب الرياضي بدا التقدم والحصول على النتائج الرياضية المتقدمة نتيجة الاهتمام بالتدريب الرياضي الذي يستند على البحث العلمي والتجريب لمختلف طرق التدريب والأساليب وتقنيها بالأسلوب العلمي الذي يساعد على إحداث تكيفات للاعب في بناء المتطلبات البدنية الضرورية لنوعية اللعبة الرياضية وتحقيق الانجازات والفوز. ويعد التدريب المعقد من التدريبات الحديثة التي تهتم بصورة فعلية على القوة العضلية بأنواعها المختلفة وتعمل على تطويرها والارتقاء بها نحو الفضل حسب خصوصية اللعبة . وتعد لعبة كرة القدم الصالات إحدى الألعاب الفرعية حديثة العهد ، وأصبحت مزاوله هذه اللعبة يرتقي شيئا فشيئا ، وبدا التنافس بشكل كبير ومتقدم ، مما يتطلب التقدم أيضا بتدريب الفرق واللاعبين في الجانب البدني والمهاري يواكب نوعية وخصوصية هذه اللعبة .

وتعد القوة المميزة بالسرعة من القدرات البدنية الضرورية للاعبي كرة القدم للصالات التي تساعده في التحرك السريع وتغير الاتجاه وأداء المهارات بصورة كبيرة.

ومن هنا تأتي أهمية البحث في تجريب التدريب المركب الذي تدمج فيه تمارين الأثقال واللايومتري معاً لما لها من دور بتطوير القوة المميزة بالسرعة والتي تؤثر في مجال لعبة كرة القدم للصالات وبذلك قد نساهم في رفع مستوى لعبة كرة القدم للصالات نحو الأفضل.

1-2 مشكلة البحث :

الأداء المهاري للاعبي كرة القدم للصالات يتطلب امتلاك اللاعب القوة الكافي في تنفيذها وفق اللعب السريع والتحريك المفاجئ ولهذا فان القوة المميزة بالسرعة هي المطلب المهم والأساسي ، ونظراً لوجود عدة طرق تدريبية تعمل على نجاح القوة المميزة بالسرعة المطلوبة إلا إن طريقة التدريب المركب حديثة العهد ولم تجرب على لاعبي كرة القدم للصالات على حد علم الباحث.

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بعلم التدريب الرياضي ولعبة كرة القدم كونه لاعب سابق ومدرب لاحظ وجود ضعف في تنفيذ الوجب المهاري الهجومي والذي يعزى إلى ضعف القوة المميزة بالسرعة والذي يعد احد أسبابه هو طريقة التدريب المستخدمة التي ربما لا تحقق الغرض من التدريب وهذا ما دعي الباحث الى تجريب التدريب المركب.

1-3 أهداف البحث :

1- إعداد تمارينات بأسلوب التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

2- التعرف على تأثير التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

3- التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

1-4 فروض البحث :

1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو نادي نفط البصرة في محافظة البصرة بكرة القدم للصالات للشباب.

1-5-2 المجال المكاني : ملعب نادي نفط البصرة بكرة القدم للصالات.

1-5-3 المجال الزمني : المدة من 2022/1/3 ولغاية 2022 /3/9

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملائمته في معالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعينه : حدد مجتمع البحث بلاعبي فريق نادي نفط البصرة الشباب والبالغ عددهم (22) لاعب وبالطريقة العمدية ، وبعدها تم اختيار العينة والبالغ عددهم (20) لاعب وهم يشكلون نسبة (90.90%) من مجتمع البحث . وعلى ضوءها تم تقسيم العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية والتي بلغ عددهم (10) لاعبين لكل مجموعة ، وتم تجانس العينة داخل كل مجموعة وتكافؤ المجموعتين وكما في جدول (1).

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

الاختبار أو القياس	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	معامل الاختلاف %	ع	س	معامل الاختلاف %	ع	س		
الوزن / كغم	0.818	0.562	68.65	0.995	0.684	68.74	0.339	غير معنوي
الطول / سم	1.022	1.745	170.66	0.973	1.662	170.74	0.099	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / عدد	1.84	0.562	30.526	2.241	0.687	30.654	0.324	غير معنوي
الدحرجة / ثانية	5.691	0.658	11.562	4.9	0.562	11.468	0.326	غير معنوي
التهديف / درجة	4.662	0.652	13.985	3.293	0.456	13.847	0.52	غير معنوي
المناولة / درجة	6.167	0.423	6.859	5.277	0.358	6.784	0.407	غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى (0.05) = 1.724

2- 3 وسائل جمع المعلومات:

1-3-1 وسائل جمع البيانات:

- المصادر العربية والأجنبية.

- الاختبارات المستخدمة.

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث :

-ملعب كرة قدم للصالات .

-كرات قدم للصالات .

-إثقال مع أقراص .

-شريط قياس .

- جدار ثابت.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث حسب مشكلة البحث ورأي البحث ووفق المصادر والمراجع وشملت القوة المميزة بالسرعة للرجلين والمهارات الأساسية بكرة القدم.

2-4-2 الاختبارات المستخدمة:

2-4-2-1 الاختبارات البدنية: (6 : 344)

1- ثني ومد الركبتين خلال 20 ثانية .

2-4-2-2 الاختبارات المهارية:

2-4-2-1 اختبار الجري المتعرج بالكرة (الدرجة) (4 : 215):

الغرض من الاختبار : قياس مدى قدرة المختبر على التحكم في الكرة أثناء الجري بها بين الشواخص.

الأدوات : كرة قدم للصالات ،شواخص عدد 10، ساعة توقيت ، ملعب توضع فيه (10) شواخص في خط مستقيم المسافة بين شاخص وآخر (1.5 متر) والمسافة بين البداية وأول شاخص (2 متر).

وصف الأداء : يقف المختبر بالكرة على خط البداية ،وعند إعطاء إشارة البدء يجري المختبر بين الشواخص جريا متعرجا" حتى يصل إلى آخر شاخص يدور حوله ويعود إلى خط البداية بالطريقة نفسها ، للاعب الحق في استخدام كلتا القدمين.

شروط الأداء :

* يمكن للمختبر إن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين أو اليسار.

* يجب عدم توقف حركة اللاعب في أثناء الاختبار.

*تعاد المحاولة في حالة سقوط شاخص.

طريقة التسجيل:

* يحتسب الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى.

2-4-2-2 اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10 متر) (11 : 83):

اسم الاختبار : اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10 متر).

الهدف من الاختبار : قياس دقة التهديف.

الأدوات المستخدمة :كرة خاصة بكرة القدم للصالات عدد (3)، هدف مقسم بواسطة حبال على (5) أقسام ، صافرة ، شاخص، استمارة تسجيل.

طريقة الأداء : يقف المختبر على بعد (10) متر من الهدف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالتهديف.

التسجيل : تعطى للمختبر (3) محاولات إذ يتم حساب الدرجات حسب الموقع.

2-4-2-3 اختبار المناولة (5: 58) :

اسم الاختبار : المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (10 متر).

الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة.

الأدوات : كرات قدم عدد (5) ، هدف صغير إبعاده 60×60 سم ، شريط قياس، لاصق.

إجراء الاختبار : يرسم خط البداية بطول (1 متر) وعلى مسافة (10 متر) عن الهدف الصغير وتوضع الكرات

الخمس على خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بتهديف هذه الكرات نحو الهدف الصغير من خلال

اتخاذ المكان الصحيح عند خط البداية .

التسجيل : تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المختبر من مناولات الكرات الخمس وعلى نحو

الآتي:

1- (2 درجة) لكل محاولة صحيحة تدخل الهدف الصغير.

2- (1 درجة) إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف.

3- (صفر) في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.

حدود الدرجة هي (صفر - 10).

2-4-4 التجربة الاستطلاعية :

اجري الباحث تجربة استطلاعية بتاريخ 2022/1/3 على بعض أفراد العينة الأصلية لمعرفة مدى

ملائمة التمرينات لأفراد العينة وتقنين الحمل من الشدة والحجم والراحة وكذلك تقنين التثقيل المناسب وذلك من

خلال تطبيق بعض التمرينات .

2-5-5 التجربة الميدانية:

2-5-1 الاختبارات القبلية : اجري الباحث الاختبارات القبلية بتاريخ 2022/1/10 .

2-5-2 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بإعطاء التمرينات في التدريب المعقد في القسم الرئيس في المنهج التدريبي الخاص لمدرّب

الفريق واشتملت التمرينات على تمارين التثقيل فتراوحت شدة تمريناتها بين 65 % - 75 % وبتكرار (2) لكل

تمرين يكون بعدها فترة راحة حيث اعتمد الباحث على النبض كمؤشر للراحة البينية بين التكرارات وبين المجاميع

، إذ بلغ عدد ضربات القلب بين التكرارات (130-140 ض / د). أما الراحة بين المجاميع فكانت ما بين

(110 - 120 ض / د) وجاء اعتماد النبض كأساس لتحديد الراحة البينية لكونه أكثر ثباتاً ودقة كما يؤكد ذلك

(ريسان خريبط مجيد ومحمود الشاطي 1997) (2: 398) حيث يذكر " إن انتظام العمل يكون أكثر ثباتاً

وبمستوى أفضل عندما تحدد الراحة البينية عن طريق عودة النبض إلى (120) ضربة بالدقيقة " وهذا ما ذهب

إليه (عصام عبد الخالق، 1999) (3: 64) حيث قال " يعتبر النبض معياراً فسيولوجياً موضوعياً ومؤثراً صادقاً

للدلالة على شدة المجهود المبذول وبما يتلاءم مع قابلية أفراد العينة للوصول إلى مرحلة الاستشفاء " .

أما تمارين البلايومترك فتراوحت الشدة ما بين 80 % - 90 % وبتكرار (2) لكل تمرين ، حيث تم تطبيق التمارين بطريقة التدريب الفترى المرتفع الشدة .

وبلغت مدة تطبيق التمرينات (8) أسابيع مراعيًا ، وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع الواحد (3) وحدات ومجموع الوحدات (24) وحدة تدريبية ،تم تطبيق التمرينات من المدة 2022/1/11 ولغاية 2022/3/8

3-4-2 الاختبارات البعدية : أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2022 / 3/9

2-5 الوسائل الإحصائية :تم استخدام الوسائل الإحصائية في معالجة البيانات وشملت:

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

3- عرض ومناقشة النتائج:

جدول (2)

يوضح قيم (ت)القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات المستخدمة	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / عدد	30.526	0.562	32.562	0.687	0.774	2.63	معنوي
الدرجة / ثانية	11.562	0.658	10.085	0.445	0.587	2.516	معنوي
التهديف / درجة	13.985	0.652	15.236	0.754	0.552	2.266	معنوي
المنافسة /درجة	6.859	0.423	7.998	0.745	0.457	2.492	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05)=1.833

جدول (3)

يوضح قيم (ت)القبلية والبعدية للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات المستخدمة	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / عدد	30.654	0.687	34.562	0.638	0.889	4.395	معنوي
الدرجة / ثانية	11.468	0.562	9.112	0.784	0.668	3.526	معنوي
التهديف / درجة	13.847	0.456	17.652	0.562	0.899	4.232	معنوي
المنافسة /درجة	6.784	0.358	9.221	0.741	0.664	3.67	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) =1.833

جدول (4)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات المستخدمة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع		
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / عدد	32.562	0.687	34.562	0.638	6.41	معنوي
الدرجة / ثانية	10.085	0.445	9.112	0.784	3.243	معنوي
التهديف / درجة	15.236	0.754	17.652	0.562	7.718	معنوي
المنافسة / درجة	7.998	0.745	9.221	0.741	3.494	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.724

بعد هذا العرض تبين لنا هناك تطور بمستوى القوة المميزة بالسرعة والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب للصالات وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ويرجع سبب ذلك إلى انتظام العينة بالتدريب المتواصل من دون انقطاع أدى إلى الاحتفاظ بالمستوى البدني وتطوره . كذلك انتظام المجموعة الضابطة بالتدريب وفق أسلوب مخطط له مسبقاً الأمر الذي ساعد على التطور البدني والمهاري وهذا ما يؤكد (حنفي محمد مختار، 1998) " أن التخطيط السليم واختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفة البدنية في الوقت نفسه تعمل على إتقان اللاعب للمهارات الأساسية " (1 : 96).

ويرى مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري (2010) " إن هدف عملية التدريب الرياضي هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الانجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي تخصص فيه اللاعب". (9 : 22)

إما سبب تطور المجموعة التجريبية بصورة أفضل من المجموعة الضابطة يرجع إلى التدريب المعقد الذي ساعد على تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعدها الأداء المهاري الهجومي بكرة القدم للصالات ، ومن المعروف أن الصفة البدنية لا يتم تطويرها بصورة تلقائية وعفوية وإنما عن طريق التدريب المنظم والمخطط له وفق الأسلوب العلمي ، وكذلك الاختيار الصحيح للتمرينات ذات العلاقة بالصفة البدنية ولاسيما (الأحمال الإضافية والتثقيف والكرات الطبية) وهذا ما أشار إليه الكثير من الخبراء والمختصين في هذا المجال ومنهم (محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، 1982) إذ إنهم أشاروا إلى "إن التدريب المنظم للأثقال يمكن أن يساهم في تنمية القوة المميزة بالسرعة (لهذا تم استخدام تلك التمرينات من قبل الباحث خلال الوحدات التدريبية لتطوير صفتي القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة " (7 : 117).

كذلك يرجع سبب تطور الأداء المهاري إلى تطور الجانب البدني وهذا ما يؤكد (محمد حسن علاوي ، 1975) " إن الفرد الرياضي لن يستطيع إتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه في حال افتقاره للصفات البدنية الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضي" (8 : 88) .
كذلك تم الاهتمام بعضلات الرجلين والصفات البدنية الضرورية من خلال إضافة الأوزان الإضافية والعمل على تثبيتها لزيادة التأثير على هذه الأجزاء واستثمار الوقت والجهد وهذا ما يؤكد (طلحة حسام الدين 1994)

"إذ يرى إن استخدام الأثقال الإضافية في التدريب له اثر فعال بشرط إلا يؤثر على الخصائص التقنية للأداء المهاري مع ملاحظة إن هناك بعض الاداءات التي تتميز بالسرعات العالية مما يتطلب الحرص الشديد في تثبيت هذه الأثقال في الأماكن المطلوب تنميتها وبالأسلوب الذي تعمل فيه داخل الأداء المهاري حتى لا يؤثر سوء استعمال الثقل على فاعلية الأداء المهاري نفسه ويغير من شكل الأداء من حيث الدقة" (12: 49).

4 - الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1- التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) له أهمية كبيرة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات الشباب من خلال زيادة القوة المطلوبة بصورة أفضل.
- 2- المستوى البدني عندما يتطور وخصوصاً القوة المميزة بالسرعة لها اثر مباشر في رفع مستوى الأداء المهاري الهجومي للاعب كرة القدم للصالات .

4-2 التوصيات

- 1- ضرورة الاعتماد على التدريب المعقد (البلايومترك - الأثقال) لما له من أهمية كبيرة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات الشباب من خلال زيادة القوة المطلوبة .
- 2- ضرورة التأكيد المستوى البدني لان تطوره وخصوصاً القوة المميزة بالسرعة يعطي اثر مباشر في رفع مستوى الأداء المهاري الهجومي للاعب كرة القدم للصالات .

المصادر:

- 1- حنفي محمود المختار : المدير الفني بكرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998.
- 2- ريسان خريبط ومحمود الشاطي : تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي ، مكتب نون للتحضير الطباعي ، بغداد ، 1997 .
- 3- عصام عبد الخالق : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة ، 1999 .
- 4- فرات جبار سعد الله ، هافال خورشيد . التدريب المعرفي والعقلي للاعب كرة القدم : ط1 ، عمان ، دار دجلة ، 2011.
- 5- قصي حاتم خلف . تأثير تمرينات مشابهة للعب في اكتساب بعض الصفات الحركية والمهارات الأساسية بخماسي كرة القدم : رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2008.
- 6- قيس ناجي عبد الجبار وبسطويسى احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1997 .
- 7- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الاداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1982 .
- 8- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط4 ، دار المعارف ، مصر ، 1975 .
- 9- مروان عبد المجيد إبراهيم ومحمد جاسم الياسري . اتجاهات حديثة في علم التدريب الرياضي : ط1 ، عمان ، الوراق للنشر والتوزيع ، 2010.

- 10- نوال مهدي العبيدي وآخرون : التدريب الرياضي ، دار الكتب والوثائق ، بغداد ، 2009 .
- 11- وسام شامل كامل . اثر الجهد البدني على بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوميكانيكية ومستوى أداء مهارة التهديف في خماسي كرة القدم : رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2007.
- 12- طلحة حسام الدين (آخرون). الموسوعة العلمية في التدريب: القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1997.
- 13- <http://www.Shabab.nahda.com/forum/showthread.php?6826>

ملحق (1)

نموذج التدريب المعقد

الشدة: 65 %

الأسبوع الأول

الزمن الكلي : 40-42 دقيقة

الوحدة التدريبية : 1، 2

الراحة		الحجم	التمرينات والفعاليات	الزمن/د	أقسام الوحدة التدريبية
بين المجموع	بين التكرارات				
رجوع النبض -110 120ض/د	رجوع النبض -120 130ض/د	2×3	- من وضع الوقوف ، وترك الذراعين إلى الأسفل والكتفين للأمام ابعد من الركبتين ، وإبقاء الظهر مستقيماً ورفع الرأس للأعلى ، يتم القفز من خط النهاية للملعب فوق الشواخص بأداء حركة قوية للذراعين والحصول على الارتفاع والمسافة للمد الكامل للجسم في أثناء الهبوط وهكذا نكرر القفزة ذهاباً وإياباً .	2.25	القسم الرئيسي
		3×3	- من وضع الوقوف مع الانثناء للجذع إلى الأسفل بشكل نصف قرفصاء البدء بالقفز للأعلى الهبوط من القفزة مرة أخرى إلى آخر صندوق	2.4	
		4×3	- من وضع الوقوف الرأس للأعلى والصدر قليلاً إلى الأمام يتم القفز إلى الأعلى فوق مانع بارتفاع (80) سم مع ثني الرجلين بشكل كامل وجعل القدمين تحت الورك وهكذا بقيت القفزات بالتناوب فوق نفس المانع .	2.3	
		2×3	- من وضع الوقوف الرأس للأعلى والصدر قليلاً إلى الأمام يتم القفز إلى الأعلى فوق مانع بارتفاع (80) سم مع ثني الرجلين بشكل كامل وجعل القدمين تحت الورك وهكذا بقيت القفزات بالتناوب فوق نفس المانع .	2.4	
		2×10		2.1	

			- من وضع القرفصاء وضع الكرة بين الرجلين ومسكها من كلا جانبيها بأصابع منفرجة يبدأ التمرين برفع الورك إماماً محركاً الكتفين إلى الخلف ومحافظاً على المد الكامل للذراعين رمي الكرة إلى الأعلى بارتفاع (3) م واستلامها وتكرار التمرين مرة أخرى . - حمل بار حديدي ثني ومد الركبتين.	
--	--	--	--	--

**الرشاقة وعلاقتها بدقة مهارة التصويب من القفز عالياً لدى لاعبي المدرسة التخصصية
بكرة اليد**

م. مها ودود كمال م. م. جاسم نافع حمادي م. م. اصيل داود سلمان

جامعة ديالى كلية المعارف الجامعة
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى التعرف على الرشاقة وعلاقتها بمهارة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد, حيث افترض الباحثون بأن هناك علاقة ارتباط معنوية بين الرشاقة ودقة مهارة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد. استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث, اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة عمدية تمثلت بلاعبي نادي التعاون الرياضي في المدرسة التخصصية بكرة اليد في الحبانية والبالغ عددهم (30) لاعبا, وقد تم اجراء تجربة البحث على القاعة الرياضية المغلقة في الحبانية, اما المجال الزمني فكان للفترة من 2022/2/1 ولغاية 2022/2/27, بعدها تم اجراء الاختبارات الخاصة بالتجربة لعينة البحث, واستخلاص النتائج وتبويبها ومعالجتها احصائياً, وبناءً على نتائج البحث استنتج الباحثون انه يوجد علاقة ارتباط معنوية بين الرشاقة ودقة مهارة التصويب من القفز عالياً, وان ارتفاع مستوى الرشاقة يؤثر بشكل إيجابي على دقة التصويب, اما اهم ما يوصي به الباحثون هو الاستفادة من نتائج الدراسة من قبل مدربي المدارس التخصصية والأندية بكرة اليد, وكذلك على المدربين اجراء اختبارات دورية للاعبين للوقوف على مستوياتهم البدنية والمهارية.

Abstract

**Agility and its relationship to the accuracy of the shooting from high jumping skill
among the handball players in the specialized school**

By

Maha Wadoud Kamal Jassim Nafeh Hammadi Aseel Daoud Salman

**Diyala University
Faculty of Physical Education
and Sports Sciences**

**College of Almaaref AlJameaa
Department of Physical Education
and Sports Sciences**

The study aimed to identify agility and its relationship to the shooting from high jumping skill among the handball players in the specialized school, where the researchers hypothesizes that there is a significant correlation between agility and the accuracy of the shooting from high jumping skill among the handball players in the specialized school. The researchers used the descriptive approach for its relevance to the nature of the research problem, and the research sample was chosen in a deliberate way, represented by the players of Al-Taawun Sports Club in the Specialized Handball School of in Habbaniyah, who numbered (30) players. The temporal period was for the period from 1/2/2022 to 27/2/2022, after which the tests of the experiment were conducted for the research sample, and the results were drawn, tabulated and processed statistically. The reserchers concloud that the high level of agility positively affects the accuracy of shooting, but the most important thing that researchers recommend is to take advantage of the results of the study by coaches of specialized schools of handball clubs, as well as for coaches to conduct periodic tests for players to determine their physical and skill levels.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد لعبة كرة اليد واحدة من الالعاب التي تحظى برعاية واهتمام كبيرين في كل مكان لكونها من الألعاب التي ازدهرت شعبيتها بشكل كبير في العالم، لذا يحتاج لاعب كرة اليد إلى أداء حركي عال وجيد ويتطلب استخدام أجزاء جسمه بصورة كبيرة مع تغير المكان والمحافظة على الأداء نفسه بدقة عالية وحسن الأداء، إذ إن المهارات هي الأساس لتعلم أي لعبة ولاسيما في كرة اليد، تلك المهارات التي تتطلب طرق وأساليب تعليم وتدريب مناسبة تساعد على استيعاب المهارات الحركية وإتقانها، إذ تتطلب هذه اللعبة بأن يمتلك اللاعب مهارات أساسية بمستوى عال لإمكانية استخدام هذه المهارات في مختلف ظروف المباراة، لذا يتطلب الاهتمام بالإعداد المهاري من خلال اختيار طرق وأساليب تعليمية وتدريبية متنوعة هدفها اكتساب القدرات الحركية والمهارات الأساسية وتنميتها لتحسين مستوى الأداء المهاري بشكل أفضل، ومن أهم هذه القدرات هي الرشاقة الخاصة التي تعتبر مؤشر على ارتفاع مستوى الاداء الفني للاعب، فهي تعتبر الصفة الوحيدة التي تكون نتاج لتطور الصفات الأخرى، كما ان دقة مهارة التصويب لها تأثير كبير في بناء الهجوم المؤثر ضد الفريق المنافس وتحقيق النتائج الايجابية، ومن هنا جاءت اهمية البحث كدراسة تسعى الى الوصول الى فهم العلاقة بين متغيرين مهمين في لعبة كرة اليد المتمثلة بالرشاقة كقدرة بدنية حركية ومهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد.

1-2 مشكلة البحث

ان ترسيخ الاداء المهاري للاعب يعتمد اعتماداً كبيراً على ما يمتلكه الرياضي من مخزونه من القدرات الحركية والمهارية المختلفة والتي تؤثر في مستوى أداء اللاعب داخل ارضية الملعب وتنعكس على ادائه الفني والذي يؤدي الى تحقيق افضل النتائج الايجابية للفريق، فمن خلال متابعة الباحثين للعبة كرة اليد ومتابعة لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد في الحبانية، لاحظوا ان هناك تدني في مستوى الرشاقة، وكذلك دقة التصويب من القفز عاليا، ولغرض تأكيد مشكلة البحث قام الباحثون بتحليل مباراتين رسميتين للاعبين عن طريق خبراء وتم

تأكيد المشكلة, وكذلك ظهرت مشكلات أخرى عن طريق عملية التحليل وسيتم إجراء أبحاث لاحقة على هذه المشكلات, ولهذا أراد الباحثين دراسة هذه المشكلة للتعرف على مدى العلاقة بين الرشاقة ومهارة التصويب من القفز عاليا لدى لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد.

1-3 هدف البحث

1. التعرف على العلاقة بين الرشاقة ودقة مهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد لدى لاعبي المدرسة التخصصية في الحبانية.

1-4 فرض البحث

1. توجد علاقة ارتباط معنوية بين الرشاقة ودقة مهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد لدى لاعبي المدرسة التخصصية في الحبانية.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبو المدرسة التخصصية بكرة اليد في الحبانية.

1-5-2 المجال الزمني: الفترة من 1 / 2 / 2022 ولغاية 27 / 2 / 2022

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية المغلقة في الحبانية.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة مشكلة البحث, وذلك لإيجاد العلاقة الارتباطية بين المتغيرات.

2-2 مجتمع البحث وعينته

تمثل مجتمع البحث بلاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد للموسم الرياضي 2021-2022 والبالغ عددهم 30 لاعبا, يمثلون نسبة 100% من مجتمع البحث, اما عينة البحث فقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية عن طريق القرعة, حيث بلغ عددهم 15 لاعبا, يمثلون نسبة 50% من مجتمع البحث.

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والادوات

• وسائل جمع المعلومات

(المراجع العلمية - القياس والاختبار - فريق العمل المساعد)

• الأجهزة والادوات

(ملعب كرة يد - كرات يد قانونية - شريط قياس متري - ساعة توقيت - حاسبة إلكترونية نوع

(hp

2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث

اولاً: اختبار الرشاقة (51)

اسم الاختبار: الجري المتعرج بين الموانع

الهدف من الاختبار: قياس الرشاقة

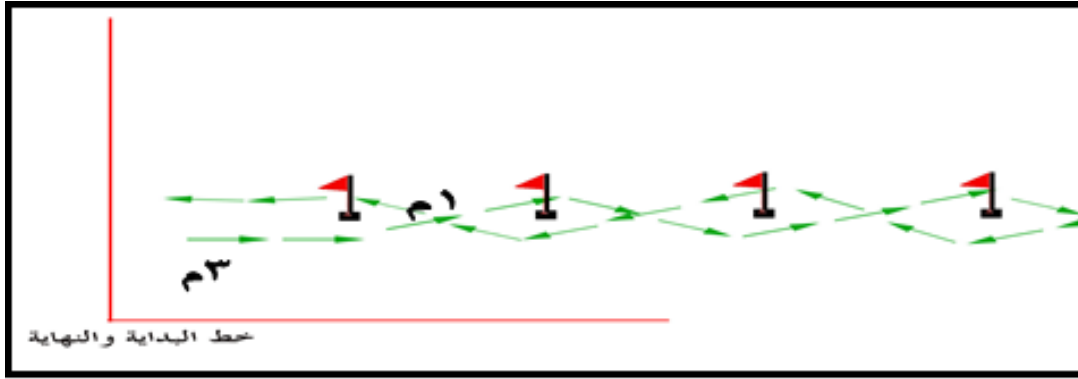
الأدوات المستخدمة: أربعة موانع، ساعة توقيت، شريط مقياس شريط لاصق، صافرة، كرة يد.

إجراء الاختبار: يقوم اللاعب بإمساك الكرة والوقوف عند خط البداية بعرض (1 م) والذي يبعد عن أول مانع

(3 م) وعند سماع إشارة البداية يقوم المختبر بأداء الطبطبة بين الموانع الأربعة والتي مسافتها (1 م) بين مانع

وآخر وحسب ما موضح في الشكل (1)

التسجيل: يتم حساب الزمن لدورتين متواصلتين دليلاً لمؤشر الرشاقة .



شكل (1)

يوضح اختبار الجري المتعرج بين الموانع

ثانياً: اختبار دقة التصويب من القفز عالياً (52).

اسم الاختبار: قياس دقة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد.

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد.

الأدوات:

ملعب كرة يد، كرات يد عدد (10)، ثلاث شواخص على شكل قمع، مسطبة تدريب، ساعة

توقيت، صافرة، أعمدة حديدية مجوفة متصلة مع بعضها بمفاصل لتكوين أداة لتقسيم المرمى الى

تسعة مناطق تصويب، وهي كالتالي: أربعة مربعات في زوايا المرمى الأربعة، مساحاتهم تبلغ (50X50سم) والفراغ

بينها يشكل مستطيلين على جانبي المرمى تبلغ مساحتهما (84X50سم) والمساحة وسط المرمى تشكلت منها

ثلاث مناطق تصويب تكونت من ثلاثة مستطيلات، اثنان منهم في أعلى المرمى واسفله قياسهما (184X50سم)،

(51) محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: اختبارات الاداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994،

(1) مشرق خليل فتحي، اياد عبد مهدي: تصميم وتقنين اختبار لقياس دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً للاعبين كرة اليد

بالمدارس التخصصية للموهوبين الرياضية اعمار (15-17 سنة)، مجلة علوم الرياضة، المجلد العاشر، العدد 34، كلية

التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، 2019، ص49.

اما المنطقة الوسطى من المرمى فتشكل المستطيل الثالث وقياس مساحته هو (184X84سم) اما المسافة بين الجهة اليمنى والجهة اليسرى متصلة بقطعة حديد ويكون الإطار بعرض (8سم) مطلية بلون المرمى نفسه، كما موضح بالشكل التالي.

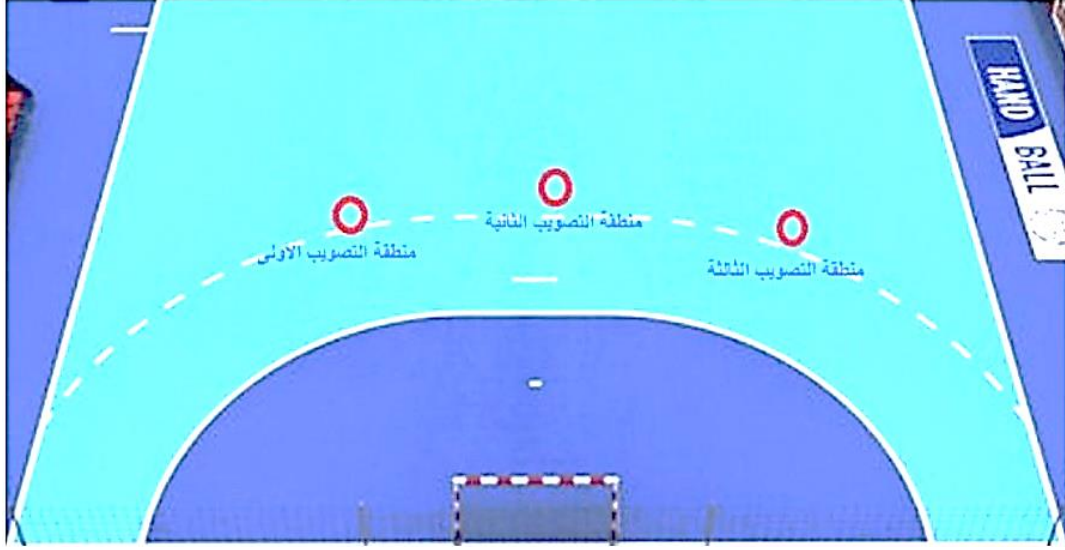


شكل (2)

يوضح ابعاد مناطق التصويب لأداة قياس دقة التصويب المثبتة على المرمى طريقة الأداء

طريقة الأداء

يشرح القائم على التدريب للاعب الاختبار ويطلب منه ان يقوم بالتصويب بشكل متسلسل كما موضح بالأرقام على مناطق التصويب، مبتدئاً بالمنطقة رقم (1) منتهياً بالمنطقة (9)، كما موضح بالشكل (4) اذ يتم التصويب من مركز الساعد الايمن (9) تصويبات، ومن مركز الوسط (9) تصويبات ومن مركز الساعد الايسر (9) تصويبات، ليصبح المجموع الكلي (27) تصويبة، يقف المختبر عند الشاخص الأول على بعد (3) امتار عن خط (9) امتار جهة يمين الملعب اي مركز الساعد الأيمن، وهي منطقة التصويب الأولى بالاختبار، وعند سماع إشارة الصافرة ينطلق ويستلم الكرة من الزميل ليأخذ الخطوات التقريبية المسموح بها ثم يقفز من فوق المسطبة دون ان يلامسها ويصوب الكرة، يجب أن تحسب له راحة إيجابية 5 ثواني بين عملية تصويب واخرى، ويقوم المؤقت بحسابها وبعد اكماله للرمي يعطى للاعب راحة 15 ثانية ليقوم بنفس العملية من منطقة الوسط ثم يؤدي نفس العمل من جهة اليسار لتكون مجموع الرميات (27) رمية نحو المرمى بواقع ثلاث رميات لكل منطقة تصويب بالمرمى.

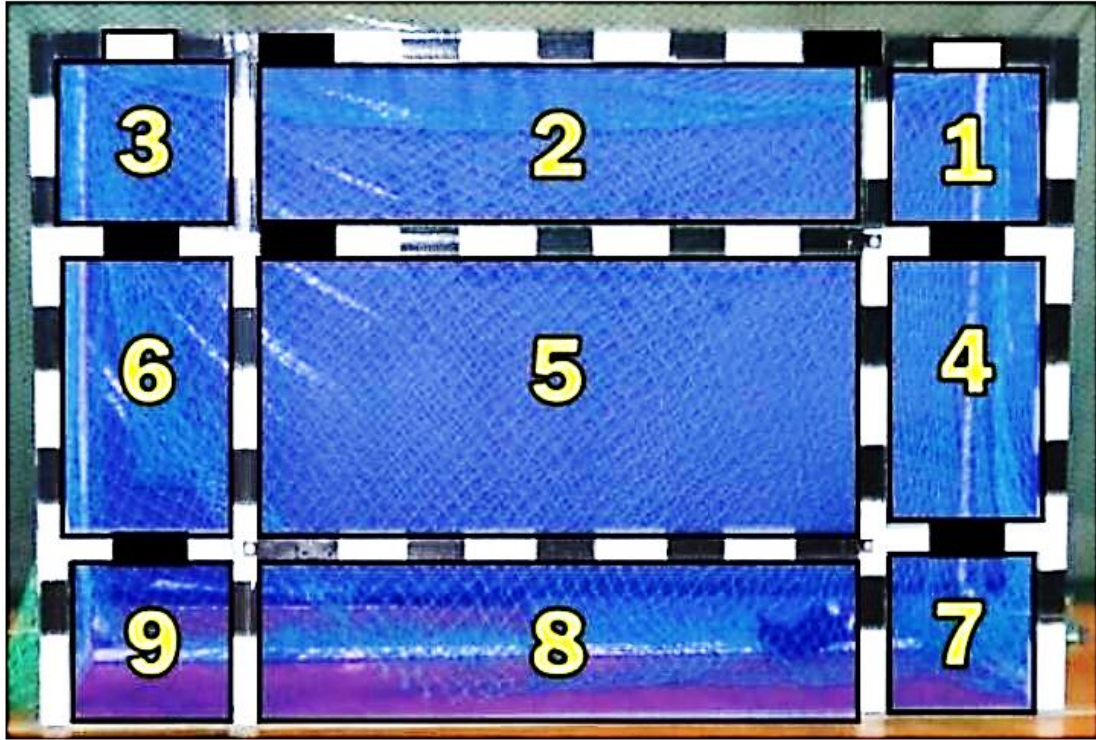


شكل (3)

يوضح المناطق الثلاثة لأداء اختبار دقة التصويب من القفز عاليا

التسجيل:

تم اعطاء وزن لكل منطقة من مناطق التصويب التسعة بالمرمى بناء على اتفاق آراء اللاعبين حول هذه المناطق من ناحية سهولة وصعوبة دقة التصويب فيها داخل المرمى من خلال استمارة خاصة توضح وجهة نظر اللاعبين، تشتمل على منطقة التصويب رقم (1) المنطقة العليا يسار حارس المرمى يعطى (9) درجات ومنطقة التصويب (2) من فوق رأس حارس المرمى يعطى (3) درجات، ورقم (3) هي المنطقة العليا من يمين المرمى يعطى (7) درجات ورقم (4) المنطقة الوسطى من جهة يسار المرمى، يعطى (6) درجات، ورقم (5) منطقة وسط المرمى التي تمثل منطقة وقوف حارس المرمى في وقفة الاستعداد يعطى (2) درجات، ورقم (6) هي المنطقة الوسط جهة اليمين يعطى (5) درجات ورقم (7) هي المنطقة جهة اليسار السفلي ويعطى (10) درجات، والرقم (8) هي المنطقة اسفل الوسط يعطى اللاعب (4) درجات، ورقم (9) هي اسفل يمين المرمى يعطى (8) درجات وإذا ارتدت الكرة من الاعمدة الداخلية للأداة الموضوعة بالمرمى فتحسب درجة واحدة، وإذا ارتدت من هيكل المرمى او خرجت الكرة خارج المرمى لا تحسب له اي درجة ليصبح مجموع الدرجات الكلية للاختبار (165) درجة.



شكل (4)

يوضح تسلسل مناطق التصويب على المرمى التي يجب ان يتبعها المختبر

2-5 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون باجراء التجربة الاستطلاعية بمساعدة فريق العمل المساعد وذلك يوم الاحد الموافق (2022/2/6), في تمام الساعة الرابعة عصرا, على 5 لاعبين من نفس افراد عينة البحث, وقد استرشد الباحثين بنتائج التجربة الاستطلاعية من حيث تفهم افراد عينة البحث للاختبارات, ومعرفة المعوقات التي قد تواجه الباحثين لتجاوزها, فضلا عن التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة عند تطبيق الاختبارات.

2-6 تطبيق اختبارات البحث

قام الباحثون بتطبيق الاختبارات المختارة, وذلك يوم الثلاثاء الموافق (2022/2/8), في تمام الساعة الرابعة عصرا وذلك على القاعة الداخلية المغلقة في الحبانية, وقد كان الباحثين متتبعين لكافة شروط ومراحل اجراءات الاختبارات, اذ تم تطبيق اختبار الرشاقة على عينة البحث, ثم بعدها تم اجراء اختبار دقة مهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد, بعدها سجلت نتائج اختبارات العينة باستمارات خاصة لغرض معالجتها احصائيا.

2-7 الوسائل الاحصائية⁽⁵³⁾

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري

⁽¹⁾ وديع ياسين التكريتي, حسن محمد العبيدي: التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية, دار الكتب للطباعة والنشر, جامعة الموصل, 1999, ص 101-155-209.

- معامل الارتباط بيرسون

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات الرشاقة ومهارة التصويب من القفز عاليا

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ر) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق للاختبارات

المستخدمة في البحث

المتغيرات	وحدة القياس	عينة البحث		قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	الدالة
		س	ع			
الرشاقة	ثانية	28,17	2.43	0,88	0,497	معنوي
التصويب من القفز عاليا	درجة	147,4	1.78			

قيمة ر الجدولية (0,497) امام درجة حرية (15-1=14) ومستوى دلالة (0,05)

يبين جدول (1) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار الرشاقة ودقة مهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد، اذ أظهرت النتائج ان قيمة الوسط الحسابي لاختبار الرشاقة (28,17)، والانحراف المعياري (2.43)، وكانت قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة مهارة التصويب من القفز عاليا (147,4)، والانحراف المعياري (1.78)، اما قيمة (ر) المحسوبة (0,88)، وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية (0.49) عند درجة حرية (14) ومستوى (0.05)، مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين الرشاقة ومهارة دقة التصويب من القفز عاليا بكرة لدى لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد.

3-2 مناقشة النتائج

يعزو الباحثين هذه النتائج بالأمر الطبيعي فقد كانت مشكلة البحث باتجاه صحيح من خلال تشخيص الباحثين لها، فالرشاقة واحدة من القدرات الحركية الأساسية والمهمة التي يحتاجها اللاعب في كرة اليد، حيث كلما امتلك اللاعب هذه القدرة (الرشاقة) سوف ينعكس ذلك بشكل ايجابي على أداء مهارة دقة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد، وهذا ما أكدته (قاسم لزام وفرات جبار 2004) اذ يشيران الى "إن الحركات التي يقوم بها لاعب كرة اليد تتطلب القوة الكافية والمصحوبة بسرعة مناسبة ومرونة جيدة، وبذلك يكون الأداء جميلا ومتناسقا والتناسق هو أدق مفهوم لرشاقة اللاعب"⁽¹⁾.

كذلك يرتبط مستوى أداء اللاعب للمهارات الحركية ارتباطا وثيقا بصفة الرشاقة وخاصة مهارة دقة التصويب من القفز عاليا كونها من المهارات التي تتطلب طيران اللاعب في الهواء وتغيير أوضاع جسمه لأداء تلك المهارة، وهذا ما أكدته عصام عبد الخالق (2005) " انه كلما زادت رشاقة الفرد استطاع بسرعة تحسين مستواه على أن لا ننسى المبدأ التربوي الأساسي (التدرج من البسيط إلى المركب) إذ يجب على الفرد أن يحللها إلى مكوناتها

(1) قاسم لزام صبر، فرات جبار: موضوعات في التعليم الحركي، بغداد، مطبعة كلية التربية الرياضية، 2005م، ص 46 .

البسيطة⁽¹⁾, وهذا ما اظهر تلك العلاقة الإيجابية بين الرشاقة ومهارة دقة التصويب من القفز عاليا , وهنا يتحقق الفرض الذي وضعه الباحثون.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

توصل الباحثين الى الاستنتاجات الآتية :

1. وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين الرشاقة ومهارة دقة التصويب من القفز عاليا لدى عينة البحث.
2. ان ارتفاع مستوى الرشاقة سوف يؤثر بشكل ايجابي على مهارة دقة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد.

4-2 التوصيات

1. الاستفادة من نتائج الدراسة من قبل مدربي المدارس التخصصية والاندية بكرة اليد في محافظة الانبار
2. على المدربين اجراء اختبارات دورية للاعبين للوقوف على مستواهم البدني والحركي .
3. اجراء دراسات اخرى لإيجاد العلاقة بين متغيرات مختلفة .

المصادر العلمية

- قاسم نزام صبر، فرات جبار : موضوعات في التعليم الحركي, بغداد , مطبعة كلية التربية الرياضية، 2005م.
- محمد حسن علاوي, محمد نصر الدين رضوان: اختبارات الاداء الحركي, القاهرة, دار الفكر العربي, 1994.
- وديع ياسين التكريتي, حسن محمد العبيدي: التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية, جامعة الموصل, دار الكتب للطباعة والنشر, 1999.
- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات – تطبيقات, ط12, القاهرة, منشأ المعارف, 2005.
- ضياء الخياط, ونوفل محمد الحياي: كرة اليد, دار الكتب للطباعة والنشر, جامعة الموصل, 2001.

(1) عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات – تطبيقات, ط12, القاهرة, منشأ المعارف, 2005, ص184.

منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال واثره في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)

أ. د وسام صلاح عبد الحسين

م. م مشتاق طالب عودة

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث هو اعداد منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)، التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم)، والتعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم). استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعدية وطبيعة المشكلة والتحقق من فرضيات البحث في حين اشتمل مجتمع البحث على طلاب معهد الامل (للصم وضعفاء السمع) في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة والبالغ عددهم (21) طالباً ، بعدها قام الباحث باختيار عينات بحثه بالأسلوب العشوائي من المجتمع المبحوث وبحدود إمكانياته وقدراته. استنتج الباحثان ان استخدام البرنامج التعليمي المصمم وفق بيئة التعلم النقال قد حقق تطوراً ملحوظاً في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) في محافظة كربلاء المقدسة، وتفوق افراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيقها للبرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) على افراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية. كما اوصى الباحثان بضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) في جميع المعاهد الخاصة بهم.

Abstract

An educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute)

By

Mushtaq Talib Odeh

Prof. Dr. Wissam Salah Abdel Hussein

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to an educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute), to identify an educational program according to the design of the mobile learning environment and its effects in (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute), and identifying the preference of differences between the experimental and control group in in (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute). The researchers used the experimental approach the control and experimental groups by designing. The research population included the students of Al-Amal Institute (for the deaf and hard of hearing) in the Karbala governorate, aged (13-15) years, and their number was (21) students. Dividing them into two groups, control and experimental, where each group included (8) students. The researchers concluded that the use of the educational program designed has achieved a remarkable development for (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute) in the governorate of Karbala, and the superiority of the members of the experimental group that was applied the educational program on the members of the control group in the post tests. The researchers also recommended the necessity of applying the educational curriculum according to the design of the mobile learning environment in (Visual intelligence) and the accuracy of forhand strick performing of Table tennis for students (deaf-mute) in all their institutes.

1 - المقدمة :

2 - 1 مقدمة البحث وأهميته :-

يشهد العصر الذي نعيشه الآن ومنذ منتصف القرن العشرين تطوراً كبيراً في مختلف مجالات الحياة بصفة عامة وفي مجال التعليم بصفة خاصة، مما استدعي الى ادخال تعديلات جذرية في الطرق والاساليب المستخدمة في التعليم ، وقد ساعد التطور التقني والاتصالات الحديثة الى توفير بيئات وطرق حديثة في العملية التعليمية وهي ما تسمى بالتعليم الإلكتروني .

وأصبح التعلم النقال Mobile Learning أحد أهم المجالات الواعدة في التعليم فالتطور التكنولوجي للهواتف النقالة ، وانتشارها المتزايد بأسعار معقولة والتكلفة المرتفعة لتجهيز الجامعات بالحواسيب، تجعل إدخال التعلم النقال للجامعة أمر مرغوباً ومجدياً.

ويمثل التعلم النقال بشكل عام ترجمة حقيقية وعملية لفلسفة التعليم عن بعد التي تقوم على توسيع قاعدة الفرص التعليمية للجميع وتخفيض تكلفتها المادية مقارنة مع نظم التعليم التقليدية ، حيث يتيح التعلم النقال الفرص للأفراد للتعلم في أي وقت وأي مكان، وتلقي أي نوع ومستوى من التعليم، وفقاً لقدراته وسرعة تعلمه، وما يمتلكه من مهارات وخبرات سابقة، مما يزيد من ترسيخ مفهوم التعليم الذاتي ، وتحقيق مفهوم ديمقراطية التعليم وان الذكاء المتعدد أحد الأشكال الراقية للنشاط الإنساني والاجتماعي ، فقد أصبح في هذا العصر مشكلة من مشكلات البحث في عدد من الدول ، حيث أن التقدم العلمي لا يمكن تحقيقه بدون تطوير هذه القدرات (المهارات) عند الإنسان ، إذ يتقدم هذا البحث ليطرح أنموذجاً جديداً في التعامل مع معطيات العصر الحديث إلا هو مصطلح

الذكاء المتعدد التي جاءت بها نظرية كاردنر للذكاء المتعدد ، كما أن تعدد الذكاء واختلافها لدى الفرد يتطلب أتباع مداخل تعليمية حديثة ، ولهذا فأن الكشف عن الذكاء المتعدد من شأنه أن يلقي مزيداً من الضوء على هذا المفهوم مما يزيد المعرفة النظرية والعملية خصوصاً وأن الأمر يتعلق بالذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) . ويعتبر الاهتمام بشريحة ذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) التي تمثل شريحة ليست بالصغيرة من أفراد المجتمع ، لان رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين) أصبحت رياضة انجاز ومستويات عليا وليس فقط رياضة للترفيه والتسلية وإعادة التأهيل إذ أن فوز اللاعبين والفرق الرياضية في البطولات الخاصة بالمعاقين تمثل رفع علم واسم بلدانهم في هذه المحافل واصبحت الدول تتنافس لحصد الأوسمة البارالمبية من خلال رياضيوها المشاركين في الأولمبياد الموازية وكذلك الأوسمة في البطولات الدولية للمعاقين ، وصار لزاما على هذه الدول أن تعد البرامج العلمية والعملية الحديثة في التربية الرياضية ولكافة الألعاب الرياضية ومنها رياضة كرة الطاولة لذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) التي يمكن من خلالها تحقيق الإنجازات الرياضية على المستوى الدولي و البارالمبية وفق معايير وأسس علمية .

إن رياضة كرة الطاولة إحدى ألعاب المضرب التي لها طبيعتها ومفرداتها ومحتوياتها وبيئتها التعليمية والتدريبية الخاصة بها، وتتضمن عدة مهارات مختلفة الصعوبة والتركيب ، وأن المهارات الأساسية في كرة الطاولة تبدو سهلة الاداء إلا أنها تتطلب بذل جهد كبير في تعلمها و إتقانها لصعوبة تنفيذها نظرا لصغر حجم الطاولة و المضرب ، حيث أن رياضة كرة الطاولة تتطلب كفاءة عالية في مختلف القابليات ومنها الذكاءات المتعددة . ومن هنا تكمن اهمية البحث في تصميم بيئة التعلم النقال في تنمية وتطوير الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية لدى الطلاب بكرة الطاولة ، إلى أن عملية انتشار تقنيات المعلومات متمثلة بالهواتف النقالة الذكية والانترنت وملحقاتهما من البرامج والوسائط المتعددة بالعملية التعليمية بين طلاب المدارس والجامعات من أنجح الوسائل لإيجاد مثل هذه البيئات الثرية والأنظمة التعليمية الغنية بمصادر التعلم والتعليم والتدريب والنمو والتطور الذاتي بما يحقق احتياجات واهتمامات الطلبة وتعزيز دافعيتهم من جهة وخدمة العملية التعليمية والارتقاء بمخرجاتها من جهة أخرى .

1 - 2 مشكلة البحث :-

ان ذوي الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) الذين لديهم صعوبات كثيرة في التعامل مع الآخرين وضعف في بعض انواع الذكاءات المتعددة فضلاً عن الضعف في المهارات الاساسية بكرة الطاولة (الضربتين الامامية والخلفية) على الرغم من انها من ضمن الحصص المدرسية لهم وهذا الضعف ناتج من صعوبة السمع والكلام ، لهذا يكون اعتمادهم على حاسة البصر في التعلم والتواصل مع الآخرين والذي يميز هذه الفئة عن فئات ذوي الإعاقة كونهم لايعانون من أي إعاقة بدنية أو عقلية أو حركية تؤثر على حياتهم وتعيقهم في تواصل التطور في التعلم الا فقدانهم للحواس السمع والكلام ولهذا حاول الباحث الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة من خلال توفير بيئة تعليمية حديثة وسهلة الممارسة وذات طابع تشويقي الا وهي بيئة التعلم النقال .

ومن خلال خبره الباحث كونه لاعبا سابقا ومدربا حاليا في رياضة كرة الطاولة ومتابعته لأفراد عينه البحث بالإضافة الى التدقيق العميق في طبيعة وخصائص هذه العينة ومن خلال الدراسات والادبيات لاحظ ان هؤلاء الطلاب يعانون من ضعف في نسبة الذكاءات (الذكاء الجسمي- الحركي ، الذكاء الاجتماعي التواصلية ، الذكاء

البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية مع العلم ان هؤلاء الطلاب لا يستطيعون السمع والكلام ولديهم إمكانية على تعلم الجوانب المعرفية والجوانب المهارية عن طريق حاسة النظر وكذلك عند ربط المهارات بعضها ببعض والوقت المستغرق لعملية التعليم ، ويعزو الباحث ذلك الي قيام كل معلم بتحديد الأسلوب والمحتويات التعليمية التي يقوم بتعليم المهارة ، وعدم وجود وحدات تعليمية موحدة من إدارة لكل القائمين بعملية التعليم ، بالإضافة الى أن الطريقة المتبعة والتي لا تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين وكذلك لعدم توفر العديد من البدائل التعليمية داخل الوحدة التعليمية ، الأمر الذي يمثل وجود مشكلة تتطلب إيجاد الحلول المناسبة لها..

وباطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال لعبة كرة الطاولة والرجوع إلى شبكة المعلومات الدولية (Internet)، فقد لاحظ الباحث عدم إجراء مثل هذه الدراسة في مجال لعبة كرة الطاولة - على حد علم الباحث - بالرغم من أهمية التعلم النقال في عملية التعلم وذلك من خلال ما اثبتته نتائج الدراسات السابقة ، ومن هنا جاءت فكره البحث بوضع منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في بعض انواع الذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي- الحركي ، الذكاء الاجتماعي ، الذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) .

1 - 3 اهداف البحث :-

- 4- اعداد منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في الذكاء البصري ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) .
- 5- التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في الذكاء البصري المتعددة ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم).
- 6- التعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في الذكاء البصري ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم).

1- 4 فرضا البحث :-

- 3- للمنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال تأثيراً ايجابياً في الذكاء البصري ودقة الضربة الامامية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) .
- 4- للمجموعة التجريبية افضلية التأثير في الذكاء البصري ودقة اداء الضربتين الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) .

1 - 5 مجالات البحث :-

- 1-5-1 المجال البشري : طلاب معهد الأمل (لصم وضعاف السمع) في كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة
- 2-5-1 المجال الزمني : 2021/6/15 - 2022/5/1
- 3-5-1 المجال المكاني : معهد الأمل (لصم وضعاف السمع) في كربلاء المقدسة
- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:
- 2-1 منهج البحث:

إن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعية تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب ، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين . إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبلية والبعدية وطبيعة المشكلة والتحقق من فرضيات البحث وكما موضح في الجدول (2).

جدول (2)

يبين التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	الاختبار القبلي	التصميم التجريبي	الاختبار البعدي
التجريبية	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربة الامامية	منهج تعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال	اختبارات الذكاء البصري واختبار دقة اداء الضربة الامامية
الضابطة	اختبارات الذكاءات المتعددة واختبار دقة اداء الضربة الامامية	المنهج المعد من قبل المدرب او المعلم	اختبارات الذكاء البصري واختبار دقة اداء الضربة الامامية

2-2 مجتمع البحث وعينه:

مجتمع البحث هو "جميع الأفراد والأشياء الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي يسعى الباحث إلى ان يعمم عليها نتائج الدراسة والعينة هي المجموعة الجزئية المميزة والمنقاة من المجتمع الخاص بالدراسة ، أي ان لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة" ، إذ تم تحديد مجتمع البحث على طلاب معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (13-15) سنة والبالغ عددهم (21) طالباً ، بعدها قام الباحث باختيار عينة بحثه بالأسلوب العشوائي من المجتمع المبحوث وبواقع (16) طالباً بنسبة (76.19%) من مجتمع الاصل تم تقسيمهم الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) عن طريق القرعة حيث اشتملت كل مجموعة على (8) طالباً ، اما العينة الاستطلاعية تم اختيارها بواقع (5) طالباً بنسبة (23.81%) من مجتمع الأصل كعينة استطلاعية بأسلوب المعاينة العشوائية .

2-2-1 تجانس وتكافؤ عينة البحث :

لغرض التأكد من تجانس وتكافؤ عينة البحث قام الباحث بمعالجة النتائج القبلية لأفراد العينة في كل من (الذكاء الجسمي- حركي ، الذكاء البصري ، الذكاء الاجتماعي) و (دقة اداء الضربتين الامامية والخلفية) بكرة

الطاولة من خلال استخدام اختبار ليفين والذي اظهر تجانس عينة البحث واختبار (T) للتكافؤ المجموعتين وحسب النتائج المبينة في جدول (3) .

المتغيرات	اختبار ليفين	مستوى الدلالة	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
			الضابطة	11.000	1.690			
الذكاء البصري	1.76	0.194	التجريبية	5.875	0.835	-0.323	0.751	غير معنوي
			الضابطة	5.750	0.707			
			الضابطة	67.375	2.347			
الضربة الامامية	0.06	0.790	التجريبية	20.500	2.976	-0.168	0.869	غير معنوي
			الضابطة	20.250	2.964			
			الضابطة	17.875	2.416			

جدول (3)

يبين تجانس وتكافؤ عينة البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات التابعة

درجة الحرية (ن-2) (16-2=14) تحت مستوى دلالة (0.05)

من خلال ما تم عرضه في الجدول (3) يبين نتائج اجراء عملية التجانس والتكافؤ للمتغيرات المبحوثة حيث ظهرت النتائج ان مستوى الدلالة لاختبار ليفين للتجانس كانت جميعها اكبر من (0.05) وهذا يدل ان افراد المجموعتين عينة البحث متجانستين , كما ان مستوى دلالة الاختبار (T) جاء ايضاً اكبر من (0.05) وهذا يدل على انه ليس هنالك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين مما يؤكد على تكافؤ المجموعتين (التجريبية و الضابطة) .

2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 الوسائل البحثية:

- مصادر والمراجع .
- الاختبارات .
- الاستبيان .
- الملاحظة .
- المقابلات الشخصية .

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة :

- كرات طاولة عدد (30) نوع (STIGA).
- شواخص بارتفاع (50 سم) عدد (3) صنع صيني .
- شريط قياس بطول (50 م) عدد (2) .

- أقلام رصاص عدد (5) .
- أشرطة لاصقة ملونة عدد (6) .
- طاولة منضدة قانونية نوع (STIGA) .
- حاسبة الكترونية نوع (CASIO) عدد 2.
- جهاز حاسوب نوع (Dell) عدد واحد.
- ساعة توقيت الكترونية نوع (CASIO) عدد (3).
- موبايل نقال نوع (SAMSUNG) عدد (16) .
- عصاية عين عدد (4) .
- مضارب قانونية نوع (Butterfly) عدد (10) .

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 إجراءات تحديد المتغيرات المبحوثة :

من خلال خبرة الباحث التي اكتسبها كلاعب للعبة كرة الطاولة سابقاً ومدرب حالياً وخبرت السيد المشرف ومن خلال الاطلاع على عينة البحث وبعد الرجوع إلى المصادر العلمية واستشارة السادة اعضاء لجنة الاقرار ولجنة الامتحان الشامل ، تم تحديد بعض الذكاءات المتعددة (الذكاء الجسمي - حركي ، الذكاء الاجتماعي التواصلي ، الذكاء البصري) .

2-4-2 إجراءات تحديد اختبارات الذكاءات (الذكاء البصري) :

بعد أن حدد الباحث أنواع الذكاءات الواجب توافرها لدى طلاب معهد الامل (الصم وضعاف السمع) بأعمار (13-15) سنة في محافظة كربلاء ، ولغرض ترشيح الاختبارات التي تعنى بقياس الذكاءات (الذكاء البصري) . قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث، ومن أجل وضع الصيغة الملائمة لاختبار الذكاءات المتعددة لطلاب معهد الامل (الصم وضعاف السمع) بكرة الطاولة بأعمار (13-15) سنة تم تحديد الاختبارات الخاصة (الذكاء البصري) من قبل السادة اعضاء لجنة الاقرار وكذلك السادة اعضاء لجنة الامتحان الشامل* فضلاً عن خبرة السيد المشرف والباحث حيث تم تحديد اختبار خاص بقياس الذكاء الجسمي الحركي (اختبار المشي الى مركز الدائرة) كذلك تم تحدي اختبار خاص بالذكاء البصري والمتكون من خمسة اسئلة كل سؤال يحتوي على شكل او عدة اشكال .

2-4-3 إجراءات تحديد اختبارات مهارة الضربة الامامية :

بعد ان حدد الباحث الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لذا قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث بغية تحديد الاختبارات المعنية بقياس دقة الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب معهد الامل (الصم وضعاف السمع) ، حيث تم تحديد اختبار خاصة بقياس دقة الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة من قبل الباحث وخبرة السيد المشرف .

2-5-1 توصيف الاختبارات

❖ الذكاء البصري :

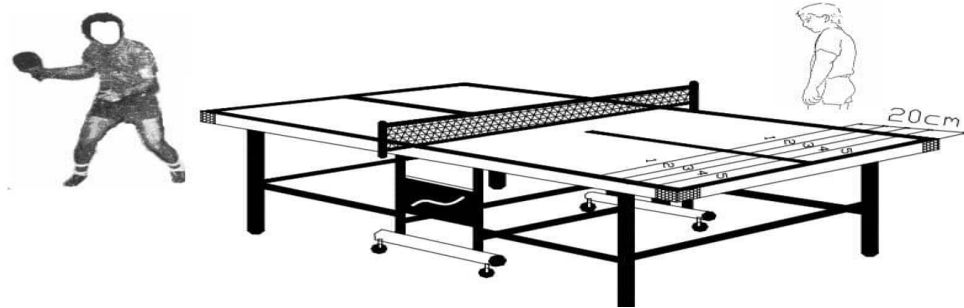
الهدف من الاختبار : قياس مستوى الذكاء (البصري) المستقبليات الحية المستهدفة : البصر

- طريقة الأداء : يعطي المختبر خمسة اسئلة حيث ان الزمن الكلي للاختبار (15د) وكما موضح ادناه .
 - اختيار الشكل المختلف شكل (12) و (13) .
 - حساب عدد المثلثات في الشكل شكل (14) .
 - استخراج الشكل الذي يحتوي على اكبر عدد من المثلثات شكل (15) .
 - استخراج على اكبر قطعة واصغر قطعة من الدائرة شكل (16) .
- التسجيل :

يتم حساب درجتين على الاجابة الصحيحة ودرجة واحدة على الاجابة الخاطئة أي اعلى درجة سوف تكون (10) واقل درجة سوف تكون (5) .

❖ اختبار دقة مهارتي الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة (54):-

يجري هذا الاختبار على منضدة نظامية مع تهيئة مضارب منضدة وكرات من (10-15) كرة طاولة واستمارة للتسجيل ، ويوضح الشكل (17) ، ادناه العلامات التقويمية ومناطق وقوف اللاعبين وكيفية إجراء الاختبار .



شكل (17)

يوضح اختبار دقة الضربتين الامامية والخلفية

يوضح اختبار دقة مهارتي الضربة الأمامية والضربة الخلفية بكرة الطاولة الرقم (1) يشير إلى المستطيل (57) × (152.5) سم الأرقام (2 ، 3 ، 4 ، 5) يشير إلى المستطيل (20 × 152.5) سم يتضمن الاختبار وقوف اللاعب المراد اختباره في الجهة الثانية للطاولة وتعطى له (5) محاولات تجريبية بعد اجراء الإحماء لمعرفة كيفية أداء الاختبار ، وبعد تقديم الإرشادات والتعليمات عن الاختبار من الباحث إلى المختبر ، تضرب الكرة إلى اللاعب بواسطة أحد المساعدين الواقف بجانب الطاولة ، كما موضح في الشكل اعلاه ، ويبدأ اللاعب المختبر بمحاولة إرجاع الكرة بمضربه وباستخدام الضربة الأمامية أو الخلفية ، ويخصص لكل لاعب (10)

محاولات للضربة الأمامية ، و (10) محاولات للضربة الخلفية ، وبعد جمع النقاط للمحاولات من الضربة الأمامية والخلفية ، يعطي لها درجات تقويم تصاعدية حيث سوف تكون اعلى درجة للاختبار (50) درجة .
ملاحظة : في حالة سقوط الكرة على أحد الخطوط المشتركة فتحسب نقاط الأكبر ، أما في حالة خروج الكرة خارج حدود الطاولة فتعطى صفراً للمختبر .

2 - 6 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من أهم الاجراءات الضرورية التي يقوم بها الباحث قبل قيامه بتجربته النهائية بهدف اختيار اساليب البحث وادواته وتأثير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات ، حيث تعتبر التجربة الاستطلاعية تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلاً⁽⁵⁵⁾.

اذ تم القيام بتجربة استطلاعية على عينة مكونه من (5) طلاب في معهد الامل (لصم وضعاف السمع) بأعمار (13-15) سنة في محافظة كربلاء ، حيث أجريت التجربة في تمام الساعة العاشرة صباحاً من يوم الاحد الموافق 2021/10/17 ويوم الاثنين الموافق 2021/10/18 ، حيث استغرقت عملية تطبيق الاختبارات (التجربة الاستطلاعية) على الطلاب (يومان) حيث تم تطبيق اختبارات الذكاءات المتعددة في اليوم الاول وتم تطبيق اختبارات دقة الضربتين الامامية والخلفية في اليوم الثاني ، كما هو الحال في التطبيق الاول وكان الهدف منها :

- التأكد من جاهزية الاجهزة والادوات .
 - التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار .
 - كفاية فريق العمل المساعد * .
 - تم التأكد من صلاحية الأستمارة المعدة لتسجيل البيانات .
 - معرفة صلاحية الاختبارات بالنسبة لمستوى افراد العينة (مستوى سهولة وصعوبة الاختبارات - والقدرة التمييزية) .
 - استخراج الاسس العلمية لاختبارات الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية .
 - التأكد من الوقت الخاص بالوحدة التعليمية .
 - التأكد من تطبيقات البرنامج التعليمي المعد وفق (mobile learning) .
- التأكد من المواقع الالكترونية التي عدها الباحث من اجل التواصل مع الطلاب .
- 2-5- التصميم التعليمي المقترح لبرنامج الهاتف النقال :
- اشتملت عملية التصميم على المراحل التالية:
- قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع والدراسات السابقة التي تناولت تصميم برامج الهواتف النقالة ، وقد راع الباحث عند تصميم البرنامج أن يحتوي على العناصر التالية:
- 1- مقدمة البرنامج :

¹ - قاسم المندلاوي (وآخرون) : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، بغداد ، دار الحكمة ، 1989 ، ص 107 .
* ينظر الى ملحق (6) .

وهو جزء يعرض بطريقة مبسطة وسلسلة دون تدخل من المتعلم كما يمكن أن يقوم المتعلم بالدخول بعد الخروج من المقدمة على متن البرنامج مباشرة وهو يتضمن (واجهة التطبيق - القائمة الرئيسية - الإعداد - الأهداف السلوكية - ألعاب ترفيحية - القائمة الرئيسية) وتعتبر المقدمة هي المدخل إلى الخطوات التالية للبرنامج.

2- خطوات عرض محتوى البرنامج:

هذا الجزء هو بداية استخدام المتعلم للهاتف النقال من خلال إتباع الترتيب المناسب لعرض هذا المحتوى بناء على توجيهات الباحث والذي يتكون من:

- القائمة الرئيسية والتي تحتوي على قائمة الوحدات التعليمية حسب التسلسل اضافة الى مفاتيح الانتقال (التالي-الرجوع- زر الصفحة الرئيسية) التي يتم من خلالها الانتقال بين صفحات الوحدات التعليمية بعد اختيار الوحدة عن طريق اللمس المباشر، وتعتبر هي الشريحة الأساسية للانتقال بين الصفحات ، وعند الضغط على أي من وحدة تعليمية تظهر شريحة تحتوي على (فديو تعليمي مشروح صوتيا يتذيله فديو اخر لمتخرج خاص بالمتعلمين الصم والبكم -الخطوات الفنية - الخطوات التعليمية - صور سلسلة للمهارة - فديو للمهارة - اسئلة تقويم).

ولقد راع الباحث عند عرض محتوى برنامج الهاتف النقال أن يكون منظماً كما راع الباحث أيضاً سهولة تعامل المتعلمين مع الشرائح وسهولة الانتقال بينها والعودة كما راع الباحث أيضاً الفروق الفردية بين المتعلمين وان يتوافق قدر الإمكان مع أهداف البرنامج.

3- خطوات تنفيذ برنامج الهاتف النقال :-

• مراحل البرنامج:

أ - مرحلة إعداد وتجهيز المصادر:

قام الباحث بالحصول على خطوات تعليمية للذكاءات المتعددة ولمهارتي الضربة الامامية والضربة الخلفية قيد البحث والتمارين الخاصة بها واخذ منها بعض اللقطات والصور الحية، ثم قام الباحث بتحميلها على الكمبيوتر باستخدام هارد خزن وباستخدام شبكة الانترنت عن طريق برنامج (SHARE IT) وهو برنامج خاص لتبادل الملفات بين الهاتف والكمبيوتر عن طريق عمل نقطة اتصال (HOTSPOT) بإمتداد (JPGE) للصور بإمتداد (AVI) للفيديوهات بحيث يمكن الاعتماد عليها في إعطاء نموذج صحيح للمتعلمين.

- ثم قام الباحث بعد ذلك بتقديم السيناريو المكتوب من قبل الباحث وتم تحديد الشرائح النهائية بين الباحث والمبرمج على عدة جلسات.

- ثم قام الباحث بتوضيح التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة وبمهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث وتم فهم المبرمج لها.

- ثم قام الباحث بالاطلاع على المراجع والمصادر الخاصة بلعبة كرة الطاولة لتحديد الخطوات الفنية والتعليمية الخاصة بهذه المهارات، وراع الباحث استخدام ألفاظ سهلة وبعيدة عن التعقيد.

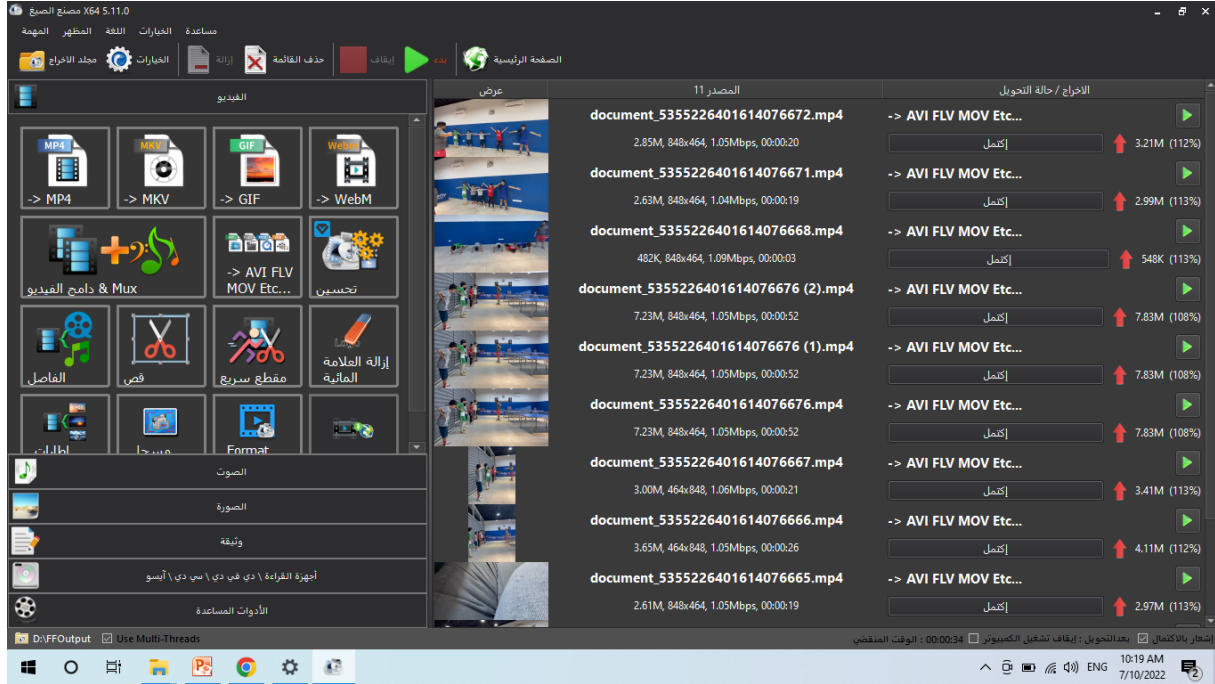
ب - مرحلة تنفيذ برنامج الهاتف النقال:

التنفيذ على الكمبيوتر:

قام الباحث بتجميع المادة النظرية الخاصة بشرح مهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث والخطوات الفنية وقام بإدخالها على الكمبيوتر باستخدام برنامج الورد (Microsoft Word).

- وقام المبرمج بتصميم البرنامج بناء على السيناريو المقدم من قبل الباحث ثم قام الباحث بمراجعة البرنامج والتأكد من جميع الشرائح الخاصة بالبرنامج ومراجعتها مراجعة دقيقة والتأكد من صحة الأزرار الخاصة بالتنقل من الزاوية الأمامية والزاوية الجانبية والتنقل بين التمارين.

- ثم قام الباحث بتجهيز التمارين الخاصة بمهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث وقام بإدخالها على الكمبيوتر باستخدام برنامج الورد (Microsoft Word) , وكما موضح في الشكل(18) .



شكل (18)

يوضح خطوات تصميم البرنامج التعليمي

ج - التنفيذ النهائي على الكمبيوتر:

بعد الانتهاء من إدخال جميع مكونات البرنامج من كتابات ورسوم متحركة والفيديوهات والتمرينات قام المبرمج بتجميع تلك المكونات على عدة برامج الا وهي:

6. (Android Studio)

7. (Adobe Photoshop 2021)

8. Microsoft Office

9. (Java)

10. (Format Factory).

من واجبة برنامج (Android Studio) يتم اختيار اسم التطبيق واسم الشركة المصممة للبرنامج بعد ذلك يتم اختيار لغة تصميم البرنامج التي هي لغة (Java) بعد ادخال المعلومات اعلاه يتم اختيار واجهة تصميم البرنامج

بعد ذلك يتم ادخال المعلومات على شكل خوارزميات ودوال معرفية تدل على اجراءات واوامر تنفيذية محددة من قبل المبرمج وذلك عن طريق إدخال المقدمة الأولى ثم إدخال الأزرار البرمجية وضبط الأكواد الخاصة بالأزرار لتحديد اتجاه كل زر.

ثم قام بإدخال شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث ثم الصور المسلسلة وفيديو المهارة ثم قام بعد ذلك بإدخال التمرينات على مهارتي الضربة الامامية والخلفية بكرة الطاولة قيد البحث وشرحها وفي النهاية قام الباحث بإدخال أسئلة على كل مهارة من المهارات وتكون اختيار من متعدد وعند اختيار إجابة صحيحة تظهر إشارة صح وعند اختيار الإجابة الخاطئة تظهر إشارة إجابة خاطئة

- إخراج البرنامج من جهاز الكمبيوتر:

تم تخرج البرنامج من الكمبيوتر بإمتداد (apk) ويعمل على جميع الهواتف النقالة التي تحمل نظام أندرويد ويمكن نشره على متجر play وكما موضح في الشكل (19)



شكل (19)

يوضح واجهة البرنامج التعليمي في الهاتف النقال

3-6 اجراءات التجربة الرئيسة :

3-6 - 1 الاختبار القبلي :

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليّة الخاصة بالمتغيرات المبحوثة على افراد عينة البحث في يوم الاحد الموافق (2021/10/31) في تمام الساعة التاسعة صباحاً في معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة .

حيث قام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة اجرائها وفريق العمل من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعديّة .

3 - 6 - 2 تطبيق البرنامج التعليمي (Mobile Learning) :-

بعد ان تم تنفيذ الاختبارات القبليّة والانتهااء منها قام الباحث بأعداد البرنامج تعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال الذي يراعي الفروق الفردية بين الطلاب من حيث ميولهم ورغباتهم وكذلك يراعي طبيعة عينة البحث (الصم البكم) ومن خلال البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفقاً لبيئة التعلم النقال ساعدة على توفير طرق التفاعل المحببة لديهم وهذا ساهم بشكل كبير لزيادة التفاعل والتواصل وزيادة الذكاءات المتعددة وتعلم المهارات الاساسية بكرة الطاولة .

وكان عدد الوحدات التعليمية (12) وحدة تعليمية وقد استغرق تنفيذ البرنامج (6) اسابيع بواقع وحدتين تعليمية في الاسبوع ، وأن زمن كل وحدة تعليمية استغرق (45) دقيقة وكان الهدف الرئيسي من هذه الوحدات تطوير الذكاءات المتعددة لدى الطلاب وتعلم واتقان المهارات المبحوثة بصورة جيدة ، بينما طبقت المجموعة الضابطة البرنامج المعد لها من قبل المعلم وقد تم بدء البرنامج التعليمي يوم الاحد بتاريخ (2021/11/7) وتم الانتهاء منه يوم الاحد . (2021/12/19)

وتضمن البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال على الامور التالية :

- الهدف من البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال هو تطوير وتنمية الذكاءات المتعددة وتعلم المهارات الاساسية بكرة الطاولة .
- تم تطبيق البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال على طلاب (المجموعة التجريبية) في القاعات الخاصة بمعهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة وبلاستعانة بالمعلمين الاختصاص بلغة الإشارة ومدرّب اختصاص بكرة الطاولة .
- تضمن البرنامج الالكتروني المصمم من قبل الباحث وفق بيئة التعلم النقال والذي تم تحميله في الهواتف النقالة الخاصة بطلاب المجموعة التجريبية على مجموعة من التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة والمهارات الاساسية بكرة الطاولة وكذلك على مجموعة من الصور والفيديوهات التعليمية الخاصة بكل تمرين
- حيث تم التواصل مع طلاب المجموعة التجريبية عن طريق برنامج التواصل الاجتماعي (تيليجرام) لسهولة استخدامه من قبل المتعلمين .
- تكون البرنامج التعليمي من (12) وحدة تعليمية و زمن الوحدة التعليمية (45 د).
- تكون الوحدة التعليمية من (41) تمرين شملت تمارين خاصة في تطوير وتنمية الذكاءات المتعددة وكذلك تمارين خاصة بالمهارات الاساسية بكرة الطاولة (مبادئ الاساسية , الضربتين الامامية والخلفية).
- تم تقسيم الوقت (45 د) على ثلاثة اقسام حيث كان زمن القسم التحضيرية (10 د) اشتمل على تمارين الاحماء العامة والخاصة .

- زمن القسم الرئيسي (30 د) انقسم الى جزئين تعليمي (5د) والتطبيقي (25 د)
- اشتمل القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية على الجانب التعليمي الذي يعنى بشرح و عرض المهارة المراد تعلمها في الوحدة التعليمية بواسطة الموبايل النقال الخاص بكل طالب وكذلك عرض نموذج حركي امام الطلاب من قبل الباحث بالاستعانة بالمترجم الخاص باللغة الاشارة وتكرار اداءها.
- وكذلك اشتمل على الجانب التطبيقي للمهارة المراد تعلمها من خلال التمارين الخاصة بالمهارة والذكاءات المتعددة المعدة من قبل الباحث وتكرار الاداء وتصحيح الاخطاء , فكانت التغذية الراجعة تأخذ مباشرة من قبل الباحث وايصالها من قبل المترجم لتوضيح الجزء الذي يراد تعلمه او اعادته بواسطة بيئة التعلم النقال .
- وكذلك اشتمل القسم الرئيسي على اعطاء تمارين مشابهه للاداء في اغلب الوحدات التعليمية والتي عدة من قبل الباحث في البرنامج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال .
- وكذلك اشتمل هذا القسم على تمارين خاصة في تنمية وتطوير الذكاءات المتعددة وهي بدورها تساعد ايضاً على التشويق والاثارة وابعاد الملل والمرح في الوحدة التعليمية .
- اما زمن القسم الختامي (5 د) من الوحدة التعليمية فتضمن على العاب الترويحية وتمارين الاسترخاء وكذلك التذكير على موعد الوحدة التعليمية القادمة

3-6 - الاختبار البعدي :

قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية الخاصة بالمتغيرات المبحوثة على عينة البحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم النقال في يوم الثلاثاء والاربعاء الموافق (21 - 22 / 12 / 2021) في معهد الامل (للمصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة وعلى جميع افراد عينة البحث , وبنفس الظروف الخاصة بالاختبارات القبلية وطريقة اجرائها وفريق العمل المساعد .

3-7- الوسائل الاحصائية :

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات الاتية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- متوسط الفروق .
- اختبار (كا²) .
- النسبة المئوية .
- اختبار (ت) للعينات المترابطة والمستقلة .
- اختبار ليفين للتجانس .
- معامل الارتباط (بيرسون) .

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعديّة) تمكن الباحث من الحصول على الدرجات الخام للاختبارات.

لغرض تحقيق هدف الدراسة الثاني المتضمن التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال في الذكاء البصري ودقة اداء الضربة الامامية بكرة الطاولة للطلاب (الصم البكم) ، سعى الباحث الى دراسة فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد مجاميع البحث التجريبية والضابطة.

4-1 عرض النتائج لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها.

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ومناقشتها .

لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الاولى سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (الذكاء البصري دقة الضربة الامامية بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة والجدول (6) يبين ذلك .

تبين الاحصائيات ان الوسط الحسابي للذكاء البصري للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (5.875) وبانحراف معياري قدره (8350.) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (8.625) وبأنحراف معياري قيمته (7440.) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-16.803) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) .

اما الوسط الحسابي دقة اداء الضربة الامامية للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (20.500) وبانحراف معياري قدره (2.976) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (31.750) وبانحراف معياري كانت قيمته (3.732) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-9.442) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي .

ويرى الباحث ان استخدام بيئة التعلم النقال بيئة مثالية للتعلم تماشياً مع التطور الحاصل في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب عينة البحث وكسر الروتين المعتاد عليه من خلال زيادة التفاعل . وهذا ما أكدّه (ظافر هاشم 2002) إن ((الاستفادة الأكبر تمت بتعليم اللاعبين من خلال استثمار مواقع اللعب المختلفة وزيادة استقلالية المتعلم في التصرف بحرية واكتشاف أخطائه من خلال التمرين والاعتماد على نفسه وممارسة التنوع في التمرينات وبهذا تكون هذه التمرينات مقاربة بأهدافها للتمرين العشوائي المتغير بإبعاد ومسافات وقوى وسرع و زوايا مختلفة)) () .

ويؤكد (Bunker 1992) ذلك " إن المعرفة في المهارات هي شي ضروري لغرض المشاركة المؤثرة في الألعاب , والتي غالباً ما يعطي لها المزيد من الاهتمام في حين إن المهارة والمعرفة كلاهما يُساهم في الأداء خلال اللعب وفي جميع المستويات وإن المعرفة بأداء اللعب هي الأكثر فائدة للتوصل إلى الهدف أو الغاية ونقصد بالمعرفة في الألعاب الرياضية هي قوانين اللعب وأهداف اللعب وأهداف ثانوية أخرى" () .

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

ومناقشتها :-

لكي يتمكن الباحث من التعرف على الفرق في القياس القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة سعى الى معالجة بيانات القياسين احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات عند كل المتغيرات المبحوثة الذكاء البصري دقة اداء الضربة الامامية) بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) وكما مبين في جدول

في حين نجد ان الوسط الحسابي للذكاء البصري للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (5.750) وبانحراف معياري قدره (0.707) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (7.125) وبأنحراف معياري قيمته (0.991) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-7.514) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) .

اما الوسط الحسابي الذكاء الاجتماعي للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (67.375) وبانحراف معياري قدره (2.347) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (75.084) وبانحراف معياري كانت قيمته (2.361) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-21.440) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي. اما الوسط الحسابي دقة اداء الضربة الامامية للاختبار القبلي قد بلغ قيمته (20.250) وبانحراف معياري قدره (2.96407) و الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان قيمته (26.125) وبانحراف معياري كانت قيمته (2.799) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة بلغت (-9.623) اما قيمة مستوى دلالة الاختبار (0.000) وهي اصغر من مستوى دلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق كانت معنوية ولصالح الاختبار البعدي .

ويرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل المعلم له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية بكرة الطاولة وكذلك الذكاءات المتعددة ، ويعزو الباحث هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التعليمي المعتمد من قبل المعلم الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكرم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكساب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة واتقانها" ().

4-2 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) :-

خلال عرض النتائج والتي توضح لنا هناك تطورا واضحا لإفراد مجموعتين البحث التجريبية والضابطة وبشكل واضح في تأثير عملية التعلم في المتغيرات المبحوثة حيث تبين هناك فروقا معنوية لكلا المجموعتين فيما يخص الفروق في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ،

فيعزو الباحث ان هذا التطور الحاصل لدى افراد المجموعة التجريبية يعود الى البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث وفقاً لبيئة التعلم النقال ، والذي تضمن تمرينات خاصة بالذكاءات المتعددة وعملية عرض الاداء المهاري للمهارات الاساسية بكرة الطاولة باستخدام بيئة التعلم النقال للمساعدة في عملية التعليم والتي تمثلت (مقاطع الفيديو التعليمية ، الصور ، والصور المتحركة ، والاشكال) ، وكان هذا العرض شامل لكل المهارات الاساسية من تمارين الاحساس الى مسك المضرب الى وقفة الاستعداد الى الاداء المهاري وبعض التمارين الخاصة بالذكاءات المتعددة ، حيث جاء هذا البرنامج التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم النقال لمعالجة النقص الحاصل لدى افراد عينة البحث والارتباط مباشرة مع الموقف التعليمي ، وبالأخص انهم ذوي الاعاقة (صم وبكم) واختلاف اللغة بينهم وبين الباحث ، كان هذا العرض سببا في تسريع عملية التعليم وايصال المعلومة بأحسن وافضل الطرق وهذا ما شار اليه احمد القانى ، امير القرشي (1999) نقلا عن (صبحي احمد) (2006) " ان التعلم يحتاج الى وسائل تعليمية وتكنولوجية مناسبة لتخطي الاعاقة وتيسير التعلم وكذلك الحرص على الاعداد المهني مع الفئات الخاصة حيث هناك اختلاف فيما بينهما وذلك الاختلاف يتطلب توافر مجموعة من المهارات الخاصة بالمعاقين وتوظيفهما وفق ظروف المعاق وامكانياته وحواصة المتبقية واستعداداته وميوله " () .

وكذلك اشار طارش بن غالب (2011) " ان الوسائل تعين الدارس على اكتساب المعارف والمهارات ، لان الوسيلة الواحدة تثير اكثر من حاسة في اكتساب معرفة ما وكذلك ساعدت على اختزال الوقت المعلم والمتعلم وتعتبر اعانة للمعلم في اصال المعلومات الى اذهان الطلاب ببسر وسهولة " () .

زيادة على ذلك قام البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث بتكوين صورة ذهنية لدى مخيلة الطالب حول الاداء والبرنامج الحركي ، مما جعلهم أكثر تشويقاً نحو التطبيق ما تم مشاهدته من خلال العرض المرئي ، وهذا ما أكدّه محمود داود الربيعي (2011) " ان الوسائل التعليمية يمكن استخدامها في تقبل الطلاب للمادة المطلوبة حيث كل ما يستخدمه المدرس من الادوات والوسائل التعليمية الحسية باستخدام اللفظ او بدونه في توصيل رسالة او تكوين صورة حول المادة المطلوبة الى الطلبة وتساعدهم في توصيل المعلومات الى اذهانهم بأسلوب منظم ومشوق يساعد على الفاعلية الجيدة وتقبل الطالب للمادة " () .

وزيادة على ذلك جانب عنصر الاثارة والتشويق والرغبة والاندفاع نحو الوسائل العرض المرئية والادوات المتنوعة طوال البرنامج التعليمي جعلت من الافراد المتعلمين أكثر قوة وحافزا نحو التعلم وهذا ما اشار اليه سعد لفته ان التعلم على الاجهزة والادوات والوسائل سيولد نجاحات اولية تحفز المتعلم على الالتزام بالتدريب ويؤدي الى الاندفاع نحو التمرين زيادة على ذلك ان المشاهدات المتكررة والتي من خلالها تكونت هذه الصور الذهنية ، يتم استدعائها عند تنفيذ الواجب الحركي والذي كان مخزوناً في الذاكرة الحركية () .

وكذلك يعزو الباحث سبب هذه الفروق الى التمرينات المستخدمة في البرنامج التعليمي المصمم من قبل الباحث حيث كان لها الدور المهم والاساسي في خلق جو تعليمي متميز في اصال المعلومات للطلاب وزيادة التفاعل والتواصل بين الطلاب هذا ما ساعدة على تنمية

3-4 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها:

اما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (البصري) للمجموعة التجريبية فقد بلغت على التوالي (8.625) و (7440.) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (البصري) للمجموعة

الضابطة على التوالي (7.125) و (9910.) كما جاءت قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة (-3.424) وبمستوى دلالة (0.004) وهذا ما يدل أن هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح طلاب المجموعة التجريبية . بينما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (الاجتماعي) للمجموعة التجريبية فقد بلغت على التوالي (86.666) و (2.203) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكاء (الاجتماعي) للمجموعة الضابطة على التوالي (75.084) و (2.361) كما جاءت قيمة (T) المحسوبة للعينات المستقلة (-10.146) وبمستوى دلالة (0.000) وهذا ما يدل أن هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح طلاب المجموعة التجريبية . كذلك نجد أن قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمهارة (الضربة الامامية) للمجموعة التجريبية فقد بلغت على التوالي (31.750) و (3.732) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمهارة (الضربة الامامية) للمجموعة الضابطة على التوالي (26.125) و (2.799) كما جاءت قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة (-3.410) وبمستوى دلالة (0.004) وهذا ما يدل أن هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح طلاب المجموعة التجريبية وكذلك نجد أن قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمهارة (الضربة الخلفية) للمجموعة التجريبية فقد بلغت على التوالي (28.625) و (3.021) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمهارة (الضربة الامامية) للمجموعة الضابطة على التوالي (23.250) و (3.495) كما جاءت قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة (-3.291) وبمستوى دلالة (0.005) وهذا ما يدل أن هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح طلاب المجموعة التجريبية .

3-3-1 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) :

حيث تمثل الهواتف الذكية مصدر للمتعة والتسلية بين المراهقين والشباب، كما تتيح المحادثات بينهم فرص التواصل الاجتماعي وتوطيد العلاقات الانسانية والاجتماعية ، كما يمكن ان تستخدم في التعليم لما تتميز به من مميزات ايجابية ، حيث يسهم في الخروج من النطاق الضيق الرسمي الي الاستخدام الفوري لمصادر المعرفة الرقمية الغنية، وزيادة التفاعلات الايجابية بين المتعلمين بعضهم البعض وبينهم وبين المعلم. وكذلك استخدم احداث طرق التواصل بلغة الاشارة مع (الصم البكم) المستخدمة في العرض المهاري والصوري مما ادى الى تفاعل الطلاب مع المنهج التعليمي وكل ذلك وبلا شك زاد من استجابتهم للتعلم ورفع مستوى الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية وان تفاعل افراد المجموعة التجريبية بصورة اكثر مع البرنامج التعليمي المصمم والذي عمل على زيادة رغبتهم واثار روح التشويق والمنافسة لديهم من خلال التنوع في عملية العرض للمهارة العاملين مع الطلاب المعوقين سمعيا تنمية قدراتهم الا في اكتشاف استراتيجيات من قبل العاملين معهم في طرق التواصل" ()

كما يعزو الباحث تقدم افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة الى أن استخدام بيئة التعلم النقال في تنمية الذكاءات المتعددة ودقة اداء الضربتين الامامية ساعدة في تنمية الاداء المهاري حيث يكون المتعلمين في أثناء التعلم عن طريق بيئة التعلم النقال احرار في التطبيق علي اداء المهارات كلاً حسب مستواه

وبالتالي فإن التعلم باستخدام بيئة التعلم النقال يساعد علي الاستكشاف والتجربة والانطلاق واطهار خلفية كل متعلم ومقدرتها ولهذا فإن استخدام بيئة التعلم النقال يراعي الفروق الفردية ويظهر المواهب التي تحتاج الي رعاية وتوجيه وهذا ما تناشده الاتجاهات التربوية الحديثة من خلال الاهتمام بالفرد المتعلم ليصبح جزءاً اساسياً من العملية التعليمية من خلال التنفيذ والتقويم لنفسه عند ادائه للجزء الخاص المراد تعلمه والتغلب علي مشاكل التعلم من حيث تأثير ذاتية المعلم علي المتعلم واستغلال الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق مستوي افضل في حدود المتعلم بالمقارنة بالأسلوب المتبع (الشرح - النموذج)، بالإضافة الى التغذية الراجعة التي يحصل عليها المتعلمين من خلال التعلم النقال والذي يساعد على فهم المتعلمين للمهارات .

حيث يذكر (محمد سعد زغلول) () ان التغذية الراجعة توضح مواضع الخطأ فتصححه وتعده نحو الافضل مما يؤدي في النهاية الى الوصول بالمتعلم الى أقصى درجة إجادة في تعليم المهارات الحركية، كما يؤكدوا على ان استخدام تكنولوجيا التعليم بصفة عامة والتعليم باستخدام الموقع الالكتروني بصفة خاصة تساعد في عملية التعلم الحركي من خلال التغذية الراجعة .

وبهذا ما يحقق فروض البحث (المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال تأثيراً ايجابياً في بعض الذكاءات المتعددة (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة لطلاب (الصم البكم) في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية) .

4- الاستنتاجات والتوصيات :-

4- 1 الاستنتاجات :-

بعد معالجة البيانات احصائياً وعرضها في الجداول التي بينت النتائج وعلى ضوءها توصل الباحث على الاستنتاجات الآتية :

1- استخدام البرنامج التعليمي المصمم وفق بيئة التعلم النقال قد حقق تطوراً ملحوظاً لبعض انواع (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية لدى طلاب معهد الامل (للصم وضعاف السمع) في محافظة كربلاء المقدسة .

2- تطبيق البرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال ساهم في الذكاء البصري لدى الطلاب وذلك خلال حرية ومرونة التفكير وزيادة التفاعل والتشويق والاثارة بين الطلاب .

3- تفوق افراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيقها للبرنامج التعليمي وفق بيئة التعلم النقال في الذكاءات (الذكاء البصري) ودقة اداء الضربة الامامية على افراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية .

5 - 2 التوصيات :-

استناداً الى ما اشارة اليه نتائج البحث توصي الباحثة بالآتي:

1- ضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لبيئة التعلم النقال فيالذكاء البصري) ودقة اداء الضربتين الامامية والخلفية بكرة الطاولة (الصم البكم) في المدارس الخاصة بهم .

2- ضرورة تطبيق المنهج التعليمي وفقاً لتصميم بيئة التعلم النقال والاهتمام في بعض انواع الذكاءات المتعددة للطلاب (الصم البكم) ولمختلف الدروس .

- 3- إجراء دراسات مشابه باستخدام بيئة التعلم النقال المختلفة ومعرفة تأثيرها على تعلم مهارات الأنشطة الرياضية المختلفة وفي مراحل عمرية مختلفة.
- 4- عمل دورات تدريبية للعاملين في مجال تعلم بالمعاهد الخاصة بطلاب (الصم البكم) وتشجيعهم لتوظيف التعلم النقال في تعليمهم .

المصادر

- إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص70 .
- أحلام عزاوي نواف : الذكاءات المتعددة وعلاقتها بالكفاءة الذاتية في إدارة الصف لدى معلمي الطلبة الموهوبين والعاديين ، القاهرة ، دار وائل للنشر، 2015 ، ص 42 .
- أحمد محمد سالم : التعلم الجوال **Mobile learning** رؤية جديدة التعلم باستخدام التقنيات اللاسلكية ، ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر العلمي الثامن عشر الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، القاهرة ، مصر ، 2009 .
- ألين وديع فرج ، سلوى عز الدين فكري: المرجع في تنس الطاولة، ط 1، الأسكندرية ، مركز الدلتا للطباعة ، 2002، ص117.
- أمين أنور الخولي. ألعاب المضرب، القاهرة، مطبعة البردى، 2007، ص3.
- بيتر سمبسون. ترجمه محمد عبد الحميد الدوري. كرة الطاولة الناجحة، 1995، ص7- 8 .
- تيسير

تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في تعلم مهارتي الارسال من الاسفل و استقباله بالكرة الطائرة لذوي الاعاقة البسيطة

م. م. لنده محمود داود أ. د. طالب حسين حمزه أ. م. د. علي حسين الجاسم

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى التعرف على تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في تعلم مهارتي الارسال من الاسفل و استقباله بالكرة الطائرة لذوي الاعاقة البسيطة، والتعرف على أفضلية التأثير بين استراتيجيات المحطات العلمية والاستراتيجيات المتبعة في تعلم تعلم مهارتي الارسال من الاسفل و استقباله بالكرة الطائرة لذوي الاعاقة البسيطة. استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي وهو ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها. أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الاعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (10-12) سنة للعام الدراسي (2021_2022) والبالغ عددهم (150) تلميذ، واختيار عينة من (30) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة تجربة أساسية وشكلت ما نسبته (20%) تم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ضمت المجموعة الضابطة (15) تلميذ والمجموعة التجريبية (15). وفي ضوء نتائج البحث فقد استنتج الباحثون عدم وجود فرق حقيقي بين مجموعة من الطلاب الطبيعيين والمعاقين اعاقاة بسيطة بالنسبة لممارستهم الكرة الطائرة. واوصى الباحثون بضرورة اعتماد استراتيجيات المحطات العلمية من قبل المدرسين في معهد ذوي الاعاقة البسيطة لما له من دور فعال في تنمية المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .

Abstract

The effect of the scientific stations strategy in learning volleyball underhand serve and serve receive skills for simple disabilities students

By

Linda Mahmoud Daoud Prof. Dr. Talib Hussain Hamza Prof. Dr. Ali Hussain Al-Jassem

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to identify the effect of the scientific stations strategy in learning volleyball underhand serve and serve receive skills for simple disabilities

students, and to identify the priority effect between the strategy of scientific stations and the strategies used in volleyball underhand serve and serve receive skills for simple disabilities students. The researchers used the experimental method by designing two equal groups (control and experimental) with a pre- and post-test, which is what it sees fit and matches the specifications of its research and the achievement of the objectives of its study. The research population included students with simple disabilities at the Imam Hussein Autism Institute in the Holy Karbala governorate, ages (10-12) years for the academic year (2021-2022), and they numbered (150) students, and a sample of (30) students was chosen by the simple random method as a basic experiment sample and formed what (20%) were divided into two groups (control and experimental), which included the control group (15) students and the experimental group (15). In light of the results of the research, the researchers concluded that there is no real difference between a group of normal students and slightly handicapped students with regard to their practice of volleyball. The researchers recommended the necessity of adopting the strategy of scientific stations by teachers at the Institute for People with Simple Disabilities because of its effective role in developing basic volleyball skills.

اهداف البحث:

- 1- تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في الرضا عن الحياة
- 2- تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في بعض المهارات الاساسية لكرة الطائرة في الجلوس
- 3- التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين الاستراتيجيات المحطات والاستراتيجيات التقليدية في التأثير في تطوير الرضا عن الحياة وبعض المهارات الرياضية للطلبة المعاقين.
- 4- تنمية المواهب والقدرات للفرد وغرس القيم الخلقية والسلوكية وتنمية العلاقات الاجتماعية.
- 5- تحديد مستويات قياسية لأهم الصفات الشخصية كمؤشر لاختيار المعاقين لممارسة الرياضة.

اما فروض البحث :

- 1- لاستراتيجيات المحطات العلمية تأثير ايجابي في تطوير الرضا عن الحياة .
- 2- لاستراتيجيات المحطات العلمية تأثير ايجابي في تطوير بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة جلوس.
- 3- لاستراتيجيات المحطات العلمية افضلية في تطوير الرضا عن وتطوير بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة في الجلوس.
- 4- تتميز فئة المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.
- 5- تتميز فئة المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة متوسطة من الرضا عن الحياة. .

مجالات البحث :

- 1- المجال المكاني / معاهد الحسين ع للتوحد
 - 2- المجال البشري / عينة من المعاقين بدرجة ميطرة ومن اعمار (12-14) سنة
- وفي ضوء نتائج البحث فقد استنتجت الباحثة استنتاجات عدة اهمها :-

- 1- وضع أدوات بحث علمية معنية بقياس الرضا عن الحياة لدى المعاقين اعاقا بسيطة من وجهة نظر الباحثة يمكن الاعتماد عليها في قياس هذه المتغيرات .
- 2- اظهرت النتائج عدم وجود فرق حقيقي بين مجموعة من الطلاب الطبيعيين والمعاقين اعاقا بسيطة بالنسبة لممارستهم كرة السلة والرضا عن الحياة
- 3- اظهرت النتائج هناك ارتباط معنوي موجب بين الانضباط الرضا عن الحياة لدى المعاقين اعاقا بسيطة وبين استراتيجيات التعليم الخاصة بهم
- 4- وضع معادلة تنبؤية للرضا عن الحياة بدلالة الاستثارة الفكرية واخلاقيات لعبة التنس للمعاقين اعاقا بسيطة
- 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :
- 3-1 منهج البحث :

ان اختيار المنهج الملائم لبحث أي مشكلة يعد من الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث على اعتبار ان مصطلح المنهج هو "الأساليب والإجراءات أو المدخل التي تستخدم في البحث لجمع مادة البيانات والوصول من خلالها إلى نتائج وتفسيرات أو التنبؤات تتعلق بموضوع البحث"⁽⁵⁶⁾ ، إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح لأن المنهج الوصفي يهدف إلى تحديد الظروف والعلاقات بين الواقع والظاهر ويهدف الأسلوب المسحي إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع لتحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغيرات عديدة⁽⁵⁷⁾ ، فضلاً عن استخدامها المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي وهو ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها.

3-1-1 التصميم التجريبي :

توجد نماذج متعددة من التصميمات التجريبية وعلى الباحث اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من الفروض ويتوقف اختيار التصميم على طبيعة الدراسة والشروط والظروف التي تجري فيها⁽⁵⁸⁾ .

قامت الباحثة باستخدام التصميم التجريبي للمجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي ، وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغيرات التابع من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي بنتائج الاختبار البعدي ، حيث تم تطبيق المتغير المستقل (استراتيجية المحطات العلمية) على المجموعة التجريبية ، في

⁽⁵⁶⁾ يوسف افندي (وآخرون) : مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق ، ط1 : مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ،

1999 ص74

⁽²⁾ فوزي غربية : أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ط3 ، الأردن ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص120 .

⁽³⁾ إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000 ، ص112 .

حين تترك المجموعة الضابطة تعتمد على المنهج المطبق من قبل مدرسي معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة

3-2 مجتمع البحث وعينة :

أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الاعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (10-12) سنة للعام الدراسي (2021_2022) والبالغ عددهم (150) تلميذ وجاء اختيار (25) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة استطلاعية وبنسبة (16.6%) واختيار (90) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة بناء مقياس الرضا عن الحياة وبنسبة (60%) واختيار (30) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة تجربة أساسية وشكلت ما نسبته (20%) تم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ضمت المجموعة الضابطة (15) تلميذ والمجموعة التجريبية (15) تلميذ وتم استبعاد (5) تلميذ لعدم استمرارها بالدوام والجدول (1) يبين ذلك .

الجدول (1)

يوضح توزيع مجتمع وعينات البحث

العدد الكلي	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة بناء المقياس	العينة الرئيسية		المستبعدون
			تجريبية	ضابطة	
150	25	90	15	15	5
النسب	16.6%	60%	20%		3.3%

3-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة :

تعد وسائل وأدوات البحث الوسيلة أو الأسلوب أو الآلية التي يستعملها الباحث لجمع المعطيات والأدلة وطريقة تحليلها أو هي وسيلة تنفيذ المنهج والمنهجية التي اختارها الباحث ويتحدد نوع الأدوات التي يستعملها الباحث في بحثه وعددها وشكلها بحسب نوع المادة وطبيعة موضوع البحث(59) .

3-3-1 الوسائل البحثية :

- الاستبيان
- المقابلات الشخصية
- الملاحظة
- الاختبارات والمقاييس

3-3-2 الأجهزة والأدوات المستعملة :

- كرات طائره عددها (16) .
- صافرة عددها (5) .

(1) محمد شيا : مناهج التفكير وقواعد البحث ، ط2 ، بيروت ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ،

- ساعة توقيت عددها (5) .
- ملعب كرة طائرة .
- حاسبة يدوية .
- أشرطة لاصقة .
- جهاز حاسوب (Lenovo) .
- كاميرا فيديو (sony) .

3-4 إجراءات البحث الميدانية (إجراءات تحديد المتغيرات) :

3-4-1 إجراءات مقياس الرضا عن الحياة :

لغرض قياس متغير الرضا عن الحياة لدى تلاميذ الإعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد تتطلب ذلك من الباحثة القيام ببناء مقياس الرضا عن الحياة وفق مراحل وخطوات وهي كالآتي .

3-4-1-1 تحديد الهدف والغرض من المقياس:

ان الهدف وضع أداة بحث معني بتحديد الرضا عن الحياة لدى تلاميذ معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة والغرض من المقياس هو التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى كل تلميذ من أفراد المجتمع المبحوث .

3-4-1-2 تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة :

لغرض تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة قامت الباحثة بمسح المراجع والمصادر العلمية والاطلاع على النظريات التي فسرة السمات الشخصية للأفراد الذين لديه رضا عن الحياة ووجدت هناك ستة نظريات هي ابرز النظريات التي فسرة الرضا عن الحياة وهي⁽⁶⁰⁾:-

1-نظرية الاهداف : ويؤكد اصحاب هذه النظرية ان الرضا عن الحياة يرتبط بمدى تحقيق الفرد للأهداف التي وضعها والاهداف التي تنظم وتوجه سلوكه فاذا فشل في تحقيقها انعكست سلبا على حياته واثرت على رضاه عن حياته

2-نظرية الخبرة السارة : ويرون اصحاب هذه النظرية ان الفرد يحقق الرضا عن الحياة عندما تكون خبرته سارة وممتعة ويتوقف مصدر الرضا عن الحياة على طبيعة الفرد ومدى ادراكه للخبرة السارة في هذه الظروف يعد هذا الادراك مسالة نسبية تختلف من شخص لأخر

3-نظرية المقارنة الاجتماعية : ويؤكد اصحاب هذه النظرية ان الرضا عن الحياة يعتمد على مقارنة الفرد لإنجازاته وما تحقق مع انجازات الآخرين وفي حال رضاه عن تلك المقارنة فسوف يشعر بالكفاءة والجدارة وتقدير الذات والسعادة فالتفوق على الآخرين يعد من اهم مصادر الرضا عن الحياة .

⁶⁰ - صالح حسن احمد : اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، عمان، دار صفا للنشر

4-نظرية الفجوة : ويؤكد اصحاب هذه النظرية يرتبط الرضا عن الحياة بالتوازن بين طموحات الفرد وامكانياته فالفرد يرضى عن حياته ان كانت انجازاته تحقق طموحاته او قربييه منها في حين ان وضعة لمستوى طموحة اعلى من مستوى قدراته وامكانياته وفشلة في تحقيق ذلك المستوى فسوف يؤثر على رضاه .

5-نظرية اتجاه الشخصية : ويؤكد اصحاب هذه النظرية الرضا عن الحياة هو سمة شخصية لدى الفرد وميل ثابت لديه لأدراك الاشياء والاحداث بطريقة ايجابية والاستجابة لتلك الاحداث بطريقة متسقة مع الرضا عن الحياة .

6-النظرية التكاملية (لمايكل ارجايل) : يؤكد اصحاب هذه النظرية هناك جملة من العوامل التي تدخل ضمن الرضا عن الحياة وتؤثر عليه وربما تكون في بعض الأحيان هذه العوامل متداخلة فتؤثر على شخصية الفرد ، وقد تبنت الباحثة النظرية التكاملية (لمايكل ارجايل) كإطار نظري لظاهرة الرضا عن الحياة كونها اكثر واقعية في تفسير الظاهرة المبحوثة كون أبرز هذه العوامل ما فسرتة النظريات السابقة التي قدمت شيء من التفسير للرضا عن الحياة بل ان كل واحدة حملت جانب من جوانب الرضا عن الحياة وهي لم تكن شاملة .

3_5 التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء تجربة استطلاعية في يوم الاثنين المصادف 2022/1/10 في قاعة معهد الامام الحسين للتوحد على (25) تلميذ للتعرف على:-

- مدى ملائمة الوحدات التعليمية لاستراتيجية المحطات العلمية لعينة البحث من حيث المحتوى النظري والعملية .
- التعرف على مدى إمكانية التلاميذ لتحقيق أهداف الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية في الرضا عن الحيات من جهة وإمكانية وتعلم المهارات وملاحظتها من جهة أخرى .
- مدى ملائمة الملاعب والتجهيزات المختلفة لتطبيق التجربة الأساسية .
- الكشف عن القياس الأول لثبات لاستثمارات تقييم مهارات (الارسال من الاسفل ، استقبال الارسال ، الاعداد) وعلى الرغم من أن جميع الاستثمارات المرشحة لتقييم المهارات الاساسية هي مقننة وقد وردت في دراسات محلية عديدة إلا أن الباحثة سعت إلى استخراج مؤشرات صدقها وثباتها من خلال عرضها على الخبراء وإعادة تطبيقها على نفس أفراد العينة الاستطلاعية وتحت نفس الظروف المصادف في يوم الاثنين المصادف 2022/1/17 ، واستخراج قيمة معامل ارتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لتلاميذ التجربة الاستطلاعية فضلا عن اعتماد تقييم المحكمين(*)61 واستخراج معامل ارتباط (بيرسون) بين تقديرات المحكمين لاستخراج الموضوعية وكما مبين في الجدول (2) .

الجدول (2)

يبين قيم معاملي الثبات والموضوعية لاستثمارات تقييم المهارات الاساسية

* ا. د حسين عبد الزهرة : علم نفس/ الكرة الطائرة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

أ.م.د منتظر صاحب مهدي علم نفس/ الكرة الطائرة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

ت	المهارات	معامل الموضوعية	الدلالة المعنوية	معامل الثبات	الدلالة المعنوية
1	تقييم الإرسال من الأسفل	.855**	معنوي	.885**	معنوي
2	تقييم استقبال الإرسال	.828*	معنوي	.878*	معنوي
3	تقيم الأعداد	.836**	معنوي	.836**	معنوي

3_6 أعداد الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية :

اعتمد تحسين سلوك التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة على استراتيجية المحطات العلمية ، وبعد اطلاع الباحثة على عدد من المصادر والمراجع والأدبيات التي تناولت استراتيجية المحطات العلمية بالدراسة والبحث وفي ضوءها تم تحديد خطوات تنفيذ استراتيجية المحطات العلمية التي تم أتباعها في تنفيذ الوحدات التعليمية لتحسين سلوك التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وكما يأتي :

1- يُعد تغيير شكل الصف الدراسي إلى طاولات تمثل كل منها محطة تعليمية يمارس فيها المعاقين اعاقاة بسيطة أنواع من التعلم وهي بيئة صفية تثير دافعية التلاميذ ، وخاصة عن طريق تنوع الأنشطة التي يمارسها المعاقين اعاقاة بسيطة في كل محطة من المحطات العلمية، وحاولت الباحثة استخدام استراتيجية المحطات العلمية لتحسين مستوى الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى المعاقين اعاقاة بسيطة .

2- إعداد دليل للمعلم يحتوي على صورة متكاملة لأدوار المعلم، ومسئوليته أثناء تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام استراتيجية المحطات العلمية، وقد روعي في هذا الدليل مقدمة تشمل فكرة عن استراتيجية المحطات العلمية، وشرح لطبيعة كل محطة من المحطات العلمية التي تستخدم في كل درس ، الأهداف العامة للوحدة التعليمية، والأهداف السلوكية الخاصة بكل درس ، صياغة الأهداف العامة والسلوكية للوحدة وإن تحديد الأهداف يساعد على وضوح الرؤية، فأى عمل ناجح لابد من أن يكون موجهاً نحو تحقيق أهداف محددة، وإلا أصبح هذا العمل نوعاً من المحاولة والخطأ التي تعتمد على العشوائية والارتجال، وفي هذا ضياع للوقت والجهد والمال، ولذلك، تم وضع الأهداف العامة للوحدات كما هو وارد في تصنيف بلوم "Bloom" للأهداف التربوية إلى، أهداف معرفية، أهداف وجدانية، وأهداف مهارية (نفس حركية).

1- قدمت الباحثة درس نظري عن استراتيجية المحطات العلمية بالاشتراك مع مدرس المادة والدرس استغرق (35) دقيقة ، تم التطرق فيها على كيفية العمل من خلال تقسيم التلاميذ إلى محطات صغيرة .

2- قدمت الباحثة درس نموذجي عملي عن مهارات الكرة الطائرة وطرح اسئلة للتلاميذ ومناقشتهم والإجابة على أسئلتهم الخاصة بمكونات كل مهارة .

3_7 التجربة الأساسية :

بعد استكمال إجراءات تحديد المتغيرات التابعة من خلال بناء مقياس الرضا عن الحياة وتحديد بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة بأعمار (10-12) سنة من خلال اعتماد مجموعة

من الاختبارات لقياس دقة وتقييم الأداء الفني للمهارات المعنية بالدراسة والبحث قامت الباحثة بتنفيذ تجربتها الأساسية وهي كما يأتي :

3-7-1 القياس القبلي :

باشرت الباحثة بأجراء القياس القبلي على أفراد العينة الأساسية من تلاميذ الاعاقة البسيطة بأعمار (10-12) في معهد الامام الحسين للتوحد والبالغ عددهم (30) تلميذ في يوم الاحد المصادف 2022/1/23 لمتغير الرضا عن الحياة ويومي الاثنين والثلاثاء 2022/1/25-24 لاختبارات المهارات الاساسية بالكرة الطائرة الحصول على البيانات وتدوينها في استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها إحصائياً والكشف عن تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث .

3-7-1-1 تجانس عينة البحث :

لغرض التأكد من تجانس أفراد العينة الأساسية فيما بينهم في بعض المتغيرات الدخيلة التي ترى الباحثة أنها قد تؤثر مع المتغير المستقل في تطوير المتغيرات التابعة قامت باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بـ(الوسط الحسابي , المنوال , خطأ المعياري , الانحراف المعياري , معامل التواء) وكما مبين ضمن الجدول (3) .

الجدول (3)

بين تجانس أفراد العينة الأساسية في بعض المتغيرات قيد الدراسة والبحث

ت	الاختبارات	وحدة القياس	وسط حسابي	الوسيط	انحراف المعياري	خطأ معياري	معامل التواء
1	الطول	سم	147.23	148.00	5.64	1.03	-0.66
2	الكتلة	كغم	44.57	43.00	6.36	1.16	0.26
3	العمر	شهر	134.90	136.00	4.16	0.76	-0.81
4	الرضا عن الحياة	درجة	72.50	71.00	10.32	1.88	-0.04
5	تقييم الأرسال من الأسفل	درجة	2.20	2.00	0.71	0.13	-0.32
6	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.20	2.00	0.61	0.11	-0.12
7	تقييم الأعداد من الأسفل	درجة	1.97	2.00	0.67	0.12	0.04

من خلال الجدول (3) بين تجانس عينة البحث عند كل من المتغيرات الدخيلة بعض (متغيرات النمو) والمتغيرات التابعة المعنية بالدراسة والبحث حيث أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لبيانات القياس القبلي ان قيم معامل الالتواء ولجميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا يؤكد توزيعها بشكل اعتدالي وانها قريبة من التوزيع الطبيعي .

3-7-1-2 تكافؤ مجموعتي البحث :

لغرض الكشف عن تكافؤ مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة سعت الباحثة إلى استخراج قيم (الأوساط الحسابية , الانحراف المعياري) لأفراد المجموعتين ولجميع المتغيرات المدروسة والمعنية بالتحسين والتعلم والمتمثلة بالرضا عن الحياة وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أوضحت نتائج التحليل الإحصائي عشوائية الفروق بين الوسطين الحسابين ولجميع المتغيرات مما يؤكد تكافؤ المجموعتين عند كل المتغيرات وكما مبين ضمن الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين تكافؤ مجموعتين البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
1	قياس الطول	سم	146.93	5.48	147.53	5.96	-0.29	0.78
2	قياس الوزن	كغم	44.20	6.90	44.93	5.99	-0.31	0.76
3	العمر	شهر	133.93	4.03	135.87	4.19	-1.29	0.21
4	الرضا عن الحياة	درجة	72.27	11.45	72.73	9.45	-0.12	0.90
5	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	2.27	0.80	2.13	0.64	0.50	0.62
6	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.13	0.64	2.27	0.59	-0.59	0.56
7	تقييم أداء الاعداد	درجة	1.87	0.64	2.07	0.70	-0.81	0.42

يتبين من الجدول (4) ان افراد عينة البحث ومن المجموعتين الضابطة والتجريبية متجانسين في بعض متغيرات النمو المتمثلة (بالطول والوزن والعمر) والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة وهذا ما اثبتته نتائج قيم اختبار (t) لان مستوى الدلالة المعنوية اكبر من (0.05) وهذا يشير الى عشوائية الفرق بين نتائج اختبارات افراد المجموعة التجريبية وافراد المجموعة الضابطة وانهما بمستوى واحد عند جميع المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث .

3_8 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات في المواضيع

التالية :

- معادلة الاهمية النسبية .
- الوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .
- الخطاء المعياري .
- الارتباط البسيط (بيرسون) .
- اختبار (كا2) .
- اختبار (T) للعينات المترابطة .
- اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد .
- المنوال .
- معامل الالتواء .
- اختبار (F) التجانس
- معادلة (سبرمان - براون) لتصحيح الثبات .

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد عينة البحث :

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعدية) والتي مكنت الباحثة من الحصول على الدرجات الخام لمقياس الرضا عن الحياة والدرجات الخاصة بتقييم أداء التلاميذ بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، وتحقيقاً لهدف الدراسة الثالث المتضمن (التعرف على تأثير استراتيجية المحطات العلمية في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية لدى التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة) سعت الباحثة معالجة بيانات أفراد عينة البحث ومن المجموعتين (التجريبية والضابطة) إحصائياً من خلال استخدام اختبار (t) للعينات المترابطة كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الهدف والتعرف على دلالة الفرق بين الأوساط الحسابية للمقياس القبلي والأوساط الحسابية للمقياس البعدي وكما يأتي :

4-1-1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة ومناقشتها :

لكي تتمكن الباحثة من التعرف على دلالة الفرق بين القياسات القبلية والبعدية لدى أفراد المجموعة الضابطة من تلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة في معهد الإمام الحسين للتوحد سعت إلى معالجة بيانات القياسين إحصائياً واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات وعند متغيرات (الرضا عن الحياة وتقييم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة المتمثلة بمهارة الإرسال من الأسفل ومهارة استقبال الإرسال ومهارة الإعداد) بعدها قامت باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) وكما مبين وضمن الجدول (5) .

الجدول (5)

يبين الفرق بين القياسات القبلية والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة في المتغيرات المبجوة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف			
1	تقييم أداء الإرسال من الأسفل	درجة	2.13	0.64	3.47	0.99	1.33	1.64	0.05
2	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.27	0.59	3.13	0.74	0.87	1.17	0.07
3	تقييم أداء الأعداد	درجة	2.07	0.70	3.07	0.80	1.00	1.42	0.06

من خلال الجدول (5) يتبين إن هناك تبايناً واختلافاً بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات تقييم أداء مهارة الإرسال من الأسفل وتقييم مهارة استقبال الإرسال وتقييم مهارة الأعداد لدى أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (74.73) و (6.27) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المترابطة أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (0.86) وهي أقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين .

فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم مهارة استقبال الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (2.27) (0.59) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (3.13) (0.74) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (1.17) وهي أقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين

فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم مهارة الأعداد في القياس القبلي وعلى التوالي (2.07) (0.70) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (3.07) (0.80)

وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (1.42) وهي أقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين .

وترى الباحثة ان الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس معهد الامام الحسين للتوحد مع التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة ليس له تأثير معنوي في تنمية الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة وهذا يؤكد ان المنهج المستخدم لا يتضمن توجيهات تنمي وتعالج سلوكيات وافكار عدم الرضا عن الحياة فضلاً عن عدم تضمنه إعطاء حرية للتلاميذ في ممارسة التعبير عن الري والتنمية الذاتية مما يسهم في تحسين السمات الشخصية والتفائل وحب الحياة . وتعزو الباحثة عدم تعلم افراد المجموعة الضابطة للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة إلى نوع الأسلوب التدريسي المعتمد من قبل المدرس والى عدم الاهتمام بالتكرارات المناسبة لتعلم المهارات الرياضية التي رافقت الوحدات التعليمية المعتمدة من قبل المدرس فضلاً عن الأخذ بعين الاعتبار قابليات وامكانيات التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة وما يتمتعون به من قابليات ضعيفة مقارنة بأقرانهم الاصحاء مع عدم تكرار التمارين بصورة مستمرة وكذلك التدرج في مستوى الصعوبات للمهارات والتي تضمن الأداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما أشار فيه (نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي 2000) "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم والاكساب كما ان التدريب المنتظم عامل أساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وإتقانها"⁽⁶²⁾ .

4-1-2 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :

لكي تتمكن الباحثة من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية سعت إلى معالجة البيانات إحصائياً واستخراج قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لبيانات القياسين (القبلي والبعدى) وعند المتغيرات (الذات الأكاديمية , التحصيل المعرفي) بعدها قامت باستخدام اختبار (T) كوسيلة إحصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل إن الفروق التباينات راجعة إلى اختلاف حقيقي بين استجابات التلاميذ في مقياس الرضا عن الحياة وإنجاز مهارات الارسال من الاسفل واستقبال الارسال والاعداد بالكرة الطائرة أو إلى المصادفة والجدول (6) يبين ذلك .

جدول (6)

يبين الفرق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية في المتغيرات المبجوة

⁽¹⁾ نجاح مهدي شلش , أكرم محمد صبحي : التعلم الحركي , جامعة الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , 2000 ,

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة T المحسوبة	الدالة الإحصائية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
1	الرضا عن الحياة	درجة	72.27	11.45	98.80	4.23	26.53	0.00
2	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	2.27	0.80	6.13	1.60	3.87	0.00
3	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.13	0.64	5.53	1.41	3.40	0.00
4	تقييم أداء الاعداد	درجة	1.87	0.64	5.33	1.63	3.47	0.00

من خلال الجدول (6) يبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الرضا عن الحياة ومهارة الإرسال ومهارة استقبال الإرسال ومهارة الاعداد إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الرضا عن الحياة في القياس القبلي وعلى التوالي (72.27) (11.45) أما في القياس البعدي فقد بلغت (98.80) (4.23) وهذا يشير إلى إن هناك تباين واختلاف بين الوسطين الحسابي وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه الفروق باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد أظهرت إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.67) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)

فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لتقييم أداء الإرسال من الاسفل في القياس القبلي وعلى التوالي (2.27) (0.80) أما في القياس البعدي فقد بلغت (6.13) (1.60) وهذا يشير إلى إن هناك تباين واختلاف بين الوسطين الحسابي وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه الفروق باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد أظهرت إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.47) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لتقييم أداء استقبال الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (2.13) (0.64) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (5.53) (1.41) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.04) اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم أداء الاعداد في القياس القبلي وعلى التوالي (1.87) (0.64) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (5.33) (1.63) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (7.12) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) .

وهذا يؤكد ان هناك تأثير معنوي لاستراتيجيات المحطات العلمية في تحسين سلوكيات التلاميذ نحو الرضا عن الحياة وتعلم مهارات الإرسال واستقبال الإرسال والاعداد بالكرة الطائرة ، لما تحتوي الوحدات التعليمية من مشاركات وأنشطة تروحية وتمريعات وفنيات ساهمت في تقدير الشخص لنفسه وقابلياته ومهاراته والقناعة الذاتية لقابلياته وتقبله لحياته ، فضلا عن زيادة السعادة كونها حالة وجدانية للفرد وهي انعكاس لدرجة الرضا

عن الحياة والاستقرار النفسي وتنمية الاستقلالية وهي تقدير مصير الذات وغرس روح الثقة بالنفس وحب الذات والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي، وترى الباحثة ان ما تضمنته الوحدات التعليمية وفق استراتيجية المحطات التي راعت فيها الباحثة اهم العوامل المؤثرة في مجالات الرضا عن الحياة والتمثلة بمجال السعادة في الحياة والتقدير الاجتماعي ولاطمئنايه عن الحياة والحياة الصحية والتفاعل الديني .

ترى الباحثة سبب هذا التغير في استجابات التلاميذ ومهاراتهم لكافة متطلبات التعلم خلال الوحدات التعليمية لاستراتيجية المحطات العلمية باعتباره أهم الوسائل الفعالة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الأهداف كما أشار (طلعت حسن 1981) "ان مشاركة التلاميذ في العمل والمسؤولية هام جدا لان بجانب الواجبات التنظيمية التي تلقي على عاتق التلميذ وعليه ان تستعمل المسؤوليات الشخصية والتربوية كقدرة الفرد على تنمية قدراته وامكانياته الشخصية وتحمل المسؤولية لضمان الأمان وان يكون للفرد هدف في حياته ورؤيه توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابر والاصرار وعلى المدرس متابعة تحقيق المستويات ومساعدة التلميذ ويجب ان تناسب المسؤوليات الملقاة مع الامكانات⁽⁶³⁾.

وتعزو الباحثة التحسن في سلوكيات التلاميذ في الرضا عن الحياة أن هناك مجموعة من الظروف الاجتماعية والبيئية تؤدي بالتلميذ ذوي الاعاقة البسيطة إلى أن يعد نفسه (كفنا ومنجزاً) ومتعدد المواهب عندما يولد لديه هذا المفهوم صاحبه شعور عالي في تقدير الذات والنمو الشخصي والعلاقة الايجابية مع الآخرين فضلا عن أساليب التنشئة الاجتماعية ، يمكن تفسير ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة ان التلميذ ذوي الاعاقة البسيطة قد حقق قدرا من النضج العقلي والمعرفي والاجتماعي والاخلاقي وهذا النضج ييسر له رؤية الحياة من زاوية واسعة فيميل الى التحرر من نظرة الاعاقة والنقص المصاحبة له الى النظرة الاجتماعية التي تأخذ بنظر الاعتبار مشاعر وأحاسيس القدرة على التواصل والثقة والمودة وبالنتيجة فان السلوك الناجم عن هذه النظرة يحقق حالة الهناء الشخصي او الرضا عن الحياة فضلا عن ان وصول التلميذ ذوي الاعاقة الى نهاية الدراسة الابتدائية يعني انه قد حقق رغبة في الحياة وهذا الامر يشعره بذاته وكيانه وشخصيته، فضلا عن ان الحياة المدرسية وما يتضمنها من علاقات غنية من شأنها ان تساعد التلميذ المعاق على تكوين مفهوم ذات واقعي من خلال مقارنة نفسه بزملائه الآخرين ذوي الاعاقة مما يؤدي الى تحسن توافقه النفسي والاجتماعي وهذا ما اكده (فهيم مصطفى الزيات 2009) " بأن القدرة على التضحية وخدمة الآخرين من اهم سمات الشخص المتمتع بالتوافق النفسي والاجتماعي والصحة النفسية وقدرته على ان يبذل ويعطي وينتج ، فالشخصية المتوافقة هي التي تسهم في خدمة الانسانية عامة لتحقيق السعادة لأكبر عدد ممكن من الناس ، يضاف الى ذلك ان التوافق هو قدرة الفرد على اقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة مع الآخرين تتسم بميلان الفرد للحب والعطاء والتعاون"⁽⁶⁴⁾ ، وما اشار اليه (فخري عبد

(1) طلعت حسن عبد الرحيم : علم النفس الاجتماعي المعاصر ، ط3 ، القاهرة ، دار الثقافة للطباعة والنشر ، 2008 ، ص112 .

⁶⁴ - فتحي مصطفى الزيات : علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات ، ط3 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 2009 ، ص205 ،

الهادي) في دراسته " إذ بين إن الاشخاص المتوافقين نفسياً واجتماعياً يمتلكون خصائص معينة كحب الآخرين والاندماج والتفاعل معهم والرغبة في تقديم العون والمساعدة لهم" (65) .

وتعزو الباحثة تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة ان هناك تأثيراً معنوياً لاستراتيجية المحطات العلمية في تعلم المهارات والمطبقة من قبل الباحثة لما تحتوي الوحدات التعليمية من تدريبات وتمارين وتكرارات تعمل على تنشيط اكبر عدد من العضلات لدى التلاميذ ساهمت في تطوير مستوهم بالكرة الطائرة . إذ تشير المصادر أن استراتيجية المحطات العلمية تساعد الطالب المعلم بالتدريس على تعلم مهارة معينة كونها طريقة تدريس ينتقل فيها التلاميذ في مجموعات صغيرة عبر سلسلة من المحطات مما يتيح للمتعلمين تأدية كل الأنشطة المختلفة عبر التناوب على المحطات المختلفة، ويمكن للمحطات أن تدعم تدريس المفاهيم المجردة، فضلاً عن المفاهيم التي تحتاج إلى قدر كبير من التكرار، ويمكن للمحطات أن تغطي مفهوم واحد، أو عدة مفاهيم في تدريس درس محدد لأهداف (هدف أو هدفين) في محاولة إتقان مهاراته وتحسين أدائه (66) .

وان الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية الذي استطاعت رفع مستوى تعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من خلال القدرة على التنمية والتفكير وهو ما اشارت اليه (عنايات فرج , فاتن البطل 2004) ان درجة التغير في التحصيل يتوقف على طبيعة الموقف الذي يحصل فيه الشخص على المعلومات والتمارين وعلى مصدرها وأسلوبها ودرجتها وتوافقها مع امكانيات المتعلمين" (67) .

4-2 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها :

تحقيقاً لهدف الدراسة الرابع المتضمن (التعرف على افضلية التأثير بين استراتيجية المحطات العلمية والمنهج المعتمد من قبل المدرس في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لتلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة) سعت الباحثة إلى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لبيانات أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس البعدي واستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض واستخراج قيمة (T) المحسوبة التي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها بقيمتها الجدولية والجدول (7) يبين ذلك .

جدول (7)

يبين الفرق في القياس البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المبحوثة

⁶⁵ - فخري عبد الهادي : علم النفس المعرفي ، ط1 ، عمان ، دار اسامة ، 2010 ، ص117

(3) فادية ديمتري يوسف : التدريس دليل التدريب الميداني ، ج 1 ، ط4 ، المنصورة ، دار الأصدقاء للطباعة ، 2010 ، ص27 .

(2) عنايات فرج ، فاتن البطل : التمرينات الإيقاعية (والجهاز الإيقاعي) والعروض الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر

العربي ، 2004 ، ص278-279 .

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T	الدالة الإحصائية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
1	الرضا عن الحياة	درجة	6.27	74.73	4.23	98.80	12.32	0.00
2	تقييم أداء الإرسال من الأسفل	درجة	0.99	3.47	1.60	6.13	5.49	0.00
3	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	0.74	3.13	1.41	5.53	5.84	0.00
4	تقييم أداء الاعداد	درجة	0.80	3.07	1.63	5.33	4.83	0.00

من خلال الجدول (7) يبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط والانحرافات المعيارية في القياس البعدية بين أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الرضا عن الحياة لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (74.73) (6.27) بينما بلغت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الذات الأكاديمية لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (98.80) (4.23) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (12.32) هي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤشر إن هناك فرقا معنويا بين القياسات البعدية بين أفراد المجموعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر قيمة وسطهم الحسابي في المقياس المعني بقياس الرضا عن الحياة .

كما تبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية بين أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم الإرسال لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.47) (0.99) بينما بلغت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم الإرسال لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (6.13) (0.99) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (5.49) هي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤشر إن هناك فرقا معنويا بين القياسات البعدية بين أفراد المجموعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر قيمة وسطهم الحسابي في تقييم مهارة الإرسال .

وبلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي لتقييم مهارة استقبال الإرسال لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.13) (0.74) وبلغت قيمة الوسط والانحراف في القياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (5.53) (1.41) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين

من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (5.84) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤكد إن هناك فرقا معنوية بين الوسط الحسابي ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر وسطهم الحسابي في تقييم مهارة استقبال الإرسال .

بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي لتقييم مهارة الاعداد لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.07) (0.80) وبلغت قيمة الوسط والانحراف في القياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (5.33) (1.63) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (4.83) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤكد إن هناك فرقا معنوية بين الوسط الحسابي ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر وسطهم الحسابي في تقييم مهارة الاعداد .

ومن واقع نتائج التحليلات الإحصائية لبيانات القياس البعدي لأفراد المجموعتين الضابطة الذي اعتمدت الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس معهد الامام الحسين للتوحد والتجريبية التي استخدمت معها الباحثة استراتيجية المحطات العلمية ، فقد أشارت نتائج التحليلات الإحصائية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وفي المتغيرات المبحوثة (الرضا عن الحياة وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة) وتغزو الباحثة سبب افضلية افراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية استراتيجية المحطات العلمية المستخدمة مع تلاميذ المجموعة التجريبية من خلال تكوين مجموعات صغيرة من التلاميذ من (4-6) تلميذ عبر سلسلة من المحطات التي تتيح لهم القيام بأنشطة تعليمية واجتماعية مختلفة تهدف الى تحقيق التعلم وزيادة الدافعية وتشجع الممارسة والتفكير والابداع مما ساعد التلاميذ على استخدام المعرفة الوجدانية او الحكم المعرفي الذي يرتبط بالانفعالات الايجابية السارة والذي يمثل تقويم الفرد للرضا العام عن الحياة والبيئة الاجتماعية وتكوين العلاقة الايجابية مع الآخرين والقدرة على التواصل والثقة والمودة معهم وتشجيع النمو الشخصي او الهناء من خلال حث التلاميذ على تنمية قدراتهم وامكانياتهم لأثرء حياتهم.

وتعلل الكثير من الدراسات "بان الانسان يسعى دائما للحصول على الدعم والتشجيع لتحقيق الاستحسان والمركز الاجتماعي المحترم وان كان الدافع لهذه لا يرتبط بالحاجات الاجتماعي والاقتصادية، فالفرد يسعى للاحترام وهو بحاجة الى التقدير، فيفخر بمؤهلاته وتحقيق طموحه، وبإشباع هذه الحاجة تتحقق للفرد الصحة النفسية والقدرة على مواجه ضغوط الحياة" (68) ، وهذا يؤكد تمتع افراد المجموعة التجريبية باتجاه ايجابي نحو حب الحياة والبيئة الاجتماعية تغزو الباحثة هذا الى مدة تطبيق استراتيجية المحطات العلمية التي وفرت لهم ظروف بيئية ملائمة ساهمت في زيادة الرغبة والاندفاع لدى التلاميذ ذوي الاعاقة في التعبير عن اهتماماتهم وسعيهم في تحقيق ما يصبون اليه من اهدافهم وامتلاكهم الثقة العالية بأنفسهم بان لديهم القدرة والقابلية في النجاح في حياتهم ، وبما

⁶⁸ - مها اسماعيل (وآخرون) : الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية ، الاسكندرية ، مركز الكتاب ،

ينسجم ويدعم الخصائص النفسية الإيجابية لان ما تلقاه التلاميذ من معرفة وتعلم لمهارات الألعاب الرياضية المختلفة ومهارات الكرة الطائرة وطرق لعبها وتعليمها المتنوعة وكيفية ادائها والمنافسة مع الزملاء المعاقين برز دورها في الجوانب النفسية والاجتماعية

وترى الباحثة بأنه لابد وأن يتصف التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة بالجانب المعرفي للألعاب الرياضية التي تجعله تلميذ مجداً في إنجاح عملية التربوي والتعليمي وخاصة ما يمتلكه من مستويات معرفية وثقافية وهذا بحد ذاته يبين أن هناك مستويات معرفية وثقافية تتباين فيما بينها من تلميذ إلى آخر، ومن ثم فإن المواقف التربوية والتعليمية التي تتطلب قدرة عالية في تفسيرها وتحليلها تحتاج إلى قدرات معرفية تتميز من حيث سرعة الاستجابة دون تردد ، كما تبين مدى الخبرة والتميز اللذان يعكسان ذكاء المدرسين القائمين على تعليم التلاميذ ذوي الإعاقة ، لان المعرفة هي "مجموعة متباينة من الاستعدادات والقدرات العقلية مثل الدراسة والفهم والإدراك والتخيل والتذكر والتذكير لذلك فإن الناتج تعد المحصلة النهائية للاكتساب والتحصيل وتكوين المفاهيم، والتكوينات الذهنية كما تمثل المعرفة الجانب العقلي في الشخصية الإنسانية"⁽⁶⁹⁾، إذ إن "لجانب المعرفي لمدرسي في المدار والمعاهد لذوي الاحتياجات الخاصة والمعاقين انعكاساً مباشراً على شخصية التلميذ الذي يُعد من أهم المقومات الأساسية لنجاح تعلمه واكتساب المادة العلمية والمبادئ التربوية بثقة عالية وأن يكون التلميذ على دراية بنمط تفكيره عند أداء مهمات تفكيرية ، ومن ثم استعمال تلك الدراية في التحكم بما يؤديه"⁽⁷⁰⁾ .

وترى الباحثة تثبيت الأداء الصحيح للمهارات من قبل تلاميذ المجموعة التجريبية وتجاوز الأخطاء فضلاً عن تعرف التلميذ على حقيقة تفاعله مع التلميذ الزميل في الدرس من خلال استخدام المحطات التعليمية ، وبالتالي كونت لديه اتجاهات ايجابية ساعدته في تعلم الأداء للمهارة ، ومحاولة تجاوز الأخطاء ، مما عزز الثقة لدى التلميذ ، وتتفق مع ما أشار إليه (Scotte 2000) ان ثقة التلميذ سوف تزداد من خلال تفاعل التلميذ مع زملائه التلاميذ في جلسات المحطات العلمية، حيث ظهر تحسن ملحوظ في اكتساب الثقة بالنفس وانعكاس ذلك على الأداء وتقييم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة⁽⁷¹⁾ .

إذ ظهر جلياً تفوق تلاميذ المجموعة التجريبية الذين استخدموا المحطات العلمية على تلاميذ المجموعة الضابطة الذين استخدموا الطريقة المتبعة من قبل المدرس في المعهد ، من خلال ادائهم مع زملائهم في المحطات العلمية مما عزز الأداء الصحيح من خلال التفاعل والاندماج مع الزملاء في المجموعة التي وقع فيها التلميذ تصحيح حالات الخلل التي تحدث ، ولاسيما عند تدريس التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .

⁶⁹ - ليلى سيد فرحات: القياس المعرفي الرياضي ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص11.

⁷⁰ - وصفي عصفور: التدريس الصريح لمهام التفكير، مجلة المعلم/الطالب، مجلة نصف سنوية تصدرها دائرة التربية والتعليم العدنان(4,3)، عمان، معهد التربية التابع للأونروا اليونسكو، 1999، ص25 .

(1) Scotte, B.A Enhancing student trust through peer – assessment in physical education ,

Journal of Physical Education , vol. 58 , 2000 , p. 232.

وهذا ما أكده (عبد السلام) بأن طرائق وأساليب التدريس الجيدة تثير اهتمام التلاميذ وتدفعهم للتعلم وتشويقهم للمعرفة , كما انها تدفعهم للمشاركة مع المعلم , وتراعي الفروق الفردية , وتساعد في تحقيق أهداف المنهج , وتتفق مع طبيعة النشاط العقلي للتلميذ⁽⁷²⁾ .

ويشير (Brown) ان التدريس باستراتيجية المحطات العلمية له آثاره الايجابية لكونه عبارة عن حلقة ومجاميع صغير للتدريس التي تتضمن ست خطوات وهي (التخطيط , التدريس , المشاهدة) وفي كل حلقة يتم التدريس على مهارة تدريسية واحده⁽⁷³⁾ .

وكذلك تعزو الباحثة التطور في بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة إلى التمارين التي استخدمتها خلال الوحدة التعليمية أثناء تطبيق استراتيجية المحطات العلمية , حيث تتميز التمرينات بعدم خطورتها على التلاميذ واقتنائها بالكثير من أنواع الأنشطة الحركية الأخرى , كما أنها لا تحتاج إلى إمكانيات وأدوات خاصة وإلى مكان معين بالإضافة إلى إمكانية ممارستها لأكثر عدد ممكن من الأفراد في وقت واحد , ولا تتطلب قدراً عالياً من القدرات والاستعدادات والمواهب الخاصة⁽⁷⁴⁾ . وفي هذا الصدد يشير (محمد حسن علاوي , 2001) "إن وضع الأهداف للمتعلم يؤدي إلى زيادة دافعية ومحاولة بذل الجهد للتغلب على ما يعترضه من صعاب وعقبات ويمنحه المزيد من الحماس والمثابرة ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل"⁽⁷⁵⁾ .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- 1- وضع أداة بحث معنية بقياس وتحديد الرضا عن الحياة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة بأعمار (12-10) في معهد الامام الحسين للتوحد .
- 3- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تنمية واكتساب السمات السلوكية للرضا عن الحياة لدى التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 4- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة الارسال من الاسفل بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 5- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة استقبال الارسال بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .

(1) عبد السلام مصطفى : أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم , المنصورة , أياك كوبي سنتر , 2000 , ص-71 . 70 .

(2) اولفير جيمس : التعلم وسيلة للارتفاع بمستوى التدريس , (ترجمة) محمد عبد الغني , ط1 , الكويت , دار البحوث العلمية , 1978 , ص18 .

(3) عطيات محمد خطاب : التمرينات للبنات , ط8 , القاهرة , دار المعارف , 1997 , ص23 .

(4) محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية , القاهرة , دار الفكر العربي , 2001 , ص194 .

6- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .

7- هناك أفضلية للتأثير في سلوكيات الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لتلاميذ للمجموعة التجريبية التي اعتمدت استراتيجية المحطات العلمية .

2-5 التوصيات :

- 1- ضرورة اعتماد مقياس الرضا عن الحياة كأداة بحث علمية من قبل المعنيين بالمقياس النفسي للتلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة , لغرض الوقوف على الرضا عن الحياة لديهم .
- 2- ضرورة اعتماد استراتيجية المحطات العلمية من قبل المدرسين في معهد ذوي الاعاقة البسيطة لما له من دور فعال في تنمية سلوكيات الرضا عن الحياة وتعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .
- 3- ضرورة إجراء دراسات تتضمن متغيرات الدراسة الحالية وتطبق على عينات وفئات من ذوي الاعاقة وتشمل عموم العراق .
- 4- ضرورة تطوير وتنمية سمات وسلوكيات الرضا عن الحياة لما لها دور في تحسين شخصية ذوي الاعاقة .
- 5- استخدام التدريس استراتيجيات المحطات العلمية في مناهج المعاهد الخاصة بذوي الاعاقة , وذلك لتحسين سلوكياتهم الحياتية ويكونون ناجحين مستقبلا .
- 6- ضرورة زيادة فاعلية التدريب على استخدام استراتيجيات المحطات العلمية للمدرسين في المعاهد الخاصة بذوي الاعاقة وتحت إشراف مدربين .
- 7- حل المشكلات الصعبة التي تواجه المدرسين أثناء القيام باستخدام استراتيجية المحطات العلمية والتمكن من الفنيات المعقدة ومواجهتها وحلها .

المصادر

1. إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية , القاهرة , مركز الكتاب للنشر , 2000 , ص 112 .
2. Scotte, B.A Enhancing student trust through peer – assessment in physical education , Journal of Physical Education , vol. 58 , 2000 , p. 232.
3. اولفير جيمس : التعلم وسيلة للارتفاع بمستوى التدريس , (ترجمة) محمد عبد الغني , ط 1 , الكويت , دار البحوث العلمية , 1978 , ص 18 .
4. جمال السيد تفاح : الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المسنين , جامعة الإسكندرية , مجلة كلية التربية , مجلد 9 , ع 3 , 2009 .
5. حنان خوج : معنى الحياة وعلاقتها بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالسعودية , مجلة جامعة ام القرى للعلوم النفسية والتربوية , م 3 , ع 2011 , 3 .

6. دعاء شعبان: الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الاسرى المحررين المبعدين الى قطاع غزة رسالة ماجستير ،كلية التربية ،الجامعة الاسلامية في غزة .
7. سوزان بنت صدقة :التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالإنجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة لدى الطالبات بمكة المكرمة ،مركز الرشد النفسي ،مجلة الارشاد النفسي ، السعودية ، ع 28، اذار ، 2011،
8. صالح حسن احمد : اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، عمان، دار صفا للنشر ، 2008، ص 84-112.
9. صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم التربوي: (بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ ، 2001) ، ص 47 .
10. طلعت حسن عبد الرحيم : علم النفس الاجتماعي المعاصر ، ط3 ، القاهرة ، دار الثقافة للطباعة والنشر ، 2008 ، ص 112 .
11. عبد السلام مصطفى : اساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم ، المنصورة ، أياك كوبي سنتر ، 2000 ، ص 70-71 .
12. فتحي مصطفى الزيات : علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات ، ط3 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 2009 ، ص 205
13. فخري عبد الهادي : علم النفس المعرفي ، ط1 ، عمان ، دار اسامة ، 2010 ، ص 117
14. فوزي غرابية : أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ط3 ، الأردن ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص 120 .
15. ليلى سيد فرحات: القياس المعرفي الرياضي ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص 11.
16. محمد شيا : مناهج التفكير وقواعد البحث ، ط2 ، بيروت ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، 2008 ، ص 17، 168 .
17. ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي : (بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995) ، ص 140 .
18. مها اسماعيل (وآخرون) : الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية ، الاسكندرية ، مركز الكتاب ، 2006، ص 287 .
19. نجاح مهدي شلش ، أكرم محمد صبحي : التعلم الحركي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص 129-120 .
20. وصفي عصفور: التدريس الصريح لمهمات التفكير، مجلة المعلم/الطالب، مجلة نصف سنوية تصدرها دائرة التربية والتعليم العدان(3،4)، عمان، معهد التربية التابع للأونروا اليونسكو، 1999، ص 25 .
21. يوسف افندي (وآخرون) : مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق ، ط1 : (مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999) ص 74

تأثير تدريبات السوبر سيت للمجموعة العضلية الواحدة والمتعاكسة في بعض اوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى لاعبي بناء الاجسام

م. روند محمد علي

جامعة السليمانية

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى اعداد تدريبات السوبر سيت للمجموعة العضلية الواحدة والمضادة لدى لاعبي بناء الاجسام، والتعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في بعض اوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى مجموعتي البحث، التعرف على الفروق بين الاختبارات البعدية في بعض اوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى مجموعتي البحث، واستخدام الباحث المنهج التجريبي، وتم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي بناء الاجسام في الصالة الرياضية (إيمباير باورجيم) بأعمار (22 - 24 سنة) ، والبالغ عددهم (15) لاعباً، وتم اختيار (12) منهم كعينة للبحث، وبنسبة (80%) من المجتمع الكلي، ، وتم تقسيمهم عشوائيا الى مجموعتين تجريبيتين، (حيث يقوم المجموعة التجريبية الأولى بتطبيق تدريبات بأسلوب سوبرسيت للمجموعة العضلية واحدة للعضلات العضد، والمجموعة التجريبية الثانية تدريبات بأسلوب سوبرسيت للمجموعة العضلية المضادة للعضلات العضد) ، وكانت مدة المنهاج التدريبي (8) أسابيع بواقع (2) وحدة تدريبية في الاسبوع وبذلك أصبح العدد الكلي للوحدات التدريبية (16) وحدة تدريبية، وقد توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية: احدث تدريبات السوبر السيت للمجموعة العضلية الواحدة والمضادة للعضد تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة القصوى وتحمل القوة للذراعين ومحيط العضد، تفوقت المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة التجريبية الاولى في الاختبار البعدي في المتغيرات المبحوثة والمتمثلة ب (محيط العضد والقوة القصوى للذراعين) .

Abstract

The effect of superset training for single and opposite muscle group in some aspects of muscle strength and humeral circumference among bodybuilders

By

Raoand Muhammed Ali

University of Sulaymaniyah -College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to prepare the super set exercises for the single and opposite muscle group for bodybuilders, and to identify the differences between the pre and post tests in some aspects of muscular strength and the humeral circumference of the two research groups, to identify the differences between the post tests in some aspects of muscular strength and humeral circumference in the two research groups. The researcher used the experimental approach, and the research community was determined in a deliberate way of bodybuilding players in the gym (Empire Power Gym) at ages (22-24 years), and they numbered (15) players, and (12) of them were selected as a sample for research, with a percentage of (80). % of the total population, and they were randomly divided into two experimental groups, (where the first experimental group applies exercises in a superset style to one muscle group of the humeral muscles, and the second experimental group exercises in a superset style to the anti-humeral muscle group), and the duration of the training curriculum was (8) Weeks by (2) training units per week, thus the total number of training units became (16) training units, and the researcher reached the following conclusions: The single muscle group and the anti-humerus had a positive effect in developing the maximum strength and endurance of the arms and the humerus circumference, the second experimental group outperformed the first experimental group in the post test in the investigated variables represented by (the humerus circumference and the maximal strength of the arms).

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

ان التدريب الرياضي ركناً أساسياً وضرورة مهمة في العملية التدريبية، لذا فان الارتقاء بالمستوى الرياضي لابد من أن يستند الى أسس علمية صحيحة، لذا يتوجب على القائمين بالعملية التدريبية وضع خطط ومناهج تدريبية مبنية على أسس علمية للارتقاء بالعملية التدريبية.

وفي الآونة الأخيرة لجأ الشباب إلى رياضة بناء الأجسام وذلك من أجل الحصول على الجسم المثالي الذي يقوم بتحديد شكل العضلات المفتولة فهناك من يمارس هذه الرياضة إما من أجل لفت الأنظار لشكل وقوام جسده ، او من أجل المشاركة في المسابقات لرياضة بناء الأجسام .

والعضلة العضدية هي عضلة طويلة وقوية توجد في الجزء العلوى من الذراع ، وتعد هذه العضلة المسنولة عن ثني الذراع عند المفصل والحفاظ على وضعية الذراع ، وتعد العضلة العضدية من أهم العضلات عند لاعبي بناء الاجسام حيث أنها تساعد على بروز العضلات وتزيد من جمال وقوة العضلة.

ولاشك في ان اهتمام المدربين برياضة بناء الأجسام ينصب على حث الرياضيين على تأدية كل ما يوكل اليهم باقصى أداء ممكن، فالغاية من تلك اللعبة هي الاستفادة من الضخامة والقوة العضلية التي يحصل عليها الرياضي من خلال التدريب الرياضي وباسلوب عملي.

ومن هنا نكمن أهمية البحث بإعداد تدريبات السوبرسيت للمجموعة العضلية الواحدة والمضادة في بعض أوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى لاعبي بناء الأجسام بهدف الارتقاء بمستوى هذه الرياضة، ووضع الاعتبارات اللازمة عند تخطيط المناهج التدريبية.

1-2 مشكلة البحث :

من خلال عمل الباحث الميداني في مجال بناء الأجسام ولقربه من هذا الوسط لاحظ ان الكثير من لاعبي بناء الأجسام يقومون باداء تدريبات شاقة ومكثفة ولكن بشكل عشوائي وبعيدة جدا عن تحقيق الاهداف الرئيسية لكل تمرين ألا وهي تطوير مستوى القوة العضلية والضخامة العضلية، وايضا عدم الاعتماد على الاسس العلمية الصحيحة للأساليب التدريبية الحديثة المستخدمة في تحسن مستوى التدريب الرياضي وزيادة الانجاز ومن هذه الأساليب التدريبية الفعالة اسلوب (السوبرسيت) ، ما اثر سلبا على مستوى اللاعبين والفهم الجيد لبنية و وظائف العضلات.

ومن الأساليب التدريبية الفعالة في رياضة بناء الأجسام هي أسلوب (السوبرسيت) حيث يتم أداء تمرينين مختلفين لمجموعة عضلية معينة تلو الآخر مباشرة بدون اخذ فترة راحة، وبالإمكان إستخدامه بطريقتين، إما بأداء تمرينين متتاليين لنفس العضلة دون اخذ فترة راحة بين التمرينان، أو أداء تمرينين لعضلتين متضادة او متقابلة مثل الظهر والصدر والباسبس والترايسبس بدون اخذ فترة راحة .

ومن هنا تبلورت مشكلة البحث في عدم اعطاء الاهتمام الكافي والجيد في تنظيم وكيفية اختيار المناهج التدريبية العلمية المتخصصة والوسائل التدريبية الصحيحة والملائمة لتنمية القوة العضلية والضخامة العضلية للعضد وبالشكل الأمثل، حيث اختلفت الاراء حول كيفية الاستخدام الصحيح لتدريبات (السوبر السيت) ، والتعرف على أي من الأسلوبين لهما الاكثر في زيادة بعض أوجه القوة والضخامة الفسيولوجية للعضلات .

1-3 أهداف البحث :

- 1- اعداد تدريبات السوبر سيت للمجموعة العضلية الواحدة والمضادة لدى لاعبي بناء الاجسام .
- 2- التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في بعض اوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى مجموعتي البحث .
- 3- التعرف على الفروق بين الاختبارات البعدية في بعض اوجه القوة العضلية ومحيط العضد لدى مجموعتي البحث .

1-4 فرضيات البحث

1. وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات المبحوثة بين الاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية الاولى ولصالح الاختبارات البعدية.
2. وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات المبحوثة بين الاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية الثانية ولصالح الاختبارات البعدية.
3. وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات المبحوثة بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين (الاولى والثانية).

5-1 مجالات البحث

1- مجال البشري : عينة من لاعبي بناء الأجسام بالأعمار (22 - 24 سنة) في مركز محافظة السليمانية.

2- مجال الزماني : 2021/12/20 ولغاية 2022/5/20

3- مجال المكاني : صالة الرياضية إيمباير باورجيم .

3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته في حل مشكلة بحثه ، حيث " يعد المنهج التجريبي ادق مناهج البحث العلمي وأكفؤها في التوصل الى النتائج الدقيقة " . (وجيه المحجوب 1993 ، 223)

3-2 مجتمع وعينة البحث :

ان عملية اختيار العينة من الخطوات الرئيسية لجمع البيانات والمعلومات وكثيرا ما يلجأ الباحث الى تحديد مجتمع بحثه بناءا على الظاهرة او المشكلة التي يختارها ، أي" ان يختار الباحث عينة يرى منها تمثل المجتمع الاصلي الذي يقوم بدراسة تمثيلاً صادقاً" . (محمد حسن العلاوي 2000 ، 202) .

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي بناء الاجسام في الصالة الرياضية (إيمباير باورجيم) بأعمار (22 - 24 سنة) ، والبالغ عددهم (15) لاعباً، وتم اختيار (12) منهم كعينة للبحث، وبنسبة (80%) من المجتمع الكلي ، وتم تقسيمهم عشوائيا الى مجموعتين تجريبيتين، (حيث يقوم المجموعة التجريبية الأولى بتطبيق تدريبات السوبرسيت للمجموعة العضلية الواحدة لعضلات العضد، والمجموعة التجريبية الثانية تطبق تدريبات السوبرسيت للمجموعة العضلية المضادة لعضلات العضد)، وتم اجراء عمليتي التجانس و التتكاؤ بين المجموعتين على وفق المتغيرات التي تم اعتمادها في البحث، والجداول (1)(2) توضح ذلك.

جدول (1)

يبين تجانس عينة البحث

ت	العالم الأحصائية المتغيرات	وحدة القياس	وسط الحسابي	الانحراف	الوسيط	الإلتواء
1	طول	متر	1.78	0.02	1.78	0.76
2	كتلة	كغم	83.83	1.46	84.00	0.96
3	العمر	سنة	23.58	0.79	23.00	0.98
4	العمر التدريبي	سنة	3.83	0.57	4.00	0.06

وقد تبين الجدول (1) قيم الإلتواء أقل من +1 لجميع المتغيرات ، مما دل ذلك على تجانس أفراد العينة البحث في المتغيرات الطول والكتلة والعمر والعمر التدريبي

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة ووسائل جمع البيانات

" أن نجاح البحث في تحقيق أهدافه يتوقف على عوامل عديدة من أهمها الاختيار السليم والمناسب للوسائل في الحصول على البيانات ولهذا فأن اختيار الأدوات المناسبة يعد عاملاً أساسياً في البحوث. (يوسف العيزي وآخرون 1998 ، 13)

3-3-1 الأجهزة والوسائل والأدوات المستخدمة

1. حاسبة إلكترونية من نوع (hp).
2. ساعة توقيت العدد (1) من نوع (Casio).
3. ميزان طبي نوع Sony.
4. شريط قياس المرن (1م) عدد (1)
5. بار حديد نوع Olympic عدد (12)
6. الأقراص (متعددة الأوزان) نوع Olympic
7. دمبلص مختلف الأوزان نوع Olympic
8. جهاز المولتجم نوع Lifefitness عدد (3)
9. مصطبة سويدية نوع Technogym عدد (6) .

3-3-2 وسائل جمع البيانات

من الأمور المهمة التي تساعد على إنجاز البحث هي (تهيئة وتنظيم وترتيب الأدوات المستخدمة وتنسيقها حتى يتسنى استغلالها بأحسن صورة لأداء العمل بكفاءة ودقة بأقل مجهود وفي اقصر وقت⁽¹⁾). (يوسف العيزي وآخرون ، 1998)

حيث تم جمع البيانات من خلال :

1. استمارة استبيان
2. المصادر والمراجع العربية
3. الشبكة الإنترنت
4. المقابلات الشخصية

3-4 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث :

1- قياس محيط العضد (محمد نصر الدين رضوان 1997، 77)

• التعليمات : يلف شريط القياس عند العضد في منتصف المسافة بين الكتف والمرفق ، من وضعية الوقوف في حالة تقلص التام للعضلة العضد .

• التسجيل : يتم التسجيل لأقرب (ملم) .

2- إختبار القوة القصوى للذراعين : (أبوغلا أحمد عبدالفتاح ومحمد حسن حسانين ، 1997 ، 338)

- اسم الإختبار : (كيرل الذراعين واقف)
- التعليمات :

- يقف المختبر وظهره للحائط ، والقدمان على بعد 20 سم منه .
- بار حديد 150سم يركب به عدد من الطارات الحديدية بحيث تشكل في مجموعها أقصى وزن يمكن أن يحركه المختبر عن طريق ثني الذراعين أمام الصدر .
- يقوم مساعدان برفع البار الحديدي ليقوم المختبر بحمله باليدين وهو في وضع مد الذراعين وبحيث يكون البار الحديدي أمام الفخذين .
- يقوم المختبر بثني الذراعين بالبار الحديدي للوصول به أمام الصدر .
- يسمح للمختبر بأربع محاولات بين كل محاولة والأخرى فترة راحة لا تقل عن خمس دقائق .
- التسجيل :
- يسجل للمختبر أكبر وزن يستطيع أن يحركه بالذراعين مرة واحدة إلى مستوى الصدر .
- 3- إختبار تحمل القوة للذراعين : (محمد حسن العلوي ومحمد نصرالدين رضوان 2001 ، 40)
- إسم الإختبار : دفع على متوازي :
- التعليمات :
- يقف المختبر في مواجهة العارضتين عند إحدى نهايتي المتوازي ، وعندما يعطي إشارة البدء يقوم بالقفز على المتوازي عند نهايته ، بحيث يرتكز باليدين في الوضع يكون فيه الذراعين ممدودين .
- يبدأ المختبر بالهبوط بجسمه لأسفل حتى ينثني الذراعان في وضع زاوية قائمة ، ثم يبدأ في الدفع لمد الذراعين في جديد .
- يكرر المختبر الثني و الدفع أكبر عدد من المرات بدون توقف حتى التعب .
- يسمح للمختبر بمحاولة واحدة .
- التسجيل :
- تحتسب عدة واحدة لكل الدفعة صحيحة وكاملة تبدأ بثني ومد الذراعين للوصول إلى الوضع الإبتدائي.
- ينتهي الإختبار ويتوقف العد حينما يتوقف المختبر للراحة .

3-5 التجارب الاستطلاعية

- قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الاولى للاختبارات القوة العضلية على عينة البحث والمكون من (4) افراد من عينة البحث، والتجربة الاستطلاعية الثانية للمنهج التدريبي لنموذج من الوحدة التدريبية على (4) افراد اخرى من عينة البحث بتاريخ (23 / 12 / 2021) في تمام الساعة الثالثة بعد الظهر في قاعة (إيمباير باور جيم)، والغرض من التجارب الاستطلاعية ما يلي :
1. معرفة الوقت المستغرق لكل اختبار .
 2. تحديد شدة التدريب لكل من اللاعبين .
 3. تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف اللاعب عند تنفيذ التجربة .
 4. التأكد من سلامة الادوات والاجهزة المستخدمة للبحث .
 5. معرفة مدى صلاحية الاختبارات لمستوى افراد العينة .
 6. معرفة حجم فريق العمل المساعد من التجربة الرئيسية .

3-6 إجراءات البحث الميدانية

3-6-1 الاختبارات القبليّة :

تم إجراء الاختبارات القبليّة للمتغيرات المبحوثة بتاريخ 2022/1/2 وكانت الاختبارات كما يأتي: (إختبار القوة القصوى للذراعين، إختبار تحمل القوة للذراعين، قياس محيط العضد)

جدول (2)

يبين المعالم الاحصائية للتكافؤ للمتغيرات المبحوثة لمجموعتي البحث

المعالم الإحصائية	المجموعة التجريبية 1		المجموعة التجريبية 2		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى دلالة	دلالة الفروق
	س	ع±	س	ع±			
المتغيرات							
محيط العضد (المنقبض)	39.26	0.57	39.43	0.63	0.47	0.64	غير معنوي
القوة القصوى للذراعين	53.33	4.08	54.16	3.76	0.36	0.72	غير معنوي
تحمل القوة للذراعين	46.50	4.50	47.00	4.09	0.20	0.84	غير معنوي

وقد أظهر الجدول (2) أن الفرق كان غير معنوياً بين أفراد مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث عند مستوى دلالة (0.05) .

3-6-2 تطبيق التدريبات

تم تنفيذ المنهاج التدريبي لمجموعتي البحث التجريبتين، إذ ان المجموعة التجريبية الاولى نفذت تدريبات السوبر سيت للمجموعة العضلية الواحدة لعضلات العضد، والمجموعة التجريبية الثانية نفذت تدريبات السوبر سيت للمجموعة العضلية المضادة لعضلات العضد، والاستفادة من ملاحظات السادة (الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب الرياضي) لغرض التأكد من صلاحية وجاهزية المنهاج التدريبي، وبعدها قام الباحث البدء بتنفيذ مفردات المنهاجين التدريبيين لمجموعتي البحث، من خلال اول وحدة تدريبية بتاريخ 2022/1/9 ولغاية 2022/3/3 اخر وحدة تدريبية كما هو موضح في (الملحق 1) .

وعند ابتداء المنهاج التدريبي راعى الباحث النقاط الآتية:

- ابتداء الوحدات التدريبية بالإحماء العام والخاص لمدة (10-15 دقيقة) لتهيئة عضلات الجسم كافة وباستخدام بعض الأدوات والتمارين بشدة بسيطة .
- تشابه التمرينات المستخدمة لكلا المجموعتين ولكن الاختلاف كانت في تنفيذ أسلوب السوبر سيت بكلا نوعيه (للمجموعة العضلية الواحدة والمتضادة) .
- كانت مدة المنهاج التدريبي (8 اسابيع).
- تكون المنهاج التدريبي من دورتين متوسطتين ، كل دورة متوسطة تحتوي على (4) دورات تدريبية صغرى.
- عدد الوحدات التدريبية تمثلت بـ (16) وحدة تدريبية ، اي بواقع وحدتين تدريبيتين في الاسبوع .
- علما بان تطبيق مفردات المنهاج التدريبي هي فقط لاغراض البحث العلمي.

- والشدة التدريب (80%) .
- و تموج الحمل لكل اسبوع كانت (3-1) اي ان التغير كانت بالحجم (من خلال الزيادة في تكرار التمرين) مع ثبات الشدة والراحة.
- عدد التمرينات في المنهاج التدريبي للمجموعتين (16) تمرين، وكل وحدة تدريبية تتكون من (8) تمارين.
- حدد الباحث فترات الراحة بين التكرارات عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض الى الوضع الطبيعي اي (100-110) نبضة بالدقيقة .

3-6-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق التدريبات لمجموعتي البحث التجريبتين تم إجراء الاختبارات البعدية بيوم واحد كما هو الحال في الاختبارات القبلية ، ابتداء بتاريخ 2022/2/27 والذي تم فيه إجراء اختبار القوة القصوى وتحمل القوة للذراعين، وبعدها تم قياس محيط العضد بنفس سياق الاختبارات القبلية .

3-7 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث البرنامج الاحصائي (SPSS) لاستخراج ما يأتي:

- معامل الالتواء .
 - الوسيط.
 - الوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - اختبار (ت) للعينات المرتبطة.
 - اختبار (ت) للعينات غير المرتبطة .
- عرض النتائج ومناقشتها.

4-1 عرض ومناقشة نتائج المتغيرات المبحوثة .

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى .

جدول (3)

المعامل الاحصائية الخاصة بالأختبارين القبلي والبعدى للمتغيرات المبحوثة للمجموعة التجريبية الأولى

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س-	±ع	س-	±ع			
محيط العضد (لم)	39.26	0.57	40.53	0.56	4.93	0.004	معنوي
القوة القصوى للذراعين (كغم)	53.33	4.08	56.66	2.58	3.16	0.025	معنوي
تحمل القوة للذراعين (عدد)	46.50	4.50	55.83	2.63	10.15	0.000	معنوي

معنوية عند مستوى الدلالة (0.05)

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية .

جدول (4)

المعامل الاحصائية الخاصة بالأختبارين القبلي والبعدى للمتغيرات المبوثة للمجموعة التجريبية الثانية .

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س-	±ع	س-	±ع			
محيط العضد (لم)	39.43	0.63	41.78	0.54	23.69	0.000	معنوي
القوة القصوى للذراعين (كغم)	54.16	3.76	62.50	2.73	5.00	0.004	معنوي
تحمل القوة للذراعين (عدد)	47.00	4.09	52.83	3.31	12.22	0.000	معنوي

معنوية عند مستوى الدلالة (0.05)

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية .

جدول (5)

المعامل الاحصائية الخاصة بالأختبارين البعدي للمتغيرات المبوثة للمجموعة التجريبية الأولى والثانية .

المتغيرات	مجموعة التجربة 1		مجموعة التجربة 2		قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س-	±ع	س-	±ع			
محيط العضد (لم)	40.53	0.56	41.78	0.54	3.88	0.003	معنوي
القوة القصوى للذراعين (كغم)	56.66	2.58	62.50	2.73	3.79	0.004	معنوي
تحمل القوة للذراعين (عدد)	55.83	2.63	52.83	3.31	1.73	0.11	غير معنوي

معنوية عند مستوى الدلالة (0.05)

4-1-3 مناقشة النتائج المتغيرات المبوثة :

من خلال نتائج اختبار (T) الأحصائي للإختبارات القبلية والبعدية لكلا المجموعتين التجريبيتين، يتضح من الجداول (3 ، 4) بأن هناك فروقا معنوية بين نتائج الإختبارات القبلية والبعدية ولصالح الإختبارات البعدية في المتغيرات المبوثة (محيط العضد والقوة القصوى وتحمل القوة للذراعين) .

ويعزو الباحث سبب هذا التطور الحاصل الى تأثير تدريبات (السوبر سيت) حيث كانت له تاثير فعال في نتائج الاختبارات البعدية، لأنها تعد من الاساليب التدريبية الاساسية في بناء المزيد من العضلات في وقت اقل والتي تقوم بضخ كميات اكبر من الدم في العضلات وهذا من شأنه يساعد على نقل المواد الغذائية الضرورية إلى الخلايا العضلية وتسريع عملية الإستشفاء، اذ تذكر (رجاء عبد الكريم وآخرون، 2020) عن (ليث ابراهيم، 2010) بان " اسلوب تدريب السوبر سيت يعد مبدأ تدريبي مستخدم كاتجاه حديث للبناء العضلي وتطوير القوة العضلية"(رجاء عبد الكريم وآخرون، 2020، 46)، وايضا تعد (السوبر سيت) من الاساليب التدريبية ذات الشدة العالية والتي تجعل التمارين اكثر كثافة وفاعلية، لإن التدريبات ذات الشدة العالية والمكثفة يعمل على اختصار وقت الجرعة التدريبية وبالتالي العمل على رفع كفاءة اللاعب البدنية بدرجة كبيرة حيث أن اللاعب يتكيف

سريعاً مع هذا النوع من التدريب وبالتالي بذل أقصى مجهود لتحقيق الهدف من التدريب داخل الوحدة التدريبية، وفي هذا الشأن يذكر (حسنين، 2020) ان سوبر سيت ممكن ان يضيف شدة للتمرينات وزيادة في التحميل على العضلات واجبارها على التطبع والتكيف والنمو بشكل اقوى (حسنين عبد الكاظم فيروز، 2020، 31)، و"التدريب المكثف تدريب قصير المدي و تتميز بارتفاع في الشدة والحجم للوصول الي الفورمة الرياضية وذلك بتغير ديناميكية حمل التدريب الشدة - الحجم" (عصام عبد الخالق، 1999، 264)، وايضا يضيف (حسنين، 2020) بان اسلوب سوبرسيت واحدة من الاساليب التدريبية التي تقتصد بالزمن وتضيف شدة تدريبية وتساعد خلال مواجهة هضاب القوة (حسنين عبد الكاظم فيروز، 2020، 27) ويذكر بعض المصادر بان "دمج تمرينين بتمرين واحد بدون فترة راحة بينهما يؤدي الى رفع كثافة التمرين اكثر من التمرين التقليدي " (بسطويسي أحمد، 2014، 233)

من خلال نتائج اختبار (T) الأحصائي للإختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبتين ، يظهر من الجدول (5) بأن هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية في المتغيرات المبجوة (محيط العضد والقوة القصوى) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية، ويعزو الباحث السبب الى فاعلية تدريبات (السوبر سيت للمجموعة العضلية المضادة) لان الخصائص التدريبية والتكرارات والشدد كانت مناسبة لتطوير هذه المتغيرات، وتدرجات (سوبرسيت للمجموعة العضلية المضادة) يعد تكتيك او أسلوب يدفع بالعضلة على العمل بافضل جهد وطاقة وضخ كمية دم كثيرة لعضلة العضد في وقت قليل، وهذا ما سيؤدي الي زيادة الكتلة العضلية وتضخيمها، وايضا الميزة الأساسية لهذا الاسلوب (سوبرسيت للمجموعة العضلية المضادة) هي أنه لا يوجد فقدان كبير لمستوى الشدة والقوة العضلية والاداء الصحيح اثناء الانتقال من تمرين إلى آخر اي يمكنك القيام بتطبيق هذا الاسلوب دون الشعور بالتعب الشديد بهدف زيادة شدة التدريب وتضخم العضلات لان الانتقال يكون من مجموعة عضلية معينة الى مجموعة عضلية مضادة (متقابلة)، وهذا يتفق مع الخصائص التدريبية لصفة القوة القصوى والتضخم الحاصل لعضلة العضد، وبهذا الخصوص تذكر (عبير و وفاء، 2017) و الغرض من هذه الطريقة هي تمرين عضلة بينما ترتاح العضلة المعاكسة فترة قصيرة (ثم التبدل) مما يزيد من شدة التمرين (عبير داخل، وفاء فائق، 2017، 139) ، وايضا ذكرت نتائج بعض الدراسات بان تدريبات السوبر سيت للعضلات المضادة "ساعدت بنجاح كبير لبناء العضلات وزيادة القوة، وتقوية الاوتاد، وهي تمرين لعضلتين مختلفتين بشكل متتابع اي تدريبات متنوعة تجلب التشويق" (عبير داخل، وفاء فائق، 2017، 149)

5- الإستنتاجات والتوصيات

5-1 الإستنتاجات :

- 1- احدث تدريبات السوبر السيت للمجموعة العضلية الواحدة للعضد تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة القصوى وتحمل القوة للذراعين ومحيط العضد .
- 2- احدث تدريبات السوبر السيت للمجموعة العضلية المضادة للعضد تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة القصوى وتحمل القوة للذراعين ومحيط العضد .
- 3- تفوقت المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة التجريبية الاولى في الاختبار البعدي في المتغيرات المبجوة والمتمثلة ب (محيط العضد والقوة القصوى للذراعين) .

5-2 التوصيات :

- 1- ضرورة الأخذ بنتائج هذه البحوث وتعميمها على الاندية الرياضية لبناء الاجسام.
- 2- التاكيد على ضرورة استخدام وسائل تدريبية حديثة في العمليات التدريبية لما تحققة من مردود ايجابي في تنمية المستوى البدني والضخامة العضلية.
- 3- ضرورة الاهتمام باقامة دورات تدريبية للمدربين للتعرف على احدث الوسائل التدريبية الحديثة لغرض الارتقاء بمستوى رياضة بناء الاجسام .

المصادر

1. أميرة حسن محمود وماهر حسن محمود ؛الإتجاهات الحديثة في علم التدريب الرياضي ، ط1 ، الإسكندرية ، دار الوفاء لدنيا نشر والطباعة 2008 .
2. بسطويسى أحمد ؛ اسس تنمية القوة العضلية في مجال الفعاليات والالعاب الرياضية ، ط 1 :القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 2014 .
3. حسنين عبد الكاظم فيروز الخزعلي: اثر تدريبات باسلوبي (CROSSFIT) و(SUPERSET) في تطور بعض القابليات البيوحركية والنشاط الكهربائي لاهم العضلات العاملة ومؤشر دقة التصويب بكرة اليد للشباب، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
4. رجاء عبد الكريم وآخرون: تأثير تدريبات القوة الانفجارية بأسلوب السوبر سيت للاطراف السفلى في تطوير القوة المسلطة للرجلين لخطوات الرمي وانجاز رمي الرمح للشباب، مجلة علوم الرياضة، جامعة ديالى، المجلد الثاني عشر، العدد السابع عشر، 2020.
5. عبير داخل حاتم، وفاء فائق حاتم: تأثير التدريب بطريقة (super site) على بعض المؤشرات الفسيولوجية ومهارة الضربة الساحقة للاعبين الريشة الطائرة فئة الشباب، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، المجلد العاشر، العدد5، 2017.
6. عصام عبدالخالق 1999 : التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، الإسكندرية ، دار الكتب الجامعية 1999
7. محمد حسن العلاوي و محمد نصرالدين رضوان ؛ اختبارات الأداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي (2001) .
8. محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، عمان ، دار الفكر العربي ، 2000 .
9. محمد نصر الدين رضوان : المرجع الى القياسات الجسمية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص77
10. وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة النشر ، 1993 .
11. يوسف العنيزي و آخرون ؛ مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق: (ط1، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1998).

ملحق (1) أسماء السادة الخبراء الذين تم عرض الإستمارة عليهم حول صلاحية المنهاج التدريبي

ت	الأسم	اللقب	الإختصاص	مكان العمل
1	بيباك محمد علي خان	أستاذ مساعد	علم التدريب - كرة السلة	جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية
2	حسن هاشم عبدالله	مدرس	علم التدريب - الكرة القدم	جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية
3	زرنك سالار محمد	معلم	محاضر ومدير بناء الاجسام	وزارة التربية

ملحق (2) نموذج من وحدة التدريبية المقترحة للمجموعة التجريبية الأولى
(سوبرسيت للمجموعة العضلية الواحدة)

الاول					رقم الوحدة التدريبية	
راحة بين المجاميع	راحة بينية	المجاميع	تكرار	الشدة	التمرينات المستخدمة	ت
2 د	1د	4	8	80 %	ترايسبس نائم + ترايسبس دمبلص باليدين جالس	1.
					ترايسبس زوج دمبلص منحنى + ترايس بش داون بكرة	2.
					كيرل زوج دمبلص مطرقة واقف + كيرل بار واقف	3.
					كيرل زوج دمبلص جالس + كيل بكرة واقف	4.
34 دقيقة					زمن الوحدة التدريبية الأولى بدون احماء و التهدئة	

نموذج من وحدة التدريبية المقترحة للمجموعة التجريبية الثانية
(سوبرسيت للمجموعة العضلية المضادة)

الاول					رقم الوحدة التدريبية	
راحة بين المجاميع	راحة بينية	المجاميع	تكرار	الشدة	التمارين المستخدمة	ت
2 د	1د	4	8	% 80	كيرل زوج دمبلص مطرقة واقف + ترايسبس نائم	1.
					ترايسبس زوج دمبلص منحني + كيرل زوج دمبلص جالس	2.
					كيرل بار واقف + ترايسبس دمبلص باليدين جالس	3.
					ترايس بش داون بكرة + كيل بكرة واقف	4.
34 دقيقة					زمن الوحدة التدريبية الأولى بدون احماء و التهدئة	

النمذجة التفاعلية للقابليات البيوحركية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الناشئين بحسب خطوط اللعب

زهراء احسان عبد عون أ. د. حسن علي حسين أ. د. احمد مرتضى عبدالحسين

جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى التعرف على القابليات البيوحركية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب و التعرف على العلاقة للقابليات البيوحركية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب , ووضع انموذج تفاعلي للاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب بدلالة القابليات البيوحركية، وكان فرضا البحث هناك علاقة للقابليات البيوحركية للاعبي كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب. استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح (الوضع الراهن) ودراسات العلاقات المتبادلة والتنبؤية ، حددت الباحثة مجتمع بحثها بلاعبي كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء وجاء اختيار عينة بحثها بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة وبواقع (97) لاعب وكانت اهم الاستنتاجات ظهور نتائج افراد عينة البحث الاساسية (المهاجمين ، الوسط ، المدافعين) قد توزعوا توزيعاً طبيعياً , حيث اظهرت النتائج ان هناك علاقات دالة ايجابية بين المتغير (للقابليات البيوحركية) , واظهرت المتغير (للقابليات البيوحركية) ان هناك تأثير حجوم في تصنيف اللاعبين الناشئين بحسب خطوط اللعب.

Abstract

Interactive modeling of biokinetic abilities to classify and settle junior football players according to the playing lines

By

Zahraa Ihsan Abd Aoun Prof. Hassan Ali Hussein Prof. Ahmed Mortada Abdel Hussein

College of Physical Education and Sports Sciences

The study aimed to identify the biokinetic abilities to classify and settle junior football players according to the playing lines and to identify the relationship to

the biokinetic abilities to classify and settle junior football players according to the playing lines, and to develop an interactive model for football players according to the lines of play in terms of the biokinetic capabilities, and the research hypotheses were there a relationship between the biokinetic tribes of junior football players according to the playing lines. The researchers used the descriptive approach in the survey method and predictive relationships studies. The research population was the football players in Karbala governorate. The selection of research sample came in a simple random, with a (97) players. The results showed that there are positive significant relationships between the variable (biokinetic abilities). The biokinetic abilities showed that there is an effect of sizes in the classification of junior players according to the playing lines.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

يشهد عالمنا اليوم تطوراً كبيراً وواسعاً في مجال علم التدريب الرياضي من خلال التنوع في طرائق التدريب واستخدام الوسائل والأساليب الحديثة التي ساعدت على تطوير القابليات البيوحركية للاعبين للوصول بهم الى افضل المستويات من اجل تحقيق الأهداف المطلوبة , لذلك يواصل المهتمون في مجال التدريب الرياضي البحث والدراسة والاطلاع الدائم بكل ما هو جديد لإضافة معلومات حديثة باتباع الوسائل والأساليب العلمية الحديثة التي تعمل على وفق مستوى اللاعبين .

تعد لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم حيث أصبح أسلوب لعبها الحديث بطريقة الفريق الواحد في الحالة الدفاعية والهجومية لذا يتطلب التركيز على الأداء المهاري الذي من شأنه تطوير مستوى أداء الفريق وكل حسب منطقته ومساحته وطبقاً لمتغيرات اللعب

وتأتي أهمية البحث من خلال أهمية التصنيف والتسكين الدقيق معتمداً على دور الاختبارات والمقاييس التي أصبحت حاجة ضرورية لتفادي الأخطاء السابقة في عملية التصنيف لتوجيه اللاعبين الذين فئة الناشئين بكرة القدم في محافظة كربلاء على وفق الأسس الصحيحة والدقيقة ولكي تكون هذه المتغيرات كمؤشر دقيق كون هذه المتغير (القابليات البيوحركية) تلعب الدور البارز في تحديد إمكانيات ومستويات اللاعبين الذين ممكن أن يكونوا ضمن تشكيلة المنتخبات الوطنية التي تم انتقائها على وفق هذه المتغيرات , ولذلك فإن الأهمية تجلت بدراسة هذه المتغيرات لكي تكون مؤشر حقيقي ودقيق لعملية التصنيف وللاقتصاد بالوقت والجهد بعيداً عن الاختيار غير الدقيق وغير الموضوعي لتكون وسيلة معبرة تستخدم من قبل المدربين لأغراض تقويم اللاعبين لتحقيق افضل النتائج .

1-2 مشكلة البحث

ان الارتقاء بالمستوى الرياضي في الالعاب كافة يتوقف الى حد كبير على اكمال حالات التدريب الحركية والبدنية والمهارية , لذا فإن اتباع المنهجية العلمية في التدريب تعد من المؤشرات الاساسية التي تعكس مستوى اداء الرياضيين وذلك يتم من خلال التخطيط المسبق للمناهج التدريبية لتلافي المعوقات والعمل على معالجة المشاكل التي قد تواجه المسيرة الرياضية .

وبما ان كرة القدم من الالعاب الجماعية التي يجب الاهتمام بجانب التنبؤ والتصنيف والتسكين الرياضي الخاضع للأسس العلمية الصحيحة والذي له دور فعال في عملية تطوير لعبة كرة القدم ومن خلال البحوث العلمية تأكد لنا ارتباط القدرات البيوحركية من الناحية التدريبية لأعداد الرياضي بشكل جيد وما يمتلكه من مواصفات وخصائص بدنية ومهارية وقدرات حركية، ومن خلال قرب الباحثة من لعبة كرة القدم وخاصة في المدارس التخصصية في المحافظة ومتابعتها لاندية محافظة كربلاء للناشئين وكذلك الاطلاع على الدراسات والبحوث لاحظت قلة الاهتمام والاعتماد على مؤشر حقيقي ودقيق لعملية التصنيف والتسكين معتمدين على الاختيار غير الدقيق وغير الموضوعي وعلى الخبرات الشخصية وعدم استخدام الاختبارات العلمية الحديثة الخاصة في عملية انتقائهم وتصنيفهم كل حسب قدراته وما يناسب خطوط اللعب في اغلب اندية الناشئين بكرة القدم ومن هنا نشأت الحاجة الى التعرف على القابليات البيوحركية لتكون نمذجة تساعد المدربين على تصنيف وتسكين اللاعبين وبحسب خطوط اللعب نحو الاتجاه الصحيح بما يتناسب مع قدراتهم وامكانياتهم التي تساعد في ممارسة لعبة كرة القدم وبذلك تكون وسيلة جديدة لانتقاء المواهب الرياضية في المستقبل.

1-3 اهداف البحث

- 1- التعرف على القابليات البيوحركية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .
- 2- التعرف على العلاقة للقابليات البيوحركية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .
- 3- وضع انموذج تفاعلي للاعب كرة القدم حسب خطوط اللعب بدلالة القابليات البيوحركية .

1-4 فرض البحث

- 1- هناك علاقة بين القابليات البيوحركية للاعب كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي كرة القدم للناشئين في محافظة كربلاء .
- 2-5-1 المجال الزماني : 2021/8/11 الى 2022/7/17 .
- 3-5-1 المجال المكاني : ملعب الجماهير ، ملعب الأنصار ، ملعب العراق .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

إن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعة تفرض على الباحثة اختيار المنهج المناسب ، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين" (76) .

إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح (الوضع الراهن) ودراسات العلاقات المتبادلة والتنبؤية، وهذا ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها "لأن البحث الوصفي هو الذي

(76) إبراهيم بن عبد العزيز : منهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص70 .

يعطي صورة واضحة عن الظاهرة ويصف مميزات وخصائص المجتمع في تلك الظاهرة ويضيف رصيذاً إضافياً من الحقائق والمعارف الأمر الذي يساعد في عملية فهم الظاهرة والتنبؤ بها وضبطها والتحكم فيها⁽¹⁾ .

2-2 مجتمع البحث وعيناته:-

مجتمع البحث هو "جميع الأفراد والأشياء الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي تسعى الباحثة إلى ان تعمم عليها نتائج الدراسة , والعينة هي المجموعة الجزئية المميزة والمنتقاة من المجتمع الخاص بالدراسة، أي ان لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة"⁽⁷⁷⁾، إذ اشتمل مجتمع البحث بلاعبين كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء , والبالغ عددهم (131) لاعبا، بعدها قامت الباحثة باختيار عينات بحثها المتمثلة بلاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (14-16) سنة في محافظة كربلاء وتم اختيار عينات البحث بالطريقة العشوائية البسيطة .

2-2-1 العينة الاستطلاعية

اشتملت العينة الاستطلاعية بلاعبين كرة القدم الناشئين بمحافظة كربلاء لبعض من الأندية المعنية بالبحث ، والبالغ عددها (25) لاعبا وبواقع (5) لاعبين لكل نادي وبنسبة (19%) من مجتمع الأصل ينظر جدول رقم (1) .

2-2-2 عينة البحث الرئيسية

اشتملت عينة التطبيق على (97) لاعباً من اللاعبين الناشئين بكرة القدم بعد ان تم استبعاد (9) لاعبين لعدم ملائمتهم لشروط البحث والمتغيرات، وبواقع (29) لاعب مهاجم و(32) لاعب وسط و(36) لاعب مدافع بنسبة مئوية تبلغ (74%) من مجتمع الأصل .

الجدول (1)

يبين طبيعة توزيع المجتمع حسب الأندية المعنية بالبحث

ت	النادي	طبيعة العينة		
		العدد الكلي	التجربة الاستطلاعية	التطبيق الرئيسي
1	نادي الطف	26	5	21
2	نادي كربلاء	25	5	20
3	نادي الروضتين	27	5	22
4	نادي شباب الحسين	26	5	21

(1) فائز جمعة النجار (وآخرون) : أساليب البحث العلمي (منظور تطبيقي) . ط1 ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص 51 .

(2) سعد التل (وآخرون) : مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2007 ، ص 97 .

22	5	27	نادي الحر	5
106	25	131	المجموع	6

2-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة

2 - 3 - 1 وسائل البحث المستخدمة

- الملاحظة .
- الاستبيان .
- الاختبارات .
- المقابلات الشخصية

2 - 3 - 2 الاجهزة والادوات المستخدمة

- كرات قدم قانونية عدد (10).
- صافرات بلاستيكية عدد (3).
- اقماع بلاستيكية عدد (10) .
- دوائر بلاستيكية ملونة عدد (8) .
- شريط لاصق ملون (10 م) عدد (5) .
- آلة قياس المسافة (فيته) .
- ميدان لعب كرة قدم قانوني.
- جهاز حاسوب نوع (Mac) .
- ساعة إيقاف الكترونية نوع (كاسيو) عدد (5) .

2 - 4 خطوات البحث وإجراءاته الميدانية

2 - 4 - 1 اجراءات تحديد القابليات البيو حركية

لغرض تحديد بعض القابليات البيو حركية للاعبين كرة القدم الناشئين بمحافظة كربلاء سعت الباحثة الى مسح المصادر وتحديد مجموعة من القابليات وإدراجها ضمن استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين بكرة القدم وتدريب الرياضي وطرائق تدريس لاستطلاع آرائهم لتحديد بعض القابليات البيو حركية , وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها احصائيا لاستخراج الأهمية النسبية أظهرت النتائج عن قبول القابليات التي حصلت على أهمية مقدارها (65) حسب رأي (12) من الخبراء والمختصين و(54%) من الأهمية النسبية وبهذا اصبح عدد القابليات المقبولة (5) من اصل (7) قابلية وكما مبين في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين درجة الأهمية والنسبة المئوية للأهمية وقبول وترشيح القابليات البيو حركية

ت	القابليات البيوحركية	الأهمية	النسبة المئوية للأهمية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
1	القدرة الانفجارية	68	%56.66	✓	
2	القوة المميزة بالسرعة	58	%48.33		✓
3	التوازن	37	%30.83		✓
4	المرونة	86	%71.66	✓	
5	تحمل السرعة	65	%54.7	✓	
6	الرشاقة الخاصة	78	%65	✓	
7	التوافق الحركي	93	%77.5	✓	

2-4-2 إجراءات تحديد اختبارات القابليات البيوحركية

بعد ان حددت الباحثة القابليات البيوحركية الواجب توافرها عند لاعبي كرة القدم للناشئين ، ولغرض ترشيح الاختبارات التي تعبر عن قياس القابليات البيوحركية لدى اللاعبين ، قامت الباحثة بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث ، ومن ثم ترشيح مجموعة من الاختبارات وإدراجها في استمارات استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتدريب الرياضي والتعلم الحركي فضلاً عن المختصين في كرة القدم لاستطلاع آرائهم حول صلاحية الاختبارات المدرجة . وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخراج النسب المئوية لاتفاق الخبراء حسب رأي (10) من الخبراء والمختصين فقد حصلت على أهمية (55) ونسبة (55%) من الأهمية النسبية ، أسفرت النتائج عن قبول ترشيح (5) اختبار معني بقياس القابليات البيوحركية من أصل (15) اختبار ، والجدول (3) يبين ذلك .

جدول (3)

يبين الأهمية والأهمية النسبية لترشيح الاختبارات المعنية بقياس القابليات البيوحركية بكرة القدم للناشئين

القابليات البيوحركية	الاختبارات	الأهمية	الأهمية النسبية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
القدرة الانفجارية	القفز العمودي من الثبات (حساب القدرة بالواط)	67	%67	✓	
	الوثب الطويل من الثبات	50	%50		✓
	الوثب الطويل من الثبات بالرجل القوية	43	%43		✓
المرونة	اختبار الوقوف بالقدم طويلاً على العارضة .	54	%54		✓
	اختبار المشي على عارضة التوازن	32	%32		✓
	اللمس السفلي والجانبى لمدة 30 ثانية .	64	%64	✓	
تحمل	الجري بالظهر والمواجهة (تحمل سرعة) لمسافة 252م	39	%39		✓

✓		53%	53	الجري 200م في شكل تحركات دفاعية وهجومية	السرعة
	✓	74%	74	اختبار الجري بالكرة لمسافة 5 * 30 متر بدون توقف	
✓		47%	47	الركض المكوكي لمسافة (10 م) بين خطان .	الرشاقة
	✓	83%	83	الركض المتعدد الجهات بين أربعة شواخص المسافة بين شاخص وآخر (6م)	
✓		54%	54	الركض اللولبي بين خمسة شواخص المسافة بين شاخص وآخر (274 سم) .	
✓		49%	49	ضرب الكرة بالجدار واستقبالها بالرأس من مسافة (7 م) .	التوافق الحركي
✓		38%	38	ضرب الكرة بالجدار واستقبالها بالقدم من مسافة (7 م) .	
	✓	78%	78	اختبار نط الحبل .	

2-5 التجربة الاستطلاعية للأختبارات

2-5-1 المرحلة الاولى

قامت الباحثة باستطلاع الاختبارات التي تم قبول ترشيحها لقياس المتغيرات المبحوثة على أفراد العينة الاستطلاعية اللذين ينتمون إلى كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء , وعلى أفراد العينة الاستطلاعية المكونة من (25) لاعباً كما مبين ضمن جدول (1) وذلك بهدف تأشير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات إذ استغرقت فترة استطلاع الاختبارات يومين، بدأت في يوم الجمعة الساعة التاسعة صباحاً الموافق 2022/1/12 وانتهت في يوم السبت الساعة الثانية والنصف الموافق 2022/1/14 وأرادت الباحثة من خلالها تحقيق عدة أغراض منها:

- 1- التأكد من جاهزية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
- 2- التعرف على صلاحية الاختبارات بالنسبة لمستوى أفراد عينة البحث .
- 3- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد وحسن تدريبهم.
- 4- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلاً عن وقت الاختبارات ككل .
- 5- التعرف على القياس الأول لثبات نتائج الاختبارات المعنية بقياس القابليات البيومترية .
- 6- تنظيم فترة الراحة بين اختبار وآخر لضمان عودة اللاعبين إلى حالتهم الطبيعية عند بداية كل اختبار.
- 7- إخراج وترتيب الاختبارات (خلال أيام الاختبارات واليوم الاختباري الواحد) على أساس متطلبات الحركة ومستوى صعوبتها.

2-5-2 المرحلة الثانية

على الرغم من كون الاختبارات المرشحة لقياس المتغيرات المبحوثة تمتاز بأسس علمية عالية نظراً لأنها مصممة إلا ان الباحثة لم تكتفِ بذلك فقامت بتطبيق الاختبارات مرة ثانية على أفراد العينة الاستطلاعية وتحت الظروف نفسها وفي نفس المكان ونفس الوقت وكان الغرض منها :

- 1- التعرف على القياس الثاني لثبات نتائج الاختبارات المعنية بقياس القابليات البيومترية .
 - 2- التعرف على موضوعية الاختبارات المرشحة لقياس القابليات البيومترية .
- إذ بدأ تنفيذها يوم (الأثنين) الساعة التاسعة صباحا والموافق 2022/1/23 وانتهت يوم (الاربعاء) الساعة الثانية والنصف الموافق 2022/1/26، ومن خلال نتائج المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية تم استنتاج الآتي :

- 1- تمتاز الاختبارات المرشحة لقياس القابليات البيومترية بمعاملات علمية عالية.
- 2- إن جميع الاختبارات قادرة على التمييز بين أفراد العينة الضعفاء والأقوياء من المختبرين.

2- 6 الاسس العلمية للاختبارات

3-6-1 الاسس التكوينية

اولا : صدق الاختبارات

يعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار والمقياس إذ يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس الشيء أو الظاهرة التي وضع لقياسها، فالصدق لا يعني ارتباط الاختبار أو المقياس بنفسه كما في الثبات ولكنه يعني الارتباط بين الاختبار وبعض المحكات الخارجية التي تتميز بأنها مستقلة عن الاختبار أو أداة القياس، وقد كسبت الاختبارات المعنية بقياس القابليات البيومترية صدق المحتوى أو المضمون عندما قامت الباحثة بعرضها على مجموعة من الخبراء وتأشير ما هو الاختبار والقياس الأصح لقياس القابليات البيومترية المعني بقياسها، وكما تبين في الجدول (2)، بعدها سعت الباحثة إلى إكساب الاختبارات والقياسات للقدرة البصرية نوعاً آخر من أنواع الصدق وهو الصدق التمييزي، والجدول (3) يبين ذلك.

ثانيا : ثبات الاختبارات

يعني ثبات الاختبار "الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبقت الاختبارات أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽¹⁾، وبغية استخراج معامل الثبات ومعرفة استقرار نتائج القياس لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت "وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽²⁾. ولأجل معرفة ثبات قيم الاختبارات والقياسات المعنية بقياس القابليات البيومترية قامت الباحثة باستخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين تطبيق الاختبارات في المرحلة الأولى من التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/1/12 وأعادته تطبيق الاختبارات في المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/1/23 وتعد هذه الطريقة واحدة من أهم طرق إيجاد الثبات في البحوث التربوية والرياضية، بعدها سعت الباحثة للاستدلال عن معنوية العلاقات الارتباطية من خلال مقارنة قيم معامل الارتباط المحسوبة مع القيمة الجدولية لاختبار T لمعنوية معامل الارتباط

(1) نادر فهمي الزبيد وهشام عامر عليان : مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3، عمان، دار الفكر للنشر

والتوزيع، 2005، ص145.

(2) نادر فهمي، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2011،

ص145.

عند درجة حرية (24) ومستوى دلالة (0.05)، وقد توصلت الباحثة إلى ان جميع الاختبارات والقياسات ذات دلالة معنوية وهذا يؤكد ان جميع الاختبارات والقياسات تتمتع بمستوى ثبات عالي وكما مبين في الجدول (4).

ثالثا : موضوعية الاختبارات

يقصد بموضوعية الاختبارات والقياسات هي "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين"⁽¹⁾، ومن أجل استخراج موضوعية الاختبارات والقياسات المعنوية بقياس القابليات البيومترية للاعبين كرة القدم الناشئين بعمر (14-16) اعتمدت الباحثة على تقييم درجات محكمين عندما تم إعادة تطبيق الاختبارات والقياسات في المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية بعدها سعت الباحثة إلى استخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين تقييم الحكم الأول وتقييم الحكم الثاني وقد أظهرت النتائج ان جميع الاختبارات والقياسات تتمتع بدرجة ارتباط عالية بين تقييم المحكمين وعند الاستدلال عن معنوية الارتباطات قامت الباحثة بمقارنة قيم معامل الارتباط المحسوب مع القيمة الجدولية لاختبار T لمعنوية معامل الارتباط عند درجة حرية (24) وتحت مستوى دلالة (0.05)، وهذا يؤكد ان جميع الاختبارات تتمتع بدرجة موضوعية وكما مبين في الجدول (4).

الجدول (4)

يبين قيم معاملي الثبات والموضوعية للاختبارات القابليات البيومترية

ت	المتغيرات	الاختبارات	معامل الثبات	قيمة t	معامل الموضوعية	قيمة t
1	القدرة الانفجارية	القفز العمودي من الثبات	0.757	5.556	0.787	6.118
2	المرونة	اللمس السفلي والجانبى لمدة 30 ثانية	0.831	7.164	0.774	5.862
3	تحمل السرعة	اختبار الجري بالكرة لمسافة 30*5 متر بدون توقف	0.784	6.057	0.889	9.311
4	الرشاقة الخاصة	الركض المتعدد الجهات بين اربع شواخص المسافة بين شاخص واخر 6 متر	0.764	5.674	0.865	8.267
5	التوافق الحركي	اختبار نط الحبل	0.854	7.872	0.797	6.328

2-6-2 صلاحية الاختبارات

(1) مصطفى باهي، صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية. ط1 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2007 ، ص 91 .

ان من احدى اهداف واغراض التجربة الاستطلاعية هو تحليل مفردات الاختبار من اجل انتقاء الملائم والصالح منها وان العملية تستوجب الاخذ بعين الاعتبار ناحيتين اساسيتين هما(1):

- 1- القدرة (القوة) التمييزية للاختبار وذلك للتعرف على قدرة الاختبار في التفريق بين مستويات افراد العينة .
- 2- مستوى صعوبة وسهولة الاختبار بالنسبة لمن سيطبق عليهم الاختبار ضمن افراد عينة البحث.
- 3- التعرف على صلاحية الاختبارات المتمثلة بالكشف عن القدرة التمييزية للاختبارات وسهولة وصعوبة الاختبارات .

أولاً: مستوى سهولة وصعوبة الاختبار والقياس

لغرض التعرف على مستوى سهولة الاختبار او القياس وصعوبته وكيفية توزيع نتائجها عمدت الباحثة إلى استخراج قيم معامل الالتواء للاختبارات والقياسات المطبقة على أفراد العينة الاستطلاعية واعتماد نتائج التطبيق الثاني والتعرف على توزيع أفراد العينة في كل اختبار خضعت له والكشف عن اعتدالية التوزيع من خلال قيمة معامل الالتواء فيما إذا كانت صفرية(2)، وقد أظهرت النتائج ان جميع قيم معامل الالتواء كانت صفرية ولم تتجاوز $(1 \pm)$ ، والجدول (5) يبين ذلك.

الجدول (5)

يبين مؤشرا الإحصاء الوصفي لبيان مستوى سهولة وصعوبة اختبارات القابليات البيوحركية

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
1	القدرة الانفجارية	39.520	1.074	39.000	5.370	-0.795
2	المرونة	12.280	0.334	12.000	1.671	-0.367
3	تحمل السرعة	71.256	0.516	70.110	2.584	0.987
4	الرشاقة	15.414	0.325	15.370	1.625	0.455
5	التوافق الحركي	3.320	0.256	3.000	1.281	-0.144

ثانيا : القدرة التمييزية

ان لمؤشرات الموضوعية لصلاحية الاختبارات قدرتها على التمييز بين افراد العينة (ذوي الانجاز العالي وذوي الانجاز الواطئ)(3)، ولحساب القدرة التمييزية للاختبارات المعنية بقياس القابليات البيوحركية للاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (14-16) سنة عمدت الباحثة إلى ترتيب الدرجات الخام التي حصلت عليها خلال المرحلة

(1) حسن علي حسين: تقييم دافعية الانجاز وفقاً لنمط الشخصية (A,B) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية

للاعبين كرة القدم الشباب اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011، ص104.

(2) وديع ياسين، حسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصول، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999، ص166.

(2) مخلص محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الاداء والوضع الحركي. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006، ص45.

الثانية من التجربة الاستطلاعية ترتيباً تنازلياً من أدنى درجة إلى أعلى درجة وترتيباً تصاعدياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة بالنسبة للدرجات الخام التي وحدة قياسها الزمن بعدها تم اختيار ما نسبته (33%) من الدرجات العليا و (33%) من الدرجات الدنيا التي تمثل قيم أفراد العينة والمقدرة بـ(8) لاعب في كل اختبار خضعت له العينة ثم قامت الباحثة باستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد لاختبار الفروق بين وسطي أفراد العينة إذ تمثل قيمة (t) المحسوبة القوة التمييزية للاختبارات بين أفراد العينة العليا والدنيا عند مستوى دلالة (0.05)، والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6)

يبين القدرة التمييزية للاختبارات المرشحة للقابليات البيومترية

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T	مستوى الدلالة
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
القدرة الانفجارية	القفز العمودي من الثبات	سم	44.750	1.982	33.625	4.565	6.323	0.000
المرونة	اللمس السفلي والجانبى لمدة 30 ثا	تكرار	14.000	0.755	10.375	1.060	7.872	0.000
تحمل السرعة	الجري بالكرة لمسافة 30*5 م بدون توقف	ثا	74.423	1.970	69.025	0.478	7.532	0.000
الرشاقة	الركض المتعدد الجهات بين اربع شواخص	ثا	17.380	0.872	13.732	0.433	10.586	0.000
التوافق الحركي	نط الحبل	د	4.750	0.462	1.875	0.640	10.286	0.000

2-7 تطبيق الاختبارات على أفراد العينة الرئيسية

بعد الانتهاء من تنفيذ استطلاع الاختبارات التي اكدت صلاحية الاختبارات المعنية بقياس القابليات البيومترية للاعبين كرة القدم الناشئين باعمار (14-16) سنة فضلاً عن توفير الأجهزة والأدوات اللازمة والكافية تم استكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بتطبيق الاختبارات على أفراد عينة التطبيق الرئيسية والبالغ عددهم (97) لاعبا منهم (29) لاعب مهاجم و(32) لاعب خط وسط و(36) لاعب دفاع .

2-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

3- نتائج البحث عرضها وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

ان من الشروط الأساسية التي تحدد دقة التحليل التمييزي هو التوزيع الطبيعي للبيانات المتوفرة لدى الباحثة ولغرض اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات متغيرات الرؤية البصرية الرياضية سعت الباحثة الى استخدام اختبار كولموجروف سميرونوف كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والجدول (7) يبين ذلك .

جدول (7)

يبين قيم اختبار كلمنجراف سميرونوف لبيانات للقابليات البيوحركية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	كولموجروف سميرونوف	مستوى الدلالة
القدرة الانفجارية	38.525	5.125	1.781	0.004
المرونة	11.855	1.791	1.385	0.043
تحمل السرعة	71.803	3.378	1.535	0.018
الرشاقة	15.769	1.631	1.436	0.041
التوافق الحركي	3.587	1.106	1.942	0.001

من خلال الجدول أعلاه يبين ان قيم اختبار كلمنجراف سميرونوف ولجميع متغيرات الرؤية البصرية الرياضية غير داله إحصائية لان مستوى الدلالة لجميع المتغيرات هو اكبر من (0.05) وهذا يؤكد حسن توزيع البيانات , وتظهر أهمية حساب قيم اختبار كلمنجراف سميرونوف كونه مؤشرا موضوعيا للتعرف على مستوى سهولة وصعوبة الاختبارات (1)

3-2 عرض وتحليل قيم اختبار VIF (معامل التضخيم)

بما ان أسلوب التحليل التمييزي يقوم أساسا على معاملات الارتباط بين المتغيرات أي انه يعتبر اظهار أهمية كل من تلك المتغيرات على أساس علاقة أي متغير بالمتغيرات الأخرى , اذ بلغ عدد المتغيرات البيوحركية (5) ولتأكد الباحثة من عدم وجود ارتباط عالي بين المتغيرات المستقلة والذي يؤثر وجوده في درجة دقة نتائج التحليل التمييزي فقد استخدمت اختبار معامل التضخيم (VIF) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والوصول الى حقيقة علمية بعدم وجود ارتباط ذاتي بين القابليات البيوحركية وان مفردات قياس تلك المتغيرات مستقلة عن غيرها ولا يوجد ارتباط عالي بين نتائج المتغيرات والجدول (8) يبين ذلك .

جدول (8)

يبين قيم اختبار معامل التضخيم (VIF) ومستوى دلالة القابليات البوحرية

المتغيرات	B	الانحراف	معامل بيتا	T	مستوى الدلالة	Vif
القدرة الانفجارية	0.011	0.014	0.067	0.781	0.437	2.242

(1)محمود محمد سليم : مبادئ التحليل الإحصائي , ط1 , عمان , مكتبة المجمع العربي , 2009 , ص498 .

2.117	0.001	3.516	0.292	0.038	0.133	المرونة
1.728	0.000	-6.170	-0.462	0.018	-0.112	تحمل السرعة
1.585	0.886	0.144	0.010	0.036	0.005	الرشاقة
2.176	0.019	-2.401	-0.202	0.062	-0.150	التوافق الحركي

يتبين من الجدول أعلاه والخاص بكشف عن عدم وجود ارتباط ذاتي بين المتغيرات والذي يشير الى ان جميع قيم اختبار VIF (معامل التضخيم) لمتغيرات البيوحركية اقل من (5) وهو ما يؤكد انه لا توجد مشكلة في الارتباط الذاتي بين المتغيرات (1) .

3-3 عرض وتحليل اختبار شروط تجانس المجتمع

لغرض معرفة مدى تجانس مجموعات لاعبي كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب استخدمت الباحثة اختبار (Boxes M) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض وان اختبار شرط تجانس المجتمع يعد من الشروط الأساسية والمهمة قبل استخدام التحليل التمييزي للبيانات والجدول (9) يبين ذلك .

جدول (9)

يبين فيه اختبار (Boxes M) لمتغيرات البيوحركية

المجموعات	المرتبة	لوغاريتم	Boxes M	مستوى الدلالة
مهاجمين	11	-4.263	404.808	1.297
وسط	11	-3.627	404.808	1.297
دفاع	11	-5.841	404.808	1.297

يتبين من الجدول أعلاه مدى تجانس مجموعات لاعبي كرة القدم الناشئين في المتغيرات البيوحركية من خلال حساب واستخراج قيم اختبار (Boxes M) ، ويبين أيضا ان قيم (لوغاريتم) تقريبا متساوية للمجموعات الثلاثة (اللاعبين المهاجمين ، اللاعبين الوسط ، اللاعبين المدافعين) وهو ما يدل على تجانس افراد المجتمع لان مستوى الدلالة المعتمد هو اكبر من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (0.05) مما يوجب قبول الفرضية الصفرية لاختبار (Boxes M) الذي اكدت تجانس لاعبي كرة القدم المهاجمين والوسط والمدافعين في المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث .

3-4 النمذجة التفاعلية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم وفقا للمتغيرات المبحوثة

وبما ان الهدف من النمذجة التفاعلية بين متغيرات البيوحركية هو الوصول الى تحليل يساعد في تصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الناشئين حسب مراكز اللعب الذي يتماشى مع قابلياته وامكانياته ، ولتحقيق هذا الفرض سعت الباحثة الى استخدام التحليل التمييزي كوسيلة وأسلوب احصائي من اجل تصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الشباب حسب خطوط اللعب (مجموعة اللاعبين المهاجمين ، مجموعة اللاعبين الوسط ، مجموعة اللاعبين المدافعين) بعد ان تم التأكد من توفر شروط اجراء التحليل التمييزي للبيانات ، وبناء على الدرجات التي حصلوا

(1)محفوظ جودة : مصدر سبق ذكره ، ص127.

عليها عبر توليفة من متغيرات الرؤية البصرية الرياضية والتي من خلالها يتم تحديد العضوية في المجموعات كان يتم تصنيفهم الى مجموعة اللاعبين المهاجمين و مجموعة اللاعبين الوسط و مجموعة اللاعبين المدافعين , وهناك عدة خطوات لتنفيذ التحليل التمييزي للبيانات .

3-4-1 الوصف الاحصائي لبيانات المتغيرات

بعد استكمال تسجيل بيانات الاختبارات المعنية بقياس متغيرات البيومترية في الاستمارات المعدة لهذا الغرض وجمع الاستمارات وتفرغ محتوياتها عمدت الباحثة الى اخضاع البيانات للمعالجات الإحصائية التي من خلالها تم استخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم المجموعات التطبيقية للاعبين الناشئين , وكما مبين في الجدول (10) .

جدول (10)

يبين الاحصائيات الوصفية لمتغيرات البيومترية

المتغيرات	وحدة قياس	مهاجمين		وسط		مدافعين		المجموع الكلي	
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف
القدرة الانفجارية	سم	39.965	1.898	35.437	6.753	40.111	3.969	38.525	5.123
المرونة	د	10.827	1.136	12.812	1.749	11.833	1.828	11.855	1.791
تحمل السرعة	ثا	73.876	3.349	72.772	2.857	69.272	2.019	71.803	3.378
الرشاقة	ثا	15.010	0.938	17.120	1.545	15.178	1.404	15.769	1.631
التوافق الحركي	د	3.896	0.817	3.250	1.077	3.638	1.268	3.587	1.106

من خلال الجدول (10) والخاص بمواصفات كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب وهي مجموعة اللاعبين المهاجمين ومجموعة اللاعبين الوسط ومجموعة اللاعبين المدافعين في الاختبارات التي تعني بقياس متغيرات البيومترية أظهرت نتائج التحليل الاحصائي هناك تباين واختلاف بين مجموعات اللاعبين المهاجمين والوسط والمدافعين في المتغيرات المعنية بالدراسة والتحليل وقد أظهرت النتائج أيضا هناك تفوق للاعبين المهاجمين في بعض المتغيرات (القدرة الانفجارية , تحمل السرعة) وهناك تفوق للاعبين الوسط في بعض المتغيرات (القدرة الانفجارية , تحمل السرعة) وهناك تفوق للاعبين المدافعين في بعض المتغيرات (القدرة الانفجارية , تحمل السرعة).

3-4-2 الحد الأدنى لقيمة (F) بين مجموعات اللاعبين الناشئين

تسلط الباحثة الضوء الى جميع الخطوات التي يتم في كل منها ادخال المتغير الذي يضاعف نسبة قيمة (F) الصغرى بين ازواج مجموعات اللاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين حيث تطبق القاعدة الأساسية والقائلة بأن الحد الأدنى لقيمة (F) الجزئية لإدخال أي متغير في التحليل التمييزي يجب ان لا يقل عن (3.84) وان الحد الأعلى لقيمة (F) الجزئية لإخراج أي متغير من التحليل التمييزي هو (2.71) والجدول (11) يبين ذلك .

جدول (11)

يبين متغيرات البيوحركية الداخلة في التحليل التمييزي

المتغيرات	التفاوت	الحد الأعلى لقيمة f	الحد الأدنى لقيمة f	الفرق بين المجموعات
المرونة	0.790	13.832	17.201	3.00 - 1.00
التحمل	0.621	45.981	7.508	3.00 - 1.00
الرشاقة	0.538	53.770	10.327	3.00 - 2.00

من خلال ملاحظة الجدول (11) يبين المتغيرات الداخلة في التحليل التمييزي وذلك لان الحد الأدنى لقيمة (F) الجزئية لإدخال المتغيرات الموضحة في الجدول اعلاه في التحليل التمييزي هي اكبر من (3.84) .

3-4-3 الدلالة التمييزية بين المجموعات التصنيفية للاعبين

لغرض التحقق من الدلالة التمييزية للمجموعات التصنيفية للاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين في متغيرات البيوحركية بعد حذف المتغيرات الغير مؤثرة تسلط الباحثة الضوء على نتائج قيم الجذور الكامنة للدوال التمييزية والبالغة في الدالة الاولى (5.188) وفي الدالة الثانية (1.955) مما يؤكد ان مقدار الدوال التمييزية لنتائج التحليل مقدارا عاليا حيث بلغت قيمة الجذور لكامنة اكبر من الواحد الصحيح وهو ما يؤكد ان التباين كان مفسرا , اما فيما يتعلق بالارتباط التجمعي (القانوني) فقد بلغ (0.916) للدالة الأولى وبلغ (0.813) للدالة الثانية وهو ما يؤشر الى وجود توافق للدوال التمييزية وان قيمة مربع الارتباط التجمعي (القانوني) والذي يمثل اسهام فقد بلغ (72.6) يرجع الى التغير في المتغيرات صاحبة حجم الأثر الأكبر في التحليل التمييزي , والجدول (12) يبين ذلك.

جدول (12)

يبين الدوال التمييزية وقيم الجذور الكامنة والتباين المفسر والارتباط القانوني بكل دالة

الدوال	الجذور الكامنة	التباين المفسر لكل دالة	اجمالي التباين المفسر للدوال	الارتباط القانوني
1	5.188 ^a	72.6	72.6	0.916
2	1.955 ^a	27.4	100.0	0.813

ولبيان أهمية الدوال التمييزية في التمييز بين المجموعات التصنيفية للاعبين كرة القدم المهاجمين والوسط والمدافعين وفقا للنسب المئوية لتحديد عضوية المجموعات البالغة (3) تسلط الباحثة الضوء على ما جاء به الجدول (13) الخاص بقيم ويلكزلمبادا .

جدول (13)

يبين قيم اختبار ويلكزلمبادا واختبار مربع كاي لبيان أهمية الدوال التمييزية

Sig.	df	مربع كاي	Wilks' Lambda	اختبار الدوال
0.000	22	258.642	0.055	1 through 2
0.000	10	96.429	0.338	2

يبين من الجدول (13) والخاص بقيم اختباري ويلكزلماذا ومربع كاي الى مدى أهمية الدوال التمييزية بين مجموعات اللاعبين (المهاجمين , الوسط , المدافعين) اذ يتبين ان نسبة (72.6) في الدالة الأولى ونسبة (27.4) في الدالة الثانية من التباينات المفسرة في المعادلات التمييزية التي تفسر التغير في عضوية المجموعة وحيث ان قيمة اختبار مربع كاي البالغة (258.642) في الدالة الأولى وبلغت في الدالة الثانية (96.429) للدوال التمييزية هي اكبر من قيمتها الجدولية لان مستوى الدلالة اقل من (0.05) , وعليه يمكن الاستنتاج ان هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات التصنيفية للاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين تعود الى المتغيرات المستقلة والمنبئة (البیوحرکیة) .

3-4-4 ملخص نتائج التصنيف لمجموعة اللاعبين

قامت الباحثة باستخراج الحالات المصنفة تصنيفا صحيحا لكل من المجموعات الثلاثة (مجموعة اللاعبين المهاجمين , مجموعة اللاعبين الوسط , مجموعة اللاعبين المدافعين) ونسبهم المئوية وكذلك استخرجت الحالات المصنفة تصنيفا خاطئ ونسبهم المئوية كما مبين في الجدول (14) .

جدول (14)

يبين نتائج تصنيف اللاعبين حسب خطوط اللعب والنسب المئوية

المجموعات	مهاجمين	وسط	مدافعين	الكلية
الاعداد	مهاجمين	29	0	29
	وسط	0	5	32
	دفاع	2	34	36
النسب المئوية	1.00	100.0	0.0	100.0
	2.00	0.0	15.6	100.0
	3.00	5.6	94.4	100.0

يشير الجدول اعلاه الى مدى دقة النتائج النهائي للتصنيف , اذ يتبين ان (29) حالة من المجموعة الأولى (المهاجمين) ونسبة (100.0%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح . وفي نفس الوقت يتبين ان (27) حالة من المجموعة الثانية (الوسط) ونسبة (84.4%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح , وبناء عليه فأن باقي حالات المجموعة الثانية والبالغ عددها (5) ونسبة (15.6%) قد تم تصنيفهم بشكل خاطئ . كذلك الحال يتبين ان (34) حالة من المجموعة الثالثة (الدفاع) ونسبة (94.4%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح , وبناء عليه فأن باقي حالات المجموعة الثالثة والبالغ عددها (2) ونسبة (5.6%) قد تم تصنيفهم بشكل خاطئ .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1- أظهرت نتائج افراد عينة البحث الأساسية (مهاجمين , الوسط , المدافعين) قد توزعوا توزيعا طبيعيا .
- 2- أظهرت النتائج عدم وجود علاقات ذاتية بين المتغيرات المستقلة باختبار VIF (معامل التضخيم) .
- 3- أظهرت النتائج ان هناك علاقات دالة ايجابية بين متغيرات الرؤية البصرية والقابليات البيوحركية والمهارية .
- 4- هناك متغيرات مستقلة ليس لديها حجوم تأثير في تصنيف اللاعبين (المهاجمين , الوسط , المدافعين) .
- 6- هناك متغيرات بصرية وبيوحركية ومهارية لها حجوم وتأثير في تصنيف اللاعبين (المهاجمين , الوسط , المدافعين) .

4-2 التوصيات

- 1- ضرورة التركيز على المتغيرات (المرونة , التحمل , الرشاقة , ضرب الكرة بالرأس , المراوغة , التركيز البصري , رد الفعل البصري , الرؤية المحيطية , التتبع البصري , التوافق الحركي , الدقة البصرية المتحركة) ذات التأثير والحجوم في تصنيف اللاعبين .
- 2- عدم مراعات المتغيرات المحذوفة (القدرة الانفجارية , رمية التماس , الاخمد , تغير الاتجاه , ركل الكرة بالقدم , دقة التهديد) في تصنيف اللاعبين .
- 3- ضرورة اجراء دراسات تتضمن متغيرات بصرية وبيوحركية أخرى ومهارات وحركات رياضية أخرى .
- 4- ضرورة التركيز على اعتماد نتائج الدراسة الحالية كمؤشر لتصنيف وتسكين اللاعبين للألعاب الرياضية الاخرى من قبل المدربين والأندية لما لها من تأثير واهمية في التصنيف

المصادر

- إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010.
- حسن علي حسين: تقييم دافعية الانجاز وفقاً لنمط الشخصية (A,B) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011.
- سعد التل (وآخرون) : مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2007 .
- فائز جمعة النجار (وآخرون) : أساليب البحث العلمي (منظور تطبيقي) . ط1 ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2010 .
- محمود محمد سليم : مبادئ التحليل الإحصائي ، ط1 ، عمان ، مكتبة المجمع العربي ، 2009 .
- مخلص محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الاداء والوضع الحركي. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006.
- مصطفى باهي، صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية. ط1 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2007 .
- نادر فهمي الزبيد وهشام عامر عليان : مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
- نادر فهمي، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2011.
- وديع ياسين، حسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999.

تأثير تمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة

م. م. امير رعد سعدون

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى التعرف على تأثير تمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الرمي بحجز الذراع لناشئي المصارعة الحرة والتعرف على تأثير تمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة. استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار (القبلي - البعدي) على عينة مكونة من (7) مصارعين منتخب كربلاء للمصارعة الحرة فئة الناشئين، ومن ثم تم تنفيذ تمرينات بجهاز مقترح ولمدة (6) اسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد وباستخدام طريقة التدريب التكراري وكانت شدة التمرينات بين (90-95%)، وقد وضع الباحث عدة استنتاجات في ضوء النتائج منها ان للتمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية تأثير ايجابي في مسكة الرمي بحجز الذراع ومسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة. وتم وضع عدة توصيات منها استخدام تمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في تطوير مسكة الرمي بحجز الذراع ومسكة الميزان لفئة الناشئين والفئات الاخرى.

Abstract

The effect of exercises with a rubber rope dummy device in the throwing grips by holding the arm and the balance from standing for free wrestling juniors

By

Amir Raad Saadoun

College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to identify the effect of exercises with a rubber rope dummy device in the throwing grip by holding the arm for free wrestling juniors, and to identify the effect of exercises with a rubber rope dummy device in the balance from standing for free wrestling juniors. The researcher used the experimental approach by designing one group with a test (pre- and post-test) on a sample of (7) wrestlers from Karbala team for free wrestling, junior category, and then exercises were carried out with a proposed device for a period of (6) weeks, with (3) training units per week. Using the repetitive training method, the intensity of the exercises was between (90-95%), and the researcher put several conclusions in the light of the results, including that the exercises with a rubber rope dummy device have a positive effect in the throwing skill by holding the arm and holding the balance from standing for wrestling juniors. Several

recommendations were developed, including the use of exercises with a rubber rope dummy device in developing the throwing grip by reserving the arm and the balance grip for the junior and other categories.

وكانت اهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير تمارينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الرمي بحجز الذراع لناشئي المصارعة الحرة.
- 2- التعرف على تأثير تمارينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة.

واما فرضا البحث:

- 1- هناك تأثير لتمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الرمي بحجز الذراع لناشئي المصارعة الحرة.
 - 2- هناك تأثير لتمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في مسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة.
- استخدم الباحث المنهج التجريبي تصميم المجموعة الواحدة ذو الاختبار (القبلي - البعدي) على عينة مكونة من (7) مصارعين منتخب كربلاء للمصارعة الحرة فئة الناشئين، وقام الباحث باجراء الاختبارات القبليّة الاتي:

- 1- الاختبار المهاري للاداء الفني لمسكة الرمي بحجز الذراع .
 - 2- الاختبار المهاري للاداء الفني لمسكة الميزان من الوقوف.
- ومن ثم تم تنفيذ تمارينات بجهاز مقترح ولمدة (6) اسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد وباستخدام طريقة التدريب التكراري وكانت شدة التمارينات بين (90-95%)، وقد وضع الباحث عدة استنتاجات في ضوء النتائج منها:
- ان للتمرينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية تأثير ايجابي في مسكة الرمي بحجز الذراع ومسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة.

وتم وضع عدة توصيات منها:

- يوصي باستخدام تمارينات بجهاز دمىة الحبال المطاطية في تطوير مسكة الرمي بحجز الذراع ومسكة الميزان لفئة الناشئين والفئات الاخرى.

التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

إن العصر الحديث اخذ يهتم بمجالات عدة ومختلفة وأبرزها المجال الرياضي حيث أخذ هذا الجانب الاهتمام الكبير وعلى المستوى الحكومي فقد اشتهرت دول عديدة من خلال انجازاتها الرياضية، وأصبح واضحاً أن التطور الرياضي دليل على تقدم ورقي هذه الدولة وتحضرها .

فتطور مستوى الأداء والإنجازات الرقمية التي نراها في مختلف الفعاليات والألعاب الرياضية جاءت نتيجة لتطور العلوم الرياضية وإتباع مناهج علمية مناسبة لتحقيق افضل النتائج.

وبدا ذلك واضحاً في السنوات الاخيرة من خلال تحقيق افضل النتائج في ادورات الاولمبية والمسابقات الدولية وفي جميع الالعاب والرياضات بما في ذلك لعبة المصارعة، وتعتبر هذه اللعبة من الالعاب المعقدة والتي تمتاز بوجود الكثير من الحركات والمسكات ومواقف لعب عديدة ومتنوعة، وخصوصاً بعد التعديلات الاخيرة لقانون اللعبة الذي حيث اضاف جمالية للعبة وصعوبة على اللاعب والمدرّب بسبب زيادة سرعة اللعب وعدم السماح بتضييع الوقت وكثرة المتغيرات.

فأصبحت لعبة المصارعة أكثر صعوبة وخاصة المصارعة الحرة حيث يجب ان يحافظ على دفاعه وهجومه في نفس الوقت بالإضافة الى الدفاعات العديدة من قبل المنافس وان معظم مسكاتها تؤدي باستخدام الساق وخاصة مسكة الميزان من الوقوف بالإضافة الى ذلك المسكات التي تطبق من الوضع العالي كالرمي بحجز الذراع حيث تحتاج الى سرعة وقوة عالية لتطبيقها بشكل ناجح، لهذا يجب التركيز والتدريب المستمر على سرعة الاداء والدقة بنفس الوقت وخاصة في مرحلة الناشئين وهذا لا يتحقق الا باستخدام الاجهزة والادوات المساعدة في التدريب لتجنب الملل ولتحقيق الدقة اثناء التدريب وتجنب الاصابة.

من هنا تكمن اهمية البحث في استخدام جهاز دمية الحبال المطاطية واعداد تمرينات تنفذ على هذا الجهاز والتي تكون مشابهة لمواقف النزال في لعبة المصارعة حيث ان الجهاز والتمرينات مصممة على اساس مراعاة خصوصية لعبة المصارعة للتأثير في مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة.

1-2 مشكلة البحث:

ان مسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف لها اهمية كبيرة في النزال حيث ممكن ان تحسم النزال بالإضافة الى التنقيط العالي لها حيث اذا طبقت هذه المسكات من الوقوف يمنح الحكم لها على اقل تقدير 4 نقاط، وكون الباحث احد لاعبي ومدربي المصارعة لاحظ انه ورغم اهميتها الا ان تطبيقها في البطولات قليل جدا، بسبب صعوبة هذه المسكات وصعوبة اتقانها بشكل كامل وتجنب تدريبها في التمرين خوفا على اللاعبين من الاصابة نتيجة قلة استخدام الاجهزة والادوات المساعدة.

ومن الاسباب المهمة هي قلة استخدام الاجهزة والوسائل المساعدة التي تذلل تلك الصعوبات حيث تعمل الاجهزة والوسائل التدريبية على توفير عنصر السلامة للاعب والدقة في التطبيق والتكرار.

لذا عمد الباحث الى استخدام جهاز دمية الحبال المطاطية واعداد تمرينات التي تنفذ على الجهاز والتي تكون مشابهة لمواقف النزال في لعبة المصارعة الحرة للتأثير في مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة.

1-3 اهداف البحث:

1- اعداد تمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية للتأثير في مسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة.

2- التعرف على تأثير تمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في مسكة الرمي بحجز الذراع لناشئي المصارعة الحرة.

3- التعرف على تأثير تمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في مسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة

1-4 فرضا البحث:

1- هناك تأثير لتمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في مسكة الرمي بحجز الذراع لناشئي المصارعة الحرة.

2- هناك تأثير لتمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في مسكة الميزان من الوقوف لناشئي المصارعة الحرة

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبو الناشئين لمنتخب محافظة كربلاء المقدسة في المصارعة الحرة لعام (2020 - 2021).

1-5-2 المجال الزمني: المدة من (2021 /3/1) ولغاية (2021 /7/11).

1-5-3 المجال المكاني: نادي الغاضرية في محافظة كربلاء المقدسة.

1-6 تحديد المصطلحات

1-6-1 جهاز دمية الحبال المطاطية:

وهو جهاز قام بتصميمه الباحث واستخدمه مسبقا وهو عبارة عن جهاز يسهل على المصارع اداء التمرينات المقترحة والتي تحاكي لعبة المصارعة وفي هذا الجهاز يمكن التلاعب بالشدة بسهولة عن طريق الحبال المطاطية ويتكون من الاجزاء الاتية:

1- دمية الجهاز

2- الحبال المطاطية

3- قاعدة الجهاز

4- بساط الجهاز

5- قائمان الجهاز

6- ذراعا الجهاز

7- العارضة العليا.

2 منهجية البحث واجراءاته أليميدانية

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي وتصميم المجموعة التجريبية الواحدة وبأسلوب القياس القبلي والبعدي لملائمته طبيعة المشكلة.

شكل (1) يبين التصميم التجريبي المستخدم

المجاميع	القياس القبلي	التجربة الاساسية	القياس البعدي
مجموعة تجريبية واحدة	1- الاختبار المهاري لمسكة الرمي بحجز الذراع 2-الاختبار المهاري لمسكة الميزان من الوقوف	استخدم الباحث تمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية.	استخدم الباحث نفس قياسات القبلي وكان بنفس الظروف المكانية والزمانية

2-2 مجتمع وعينة البحث :

ان مجتمع البحث هو مصارعو منتخب كربلاء للمصارعة الحرة لفئة الناشئين لعام (2020_2021) والمتكون من (10) مصارعين، وقد تم اختيار (7) مصارعين منهم كعينة للبحث حيث انحصرت من (وزن 45 كغم _ وزن 71 كغم) فبلغت نسبة العينة للمجتمع 70%.

2-2-1 تجانس عينة البحث: تم التحقق من التجانس وذلك باستخدام قانون معامل الالتواء الثاني (بيرسون) وكما مبين في الجدول (1).

جدول(1) يبين تجانس العينة في متغيرات الكتلة والطول والعمر التدريبي

الاحصائيات				وحدة القياس	المتغيرات
معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسيط		
0.53	7.95	56.428	55	كغم	الكتلة
-0.58	5.09	154	155	سم	الطول
-0.21	1.96	3.85	4	سنة	العمر التدريبي

ويظهر الجدول(1) ان عينة البحث متجانسة في جميع المتغيرات حيث ان قيمة معامل الالتواء ولجميع المتغيرات محصورة بين (1-) و (1) وهذا يدل على تجانس افراد البحث .

2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

- 1- الملاحظة والتجريب.
- 2- الاختبار المهاري لاداء مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف.
- 3- استمارة تقييم الأداء المهاري.(**)

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

- 1- جهاز دمىة الحبال المطاطية لاداء التمرينات عليه.
- 2- حامل للموبايل من اجل التصوير.
- 3- موبايل نوع Galaxy A51.
- 4- شريط لقياس الطول بطول (3 متر).
- 5- ميزان الكتروني لقياس الكتلة عدد (1).
- 6- احذية خاصة بلعبة المصارعة عدد (14) أزواج.
- 7- جهاز لابتوب نوع (DELL) عدد(1).

2-4 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 اعداد التمرينات:

(*) ملحق(1).

قام الباحث بأعداد تمارين (المتغير المستقل) بما يلائم مشكلة البحث ويضمن تحقيق الفروض، حيث تم اعداد (30) تمرين يمكن تنفيذه على الجهاز دمية الحبال المطاطية ، وبعد عرض التمارين المعدة من قبل الباحث على بعض المختصين في علم التدريب الرياضي تم اختيار (24) تمرين يتم تنفيذهم اثناء الوحدات التدريبية وبمعدل (4) تمارين لكل اسبوع من الاسابيع الستة وهذه التمارين تم اعدادها بحيث تكون مشابهة لمواقف النزال في لعبة المصارعة الحرة، و جميع هذه التمارين ينفذ فيها مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف لتطوير (المتغير التابع).

2-4-2 تحديد القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث:

ان نجاح البحث العلمي يعتمد بالدرجة الاولى على الاختبارات والقياسات المناسبة لقياس متغيرات البحث، لهذا قام الباحث وبشكل دقيق باختيار الاختبارات والقياسات المناسبة وهي:

1- الاختبار المهاري لمسكة الميزان من الوقوف⁽¹¹²⁾ التقييم عن طريق السادة المقيمين.

2- الاختبار المهاري لمسكة الميزان من الوقوف⁽²²⁾ التقييم عن طريق السادة المقيمين^(*).

2-4-2-1 توصيف الاختبار المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف.:

❖ اسم الاختبار:

الاختبار المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف.

❖ هدف الاختبار: قياس الاداء الفني لمسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف.

❖ الادوات المستخدمة: موبايل نوع (Galaxy A51) لتصوير الاداء الفني للمسكات، استمارة تسجيل و بساط مصارعة.

❖ طريقة الاداء: يقوم المصارع باداء المهارة حيث يقوم باداء المسكة من وضع الوقوف والتماسك الامامي ويتم تصوير اداء المهارة ومن زاوية مناسبة تظهرها بشكل واضح، وفي البداية يطبق مسكة الرمي بحجز الذراع ثم يقوم بتطبيق الميزان من الوقوف.

¹⁻ عامر موسى عباس حسن: أثر منهج التدريب ألتبايني في تطوير القوة الخاصة وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لبعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر لدى لاعبي المصارعة الرومانية ، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية ، مجلد 4، عدد 3، 2011، ص105.

²⁻ عامر موسى عباس حسن: المصدر السابق نفسه، ص105.

(*)السادة المقيمين:

1- رعد سعدون حمزة - لاعب سابق في مصارعة - مدرب دولي سابق في المصارعة - مدرب سابق لمنتخب كربلاء في المصارعة - مدرب سابق لمنتخب الحلة في المصارعة - مدرب سابق لمنتخب ديالى في المصارعة - حكم درجة اولى مرشح الى الدولية في لعبة المصارعة.

2- علي مطر _مدرس رياضة- لاعب سابق في المصارعة - حكم دولي في المصارعة..

3- احمد هاشم طابور _ لاعب سابق في المصارعة - حكم دولي في المصارعة.

❖ طريقة التسجيل: تعطى للمختبر محاولتان لأداء كل مسكة، ويتم تصوير الاداء المهاري ليتمكن المقيمين من التقييم بشكل ادق عن طريق ايقاف الفيديو او ابطاء الحركة، ويقوموا بتسجيل الدرجة التي يستحقها المصارع ويكون التقييم من (0 _ 10) درجات.

2-4-3 التجربة الاستطلاعية: وكانت بخصوص الجهاز والتمارين المعدة من قبل الباحث واجريت في يوم الاربعاء

المصادف (2021/3/3) في الساعة (4م)، وتم فيها التأكد من الاهداف الاتية :

- 1- التعرف على جاهزية الجهاز وامكانية تطبيق التمرينات عليه.
- 2- التأكد من ملائمة الجهاز للعينة وقياساتهم الجسمية.
- 3- التأكد من ضمان مبدأ السلامة والامان التي يجب ان يوفرها الجهاز.
- 4- التعرف على الوقت اللازم لتجهيز الجهاز وحسب التمرين المطلوب ادائه.
- 5- التعرف على وقت كل تمرين وكذلك وقت التمرينات كاملة مع فترات الراحة اثناء الوحدة التدريبية.
- 6- التأكد من جاهزية فريق العمل المساعد(*)

2-4-4 الاختبار القبلي :

تم اجراء الاختبار المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف على عينة البحث في يوم الاربعاء المصادف (2021/3/10) في قاعة المصارعة التابعة لنادي الغاضرية في محافظة كربلاء المقدسة.

2-4-5 تنفيذ التمرينات: بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبار القبلي تم تنفيذ التمرينات وادخالها ضمن المهنج التدريبي لافراد العينة وذلك في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية وقد تم تنفيذ التمرينات وفقا لما يلي:

- 1- تم البدء بتنفيذ التمرينات في يوم السبت المصادف (2021/3/13).
- 2- يتم تطبيق التمرينات ضمن الجزء الرئيسي في الوحدة التدريبية.
- 3- استمر تطبيق التمرينات لمدة (6) اسابيع من (2021/3/13) ولغاية (2021/4/17) وبمعدل (3) وحدات تدريبية في كل اسبوع اي كان عدد الوحدات التدريبية هو (16) وحدة تدريبية، وتم تنفيذ (4) تمرينات في كل وحدة تدريبية من كل اسبوع ويتم تغيير هذه التمرينات في الاسبوع الذي يليه وهكذا بالنسبة لبقية الاسبوع اي (4) تمرينات مخصصة لكل اسبوع وبالتالي يكون مجموع التمرينات (24) تمرين مختلف انظر الى الجدول (2).
- 4- تم تنفيذ التمرينات في فترة الاعداد الخاص للمصارعين، وبطريقة التدريب التكراري.
- 5- شدة التمرينات تراوحت بين (90 - 95 %) من الشدة القصوى للاعب، مع مراعاة مبدأ التمرجية في الوحدة نفسها وكذلك مبدأ التدرج في زيادة الشدة بين الاسبوع ولكن لم يكن بشكل واضح جدا للتقيد بالشدة التي لايمكن ان تكون اقل من (90%).

6- زمن كل تمرين مع فترات الراحة بين السيتات من (7-8) دقائق.

7- زمن الوحدة التدريبية يتراوح بين (40 - 45) دقيقة.

8- تم انتهاء تنفيذ اخر تمرين في اخر اسبوع في يوم السبت المصادف (2021/4/17).

2-4-7 الاختبار البعدي:

(*) ملحق (2).

تم اجراء الاختبار المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف على عينة البحث في يوم الاحد المصادف (2021/4/18) في قاعة المصارعة التابعة لنادي الغاضرية الرياضي في محافظة كربلاء المقدسة.

2-5 الوسائل الاحصائية: لجأ الباحث إلى اختيار الوسائل الإحصائية ذات العلاقة بمقارنة نتائج القياسات القبليّة و البعديّة وكما يأتي:

- 1- الوسيط.
- 2- الوسط الحسابي.
- 3- الانحراف المعياري.
- 4- معامل الالتواء (الثاني).
- 5- اختبار (T) للعينات المترابطة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج الاختبار المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف وتحليلها ومناقشتها:

3-2-1 عرض فرق الالوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف وانحرافه المعياري وقيمة (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2) يبين فرق الالوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف وانحرافه المعياري وقيمة (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية ودلالة الفروق

الاختبارات	وحدة القياس	فرق الالوساط الحسابية	الانحراف المعياري للفرق	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دلالة الفروق
الاختبار المهاري لمسكة الرمي بحجز الذراع	درجة	-1.814	0.866	-5.530	2.447	معنوي
الاختبار المهاري لمسكة الميزان من الوقوف	درجة	-1.371	0.825	-4.388	2.447	معنوي

* معنوي عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (7-1=6)

• مناقشة النتائج:

في الاختبارات المهارية لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف يتبين من الجدول (2) بان هنالك فروقا معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة وللمهارتين، ويعزو الباحث ذلك نتيجة فاعلية التمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية والتي تم اعدادها بطريقة بحيث تكون مشابهة للاداء المهاري الخاص بـمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف، واستمرار تكرارها في جميع التمرينات المعدة وخلال جميع الاسابيع وذلك بمساعدة الجهاز الذي صمم بحيث يمكن من تنفيذ هذه التمرينات التي لايمكن تنفيذها الالاستخدام هذا الجهاز وكذلك يوفر مقاومة مشابهة لمقاومة

المنافس وذلك عن طريق الحبال المطاطية، ولأن هذه التمرينات مشابهة للاداء الفني ادى ذلك الى تطوير وتنمية الصفات والقدرات البدنية التي تخدم هذه المسكات حيث (إن فائدة تمرينات بالجهاز تكمن في كونها تعمل على المجموعات العضلية بالطريقة نفسها أو بطريقة مشابهة للطريقة التي تعمل بها في أثناء أداء مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف وذلك من حيث اتجاه الحركة وقوة وزمن أدائها)⁽¹⁾، ومن هذه الصفات التي تم تنميتها هي القوة والسرعة وغيرها من الصفات والقدرات التي لها علاقة طردية مع زيادة الكفاءة البدنية اللازمة للمصارع لاداء المسكات الفنية وخاصة مسكات المصارعة الحرة "إذ انه كلما كان الإعداد البدني الخاص للمصارع عالياً ساعد ذلك وبشكل ايجابي على تطوير مستوى الأداء المهاري (الفني)، فالمصارع لا يستطيع إتقان الأداء المهاري لمسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف في حالة عدم توافر الصفات البدنية الخاصة اللازمة في العضلات الرئيسية العاملة في الأداء وبذلك يجب على المدرب مراعاة الارتباط الوثيق بين عملية الإعداد البدني والمهاري في العملية التدريبية"⁽²⁾، كما ان تنمية الصفات البدنية والقدرات الخاصة بالمصارع والتي يتم تنميتها عن طريق استخدام اجهزة لها الدور الاساسي في تطبيق المسكات وتاكيدا على ذلك ماذكر في دراسة وصفية حيث جاء في ملخصها (تعد الصفات البدنية والقدرات الخاصة بالمصارع بشكل عام من أهم الصفات البدنية في لعبة المصارعة ، والعامل الرئيس فيها فاللاعبون يحتاجون عند تطبيقهم للمهارات (المسكات) إلى الصفات البدنية والقدرات الخاصة بالمصارع لتمكنهم من أداء المسكات بالشكل الصحيح، عليه فأن تطوير هذا العناصر يعد مطلباً ضرورياً بالنسبة للمصارعين للوصول إلى أفضل الانجازات)⁽³⁾، وهذا ما تم تحقيقه نتيجة التأثير الايجابي للتمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية.

¹ - عدي طارق، حسنين باسم: تأثير التمرينات الخاصة وشبه المنافسة في تطوير بعض مهارات الرمي من الوقوف لمصارعي الجودو الشباب، بحث منشور في مجلة كلية التربية الرياضية ، مجلد 27، العدد1، 2015، ص250.

² - عامر موسى : مصدر سبق ذكره ، ص115.

¹ - حسين مناتي ساجت: مصدر سبق ذكره، ص307.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات:

في ضوء ما اظهرته نتائج الدراسة و في ضوء أهداف البحث وفرضياته وفي حدود عينة البحث المستخدمة وطبيعة الأساليب الإحصائية التي استخدمت في تحليل النتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

1- ان للتمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية تأثير ايجابي في تطوير مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف لناشئ المصارعة الحرة.

2- ان للتمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية تأثير ايجابي في الصفات البدنية والقدرات الخاصة بالمصارع.

4-2 التوصيات:

في ضوء ماتوصل اليه الباحث من استنتاجات يوصي بالاتي:

1- يوصي باستخدام التمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في تطوير مسكتي الرمي بحجز الذراع و الميزان من الوقوف لناشئ المصارعة الحرة والفئات الاخرى.

2- يوصي باستخدام التمرينات بجهاز دمية الحبال المطاطية في تنمية في الصفات البدنية والقدرات الخاصة بالمصارع.

3- يوصي باستخدام الجهاز في تطوير مسكات اخرى خاصة بلعبة المصارعة.

المصادر

- إيمان نجم الدين عباس (واخرون): أثر تمرينات مقترحه باستخدام الحبال المطاطية على بعض عناصر اللياقة الصحية لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة السليمانية، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 6، العدد 4، 2013، 4.
- حسين مناتي ساجت: القوة القصوى وعلاقتها بأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الرومانية، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 4، العدد 4، 2011.
- عامر موسى عباس حسن: أثر منهج التدريب التبايني في تطوير القوة الخاصة وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لبعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر لدى لاعبي المصارعة الرومانية ، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية ، مجلد 4 ، عدد 3 ، 2011.
- علاء محمد ظاهر: تأثير تمرينات بالاثقال الحرة على وفق نسب مساهمة اعم العضلات العاملة في النشاط الكهربائي والقوة (الانفجارية، المميزة بالسرعة) للاعبين المباراة المتقدمين بسلاح الشيش، اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد، 2016.
- عمر خالد ياسر: أثر التمرينات في مدى حركات مختلفة بدلالة النشاط الكهربائي للعضلة في القوة المميزة بالسرعة للأطراف السفلى لرباعي القوة البدنية ، بحث منشور في مجلة التربية الرياضية، مجلد 26، عدد 4، 2014.
- غيداء سالم، مكي محمد: اثر تدريبات القوة بالاثقال والبيومترك في تطوير القوة الانفجارية للرجلين، بحث منشور في مجلة ابحاث التربية الاساسية، مجلد 8، عدد 1، 2008.

الملاحق

ملحق (1)

استمارة تقييم الاداء الفني لمسكتي الرمي بحجز الذراع والميزان من الوقوف

ت	اسم المصارع	مسكة الرمي بحجز الذراع التقييم من (10 - 0)	مسكة الميزان من الوقوف التقييم من (10 - 0)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

اسم المقيم:

التوقيع:

التاريخ:

ملحق (2)

فريق العمل المساعد

ت	الاسم	مكان العمل
1	م.د ماجد محمد امين	جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	م.م علي صبحي	جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	مصطفى رعد سعدون	مصمم نماذج ثلاثية الابعاد
4	عامر مكلف	لاعب مصارعة سابق - حكم درجة اولى في المصارعة
5	حيدر صباح	لاعب مصارعة - خريج كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	علي شهاب	مدرب مصارعة في نادي الغاضرية الرياضي

**النمذجة التفاعلية للرؤية البصرية الرياضية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم
الناشئين بحسب خطوط اللعب**

زهراء أحسان عبد عون أ. د. حسن علي حسين أ. د. احمد مرتضى عبدالحسين

جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى التعرف على للرؤية البصرية الرياضية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب و التعرف على العلاقة للرؤية البصرية الرياضية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب , ووضع انموذج تفاعلي للاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب بدلالة الرؤية البصرية الرياضية , وكان فرضا البحث هناك علاقة للرؤية البصرية الرياضية للاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب . استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح (الوضع الراهن) ودراسات العلاقات المتبادلة والتنبؤية , حددت الباحثة مجتمع بحثها بلاعبي كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء وجاء اختيار عينة بحثها بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة وبواقع (97) لاعب وكانت اهم الاستنتاجات ظهور نتائج افراد عينة البحث الاساسية (المهاجمين , الوسط , المدافعين) قد توزعوا توزيعاً طبيعياً , حيث اظهرت النتائج ان هناك علاقات دالة ايجابية بين المتغير (الرؤية البصرية) , واطهرت المتغير (الرؤية البصرية) ان هناك تأثير حجوم في تصنيف اللاعبين الناشئين بحسب خطوط اللعب .

Abstract

Interactive modeling of visual sports vision to classify and settle junior football players according to the playing lines

By

**Zahraa Ihsan Abd Aoun Prof. Hassan Ali Hussein Prof. Ahmed Mortada
Abdel Hussein**

College of Physical Education and Sports Sciences

The study aimed to identify the visual sports vision to classify and settle junior football players according to the playing lines and to identify the relationship to the visual sports vision to classify and settle junior football players according to the playing lines, and to develop an interactive model for football players according to the lines of play in terms of the visual sports

vision, and the research hypotheses were there a relationship between the visual sports vision of junior football players according to the playing lines. The researchers used the descriptive approach in the survey method and predictive relationships studies. The research population was the football players in Karbala governorate. The selection of research sample came in a simple random, with a (97) players. The results showed that there are positive significant relationships between the variable (visual sports vision). The visual sports vision showed that there is an effect of sizes in the classification of junior players according to the playing lines.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تعد لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم حيث أصبح أسلوب لعبها الحديث بطريقة الفريق الواحد في الحالة الدفاعية والهجومية لذا يتطلب التركيز على الأداء المهاري الذي من شأنه تطوير مستوى أداء الفريق وكل حسب منطقته ومساحته وطبقاً لمتغيرات اللعب , وبما ان كرة القدم لأجل مزاولتها يجب توفر الكثير من المتطلبات من حيث سرعة الاداء وغيرها من الكثير من المتطلبات ومنها القدرات البصرية التي هي حاسة من اعظم حواس نعم الله على عباده , وهي وسيلة الإنسان الأولى لمعرفة الأشياء من حوله ومن خلال الأدوات العينان , كما تعد مركب (فسيولوجي , ادراك حسي) ولها أهمية كبيرة كونها عنصر مكمل للرياضة , إذ تم تقديم التدريبات لها في الولايات المتحدة الأمريكية عام 1928م تحت مسمى علاج القدرات البصرية , وعبر السنين تم اشتقاق مصطلحات عديدة منها مثل التدريب البصري وتدريبات العين وغيرها . وتأتي أهمية البحث من خلال أهمية التصنيف والتسكين الدقيق معتمداً على دور الاختبارات والمقاييس التي أصبحت حاجة ضرورية لتفادي الاخطاء السابقة في عملية التصنيف لتوجيه للاعبين الذين فئة الناشئين بكرة القدم في محافظة كربلاء على وفق الأسس الصحيحة والدقيقة ولكي تكون هذه المتغيرات كمؤشر دقيق كون هذه المتغير (الرؤية البصرية) تلعب الدور البارز في تحديد إمكانات ومستويات اللاعبين الذين ممكن أن يكونوا ضمن تشكيلة المنتخبات الوطنية التي تم انتقائها على وفق هذه المتغيرات , ولذلك فان الاهمية تجلت بدراسة هذه المتغيرات لكي تكون مؤشر حقيقي ودقيق لعملية التصنيف وللاقتصاد بالوقت والجهد بعيداً عن الاختيار غير الدقيق وغير الموضوعي لتكون وسيلة معبرة تستخدم من قبل المدربين لأغراض تقويم اللاعبين لتحقيق افضل النتائج .

1-2 مشكلة البحث

ان الارتقاء بالمستوى الرياضي في الالعاب كافة يتوقف الى حد كبير على اكتمال حالات التدريب الحركية والبدنية والمهارية , لذا فأن اتباع المنهجية العلمية في التدريب تعد من المؤشرات الاساسية التي تعكس مستوى اداء الرياضيين وذلك يتم من خلال التخطيط المسبق للمناهج التدريبية لتلافي المعوقات والعمل على معالجة المشاكل التي قد تواجه المسيرة الرياضية .

وبما ان كرة القدم من الالعاب الجماعية التي يجب الاهتمام بجانب التنبؤ والتصنيف والتسكين الرياضي الخاضع للأسس العلمية الصحيحة والذي له دور فعال في عملية تطوير لعبة كرة القدم ومن خلال البحوث العلمية تأكد لنا ارتباط متغيرات الرؤية البصرية الرياضية من الناحية التدريبية لأعداد الرياضي بشكل جيد وما يمتلكه من مواصفات وخصائص بدنية ومهارية وقدرات حركية، ومن خلال قرب الباحثة من لعبة كرة

القدم وخاصة في المدارس التخصصية في المحافظة ومتابعتها لاندية محافظة كربلاء للناشئين وكذلك الاطلاع على الدراسات والبحوث لاحظت قلة الاهتمام والاعتماد على مؤشر حقيقي ودقيق لعملية التصنيف والتسكين معتمدين على الاختيار غير الدقيق وغير الموضوعي وعلى الخبرات الشخصية وعدم استخدام الاختبارات العلمية الحديثة الخاصة في عملية انتقائهم وتصنيفهم كل حسب قدراته وما يناسب خطوط اللعب في اغلب اندية الناشئين بكرة القدم ومن هنا نشأت الحاجة الى التعرف على متغيرات الرؤية البصرية الرياضية لتكون نمذجة تساعد المدربين على تصنيف وتسكين اللاعبين وبحسب خطوط اللعب نحو الاتجاه الصحيح بما يتناسب مع قدراتهم وامكانياتهم التي تساعد في ممارسة لعبة كرة القدم وبذلك تكون وسيلة جديدة لانتقاء المواهب الرياضية في المستقبل.

3-1 اهداف البحث

- 1- التعرف على الرؤية البصرية الرياضية لمتغيرات الرؤية البصرية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .
- 2- التعرف على العلاقة لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .
- 3- وضع انموذج تفاعلي للاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب بدلالة الرؤية البصرية الرياضية.

5-1 فرض البحث

- 2- هناك علاقة للرؤية البصرية الرياضية للاعبي كرة القدم للناشئين حسب خطوط اللعب .

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي كرة القدم للناشئين في محافظة كربلاء .
- 2-5-1 المجال الزمني : 2021/8/11 الى 2022 /7 /17 .
- 3-5-1 المجال المكاني : ملعب الجماهير ، ملعب الأنصار ، ملعب العراق .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

إن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعية تفرض على الباحثة اختيار المنهج المناسب ، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين" (91) .

إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح (الوضع الراهن) ودراسات العلاقات المتبادلة والتنبؤية، وهذا ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها "لأن البحث الوصفي هو الذي يعطي صورة واضحة عن الظاهرة ويصف مميزات وخصائص المجتمع في تلك الظاهرة ويضيف رصيذاً

(91) إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص70 .

إضافياً من الحقائق والمعارف الأمر الذي يساعد في عملية فهم الظاهرة والتنبؤ بها وضبطها والتحكم فيها" (92) .

2-2 مجتمع البحث وعيناته:-

مجتمع البحث هو "جميع الأفراد والأشياء الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي تسعى الباحثة إلى ان تعمم عليها نتائج الدراسة , والعينة هي المجموعة الجزئية المميزة والمنتقاة من المجتمع الخاص بالدراسة، أي ان لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة" (93)، إذ اشتمل مجتمع البحث بلاعبين كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء , والبالغ عددهم (131) لاعباً، بعدها قامت الباحثة باختيار عينات بحثها المتمثلة بلاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (14-16) سنة في محافظة كربلاء وتم اختيار عينات البحث بالطريقة العشوائية البسيطة .

2-2-1 العينة الاستطلاعية

اشتملت العينة الاستطلاعية بلاعبين كرة القدم الناشئين بمحافظة كربلاء لبعض من الأندية المعنية بالبحث ، والبالغ عددها (25) لاعباً وبواقع (5) لاعبين لكل نادي وبنسبة (19%) من مجتمع الأصل ينظر جدول رقم (1) .

2-2-2 عينة البحث الرئيسية

اشتملت عينة التطبيق على (97) لاعباً من اللاعبين الناشئين بكرة القدم بعد ان تم استبعاد (9) لاعبين لعدم ملائمتهم لشروط البحث والمتغيرات، وبواقع (29) لاعب مهاجم و(32) لاعب وسط و(36) لاعب مدافع بنسبة مئوية تبلغ (74%) من مجتمع الأصل .

الجدول (1)

يبين طبيعة توزيع المجتمع حسب الأندية المعنية بالبحث

طبيعة العينة			النادي	ت
التطبيق الرئيسي	التجربة الاستطلاعية	العدد الكلي		
21	5	26	نادي الطف	1
20	5	25	نادي كربلاء	2
22	5	27	نادي الروضتين	3
21	5	26	نادي شباب الحسين	4
22	5	27	نادي الحر	5
106	25	131	المجموع	6

(92) فائز جمعة النجار (وآخرون) : أساليب البحث العلمي (منظور تطبيقي) . ط1 ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص51 .

(3) سعد التل (وآخرون) : مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2007 ، ص97 .

2-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة

2 - 3 - 1 وسائل البحث المستخدمة

- الملاحظة .
- الاستبيان .
- الاختبارات .
- المقابلات الشخصية

2 - 3 - 2 الاجهزة والادوات المستخدمة

- كرات قدم قانونية ملونة عدد(5).
- صافرات بلاستيكية عدد (3).
- اقمار بلاستيكية عدد(10) .
- دوائر بلاستيكية ملونة عدد(8) .
- شريط لاصق ملون (10 م) عدد (5) .
- آلة قياس المسافة (فيته) .
- جدار خشبي العرض (150 سم) والارتفاع (175 سم).
- ميدان لعب كرة قدم قانوني.
- جهاز حاسوب نوع (Mac) .
- ساعة إيقاف الكترونية نوع (كاسيو) عدد (5) .

2 - 4 خطوات البحث وإجراءاته الميدانية

2 - 4 - 1 اجراءات تحديد قابليات الرؤية البصرية الرياضية

لغرض تحديد بعض قابليات الرؤية البصرية الرياضية للاعبين كرة القدم الناشئين بمحافظة كربلاء سعت الباحثة الى مسح المصادر وتحديد مجموعة من القابليات وإدراجها ضمن استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين بكرة القدم وتدريب الرياضي وطرائق تدريس والاختبار والقياس لاستطلاع آرائهم لتحديد بعض قابليات الرؤية البصرية الرياضية , وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها احصائيا لاستخراج الأهمية النسبية أظهرت النتائج عن قبول القابليات التي حصلت على أهمية مقدارها (65) و(54%) من الأهمية النسبية حسب رأي (12) من الخبراء والمختصين وبهذا أصبح عدد القابليات المقبولة (5) من اصل (6) قابلية وكما مبين في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين درجة الأهمية والنسبة المئوية للأهمية وقبول وترشيح قابليات الرؤية البصرية الرياضية

ت	قابليات الرؤية البصرية	الأهمية	نسبة مئوية للأهمية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
1	التركيز البصري	73	60.83%	✓	
2	رد الفعل البصري	88	73.33%	✓	
3	التتبع البصري	90	75%	✓	

4	الرؤية المحيطية	74	%61.66	✓	
5	الدقة البصرية المتحركة	100	%83.33	✓	
6	الإحساس البصري	59	%49.16		✓

2-4-1-1 إجراءات تحديد اختبارات قابليات الرؤية البصرية

بعد ان حددت الباحثة قابليات الرؤية البصرية الواجب توافرها عند لاعبي كرة القدم للناشئين ، ولغرض ترشيح الاختبارات التي تعبر عن قياس قابليات الرؤية البصرية لدى اللاعبين ، قامت الباحثة بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث ، ومن ثم ترشيح مجموعة من الاختبارات وإدراجها في استمارات استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتدريب الرياضي والتعلم الحركي فضلاً عن المختصين في كرة القدم لاستطلاع آرائهم حول صلاحية الاختبارات المدرجة . وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخراج النسب المئوية لاتفاق الخبراء لتحديد صلاحية الاختبارات المعنية بقياس القدرات حسب رأي (10) من الخبراء والمختصين فقد حصلت على أهمية مقدارها (55) ونسبة (55%) من الأهمية النسبية ، أسفرت النتائج عن قبول ترشيح (5) اختبار معني بقياس قابليات الرؤية البصرية الرياضية من أصل (11) اختبار ، والجدول (3) يبين ذلك .

جدول (3)

يبين الأهمية والأهمية النسبية لترشيح الاختبارات المعنية بقياس قابليات الرؤية البصرية بكرة القدم للناشئين

قابليات الرؤية البصرية	الاختبارات	الأهمية	الأهمية النسبية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
التركيز البصري	اختبار الاخمد والتعرف والتهديف بالكرات الملونة	75	%75	✓	
	اختبار تركيز الرؤية المحيطية	53	%53		✓
رد الفعل البصري	اختبار الاخمد بالكرة والعينين معصوبتين	32	%32	✓	
	اختبار المناولة للاقماع الملونة	60	%60		✓
التتبع البصري	اختبار الكرات الملونة	44	%44	✓	
	اختبار المناولات من فوق الجدار الخشبي	75	%75		✓
	اختبار الحواجز الملونة	52	%52	✓	
الرؤية المحيطية	اختبار التمريرات المستمرة	88	%88		✓
	اختبار العصا الخشبية ذات الكرتين الملونتين في نهايتها	40	%40	✓	
الدقة البصرية المتحركة	اختبار الركض والتهديف بالكرات الملونة	94	%94		✓
	اختبار تقدير دقة المسافة للكرات المتبادلة	53	%53	✓	

2-5 التجربة الاستطلاعية للاختبارات

2-5-1 المرحلة الاولى

قامت الباحثة باستطلاع الاختبارات التي تم قبول ترشيحها لقياس المتغيرات المبحوثة على أفراد العينة الاستطلاعية اللذين ينتمون إلى كرة القدم الناشئين في محافظة كربلاء , وعلى أفراد العينة الاستطلاعية المكونة من (25) لاعباً كما مبين ضمن جدول (1) وذلك بهدف تأشير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات إذ استغرقت فترة استطلاع الاختبارات يومين، بدأت في يوم الجمعة الساعة التاسعة صباحاً الموافق 2022/1/12 وانتهت في يوم السبت الساعة الثانية والنصف الموافق 2022/1/14 وأرادت الباحثة من خلالها تحقيق عدة أغراض منها:

- 8- التأكد من جاهزية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
- 9- التعرف على صلاحية الاختبارات بالنسبة لمستوى أفراد عينة البحث .
- 10- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد وحسن تدريبهم.
- 11- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلاً عن وقت الاختبارات ككل .
- 12- التعرف على القياس الأول لثبات نتائج الاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية .
- 13- تنظيم فترة الراحة بين اختبار وآخر لضمان عودة اللاعبين إلى حالتهم الطبيعية عند بداية كل اختبار.
- 14- إخراج وترتيب الاختبارات (خلال أيام الاختبارات واليوم الاختباري الواحد) على أساس متطلبات الحركة ومستوى صعوبتها.

2-5-2 المرحلة الثانية

على الرغم من كون الاختبارات المرشحة لقياس المتغيرات المبحوثة تمتاز بأسس علمية عالية نظراً لأنها مصممة إلا ان الباحثة لم تكتف بذلك فقامت بتطبيق الاختبارات مرة ثانية على أفراد العينة الاستطلاعية وتحت الظروف نفسها وفي نفس المكان وبنفس الوقت وكان الغرض منها :

- 3- التعرف على القياس الثاني لثبات نتائج الاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية.
 - 4- التعرف على موضوعية الاختبارات المرشحة لقياس القدرات البصرية .
- إذ بدأ تنفيذها يوم (الأثنين) الساعة التاسعة صباحاً والموافق 2022/1/23 وانتهت يوم (الاربعاء) الساعة الثانية والنصف الموافق 2022/1/26، ومن خلال نتائج المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية تم استنتاج الآتي :
- 3- تمتاز الاختبارات المرشحة لقياس القدرات البصرية بمعاملات علمية عالية.
 - 4- إن جميع الاختبارات قادرة على التمييز بين أفراد العينة الضعفاء والأقوياء من المختبرين.

2-6 الاسس العلمية للاختبارات

3-6-1 الاسس التكوينية

اولاً : صدق الاختبارات

يعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار والمقياس إذ يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس الشيء أو الظاهرة التي وضع لقياسها، فالصدق لا يعني ارتباط الاختبار أو المقياس بنفسه كما في الثبات ولكنه يعني الارتباط بين الاختبار وبعض المحكات الخارجية التي تتميز بأنها مستقلة عن الاختبار أو أداة القياس، وقد كسبت الاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية صدق المحتوى أو المضمون عندما قامت الباحثة بعرضها على مجموعة من الخبراء وتأشير ما هو الاختبار والقياس الأصح

لقياس القدرات للرؤية البصرية الرياضية المعني بقياسها، وكما تبين في الجدول (2)، بعدها سعت الباحثة إلى إكساب الاختبارات والقياسات للقدرات البصرية نوعاً آخر من أنواع الصدق وهو الصدق التمييزي، والجدول (3) يبين ذلك.

ثانياً : ثبات الاختبارات

يعني ثبات الاختبار "الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها اذا طبقت الاختبارات أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽¹⁾، وبغية استخراج معامل الثبات ومعرفة استقرار نتائج القياس لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت "وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة"⁽²⁾. ولأجل معرفة ثبات قيم الاختبارات والقياسات المعنية بقياس القدرات البصرية قامت الباحثة باستخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين تطبيق الاختبارات في المرحلة الأولى من التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/1/12 وأعادة تطبيق الاختبارات في المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/1/23 وتعد هذه الطريقة واحدة من أهم طرق إيجاد الثبات في البحوث التربوية والرياضية، بعدها سعت الباحثة للاستدلال عن معنوية العلاقات الارتباطية من خلال مقارنة قيم معامل الارتباط المحسوبة مع القيمة الجدولية لاختبار T لمعنوية معامل الارتباط عند درجة حرية (24) ومستوى دلالة (0.05)، وقد توصلت الباحثة إلى أن جميع الاختبارات والقياسات ذات دلالة معنوية وهذا يؤكد أن جميع الاختبارات والقياسات تتمتع بمستوى ثبات عالي وكما مبين في الجدول (4).

ثالثاً : موضوعية الاختبارات

يقصد بموضوعية الاختبارات والقياسات هي "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين"⁽³⁾، ومن أجل استخراج موضوعية الاختبارات والقياسات المعنية بقياس القدرات البصرية للاعبين كرة القدم الناشئين بعمر (14-16) اعتمدت الباحثة على تقييم درجات محكمين عندما تم إعادة تطبيق الاختبارات والقياسات في المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية بعدها سعت الباحثة إلى استخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين تقييم الحكم الأول وتقييم الحكم الثاني وقد أظهرت النتائج أن جميع الاختبارات والقياسات تتمتع بدرجة ارتباط عالية بين تقييم المحكمين وعند الاستدلال عن معنوية الارتباطات قامت الباحثة بمقارنة قيم معامل الارتباط المحسوب مع القيمة الجدولية لاختبار T لمعنوية معامل الارتباط عند درجة حرية (24) وتحت مستوى دلالة (0.05)، وهذا يؤكد أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة موضوعية وكما مبين في الجدول (4).

الجدول (4)

يبين قيم معاملي الثبات والموضوعية للاختبارات الرؤية البصرية الرياضية

ت	المتغيرات	الاختبارات	معامل	قيمة t	معامل	قيمة t
---	-----------	------------	-------	--------	-------	--------

(1) نادر فهمي الزبيد وهشام عامر عليان : مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص145.

(2) نادر فهمي، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2011، ص145.

(1) مصطفى باهي، صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية. ط1 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2007 ، ص 91 .

			الثبات	الموضوعية		
1	التركيز البصري	اختبار الاخمد والتعرف والتهديف بالكرات الملونة	0.772	5.825	0.795	6.285
2	رد الفعل البصري	اختبار المناولة للأقماع الملونة	0.814	6.721	0.862	8.155
3	التتبع البصري	اختبار المناولات من فوق الجدار الخشبي	0.793	6.243	0.755	5.522
4	الرؤية المحيطة	اختبار التمريرات المستمرة	0.788	6.138	0.888	9.261
5	الدقة البصرية المتحركة	اختبار الركض والتهديف بالكرات الملونة	0.751	5.455	0.894	9.569

2-6-2 صلاحية الاختبارات

ان من احدى اهداف واغراض التجربة الاستطلاعية هو تحليل مفردات الاختبار من اجل انتقاء الملائم والصالح منها وان العملية تستوجب الاخذ بعين الاعتبار ناحيتين اساسيتين هما⁽¹⁾:

4- القدرة (القوة) التمييزية للاختبار وذلك للتعرف على قدرة الاختبار في التفريق بين مستويات افراد العينة .

5- مستوى صعوبة وسهولة الاختبار بالنسبة لمن سيطبق عليهم الاختبار ضمن افراد عينة البحث.

6- التعرف على صلاحية الاختبارات المتمثلة بالكشف عن القدرة التمييزية للاختبارات وسهولة وصعوبة الاختبارات .

أولاً: مستوى سهولة وصعوبة الاختبار والقياس

لفرض التعرف على مستوى سهولة الاختبار او القياس وصعوبته وكيفية توزيع نتائجها عمدت الباحثة إلى استخراج قيم معامل الالتواء للاختبارات والقياسات المطبقة على أفراد العينة الاستطلاعية واعتماد نتائج التطبيق الثاني والتعرف على توزيع أفراد العينة في كل اختبار خضعت له والكشف عن اعتدالية التوزيع من خلال قيمة معامل الالتواء فيما إذا كانت صفرية⁽²⁾، وقد أظهرت النتائج ان جميع قيم معامل الالتواء كانت صفرية ولم تتجاوز $(1 \pm)$ ، والجدول (5) يبين ذلك.

الجدول (5)

يبين مؤشرا الإحصاء الوصفي لبيان مستوى سهولة وصعوبة اختبارات الرؤية البصرية الرياضية

(1) حسن علي حسين: تقييم دافعية الانجاز وفقاً لنمط الشخصية (A,B) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية لاعبي كرة القدم الشباب اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011، ص104.

(2) وديع ياسين، حسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصول، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999، ص166.

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
1	التركيز البصري	2.040	0.122	2.000	0.611	-0.015
2	رد الفعل البصري	3.319	0.119	3.290	0.598	0.064
3	التتبع البصري	9.280	0.195	10.000	0.979	-0.621
4	الرؤية المحيطية	5.040	0.261	5.000	1.306	0.042
5	الدقة البصرية المتحركة	5.320	0.438	6.000	2.193	-0.909

ثانيا : القدرة التمييزية

ان مؤشرات الموضوعية لصلاحية الاختبارات قدرتها على التمييز بين افراد العينة (ذوي الانجاز العالي وذوي الانجاز الواطئ)⁽¹⁾، ولحساب القدرة التمييزية للاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية للاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (14-16) سنة عمدت الباحثة إلى ترتيب الدرجات الخام التي حصلت عليها خلال المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية ترتيباً تنازلياً من أدنى درجة إلى أعلى درجة وترتيباً تصاعدياً من أعلى درجة الى أدنى درجة بالنسبة للدرجات الخام التي وحدة قياسها الزمن بعدها تم اختيار ما نسبته (33%) من الدرجات العليا و (33%) من الدرجات الدنيا التي تمثل قيم افراد العينة والمقدرة بـ(8) لاعب في كل اختبار خضعت له العينة ثم قامت الباحثة باستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد لاختبار الفروق بين وسطي افراد العينة إذ تمثل قيمة (t) المحسوبة القوة التمييزية للاختبارات بين أفراد العينة العليا والدنيا عند مستوى دلالة (0.05)، والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6)

يبين القدرة التمييزية للاختبارات المرشحة لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T	مستوى الدلالة
			وسط	انحراف	وسط	انحراف		
التركيز البصري	اختبار الاخمام والتعرف والتهديف بالكرات الملونة	د	2.62	0.51	1.50	0.53	4.277	0.001
رد الفعل البصري	اختبار المناولة للاقماع الملونة	ثا	4.01	0.18	2.65	0.20	13.92	0.000
التتبع البصري	اختبار المناولات من فوق الجدار الخشبي	د	9.87	0.35	8.12	0.35	9.899	0.000

(2) مخلد محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الاداء والوضع الحركي. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006، ص45.

0.00 0	10.92 9	0.51 7	3.62 5	0.53 4	6.50 0	د	اختبار التمريرات المستمرة	الرؤية المحيطة
0.00 0	5.466	2.00	3.00 0	1.06 0	7.37 5	د	الركض ودقة التهديف بالكرات الملونة	الدقة البصرية المتحركة

2-7 تطبيق الاختبارات على أفراد العينة الرئيسية

بعد الانتهاء من تنفيذ استطلاع الاختبارات التي اكدت صلاحية الاختبارات المعنية بقياس القدرات البصرية للاعبين كرة القدم الناشئين باعمار (14-16) سنة فضلاً عن توفير الأجهزة والأدوات اللازمة والكافية تم استكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بتطبيق الاختبارات على أفراد عينة التطبيق الرئيسية والبالغ عددهم (97) لاعبا منهم (29) لاعب مهاجم و(32) لاعب خط وسط و(36) لاعب دفاع .

2-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

3- نتائج البحث عرضها وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

ان من الشروط الأساسية التي تحدد دقة التحليل التمييزي هو التوزيع الطبيعي للبيانات المتوفرة لدى الباحثة ولغرض اختبار التوزيع الطبيعي لبيانات متغيرات الرؤية البصرية الرياضية سعت الباحثة الى استخدام اختبار كولموجوروف سميرنوف كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والجدول (7) يبين ذلك .

جدول (7)

يبين قيم اختبار كلمنجراف سميرنوف لبيانات متغيرات الرؤية البصرية الرياضية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	كولموجوروف سميرنوف	مستوى الدلالة
التركيز البصري	1.969	0.585	3.304	0.000
رد الفعل البصري	3.331	0.609	1.443	0.031
التتبع البصري	9.113	0.998	3.638	0.000
الرؤية المحيطة	5.505	1.465	1.756	0.004
الدقة البصرية المتحركة	5.567	1.935	2.165	0.000

من خلال الجدول أعلاه يبين ان قيم اختبار كلمنجراف سميرنوف ولجميع متغيرات الرؤية البصرية الرياضية غير داله إحصائية لان مستوى الدلالة لجميع المتغيرات هو اكبر من (0.05) وهذا يؤكد حسن توزيع البيانات , وتظهر أهمية حساب قيم اختبار كلمنجراف سميرنوف كونه مؤشرا موضوعيا للتعرف على مستوى سهولة وصعوبة الاختبارات (1) .

(1) محمود محمد سليم : مبادئ التحليل الإحصائي , ط1 , عمان , مكتبة المجمع العربي , 2009 , ص 498 .

2-3 عرض وتحليل قيم اختبار VIF (معامل التضخيم)

بما ان أسلوب التحليل التمييزي يقوم أساسا على معاملات الارتباط بين المتغيرات أي انه يعتبر اظهار أهمية كل من تلك المتغيرات على أساس علاقة أي متغير بالمتغيرات الأخرى , اذ بلغ عدد المتغيرات الرؤية البصرية الرياضية (5) ولتأكد الباحثة من عدم وجود ارتباط عالي بين المتغيرات المستقلة والذي يؤثر جودة في درجة دقة نتائج التحليل التمييزي فقد استخدمت اختبار معامل التضخيم (VIF) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والوصول الى حقيقة علمية بعدم وجود ارتباط ذاتي بين متغيرات الرؤية البصرية الرياضية وان مفردات قياس تلك المتغيرات مستقلة عن غيرها ولا يوجد ارتباط عالي بين نتائج المتغيرات والجدول (8) يبين ذلك .

جدول (8)

يبين قيم اختبار معامل التضخيم (VIF) ومستوى دلالة لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية

المتغيرات	B	الانحراف	معامل بيتا	t	مستوى الدلالة	Vif
التركيز البصري	-0.569	0.117	-0.406	-4.869	0.000	2.141
رد الفعل البصري	0.400	0.129	0.297	3.101	0.003	2.822
التتبع البصري	-0.201	0.092	-0.245	-2.182	0.032	3.890
الرؤية المحيطية	0.200	0.044	0.358	4.547	0.000	1.905
الدقة البصرية المتحركة	-0.084	0.039	-0.199	-2.163	0.034	2.596

يتبين من الجدول أعلاه والخاص بكشف عن عدم وجود ارتباط ذاتي بين المتغيرات والذي يشير الى ان جميع قيم اختبار VIF (معامل التضخيم) لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية اقل من (5) وهو ما يؤكد انه لا توجد مشكلة في الارتباط الذاتي بين المتغيرات (1) .

3-3 عرض وتحليل اختبار شروط تجانس المجتمع

لغرض معرفة مدى تجانس مجموعات لاعبي كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب استخدمت الباحثة اختبار (Boxes M) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض وان اختبار شرط تجانس المجتمع يعد من الشروط الأساسية والمهمة قبل استخدام التحليل التمييزي للبيانات والجدول (9) يبين ذلك .

جدول (9)

يبين فيه اختبار (Boxes M) لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية

المجموعات	المرتبة	لوجاريتم	Boxes M	مستوى الدلالة
مهاجمين	11	-4.263	404.808	1.297
وسط	11	-3.627	404.808	1.297
دفاع	11	-5.841	404.808	1.297

يتبين من الجدول أعلاه مدى تجانس مجموعات لاعبي كرة القدم الناشئين في متغيرات الرؤية البصرية الرياضية من خلال حساب واستخراج قيم اختبار (Boxes M) , ويبين أيضا ان قيم (لوجاريتم) تقريبا متساوية للمجموعات الثلاثة (اللاعبين المهاجمين , اللاعبين الوسط , اللاعبين المدافعين) وهو ما

(1)محفوظ جودة : مصدر سبق ذكره , ص127.

يدل على تجانس افراد المجتمع لان مستوى الدلالة المعتمد هو اكبر من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (0.05) مما يوجب قبول الفرضية الصفرية لاختبار (Boxes M) الذي اكدت تجانس لاعبي كرة القدم المهاجمين والوسط والمدافعين في المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث .

3-4 النمذجة التفاعلية لتصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم وفقا للمتغيرات المبحوثة

وبما ان الهدف من النمذجة التفاعلية بين متغيرات الرؤية البصرية الرياضية هو الوصول الى تحليل يساعد في تصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الناشئين حسب مراكز اللعب الذي يتماشى مع قابلياته وامكانياته , ولتحقيق هذا الفرض سعت الباحثة الى استخدام التحليل التمييزي كوسيلة وأسلوب احصائي من اجل تصنيف وتسكين لاعبي كرة القدم الشباب حسب خطوط اللعب (مجموعة اللاعبين المهاجمين , مجموعة اللاعبين الوسط , مجموعة اللاعبين المدافعين) بعد ان تم التأكد من توفر شروط اجراء التحليل التمييزي للبيانات , وبناء على الدرجات التي حصلوا عليها عبر توليفة من متغيرات الرؤية البصرية الرياضية والتي من خلالها يتم تحديد العضوية في المجموعات كان يتم تصنيفهم الى مجموعة اللاعبين المهاجمين و مجموعة اللاعبين الوسط و مجموعة اللاعبين المدافعين , وهناك عدة خطوات لتنفيذ التحليل التمييزي للبيانات .

3-4-1 الوصف الاحصائي لبيانات المتغيرات

بعد استكمال تسجيل بيانات الاختبارات المعنية بقياس متغيرات الرؤية البصرية الرياضية في الاستمارات المعدة لهذا الغرض وجمع الاستمارات وتفرغ محتوياتها عمدت الباحثة الى اخضاع البيانات للمعالجات الإحصائية التي من خلالها تم استخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم المجموعات التطبيقية للاعبين الناشئين , وكما مبين في الجدول (10) .

جدول (10)

يبين الاحصائيات الوصفية لمتغيرات الرؤية البصرية الرياضية

المتغيرات	وحدة قياس	مهاجمين		وسط		مدافعين		المجموع الكلي	
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف
التركيز البصري	د	2.137	0.580	2.093	0.640	1.722	0.454	1.969	0.585
رد الفعل البصري	ثا	3.408	0.757	3.394	0.504	3.212	0.556	3.331	0.609
التتبع البصري	د	9.310	0.967	9.125	1.008	8.944	1.012	9.113	0.998
الرؤية المحيطية	د	4.827	1.649	6.062	1.075	5.555	1.423	5.505	1.465
الدقة البصرية المتحركة	د	5.482	2.050	6.500	1.414	4.805	1.909	5.567	1.935

من خلال الجدول (10) والخاص بمواصفات كرة القدم الناشئين حسب خطوط اللعب وهي مجموعة اللاعبين المهاجمين ومجموعة اللاعبين الوسط ومجموعة اللاعبين المدافعين في الاختبارات التي تعني بقياس متغيرات الرؤية البصرية الرياضية أظهرت نتائج التحليل الاحصائي هناك تباين واختلاف بين مجموعات اللاعبين المهاجمين والوسط والمدافعين في المتغيرات المعنية بالدراسة والتحليل وقد أظهرت النتائج أيضاً هناك تفوق للاعبين المهاجمين في بعض المتغيرات (الدقة البصرية المتحركة ، التتبع البصري) وهناك تفوق للاعبين الوسط في بعض المتغيرات (الدقة البصرية المتحركة والتتبع البصري) وهناك تفوق للاعبين المدافعين في بعض المتغيرات (التتبع ، الرؤية المحيطية).

3-4-2 الحد الأدنى لقيمة (F) بين مجموعات اللاعبين الناشئين

تسلط الباحثة الضوء الى جميع الخطوات التي يتم في كل منها ادخال المتغير الذي يضاعف نسبة قيمة (F) الصغرى بين ازواج مجموعات اللاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين حيث تطبق القاعدة الأساسية والقائلة بأن الحد الأدنى لقيمة (F) الجزئية لإدخال أي متغير في التحليل التمييزي يجب ان لا يقل عن (3.84) وان الحد الأعلى لقيمة (F) الجزئية لإخراج أي متغير من التحليل التمييزي هو (2.71) والجدول (11) يبين ذلك .

جدول (11)

يبين متغيرات الرؤية البصرية الرياضية الداخلة في التحليل التمييزي

المتغيرات	التفاوت	الحد الأعلى لقيمة f	الحد الأدنى لقيمة f	الفرق بين المجموعات
التركيز	0.433	18.462	16.979	3.00 - 2.00
رد الفعل	0.379	3.710	22.534	3.00 - 2.00
الرؤية المحيطية	0.322	45.181	14.444	3.00 - 1.00
التتبع البصري	0.230	32.343	15.633	3.00 - 2.00
التوافق الحركي	0.506	21.269	17.872	3.00 - 2.00
الدقة البصرية المتحركة	0.607	7.634	18.563	3.00 - 2.00

من خلال ملاحظة الجدول (11) يبين المتغيرات الداخلة في التحليل التمييزي وذلك لان الحد الأدنى لقيمة (F) الجزئية لإدخال المتغيرات الموضحة في الجدول اعلاه في التحليل التمييزي هي اكبر من (3.84)

3-4-3 الدلالة التمييزية بين المجموعات التصنيفية للاعبين

لغرض التحقق من الدلالة التمييزية للمجموعات التصنيفية للاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين في متغيرات الرؤية البصرية الرياضية بعد حذف المتغيرات الغير مؤثرة تسلط الباحثة الضوء على نتائج قيم الجذور الكامنة للدوال التمييزية والبالغة في الدالة الاولى (5.188) وفي الدالة الثانية (1.955) مما يؤكد ان مقدار الدوال التمييزية لنتائج التحليل مقدارا عاليا حيث بلغت قيمة الجذور لكامنة اكبر من الواحد الصحيح وهو ما يؤكد ان التباين كان مفسرا , اما فيما يتعلق بالارتباط التجمعي (القانوني) فقد بلغ (0.916) للدالة الأولى وبلغ (0.813) للدالة الثانية وهو ما يؤشر الى وجود توافق للدوال التمييزية وان قيمة مربع الارتباط التجمعي (القانوني) والذي يمثل اسهام فقد بلغ (72.6) يرجع الى التغير في المتغيرات صاحبة حجم الأثر الأكبر في التحليل التمييزي , والجدول (12) يبين ذلك.

جدول (12)

يبين الدوال التمييزية وقيم الجذور الكامنة والتباين المفسر والارتباط القانوني بكل دالة

الدوال	الجذور الكامنة	التباين المفسر لكل دالة	اجمالي التباين المفسر للدوال	الارتباط القانوني
1	5.188 ^a	72.6	72.6	0.916
2	1.955 ^a	27.4	100.0	0.813

ولبيان أهمية الدوال التمييزية في التمييز بين المجموعات التصنيفية للاعبين كرة القدم المهاجمين والوسط والمدافعين وفقا للنسب المئوية لتحديد عضوية المجموعات البالغة (3) تسلط الباحثة الضوء على ما جاء به الجدول (13) الخاص بقيم ويلكزلمبادا .

جدول (13)

يبين قيم اختبار ويلكزلمبادا واختبار مربع كاي لبيان أهمية الدوال التمييزية

Sig.	df	مربع كاي	Wilks' Lambda	اختبار الدوال
0.000	22	258.642	0.055	1 through 2
0.000	10	96.429	0.338	2

يبين من الجدول (13) والخاص بقيم اختبائي ويلكزلمبادا ومربع كاي الى مدى أهمية الدوال التمييزية بين مجموعات اللاعبين (المهاجمين ، الوسط ، المدافعين) اذ يتبين ان نسبة (72.6) في الدالة الأولى ونسبة (27.4). في الدالة الثانية من التباينات المفسرة في المعادلات التمييزية التي تفسر التغير في عضوية المجموعة وحيث ان قيمة اختبار مربع كاي البالغة (258.642) في الدالة الأولى وبلغت في الدالة الثانية (96.429) للدوال التمييزية هي اكبر من قيمتها الجدولية لان مستوى الدلالة اقل من (0.05) ، وعليه يمكن الاستنتاج ان هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات التصنيفية للاعبين المهاجمين واللاعبين الوسط واللاعبين المدافعين تعود الى المتغيرات المستقلة والمنبئة (الرؤية البصرية الرياضية) .

3-4-4 ملخص نتائج التصنيف لمجموعة اللاعبين

قامت الباحثة باستخراج الحالات المصنفة تصنيفا صحيحا لكل من المجموعات الثلاثة (مجموعة اللاعبين المهاجمين ، مجموعة اللاعبين الوسط ، مجموعة اللاعبين المدافعين) ونسبهم المئوية وكذلك استخرجت الحالات المصنفة تصنيفا خاطئ ونسبهم المئوية كما مبين في الجدول (14) .

جدول (14)

يبين نتائج تصنيف اللاعبين حسب خطوط اللعب والنسب المئوية

المجموعات	مهاجمين	وسط	مدافعين	الكلية
الاعداد	مهاجمين	0	0	29
	وسط	27	5	32
	دفاع	2	34	36
النسب المئوية	1.00	0.0	0.0	100.0
	2.00	84.4	15.6	100.0
	3.00	5.6	94.4	100.0

يشير الجدول اعلاه الى مدى دقة النتائج النهائي للتصنيف ، اذ يتبين ان (29) حالة من المجموعة الأولى (المهاجمين) ونسبة (100.0%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح . وفي نفس الوقت يتبين ان (27) حالة من المجموعة الثانية (الوسط) ونسبة (84.4%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح ، وبناء عليه فأن باقي حالات المجموعة الثانية والبالغ عددها (5) ونسبة (15.6%) قد تم تصنيفهم بشكل خاطئ .

كذلك الحال يتبين ان (34) حالة من المجموعة الثالثة (الدفاع) وبنسبة (94.4%) قد تم تصنيفهم بشكل صحيح , وبناء عليه فإن باقي حالات المجموعة الثالثة والبالغ عددها (2) وبنسبة (5.6%) قد تم تصنيفهم بشكل خاطئ .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1- أظهرت نتائج افراد عينة البحث الأساسية (مهاجمين , الوسط , المدافعين) قد توزعوا توزيعاً طبيعياً .
- 2- أظهرت النتائج عدم وجود علاقات ذاتية بين المتغيرات المستقلة باختبار VIF (معامل التضخيم) .
- 3- أظهرت النتائج ان هناك علاقات دالة ايجابية بين متغيرات الرؤية البصرية والقابليات البيوحركية والمهارية .
- 4- هناك متغيرات مستقلة ليس لديها حجوم تأثير في تصنيف اللاعبين (المهاجمين , الوسط , المدافعين) .
- 6- هناك متغيرات بصرية وبيوحركية ومهارية لها حجوم وتأثير في تصنيف اللاعبين (المهاجمين , الوسط , المدافعين) .

4-2 التوصيات

- 1- ضرورة التركيز على المتغيرات (المرونة , التحمل , الرشاقة , ضرب الكرة بالرأس , المراوغة , التركيز البصري , رد الفعل البصري , الرؤية المحيطية , التتبع البصري , التوافق الحركي , الدقة البصرية المتحركة) ذات التأثير والحجوم في تصنيف اللاعبين .
- 2- عدم مراعات المتغيرات المحذوفة (القدرة الانفجارية , رمية التماس , الاخمد , تغير الاتجاه , ركل الكرة بالقدم , دقة التهديد) في تصنيف اللاعبين .
- 3- ضرورة اجراء دراسات تتضمن متغيرات بصرية وبيوحركية أخرى ومهارات وحركات رياضية أخرى .
- 4- ضرورة التركيز على اعتماد نتائج الدراسة الحالية كمؤشر لتصنيف وتسكين اللاعبين للألعاب الرياضية الاخرى من قبل المدربين والأندية لما لها من تأثير واهمية في التصنيف

المصادر

- إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010.
- حسن علي حسين: تقييم دافعية الانجاز وفقاً لنمط الشخصية (A,B) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011.
- سعد التل (وآخرون) : مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2007 .
- فائز جمعة النجار (وآخرون) : أساليب البحث العلمي (منظور تطبيقي) . ط1 ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2010 .
- محمود محمد سليم : مبادئ التحليل الإحصائي ، ط1 ، عمان ، مكتبة المجمع العربي ، 2009 .
- مخلص محمد جاسم: تحديد اختبارات تداخل الصفات البدنية لعضلات الذراعين حسب زمان الاداء والوضع الحركي. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2006.
- مصطفى باهي، صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية. ط1 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2007 .
- نادر فهمي الزيود وهشام عامر عليان : مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
- نادر فهمي، هشام عامر عليان: مبادئ القياس والتقويم في التربية . ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2011.
- وديع ياسين، حسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ،الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999.

تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في الرضا عن الحياة و تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لذوي الإعاقة البسيطة

م. م. لنده محمود داود أ. د. طالب حسين حمزه أ. د. علي حسين علي

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى التعرف على تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في الرضا عن الحياة و تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لذوي الإعاقة البسيطة، والتعرف على أفضلية التأثير بين استراتيجيات المحطات العلمية والاستراتيجية المتبعة في الرضا عن الحياة و تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لذوي الإعاقة البسيطة. استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي وهو ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها. أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الإعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (10-12) سنة للعام الدراسي (2021_2022) والبالغ عددهم (150) تلميذ، واختيار عينة من (30) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة تجربة أساسية وشكلت ما نسبته (20%) تم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ضمت المجموعة الضابطة (15) تلميذ والمجموعة التجريبية (15). وفي ضوء نتائج البحث فقد استنتج الباحثون عدم وجود فرق حقيقي بين مجموعة من الطلاب الطبيعيين والمعاقين اعاقاة بسيطة بالنسبة لممارستهم الرضا عن الحياة و تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة لذوي الإعاقة البسيطة. واوصى الباحثون بضرورة اعتماد استراتيجيات المحطات العلمية من قبل المدرسين في معهد ذوي الإعاقة البسيطة لما له من دور فعال في تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة.

Abstract

The effect of the scientific stations strategy in life satisfaction and learning volleyball seting skill for simple disabilities students

By

Linda Mahmoud Daoud Prof. Dr. Talib Hussain Hamza Prof. Dr. Ali Hussain Al-Jassem

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to identify the effect of the of the scientific stations strategy in life satisfaction and learning volleyball seting skill for simple

disabilities students, and to identify the priority effect between the strategy of scientific stations and the strategies used in in life satisfaction and learning volleyball seting skill for simple disabilities students. The researchers used the experimental method by designing two equal groups (control and experimental) with a pre- and post-test, which is what it sees fit and matches the specifications of its research and the achievement of the objectives of its study. The research population included students with simple disabilities at the Imam Hussein Autism Institute in the Holy Karbala governorate, ages (10-12) years for the academic year (2021-2022), and they numbered (150) students, and a sample of (30) students was chosen by the simple random method as a basic experiment sample and formed what (20%) were divided into two groups (control and experimental), which included the control group (15) students and the experimental group (15). In light of the results of the research, the researchers concluded that there is no real difference between a group of normal students and slightly handicapped students with regard to their practice of volleyball. The researchers recommended the necessity of adopting the strategy of scientific stations by teachers at the Institute for People with Simple Disabilities because of its effective role in learning volleyball seting skill for simple disabilities students.

وتركزت اهداف البحث:

- 6- تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في الرضا عن الحياة
- 7- تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في بعض المهارات الاساسية لكرة الطائرة في الجلوس
- 8- التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين الاستراتيجيات المحطات والاستراتيجيات التقليدية في التأثير في تطوير الرضا عن الحياة وبعض المهارات الرياضية للطلبة المعاقين.
- 9- تنمية المواهب والقدرات للفرد وغرس القيم الخلقية والسلوكية وتنمية العلاقات الاجتماعية.
- 10- تحديد مستويات قياسية لأهم الصفات الشخصية كمؤشر لاختيار المعاقين لممارسة الرياضة.

اما فروض البحث :

- 6- لاستراتيجيات البحث:محطات العلمية تأثير ايجابي في تطوير الرضا عن الحياة .
- 7- لاستراتيجيات المحطات العلمية تأثير ايجابي في تطوير بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة جلوس.
- 8- لاستراتيجيات المحطات العلمية افضلية في تطوير الرضا عن وتطوير بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة في الجلوس.
- 9- تتميز فئة المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.
- 10- تتميز فئة المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة متوسطة من الرضا عن الحياة. .

مجالات البحث :

- 1- المجال المكاني / معاهد الحسين ع للتوحد

- 2- المجال البشري / عينة من المعاقين بدرجة مسيطرة ومن اعمار (12-14) سنة
وفي ضوء نتائج البحث فقد استنتجت الباحثة استنتاجات عدة اهمها :-
- 5- وضع أدوات بحث علمية معنية بقياس الرضا عن الحياة لدى المعاقين اعاقه بسيطة من وجهة نظر الباحثة يمكن الاعتماد عليها في قياس هذه المتغيرات .
- 6- اظهرت النتائج عدم وجود فرق حقيقي بين مجموعة من الطلاب الطبيعيين والمعاقين اعاقه بسيطة بالنسبة لممارستهم كرة السلة والرضا عن الحياة
- 7- اظهرت النتائج هناك ارتباط معنوي موجب بين الانضباط الرضا عن الحياة لدى المعاقين اعاقه بسيطة وبين استراتيجيات التعليم الخاصة بهم
- 8- وضع معادلة تنبؤية للرضا عن الحياة بدلالة الاستثارة الفكرية واخلاقيات لعبة التنس للمعاقين اعاقه بسيطة .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

ان اختيار المنهج الملائم لبحث أي مشكلة يعد من الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث على اعتبار ان مصطلح المنهج هو "الأساليب والإجراءات أو المدخل التي تستخدم في البحث لجمع مادة البيانات والوصول من خلالها إلى نتائج وتفسيرات أو التنبؤات تتعلق بموضوع البحث"⁽¹⁾ ، إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح لأن المنهج الوصفي يهدف إلى تحديد الظروف والعلاقات بين الواقع والظاهر ويهدف الأسلوب المسحي إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع لتحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغيرات عديدة⁽²⁾ ، فضلاً عن استخدامها المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي وهو ما تراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثها وتحقيق أهداف دراستها.

3-1-1 التصميم التجريبي :

توجد نماذج متعددة من التصميم التجريبية وعلى الباحث اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من الفروض ويتوقف اختيار التصميم على طبيعة الدراسة والشروط والظروف التي تجري فيها⁽³⁾ .

قامت الباحثة باستخدام التصميم التجريبي للمجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي ، وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغيرات التابع من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي بنتائج الاختبار البعدي ، حيث تم تطبيق المتغير المستقل (استراتيجية المحطات العلمية) على

(¹) يوسف افندي (وآخرون) : مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق ، ط1 : (مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ،

1999) ص74

(²) فوزي غرابية : أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ط3 ، الأردن ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص120 .

(³) إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000 ، ص112 .

المجموعة التجريبية , في حين تترك المجموعة الضابطة تعتمد على المنهج المطبق من قبل مدرسي معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة

3-2 مجتمع البحث وعينة :

أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الاعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة بأعمار (10-12) سنة للعام الدراسي (2021_2022) والبالغ عددهم (150) تلميذ وجاء اختيار (25) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة استطلاعية وبنسبة (16.6%) واختيار (90) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة بناء مقياس الرضا عن الحياة وبنسبة (60%) واختيار (30) تلميذ بالأسلوب العشوائي البسيط كعينة تجربة أساسية وشكلت ما نسبته (20%) تم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ضمت المجموعة الضابطة (15) تلميذ والمجموعة التجريبية (15) تلميذ وتم استبعاد (5) تلميذ لعدم استمرارها بالدوام والجدول (1) يبين ذلك .

الجدول (1)

يوضح توزيع مجتمع وعينات البحث

العدد الكلي	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة بناء المقياس	العينة الرئيسية		المستبعدون
			ضابطة	تجريبية	
150	25	90	15	15	5
النسب	16.6%	60%	20%		3.3%

3-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة :

تعد وسائل وأدوات البحث الوسيلة أو الأسلوب أو الآلية التي يستعملها الباحث لجمع المعطيات والأدلة وطريقة تحليلها أو هي وسيلة تنفيذ المنهج والمنهجية التي اختارها الباحث ويتحدد نوع الأدوات التي يستعملها الباحث في بحثه وعددها وشكلها بحسب نوع المادة وطبيعة موضوع البحث(1) .

3-3-1 الوسائل البحثية :

- الاستبيان
- المقابلات الشخصية
- الملاحظة
- الاختبارات والمقاييس

3-3-2 الأجهزة والأدوات المستعملة :

- كرات طائر عددها (16) .
- صافرة عددها (5) .
- ساعة توقيت عددها (5) .
- ملعب كرة طائرة .

(1) محمد شيا : مناهج التفكير وقواعد البحث ، ط2 ، بيروت ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ،

- حاسبة يدوية .
- أشرطة لاصقة .
- جهاز حاسوب (Lenovo) .
- كاميرا فيديو (sony) .

3-4 إجراءات البحث الميدانية (إجراءات تحديد المتغيرات) :

3-4-1 إجراءات مقياس الرضا عن الحياة :

لغرض قياس متغير الرضا عن الحياة لدى تلاميذ الإعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد تتطلب ذلك من الباحثة القيام ببناء مقياس الرضا عن الحياة وفق مراحل وخطوات وهي كالآتي .

3-4-1-1 تحديد الهدف والغرض من المقياس:

ان الهدف وضع أداة بحث معني بتحديد الرضا عن الحياة لدى تلاميذ معهد الامام الحسين للتوحد في محافظة كربلاء المقدسة والغرض من المقياس هو التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى كل تلميذ من أفراد المجتمع المبحوث .

3-4-1-2 تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة :

لغرض تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة قامت الباحثة بمسح المراجع والمصادر العلمية والاطلاع على النظريات التي فسرة السمات الشخصية للأفراد الذين لديه رضا عن الحياة ووجدت هناك ستة نظريات هي ابرز النظريات التي فسرة الرضا عن الحياة وهي⁽¹⁾:-

1-نظرية الاهداف : ويؤكد اصحاب هذه النظرية ان الرضا عن الحياة يرتبط بمدى تحقيق الفرد للأهداف التي وضعها والاهداف التي تنظم وتوجه سلوكه فاذا فشل في تحقيقها انعكست سلبا على حياته واثرت على رضاه عن حياته

2-نظرية الخبرة السارة : ويرون اصحاب هذه النظرية ان الفرد يحقق الرضا عن الحياة عندما تكون خبرته سارة وممتعة ويتوقف مصدر الرضا عن الحياة على طبيعة الفرد ومدى ادراكه للخبرة السارة في هذه الظروف يعد هذا الادراك مسالة نسبية تختلف من شخص لأخر

3-نظرية المقارنة الاجتماعية : ويؤكد اصحاب هذه النظرية ان الرضا عن الحياة يعتمد على مقارنة الفرد لإنجازاته وما تحقق مع انجازات الآخرين وفي حال رضاه عن تلك المقارنة فسوف يشعر بالكفاءة والجدارة وتقدير الذات والسعادة فالتفوق على الآخرين يعد من اهم مصادر الرضا عن الحياة .

4-نظرية الفجوة : ويؤكد اصحاب هذه النظرية يرتبط الرضا عن الحياة بالتوازن بين طموحات الفرد وامكانياته فالفرد يرضى عن حياته ان كانت انجازاته تحقق طموحاته او قريبه منها في حين ان وضعة لمستوى طموحة اعلى من مستوى قدراته وامكانياته وفشلة في تحقيق ذلك المستوى فسوف يؤثر على رضاه .

5-نظرية اتجاه الشخصية : ويؤكد اصحاب هذه النظرية الرضا عن الحياة هو سمة شخصية لدى الفرد وميل ثابت لديه لأدراك الاشياء والاحداث بطريقة ايجابية والاستجابة لتلك الاحداث بطريقة متسقة مع الرضا عن الحياة .

¹ - صالح حسن احمد : اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، عمان، دار صفا للنشر

6- النظرية التكاملية (لمايكل ارجايل) : يؤكد اصحاب هذه النظرية هناك جملة من العوامل التي تدخل ضمن الرضا عن الحياة وتؤثر عليه وربما تكون في بعض الأحيان هذه العوامل متداخلة فتؤثر على شخصية الفرد ، وقد تبنت الباحثة النظرية التكاملية (لمايكل ارجايل) كإطار نظري لظاهرة الرضا عن الحياة كونها أكثر واقعية في تفسير الظاهرة المبحوثة كون أبرز هذه العوامل ما فسرتة النظريات السابقة التي قدمت شيء من التفسير للرضا عن الحياة بل ان كل واحدة حملت جانب من جوانب الرضا عن الحياة وهي لم تكن شاملة .

3-4-1-2 وضع الصيغة الأولية لمقياس الرضا عن الحياة :

من المعروف إن كل مقياس يتكون من عدد من الفقرات . وتعرف الفقرة على أنها "عمل أو واجب أو سؤال مفرد لا يمكن تحليله أو تجزئته إلى وحدات اصغر أو أبسط ، وتعد الفقرة وحدة المقياس الأساسية"⁽¹⁾ . وعندما انتهت الباحثة من خطوات تحديد مجالات المقياس أصبح من الضروري أن تقوم بإعداد فقرات مقياسها وتجميعها معتمدتها بذلك على المصادر والمراجع العلمية والمقاييس السابقة وذات العلاقة .

- مقياس الرضا عن الحياة لدعاء شعبان⁽¹⁾ .

- مقياس الرضا عن الحياة لـ سوزان بنت صدقة⁽²⁾

- مقياس الرضا عن لجمال السيد تفاح⁽³⁾

- مقياس الرضا عن الحياة لحنان خوج⁽⁴⁾

وتعد عملية إعداد فقرات المقياس من أهم الخطوات ، فضلا عن ضرورة توافر شروط معينة لدى مصمم المقياس ، وهي التمكن من المادة العلمية المتخصصة والمتعلقة بالموضوعات المراد قياسها ، فضلا عن معرفة الطرائق المختلفة بكتابة المفردات حتى يستطيع أن يختار منها ما يناسب هدف الاختبار ، والطلاقة اللغوية وسهولة التعبير بلغة بسيطة ، وأن تكون له القدرة على تطوير وأبتكار المواقف التي يتمكن من خلالها قياس القدرة أو السمة المراد قياسها⁽²⁾ .

ومن الضروري العمل على إعداد فقرات المقياس في وقت مبكر لان ذلك يمنح المصمم الفرصة الكافية لمراجعتها وتعديلها إذا لزم الأمر ، كما انه من المستحسن القيام بإعداد عدد اكبر مما يلزم من الفقرات ، ليتبقى منها عدد كافٍ يغطي ما هو مطلوب فيما لو جرى حذف بعضها أو استبعاده لسبب أو لآخر .

(1) صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم التربوي: (بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ، 2001) ، ص 47 .

(1) دعاء شعبان :الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الاسرى المحررين المبعدين الى قطاع غزة رسالة ماجستير ،كلية التربية ،الجامعة الاسلامية في غزة .

(2) سوزان بنت صدقة :التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى الطالبات بمكة المكرمة ،مركز الرشاد النفسي ،مجلة الارشاد النفسي ، السعودية ، ع 28، اذار ، 2011،

(3) جمال السيد تفاح :الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المسنين ،جامعة الإسكندرية ، مجلة كلية التربية ، مجلد 9 ، ع 3 ، 2009

(4) حنان خوج :معنى الحياة وعلاقتها بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالسعودية ، مجلة جامعة ام القرى للعلوم النفسية والتربوية ،م 3، ع 2011، 3

(2) ممدوح عبد المنعم الكنانى وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي : (بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995) ، ص 140 .

من أجل جمع وإعداد وصياغة عدد مناسب من الفقرات المعنية بقياس الرضا عن الحياة لدى تلاميذ الإعاقة البسيطة بأعمار (10 - 12) في معهد الامام الحسين للتوحد سعت الباحثة إلى صياغة (55) فقرة معنية بقياس مجالات الرضا عن الحياة ينظر ملحق (3) بواقع (11) فقرة لكل مجال من مجالات مقياس الرضا عن الحياة وهي (مجال السعادة في الحياة ، مجال التقدير الاجتماعي ، الطمأنينة عن الحياة ، مجال الحياة الصحية ، مجال التفاعل الديني) بعدها عرضت هذه الفقرات على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين ينظر ملحق (4) في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم والتعلم الحركي لغرض تقييمها والحكم على صلاحية كل فقرة في قياس ما وضعت من أجل قياسه مع إبداء الملاحظات اللازمة إذا تطلب الأمر فضلاً عن إبداء الرأي حول صلاحية بدائل الإجابة (الثلاثية) (دائماً ، أحياناً ، أبداً) المقترحة من قبل الباحثة وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات وتحليل آراء الخبراء والمختصين ، اقترحوا حذف

تغير قسم من الفقرات أما لتكرارها في المعنى مع فقرات أخرى أو انها لا تصلح لقياس ما وضعت من أجله وتعديل القسم الآخر وكذلك اقترحوا على ان تكون بدائل الإجابة ثلاثية المقترحة (دائما ، احيانا ، ابدا) .

وعلى ضوء ذلك تم أخذ بآراء الخبراء والمختصين حول اعتماد بدائل الإجابة الثلاثية الخاصة بمقياس الرضا عن الحياة تم تعديل قسم من الفقرات وحذف القسم الآخر ، ومن خلال استخدام اختبار (كا2) حول صلاحية الفقرات والإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (75%) من الخبراء فأكثر والذي تكون فيه قيمة (كا2) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) إذا استبقت (45) فقرة معنية بقياس مجالات الرضا عن الحياة لدى تلاميذ الاعاقة البسيطة بأعمار (10 - 12) سنة وكما مبين في جدول (2) .

الجدول (2)

يبين آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية فقرات مجالات مقياس الرضا عن الحياة

الدالة الإحصائية	قيمة كا2		عدد الخبراء				عدد الفقرات	تسلسل الفقرات	المجالات
	الجدولية	المحسوبة	النسبة المئوية	غير الموافقون	النسبة المئوية	الموافقون			
معنوية		15	0	0	100%	15	9	1_2_3_4_5_6_7_8_10_11	السعادة في الحياة
غير معنوي		1.66	31.25%	5	66.66%	10	2	3_9	
معنوي		15	0	0	100%	15	9	1_2_3_4_5_6_7_8_9_11	التقدير الاجتماعي
غير معنوي		3.26	44%	7	73.33%	11	2	5_10	
معنوي		15	0	0	100%	15	9	1_2_3_4_5_6_7_8_9_10	الطمأنينة عن الحياة
غير معنوي		1.66	31.25%	5	66.66%	10	2	4_11	
معنوي		15	0	0	100%	15	8	1_2_3_4_5_6_7_8_10	الحياة الصحية
غير معنوي		3.26	44%	7	73.33%	11	3	5_9_11	
معنوي		15	0	0	100%	15	10	1_3_4_5_6_7_8_9_10_11	التفاعل الديني
غير معنوي		3.26	44%	7	73.33%	11	1	2	

بعدها عرض المقياس على الخبير اللغوي(*)1لتعديل صياغة الفقرات وبما لا يتعارض مع سلامتها اللغوية .

3_5 التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء تجربة استطلاعية في يوم الاثنين المصادف 2022/1/10 في قاعة معهد الامام الحسين للتوحد على

(25) تلميذ للتعرف على:-

- مدى ملائمة الوحدات التعليمية لاستراتيجية المحطات العلمية لعينة البحث من حيث المحتوى النظري والعملي .
- التعرف على مدى إمكانية التلاميذ لتحقيق أهداف الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية في الرضا عن الحيات من جهة وإمكانية وتعلم المهارات وملاحظتها من جهة أخرى .
- مدى ملائمة الملاعب والتجهيزات المختلفة لتطبيق التجربة الأساسية .

3_6 أعداد الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية :

اعتمد تحسين سلوك التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة على استراتيجية المحطات العلمية ، وبعد اطلاع الباحثة على عدد من المصادر والمراجع والأدبيات التي تناولت استراتيجية المحطات العلمية بالدراسة والبحث وفي ضوءها تم تحديد خطوات تنفيذ استراتيجية المحطات العلمية التي تم أتباعها في تنفيذ الوحدات التعليمية لتحسين سلوك التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وكما يأتي :

3- يُعد تغيير شكل الصف الدراسي إلى طاولات تمثل كل منها محطة تعليمية يمارس فيها المعاقين اعاقة بسيطة أنواع من التعلم وهي بيئة صفية تثير دافعية التلاميذ ، وخاصة عن طريق تنوع الأنشطة التي يمارسها المعاقين اعاقة بسيطة في كل محطة من المحطات العلمية، وحاولت الباحثة استخدام استراتيجية المحطات العلمية لتحسين مستوى الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى المعاقين اعاقة بسيطة .

4- إعداد دليل للمعلم يحتوي على صورة متكاملة لأدوار المعلم، ومسؤولياته أثناء تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام استراتيجية المحطات العلمية، وقد روعي في هذا الدليل مقدمة تشمل فكرة عن استراتيجية المحطات العلمية، وشرح لطبيعة كل محطة من المحطات العلمية التي تستخدم في كل درس ، الأهداف العامة للوحدة التعليمية، والأهداف السلوكية الخاصة بكل درس ، صياغة الأهداف العامة والسلوكية للوحدة وإن تحديد الأهداف يساعد على وضوح الرؤية، فأى عمل ناجح لابد من أن يكون موجهاً نحو تحقيق أهداف محددة، وإلا أصبح هذا العمل نوعاً من المحاولة والخطأ التي تعتمد على العشوائية والارتجال، وفي هذا ضياع للوقت والجهد والمال، ولذلك، تم وضع الأهداف العامة للوحدات كما هو وارد في تصنيف بلوم "Bloom" للأهداف التربوية إلى، أهداف معرفية، أهداف وجدانية، وأهداف مهارية (نفس حركية).

1- قدمت الباحثة درس نظري عن استراتيجية المحطات العلمية بالاشتراك مع مدرس المادة والدرس استغرق (35) دقيقة ، تم التطرق فيها على كيفية العمل من خلال تقسيم التلاميذ إلى محطات صغيرة .

2- قدمت الباحثة درس نموذجي عملي عن مهارات الكرة الطائرة وطرح اسئلة للتلاميذ ومناقشتهم والإجابة على أسئلتهم الخاصة بمكونات كل مهارة .

3_7 التجربة الأساسية :

بعد استكمال إجراءات تحديد المتغيرات التابعة من خلال بناء مقياس الرضا عن الحياة وتحديد بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة بأعمار (10-12) سنة من خلال اعتماد مجموعة من الاختبارات لقياس دقة وتقييم الأداء الفني للمهارات المعنية بالدراسة والبحث قامت الباحثة بتنفيذ تجربتها الأساسية وهي كما يأتي :

* أ.م.د ساهرة عليوي ، لغة عربية ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء .

3-7-1 القياس القبلي :

باشرت الباحثة بأجراء القياس القبلي على أفراد العينة الأساسية من تلاميذ الاعاقة البسيطة بأعمار (10-12) في معهد الامام الحسين للتوحد والبالغ عددهم (30) تلميذ في يوم الاحد المصادف 2022/1/23 لمتغير الرضا عن الحياة ويومي الاثنين والثلاثاء 2022/1/25-24 لاختبارات المهارات الاساسية بالكرة الطائرة الحصول على البيانات وتدوينها في استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها إحصائياً والكشف عن تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث .

3-7-1-1 تجانس عينة البحث :

لغرض التأكد من تجانس أفراد العينة الأساسية فيما بينهم في بعض المتغيرات الدخيلة التي ترى الباحثة أنها قد تؤثر مع المتغير المستقل في تطوير المتغيرات التابعة قامت باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بـ (الوسط الحسابي , المنوال , خطأ المعياري , الانحراف المعياري , معامل التواء) وكما مبين ضمن الجدول (3) .

الجدول (3)

يبين تجانس أفراد العينة الأساسية في بعض المتغيرات قيد الدراسة والبحث

ت	الاختبارات	وحدة القياس	وسط حسابي	الوسيط	انحراف المعياري	خطأ معياري	معامل التواء
1	الطول	سم	147.23	148.00	5.64	1.03	-0.66
2	الكتلة	كغم	44.57	43.00	6.36	1.16	0.26
3	العمر	شهر	134.90	136.00	4.16	0.76	-0.81
4	الرضا عن الحياة	درجة	72.50	71.00	10.32	1.88	-0.04
5	تقييم الأرسال من الأسفل	درجة	2.20	2.00	0.71	0.13	-0.32
6	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.20	2.00	0.61	0.11	-0.12
7	تقييم الأعداد من الأسفل	درجة	1.97	2.00	0.67	0.12	0.04

من خلال الجدول (3) يبين تجانس عينة البحث عند كل من المتغيرات الدخيلة بعض (متغيرات النمو) والمتغيرات التابعة المعنية بالدراسة والبحث حيث أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لبيانات القياس القبلي ان قيم معامل الالتواء ولجميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا يؤكد توزيعها بشكل اعتدالي وانها قريبة من التوزيع الطبيعي .

3-7-1-2 تكافؤ مجموعتي البحث :

لغرض الكشف عن تكافؤ مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة سعت الباحثة إلى استخراج قيم (الأوساط الحسابية , الانحراف المعيارية) لأفراد المجموعتين ولجميع المتغيرات المدروسة والمعنية بالتحسين والتعلم والمتمثلة بالرضا عن الحياة وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أوضحت نتائج التحليل الإحصائي عشوائية الفروق بين الوسطين الحسابين ولجميع المتغيرات مما يؤكد تكافؤ المجموعتين عند كل المتغيرات وكما مبين ضمن الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين تكافؤ مجموعتين البحث (الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة
---	-----------	-------------	--------------------	------------------	-----------------	---------------

		وسط	انحراف	وسط	انحراف		
1	قياس الطول	سم	146.93	5.48	147.53	5.96	-0.29
2	قياس الوزن	كغم	44.20	6.90	44.93	5.99	-0.31
3	العمر	شهر	133.93	4.03	135.87	4.19	-1.29
4	الرضا عن الحياة	درجة	72.27	11.45	72.73	9.45	-0.12
5	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	2.27	0.80	2.13	0.64	0.50
6	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.13	0.64	2.27	0.59	-0.59
7	تقييم أداء الاعداد	درجة	1.87	0.64	2.07	0.70	-0.81

يتبين من الجدول (4) ان افراد عينة البحث ومن المجموعتين الضابطة والتجريبية متجانسين في بعض متغيرات النمو المتمثلة بالطول والوزن والعمر) والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة وهذا ما اثبتته نتائج قيم اختبار (t) لان مستوى الدلالة المعنوية اكبر من (0.05) وهذا يشير الى عشوائية الفرق بين نتائج اختبارات افراد المجموعة التجريبية وافراد المجموعة الضابطة وانهما بمستوى واحد عند جميع المتغيرات المعنوية بالدراسة والبحث .

3_8 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات في المواضيع التالية :

- معادلة الاهمية النسبية .
- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الخطاء المعياري .
- الارتباط البسيط (بيرسون) .
- اختبار (كا2) .
- اختبار (T) للعينات المترابطة .
- اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد .
- المنوال .
- معامل الالتواء .
- اختبار (F) التجانس
- معادلة (سبرمان - براون) لتصحيح الثبات .

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد عينة البحث :

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعديّة) والتي مكنت الباحثة من الحصول على الدرجات الخام لمقياس الرضا عن الحياة والدرجات الخاصة بتقييم اداء التلاميذ بأداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة ، وتحقيقا لهدف الدراسة الثالث المتضمن (التعرف على تأثير استراتيجيات المحطات العلمية في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية لدى التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة) سعت الباحثة معالجة بيانات افراد عينة البحث ومن

المجموعتين (التجريبية والضابطة) احصائيا من خلال استخدام اختبار (t) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الهدف والتعرف على دلالة الفرق بين الاوساط الحسابية للقياس القبلي والاوساط الحسابية للقياس البعدي وكما يأتي :

4-1-1 عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها :

لكي تتمكن الباحثة من التعرف على دلالة الفرق بين القياسات القبليّة والبعديّة لدى أفراد المجموعة الضابطة من تلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة في معهد الامام الحسين للتوحد سعت إلى معالجة بيانات القياسين إحصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات وعند متغيرات (الرضا عن الحياة وتقييم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة المتمثلة بمهارة الارسل من الاسفل ومهارة استقبال الارسل ومهارة الاعداد) بعدها قامت باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) وكما مبين وضمن الجدول (5) .

الجدول (5)

يبين الفرق بين القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة الضابطة في المتغيرات المبحوثة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة T	الدلالة الإحصائية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف			
1	الرضا عن الحياة	درجة	72.73	9.45	74.73	6.27	2.00	0.86	0.41
2	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	2.13	0.64	3.47	0.99	1.33	1.64	0.05
3	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.27	0.59	3.13	0.74	0.87	1.17	0.07
4	تقييم أداء الاعداد	درجة	2.07	0.70	3.07	0.80	1.00	1.42	0.06

من خلال الجدول (14) يتبين إن هناك تبايناً واختلافاً بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات الرضا عن الحياة وتقييم أداء مهارة الارسل من الاسفل وتقييم مهارة استقبال الارسل وتقييم مهارة الاعداد لدى أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الرضا عن الحياة في القياس القبلي وعلى التوالي (72.73) و(9.45) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي فبلغت (74.73) و (6.27) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المترابطة أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (0.86) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين ، فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم مهارة الارسل من الاسفل في القياس القبلي وعلى التوالي (2.13) (0.64) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (3.47) (0.99) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (1.64) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين .

فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم مهارة استقبال الارسال في القياس القبلي وعلى التوالي (2.27) (0.59) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (3.13) (0.74) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (1.17) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم مهارة الاعداد في القياس القبلي وعلى التوالي (2.07) (0.70) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (3.07) (0.80) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (1.42) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.210) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد عدم وجود فرقاً معنوياً بين الوسطين الحسابيين .

وترى الباحثة ان الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس معهد الامام الحسين للتوحد مع التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة ليس له تأثير معنوي في تنمية الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة وهذا يؤكد ان المنهج المستخدم لا يتضمن توجيهات تنمي وتعالج سلوكيات وافكار عدم الرضا عن الحياة فضلاً عن عدم تضمنه إعطاء حرية للتلاميذ في ممارسة التعبير عن الري والتتمية الذاتية مما يسهم في تحسين السمات الشخصية والتفائل وحب الحياة . وتعزو الباحثة عدم تعلم افراد المجموعة الضابطة للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة إلى نوع الأسلوب التدريسي المعتمد من قبل المدرس والى عدم الاهتمام بالتركرارات المناسبة لتعلم المهارات الرياضية التي رافقت الوحدات التعليمية المعتمدة من قبل المدرس فضلاً عن الأخذ بعين الاعتبار قابليات وامكانيات التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة وما يتمتعون به من قابليات ضعيفة مقارنة بأقرانهم الاصحاء مع عدم تكرار التمارين بصورة مستمرة وكذلك التدرج في مستوى الصعوبات للمهارات والتي تضمن الأداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما أشار فيه (نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي 2000) "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم والاكساب كما ان التدريب المنتظم عامل أساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وإتقانها"⁽¹⁾ .

4-1-2 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :

لكي تتمكن الباحثة من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية سعت إلى معالجة البيانات إحصائياً واستخراج قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لبيانات القياسين (القبلي والبعدي) وعند المتغيرات (الذات الأكاديمية , التحصيل المعرفي) بعدها قامت باستخدام اختبار (T) كوسيلة إحصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل إن الفروق التباينات راجعة إلى اختلاف حقيقي بين استجابات التلاميذ في مقياس الرضا عن الحياة وانجاز مهارات الارسال من الاسفل واستقبال الارسال والاعداد بالكرة الطائرة أو إلى المصادفة والجدول (15) يبين ذلك .

جدول (5)

يبين الفرق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية في المتغيرات المبجوة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			وسط	انحراف	وسط	انحراف			
1	الرضا عن الحياة	درجة	72.27	11.45	98.80	4.23	26.53	8.67	0.00

(1) نجاح مهدي شلش , أكرم محمد صبحي : التعلم الحركي , جامعة الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , 2000 , ص 129-120 .

2	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	2.27	0.80	6.13	1.60	3.87	8.47	0.00
3	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	2.13	0.64	5.53	1.41	3.40	8.04	0.00
4	تقييم أداء الاعداد	درجة	1.87	0.64	5.33	1.63	3.47	7.12	0.00

من خلال الجدول (15) يبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الرضا عن الحياة ومهارة الإرسال ومهارة استقبال الإرسال ومهارة الاعداد إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الرضا عن الحياة في القياس القبلي وعلى التوالي (72.27) (11.45) أما في القياس البعدي فقد بلغت (98.80) (4.23) وهذا يشير إلى إن هناك تباين واختلاف بين الوسطين الحسابي وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه الفروق باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد أظهرت إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.67) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)

فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لتقييم أداء الإرسال من الاسفل في القياس القبلي وعلى التوالي (2.27) (0.80) أما في القياس البعدي فقد بلغت (6.13) (1.60) وهذا يشير إلى إن هناك تباين واختلاف بين الوسطين الحسابي وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه الفروق باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد أظهرت إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.47) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) فيما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لتقييم أداء استقبال الإرسال في القياس القبلي وعلى التوالي (2.13) (0.64) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (5.53) (1.41) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (8.04) اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم أداء الاعداد في القياس القبلي وعلى التوالي (1.87) (0.64) أما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس البعدي فقد بلغت (5.33) (1.63) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة والبالغة (7.12) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.120) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) .

وهذا يؤكد ان هناك تأثير معنوي لاستراتيجيات المحطات العلمية في تحسين سلوكيات التلاميذ نحو الرضا عن الحياة وتعلم مهارات الإرسال واستقبال الإرسال والاعداد بالكرة الطائرة ، لما تحتوي الوحدات التعليمية من مشاركات وانشطة ترويجية وتمرينات وفنيات ساهمت في تقدير الشخص لنفسه وقابلياته ومهاراته والقناعة الذاتية لقابلياته وتقبله لحياته ، فضلا عن زيادة السعادة كونها حالة وجدانية للفرد وهي انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة والاستقرار النفسي وتنمية الاستقلالية وهي تقدير مصير الذات وغرس روح الثقة بالنفس وحب الذات والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي ،وترى الباحثة ان ما تضمنته الوحدات التعليمية وفق استراتيجية المحطات التي راعت فيها الباحثة اهم العوامل المؤثرة في مجالات الرضا عن الحياة والمتمثلة بمجال السعادة في الحياة والتقدير الاجتماعي ولاطمئنانيه عن الحياة والحياة الصحية والتفاعل الديني .

ترى الباحثة سبب هذا التغير في استجابات التلاميذ ومهاراتهم لكافة متطلبات التعلم خلال الوحدات التعليمية لاستراتيجية المحطات العلمية باعتباره أهم الوسائل الفعالة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الأهداف كما أشار (طلعت حسن 1981) "ان مشاركة التلاميذ في العمل والمسؤولية هام جدا لان بجانب الواجبات التنظيمية التي تلقي على عاتق التلميذ وعليه ان تستعمل المسؤوليات الشخصية والتربوية كقدرة الفرد على تنمية قدراته وامكانياته الشخصية وتحمل المسؤولية لضمان الأمان

وان يكون للفرد هدف في حياته ورؤيه توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابر والاصرار وعلى المدرس متابعة تحقيق المستويات ومساعدة التلميذ ويجب ان تناسب المسؤوليات الملقاة مع الامكانيات⁽¹⁾.

وتعزو الباحثة التحسن في سلوكيات التلاميذ في الرضا عن الحياة أن هناك مجموعة من الظروف الاجتماعية والبيئية تؤدي بالتلميذ ذوي الاعاقة البسيطة إلى أن يعد نفسه (كفئاً ومنجزاً) ومتعدد المواهب عندما يولد لديه هذا المفهوم صاحبه شعور عالي في تقدير الذات والنمو الشخصي والعلاقة الايجابية مع الآخرين فضلا عن أساليب التنشئة الاجتماعية ، يمكن تفسير ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة ان التلميذ ذوي الاعاقة البسيطة قد حقق قدرا من النضج العقلي والمعرفي والاجتماعي والاخلاقي وهذا النضج يبسر له رؤية الحياة من زاوية واسعة فيميل الى التحرر من نظرة الاعاقة والنقص المصاحبة له الى النظرة الاجتماعية التي تأخذ بنظر الاعتبار مشاعر وأحاسيس القدرة على التواصل والثقة والمودة وبالنتيجة فان السلوك الناجم عن هذه النظرة يحقق حالة الهناء الشخصي او الرضا عن الحياة فضلا عن ان وصول التلميذ ذوي الاعاقة الى نهاية الدراسة الابتدائية يعني انه قد حقق رغبه في الحياة وهذا الامر يشعره بذاته وكيانه وشخصيته، فضلا عن ان الحياة المدرسية وما يتضمنها من علاقات غنية من شأنها ان تساعد التلميذ المعاق على تكوين مفهوم ذات واقعي من خلال مقارنة نفسه بزملائه الآخرين ذوي الاعاقة مما يؤدي الى تحسن توافقه النفسي والاجتماعي وهذا ما اكده (فهيمي مصطفى الزيات 2009) " بأن القدرة على التضحية وخدمة الآخرين من اهم سمات الشخص المتمتع بالتوافق النفسي والاجتماعي والصحة النفسية وقدرته على ان يبذل ويعطي وينتج ، فالشخصية المتوافقة هي التي تسهم في خدمة الانسانية عامة لتحقيق السعادة لأكبر عدد ممكن من الناس ، يضاف الى ذلك ان التوافق هو قدرة الفرد على اقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة مع الآخرين تتسم بميلان الفرد للحب والعطاء والتعاون"⁽²⁾ ، وما اشار اليه (فخري عبد الهادي) في دراسته " إذ بين إن الاشخاص المتوافقين نفسياً واجتماعياً يمتلكون خصائص معينة كحب الآخرين والاندماج والتفاعل معهم والرغبة في تقديم العون والمساعدة لهم"⁽³⁾ .

وتعزو الباحثة تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة ان هناك تأثيراً معنوياً لاستراتيجية المحطات العلمية في تعلم المهارات والمطابقة من قبل الباحثة لما تحتوي الوحدات التعليمية من تدريبات وتمارين وتكرارات تعمل على تنشيط اكبر عدد من العضلات لدى التلاميذ ساهمت في تطوير مستوهم بالكرة الطائرة . إذ تشير المصادر أن استراتيجية المحطات العلمية تساعد الطالب المعلم بالتدريس على تعلم مهارة معينة كونها طريقة تدريس ينتقل فيها التلاميذ في مجموعات صغيرة عبر سلسلة من المحطات مما يتيح للمتعلمين تأدية كل الأنشطة المختلفة عبر التناوب على المحطات المختلفة، ويمكن للمحطات أن تدعم تدريس المفاهيم المجردة، فضلاً عن المفاهيم التي تحتاج إلى قدر كبير من التكرار، ويمكن للمحطات أن تغطي مفهوم واحد، أو عدة مفاهيم في تدريس درس محدد لأهداف (هدف أو هدفين) في محاولة إتقان مهاراته وتحسين أدائه⁽⁴⁾ .

وان الوحدات التعليمية باستراتيجية المحطات العلمية الذي استطاعت رفع مستوى تعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من خلال القدرة على التنمية والتفكير وهو ما اشارت اليه (عنايات فرج ، فاتن البطل 2004) ان درجة التغير في التحصيل يتوقف على طبيعة الموقف الذي يحصل فيه الشخص على المعلومات والتمارين وعلى مصدرها وأسلوبها ودرجتها وتوافقها مع امكانيات المتعلمين"⁽⁵⁾ .

(1) طلعت حسن عبد الرحيم : علم النفس الاجتماعي المعاصر ، ط3 ، القاهرة ، دار الثقافة للطباعة والنشر ، 2008 ، ص112 .

² - فتحى مصطفى الزيات : علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات ، ط3 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 2009 ، ص205

³ - فخري عبد الهادي : علم النفس المعرفي ، ط1 ، عمان ، دار اسامة ، 2010 ، ص117

(3) فادية ديمتري يوسف : التدريس دليل التدريب الميداني ، ج1 ، ط4 ، المنصورة ، دار الأصدقاء للطباعة ، 2010 ، ص27 .

(2) عنايات فرج ، فاتن البطل : التمرينات الإيقاعية (والجماز الإيقاعي) والعروض الرياضية ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2004 ،

ص278-279 .

4-2 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها :

تحقيقاً لهدف الدراسة الرابع المتضمن (التعرف على افضلية التأثير بين استراتيجيات المحطات العلمية والمنهج المعتمد من قبل المدرس في الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لتلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة) سعت الباحثة إلى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لبيانات أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس البعدي واستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض واستخراج قيمة (T) المحسوبة التي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها بقيمتها الجدولية والجدول (6) يبين ذلك .

جدول (6)

يبين الفرق في القياس البعدية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المبجوة

ت	الإحصائيات المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T	الدالة الإحصائية
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	الرضا عن الحياة	درجة	74.73	6.27	98.80	4.23	12.32	0.00
2	تقييم أداء الإرسال من الاسفل	درجة	3.47	0.99	6.13	1.60	5.49	0.00
3	تقييم أداء استقبال الإرسال	درجة	3.13	0.74	5.53	1.41	5.84	0.00
4	تقييم أداء الاعداد	درجة	3.07	0.80	5.33	1.63	4.83	0.00

من خلال الجدول (6) يبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط والانحرافات المعيارية في القياس البعدية بين أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الرضا عن الحياة لإفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (74.73) (6.27) بينما بلغت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الذات الأكاديمية لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (98.80) (4.23) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (12.32) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤشر إن هناك فرقا معنويا بين القياسات البعدية بين أفراد المجموعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر قيمة وسطهم الحسابي في المقياس المعني بقياس الرضا عن الحياة .

كما تبين إن هناك تباين واختلاف بين قيم الأوساط والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية بين أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم الإرسال لإفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.47) (0.99) بينما بلغت قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم الإرسال لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (6.13) (0.99) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (5.49) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤشر إن هناك فرقا معنويا بين القياسات البعدية بين أفراد المجموعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر قيمة وسطهم الحسابي في تقييم مهارة الإرسال .

وبلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي لتقييم مهارة استقبال الإرسال لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.13) (0.74) وبلغت قيمة الوسط والانحراف في القياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (5.53) (1.41) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (5.84) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤكد إن هناك فرقا معنوية بين الوسط الحسابي ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر وسطهم الحسابي في تقييم مهارة استقبال الإرسال .

بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي لتقييم مهارة الاعداد لأفراد المجموعة الضابطة وعلى التوالي (3.07) (0.80) وبلغت قيمة الوسط والانحراف في القياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية وعلى التوالي (5.33) (1.63) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد أظهرت النتائج إن قيمة (T) المحسوبة البالغة (4.83) هي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) وهذا يؤكد إن هناك فرقا معنوية بين الوسط الحسابي ولصالح أفراد المجموعة التجريبية لكبر وسطهم الحسابي في تقييم مهارة الاعداد .

ومن واقع نتائج التحليلات الإحصائية لبيانات القياس البعدي لإفراد المجموعتين الضابطة الذي اعتمدت الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس معهد الامام الحسين للتوحد والتجريبية التي استخدمت معها الباحثة استراتيجيات المحطات العلمية ، فقد أشارت نتائج التحليلات الإحصائية إلى وجود فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وفي المتغيرات المبوثة (الرضا عن الحياة وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة) وتعزو الباحثة سبب افضلية افراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية استراتيجيات المحطات العلمية المستخدمة مع تلاميذ المجموعة التجريبية من خلال تكوين مجموعات صغيرة من التلاميذ من (4-6) تلميذ عبر سلسلة من المحطات التي تتيح لهم القيام بأنشطة تعليمية واجتماعية مختلفة تهدف الى تحقيق التعلم وزيادة الدافعية وتشجع الممارسة والتفكير والابداع مما ساعد التلاميذ على استخدام المعرفة الوجدانية او الحكم المعرفي الذي يرتبط بالانفعالات الايجابية السارة والذي يمثل تقويم الفرد للرضا العام عن الحياة والبيئة الاجتماعية وتكوين العلاقة الايجابية مع الاخرين والقدرة على التواصل والثقة والمودة معهم وتشجيع النمو الشخصي او الهناء من خلال حث التلاميذ على تنمية قدراتهم وامكانياتهم لأثرء حياتهم.

وتعلل الكثير من الدراسات "بان الانسان يسعى دائما للحصول على الدعم والتشجيع لتحقيق الاستحسان والمركز الاجتماعي المحترم وان كان الدافع لهذه لا يرتبط بالحاجات الاجتماعي والاقتصادية، فالفرد يسعى للاحترام وهو بحاجة الى التقدير، فيفخر بمؤهلاته وتحقيق طموحه، وبإشباع هذه الحاجة تتحقق للفرد الصحة النفسية والقدرة على مواجهه ضغوط الحياة" (1) ، وهذا يؤكد تمتع افراد المجموعة التجريبية باتجاه ايجابي نحو حب الحياة والبيئة الاجتماعية تعزو الباحثة هذا الى مدة تطبيق استراتيجيات المحطات العلمية التي وفرت لهم ظروف بيئية ملائمة ساهمت في زيادة الرغبة والاندفاع لدى التلاميذ ذوي الاعاقة في التعبير عن اهتماماتهم وسعيهم في تحقيق ما يصبون اليه من اهدافهم وامتلاكهم الثقة العالية بأنفسهم بان لديهم القدرة والقابلية في النجاح في حياتهم ، وبما ينسجم ويدعم الخصائص النفسية الايجابية لان ما تلقاه التلاميذ من معرفة وتعلم لمهارات اللعب الرياضية المختلفة ومهارات الكرة الطائرة وطرق لعبها وتعليمها المتنوعة وكيفية ادائها والمنافسة مع الزملاء المعاقين برز دورها في الجوانب النفسية والاجتماعية

وترى الباحثة بأنه لا بد وأن يتصف التلاميذ ذوي الاعاقة البسيطة بالجانب المعرفي للألعاب الرياضية التي تجعله تلميذ مجداً في إنجاح عملية التربوي والتعليمي وخاصة ما يمتلكه من مستويات معرفية وثقافية وهذا بحد ذاته يبين أن هناك مستويات معرفية وثقافية تتباين فيما بينها من تلميذ إلى آخر، ومن ثم فإن المواقف التربوية والتعليمية التي تتطلب قدرة عالية في تفسيرها وتحليلها تحتاج إلى قدرات معرفية تتميز من حيث سرعة الاستجابة دون تردد ، كما تبين مدى الخبرة والتميز اللذان يعكسان

¹ - مها اسماعيل (وآخرون) : الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية ، الاسكندرية ، مركز الكتاب ، 2006 ، ص 287 .

ذكاء المدرسين القائمين على تعليم التلاميذ ذوي الإعاقة ، لان المعرفة هي "مجموعة متباينة من الاستعدادات والقدرات العقلية مثل الدراسة والفهم والإدراك والتخيل والتذكر والتذكير لذلك فإن الناتج تعد المحصلة النهائية للاكتساب والتحصيل وتكوين المفاهيم، والتكوينات الذهنية كما تمثل المعرفة الجانب العقلي في الشخصية الإنسانية"⁽¹⁾، إذ إن " للجانب المعرفي لمدرسي في المدار والمعاهد لذوي الاحتياجات الخاصة والمعاقين انعكاساً مباشراً على شخصية التلميذ الذي يُعد من أهم المقومات الأساسية لنجاح عمله واكتساب المادة العلمية والمبادئ التربوية بثقة عالية وأن يكون التلميذ على دراية بنمط تفكيره عند أداء مهمات تفكيرية ، ومن ثم استعمال تلك الدراية في التحكم بما يؤديه"⁽²⁾ .

وترى الباحثة تثبيت الأداء الصحيح للمهارات من قبل تلاميذ المجموعة التجريبية وتجاوز الأخطاء فضلاً عن تعرف التلميذ على حقيقة تفاعله مع التلميذ الزميل في الدرس من خلال استخدام المحطات التعليمية ، وبالتالي كونت لديه اتجاهات ايجابية ساعدته في تعلم الأداء للمهارة ، ومحاولة تجاوز الأخطاء ، مما عزز الثقة لدى التلميذ ، وتتفق مع ما أشار إليه (Scotte 2000) ان ثقة التلميذ سوف تزداد من خلال تفاعل التلميذ مع زملائه التلاميذ في جلسات المحطات العلمية، حيث ظهر تحسن ملحوظ في اكتساب الثقة بالنفس وانعكاس ذلك على الأداء وتقييم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة⁽³⁾ .

إذ ظهر جلياً تفوق تلاميذ المجموعة التجريبية الذين استخدموا المحطات العلمية على تلاميذ المجموعة الضابطة الذين استخدموا الطريقة المتبعة من قبل المدرس في المعهد ، من خلال ادائهم مع زملائهم في المحطات العلمية مما عزز الأداء الصحيح من خلال التفاعل والاندماج مع الزملاء في المجموعة التي وقع فيها التلميذ تصحيح حالات الخلل التي تحدث ، ولاسيما عند تدريس التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .

وهذا ما أكدته (عبد السلام) بأن طرائق وأساليب التدريس الجيدة تثير اهتمام التلاميذ وتدفعهم للتعلم وتشويقهم للمعرفة ، كما انها تدفعهم للمشاركة مع المعلم ، وتراعي الفروق الفردية ، وتساعد في تحقيق أهداف المنهج ، وتتفق مع طبيعة النشاط العقلي للتلميذ"⁽⁴⁾ .

ويشير (Brown) ان التدريس باستراتيجية المحطات العلمية له آثاره الايجابية لكونه عبارة عن حلقة ومجاميع صغير للتدريس التي تتضمن ست خطوات وهي (التخطيط ، التدريس ، المشاهدة) وفي كل حلقة يتم التدريس على مهارة تدريسية واحدة⁽⁵⁾ . وكذلك تعزو الباحثة التطور في بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة إلى التمارين التي استخدمتها خلال الوحدة التعليمية أثناء تطبيق استراتيجية المحطات العلمية ، حيث تتميز التمرينات بعدم خطورتها على التلاميذ واقتنائها بالكثير من أنواع الأنشطة الحركية الأخرى ، كما أنها لا تحتاج إلى إمكانيات وأدوات خاصة وإلى مكان معين بالإضافة إلى إمكانية ممارستها لأكثر عدد ممكن من الأفراد في وقت واحد ، ولا تتطلب قدراً عالياً من القدرات والاستعدادات والمواهب الخاصة⁽⁶⁾ . وفي هذا الصدد يشير

¹ - ليلي سيد فرحات: القياس المعرفي الرياضي ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص11.

² - وصفي عصفور: التدريس الصريح لمهام التفكير، مجلة المعلم/الطالب، مجلة نصف سنوية تصدرها دائرة التربية والتعليم العدان(4,3)، عمان، معهد التربية التابع للأونروا اليونسكو، 1999، ص25 .

⁽¹⁾ Scotte, B.A Enhancing student trust through peer – assessment in physical education , Journal of Physical Education , vol. 58 , 2000 , p. 232.

(1) عبد السلام مصطفى : أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم ، المنصورة ، أياك كوبي سنتر ، 2000 ، ص70-71 .

(2) اولفير جيمس : التعلم وسيلة للارتفاع بمستوى التدريس ، (ترجمة) محمد عبد الغني ، ط1 ، الكويت ، دار البحوث العلمية ، 1978 ، ص18 .

(3) عطيات محمد خطاب : التمرينات للبنات ، ط8 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1997 ، ص23 .

(محمد حسن علاوي ، 2001) "إن وضع الأهداف للمتعلم يؤدي إلى زيادة دافعية ومحاولة بذل الجهد للتغلب على ما يعترضه من صعاب وعقبات ويمنحه المزيد من الحماس والمثابرة ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل"⁽¹⁾ .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- 1- وضع أداة بحث معنية بقياس وتحديد الرضا عن الحياة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة بأعمار (10-12) في معهد الامام الحسين للتوحد .
- 3- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تنمية واكتساب السمات السلوكية للرضا عن الحياة لدى التلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 4- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة الارسال من الاسفل بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 5- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة استقبال الارسال بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 6- للتدريس باستراتيجية المحطات العلمية تأثير فعال في تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة .
- 7- هناك أفضلية للتأثير في سلوكيات الرضا عن الحياة وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لتلاميذ للمجموعة التجريبية التي اعتمدت استراتيجية المحطات العلمية .

5-2 التوصيات :

- 8- ضرورة اعتماد مقياس الرضا عن الحياة كأداة بحث علمية من قبل المعنيين بالمقياس النفسي للتلاميذ ذوي الإعاقة البسيطة , لغرض الوقوف على الرضا عن الحياة لديهم .
- 9- ضرورة اعتماد استراتيجية المحطات العلمية من قبل المدرسين في معهد ذوي الإعاقة البسيطة لما له من دور فعال في تنمية سلوكيات الرضا عن الحياة وتعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .
- 10- ضرورة إجراء دراسات تتضمن متغيرات الدراسة الحالية وتطبق على عينات وفئات من ذوي الإعاقة وتشمل عموم العراق .
- 11- ضرورة تطوير وتنمية سمات وسلوكيات الرضا عن الحياة لما لها دور في تحسين شخصية ذوي الإعاقة .
- 12- استخدام التدريس استراتيجيات المحطات العلمية في مناهج المعاهد الخاصة بذوي الإعاقة , وذلك لتحسين سلوكياتهم الحياتية ويكونون ناجحين مستقبلا .
- 13- ضرورة زيادة فاعلية التدريب على استخدام استراتيجيات المحطات العلمية للمدرسين في المعاهد الخاصة بذوي الإعاقة وتحت إشراف مدربين .
- 14- حل المشكلات الصعبة التي تواجه المدرسين أثناء القيام باستخدام استراتيجية المحطات العلمية والتمكن من الفنيات المعقدة ومواجهتها وحلها .

المصادر

22. إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات

التربوية والنفسية والرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000 ، ص 112 .

(4) محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 ، ص 194 .

23. Scotte, B.A Enhancing student trust through peer – assessment in physical education , Journal of Physical Education , vol. 58 , 2000 , p. 232.
24. اولفير جيمس : التعلم وسيلة للارتقاء بمستوى التدريس ، (ترجمة) محمد عبد الغني ، ط1 ، الكويت ، دار البحوث العلمية ، 1978 ، ص 18 .
25. جمال السيد تفاح : الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المسنين ، جامعة الإسكندرية ، مجلة كلية التربية ، مجلد 9 ، ع 3 ، 2009 .
26. حنان خوج : معنى الحياة وعلاقتها بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالسعودية ، مجلة جامعة ام القرى للعلوم النفسية والتربوية ، م3 ، ع3 ، 2011 .
27. دعاء شعبان : الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الاسرى المحررين المبعدين الى قطاع غزة رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية في غزة .
28. سوزان بنت صدقة : التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالإنجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة لدى الطالبات بمكة المكرمة ، مركز الرشاد النفسي ، مجلة الارشاد النفسي ، السعودية ، ع 28 ، اذار ، 2011 ،
29. صالح حسن احمد : اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية ، عمان ، دار صفا للنشر ، 2008 ، ص 84-112 .
30. صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم التربوي : (بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ ، 2001) ، ص 47 .
31. طلعت حسن عبد الرحيم : علم النفس الاجتماعي المعاصر ، ط3 ، القاهرة ، دار الثقافة للطباعة والنشر ، 2008 ، ص 112 .
32. عبد السلام مصطفى : اساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم ، المنصورة ، أياك كوبي سنتر ، 2000 ، ص 71-70 .
33. فتحي مصطفى الزيات : علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات ، ط3 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 2009 ، ص 205 .
34. فخري عبد الهادي : علم النفس المعرفي ، ط1 ، عمان ، دار اسامة ، 2010 ، ص 117 .
35. فوزي غرابية : أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ط3 ، الأردن ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص 120 .
36. ليلي سيد فرحات : القياس المعرفي الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 ، ص 11 .
37. محمد شيا : مناهج التفكير وقواعد البحث ، ط2 ، بيروت ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، 2008 ، ص 168,17 .
38. ممدوح عبد المنعم الكنانى وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي : (بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995) ، ص 140 .
39. مها اسماعيل (وآخرون) : الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية ، الاسكندرية ، مركز الكتاب ، 2006 ، ص 287 .

40. نجاح مهدي شلش ، أكرم محمد صبحي : التعلم الحركي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص 120-129 .
41. وصفي عصفور: التدريس الصريح لمهام التفكير، مجلة المعلم/الطالب، مجلة نصف سنوية تصدرها دائرة التربية والتعليم العدان(3,4)، عمان، معهد التربية التابع للأونروا اليونسكو، 1999، ص 25 .
42. يوسف افندي (وآخرون) : مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق ، ط 1 : (مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999) ص 74

تأثير تمارين تأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب

أ. د. حسين مكي محمود أ. م. د. رامي عبد الامير عبود صفاء كاظم علي

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى إعداد تمارين تأهيلية لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب, التعرف على تأثير تمارين تأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب, وقد استخدم الباحثون التصميم التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية لملائمة ذلك لطبيعة البحث, وقد استنتج الباحثون إن استخدام التمارين التأهيلية كان لها الفاعلية الكبيرة في تطوير القوة ومطاطية العضلات مما أدى إلى زيادة المدى الحركي , وقد اوصى الباحثون ضرورة التأكيد على استخدام التمارين التأهيلية في جميع المستشفيات ومراكز العلاج الطبيعي , يجب نشر الوعي وتثقيف المصابين عن إصابتهم وما يجب أن يتبعه من إرشادات ونصائح وما يمتنع عنه .

Abstract

The effect of rehabilitation exercises in developing range of motion and (CAT) enzyme activity for young athletes with simple partial rupture of the posterior femoral muscle

By

Prof. Dr. Hussein Makki Prof. Dr. Rami Abdel Amir Safa Kazem Ali

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to prepare rehabilitative exercises for athletics runners with simple partial rupture of the posterior thigh muscle for young, to identify the effect of rehabilitative exercises in developing range of motion (CAT) enzyme activity for young athletes with simple partial rupture of the posterior femoral muscle. The researchers used the experimental approach with the control and experimental groups due to its suitability to the nature of the research, and the researchers concluded that the use of rehabilitation exercises had great effectiveness in developing strength and elasticity of the muscles, which led to an increase in the range of motion, and the researchers recommended the need to emphasize the use of rehabilitation exercises in all hospitals and physiotherapy centers, awareness should be spread Educating the injured about their injury and the instructions and advice that should be followed and what to refrain from.

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

ارتبطت التربية البدنية والرياضية ارتباطاً وثيقاً بعلوم الفسيولوجيا والبايوميكانيك والتشريح وعلم النفس والطب الرياضي لما في ذلك من علاقة وثيقة في عملية التدريب وكيفية حدوث الاصابات وساهم الطب الرياضي مساهمة كبيرة في سلامة اللاعبين وحمايتهم من التعرض للإصابات , تعد الاصابات من المشكلات الاساسية التي تواجه عملية تقدم المستويات الرياضية وانتقالها من مستوى الى اخر , وان قلة المام فئة من اللاعبين والمدربين بأسباب الاصابات وكيفية تجنب حدوثها يدفع اللاعبين احيانا كثيرة الى الوقوع في اخطاء قد تكون تكنيكية او تكتيكية او سوء تنظيم في حمل التدريب او قلة في تهيئة اجهزة الجسم الداخلية والخارجية وعدم استعداد الجهاز الهيكلي لتقبل الجهد الذي يقع على عاتق الرياضي , ولا تقتصر الاصابات على المستويات العليا ولكنها تتمثل في جميع المستويات وقد تحدث الاصابة في التمرين او في المباراة او في الدروس العملية وحتى في ممارسة النشاط الترويحي الخفيف , ومن الفعاليات التي يتعرض لاعبوها الى اصابات متكررة هي فعاليات العاب القوى . ومن هنا تأتي أهمية البحث في إعداد تمرينات تأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .

1-2 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث كونه احد لاعبي العاب القوى وممن مثل المنتخب الوطني والعديد من اندية العراق واطلاعه على الادبيات التي كتبت في هذا المجال , اثار انتباهه وجود العديد من اصابات التمزق العضلي وخاصة عضلات الفخذ الخلفية والتي يتعرض لها اللاعبون اثناء المنافسات والوحدات التدريبية , وان اصابة تمزق عضلات الفخذ الخلفية واحدة من أكثر الاصابات الرياضية التي تحدث للاعبين العاب القوى والتي تمتاز بالصعوبة والمحبة للاعب بسبب معدل تكرارها للاعبين , لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة لها من خلال أعداد برنامج تأهيلي قائم على أسس علمية سليمة ومتضمنة بعض التمرينات التأهيلية الخاصة بتمزق عضلات الفخذ الخلفية ومعرفة تأثيره على المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) عند حدوث الاصابة وبعد شفاء الاصابة .

1-3 أهداف البحث :

- 1- إعداد تمرينات تأهيلية لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .
- 3- التعرف على تأثير التمرينات التأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .

1-4 فروض البحث :

- 1- هناك تأثير للتمرينات التأهيلية تأثير التمرينات التأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .
- 2- هنالك افضلية في التأثير بين البرنامج التأهيلي باستخدام تمرينات تأهيلية وبين البرنامج المتبع من قبل المعالج الطبيعي في تأهيل التمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب , ولصالح المجموعة التجريبية .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذي الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملائمته للمشكلة من اجل الوصول الى نتائج تحقق أهداف البحث وفروضه .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي اندية العراق للمسافات القصيرة والمتوسطة الذين لديهم اصابة في عضلات الفخذ الخلفية , والبالغ عددهم (10) لاعبين متجانسين في نوع الاصابة , إذ عند إجراء الفحص السريري والتصوير بالرنين المغناطيسي تبين

انهم مصابين بالتمزق العضلي الجزئي , واختارهم الباحث بالكامل للتجربة , وتم توزيعهم بالتساوي الى مجموعتين (تجريبية , ضابطة).

3-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

قبل البدء بتطبيق مفردات (البرنامج التأهيلي), لابد من ضبط جميع المتغيرات التي يمكن قد تؤثر في أداء عينة البحث , وقد قام الباحث بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في متغيرات البحث كافة وتم استخدام اختبار (T) الذي اظهر عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين ما يشير الى تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات , كما هو مبين في جدول (1) .

جدول (1)

يبين تكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث كافة

ت	المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدلالة
				س	± ع	س	± ع			
1	المدى الحركي	المد	درجة	7.86	0.42	8.08	0.82	0.53	0.609	غير معنوي
		الثني	درجة	79	7.58	80.20	4.43	0.30	0.768	غير معنوي
2	انزيم الكاتاليزCatalase (CAT)		وحدة دولية/غ UI/g	40.66	2.77	43.89	3.48	1.619	0.751	غير معنوي
من خلال الجدول (2) يتبين لنا ان قيمة مستوى دلالة الاختبار (sig) هو اكبر قيمة من مستوى الدلالة (0.05) , ولجميع المتغيرات قيد البحث لذا , فأن دلالة الاختبار غير معنوية .										

2-4 أدوات البحث والأجهزة المستعملة :استعان الباحث بالوسائل والأدوات والأجهزة الآتية:-

- ❖ كاميرا تصوير 6D (canon) .
- ❖ كاميرا تصوير فيديو خاصة بالتحليل الحركي نوع (casio) مع حامل ثلاثي .
- ❖ حاسبة لابتوب نوع (Lenovo) عدد (1) .
- ❖ سرير طبي .
- ❖ علامات لاصقة .
- ❖ جهاز الرنين المغناطيسي (1.3 tesla) نوع (Philips) الماني الصنع.
- ❖ اجهزة فصل الانزيمات من نوع (ELISA) و (Abbot .C 4000) .
- ❖ رباط لتثبيت الورك أثناء أداء الحركات .
- ❖ قطن طبي و تعقيم طبي .
- ❖ ابر لسحب الدم سعة 50 ملم .
- ❖ مادة حافظة تمنع تخثر الدم .

2-5 إجراءات البحث الميدانية :

2-5-1 التشخيص والفحص الطبي من قبل الأخصائي(*):-

- 1- يبحث عن علامات احمرار او تورم منطقة الاصابة .

(*) أ.د. حمد الله البصيصي (اختصاصي جراحة العظام والمفاصل / مدينة الصدر الطبية)

- 2- يجس العضلات الخلفية بحثاً عن نقاط أو أماكن مؤلمة عند الضغط.
 - 3- يجري اختبار رفع الساق بشكل مستقيم ,يرفع الطبيب كل ساق على نحو مستقيم فيما يكون المريض مستلقياً على ظهره وإذا كان هناك مشكلة في العصب الوركي، يسبب ذلك ألماً.
 - 4- يجري اختبار التمديد الفخذي يقوم الطبيب بتمديد المريض على بطنه، ثم يثني ببطء كل ركبة بدورها وإذا كان هنالك مشكلة في عصب آخر، يدعى العصب الفخذي ، يسبب ذلك الألم.
 - 5- يبحث الطبيب عن فقدان الإحساس أو الضعف في الساقين.
 - 6- يتحقق من التصوير بالرنين المغناطيسي(*) .
- 2-5-2 تحديد المتغيرات البدنية :

بعد الاطلاع على العديد من المصادر العلمية ، والتشاور مع السادة المشرفين تم تحديد متغيرات البحث البدنية ، وتم عرضها على اللجنة العلمية لإقرار الموضوع (*) ، اذ تم الاتفاق عليها بما يتلائم مع مشكلة البحث ، وكانت كالاتي:-
 أولاً: اختبار المدى الحركي لمفصل الفخذ:

يتمثل اختبار المدى الحركي لمفصل الفخذ من خلال قياس زوايا المفصل باستخدام كأمية تصوير سينمائي نوع (casio) ذات سرعة (25 صورة /ثا) مع حامل ثلاثي حيث يجري تصوير حركات المفصل الأساسية التي لها تأثير على عضلات الفخذ الخلفية ونوع الإصابة (المد ، الثني) باتجاهات مختلفة وذلك بعد مرور يوم الى ثلاثة ايام من حدوث الإصابة حيث تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء * .

❖ الهدف من الاختبار :

قياس زوايا (المدى الحركي) لمفصل الفخذ بالاتجاهات التي لها تأثير على عضلات الفخذ الخلفية ونوع الإصابة .

❖ الإمكانيات والأدوات :

❖ كأمية تصوير سينمائي نوع (casio) ذات تردد (25 صورة /ثا) مع حامل ثلاثي ، علامات لاصقة ، سرير طبي .

❖ مواصفات الأداء :

يقوم الشخص المصاب بأداء الاختبار بالاتجاهات لها تأثير على العضلات المصابة وذلك لغرض قياس مدى حركة المفصل بـ (2) اتجاهات وهي (المد ، الثني) ، كما موضح بالشكل (2) (1).

(^٥) د. محمد جاسم (مدير شعبة الاشعة/ مدينة الصدر الطبية)

(^٥) اللجنة العلمية 1- أ.د. عمار هادي حمزة 2- أ.د. عمار مكي علي 3- أ.د. ولاء فاضل ابراهيم

4- أ.د. حسين مكي محمود 5- أ.م.د. علاء فليح جواد 6- أ.م.د. رامي عبدالامير عبود

(¹) فوزي الخضير : المصدر سبق ذكره ، ص125

* الخبراء :

1- أ.د. قاسم محمد الخاقاني : بايوميكانيك/الساحة والميدان/ كلية التربية الرياضية/جامعة الكوفة

2- أ.د. عمار مكي النجم: بايو ميكانيك/الساحة والميدان/ كلية التربية الرياضية/جامعة الكوفة

3- أ.د. حمد لله البصيصي : جراحة كسور ومفاصل/ كلية الطب / جامعة الكوفة



يتم تسجيل الزوايا بالاتجاهات بعد إجراء التصوير الفيديو للاعب المصاب وهو يؤدي هذه الحركات لأقصى مدى حركي يمكن إن يصل إليه المفصل من دون الشعور بالألم وبعدها يتم تحليلها بواسطة برنامج كينوفا لتحليل وقياس (المدى الحركي) (نظام Kinova).

2-3-5 تحديد المتغيرات الفسيولوجية :

من خلال اطلاع الباحث على المراجع العلمية والبحوث السابقة ، ولغرض التعرف على أهم المؤشرات الفسيولوجية التي لها علاقة بمتغيرات البحث لدى اللاعبين المصابين ، وبعد أن أجرى الباحث مقابلات شخصية مع العديد من المختصين في التدريب الرياضي وفلسجة التدريب الرياضي ، تم إعداد استمارة استبيان لغرض تحديد أهم المؤشرات الوظيفية ، وتم عرضها على (15) خبيراً ومختصاً (*) ، بشأن تحديد أهم المؤشرات الوظيفية ، وذلك بوضع علامة (✓) في مربع الدرجة المختارة لكل من المتغيرات الوظيفية المعروضة من المدرج (0-10) ، علماً أنه أعلى درجات المدرج هي (10) وأدناها هي (1) ، والصفر يعني عدم وجود الأهمية ، على أن يراعى إبداء أي ملاحظة يجدها المختص مهمة ولم ترد في الاستمارة ، كما مبين في الملحق (2).

وبعد أن تم جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً تم قبول المتغيرات التي حصلت على نسبة أهمية نسبية أكثر من (53.33 %) من درجة الأهمية ، وتم استبعاد متغيري (السعة الحيوية والحد الأقصى لاستهلاك الاوكسجين) ، واستخرجت النسبة على أساس نصف الدرجة القصوى المستحصل عليها من حاصل ضرب المدى (10) × عدد الخبراء (15) + نصف المدى (5) ، فيكون المجموع (80) وهي الجزء من (150) ونسبتها (53.33%).⁽¹⁾ والجدول (2) يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية والنسب المئوية للمتغيرات الفسيولوجية .

جدول (2)

يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية والنسب المئوية للمتغيرات الفسيولوجية

ت	المتغيرات	الدرجة المتحققة	نسبة الأهمية	الدلالة
1	انزيم كاتاليز (CAT)	140	93.33%	مقبول
3	الهيموكلوبين	68	45.33%	غير مقبول

(*) ينظر ملحق (1) ، (2)

(2) عايد كريم الكناني : مقدمة في الإحصاء وتطبيقات spss، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008 ، ص185.

4	المايوكلوبين	58	38.66%	غير مقبول
5	انزيم الدولاز (ALDOLASE)	54	36%	غير مقبول
6	كيناز الكرياتين (Creatine kinase)	22	14%	غير مقبول

- انزيم الكاتاليز Catalase (CAT) .

ويقاس تركيز الأنزيمات بجهاز (ELISA) - (Abbot .C 4000) عن طريق الخطوات الآتية : (1)
اولا : تحضير المادة الكاشفة :

1- تخفيف محلول منظم الاس الهيدروجيني المركز (1:25) .

2- تخفيف المرجع القياسي الى تراكيز مختلفة .

3- تخفيف (Biotinylated Detection Ab) ، (1:100) (15) دقيقة قبل البدء بالخطوة الثانية.

4- تخفيف (HRP) المركز (1:100) (15) دقيقة قبل البدء بالخطوة الرابعة .

ثانيا التجربة الميدانية :

1- يضاف (UL 100) من العينة لكل وعاء حضنها لمدة (90) دقيقة بدرجة حرارة (37 °) .

2- فصل السوائل . اضافة (UL 100) من (Biotinylated Detection Ab) و حضنها لمدة (60) بدرجة (37 °) .

3- سحب المحلول وغسله ثلاث مرات .

4- اصف (UL 100) من (HRP) ، وحضنها لمدة (30) دقيقة وبدرجة حرارة (37 °) .

5- سحب المحلول وغسله لـ (5) مرات .

6- اضافة (UL 90) من المادة الكاشفة الكيميائية ، حضنها لمدة (15) دقيقة بدرجة (37 °) .

7- اضافة (UL 50) من محلول موقف التفاعل (HRP) .

8- حساب النتائج .

2-5-5 التجربة الاستطلاعية:

اجريت التجربة الاستطلاعية في يوم الخميس الموافق 2021/8/15 الساعة التاسعة صباحا في مستشفى الصدر العام /قسم العلاج الطبيعي حيث اطلع على الأجهزة التي حددت من خلال اللجنة العلمية ومن خلال ذوي الاختصاص والخبرة في مجال العلاج الطبيعي والمضمنة علميا ، والتعرف على عمل تلك الأجهزة من خلال عدد الجلسات في الأسبوع وزمن كل جلسة وقد تم إجراء التجربة في الوقت المذكور أعلاه على اثنين من الرياضيين المصابين بتمزق عضلات الفخذ الخلفية من ضمن العينة الرئيسية .

2-5-6 الاختبارات القبلية: قام الباحث بإجراء الاختبارات القبلية وكما يأتي:

أجريت الاختبارات القبلية لعينة البحث في جامعة الكوفة علما أن الاختبارات القبلية كانت بتواريخ مختلفة، وذلك لعدم توفر العينة بشكل مجاميع ولكن كانت تأتي تباعا واحد تلو الآخر، لأن العينة من المصابين بالتمزق العضلي الجزئي وليس من السهولة الحصول عليها بدفعة واحدة، لذلك بدأ أول اختبار قبلي الخاص بالتشخيص والتقييم البدني لعينة البحث في يوم 2021/8/16 وكان آخر اختبار قبلي في يوم الثلاثاء 2022/ 6/7 في

- مستشفى الصدر التعليمي/وحدة الرنين المغناطيسي/دائرة صحة النجف الاشرف

- مستشفى الصدر التعليمي/ مركز الاطراف والعلاج الطبيعي والتأهيل / دائرة صحة النجف

- قاعة اللياقة البدنية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة

2-5-7 تنفيذ مفردات البرنامج التأهيلي: قام الباحث بعرضه على الخبراء وتم تنقيحه وإخراجه بصورته النهائية والذي يشتمل على جزئين :-

2-5-8 البرنامج التأهيلي الخاص بالتمارين

1- راعى الباحث أن تكون التمرينات التأهيلية حديثة وذات طابع يختلف كلياً عن التمرينات المعتادة التي تستخدم داخل مراكز العلاج، وبالإضافة إلى استخدام جهاز الأوزون الذي يستخدمه المصاب بعد ممارسة التمرينات الذي له تأثير كبير في سرعة بناء الأنسجة والشفاء .

2- مدة تنفيذ مفردات البرنامج التأهيلي هي (8) أسابيع.

3- راعى الباحث أن تكون عدد الوحدات (3) وحدات في الأسبوع الواحد فيكون المجموع الإجمالي للوحدات في المنهج التأهيلي (24) وحدة.

4- تم مراعاة مبدأ التدرج في إعطاء التمرينات من السهل إلى الصعب .

5- قام الباحث بزيادة التكرارات بصورة تدريجية (3-10) مرات .

6- تتراوح زمن المنهج التأهيلي (60-75) دقيقة

2-5-7 الاختبارات البعدية: قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية وكما يأتي:-

بعد إتمام 8 أسابيع لكل مصاب من 15 / 10 / 2021 ولغاية 15 / 7 / 2022 أجرى الباحث الاختبارات البعدية تحت الظروف والإمكانات نفسها للاختبارات القبلية، أي بصورة متتالية وليس كمجموعة واحدة كما في الاختبارات القبلية، وتم معاينتهم من قبل الطبيب المختص وإجراء والمعاينة السريرية .

- قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية الخاصة باختبارات التشخيص والتقييم البدني (المدى الحركي، انزيم (CAT) ، الرنين المغناطيسي) بصورة متتالية وليس كمجموعة واحدة كما في الاختبارات القبلية في

- مستشفى الصدر التعليمي/ وحدة الرنين المغناطيسي/ دائرة صحة النجف الاشرف

- مستشفى الصدر التعليمي/ مركز الاطراف والعلاج الطبيعي والتأهيل / دائرة صحة النجف الاشرف

- قاعة اللياقة البدنية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة

2-6 الوسائل الإحصائية المستعملة:- سوف يستعمل الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) في تحليل نتائج البحث ومنها :-

1- الوسط الحسابي .

2- الوسيط .

3- الانحراف المعياري .

4- المنوال .

5- اختبار (t) للعينات المترابطة .

6- اختبار (t) للعينات المستقلة

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات قيد البحث .

3-2 عرض ومناقشة نتائج اختبارات البعدية لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الاصابة) لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

للمتغيرات قيد الدراسة

3-2-1 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمدى الحركي لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الاصابة) في حركة المد والثني لأفراد

المجموعتين الضابطة والتجريبية

جدول(4)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى دلالة الاختبار (sig) في اختبارات البعدية للمدى الحركي في حركة المد والثني لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الاصابة) لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدلالة
			س	± ع	س	± ع			
1	المدى الحركي	المد	10.68	0.81	16.04	0.98	9.38	0.000	معنوي
		الثني	105.40	2.79	116	1.22	7.77	0.000	معنوي

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات المدى الحركي لعضلات الفخذ الخلفية

(منطقة الاصابة) في حركة المد والثني

من خلال ما تم عرضه لنتائج الاختبارات البعدية المدى الحركي لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الاصابة) في حركة (المد - الثني) ما بعد التأهيل والخاصة بالمجموعتين (الضابطة - التجريبية) والتي يبينها الجدول (4) ، ظهرت فروق معنوية بعد التأهيل بين المجموعتين ولصالح افراد المجموعة التجريبية، يعزو الباحث الفرق الحاصل لأفراد المجموعة التجريبية ،إلى التمرينات التأهيلية التي ساهمت في استعادة قدرة العضلات ومرونة المفصل ولها الدور الكبير في الإسراع بالشفاء من الإصابة وكذلك كان له الدور الفاعل في إزالة الألم مما ستكون الحركة لديهم أفضل لكي يمارسوا التمرينات التأهيلية.

وأن معنوية الفروق في قياس المدى الحركي للعضلات الفخذ الخلفية في حركة (المد - الثني) وبكافة أشكالها تعود إلى تأثير تمرينات التأهيلية على كل من الإمكانات التشريحية والفيسيولوجية إذ ساهمت التمرينات التأهيلية بدرجة كبيرة على زيادة قدرة الأوتار والأربطة والعضلات في الحفاظ على الحركة الميكانيكية للعضلات وذلك لان " التمارين التأهيلية تحفز العضلة للحفاظ على قدرتها وحماية نفسها (1)" إذ قدرة تلك العضلات تعتمد إلى حد كبير على التكوين التشريحي والفيسيولوجي للفرد.

ويرى الباحث أيضاً ان نتيجة استخدام الأجهزة والوسائل التي تحتوي على تمرينات المرونة والاطالة واستخدام الطرق العلمية في التأهيل عملت على زيادة مرونة المفاصل والأربطة والعضلات العاملة ، وكون أن تحدد المدى الحركي للمفاصل هو أول الأعراض الظاهرة بعد الإصابة بتمزق عضلات الفخذ الخلفية ، لذلك عملت التمرينات باستخدام الأجهزة والوسائل والحبال المطاطية على زيادة المطاطية للعضلات والمرونة للمفاصل وقد أكدت المصادر (أن التمارين باستخدام الحبال المطاطية تعمل على تنمية القوة العضلية إلى جانب المرونة والمطاطية العضلية) (2).

(نايف فضلي) "ان التمارين التأهيلية باستخدام الوسائل والتقنيات الحديثة وفق مديات المفصل تساعد في الحركة بحرية " (3).

3-2-3 عرض نتائج الاختبارات لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيمي (انزيم الكاتالاز Catalase (CAT) لأفراد المجموعتين الضابطة و التجريبية

(1) Brain J. Sharkey: Fitness & Health, Human Kinetics, Fourth edition, London sentlois, 1997, P.388.

(2) هاشم الكيلاني ؛ الأسس الفسيولوجية للتدريبات الرياضية : (مكتبة الفلاح ، 2000) ص 200 .

(3) نايف فضلي الجبور ، واخرون ؛مصدر سبق ذكره ،ص 209.

جدول (5)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى دلالة الاختبار (sig) في اختبارات البعدية لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيمي (انزيم الكاتاليز Catalase (CAT) لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدلالة
			س	ع ±	س	ع ±			
1	انزيم الكاتاليز Catalase (CAT)	وحدة دولية/غ/ UI/g	40.66	2.77	43.89	3.48	1.619	0.751	غير معنوي

3-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لقياس نشاط أنزيم (انزيم الكاتاليز Catalase ((CAT)

من خلال نتائج الاختبارات لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيم (انزيم الكاتاليز Catalase (CAT) ما بعد التأهيل والخاصة بالمجموعتين (الضابطة - التجريبية) والتي يبينها الجدول (5) , ظهرت فروق معنوية بعد التأهيل بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية, يعزو الباحث التطور الحاصل لأفراد المجموعة التجريبية الى البرنامج التأهيلي المعد من قبل الباحث الذي تم استخدام فيه التمارين التأهيلية وتأثيرها على الانزيمات ان التمرينات التأهيلية نوع من النشاط الذي يساهم في زيادة العمليات الايضية مما ينتج جذور حرة فتساهم في نشاط الانزيمات المضادة للأكسدة ومن هذه الانزيمات انزيمي (انزيم الكاتاليز Catalase (CAT)) أي متى كان هناك نشاط كان هناك عمليات ايضية وعندما يكون عمليات ايضية ينتج عنها جذور حرة نتجتا لشوارد الايونات المفردة وهذا ماكدته (غصون فاضل 2018) فيما يخص النشاط الانزيمي في المجال الرياضي يتعرض الممارس لهذا النشاط بصرف النظر عن مستوى تلك الممارسة مما ينتج عنه ظروف بدنية ونفسية ووظيفية غير عادية (1).

(Medicineyear, Radical Biology 2018) الإنزيمات المضادة للأكسدة يكون تأثيرها على إزالة سمية الجذور الحرة وإرجاعها إلى مستواها الطبيعي بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال سيطرتها على مستويات بعض الأيونات مثل الحديد والنحاس (2).

كما اكدت الكثير من الدراسات والابحاث على فارق المقدرة الوظيفية بين الرياضي وغير الرياضي على مستوى الدم والقلب والرئتين والعضلات وايضاً تذهب الى ابعد من ذلك الى ما تحت العضلات من نسيج عضلي وأوعية دموية وخلايا هنا برز الدور الكبير للتمرينات التأهيلية وجهاز الازون كون احدهما مكمل للآخر على هذه التغيرات حيث ساهم في دعامة وكثافة النسيج العضلي وزيادة قابلية الاوعية الدموية على الاتساع مما زادة التغذية والاكسجين الواصل للعضلات وكذلك زاد من قابلية الخلايا في التعامل مع العمليات الايضية وما ينتج عنها من جذور حرة وان هذه التغيرات الواقعة على الخلية جعلت الخلية قادرة على بناء وانتاج انزيمات مضادة للدفاع عن نفسها وهذا ما اشارت اليه (غصون فاضل 2018) ان ممارسة التدريب الرياضي يحسن المقدرة الكلية المضادة للأكسدة بالمقارنة بغير الرياضيين من حيث محتوى كريات الدم الحمراء وفيتامين E والجلوتاثيون

(1) غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants, الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 , ص 5

(2) Radical Biology & Medicineyear "Historical information on SOD research" The evolution of Free history and "Free Radical Biology & Medicine The last years 2018: The most highly cited paper 92

ونشاط انزيم الديسميوتاز (SOD) وانزيم الكاتاليز (CAT) , كما وجدت دراسة ان ممارسة التدريب على مدار 30 يوم يؤثر على انتاج هذه المضادات في الخلية (1).

وايضاً للتأكيد في ما ذكرى سابقاً " تعد الأنزيمات مواد منظمة ، فمعظم التفاعلات الفسيولوجية تحفزها أنزيمات فتسبب هذه الأنزيمات زيادة سرعة ومعدلات التفاعلات الأنزيمية ، وتقوم الخلايا بتنظيم معدلات التفاعلات الكيميائية بواسطة الأنزيمات ، والأنزيمات هي بروتينات تبنى داخل الخلية وتعمل كعوامل مساعدة بيولوجية للتعجيل من معدل سرعة التفاعلات الحياتية(2) .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

بناءً على نتائج البحث التي تم التوصل اليها في حدود مجتمع البحث أمكن التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان له الدور في زيادة التدفق الدموي وإزالة التراكبات والمخلفات في المنطقة المصابة ، مما ساعد في الاستشفاء والتأم الانسجة .
- 2- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان لها الفاعلية الكبيرة في تطوير القوة ومطاطية العضلات ومرونة المفاصل ، مما أدى إلى زيادة القوة والمدى الحركي .
- 3- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان لها الدور الفاعل والكبير في رفع كفاءات العضلات وخلايا الجسم مما جعل النشاط الانزيمي اكثر توازن وفاعلية .
- 4- إن تطبيق التمرينات المصاحبة على المصابين لم يترك أي آثار سلبية عليهم بل حصلوا على آثار ايجابية وتحسن سريع .

4-2 التوصيات :

- 1- ضرورة التأكيد على استخدام التمرينات التأهيلية في جميع المستشفيات ومراكز العلاج الطبيعي.
- 2- يجب نشر الوعي وتنقيف المصابين عن إصابتهم وما يجب أن يتبعه من إرشادات ونصائح وما يتمتع عنه .
- 3- تطبيق مثل هذه الدراسات في المستشفيات والمراكز العلاجية وإجراء دراسات مشابهه على عينات أخرى.

المصادر والمراجع العربية والاجنبية

- عايد كريم الكنانى : مقدمة في الإحصاء وتطبيقات spss , ط1, النجف, دار الضياء للطباعة والتصميم, 2008 .
- هاشم الكيلاني ؛ الأسس الفسيولوجية للتدريبات الرياضية : (مكتبة الفلاح ، 2000) .
- غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 .
- غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 , المصادر الاجنبية

- Elabscience biotechnology co.,ltd , www elabscience .com
- Brain J. Sharkey: Fitness & Health, Human Kinetics, Fourth edition, London sentlois, 1997, P.388.
- Radical Biology & Medicineyear Historical information on SOD research"The evolution of Free history" and "Free Radical Biology & Medicine The last years 20 : The most highly cited paper .

(1) غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 , ص 5 .

(2) طلال سعيد النجفي ، مصدر سبق ذكره، 2002، ص 179.

ملحق (1)

اسماء الخبراء والمختصين الذين تمت مقابلتهم لتحديد المتغيرات الوظيفية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. فلاح حسن عبدالله	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
2	د. باسم حسن غازي	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة
3	د. حسين علي العلي	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
4	د. مجيد جاسب حسين	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان
5	د. اسعد عدنان عزيز	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
6	د. ارشد نوري الدجيلي	استاذ	علوم حياة / فلسجة	كلية العلوم / جامعة الكوفة
7	د. قيس سعيد دايم	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
8	د. احمد عبد الامير	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ابابل
9	د. بشير شاكر حسين	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
10	حسين عبد الامير حمزة	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
11	د. عمار مكي علي	استاذ	بايوميكانيك تدريب رياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة
12	د. حمد لله البصيصي	طبيب	جراحة عظام ومفاصل	كلية الطب/قسم الكسور والمفاصل/جامعة الكوفة
13	د. محمد جاسم	طبيب	جراحة عظام ومفاصل	مدير شعبة الاشعة / قسم الرنين المغناطيسي
14	د. وسن السلامي	طبيب	جراحة عظام ومفاصل وتأهيل	مدير مركز التأهيل الطبي وامراض المفاصل
15	د. سعد عبد الامير	طبيب	تأهيل	مدينة الصدر الطبية/ مركز التأهيل الطبي

الدرجات حسب الأهمية										ت	المغيرات الفسيولوجية
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
										1	انزيم الكاتاليز Catalase (CAT)
										3	الهيموكلوبين
										4	المايوكلوبين
										5	انزيم الدولاز (ALDOLASE)
										6	كيناز الكرياتين Creatine (kinase)

ملحق (2)

استمارة استبيان



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الماجستير

استمارة استبيان آراء الخبراء والمختصين حول المتغيرات الوظيفية

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (تأثير تمارينات تأهيلية في تطوير المدى الحركي ونشاط انزيم (CAT) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب) ونظرا لما نعهده فيكم من خبرة ودراية في مجال تخصصكم وآرائكم حول بيان الأهمية النسبية للمتغيرات الفسلجية الخاصة بالبحث من خلال تأشير درجة الأهمية النسبية لها بوضع علامة (✓) امامها.

شاكرين تعاونكم ... مع التقدير

التوقيع:

الاسم:

اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب :

مكان العمل:

التاريخ :

ملحق (4)

* الاسبوع الاول (زمن الوحدة التأهيلية 60 - 75 دقيقة) , (زمن التمرينات التأهيلية 45) , (زمن العلاج بالأوزون 30 دقيقة

ت	اليوم	الوحدة	التمرين	زمن الاداء	التكرار	الراحة بين التكرارات	المجاميع	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلي
1	الاحد	(1)	21	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			22	13sec	5-3	5sec	2	60sec	3.6 min
			18	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			19	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			15	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			13	10sec	5-3	5sec	2	60sec	3 min
2	الثلاثاء	(2)	1	9sec	5-3	5sec	2	60sec	2.58 min
			2	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			8	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			4	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			7	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			11	10sec	5-3	5sec	2	60sec	3 min
3	الخميس	(3)	3	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			5	15sec	6-3	5sec	2	60sec	3.20 min
			6	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			9	10sec	6-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			10	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			12	12sec	6-3	5sec	2	60sec	3.14 min

تأثير تمارينات تأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب

أ. د. حسين مكي محمود أ. م. د. رامي عبد الامير عبود صفاء كاظم علي

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى إعداد تمارينات تأهيلية لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب, التعرف على تأثير تمارينات تأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب, وقد استخدم الباحثون التصميم التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية لملائمة ذلك لطبيعة البحث , وقد استنتج الباحثون إن استخدام التمارينات التأهيلية كان لها الفاعلية الكبيرة في تطوير القوة ومطاطية العضلات مما أدى إلى زيادة القوة , وقد اوصى الباحثون ضرورة التأكيد على استخدام التمارينات التأهيلية في جميع المستشفيات ومراكز العلاج الطبيعي , يجب نشر الوعي وتثقيف المصابين عن إصابتهم وما يجب أن يتبعه من إرشادات ونصائح وما يمتنع عنه .

Abstract

The effect of rehabilitation exercises in developing range of motion and (SOD) enzyme activity for young athletes with simple partial rupture of the posterior femoral muscle

By

Prof. Dr. Hussein Makki Prof. Dr. Rami Abdel Amir Safa Kazem Ali

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to prepare rehabilitative exercises for athletics runners with simple partial rupture of the posterior thigh muscle for young, to identify the effect of rehabilitative exercises in developing range of motion (SOD)enzyme activity for young athletes with simple partial rupture of the posterior femoral muscle. The researchers used the experimental approach with the control and experimental groups due to its suitability to the nature of the research, and the researchers concluded that the use of rehabilitation exercises had great effectiveness in developing strength and elasticity of the muscles, which led to an increase in the range of motion, and the researchers recommended the need to emphasize the use of rehabilitation exercises in all hospitals and physiotherapy centers, awareness should be spread Educating the injured about their injury and the instructions and advice that should be followed and what to refrain from.

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

ارتبطت التربية البدنية والرياضية ارتباطاً وثيقاً بعلوم الفسيولوجيا والبايوميكانيك والتشريح وعلم النفس والطب الرياضي لما في ذلك من علاقة وثيقة في عملية التدريب وكيفية حدوث الاصابات وساهم الطب الرياضي مساهمة كبيرة في سلامة اللاعبين وحمايتهم من التعرض للإصابات , تعد الاصابة من المشكلات الاساسية التي تواجه عملية تقدم المستويات الرياضية وانتقالها من مستوى الى اخر , وان قلة المام فئة من اللاعبين والمدربين بأسباب الاصابات وكيفية تجنب حدوثها يدفع اللاعبين احيانا كثيرة الى الوقوع في اخطاء قد تكون تكنيكية او تكتيكية او سوء تنظيم في حمل التدريب او قلة في تهيئة اجهزة الجسم الداخلية والخارجية وعدم استعداد الجهاز الهيكلي لتقبل الجهد الذي يقع على عاتق الرياضي , ولا تقتصر الاصابات على المستويات العليا ولكنها تتمثل في جميع المستويات وقد تحدث الاصابة في التمرين او في المباراة او في الدروس العملية وحتى في ممارسة النشاط الترويحي الخفيف , ومن الفعاليات التي يتعرض لاعبوها الى اصابات متكررة هي فعاليات العاب القوى . ومن هنا تأتي أهمية البحث في إعداد تمارين تأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .

1-2 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث كونه احد لاعبي العاب القوى وممن مثل المنتخب الوطني والعديد من اندية العراق واطلاعه على الادبيات التي كتبت في هذا المجال , اثار انتباهه وجود العديد من اصابات التمزق العضلي وخاصة عضلات الفخذ الخلفية والتي يتعرض لها اللاعبون اثناء المنافسات والوحدات التدريبية , وان اصابة تمزق عضلات الفخذ الخلفية واحدة من أكثر الاصابات الرياضية التي تحدث للاعبين العاب القوى والتي تمتاز بالصعوبة والمحبة للاعب بسبب معدل تكرارها للاعبين , لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة لها من خلال إعداد برنامج تأهيلي قائم على أسس علمية سليمة ومتضمنة بعض التمارين التأهيلية الخاصة بتمزق عضلات الفخذ الخلفية ومعرفة تأثيره على القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) عند حدوث الاصابة وبعد شفاء الاصابة .

1-3 أهداف البحث :

- 1- إعداد تمارين تأهيلية لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .
- 3- التعرف على تأثير التمارين التأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .

1-4 فروض البحث :

- 1- هناك تأثير للتمارين التأهيلية تأثير التمارين التأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي العاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب .
- 2- هنالك افضلية في التأثير بين البرنامج التأهيلي باستخدام تمارين تأهيلية وبين البرنامج المتبع من قبل المعالج الطبيعي في تأهيل التمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب , ولصالح المجموعة التجريبية .
- 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذي الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملائمته للمشكلة من اجل الوصول الى نتائج تحقق أهداف البحث وفروضه .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبين اندية العراق للمسافات القصيرة والمتوسطة الذين لديهم اصابة في عضلات الفخذ الخلفية , والبالغ عددهم (10) لاعبين متجانسين في نوع الاصابة , إذ عند إجراء الفحص السريري والتصوير بالرنين المغناطيسي تبين

انهم مصابين بالتمزق العضلي الجزئي , واختارهم الباحث بالكامل للتجربة , وتم توزيعهم بالتساوي الى مجموعتين (تجريبية , ضابطة).

2-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

قبل البدء بتطبيق مفردات (البرنامج التأهيلي), لابد من ضبط جميع المتغيرات التي يمكن قد تؤثر في أداء عينة البحث , وقد قام الباحث بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في متغيرات البحث كافة وتم استخدام اختبار (T) الذي اظهر عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين ما يشير الى تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات , كما هو مبين في جدول (1) .

جدول (1)

يبين تكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث كافة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدلالة
			س	ع ±	س	ع ±			
1	استشعار قوة عضلات الفخذ الخلفية في وضع الاسترخاء	انسي	167.90	19.41	162.66	29.22	0.334	0.747	غير معنوي
		وحشي	169.65	9.55	174.44	22.53	0.438	0.673	غير معنوي
2	استشعار قوة عضلات الفخذ الخلفية في وضع التوتر	انسي	276.96	64.11	268.36	39.11	0.256	0.804	غير معنوي
		وحشي	295.77	60.92	299.81	68.45	0.09	0.924	غير معنوي
4	انزيم السوبر اوكساييد ديسميوتاز (SOD)	/	173.25	3.97	176.85	4.28	1.289	0.643	غير معنوي
من خلال الجدول (2) يتبين لنا ان قيمة مستوى دلالة الاختبار (sig) هو اكبر قيمة من مستوى الدلالة (0.05) , ولجميع المتغيرات قيد البحث لذا , فإن دلالة الاختبار غير معنوية .									

2-4 أدوات البحث والأجهزة المستعملة :استعان الباحث بالوسائل والأدوات والأجهزة الآتية:-

- ❖ كاميرا تصوير 6D (canon) .
- ❖ كاميرا تصوير فيديو خاصة بالتحليل الحركي نوع (casio) مع حامل ثلاثي .
- ❖ حاسبة لابتوب نوع (Lenovo) عدد (1) .
- ❖ سرير طبي .
- ❖ علامات لاصقة .
- ❖ جهاز الرنين المغناطيسي (1.3 tesla) نوع (Philips) الماني الصنع.
- ❖ اجهزة فصل الانزيمات من نوع (ELISA) و (Abbot .C 4000) .
- ❖ رباط لتثبيت الورك أثناء أداء الحركات .
- ❖ قطن طبي و تعقيم طبي .
- ❖ ابر لسحب الدم سعة 50 ملم .

❖ مادة حافظة تمنع تخثر الدم .

2-5 إجراءات البحث الميدانية :

2-5-1 التشخيص والفحص الطبي من قبل الأخصائي(*):-

- 1- يبحث عن علامات احمرار او تورم منطقة الاصابة .
 - 2- يجس العضلات الخلفية بحثا عن نقاط أو أماكن مؤلمة عند الضغط.
 - 3- يجري اختبار رفع الساق بشكل مستقيم ,يرفع الطبيب كل ساق على نحو مستقيم فيما يكون المريض مستلقيا على ظهره وإذا كان هناك مشكلة في العصب الوركي، يسبب ذلك ألما.
 - 4- يجري اختبار التمديد الفخذي يقوم الطبيب بتمديد المريض على بطنه، ثم يثني ببطء كل ركبة بدورها وإذا كان هنالك مشكلة في عصب آخر، يدعى العصب الفخذي ، يسبب ذلك الألم.
 - 5- يبحث الطبيب عن فقدان الإحساس أو الضعف في الساقين.
 - 6- يتحقق من التصوير بالرنين المغناطيسي(*).
- ### 3-2-5-2 تحديد المتغيرات البدنية :

بعد الاطلاع على العديد من المصادر العلمية ، والتشاور مع السادة المشرفين تم تحديد متغيرات البحث البدنية ، وتم عرضها على اللجنة العلمية لإقرار الموضوع (*) ، اذ تم الاتفاق عليها بما يتلائم مع مشكلة البحث ، وكانت كالاتي:-

أولاً : اختبار مستشعر القوة (Strength):

الهدف من الاختبار: قياس القوة العضلية لعضلات الفخذ الخلفية .

وصف الجهاز :

- اجراء الاختبار باستخدام جهاز مستشعر القوة.
- مواصفات الجهاز : جهاز (Ek 3200) من شركة (mark).
- يحمل شهادة عالمية.
- يقوم بخزن المعلومات داخل الجهاز ويقوم بنقل المعلومات من الجهاز الى الحاسبة عن طريق برنامج خاصة به.
- يقيس قوة كل عضلة منفردة ويقيس المجاميع العضلية اثناء التوتير والاسترخاء .
- يقيس قوة السحب وقوة الدفع للعضلة المصابة.

وقد تم قياس القوة العضلية لعضلات المنطقة المصابة وفقا للاختبارات الاتية:(1)

1- القوة العضلية من وضع الاسترخاء : ويتم ذلك بالاستلقاء على البطن فقط بدون عمل اي توتر عضلي

2- القوة العضلية من التوتير: ويتم ذلك من خلال عمل توتر عضلي عن طريق ثني الركبة للخلف

وصف الاداء: عند أداء اختبار العضلة بالجهاز المستشعر الذي يتضمن وضعين مختلفين الاول من وضع الاسترخاء والآخر من وضع التوتير يستلقى المصاب على بطنه في وضعه الطبيعي يقف المختبر بجانب المصاب وبعدها يوضع الجهاز على العضلات الخلفية للفخذ ويقوم بأخذ القياس لكلا الجانبين الانسي والوحشي كما موضح في الشكل رقم(1) .

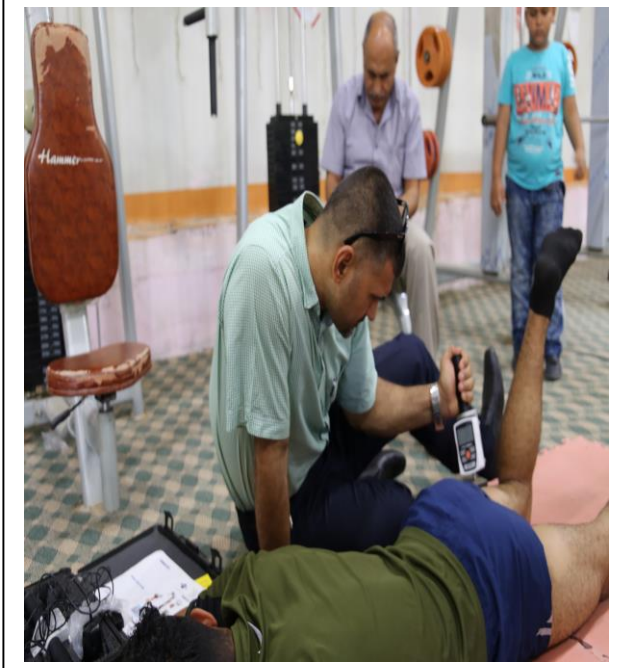
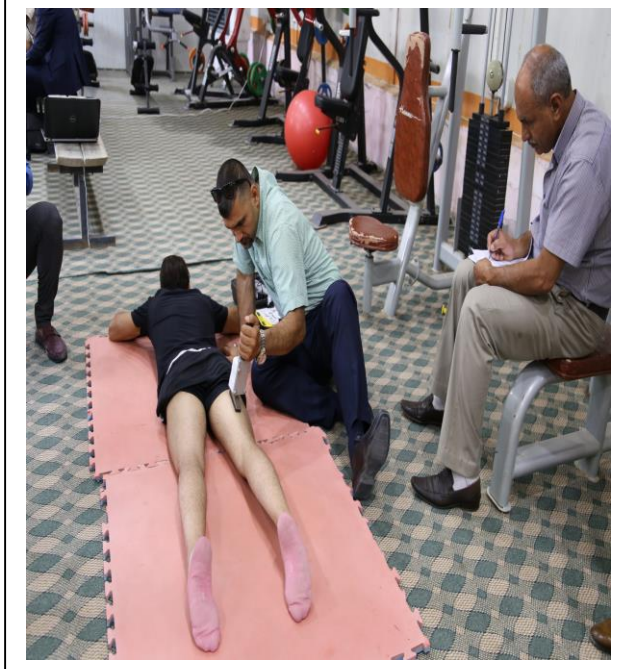
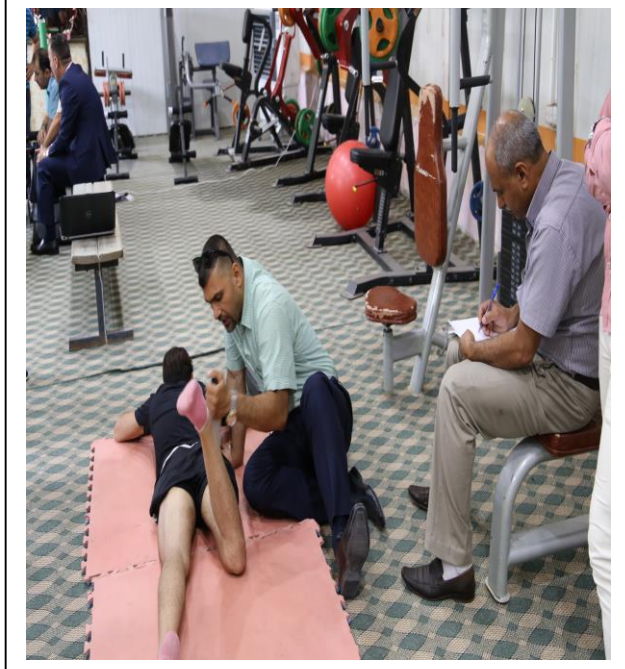
(*) أ. د. حمد لله البصيصي (اختصاصي جراحة العظام والمفاصل / مدينة الصدر الطبية)

(*) د. محمد جاسم (مدير شعبة الأشعة/ مدينة الصدر الطبية)

(*) اللجنة العلمية 1- أ.د. عمار هادي حمزة 2- أ.د. عمار مكي علي 3- أ.د. ولاء فاضل ابراهيم

4- أ.د. حسين مكي محمود 5- أ.م.د. علاء فليح جواد 6- أ.م.د. رامي عبدالامير عبود

(1) اسامة رياض :الطب الرياضي واصابات الملاعب :دار الفكر العربي ،ط1 ،القاهرة،1998،ص94.



يوضح اختبار مستشعر القوة (Strength)

3-5-2 تحديد المتغيرات الفسيولوجية :

من خلال اطلاع الباحث على المراجع العلمية والبحوث السابقة ، ولغرض التعرف على أهم المؤشرات الفسيولوجية التي لها علاقة بمتغيرات البحث لدى اللاعبين المصابين ، وبعد أن أجرى الباحث مقابلات شخصية مع العديد من المختصين في التدريب الرياضي وفلسجة التدريب الرياضي ، تم إعداد استمارة استبيان لغرض تحديد أهم المؤشرات الوظيفية ، وتم عرضها على (15) خبيراً ومختصاً (*) ، بشأن تحديد أهم المؤشرات الوظيفية ، وذلك بوضع علامة (✓) في مربع الدرجة المختارة لكل من المتغيرات

(*) ينظر ملحق (1) ، (2)

الوظيفية المعروضة من المدرج (0-10) , علما أنه أعلى درجات المدرج هي (10) وأدناها هي (1) , والصفر يعني عدم وجود الأهمية , على أن يراعى إبداء أي ملاحظة يجدها المختص مهمة ولم ترد في الاستمارة , كما مبين في الملحق (2). وبعد أن تم جمع الاستثمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً تم قبول المتغيرات التي حصلت على نسبة أهمية نسبية أكثر من (53.33 %) من درجة الأهمية , وتم استبعاد متغيري (السعة الحيوية والحد الأقصى لاستهلاك الاوكسجين) , واستخرجت النسبة على أساس نصف الدرجة القصوى المستحصل عليها من حاصل ضرب المدى (10) × عدد الخبراء (15) + نصف المدى (5) , فيكون المجموع (80) وهي الجزء من (150) ونسبتها (53.33%).⁽¹⁾ والجدول (2) يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية والنسب المئوية للمتغيرات الفسيولوجية .

جدول (2)

يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية والنسب المئوية للمتغيرات الفسيولوجية

ت	المتغيرات	الدرجة المتحققة	نسبة الأهمية	الدالة
1	انزيم السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD)	140	93.33%	مقبول
3	الهيموكلوبين	68	45.33%	غير مقبول
4	المايوكلوبين	58	38.66%	غير مقبول
5	انزيم الدولاز (ALDOLASE)	54	36%	غير مقبول
6	كيناز الكرياتين (Creatine kinase)	22	14%	غير مقبول

- انزيم السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD) .

ويقاس تركيز الأنزيمات بجهاز (ELISA) - (Abbot .C 4000) عن طريق الخطوات الآتية :⁽¹⁾

اولا : تحضير المادة الكاشفة :

5- تخفيف محلول منظم الاس الهيدروجيني المركز (1:25) .

6- تخفيف المرجع القياسي الى تراكيز مختلفة .

7- تخفيف (Biotinylated Detection Ab) ، (1:100) (15) دقيقة قبل البدء بالخطوة الثانية.

8- تخفيف (HRP) المركز (1:100) (15) دقيقة قبل البدء بالخطوة الرابعة .

ثانيا التجربة الميدانية :

9- يضاف (UL 100) من العينة لكل وعاء حضنها لمدة (90) دقيقة بدرجة حرارة (37 °) .

10- فصل السوائل . اضافة (UL 100) من (Biotinylated Detection Ab) و حضنها لمدة (60) بدرجة (37 °) .

11- سحب المحلول وغسله ثلاث مرات .

12- اصف (UL 100) من (HRP) ، وحضنها لمدة (30) دقيقة وبدرجة حرارة (37 °) .

13- سحب المحلول وغسله لـ (5) مرات .

14- اضافة (UL 90) من المادة الكاشفة الكيميائية ، حضنها لمدة (15) دقيقة بدرجة (37 °) .

15- اضافة (UL 50) من محلول موقف التفاعل (HRP) .

16- حساب النتائج .

⁽²⁾ عايد كريم الكناني : مقدمة في الإحصاء وتطبيقات spss، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008، ص185.

⁽¹⁾ Elabscience biotechnology co.,ltd , www.elabscience .com

2-5-4 التجربة الاستطلاعية:

اجريت التجربة الاستطلاعية في يوم الخميس الموافق 2021/8/15 الساعة التاسعة صباحا في مستشفى الصدر العام /قسم العلاج الطبيعي حيث اطلع على الأجهزة التي حددت من خلال اللجنة العلمية ومن خلال ذوي الاختصاص والخبرة في مجال العلاج الطبيعي والمضمونة علميا , والتعرف على عمل تلك الأجهزة من خلال عدد الجلسات في الأسبوع وزمن كل جلسة وقد تم إجراء التجربة في الوقت المذكور أعلاه على اثنين من الرياضيين المصابين بتمزق عضلات الفخذ الخلفية من ضمن العينة الرئيسية .

2-5-5 الاختبارات القبلية: قام الباحث بإجراء الاختبارات القبلية وكما يأتي:

أجريت الاختبارات القبلية لعينة البحث في جامعة الكوفة علما أن الاختبارات القبلية كانت بتواريخ مختلفة، وذلك لعدم توفر العينة بشكل مجاميع ولكن كانت تأتي تباعا واحد تلو الآخر، لأن العينة من المصابين بالتمزق العضلي الجزئي وليس من السهولة الحصول عليها بدفعة واحدة، لذلك بدأ أول اختبار قبلي الخاص بالتشخيص والتقييم البدني لعينة البحث في يوم 2021/8/16 وكان آخر اختبار قبلي في يوم الثلاثاء 6/7/2022 في

- مستشفى الصدر التعليمي/وحدة الرنين المغناطيسي/دائرة صحة النجف الاشرف

- مستشفى الصدر التعليمي/ مركز الاطراف والعلاج الطبيعي والتأهيل / دائرة صحة النجف الاشرف

- قاعة اللياقة البدنية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة

2-5-6 تنفيذ مفردات البرنامج التأهيلي: قام الباحث بعرضه على الخبراء وتم تنقيحه وإخراجه بصورته النهائية والذي يشتمل على جزئين :-

البرنامج التأهيلي الخاص بالتمارين

1- راعى الباحث أن تكون التمرينات التأهيلية حديثة وذات طابع يختلف كلياً عن التمرينات المعتادة التي تستخدم داخل مراكز العلاج، وبالإضافة الى استخدام جهاز الأوزون الذي يستخدمه المصاب بعد ممارسة التمرينات الذي له تأثير كبير في سرعة بناء الانسجة والشفاء .

2- مدة تنفيذ مفردات البرنامج التأهيلي هي (8) أسابيع.

3- راعى الباحث أن تكون عدد الوحدات (3) وحدات في الأسبوع الواحد فيكون المجموع الإجمالي للوحدات في المنهج التأهيلي (24) وحدة.

4- تم مراعاة مبدأ التدرج في إعطاء التمرينات من السهل إلى الصعب .

5- قام الباحث بزيادة التكرارات بصورة تدريجية (3-10) مرات .

6- تتراوح زمن المنهج التأهيلي (60-75) دقيقة

2-5-7 الاختبارات البعدية: قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية وكما يأتي:-

بعد إتمام 8 أسابيع لكل مصاب من 2021 / 10 / 15 ولغاية 2022 / 7 / 15 أجرى الباحث الاختبارات البعدية تحت الظروف والإمكانات نفسها للاختبارات القبلية، أي بصورة متتالية وليس كمجموعة واحدة كما في الاختبارات القبلية، وتم معاينتهم من قبل الطبيب المختص وإجراء والمعاينة السريرية .

- قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية الخاصة باختبارات التشخيص والتقييم البدني (مستشعر القوة , المدى الحركي , الرنين

المغناطيسي) بصورة متتالية وليس كمجموعة واحدة كما في الاختبارات القبلية في

- مستشفى الصدر التعليمي/ وحدة الرنين المغناطيسي/ دائرة صحة النجف الاشرف

- مستشفى الصدر التعليمي/ مركز الاطراف والعلاج الطبيعي والتأهيل / دائرة صحة النجف الاشرف

- قاعة اللياقة البدنية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة

2-6 الوسائل الإحصائية المستعملة:- سوف يستعمل الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) في تحليل نتائج البحث ومنها :-

1- الوسط الحسابي .

2- الوسيط .

3- الانحراف المعياري .

4- المنوال .

5- اختبار (t) للعينات المترابطة .

6- اختبار (t) للعينات المستقلة

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات قيد البحث .

3-2 عرض ومناقشة نتائج اختبارات البعديتين لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الإصابة) لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات قيد الدراسة

3-2-1 عرض نتائج الاختبارات البعديتين لاختبار استشعار القوة لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الإصابة في حالة الاسترخاء والتوتر لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

جدول(3)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(t) ومستوى دلالة الاختبار(sig) في اختبارات البعديتين لاستشعار القوة لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الإصابة) في حالة الاسترخاء والتوتر لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدلالة
				س	ع	س	ع			
1	استشعار قوة عضلات الفخذ الخلفية في حالة الاسترخاء	انسى	نيوتن	176.11	18.55	217.19	15.43	3.80	0.005	معنوي
		وحشي	نيوتن	189.16	21.27	233.45	28.08	2.81	0.023	معنوي
2	استشعار قوة عضلات الفخذ الخلفية في وضع التوتر	انسى	نيوتن	321.27	55.72	482.48	48.74	4.86	0.001	معنوي
		وحشي	نيوتن	340.88	77.33	506.02	65.63	3.64	0.007	معنوي

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات البعديتين لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات استشعار القوة لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الإصابة) في حالة الاسترخاء والتوتر

من خلال ما تم عرضه لنتائج الاختبارات البعديتين لاستشعار القوة لعضلات الفخذ الخلفية (منطقة الإصابة) في حالة (الاسترخاء - التوتر) ما بعد التأهيل للجانب الانسي والوحشي والخاصة بالمجموعتين (الضابطة - التجريبية) والتي يبينها الجدول (3) , ظهرت فروق معنوية بعد التأهيل بين المجموعتين ولصالح افراد المجموعة التجريبية ، ويعزو الباحث التطور الحاصل لأفراد المجموعة التجريبية إلى تأثير التمرينات التأهيلية حيث ساعدت التمرينات التأهيلية في اعادة العضلات لوضعها الطبيعي الى ما

قبل الإصابة و في الاستشفاء والتأم التمزقات العضلية من خلال زيادة التفاعلات الكيميائية مما ساعد في اكتساب القوة العضلية.

اما التأثير الذي ظهر من خلال تحسين القوة وزيادة القدرة على استثارة الالياف العضلية وخلق انقباضات عضلية متوازنة وإيجابية وتحشيد وحدات حركية بشكل اكبر مما حسن القوة العضلية وذلك يرجع الى استخدام وتوظيف الوسائل المستخدمة بشكل جيد (اجهزة مقاومات خاصة باللياقة البدنية ومعدات تأهيل حديثة من منصات غير متزنة وارتدادية غير مستقرة (الترامبولين) واوزان ذات مقابض (kettlebells) تجعل من وضعية التمارين مريحة وامنة وفق اوضاع بايوميكانيكية تستهدف العضلة بشكل افضل وحبال مطاطية وكرات طبية) مما تتطلب رفع وزن معين او مجابهة مقاومة معينة وهذا تأثير ميكانيكي وهذا ما اشار اليه (محمد رياض 2014) " ان استخدام الاجهزة والوسائل في تدريبات القوة اعطى نتائج افضل من تدريبات القوة الاعتيادية وذلك يرجع الى قدرتها على تجنيد جميع ألياف العضلة للانقباض دفعة واحدة من خلال توزيع الجهد الواقع على العضلات واستهدافها بشكل افضل فيجعلها تنقبض بشكل شبه كامل وهذا ما لا يحدث في التدريبات الاعتيادية " (1).

(محمد توفيق الوليلي 2000) ان لتدريبات القوة باستخدام الأجهزة خاصية تعتمد على إثارة الالياف العضلية لأقصى درجة حين تتعرض العضلة لوزن معين يحتاج الى إثارة اكبر عدد من الالياف العضلية لذا يعتبر جانب مهم في تنمية القوة (2)
3-2-3 عرض نتائج الاختبارات لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيمي (السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD) لأفراد المجموعتين الضابطة و التجريبية

جدول(4)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى دلالة الاختبار (sig) في اختبارات البعدية لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيمي (السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD) لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة Sig	الدالة
			س	± ع	س	± ع			
1	انزيم السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD)	وحدة دولية/غ UI/g	198.5	9.16	223.95	5.37	5.35	0.001	معنوي

3-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية لقياس نشاط أنزيم (السوبر اوكسايد ديسميوتاز ((SOD))

من خلال نتائج الاختبارات البعدية لقياس المتغيرات الفسيولوجية والمتمثلة بقياس نشاط أنزيم (السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD) ما بعد التأهيل والخاصة بالمجموعتين (الضابطة - التجريبية) والتي يبينها الجدول (4) , ظهرت فروق معنوية بعد التأهيل بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية, يعزو الباحث التطور الحاصل لأفراد المجموعة التجريبية الى البرنامج التأهيلي المعد من قبل الباحث الذي تم استخدام فيه التمارين التأهيلية وتأثيرها على الانزيمات ان التمرينات التأهيلية نوع من النشاط الذي يساهم في زيادة العمليات الايضية مما ينتج جذور حرة فتساهم في نشاط الانزيمات المضادة للأكسدة ومن هذه الانزيمات انزيمي (سوبر اوكسايد ديسميوتاز SOD) أي متى كان هناك نشاط كان هناك عمليات ايضية وعندما يكون عمليات ايضية ينتج عنها جذور حرة نتيجتا لشوارد الايونات المفردة وهذا ماكدته (غصون فاضل 2018) فيما يخص

(1) سكوت ادوارد ، فسيولوجيا التدريب بين التطبيق والانجاز ، (ترجمة) محمد رياض الاطرش ، ط1، الجزائر، الدار الذهبي للطباعة و النشر ، 2014 .

(2) محمد توفيق الوليلي : تدريب المنافسات. ط1، القاهرة ،دار G.M.S للنشر و التوزيع 2000 ص:2

النشاط الانزيمي في المجال الرياضي يتعرض الممارس لهذا النشاط بصرف النظر عن مستوى تلك الممارسة مما ينتج عنه ظروف بدنية ونفسية ووظيفية غير عادية (1).

(Medicineyear, Radical Biology 2018) الإنزيمات المضادة للأكسدة يكون تأثيرها على إزالة سمية الجذور الحرة وإرجاعها إلى مستواها الطبيعي بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال سيطرتها على مستويات بعض الأيونات مثل الحديد والنحاس (2).

كما اكدت الكثير من الدراسات والابحاث على فارق المقدرة الوظيفية بين الرياضي وغير الرياضي على مستوى الدم والقلب والرئتين والعضلات وايضاً تذهب الى ابعد من ذلك الى ما تحت العضلات من نسيج عضلي وأوعية دموية وخلايا هنا برز الدور الكبير للتمرينات التأهيلية وجهاز الاوزون كون احدهما مكمل للآخر على هذه التغيرات حيث ساهم في دعامة وكثافة النسيج العضلي وزيادة قابلية الاوعية الدموية على الاتساع مما زادة التغذية والاكسجين الواصل للعضلات وكذلك زاد من قابلية الخلايا في التعامل مع العمليات الايضية وما ينتج عنها من جذور حرة وان هذه التغيرات الواقعة على الخلية جعلت الخلية قادرة على بناء وانتاج انزيمات مضادة للدفاع عن نفسها وهذا ما اشارت اليه (غصون فاضل 2018) ان ممارسة التدريب الرياضي يحسن المقدرة الكلية المضادة للأكسدة بالمقارنة بغير الرياضيين من حيث محتوى كريات الدم الحمراء وفيتامين E والجلوتاثيون ونشاط انزيم الديسميوتاز (SOD) وانزيم الكاتاليز (CAT) , كما وجدت دراسة ان ممارسة التدريب على مدار 30 يوم يؤثر على انتاج هذه المضادات في الخلية (3).

وايضاً للتأكيد في ما ذكرى سابقاً " تعد الأنزيمات مواد منظمة ، فمعظم التفاعلات الفسيولوجية تحفزها أنزيمات فتسبب هذه الأنزيمات زيادة سرعة ومعدلات التفاعلات الأنزيمية ، وتقوم الخلايا بتنظيم معدلات التفاعلات الكيميائية بواسطة الأنزيمات ، والأنزيمات هي بروتينات تبنى داخل الخلية وتعمل كعوامل مساعدة بيولوجية للتعجيل من معدل سرعة التفاعلات الحياتية (4) .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- بناءً على نتائج البحث التي تم التوصل اليها في حدود مجتمع البحث أمكن التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-
- 5- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان له الدور في زيادة التدفق الدموي وإزالة التراكبات والمخلفات في المنطقة المصابة ، مما ساعد في الاستشفاء والتأم الانسجة .
 - 6- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان لها الفاعلية الكبيرة في تطوير القوة ومطاطية العضلات ومرونة المفاصل ، مما أدى إلى زيادة القوة .
 - 7- إن استخدام التمرينات التأهيلية كان لها الدور الفاعل والكبير في رفع كفاءات العضلات وخلايا الجسم مما جعل النشاط الانزيمي اكثر توازن وفاعلية .
 - 8- إن تطبيق التمرينات المصاحبة على المصابين لم يترك أي آثار سلبية عليهم بل حصلوا على آثار ايجابية وتحسن سريع .
- #### 4-2 التوصيات :

(1) غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 , ص 5 .

(2) Radical Biology & Medicineyear Historical information on SOD research"The evolution of Free history" and "Free Radical Biology & Medicine The last years 2018: The most highly cited paper 92

(3) غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 , ص 5 .

(4) طلال سعيد النجفي ، مصدر سبق ذكره، 2002، ص 179.

- 4- ضرورة التأكيد على استخدام التمرينات التأهيلية في جميع المستشفيات ومراكز العلاج الطبيعي.
- 5- يجب نشر الوعي وتثقيف المصابين عن إصابتهم وما يجب أن يتبعه من إرشادات ونصائح وما يمتنع عنه .
- 6- تطبيق مثل هذه الدراسات في المستشفيات والمراكز العلاجية وإجراء دراسات مشابهة على عينات أخرى.

المصادر والمراجع العربية والاجنبية

- اسامة رياض : الطب الرياضي واصابات الملاعب : دار الفكر العربي , ط1 , القاهرة , 1998 .
 - عايد كريم الكنانى : مقدمة في الإحصاء وتطبيقات spss , ط1 , النجف , دار الضياء للطباعة والتصميم , 2008 .
 - سكوت ادوارد ، فسيولوجيا التدريب بين التطبيق والانجاز ، (ترجمة) محمد رياض الاطرش ، ط1 ، الجزائر ، الدار الذهبى للطباعة والنشر ، 2014 .
 - محمد توفيق الوليلي : تدريب المنافسات . ط1 ، القاهرة ، دار G.M.S للنشر و التوزيع 2000 .
 - غصون فاضل هادي : مضادات الاكسدة والنشاط الرياضي Antioxidants , الجامعة المستنصرية/ التربية البدنية وعلوم الرياضة , محاضرات الى طلبة الدراسات العليا , 2018 .
- المصادر الاجنبية

- Elabscience biotechnology co.,ltd , www.elabscience.com
- Radical Biology & Medicine year Historical information on SOD research"The evolution of Free history" and "Free Radical Biology & Medicine The last years 2018: The most highly cited paper

ملحق (1)

اسماء الخبراء والمختصين الذين تمت مقابلتهم لتحديد المتغيرات الوظيفية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. فلاح حسن عبدالله	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
2	د. باسم حسن غازي	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة
3	د. حسين علي العلي	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
4	د. مجيد جاسب حسين	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان
5	د. اسعد عدنان عزيز	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
6	د. ارشد نوري الدجيلي	استاذ	علوم حياة / فلسجة	كلية العلوم / جامعة الكوفة
7	د. قيس سعيد دايم	أستاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
8	د. احمد عبد الامير	استاذ	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ابابل
9	د. بشير شاكر حسين	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
10	حسين عبد الامير حمزة	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
11	د. عمار مكي علي	استاذ	بايوميكانيك تدريب رياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة
12	د. حمد لله البصيصي	طبيب	جراحة عظام ومفاصل	كلية الطب/قسم الكسور والمفاصل/جامعة الكوفة
13	د. محمد جاسم	طبيب	جراحة عظام ومفاصل	مدير شعبة الاشعة / قسم الرنين المغناطيسي
14	د. وسن السلامي	طبيب	جراحة عظام ومفاصل وتأهيل	مدير مركز التأهيل الطبي وامراض المفاصل
15	د. سعد عبد الامير	طبيب	تأهيل	مدينة الصدر الطبية/ مركز التأهيل الطبي

ملحق (2)

استمارة استبيان



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الماجستير

استمارة استبيان آراء الخبراء والمختصين حول المتغيرات الوظيفية

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (تأثير تمارينات تأهيلية في تطوير القوة العضلية ونشاط انزيم (SOD) لعدائي ألعاب القوى المصابين بالتمزق الجزئي البسيط للعضلة الفخذية الخلفية للشباب) , ونظرا لما نعهده فيكم من خبرة ودراية في مجال تخصصكم وآرائكم حول بيان الأهمية النسبية للمتغيرات الفسلجية الخاصة بالبحث من خلال تأشير درجة الأهمية النسبية لها بوضع علامة (✓) امامها.

شاكرين تعاونكم ... مع التقدير

التوقيع:

الاسم:

اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب :

مكان العمل:

التاريخ :

طالب الدكتوراه

صفاء كاظم علي

الدرجات حسب الأهمية										المغيرات الفسيولوجية	ت
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
										انزيم السوبر اوكسايد ديسميوتاز (SOD)	1
										الهيموكلوبين	3
										المايوكلوبين	4
										انزيم الدولاز (ALDOLASE)	5
										كيناز الكرياتين Creatine (kinase)	6

ملحق (4)

* الاسبوع الاول (زمن الوحدة التأهيلية 60 - 75 دقيقة) , (زمن التمرينات التأهيلية 45) , (زمن العلاج بالأوزون 30 دقيقة

ت	اليوم	الوحدة	التمرين	زمن الاداء	التكرار	الراحة بين التكرارات	المجاميع	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلي
1	الاحد	(1)	21	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			22	13sec	5-3	5sec	2	60sec	3.6 min
			18	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			19	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			15	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			13	10sec	5-3	5sec	2	60sec	3 min
2	الثلاثاء	(2)	1	9sec	5-3	5sec	2	60sec	2.58 min
			2	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			8	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			4	12sec	5-3	5sec	2	60sec	3.4 min
			7	15sec	5-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			11	10sec	5-3	5sec	2	60sec	3 min
3	الخميس	(3)	3	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			5	15sec	6-3	5sec	2	60sec	3.20 min
			6	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			9	10sec	6-3	5sec	2	60sec	3.10 min
			10	14sec	6-3	5sec	2	60sec	3.18 min
			12	12sec	6-3	5sec	2	60sec	3.14 min

تأثير تدريبات على بساط الاحتكاك (flowin) وفق تعدد حركات المفاصل العاملة في تطوير مهارتي الاخمد والتهديف لشباب كرة القدم الصالات

أ. د. حبيب علي طاهر

أ. د. نادية شاكر جواد

محمد ابراهيم نعمه

جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريبات على بساط الاحتكاك وفق تعدد حركات المفاصل العاملة في بعض القدرات البدنية لشباب كرة القدم الصالات، والتعرف على تأثير هذه التدريبات في الاداء المهاري لبعض المهارات الاساسية لشباب كرة القدم الصالات، وأفترض الباحث بأن هناك فروق دالة احصائيا بين القياسات القبليّة والبعدية في بعض القدرات البدنية لشباب كرة القدم الصالات. استخدم الباحثون المنهج التجريبي . حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية المتمثل بلاعبي اندية محافظة كربلاء لكرة القدم الصالات، والبالغ عددها (12) ناديا للموسم الرياضي (2021-2022م)، وأختار الباحث عينة البحث الرئيسة بالطريقة العشوائية البسيطة وبأسلوب القرعة، والمتمثلة بلاعبي نادي الهندية الرياضي لكرة القدم الصالات للشباب وبعدها (20) لاعبا وتم تقسيمها الى مجموعتين متساويتين في العدد تمثل أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة. واستنتج الباحثون ان التدريب على بساط الاحتكاك طور من القدرة الانفجارية الرجلين للعضلات العاملة بمهارة الاخمد والتهديف بكرة قدم الصالات. واوصى البحث بالاهتمام بالنواحي الفنية لحركات جسم لاعب كرة القدم الصالات، ومعرفة مدى تأثير التطبيق الصحيح التي لها علاقة بمستوى تطوير القوة المطلوبة وزمنها والاداء المستغرق والاحساس به.

Abstract

The effect of exercises on the friction mat (Flowin) according to the multiplicity of movements of the working joints in developing the suppression and shooting skills for young futsal players

By

Muhammad Ibrahim Nehme Prof. Nadia Shaker Jawad Prof. Habib Ali Taher

College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to identify the effect of exercises on the friction mat according to the multiplicity of movements of the working joints in developing the suppression and shooting skills for young futsal players, and to identify the effect of these exercises in developing the suppression and shooting skills for young futsal players. The researchers hypothesises that there are statistically significant differences between the tribal measurements and the dimensionality in developing the suppression and shooting skills for young futsal players. The researchers used the experimental approach. The population represented by the players of Karbala governorate

football clubs, which numbered (12) clubs for the sports season (2021-2220 AD). The players were divided into two groups of equal numbers, one experimental and the other a control group. The researchers concluded that training on the friction mat developed the explosive ability of the two legs of the muscles working with The researchers used the experimental approach with the control and experimental groups. The research recommended paying attention to the technical aspects of the movements of the fusal player's body, and knowing the extent of the effect of the correct application, which is related to the level of development of the required strength, its time, and the consuming performance and sense of it.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة واهمية البحث:

مما لاشك فيه ان التربية البدنية وعلوم الرياضة خُطت بخطوات سريعة نحو التقدم والرقى الذي نشهده في عصرنا الحالي، وتعد الانجازات الرياضية من مظاهر التقدم العلمي للدول التي تدخل مجال المنافسات الرياضية العالمية كدليل على رقيها، وكان لهذا التقدم ثمار للتجارب والبحوث المختلفة في التربية البدنية وعلوم الرياضة من أجل الارتقاء بمستوى الأداء لممارسي الأنشطة الرياضية، وان التدريب الرياضي هو العملية المثلى للوصول بالرياضيين إلى مستويات تؤهلهم لخوض غمار البطولات والمنافسات من خلال اعدادهم بدنياً ومهارياً وحركياً، وان هذا التدريب يجب ان يتم وفقاً لما يتعرض له اللاعبين من قوى خارجية وما مطلوب من قوى داخلية مقابلة لغرض تحقيق الاداء المهاري والهدف منه.

وكرة القدم الصالات تختلف في طبيعتها كلعبة جماعية عن الكثير من الألعاب الجماعية الأخرى من حيث سرعه إيقاعها وتتابع الاداءات الحركية المتبادلة بين عمليات الدفاع والهجوم المستمر دون توقف طوال زمن المباراة، الأمر الذي يؤدي إلى أن يكون اللعب أغلب فترات المباراة حول منطقة المرمى، وهذا يتطلب ضرورة إتقان لاعبي كرة القدم للمهارات الهجومية والمهارات الدفاعية ومنها مهارتي الاخمداد التهديد على حد سواء، إذ من الضروري وخلال تنفيذهم للمهارات الهجومية المختلفة في أي فترة من فترات الهجوم أثناء المباراة على أتم الاستعداد لأداء واجباتهم الدفاعية والقيام بها بمجرد انتهاء الهجمة سواء كانت مؤثرة (تسجيل هدف) أو غير مؤثرة .

لذا جاءت اهمية هذه الدراسة في اعداد تدريبات على بساط الاحتكاك وفق تعدد حركات المفاصل العاملة لتحسين مهارتي الاخمداد والتهديد وبالتالي، يجب أن يكون مستوى التدريب الرياضي مرتبطاً بمستوى التحكم في جميع الاوضاع المهارية التي حجب ادائها بشكل المطلوب والمثالي

1-2 مشكلة البحث

ومن خلال خبرة الباحث كونه لاعب نادي حالياً ومثل عدة اندية في الدوري العراقي لكرة القدم الصالات وفضلاً عن المقابلات التي أجراها مع عدد من المدربين في هذا المجال لاحظ وجود ظاهرة تكمن في التدريب الحالي يعتمد على الخبرة الشخصية للمدربين وباستخدام الطرق والاساليب الحديثة المعتمدة النمطية دون استغلال القوى الخارجية المتعددة التي يتعرض لها لاعب كرة قدم الصالات كقوة الاحتكاك مثلاً لأعداد تدريبات خاصة للارتقاء بالقوة العضلية الداخلية واحداث تحسن المهارات الاساسية لشباب كرة القدم الصالات، لكي يساعد المدربين في تدريب هذه الفئة بشكل علمي وباتجاه صحيح بما يتناسب مع قدراتهم وامكانياتهم التي تساعد في ممارسة هذه اللعبة وبذلك تكون وسيلة جديدة وجيدة للارتقاء بقدرة وامكانيات لاعبي كرة القدم الصالات للشباب.

لذلك خرج الباحث بتسائل الاتي (هل لتدريبات على بساط الاحتكاك (flowin) وفق تعدد حركات المفاصل العاملة مساعدة في تطوير مهارتي الاخمداد و التهديد لشباب كرة القدم الصالات)

1-3 اهداف البحث

- اعداد تدريبات على بساط الاحتكاك وفق تعدد حركات المفاصل العاملة في تطوير مهارتي الاخمد التهديف لشباب كرة القدم الصالات.
- التعرف على تأثير هذه التدريبات في الاداء المهاري لبعض المهارات الاساسية لشباب كرة القدم الصالات.
- التعرف على افضلية التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة

1-4 فرضيتا البحث:

- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية في الاداء مهارتي الاخمد والتهديف لكرة القدم الصالات لمجموعتي البحث.
- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاداء المهاري لمهارتي الاخمد والتهديف لكرة القدم الصالات.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبو نادي الهندية الرياضي لشباب كرة القدم الصالات للموسم الرياضي (2021-2022م).

1-5-2 المجال الزمني: المدة من (2021/12/9) الى (2022/7/4).

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الرياضية المغلقة في كربلاء المقدسة/ قضاء الهندية.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:-

2-1 منهج البحث:-

المنهج هو اتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول إلى اكتشاف الحقيقة (1).

وقد أتبع الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبدي وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة واهداف البحث, وكما هو مبين في الجدول (1).

جدول(1)

المجموعة	الاختبارات القبلية	المتغير المستقل	الاختبارات البعدية
التجريبية	-اختبار لمهارتي الاخمد والتهديف.	تدريبات على بساط الاحتكاك وفق تعدد حركات المفاصل العاملة	- اختبار لمهارتي الاخمد والتهديف
الضابطة	-اختبار لمهارتي الاخمد والتهديف	الاسلوب المتبع من قبل المدرب	-اختبار لمهارتي الاخمد والتهديف

2-2 مجتمع البحث وعينته:

1- ربحي مصطفى عليان وآخرون : منهاج وأساليب البحث العلمي, ط1, عمان, دار صفاء للنشر والتوزيع, 2000, ص53.

2-2-1 مجتمع البحث:-

قام الباحث بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية المتمثل بأندية محافظة كربلاء لكرة القدم الصالات للشباب للموسم الرياضي (2021-2022م)، والبالغ عددها (12) ناديا، وذلك لتوافر متطلبات البحث فيه.

2-2-2 عينة البحث:-

ت	المعالجات الإحصائية المتغيرات	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية	الدلالة الإحصائية
		وحدة القياس	س	ع±	س	ع±			
1	الاخمد والتهديف	درجة	8.9	1.19	9.1	0.99	0.40	0.68	غ دال

اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة وبأسلوب القرعة والمتمثلة بلاعبي نادي الهندي الرياضي لكرة القدم الصالات للشباب، وبعدد (20) لاعبا، ويمثل حجم العينة هذا نسبة مئوية

جدول (2)

يبين تجانس العينة

المتغير	س-	ع±	الوسيط	التواء	معامل الاختلاف
الطول (سم)	1.70	0.15	1.70	0.00	8.15
الوزن (كغم)	68.2	2.14	68	0.28	2.73
العمر (سنة)	18.3	1.4	18	0.64	7.65
العمر التدريبي (سنة)	5	0.5	4.5	0.30	10

نلاحظ من الجدول (2) ان قيم الالتواء كانت بين $1 \pm$ وقيم معامل الاختلاف كانت اقل بكثير من 30% لذا فان ذلك دل

على ان افراد العينة موزعين توزيعا طبيعيا ومتجانسين في القيم المورفولوجية ولغرض التأكد من تكافؤ عينة البحث قام الباحث بمعالجة النتائج القبلية لأفراد العينة في متغيرات (الاخمد والتهديف) باستخدام اختبار (t) والذي اظهر تكافؤ المجموعتين وحسب النتائج المبينة ادناه ويتبين من الجدول (3) نتائج اجراء عملية التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة وقد أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنوية حيث جاء مستوى الدلالة لجميع الاختبارات أكبر من 0,05 وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية مما يؤكد التكافؤ فيما بينهم.

جدول (3)

يبين التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمهاتري الاخمد والتهديف لشباب كرة القدم الصالات

2-3-1 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة:-

2-3-2 وسائل جمع المعلومات:-

استخدم الباحث العديد من الوسائل العلمية للحصول على البيانات والحقائق المطلوبة من خلال:

1- الاختبارات والمقاييس.

2- الاستبانة.

3- المقابلات الشخصية

4- الملاحظة والتجريب.

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة:-

1. سجادة الاحتكاك عدد 2.

2. كرات قدم قانونية عدد 10.

3. علامات فسفورية.

4. شريط قياس معدني.

5. ساعة توقيت عدد 2.

6. صفارة.

7. ميزان اليكتروني لقياس الكتلة نوع ketecto الماني المنشأ.

8. حاسبة لابتوب نوع Hp 310 صيني المنشأ.

9. حصيرة قياس القوة قياس 60 سم × 40 سم عدد 1.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:-

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:-

بعد إجراء بعض المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والمختصين في مجالات الاختبارات والقياس والتدريب الرياضي وكرة القدم الصالات، والسادة رئيس وأعضاء اللجنة العلمية لإقرار عنوان الرسالة *، والسادة المشرفين تم تحديد القدرات والمهارات وهي (الاخماد، التهديف).

2-4-2 توصيف الاختبارات.

2-4-2-1 اختبار الاخماد والتهديف:-

اسم الاختبار: الإخماد والتهديف على هدف مقسم الى مربعات (1).

الغرض من الاختبار: قياس سرعة ودقة الإخماد والتهديف.

الادوات المستخدمة :-

- كرة القدم للصالات حجم (4) عدد (4).
- شريط قياس جلدي.
- شريط لاصق ملون.
- صافرة عدد (1).
- اصباغ ترابية نوع (spray).
- مربع خشبي ابعاده (1×1)م لتحديد منطقة الإخماد.
- هدف (كرة القدم للصالات) قانوني (2×3) م.
- مادة فليكس توضع على الهدف يرسم عليها هدف مقسم الى مربعات من الجانبين ابعاد كل مربع (50x50) سم.
- جهاز قاذف الكرات عدد (2).
- منطقة محددة للإخماد أبعادها (1x1) م.

عبد المطلب عبد الحمزة سلمان : تصميم وتقنين بطارية اختبار مهارية مركبة للاعبي كرة القدم للصالات لأندية بغداد الدرجة الممتازة , اطروحة دكتوراه , جامعة بغداد , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2016 , ص 197-201 .

• كاميرا رقمية .

وصف الاداء : -

يقف المختبر خلف خط منطقة الإخماد والتي تبعد عن جهاز قاذف الكرات (8) م على جهة اليمين, وبعد اعطاء اشارة البدء يرمي جهاز قاذف الكرات (الكرة زاحفة ارضية) باتجاه منطقة الإخماد, يحاول اللاعب ايقاف حركة الكرة (الإخماد) بطريقة كتم الكرة أسفل القدم (Sole), ثم يقوم المختبر بالتهديف نحو المناطق المؤشرة في الهدف المقسم إلى مربعات مرقمة على وفق اهميتها وصعوبتها على أن يكون الهدف على بعد (10) م عن منطقة الإخماد, يؤدي جميع المختبرين المحاولتين الاولى والثانية عندما يكون جهاز قاذف الكرات على جهة اليمين وبالتتابع, ثم يؤدي جميع المختبرين المحاولتين الثالثة والرابعة عندما يكون جهاز قاذف الكرات من جهة اليسار وبنفس الطريقة المؤداة في المحاولتين الاولى والثانية, كما موضح في الشكل(2).

شروط الاداء : -

- يجب ان يتم ايقاف حركة الكرة ضمن المنطقة المحددة للإخماد .
- يجب ان يتم ايقاف الكرة بطريقة كتم الكرة أسفل القدم (Sole).
- يجب ان يتم اداء مهارة التهديف ضمن المنطقة المحددة للإخماد .
- على المختبر ان يؤدي مهارتي الإخماد والتهديف بأقصى سرعة ممكنة .

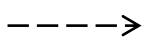
طريقة التسجيل : -

- يعطى للمختبر (4) محاولات بواقع محاولتين من كل جهة
- تحتسب للمختبر (درجة واحدة) للإخماد الناجح في كل محاولة .
- تحتسب للمختبر (صفر) من الدرجات للإخماد الفاشل .
- تحتسب للمختبر (3) درجات عند التهديف في المجال رقم (3) .
- تحتسب للمختبر (درجتان) عند التهديف في المجال رقم (2) .
- تحتسب للمختبر (درجة واحدة) عند التهديف في المجال رقم (1) .
- تحتسب للمختبر (صفر) من الدرجات اذا خرجت الكرة خارج حدود الهدف .
- من ناحية الدقة فان الحد الاعلى لدرجات الدقة (16) درجة (4) منها للإخماد و(12) للتهديف .
- من ناحية الزمن يتم استخراجه من فيلم الكاميرا الرقمية من خلال برنامج (kinovia) موضوعاً على جهاز الحاسوب حيث يتم حسابه بـ (1 / 1000) من الثانية .
- وحدة القياس (درجة/ ثانية).

ملاحظة :- يتم حساب الوقت للاختبار من خلال جمع ازمان المحاولات الاربع ويتم حساب زمن كل محاولة من لحظة إخماد المختبر للكرة الى لحظة وصول الكرة للهدف المقسم الى مربعات ثم يتم حساب مجموع الدرجات (درجات الدقة) مقسمة إلى مجموع الزمن من خلال قانون (فتس المعدل) والذي ينص

$$\frac{\text{مجموع درجات الدقة}}{\text{مجموع الزمن}} = (\text{الاداء المهاري})$$

الشكل	التفسير
	كرة قدم
	لاعب

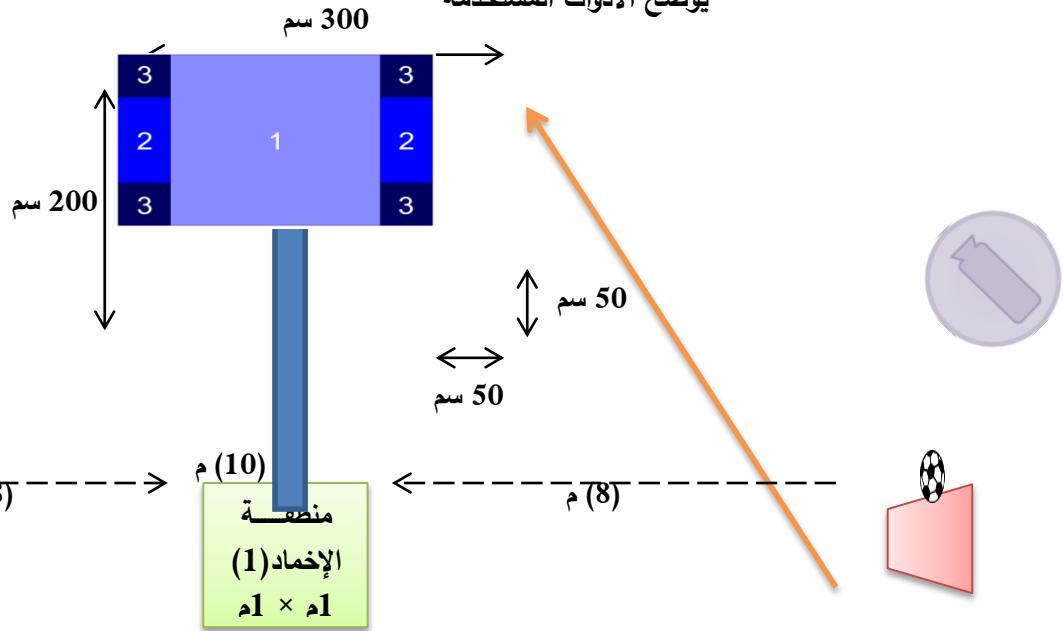
الشكل	التفسير
	مسار الكرة
	تهديف

	قاذف كرات

	الشعاع البصري للكاميرا
	كاميرا فيديو

شكل (1)

يوضح الادوات المستخدمة



شكل (2)

يوضح مهارة الاخمد و التهديد

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:-

" تعد التجربة الاستطلاعية من الأمور المهمة للبحث ومكملة لإجراءات البحث الرئيسية لأنها تمهيد عملي للباحث للوقوف على العوامل التي يمكن أن تصادفه أثناء قيامه بالبحث لتفاديها "(1).

بعد اعطائهم وحدة تعريفية قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية في الساعة العاشرة صباحاً من يومي الأحد والأثنين المصادف (2022/1/24_23) لاختبارات الاخمد والتهديد لشباب كرة القدم الصالات, على عينة مكونة من (5) لاعبين ومن ضمن عينة البحث الرئيسية، وبمساعدة فريق العمل المساعد *, وكان الغرض من إجراء هذه التجربة هو الآتي:-

- 1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث.
- 2- معرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات.
- 3- التأكد من تفاهم فريق العمل المساعد في إجراء القياسات والاختبارات وطريقة تسجيل النتائج.
- 4- معرفة المعوقات والأخطاء التي قد تظهر وتلافي حدوثها.
- 5- إيجاد الأسس العلمية للاختبارات
- 6- تأكيد سلامة ووضع الكامرات وكيفية تشغيله خلال أداء الاختبارات.

¹ - هاشم الكيلاني: المرشد الى اللياقة , عمان، الرفيدي للطباعة والنشر، 1992, ص11.

* ينظر الملحق(3).

7- التعرف على كيفية وضع المنصة العلوية لغرض التصوير من الأعلى.

4-2-4 الاختبارات القبلية.

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبلية لمهارتي الاخمد والتهديف لشباب كرة القدم الصالات, بعد إعطائهم وحدتين تعريفيتين لمهارتي الاخمد والتهديف لشباب كرة القدم الصالات, وذلك في يوم الاربعاء المصادف (2022/2/2) في الساعة العاشرة صباحًا في القاعة الرياضية المغلقة في الهندية, وقد تم تنفيذ هذه الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد, وبإشراف مباشر من الباحث الذي اتبع الخطوات الآتية عند إجراء الاختبارات القبلية:-

1- الشرح الوافي لأفراد عينة البحث لكيفية أداء الاختبارات.

2- عرض الاختبارات أمام عينة البحث.

3- إعطاء اللاعبين مدة مناسبة لإجراء الإحماء قبل البدء بتطبيق الاختبارات.

4-2-5 التجربة الرئيسية.

اعد الباحث تدريبات(مهارة) وبمساعدة المشرف واطلاع مدرب العينة عليه في فترة الاعداد الخاص لأفراد العينة اذ تضمن منهج التدريب استخدام بساط الاحتكاك.

تضمن المنهج (16) وحدة تدريبية بواقع (2) وحدات بالأسبوع ولمدة ثمانية اسابيع من يوم الخميس بتاريخ 3 / 2 / 2022 ولغاية يوم الاحد المصادف 3 / 4 / 2022 , وطبقت في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية في فترة الاعداد الخاص.

تضمنت التدريبات تنفيذ حركات على البساط بالرجلين معا , بالتباعد والتقريب والمد والسحب خلفا والتقدم, وكذلك اجراء حجل لكل رجل والقفز المتبادل بخطوة للأعلى, وكذلك اجراء تدريبات المناولة والتهديف, وكذلك اجراء تدريبات مركبة واجراء بعض المهارات الهجومية التي تنتهي بالتهديف, وتم تحديد الشدة التدريبية وفقا لأقصى زمن للجهد البدني المراد التدريب عليه, وايضا لأقصى تكرار محدد بزمن بالنسبة لتدريبات القفز العمودي, واعتمد الباحث فترة استرداد القوى (الشفاء) وفقا لزمن الجهد الى الراحة, وقد اعتمد التباين في حركة الحمل التدريبي, اذا كان الحمل يتموج بين (2 : 2) ثم (1 : 2), اي بتكرار الحمل التدريبي لكل اسبوعين ثم الانخفاض النسبي في الاسبوع الخامس وهكذا.

4-2-6 الاختبارات البعدية:-

بدأت بتاريخ 4-5/ 2022 بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي للعينة قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية لأفراد العينة وحرص الباحث على توافر الشروط نفسها التي أجريت فيها الاختبارات القبلية من حيث المكان والزمان والادوات وطريقة تنفيذ الاختبارات وحساب الدرجات وبوجود الفريق المساعد ذاته في الاختبارات القبلية.

4-2-7 الوسائل الإحصائية:-

استخدم الباحث نظام الحقيبة الإحصائية الـ (SPSS) للحصول على نتائج البحث عن طريق استخدام القوانين الآتية:

1- الوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

3- الوسيط.

4- اختبار (ت) لعينة مستقلة, ولعينتين مترابطتين.

5- معامل الالتواء.

6- معامل الاختلاف.

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات (الاخمد والتهديف) لمجموعة البحث التجريبية

جدول (5)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة ودلالاتها الاحصائية للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف-ع	ع ف -	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
		ع	س-	ع	س-					
اختبار الاخمد والتهديف	درجة	8.9	1.19	12.10	0.87	3.20	0.38	8.23	0.00	معنوي

*قيمة (t) الجدولية تحت درجة حرية (9) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.262

من خلال ملاحظة الجدول (5) الذي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة (المتناظرة) ومستوى الدلالة ومعنوية الفرق للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وتحت درجة حرية (9) حيث تكون قيمة (t) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.262 ، اذ نجد ان الوسط الحسابي لفعالية الاخمد والتهديف في الاختبار القبلي كان بقيمة (8.9) وبانحراف معياري قدره (1.19) وفي الاختبار البعدي كانت قيمة الوسط الحسابي (12.10) وبانحراف معياري بلغ (0.87) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة قد بلغت (8.23) اما قيمة دلالة الاختبار فكانت (0.000) وهيه أصغر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق معنوية كانت ولصالح الاختبار البعدي.

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات (الاخمد والتهديف) لمجموعة البحث الضابطة

جدول (6)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة ودلالاتها الاحصائية للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف-ع	ع ف -	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
		ع	س-	ع	س-					
اختبار الاخمد والتهديف	درجة	9.10	0.99	10.10	1.19	1.00	0.42	2.37	0.04	معنوي

*قيمة (t) الجدولية تحت درجة حرية (9) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.262

من خلال ملاحظة الجدول (6) الذي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة (المتناظرة) ومستوى الدلالة ومعنوية الفرق للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وتحت درجة حرية (9) حيث تكون قيمة (t) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.262 ، اذ نجد ان الوسط الحسابي لفعالية الاخمد والتهديف في الاختبار القبلي كان بقيمة (9.10) وبانحراف معياري قدره (0.99) وفي الاختبار البعدي كانت قيمة الوسط الحسابي (10.10) وبانحراف معياري بلغ (1.19) وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المترابطة قد بلغت (2.37) اما قيمة دلالة الاختبار فكانت (0.000) وهيه أصغر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على ان الفروق معنوية كانت ولصالح الاختبار البعدي.

3-1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لمتغيرات (الاخمد والتهديف) لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

جدول (7)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالاتها الاحصائية للاختبار البعدي لمجموعة التجريبية والضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
		ع	س-	ع	س-			
اختبار الاخمد والتهديف	درجة	0.87	12.10	1.19	10.10	4.26	0.00	معنوي

*قيمة (t) تحت بدرجة حرية (18) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.101

من خلال ملاحظة الجدول (7) الذي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة ومستوى الدلالة ومعنوية الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية وتحت درجة حرية (18) عند مستوى دلالة (0.05) فتكون قيمة (t) الجدولية = 2.101 , فقد بلغ الوسط الحسابي لمهاتري الاخمد والتهديف في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (12.10) وبانحراف معياري قدره (0.87) بينما نجد ان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة كان بقيمة (10.10) وبانحراف معياري بقيمة (1.19) , وكانت قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة بلغت (2.426) وأما قيمة مستوى دلالة الاختبار فكانت (0.00) وهيه اصغر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية.

2-3 مناقشة النتائج

1-2-3 الاخمد والتهديف

يتبين من خلال النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية في مهاتري الاخمد والتهديف ويعزو الباحث ذلك الى ان التدريبات المعدة ذات فاعلية مؤثرة إذ اعتمدت على بساط الاحتكاك و ارتبطت بمقدار من المقاومات الخارجية التي تؤدي بأقصى سرعة ساهمت في تطوير وتحسين المهارتين وهذا ما لاحظناه عند أفراد المجموعة التجريبية التي استعملت تمارين متنوعة من القوة العضلية تلك الأساليب المتبعة ساهمت في تطوير المهارتين ويعزو الباحث هذا التطور لدى لاعبي المجموعة التجريبية الى التحسن في اداء اللاعبين والذي نتج عن الاستخدام بساط الاحتكاك و الاستخدام العلمي السليم لمنهج تدريب التمرينات التنافسية والتي تم اعدادها بعناية, و تأثير هذه التمرينات التنافسية التي تدرب عليها أفراد عينة البحث، طورت قدراتهم على مقاومة التعب من خلال تحسن انتاج الطاقة لاهوائيا وبالخصوص نظام حامض اللاكتيك مع تحسن مقاومتهم لزيادة تركيز حامض اللاكتيك في الألياف العضلية بالإضافة إلى تطور الية التخلص من تراكم حامض اللاكتيك من الألياف العضلية إلى مجرى الدم مما يقلل من تأثيره السلبي في إعاقة استمرار الأداء الحركي وتأخر ظهور أعراض حاله التعب⁽¹⁾.

كما ان استخدام التمارين التنافسية المتنوعة والتكرارات سيؤدي إلى قدرة العضلة على الانقباض والانبساط بسرعة عالية في زمن طويل نسبيا. ولذلك انعكست هذه النتائج على تطور تحمل السرعة لهذه المجموعة ولذلك كانت النتائج منطقية.

(1) احمد يوسف متعب وسامر يوسف متعب : أثر تمرينات لاهوائية في تطور تحمل القوة والسرعة لدى اللاعبين الشباب في كرة اليد, مجلة

وتحتاج كرة القدم الى صفات بدنية خاصة من اجل أداء أفضل لان ممارسة اي نشاط رياضي او بدني يؤدي الى تطور المهارات الاخرى للاعبين كرة القدم (1)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- التدريب على بساط الاحتكاك طور من القدرة الانفجارية الرجلين للعضلات العاملة بمهارة الاخمد والتهديف.
- 2- ان استخدام عدة انواع من القوة باستخدام كل الوسائل الممكنة مثل بساط الاحتكاك، كان هدفها الوحيد هو تطوير القوة البدنية الخاصة والشروط الفنية للأداء والتي حتما تؤثر في تحقيق الدقة الجيدة للتهديف.
- 3- تطورت في القوة السريعة لعضلات الرجلين نتيجة استخدام ادوات تدريب القوة والمقاومة(بساط الاحتكاك)، خلال الاداء المهاري.

4-2 التوصيات

- 1- الاهتمام بالنواحي الفنية لحركات جسم لاعب كرة القدم، ومعرفة مدى تأثير التطبيق الصحيح التي لها علاقة بمستوى تطوير القوة المطلوبة وزمنها والاداء المستغرق والاحساس به.
- 2- التأكيد على الاستمرار بتدريبات الاداء المهاري لباقي مهارات كرة القدم وباستخدام ادوات القوة التي استخدمها الباحث.
- 3- اجراء المزيد من الدراسات المشابهة لباقي الفعاليات وباستخدام نفس المبدأ.

المصادر

1. احمد يوسف متعب وسامر يوسف متعب : أثر تمرينات لاهوائية في تطور تحمل القوة والسرعة لدى اللاعبين الشباب في كرة اليد, مجلة علوم التربية الرياضية ,العدد الثامن ,المجلد الأول , 2008, ص169.
2. ربحي مصطفى عليان وآخرون : منهاج وأساليب البحث العلمي, ط1, عمان, دار صفاء للنشر والتوزيع, 2000, ص53.
3. عبد المطلب عبد الحمزة سلمان : تصميم وتقنين بطارية اختبار مهارية مركبة للاعبين كرة القدم للصالات لأندية بغداد الدرجة الممتازة , اطروحة دكتوراه , جامعة بغداد , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2016 , ص 197-201
4. هاشم الكيلاني: المرشد الى اللياقة , عمان, الرفيدي للطباعة والنشر, 1992, ص11.

- ILhanekRemLevnt, HuseyiNKirmogLu, Agsegulsukrenoz
EvaLuationfSociaLSkiLLLeveLs of the hearing. Impaire, FootbaLLpLayers,
VoLumexIIISue :2 Publisher. Ovioiusunivrsty press: 2012 Pagos: 151

(1)ILhanekRemLevnt, HuseyiNKirmogLu, Agsegulsukrenoz: EvaLuationfSociaLSkiLLLeveLs of the hearing. Impaire, FootbaLLpLayers, VoLumexIIISue :2 Publisher. Ovioiusunivrsty press: 2012 Pagos: 151.

**تأثير تدريبات الساكيو (S.A.Q.) وفق النظام اللاهوائي في انزيم (CPK-LDH) والمهارات المركبة
لدى لاعبي (3×3) كرة السلة**

روژ ناسو إبراهيم

أ.م. ته نيا حسن حسين

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة السليمانية

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى التعرف على تأثير تدريبات (S.A.Q.) وفق النظام اللاهوائي في انزيم (CPK-LDH) والمهارات المركبة لدى لاعبي (3×3) كرة السلة. قام الباحثان باستخدام المنهج التجريبي بتصميم مجموعة واحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لمجتمع البحث والبالغ عددهم (7) لاعبين من اصل (7). استغرق مدة تنفيذ البرنامج التدريبي (8) اسابيع متكونا (24) وحدة تدريبية ضمن (3) وحدات في الاسبوع. واستنتجت الدراسة ان هناك تأثير للمنهج التدريبي (تدريبات ساكيو) في انزيم (cpk-ldh) لدى العينة البحث المستخدمة لكرة السلة لاعبي (3×3). واوصى الباحثون بضرورة استخدام الاساليب و التدريبات والتمارين الحديثة (ساكيو) وذلك لاهميتها لاكتشاف ما هو اهم وجديد في التدريب الرياضي، استخدام السرعة الانتقالية في البحوث حسب امكانية اللاعبين ومتطلبات اللعبة والدراسة، واعداد برنامج تدريبي (ساكيو) وتأثيراتها على الجانب البدني للعبة كرة اسلة وكرة السلة 3×3.

Abstract

The effect of Sakyo (S.A.Q.) training according to the anaerobic system in (CPK-LDH) enzyme and the compound skills of (3×3) basketball players

By

Roojasso Ebraheem Dr. Tania Hassan Hussien

College of Physical Education and Sports Sciences - University of Sulaymaniyah

The aim of the research is to identify the effect of (S.A.Q.) training according to the anaerobic system in (CPK-LDH) enzyme and the compound skills of (3×3) basketball players. The researchers using the experimental approach with a pre- and post-test designed (one group) . The research population which numbered (7) players out of (7). The duration of the implementation of the training program took (8) weeks and consisted of (24) training units within (3) units per week. The study concluded that there is an effect of the training curriculum (Sakyo exercises) (CPK-LDH) enzyme and the compound skills of (3×3) basketball players. The researchers recommended the need to use modern methods exercises and exercises (Sakyo) because of their importance to discover what is most important and new in sports training, the use of transitional speed in research according to the players' ability and requirements of the

game and study, and the preparation of a training program (Sakio) and its effects on the physical side of the game of basketball and basketball 3 × 3.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

دخلت التربية الرياضية في معظم نواحي الحياة وأثبتت دورها الفاعل والمتميز في المجالات كافة بضمنها المجالات التربوية والتعليمية والتدريبية والنفسية والعلاجية والاجتماعية.

اتجهت التدريبات البدنية بالاعتماد على تحديث الوسائل التدريبية التي يستعين به المدربين ,او الباحثين في إعداد مناهجهم التدريبية ومفردات التمرينات التي تخدم الجانب البدني والمهاري . إن طبيعة لعبة كرة السلة تتطلب أداء تكرارات عالية وسريعة لمهارات اللعبة دون اخذ مدة استشفاء كافية بين هذه التكرارات مما يؤدي إلى استنفاد الطاقة لمركبين CP-ATP وتحرير الطاقة عن طريق تحلل الكلوكوز لاهوائياً لتواكب المتطلبات السريعة للأداء ، وهذا يؤدي إلى تراكم حامض اللاكتيك ويظهر ذلك بوضوح في مطاولة القوة والسرعة للاعب ، كون أن لعبة كرة السلة محددة بوقت مما يتطلب منه امتلاك مطاولة قوة عالية في ظل نظام حامض اللاكتيك المختلط مع النظام الأوكسجين مما يحتم علينا الاعتناء بتدريب النظام الالهوائي مع عدم إهماله وبنسبة تتفق مع متطلبات اللعبة. يعد علم التدريب وفسيولوجيا الرياضة من العلوم المهمة ، إذ لفت المجهود البدني اهتمام العلماء منذ القرون الماضية عندما قاموا بدراسة كيفية قيام الجسم بوظائفه عند أدائه المجهود البدني وملاحظة التغيرات التي تحدث فيه وتدوينها ودراستها وخاصة الآثار الايجابية المترتبة من مزاوله الرياضة اليومية .

ومن احدث طرائق التدريبية لزيادة (السرعة ,الرشاقة ,وسرعة الانطلاق) يستطيع الرياضيون وخصوصا لاعبي (3×3) كرة السلة المعروفة بسرعة المباراة واللاعبين وايضا رشاقتهم في الحركة والتنقل من مكان الى اخر فى اللعبة , وتعد لعبة كرة السلة اللعبة الشعبية الثانية حول العالم ،ويشكل نظام الطاقة اللاهوائي فيها 90% ، في حين يشكل 10% النظام الهوائي حسب آراء المختصين في علم الفسلجة الرياضية.

وحتى تكون عملية التدريب ذات فائدة يجب التخطيط الجيد لها واستخدام الوسائل والطرق الخاصة بتحقيق الأهداف ، وبل يجب إجراء التجارب المخبرية الدقيقة قبل وأثناء التدريبات و بعد التدريبات لمعرفة كيفية ومدى التكيف الحاصل في أجهزة الجسم الحيوية ولذلك أصبح من الضروري تبني المنهج التدريبي لضمان استمرار الأداء الأمثل للاعب ومراقبة بعض المتغيرات الفسيولوجية المترتبة من الجهد البدني المبذول ، ومن هنا تبرز أهمية البحث من حيث استعمال البرنامج التدريبي ومعرفة آثاره .

ان كرة السلة من الفعاليات السريعة وتتطلب كل من القدرات الهوائية واللاهوائية للاعبين مع مستوى عال من التحمل الهوائي واللاهوائي والتي تمكن اللاعبين بعمل سريع دون الشعور بالتعب، مما يؤثر بشكل كبير على نتائج المباراة و نسبة الانزيم (CPK-LDH)، لعبة كرة السلة تتكون من العدو المتكرر للاعبين في الهجمات السريعة المضادة التي تتطلب قدرة الهوائية كبيرة من اللاعبين اوالطلاب مع قدرة أكبر من القدرة اللاهوائية تميل إلى إظهار مؤشر التعب.

ومن هنا تبرز أهمية الدراسة من خلال اجراء دراسة فعلية لمعرفة مدى تأثير برنامج تدريبي باستخدام الساكيو باستخدام المهارات المركبة على الانزيمات (CPK-LDH) لدى لاعبي كرة السلة (3×3) ومدة تأثيرها على المتغيرات البدنية المستخدمة في الدراسة باستخدام منهج تجريبي بتمرينات خاصة ومنهج تدريبي مقترح .

2-1 مشكلة البحث :

جاءت مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحث عن وجود نقص في الناحية البدنية والفسيولوجية للاعبين لعبة كرة السلة (3×3) للعينة المختارة وايضا عدم وجود تنظيم كاف لدى اللاعبين للطاقة اللاهوائية وعدم الاهتمام بالسرعة الحركية والرشاقة والقوة و تغير فى نسبة الانزيمات قبل وبعد الاداء او المباريات من قبل اللاعبين والمدربين و المستخدمة خاصة النظام اللاهوائي فى اللعبة او عند المباريات ووجد نسب عالية من التعب نتيجة عدم سلاسة في تغيير نظم الطاقة و تراكم التعب و الحامض اللاكتيك العضلى بنسب

كبيرة ناتجة عن عدم معرفة كيفية ادارة الطاقة اللازمة الحيوية خاصة الفوسفاجيني واللاكتيكي كون مساحة الملعب قصيرة و ايضا لا يوجد برنامج تدريبي خاص من قبل اللاعبين والمدربين للعبة كرة السلة تحفز اللياقة البدنية والانتاج افضل لطاقة اللاعب وبشكل منظم ويستمر على مدار المباراة ويضمن نتيجة مغايرة وافضل من النتائج السابقة.

1-3 أهداف البحث :

يهدف البحث التعرف على تأثير تدريبات الساكيو وذلك من خلال:

1- معرفة مدى تاثير تدريبات ساكيو وفق النظام اللاهوائي فى متغيرات البحث (CPK -LDH)

2- مدى تقدم المهارات المركبة لدى لاعبي (3×3) كرة السلة

1-4 فروض البحث :

1- هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي فى المتغيرات المستخدمة فى الدراسة لدى افراد العينة .

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية فى انظمة الطاقة على بعض المتغيرات الفسيولوجية لافراد العينة .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشرى :عينة من لاعبي نادى السليمانية بكرة السلة 3×3 متقدمين

1-5-2 المجال الزمانى : المدة من (2022/1/15) لغاية (2022/3/20)

اسباب اختيار الموضوع :

هنالك اسباب ذاتية والآخرى موضوعية:

1- اهمية الدراسة فى حد ذاتها

2-معرفة بعض المفاهيم والمصطلحات

3- الميل الشخصي للتخصص ولما يقدمه من التشويق فى النفوس

4-محاولة تحديد اهمية تحسين السرعة والرشاقة باستخدام برنامج تدريبي (S.A.Q) لدى افراد العينة .

1-6 تحديد المصطلحات :

تدريب الساكيو (S.A.Q)

عبارة عن مجموعة من المعالجات والابداعات اليدوية وكذلك القدرة على الاستهلال الكبير الذى ينصب على دورة الاطالة والتقصير او التى تعرف ب (Stretch -Shortening cycle).

مصطلح الساكيو Q.A.S مشتق مـف الحروف الاولى لكل من السرعة الانتقالية Speed، الرشاقة Agility و السرعة الحركية (Quickness)

1-6-1 انظمة الطاقة:

انظمة إنتاج الطاقة:

"تعد الطاقة واحدة من متطلبات أي نوع من أنواع العمل العضلي ويكون الأدينوسين ثلاثي الفوسفات (ATP) مصدر الطاقة الآني في العضلة ، و(ATP) هو مركب غني بالطاقة يخزن في الخلايا العضلية بكميات صغيرة ويقوم بتجهيز الطاقة للخلايا العضلية ويقوم الجسم بإنتاج (ATP) بالمعدل نفسه الذي يكون مطلوب فيه .

ويتفق كل من هولمان وهتجروكونلمان ،وسيسل كولين ، وفوكس وماثيوس وفوكس ،ولامب وعلاوي وعبد الفتاح على أن هناك ثلاثة أنظمة أساسية لإنتاج الطاقة هي :

- النظام الفوسفاتي .

- نظام حامض اللاكتيك .

- نظام الأوكسجين أو النظام الهوائي

1-6-2 الانزيمات:

يعرف الإنزيم (خميرة) بأنه عبارة عن مادة بروتينية بسيطة تساعد على تنظيم وسرعة التفاعلات الكيميائية دون ان تشترك فيها، وهو عبارة عن مادة عضوية ذائبة في الماء ولا تعمل الا على المواد الذائبة في الماء وقد عرف (طلال سعيد) ¹ الإنزيمات على أنها بروتينات تبنى داخل الخلية وتعمل كموامل خلال مساعدة بايولوجية للتعبيل في سرع التفاعلات الحياتية بدون ان تتغير او تستهلك فعلا ١١ التفاعل. أما (اى. ويليامس) يعرف الإنزيم على انه عبارة عن حافز عضوي يسبب تغيرات كيميائية في مواد أخرى من غير ان يتغير ذاته².

1-2-6-1 انزيم (CPK) كرياتين فوسفوكيناز

لقد تم اكتشاف هذا الإنزيم (CPK) (من قبل العالم) (Lohmann) عام ١٩٣٤ (عندما استخلصها من أنسجة عضلات الهيكل العظمي للحيوان حيث وجد ان التفاعل بين فسفرة الكرياتين و ATP يحصل باتجاهين بوجود إنزيم (CPK) الموجود في الأنسجة المستخلصة وقد ١٥ أطلق على هذا التفاعل بتفاعل لومان (reaction Lohmann) ان الطاقة المخزونة في العضلات تكون في شكل مركبات كيميائية، تعرف في صورتها الأولية بثلاثي فوسفات الادينوسين (ATP) الذي يعاد تكوينه بعد تكسيه عن طريق انشطار مركب كرياتين الفوسفات (CP) بمساعدة إنزيم كرياتين فوسفوكيناز (CPK) ، ويقوم إنزيم CPK بالعمل كمعامل مساعد في التفاعل الخاص بنقل مجموعة فوسفات عالية الطاقة PC إلى ADP وهو تفاعل عكس، ولذلك فان PC يمكن ان يعاد بناؤه عند الحاجة إلى ATP أثناء فترة ١٦ استعادة الشفاء التي تعقب فترة الانقباض العضل³

1-2-6-2 انزيم (LDH) لاكتاك ديهيدروجينز

تحتوي بلازما الدم على خمس متناظرات من الانزيم (LDH) حيث يعد هذا الانزيم مسؤولا عن الاتجاه العكسي للتفاعل بين حامض البيروفيك وحامض اللاكتيك، ويعد هذا الانزيم من الإنزيمات المهمة في مجال الفعاليات الرياضية لارتباطه في عملية تحويل حامض البيروفيك إلى حامض اللاكتيك في العضلات الهيكلية، وبتفاعل عكسي يتحول حامض ١٧ اللاكتيك إلى حامض البيروفيك في عضلة القلب) .

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث :

يتم الوصول إلى الحقائق العلمية عن طريق البحث والاستقصاء ،كما أن الفكرة الأساسية التي يعتمد عليها المنهج تكون عبارة عن محاولة الباحث التحكم في المواقف المراد دراستها باستثناء المتغير أو المتغيرات التي يعتقد أنها السبب في حدوث تغيير معين في ذلك الموقف .لذا نجد أن كل ظاهرة لها منهج يتلاءم مع فكرتها أو مسارها ولأجل ذلك فقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لكونه يتلاءم مع طبيعة المشكلة المدروسة .ويعتبر المنهج التجريبي من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيها معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة ذلك لأنها لا تقف عند مجرد وصف أو موقف أو تحديد حالة أو تاريخ للحوادث الماضية، بل يقوم الباحث بدراسة المتغيرات المتعلقة بظاهرة معينة، ويحدث في بعضها تغيرا مقصودا، ويتحكم في متغيرات استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة مع طبيعة مشكلة البحث

2-3 مجتمع البحث :

¹ طلال سعيد النجفي: علم الخلية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1994 ، ص157

² William E. Prentice: Arnheim's Principle of Athletic Training A Competency- Based Approach, Mc Graw- Hill, USA .2

³ حسين ,مجيد جاسب واخرون , دراسة مقارنة للتكيفات الحاصلة في لاكتات الدم وبعض الأنزيمات والهورمونات للاعبين كرة القدم على وفق خطوط اللعب المختلفة ,مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية ,العدد الاول ,2009

سيشتمل مجتمع البحث على لاعبي (3×3) كرة السلة في محافظة السليمانية والباغ عددهم (7) لاعبين ، وقام الباحث بمراجعة اتحاد كرة السلة في المحافظة للحصول على اعداد الاندية واللاعبين في هذه الاندية ومن ثم سيختار عينة ممثلة لمجتمع البحث لتطبيق عليهم البرنامج التدريبي ونسبة (100%) من المجتمع الاصلى للبحث.

3-3 الاجهزة والادوات ووسائل جمع البيانات:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- الاختبارات الميدانية .

3-3-1 الاجهزة المستخدمة في البحث:

- ساعة توقيت الكترونية عدد (3)
- حاسبة الكترونية عدد (1)
- 2-شريط قياس طوله (50) متر
- ميزان طبي لقياس الوزن والطول.
- صافرة (3)
- جهاز ضغط الدم و عدد ضربات القلب (boso control)
- جهاز قياس اللاكتيك (lactate scout)
- كرة سلة (10)
- شواخص (20)
- الوسائل الإحصائية.

3 - 4 أدوات الدراسة:

اشتملت أدوات الدراسة على استمارة تسجيل نتائج الاختبار والقياس لإفراد العينة، ميزان طبي لقياس الوزن ، شريط قياس الطول بالسنتيمتر ، ساعة توقيت الكترونية، جهاز قياس ضغط الدم زئبقي ، ، كرات سلة عدد عشرة ،الكبسولات و الفحوصات .

3 - 5 قياسات الدراسة :

تم أخذ قياسات (انزيم CPK , LDH) من قبل الباحث وعينات الدم من قبل موظف المختبر الصحي (نهورؤز) في الصباح يوم (2022/1/15) للقياس القبلي وبحضور الباحث وتم اجراء الاختبارات المهارية المركبة للعينة ، لكون اللاعبين تجاوزوا مرحلة الأعداد البدني العام والخاص ، وبعدما أطلع الباحث على منهاج الأعداد العام والخاص من قبل مدرب الفريق او مدرس المادة ، لكون الباحث مدربا ومساعد باحث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

3-6 التجربة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولية في البحث والتي تساعد الباحث في إلقاء نظرة من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية وهي تجربة مصغرة للتجربة الرئيسية تتوفر فيها شروط وظروف التجربة الرئيسية قدر الامكان حتى يمكن الاستفادة من نتائجها ، عمل الباحث التجربة الاستطلاعية يوم (2022/1/10) للاستعداد للتجربة الرئيسية للتعرف على :

- التعرف على صلاحية الاختبارات المستخدمة في الدراسة
- زمن وكيفية أداء الاختبارات.
- التعرف على الصعوبات المحتمل مواجهتها أثناء التجربة الرئيسية.
- تعريف فريق العمل المساعد* بما مطلوب منهم .

3-7 الاختبار القبلي :

قام الباحث بتطبيق الاختبار القبلي على مجموعة البحث في يوم (الاربعاء) الموافق (2022/1/12) في الساعة (9

AM) صباحا .

الاختبار الاول :

اختبار التهديد من الحركة السلمية بعد اداء الطبطبة

الهدف من الاختبار :يهدف الى تقييم دقة التهديد وسرعة الطبطبة والتهديد من الحركة السلمية لدى المختبر

الادوات :ملعب كرة السلة (هدف كرة سلة) - كرة سلة

طريقة الاداء :يقوم اللاعب باداء الطبطبة من نقطة الانطلاق الى السلة باتجاه الهدف

▪ شروط الاختبار :

▪ يمنح للاعب او المختبر (10 محاولات) للتهديد

▪ يشترط اداة الحركة (الطبطبة) بشكل صحيح

▪ لا تحتسب الكرة التي تدخل الهدف بعد خط قانوني

احتساب النقاط:

▪ يحسب لكل محاولة ناجحة في التهديد نقطة واحدة .

اعلى نقطة يحصل اللاعب عليها (10 نقاط)

3-8 المنهج التدريبي:

لأجل الحصول على التمارين الخاصة المناسبة لعينة البحث قام الباحث بالاطلاع على المصادر والمراجع الخاصة بعلم

التدريب الرياضي والفسولوجيا الرياضي التي تكون كفيلة بإغناء الباحث بالمعلومات التي تساعد في وضع التمرينات الخاصة

لغرض اعداد الوحدات التدريبية لعينة البحث ، وإضافة لذلك الاستعانة بخبرة السيد المشرف ، اعد الباحث مجموعة من التمرينات

البدنية لأفراد عينة البحث مراعيًا الإمكانات المتوفرة ومستوى عينة البحث مستنداً في إعدادها إلى الأسس العلمية للتدريب وإلى

بعض المصادر والمراجع العلمية ، فضلاً عن آراء بعض المختصين في مجال التدريب .

كانت مدة المنهج التجريبي (8) اسبوع.

كان عدد الوحدات التدريبية (3) وحدة في الاسبوع.

كان مجموع الوحدات التدريبية (٢٤)

كان زمن الوحدة التدريبية (20- 40)دقيقة من القسم الرئيسي.

كان شدة الحمل التدريبي بدأت 80 % ووصلت 100%

كان زمن الاداء للتمارين تتراوح بين (جزء من الثانية - 15) ثواني

كان الراحة بين التمرينات (٢) دقيقة لما فوق

كما تم حساب الشدة على أساس النبض وذلك على وفق القانون الآتي:

$$\text{أقصى نبض} \times \text{الشدة المطلوبة}^1$$

١٠٠

3-9 التجربة الرئيسية :

قام الباحث باجراء تجربته الرئيسية على عينة البحث بعد اجراء الاختبارات القبلية قبل البدء بالتجربة الرئيسية والتي

ستتضمن عدد من الوحدات التدريبية ، وبعد الانتهاء منها سيجري الباحث الاختبارات البعيدة .

3-10 الاختبارات البعدية:

بعد انتهاء التجربة الرئيسية قام الباحث مع فريق العمل المساعد بإجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث للحصول على البيانات المطلوبة لتحليلها احصائيا والحصول على نتائج البحث في يوم (الاحد) الموافق (2022/3/20). الساعة (9) صباحا بحضور السيد المشرف والجهاز الطبي لدى من العاملين في مختبر (نوروز) الواقع في منطقة سرجنار لسحب نماذج الدم من افراد عينة البحث 3-10 الوسائل الاحصائية :

سيستخدم الباحث عدد من الوسائل الاحصائية التي سيتمكن الباحث من خلالها الحصول على نتائج دراسته وفق البرنامج الاحصائي spss .

3-11 -ضبط المتغيرات لأفراد العينة :

وهي متعددة في هذا البحث وتم ضبطها على هذا النحو:

- وقت إجراء الاختبارات والوحدات التدريبية تم في نفس وقت إجراء الحصص التدريبية وفي ظروف مناخية متقاربة من حيث درجة الحرارة - .تمت التدريبات بنفس الوسائل
- تم ضبط عدد التكرارات وزمن الأداء .

4- عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل الرابع على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، التي توصل اليها الباحث من خلال اجراء الاختبارات القبليّة والقياسات وتطبيق تمرينات (الساكيو) المعدة من قبل الباحث واجراء الاختبارات والقياسات البعدية للعينة، ولقد تم جمع البيانات وتنظيمها وتبويبها في جداول توضيحية ثم تم معالجتها احصائيا للوصول الى النتائج النهائية لتحقيق اهداف وفروض البحث. 4-1 مناقشة نتائج المهارات المركبة (التصويب السلمي) القبلي والبعدى

جدول (1):اختبار شكل توزيع البيانات للمهارات في الدراسة

المهارات	شابيرو - ويلك		
	قيمة الاختبار	درجة الحرية	مستوى المعنوي
التصويب السلمي - قبلي	0.932218764	7	0.570
التصويب السلمي بعدي	0.818088776	7	0.062

المصدر: إعداد الباحث، بالاعتماد على نتائج الحاسب الألكتروني(SPSS)

يبين الجدول اعلاه ان اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات، أي طبيعة البيانات و شكل توزيعها، ويتضح أن اختبار شابيرو - ويلك المبينة غير دالة عند مستوى دلالة (0.05)، أي معدل ثقة (0.95)، حيث أن قيمة مستوى الدلالة لكل المهارات اكبر من (0.05)، وبذلك تتبع بيانات الدراسة توزيعا طبيعيا، لذلك يجب أن يتم استخدام اختبارات معلمية في تحليل المهارات

جدول (2):اختبار شكل توزيع البيانات للمهارات و المتغيرات الفسيولوجية (القبليّة) في الدراسة

المهارات	شابيرو - ويلك		
	قيمة الاختبار	درجة الحرية	مستوى المعنوي
ldh1 - قبلي (1)	0.847	7	0.116
ldh3 - قبلي (2)	0.909	7	0.391
cpk1 - قبلي (1)	0.259	7	0.170
cpk3 - قبلي (2)	0.913	7	0.420
ldh1 - بعدي (1)	0.844	7	0.109
ldh3 - بعدي (2)	0.943	7	0.664
cpk1 - بعدي (1)	0.885	7	0.252
cpk3 - بعدي (2)	0.856	7	0.139

المصدر: إعداد الباحث، بالاعتماد على نتائج الحاسب الألكتروني (SPSS)

يبين الجدول اعلاه ان اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات، أي طبيعة البيانات و شكل توزيعها، ويتضح أن اختبار شابيرو- ويلك المبينة غير دالة عند مستوى دلالة (0.05)، أي معدل ثقة (0.95)، حيث أن قيمة مستوى الدلالة لكل المهارات اكبر من (0.05) ماعدى حالتين، وبذلك تتبع بيانات الدراسة توزيعا طبيعيا، لذلك يجب أن يتم استخدام اختبارات معلمية في تحليل المهارات.

4-2 تم اختبار تأثير للمنهج التدريبي (تدريبات ساكيو) في بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى العينة البحث المستخدمة بكرة السلة لاعبي (3×3)، كما مبين في الجدول الادنى:

جدول (3): نتائج اختبار تاثير المتغير (السلمى - قبلي) على المتغيرات الفسيولوجية

Beta معلمة	اختبار F		اختبار t			المتغيرات الفسيولوجية
	مستوى المعنوي	المحتسبة	مستوى المعنوي	المحتسبة		
0.240	.6040	0.306	0.604	0.553	6%	ldh1 - قبلي (1)
- 0.101	.8290	0.052	0.829	-0.227	1%	ldh3 - قبلي (2)
0.334	.4640	0.628	0.464	0.792	11%	cpk1 - قبلي (1)
- 0.346	.4470	0.681	0.447	-0.825	12%	cpk3 - قبلي (2)
0.980	.000	146.660	0.000	12.110	96%	ldh1 - بعدي (1)
0.989	.000	257.572	0.000	16.049	98%	ldh3 - بعدي (2)

0.894	.003	23.965	0.003	4.895	80%	cpk1 - بعدي (1)
0.988	.000	253.892	0.000	15.934	98%	cpk3 - بعدي (2)

الانزيمات هي مفاتيح التفاعلات الطاقة ولكي تتم احوال الطاقة فانها تمر بسلسلة من التفاعلات تتخذ مرتبة ولا يتم الانتقال من خطوة الى اخرى الا بفعل انزيم معين حيث تقوم الانزيمات بتحفيز وتسوية التفاعلات المطلوبة لتحويل الطاقة وبدونها لن تتحرر الطاقة

ويرى الباحث ان التغير الحاصل في انزيم (LDH) جاءت من استفادة اللاعبين من التمرينات المستخدمة في الدراسة محدثا فرقا معنويا بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى افراد العينة زيادة في نسبة تراكم الانزيم في الدم بعد اخذ الدم من اللاعبين . والامارين المستخدم (الساكيو) مع اجراء التغيرات في فترات الراحة بين التمارين وبين المجاميع ادت دورها في اعادة الاستشفاء لدى العينة اتفاقا مع دراسة (الدباغ واخرون، 2019) محدثا فرقا معنويا وزيادة هذه الانزيمات في مصل الدم مؤشر للنخر الخلوي وتلف الانسجة بعد ممارسة التمارين الرياضية

يبين من جدول اعلاه ان متغير (ldh 1) في الاختبار القبلي بلغت القيمة المحتسبة (0.0553) بينما في الاختبار البعدي ارتفعت الى (12.110) بينما في البعدي القبلي كانت النتيجة (-0.227) بينما في البعدي البعدي ارتفعت الى (16.049) كما نسبة مستوى المعنوى ل (ldh1) 0.604 الى 0.000 في القبلي البعدي ومن 0.829 الى 0.000 من البعدي القبلي الى البعد البعدي اذ استنتج الباحث ان التمرينات الساكيو كان المؤثر الاول في تغير البيانات الاول موازيا مع دراسة (الدباغ ،احمد عبد الغنى و ملاعلو ،احمد يونس ،2019) كما كان الحاصل في (F اختبار) في القبلي القبلي القيمة المحتسبة (0.306) ومستوى المعنوى (6040.) اما القبلي البعدي (0.052) الى (8290.) اذ تغيرت النتيجة من البعدي القبلي (146.660) وبمستوى معنوى (000.) الى البعدي البعدي (257.572) الى (000.) .

4-3 مناقشة نتائج متغير CPK- القبلي والبعدي

من خلال عرض والتحليل لنتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في جدول (1-9) حيث ظهرت هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي والمجموعة التجريبية في متغير كرياتين فوسفات كينيز متزامنا مع دراسة (اللامى ،2014) ويعزو الباحث افضلية نتائج الاختبارات للمجموعة التجريبية في اختبارهم البعدي الى استخدام الوحدات التدريبية لتمرينات الساكيو في تطور متغيرات البحث ،

تمرينات الساكيو المستخدمة في الدراسة سوا كانت السرعة او الرشاقة والانطلاقة الحركية مع الشدة المستخدمة في الدراسة احدثت تغيرات في نسبة تركيز ال (CPK) لدى افراد العينة والتدريب الحاصل وتأثيرها على العضلات المدربة والجهد المبذول ادت الى ارتفاع تراكم الانزيم اذ ان القدرة العالية والسرعة الحركية والدوران مع الاستخدام الكرة اودونها حسنت من الاداء العضلى . من جدول (2) يبين ان متغير cpk في القبلي القبلي كانت بنتيجة محتسبة (0.729) و مستوى معنوى (0.464) و اذ تغيرت في القبلي البعدي ال (4.895) ومستوى معنوى (0.003) في اختبار (t) لكن النتيجة في (f) اختبار كانت بشكل (0.628) للقيمة المحتسبة و (4640.) فبالقبلي القبلي و (23.965) القيمة المحتسبة و (003) مستوى معنوى ، اما في القيمة المحتسبة في البعدي القبلي (0.681) ومستوى معنوى (4470.) والبعدي البعدي (253.892) و مستوى معنوى (000.) محتبا مع دراسة (اللامى ، حكمت عادل .2014) في التغيرات الحاصلة في المتغير والنتائج حسنت كان للبرنامج التدريبي تاثيرا واضحا على المتغيرات الفسيولوجية المستخدمة في الدراسة والتغير في نتائج المتغيرين الى افضل ومستوى معنوى افضل.

اختبار فروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمهارات:

فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي فى المهارات المركبة افراد العينة، ويمكن وصف المهارات في هذه الدراسة كما مبين في جدول (3) الادنى:

المهارات	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الخطاء المعياري
(السلمى) - قبلي	3.8586	0.18703	0.07069
(السلمى) - بعدي	3.7643	0.14741	0.05571

المصدر: إعداد الباحث، بالاعتماد على نتائج الحاسب الألكتروني(SPSS)

يوضح الجدول اعلاه متوسط، والانحراف المعياري، و متوسط الخطاء المعياري لكل اختبار قبلي و بعدي للمهارات في هذه الدراسة. اذ بلغ المتوسط القبلي (3.8586) و قلت النتيجة الى البعدي الى (3.7643) والانحراف المعياري من (0.18703) الى (0.14741) فى البعدي اذ قلت مسنوى الخطا من (0.07069) الى (0.05571) و التدريب اكثيف وفق النظام التدريبي (ساكيو) و ادا التمرينات بالشكل الصحيح والتزام اللاعبين اذ الى رفع مستوى السلمى وتقليل مسمى الخطاء فى المهارة

جدول (4): مقدار العلاقة بين قبل و بعد المهارات

المهارات	مقدار العلاقة	مستوى المعنوي
قبلي و بعدي (التصويب السلمى)	0.017	0.971

المصدر: إعداد الباحث، بالاعتماد على نتائج الحاسب الألكتروني(SPSS)

يوضح الجدول اعلا أن قيمة الارتباط والقيمة الاحتمالية لكل اختبار قبلي و بعدي في هذه الدراسة. ويلاحظ أن القيمة الاحتمالية للمهارة (LAYUP) بين اختبار قبلي و بعدي تساوي (0.971)، وأن هذه القيمة الاحتمالية اكبر من المستوى المعنوي (ألفا) التي تساوي (0.05). بمعنى اخر ان ليس هناك علاقة بين نتائج الاختبارالقبلي والبعدي للمتغير (LAYUP)، وبالتالي يمكن قبول الفرضية العدم التي تنص على عدم وجود علاقة بين الاختبار القبلي والبعدي للمهارة (LAYUP).

جدول (5): نتائج اختبار t للاختلافات بين المهارات القبلي والبعدي في العينة

المهارات	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط خطاء المعياري	حدود الثقة للفروق 95%		tاختبار	درجة الحرية	مستوى المعنوي
				الحد الأدنى	الحد الأعلى			
قبلي وبعدي (التصويب السلمى)	-1.286	1.799	0.680	-2.950	0.379	-1.890	6	0.108

المصدر: إعداد الباحث، بالاعتماد على نتائج الحاسب الألكتروني (SPSS)

يتضح من الجدول اعلان مقدار الاختبار t و الدلالة الاحصائية المتعلقة بهذا الاختبار، كما نشاهد في النتائج أظهرت نتائج الاختبار بأن لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القبلي والبعدي للمهارة (LAYUP) عند مستوى (0.10). ومن الجدول (5) يلاحظ أن قيمة مستوى المعنوي للاختبار أعلاه تساوي 0.108 وهي اكبر من المستوى المعنوي (α) أي يعني ، لا يمكن رفض فرضية العدم التي ينص على "أن متوسط الاختبار قبلي و البعدي هو نفسه في المهارة (السلمى)". وهذا تدل أن المتوسطين متساويين ولا يوجد فرق إحصائي بين متوسطي الاختبارين (القبلي و البعدي) في المهارة (LAYUP).

4-4 الاستنتاجات:

1- هناك تأثير للمنهج التدريبي (تدريبات ساكيو) في بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى العينة البحث المستخدمة بكرة

السلة لاعبي (3×3)

2- ليس هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي في المهارات المركبة لدى افراد العينة

4-5 التوصيات :

1- ضرورة استخدام الاساليب التدريبات والتمرينات الحديثة (ساكيو) وذلك لاهميتها لاكتشاف ما هو اهم وجديد في

التدريب الرياضى .

2- استخدام السرعة الانتقالية في البحوث حسب امكانية اللاعبين ومتطلبات اللعبة والدراسة .

3- اعداد برنامج تدريبي (ساكيو) وتأثيراتها على الجانب البدني للعبة كرة اسلة وكرة السلة 3×3

4- استخدام متغيرات فسيولوجية اخرى غيرالمتستخدم في هذه الدراسة

المصادر

- 1-الهيئة ,موفق اسعد محمود ,اساسيات التدريب الرياضي , محاضر علم التدريب , جامعة الانبار , 2011.
- 2- حسين ,مجيد جاسب واخرون , دراسة مقارنة للتكيفات الحاصلة في لاكتات الدم وبعض الأنزيمات والهورمونات للاعبي كرة القدم على وفق خطوط اللعب المختلفة ,مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية ,العدد الاول , 2009
- 3- طلال سعيد النجفي: علم الخلية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1994
- 4-عبد المالح ,فاطمة , مقدمة عامة في التدريب ,المحاضرة رقم (1) , ماجستير , (2019-2020).

5-Cronin JB and Hansen KT , strength and power predictors of sports speed .(j strength cond res , 2005) p349

6-William E. Prentice: Arnheim's Principle of Athletic Training A Competency- Based Approach, Mc Graw- Hill, USA

الدورة الصغرى	اليوم	التمرين المستخدم في الوحدة التدريبية	هدف التمرين المستخدم في الوحدة التدريبية	الشدة المستخدمة	معدل زمن اداء التمرين بالثانية	عدد التكرارات	عدد المجاميع	معدل زمن الراحة بين التكرارات بالثانية	معدل زمن الراحة بين المجاميع والتمارين
الاولى	الاحد	5+7	السرعة الحركية	%85		4	4	3:1	2-1
		50+19	رشاقة + مهاري	%85	10 ثا + 8 ثا	4	3	3:1	2-1
		37+4	سرعة الانطلاقة	%85		10 ثا/د	4	1 د	2-1
		40	قوة الانفجارية		-	10	4	3:1	2-1
	الثلاثاء	11	الاستجابة الحركية	%85	8 ثا	1	4	3:1	2-1
		5+7	السرعة الحركية	%85	4 ثا +	4	4	3:1	1 د
		15+19+3 5	الرشاقة + مهاري انطلاقة حركية	%85	10 ثا + 10 ثا +	4	4	3:1	2-1 د
		15	الاستجابة الحركية	%85	10 ثا	4	1	4:1	2 د
	الخميس	50+19	الرشاقة + مهاري	%85	10 ثا + 8 ثا	4	4	3:1	2-1 د
		40	القوة الانفجارية	%85	-	10	4	3 ثا	2 د
		11	الاستجابة الحركية + مهاري	%90	12 ثا	1	3	-	2 د
		24+50	الرشاقة الحركية + مهاري	%90	10 ثا	3	3	90 ثا	2 د
الثانية	الاحد	1+4	السرعة الحركية	%90	8 ثا + 10 ثا	4 + 6	4 + 3	90 ثا	2-1 د
		40	القوة الانفجارية	%90	-	8	4	1 د	2 د
		1+4	السرعة الحركية + مهاري	%90	8 ثا + 10 ثا	4 + 6	4 + 3	90 ثا	2-1 د
		50+24	الرشاقة الحركية + مهاري	%90	10 ثا	3	3	90 ثا	2 د
	الثلاثاء	37	سرعة الانطلاقة	%90	10 - 8 ثا	5	3	1 د	2 د
		15	الاستجابة الحركية	%90	10	3	1	1 د	2 د
		50+24	الرشاقة	%90	10 ثا + 8 ثا	5	3	1 د	2 د
		37+1+4	السرعة الحركية + انطلاقة	%90	8 ثا + 8 ثا	5	3	2-1 د	2-4 د
	الخميس	15	الاستجابة الحركية	%90	10	3	1	1 د	2 د
		50+24	الرشاقة	%90	10 ثا + 8 ثا	5	3	1 د	2 د
		37+1+4	السرعة الحركية + انطلاقة	%90	8 ثا + 8 ثا	5	3	2-1 د	2-4 د
		37+1+4	السرعة الحركية + انطلاقة	%90	8 ثا + 8 ثا	5	3	2-1 د	2-4 د

الثالث	الاحد	2+1	السرعة الحركية	%95	10 ثا 7+ ثا	3	3	1 د	2 د
		3+24	رشاقة + مهاري	%95	10 ثا	5	2	1 د	2 د
		40+37	سرعة الانطلاقة قوة الانفجارية	%95		8	4	2 د	3 د
	الثلاثاء	15	الاستجابة الحركية	%95	10 ثا	1	5	120 ثا	3 د
		2+1	السرعة الحركية	%95	10 ثا 7+ ثا	3	3	1 د	2 د
		3+24+37	الرشاقة + مهاري انطلاقة حركية	%95	10 ثا كل	5 4+4+	3	1 د	2 د
	الخميس	11	الاستجابة الحركية	%95	12 ثا	1	5	1 د	2 د
		3+24	الرشاقة + مهاري	%95	10 ثا	5	2	1 د	2 د
		40	القوة الانفجارية	%95	---	10	3	2 د	3-4 د

أثر استراتيجية خرائط المفاهيم في تعلم وتحصيل بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب الصف الثاني المتوسط

م. د. حسن عبد المنعم احمد الشمري

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث التعرف على أثر استراتيجية خرائط المفاهيم في تعلم وتحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط في بعض المهارات الأساسية بكرة اليد ، وتكمن مشكلة البحث بوجود ضعف في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد فضلا عن استخدام طرائق التدريس القديمة ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع الأصل البالغ عددهم (130) طالبا من طلاب الصف الثاني المتوسط في متوسطة الرشيد للبنين / الكرخ الأولى ، الشعب (أ ، ب ، ج) ، وبطريقة القرعة تم اختيار عينة البحث المتمثلة بشعبة (ج) والبالغ عددهم (44) طالبا. وأجرى الباحث تجانس وتكافؤ بين عينة البحث ، ومن ثم تم تحديد المنهاج التدريبي الذي يتكون من (15) وحدة تعليمية ، وأجرى الباحث الاختبارات القبليّة قبل تنفيذ المنهاج التعليمي وبعد الانتهاء منه أجرى الباحث الاختبارات البعدية بنفس ظروف الاختبارات القبليّة ، وأخيرا عالج الباحث البيانات الناتجة احصائيا بما يناسبها. واستنتج الباحث إن استراتيجية خرائط المفاهيم لها تأثيرا إيجابيا فعّالا في تعلم واستبقاء تحصيل بعض المهارات الأساسية بكرة اليد فضلا عن المنهاج الذي استخدمه الباحث ذو تأثير إيجابي في تعلم وتطوير المهارات قيد البحث .

Abstract

The effect of the concept maps strategy in learning and cognitive achievement some basic handball skills for the second intermediate grade students

By

Dr. Hassan Abdel Moneim Ahmed Al-Shamry

The aim of the research is to identify the impact of the concept maps strategy in learning and cognitive achievement some basic handball skills for the second intermediate grade students. The research sample was chosen by the intentional method from the original population of (130) students of the second intermediate grade in Al-Rasheed Intermediate School for Boys / Karkh, the people (A, B, and C), and by lottery method, the research sample was selected, represented by Division (C) numbering (44) students and the students who failed and who were exempted were excluded because of a medical report and those who practiced the game. The sample became (40) students and constituted a percentage (30.8%) of the original population. The researcher concluded that the concept maps strategy has an effective positive effect in learning and cognitive achievement, as well as the curriculum used by the researcher has a positive effect in learning and developing the skills under research.

1 - التعريف بالبحث :

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث :

إن التدريس عملية تنظيمية شاقة تحتاج النظر الى الطلبة لكي نكشف ما لديهم من قدرات وإمكانيات فضلا عن معرفة نقاط القوة والضعف لديهم ، بحيث يعمل مدرس التربية الرياضية من خلال خبراته المتراكمة العمل على تذليل نقاط الضعف وتعزيز نقاط القوة ، لذا يضع المدرس استراتيجيات تدريسية تناسب الطلاب ولكي يتحقق ذلك فلا بد من توفر بعض الأمور التي تعينه في ذلك منها التشخيص لحالة الطلبة ومن ثم معرفة أي الأساليب التدريسية المناسبة لهم أي حسب الموقف التعليمي ومعرفة ميولهم نحو التدريس ان كان بالطريقة الكلية أم الطريقة الجزئية فضلا عن التعرف على نقاط القوة والضعف لديهم ، حيث ان " اتقان المتطلبات الأساسية التي ترتبط بموضوع أو هدف تعليمي معين يعد شرطاً أساسياً للتعلم الجديد ، أي ان سيطرة الطالب على تلك المتطلبات تجعل عملية تعلمه للأهداف الجديدة المترتبة بها أمراً ميسوراً " (10 : 42) .

فيرى ليدل هارت بان الاستراتيجية هي " فن توزيع واستخدام مختلف الوسائل والأساليب لتحقيق الهدف " (5 : 217) ان مفهوم استراتيجية التدريس تعني " هي مجموعة من الإجراءات الإرشادية التي تحدد وتوجه مسار عمل المعلم للوصول الى مخرجات أو نواتج تعلم محددة منها عقلي معرفي أو وجداني أو نفسي حركي " (11 : 105) .

وتعد خرائط المفاهيم من الاستراتيجيات التدريسية التي تمهد للتعلم وتعتمد على نظرية اوزبل ونوفاك وجيجيد ، حيث تعرف خرائط المفاهيم بأنها عبارة عن " شكل تخطيطي يربط المفاهيم ببعضها البعض عن طريق خطوط أو أسهم يكتب عليها كلمات تعرف بكلمات الربط تبين العلاقة بين مفهوم وآخر وعند اعداد هذه الخرائط يراعى وضع المفاهيم الأكثر عمومية في قمة الشكل ثم تندرج المفاهيم الأقل فالأقل " (4 : 213) ، فخرائط المفاهيم هي خرائط توضح للطلاب تسلسل المعلومات والفكرة الرئيسية والأفكار المرتبطة بها فضلا عن توضيح الأسباب والنتائج وتقران بين فكرتين والعلاقات بين الأجزاء وقد تكون هرمية الشكل أو مترابطة أو تكاملية أو مفاهيمية ، اذن هي خطة عمل يقوم بها المدرس تهدف الى تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية فضلا عن التفاعل الذي يحدث بين الطلاب أثناء الدرس .

فالمدرس الناجح هو الذي يقوم بالتنوع في الطرائق والأساليب التدريسية المستخدمة ، فالتنوع هو " ان لا يبقى المعلم معتمدا على طريقة أو وسيلة واحدة في تدريس دروسه ، ذلك ان الأمر يقلل من مستوى اهتمام الطلبة ودافعيتهم ، اذ ان المتعلم في حاجة دائمة الى اثارة مواقف أو مشكلات تجعلها أكثر استعدادا لتركيز الانتباه " (11 : 72) ، فالتدريس الفعال هو " الذي يقوم على التنوع في الأساليب وفي الدرس الواحد يمكن استخدام عدة أساليب مع تنوع للأنشطة والتشكيلات التي يتخذها التلاميذ في أثناء الدرس مع مراعاة تقديم التعزيز بنوعيه الإيجابي والسلبي للتلاميذ " (2 : 131) .

ان وظيفة المدرس " تقديم المعلومات والحقائق فضلا عن دور الموجه والمنظم للخبرات التعليمية ، دور الميسر لعملية التعلم الذي يأخذ بيد التلميذ ليدعمه بما ينفعه من خبرات تتناسب مع استعداداته وقدراته ومطالب مجتمعه " (9 : 89) ، لذا فالمدرس الذكي " من خلال عملية التدريس يجب ان يكون لديه القدرة على الانتقال من أسلوب تدريسي الى أسلوب آخر عندما تكون هناك أهداف معينة تتطلب ذلك " (3 : 95) .

فمثلا الوحدات التعليمية التي تمتاز بالتنوع والتغير المستمر تبعث روح الفرح والمتعة والسرور فضلا عن اثارة دافعية الطلاب نحو الدرس والعكس صحيح .

ومن خلال ما تقدم تكمن أهمية البحث في استخدام استراتيجية خرائط المفاهيم ومعرفة أثرها في تعلم وتحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط في بعض المهارات الأساسية بكرة اليد .

1 - 2 مشكلة البحث .

من خلال اطلاع الباحث على تطبيق درس التربية الرياضية الروتيني بالاعتماد على الطرائق والأساليب القديمة أي عدم التنوع الذي أدى الى حدوث الملل لدى الطلاب فضلا عن الضعف في تعلم الطلاب للمهارات الأساسية بكرة اليد ، من هنا انبثقت

مشكلة البحث فارتأتى الباحث الى تطبيق استراتيجية جديدة في التعلم وهي استراتيجية خرائط المفاهيم في تنفيذ الدرس وذلك لجعل الطالب يعمل على اشغال تفكيره في رسم ما تعلمه أثناء الدرس على شكل إشارات والتي من شأنها ان ترسخ هذه المعلومات في ذاكرته فضلا على الإفادة من التغذية الراجعة من قبل المدرس .

1 - 3 هدفنا البحث .

1. التعرف على أثر استراتيجية خرائط المفاهيم في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب الصف الثاني المتوسط

2. التعرف على أثر خرائط المفاهيم في تحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد

1 - 4 فرضا البحث .

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث ولصالح الاختبار البعدي .

2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : بعض طلاب الصف الثاني المتوسط من احدى مدارس بغداد - الكرخ الأولى .

1 - 5 - 2 المجال الزمني : لفترة من 2018/2/18 لغاية 2018/5/8 .

1 - 5 - 3 المجال المكاني : ساحة متوسطة الرشيد للبنين .

2 - اجراءات البحث :

2 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته طبيعة مشكلة البحث .

2 - 2 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع الأصل للبحث والبالغ عددهم (130) طالبا من طلاب الصف الثاني المتوسط في متوسطة الرشيد للبنين / الكرخ الأولى ، الشعب (أ ، ب ، ج) ، وبالقرعة تم اختيار شعبة (ج) والبالغ عددهم (44) طالبا وتم استبعاد الطلاب الراسبين والمعفيين بسبب تقرير طبي والممارسين للعبة واصبحت العينة (40) طالبا وشكلت نسبة مئوية (30,8 %) من مجتمع الأصل و قسمت العينة بالطريقة العشوائية الى مجموعتين الأولى التجريبية التي طبقت أسلوب خرائط المفاهيم والثانية الضابطة طبقت الأسلوب التقليدي و تبلغ كل مجموعة (20) طالبا .

ثم قام الباحث بأجراء التجانس بين عيتي البحث من خلال استبعاد الطلاب الراسبين والمعفيين من درس الرياضة بتقرير طبي والممارسين للعبة ، " ولكي يستطيع الباحث ارجاع الفروق العامل التجريبي ، يجب ان تكون المجموعتين التجريبية والضابطة متكافئتين تماما في الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعة التجريبية دون الضابطة " (8 : 35) .

لذا قام الباحث بأجراء عملية التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات التحصيلية و المهارية القبلية كما مبين في الجدول (1) .

جدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في اختبارات التكافؤ (المهارية والتحصيلية) للمجموعتين التجريبية

والضابطة وقيمة (F) المحسوبة ومستوى الدلالة

القياسات المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة F المحسوبة	الدلالة الحقيقية
		سـ	ع	سـ	ع		
الطبطة	ثانية	11,9	1,07	8,4	0,94	0,08	غير معنوي

المناولة	عدد المرات	12,7	0,98	15,8	0,93	0,94	غير معنوي
التصويب	عدد النقاط	5,55	0,89	5,40	0,94	0,04	غير معنوي
التحصيلي	30 سؤال	11,9	1,47	11,5	1,28	0,54	غير معنوي

- علما ان القيمة F الجدولية (4,39) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (38) .
يتبين من الجدول (1) ان قيمة (F) المحسوبة أقل فرق من القيمة الجدولية في اختبارات التكافؤ ، مما يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى المهاري والتحصيلي بينهما .

2 - 3 الاختبارات المستخدمة :

من خلال اطلاع الباحث على الاختبارات المقننة للمهارات قيد البحث في لعبة كرة اليد الموجودة في المصادر العلمية تم اختيار البعض منها وعرضها على الخبراء والمختصين، كما في الملحق (1) لتبيان الأنسب منها لهذه المرحلة الدراسية ، وقد تم اختيار الاختبارات التي حصلت على أعلى نسبة من الاتفاق والتي كانت ما بين (70 - 90) % كما مبين في الجدول (2) ، وعرض الباحث أيضا الأسئلة التحصيلية على الخبراء والمختصين وحصل اتفاقهم على صلاحية الأسئلة مع اجراء بعض التعديلات عليها ، وظهرت بالصيغة النهائية ، كما في الملحق (2)

جدول (2) يبين نسبة اتفاق آراء الخبراء والمختصين للاختبارات المهارية المرشحة

المهارات	الهدف من الاختبار	عدد الخبراء	نسبة الاتفاق
الطبطة	قياس مهارة الطبطة بخط مستقيم (30) م في الثانية .	3	42.9 %
	قياس مهارة الطبطة المتعرجة بين الشواخص (15) م في الثانية .	6	85.7 %
	قياس مهارة الطبطة (22) م في خط مستقيم .	2	28.6 %
المناولة	قياس التوافق وسرعة المناولة على الحائط (3) م في (30) ثانية .	5	71.4 %
	قياس المناولة والاستلام على الحائط .	1	14,3 %
التصويب	قياس التوافق وسرعة المناولة على الحائط (3) م في (45) ثانية .	3	42,9 %
	قياس التصويب من الثبات (10) كرات من خط ال 9 متر .	2	28,6 %
	قياس دقة التصويب من مسافة (6) م .	4	57,1 %
	قياس دقة التصويب من مسافة (7) م .	6	85.7 %

2 - 3 - 1 اختبار الطبطة (1 : 113) .

- اسم الاختبار - اختبار طبطة الكرة المستمر باتجاه متعرج مسافة (15) م ذهابا وإيابا .
- الهدف من الاختبار - قياس مستوى مهارة الطبطة .
- الأدوات المستخدمة - كرة يد - (5) شواخص - ساعة توقيت .
- طريقة الأداء - تثبيت (5) شواخص في خط مستقيم المسافة بين الواحد والآخر (3) م .
- طريقة التسجيل - يقوم الطالب بالطبطة مع الركض بين الشواخص ذهابا وإيابا ويسجل الزمن الأقرب (بالثانية) .

2 - 3 - 2 اختبار المناولة (6 : 418) .

اسم الاختبار - اختبار قياس سرعة المناولة على الحائط لمسافة (3) م .

الهدف من الاختبار - قياس توافق وسرعة المناولة على الحائط .

الأدوات المستخدمة - كرة يد - جدار - ساعة توقيت .

طريقة الأداء - يقف الطالب على بعد (3) م عن الحائط وعند الإشارة يقوم بتمرير الكرة الى الحائط واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في زمن محدد قدره (30) ثانية .

طريقة التسجيل - تحتسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (يحتسب عدد مرات استلام الكرة)

2 - 3 - 2 اختبار التصويب (6 : 425) .

اسم الاختبار - اختبار قياس دقة التصويب بكرة اليد .

الهدف من الاختبار - قياس دقة التصويب بكرة اليد .

الأدوات المستخدمة - هدف كرة يد مرسوم على حائط بأبعاد (3 × 2) م ، بحيث يكون الشكل ملامس بخط تلاقي الجدار بالأرض ويقسم الى (9) مستطيلات ويرسم خط بطول (7) م من الهدف المرسوم .

طريقة الأداء - يقوم الطالب بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع تسجيل من تصيب كرتة المستطيل رقم (1 ، 3 ، 7 ،

9) والتي تمثل الزوايا وأبعادها (100 × 60) سم ينال (4) درجات ، اما الذي يصيب (2 ، 8) وتمثل الزوايا

وأبعادها (100 × 60) سم ينال (3) درجات والذي يصيب (4 ، 6) والذي يمثل منطقة ذراعي

المرمى وأبعادها (100 × 80) سم ينال درجتين والذي تصيب كرتة المستطيل الأوسط والذي يمثل صدر وجذع

الطالب والذي تمثل أبعادها (100 × 80) سم ويستحق درجة واحدة وإذا خارج المرمى يعطى

صفر درجة .

طريقة التسجيل - تحتسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (يحتسب عدد مرات استلام الكرة) .

2 - 4 الأدوات والوسائل المستخدمة :

(ملعب كرة يد - كرات يد عدد (10) - شاخص (5) - قطع طباشير - شريط قياس - بورك - ساعة توقيت عدد 2

- استمارة تسجيل النتائج - استمارة الملاحظة - المصادر العربية - فريق العمل المساعد *) .

2 - 5 التجربة الاستطلاعية .

اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية مع فريق العمل المساعد على عينة من خارج عينة البحث من طلاب الصف الثاني

المتوسط وعددهم (30) طالبا في الاختبار التحصيلي وحصلت على معامل الثبات كرو نباخ الفا (0،869) و (5) طلاب في

الاختبارات المهارية وقد تم استبعادهم من التجربة الرئيسية ، ان الغاية من التجربة الاستطلاعية للوقوف على المعوقات التي قد

تصادف التجربة عند تطبيق الوحدات التعليمية للاختبارات التحصيلية و المهارية على التوالي وتمت في يوم الاحد والثلاثاء

المصادف (18 و20) و(25 و27) / 2 / 2018 .

2 - 6 الوحدات التعليمية .

* عبد الرحمن حسين / مدرس تربية رياضية / متوسطة بلال للبنين .

جعفر علي سلمان / مدرس تربية رياضية / متوسطة العراق الجديد للبنين .

لؤي سعدي / مدرس تربية رياضية / متوسطة المثنى للبنين .

استخدم الباحث نفس الوحدات التعليمية ضمن خطة الدرس والاختلاف فقط في المجموعة التجريبية التي يستخدم فيها خرائط المفاهيم ، وضمت (15) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع للفترة من يوم الأحد المصادف 11 / 3 / 2018 ولغاية يوم الاحد 29 / 4 / 2018 ، كما يبين الملحق (3 و 4) .

2 - 7 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة .

1. صدق الاختبار .

استخدم الباحث صدق المحتوى للاختبارات من خلال عرضها على الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس والمناهج والقياس والتقويم وقد اتفق الخبراء والمختصين على أنها تصلح لهذه المرحلة الدراسية .

2. ثبات الاختبار .

استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار لحساب الثبات على عينة مكونة من (5) طلاب من خارج عينة البحث وبنفس الظروف وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون لكل اختبار ، كما في الجدول (3) .

جدول (3) يبين معامل الثبات والصدق لاختبارات المهارات الأساسية المختارة

الاختبارات المستخدمة	معامل الثبات	معامل الصدق
الطبخية	0.92	0.96
المناولة	0.77	0.88
التصويب	0.78	0.88
التحصيلي	0.86	0.93

3. الموضوعية .

" أنها درجة الاتفاق فيما بين مقدري الدرجة ... وكلما كانت إجراءات تقدير الدرجة واضحة ومحددة تحديدا دقيقا زادت موضوعية الدرجة التي يحصل عليها المفحوص " (7 : 168 - 169) ، لذا فالاختبارات يجب ان تكون سهلة وواضحة ومفهومة لعينة البحث والتي يعدها الباحث بانها عالية الموضوعية بعيدة عن التحيز .

2 - 8 الاختبارات القبلية.

اجرى الباحث الاختبارات القبلية في يومي الأحد والثلاثاء المصادف 4 و 6 / 3 / 2018 وقد راعى فيها تثبيت الظروف الخاصة بالاختبار من طريقة تنفيذ الاختبار والمكان والزمان والأدوات و ذلك لتوفير نفس الظروف في الاختبارات البعدية .

2 - 9 الاختبارات البعدية .

تم إجراؤها في يومي الأحد والثلاثاء المصادف 6 و 8 / 5 / 2018 وتم توفير نفس ظروف الاختبارات القبلية قدر الإمكان .

2 - 10 المعالجات الإحصائية .

لغرض معالجة النتائج استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الملائمة للبحث وهي الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقانون T- test للعينات المترابطة و نسبة التطور.

3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

3 - 1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث .

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والدلالة الحقيقية

للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

الاختبار	القبلي		البعدي		قيمة ت		الدلالة	نسبة التطور
	س-	ع	س-	ع	المحسوبة	الجدولية		
الطبطة	11,9	1,07	9,3	0,92	23,13	1,73	معنوية	21,85
المناولة	12,7	0,98	14,7	0,98	27,57		معنوية	13,61
التصويب	5,55	0,89	7,05	0,83	9,75		معنوية	21,28
التحصيلي	11,2	1,47	19,55	1,7	30,46		معنوية	42,71

* معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) .

من خلال الجدول (4) يمكن ملاحظة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث ولمعرفة حقيقة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لهذين الاختبارين ، أجرى الباحث اختبار (ت) للعينات المترابطة لكل اختبار ، ففي اختبار الطبطة والمناولة والتصويب والتحصيلي كانت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (23,13) (27,57) (9,75) (30,46) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية (1,73) كانت المحسوبة لكل الاختبارات اكبر من الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وكانت نسبة التطور لاختبار الطبطة والمناولة والتصويب والتحصيلي على التوالي (21,85) (13,61) (21,28) (42,71) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

ويرى الباحث ان التطور الذي حصل في مستوى التعلم لدى أفراد المجموعة الضابطة يعود الى ان المنهاج المتبع في الدرس نتيجة لإلمام وكفاية وقدرة المدرس في تطبيق مفردات المنهج بصورة جيدة . وبهذا يكون الشطر الأول من الفرضية الأولى قد تحقق اذ ظهرت فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولكن التعلم الحاصل هو تعلم بسيط لا يلبي الطموح ولا يتناسب مع تطور اللعبة بشكل عام .

3 - 2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث .

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والدلالة الحقيقية

للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث

الاختبار	القبلي		البعدي		قيمة ت		الدلالة	نسبة التطور
	س-	ع	س-	ع	المحسوبة	الجدولية		
الطبطة	11,9	1,02	8,4	0,94	30,5	1,73	معنوية	29,41
المناولة	12,4	0,94	15,8	0,83	20,17		معنوية	21,52
التصويب	5,4	0,94	7,6	0,82	23,97		معنوية	28,95
التحصيلي	11,5	1,28	22,0	1,12	56,77		معنوية	47,73

* معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) .

من خلال الجدول (5) يمكن ملاحظة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث ولمعرفة حقيقة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لهذين الاختبارين ، أجرى الباحث اختبار (ت) للعينات المترابطة لكل اختبار ، فاختبار الطبطة والمناولة والتصويب والتحصيلي كانت قيمة (ت)

المحسوبة على التوالي (30.5) (20.17) (23.97) (56.77) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية (1.73) كانت لكل الاختبارات المحسوبة اكبر من الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (19) وكانت نسبة التطور لاختبار الطبطبة والمناولة والتصويب والتحصيلي على التوالي (29,41) (21,52) (28,95) (47,73) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

ويرى الباحث إن هذا التطور في مستوى التعلم لدى المجموعة التجريبية إلى استخدام أسلوب خرائط المفاهيم تتميز بانها تسهم بشكل كبير في زيادة المعلومات والمعارف التي تم تحصيلها من الطالب فضلا عن ان هذا الأسلوب يعمل على إعطاء الثقة للطالب في الأداء الصحيح " يكون الطالب قادرا على البحث عن المعرفة واكتشافها بنفسه ويكون دور المدرس خلق المواقف المناسبة التي تدفع الطالب الى اكتشاف الحقيقة " (9 : 76) .

ومن خلال ما تقدم فان تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لا يتم بصورته المعروفة إلا من خلال الاستخدام الأمثل للأساليب التدريسية فضلا عن التنوع فيها وبالتالي تحقيق الهدف المطلوب .

ويرى الباحث ان المنهج المعد من قبل الباحث أثر بشكل كبير في تطور المهارات لدى الطلاب وهنا تبرز أهمية استخدام أسلوب خرائط المفاهيم في التعلم لكونها " تساعد على بقاء أثر التعلم لأطول فترة (تزيد من قدرة الطلبة على الاحتفاظ) " (4 : 217) .

وهذا يحقق الشطر الثاني من الفرضية الأولى التي تشير الى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي .

3 - 3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث .

جدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والدلالة الحقيقية

للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

الاختبار	الضابطة		التجريبية		قيمة ت		الدلالة
	س-	ع	س-	ع	المحسوبة	الجدولية	
الطبطبة	9,3	0,92	8,4	0,94	4,5	2,03	معنوية
المناولة	14,7	0,98	15,8	0,83	5,24		معنوية
التصويب	7,05	0,83	7,6	0,82	2,89		معنوية
التحصيلي	19,55	1,7	22,0	1,12	5,67		معنوية

*معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) .

من خلال الجدول (6) وللتعرف فيما اذا كان هناك فرق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث في الاختبار البعدي ، نلاحظ وجود فروق معنوية بينهما في متغيرات البحث . أجرى الباحث اختبار (ت) للعينات المترابطة لكل اختبار ، فاختبار الطبطبة والمناولة والتصويب والتحصيلي كانت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (4.5) (24.5) (2.89) (5.67) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية (2.03) تكون المحسوبة لكل اختبار اكبر من الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية ولصالح المجموعة التجريبية .

ويرى الباحث هذه الفروق بين الاختبارين الى فاعلية خرائط المفاهيم التي زادت من تحصيلهم وفاعلية التمرينات المهارية المستخدمة أثناء الوحدات التعليمية فضلا عن فاعلية الطلاب ورغبتهم تنفيذها بفاعلية وانتظام .

وهذا ما يحقق الفرضية الثانية من البحث والتي تشير الى وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

وبهذا يكون الباحث قد حقق هدفا وفرضا البحث .

5 - الاستنتاجات والتوصيات .

5 - 1 الاستنتاجات :

- إن استخدام خرائط المفاهيم لها تأثيرا إيجابيا فعالا في تعلم واستبقاء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد .
- أفضلية خرائط المفاهيم في تعلم واستبقاء التحصيل لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد عن الطريقة التقليدية .
- ان التمرينات المستخدمة بشكل صحيح زادت من عنصري التشويق والمتعة وبالتالي ساعد الطلاب في التعلم والتطوير والتحصيل لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد
- ان للمنهج الذي اتبعه الباحث ذو تأثير إيجابي في تطوير المهارات قيد البحث .

5 - 2 التوصيات :

- التأكيد على استخدام خرائط المفاهيم في درس التربية الرياضية للصف الثاني المتوسط لفوائدها في تعلم وتحصيل واستبقاء المفاهيم الرياضية .
- استخدام خرائط المفاهيم في درس التربية الرياضية كوسيلة للتقييم وليس للتعلم فقط .
- اجراء دراسة مماثلة للصف الثاني المتوسط على عينة من الاناث .
- استخدام خرائط المفاهيم في مهارات أخرى وفعاليات رياضية أخرى .
- ادخال مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في دورات وتدريبهم على كيفية استخدام خرائط المفاهيم في التدريس

المصادر العربية

1. احمد خميس قاسم ؛ موسوعة كرة اليد العالمية ، ط1 : (بغداد ، ب . م ، 2011) .
2. احمد ماهر أنور وعلي محمد عبد المجيد وايمان احمد ماهر ؛ التدريس في التربية الرياضية ، ط1 : (القاهرة) دار الفكر العربي ، (2007) .
3. زكية إبراهيم كامل ونوال إبراهيم شلتوت وميرفت علي خفاجة ؛ طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط1 ، ج1 : (الإسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، 2007) .
4. غسان يوسف قطيط ؛ حوسبة التقويم الصفي ، ط1 : (عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2009) .
5. قاسم لازم صبر ويوسف لازم كماش وصالح بشير سعد ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : (الاسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة ، 2005) .
6. لؤي غانم الصميدي وآخرون ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي ، ط1 : (أبريل ، ب . م ، 2010) .
7. محمد نصر الدين رضوان ؛ المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006) .
8. منال عبد المجيد ؛ برنامج لتعزيز النمو المعرفي لمادة الرياضيات والتطور خلال درس التربية الرياضية : (رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد ، 1998) .
9. ناهد محمود سعد ونبيل رمزي فهم ؛ طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط2 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2004) .
10. نايفه قطامي ؛ مهارات التدريس الفعال ، ط1 : (عمان ، دار الفكر للنشر ، 2004) .

11. نوال إبراهيم شلتوت وميرفت على خفاجة ؛ طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط1 ، ج1 : (الإسكندرية ، دار الوفاء
للدنيا الطباعة والنشر ، 2007) .

ملحق (1)

الخبراء والمختصين والالقب العلمية ومكان العمل

ت	الاسم واللقب العلمي	مكان العمل	
1	أ. د عبد الوهاب غازي	تدريب كرة يد	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ . د إسماعيل محمد رضا	طرائق ومناهج	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ . د احمد عريبي عودة	علم نفس / كرة يد	الجامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ . د ثائر داود سلمان	اختبار وقياس	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ . د ايمان حسين	اختبار وقياس	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ. م . د احمد خميس	تدريب / كرة يد	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ. م . د فانتن غانم خليل	تدريب / كرة يد	وزارة التربية / مديرية النشاط الرياضي والكشفي

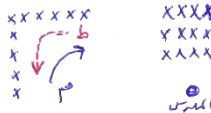
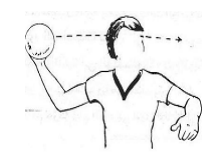
ملحق (2)

أسئلة الاختبار التحصيلي لمجموعتي البحث

س	الأسئلة
س1	التمرير الجيد يعني توصيل الكرة بأسرع وأدق ما يمكن للزميل .
س2	في حالة التصويب للجهة العليا من احدى الزوايا على حارس المرمى الدفاع بالذراع البعيدة عن المرمى .
س3	استخدام التنطيط بكثرة يعطي فرصة للفريق المنافس لأخذ المكان الصحيح للدفاع .
س4	التصويب هو تسديد الكرة نحو المرمى لإحراز هدف .
س5	يسمح للطالب بتنطيط الكرة ومسكها وتنطيطها للوصول الى المرمى .
س6	يجب ملاحظة خط منطقة المرمى أثناء التصويب .
س7	ملاحظة اتجاه التمرير أمر هام لقطع أو تشتيت الكرة .
س8	التمرير الكراجي نوعين هما من الارتكاز زمن الجري .
س9	التصويب على المرمى يحتاج الى توافق كلي للجسم .
س10	لا يستخدم رسغ اليد كثيرا في توجيه الكرة أثناء التصويب .
س11	تؤدي التمريرة الكراجية في مستويات مختلفة من أعلى الرأس من مستوى الحوض .
س12	يجب تمرير الكرة أو تصويبها عقب الاستحواذ عليها من التنطيط .
س13	ارتفاع الكرة عند التنطيط يكون في مستوى صدر الطالب .
س14	يمكن القيام بالتنطيط في حالة ابتعاد المهاجم عن المرمى الهجوم الخاطف .

س15	يجب على الطالب النظر للكرة أثناء التنطيط حتى لا يفقدها .
س16	يسمح للطالب أثناء التصويب على المرمى بأخذ عدة خطوات .
س17	يمكن أداء الرمية الحرة وأحد المهاجمين داخل ال 9 متر .
س18	يجب زيادة ميل الجذع للأمام بدرجة كبيرة أثناء التمرير لحفظ التوازن .
س19	التمرير الكرياجي من أكثر أنواع التمرير استخداما .
س20	التمرير مهارة حركية تحتاج الى سرعة انتقال .
س21	يمكن أداء التنطيط بعد استلام الكرة مباشرة .
س22	قدم الارتقاء في التصويب بالوثب هي قدم الهبوط .
س23	تنطيط الكرة يكون بارتفاع مستوى الحوض بقدر الإمكان .
س24	يعتبر التصويب الكرياجي من الارتكاز من أهم المهارات الدفاعية في كرة اليد .
س25	عند أداء تنطيط الكرة تكون حركة الذراع من مفصل الكتف .
س26	التنطيط في خط مستقيم أسرع منه في خط متعرج في كرة اليد .
س27	تستخدم التمريرة الصدرية للمسافات الطويلة في كرة اليد .
س28	قدم الارتقاء للطالب الأيمن أثناء التصويب هي القدم اليسرى .
س29	يكون التنطيط أمام الجسم مباشرة .
س30	التمريرة المرتدة هي تمرير الكرة للزميل بعد ارتدادها من الأرض .

ملحق (3)

الصف والشعبة	الثاني المتوسط	اسم الفعالية	كرة اليد		
الزمن	45 دقيقة	الهدف	تعليم مهارة التمريرة من فوق مستوى الكتف		
التاريخ	/ /	الادوات	ساحة - كرات يد		
الاهداف التعليمية		الاهداف التربوية			
• تعليم مهارة التمريرة من فوق مستوى الكتف		• تعويد الطلاب على الالتزام والتعاون والانضباط والمنافسة .			
نوع النشاط	الوقت	الاهداف السلوكية	الفعاليات والمهارات الحركية	التنظيم والاخراج	التقويم
القسم الاعدادي النشاط التنظيمي الاحماء العام	10 د 5 د	• ان يؤدي الطالب التمريرة من فوق مستوى الكتف بشكل صحيح • ان يمارس الطالب التمرينات البدنية التي تنمي عناصر اللياقة البدنية.	• تهيئة الادوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية . • تمارين بدنية من السير والهرولة .	     	التأكيد على الاداء الصحيح للتمارين فضلا عن تصحيح الاخطاء
التمرينات البدنية	5 د	يمارس الطالب التمرينات البدنية التي تنمي عناصر اللياقة البدنية.	(الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعان (10 مرات) . (الوقوف ، فتحا وجهها لوجه) الذراعان عاليا بزاوية قائمة بين المرفقين تشبيك اليدين بينهما ، قتل الجذع للجانبين بالتعاقب مع مرونتي الذراع جانباً (4		

التأكيد على التمريرة الصحيحة ويطلب المدرس من الطلاب أداء ذلك وفق النواحي الفنية للمهارة وكذلك تصحيح الأخطاء ، ويستمر المدرس في ذلك الى نهاية الوحدة التعليمية . التأكيد على ان يكون النشاط مستمر من		عدات) . (الوقوف وجها لوجه) مسك الايدي كل منهما الاخر القفز لأخذ كل منهما محل الأخر (حر) . (الوقوف ، فتحا) تدوير الذراعين للأمام ثم للخلف بالتعاقب . • شرح النواحي الفنية لمهارة التمريرة من فوق مستوى الكتف مع عرض خرائط مفاهيمية كوسيلة إيضاح للمهارة . ❖ مسك الكرة بطريقة صحيحة مع ملاحظة انتشار الزملاء في الفناء لأداء التمريرة بشكل صحيح . اخذ خطوة باتجاه الطالب الذي سيمرر له الكرة ووضعية الساقين للأمام والخلف معاكسة للذراع الرامية أثناء الرمي ثم مرجحة الذراع الممسكة بالكرة للأمام ثم للخلف) توضع كل خطوة داخل اطار دائري على السبورة) . يسأل المدرس الطلاب عن المهارة ويثبت الأجوبة على السبورة ويطلب منهم رسم خارطة المفاهيم من	• ان يعرف الطالب مهارة التمريرة من فوق مستوى الكتف • ان يتحلى الطالب بالصبر ، قدرته على التعامل الراقي مع الزميل	30 د 10 د 20 د 5 د	القسم الرئيسي النشاط التعليمي النشاط التطبيقي الختام
---	--	--	--	---	---

خلال الصوت العالي لنهاية الدرس .		تصميمهم . أداء مهارة التمريرة من مستوى الركبة تمارين تهدئة الجسم ثم الانصراف بعد ترديد تحية الختام (رياضة - نشاط (			
--	--	---	--	--	--

ملحق (4)

نموذج لإطار أحد أنواع التمرير (التمرير المتوسطة)



أثر منهج تعليمي بالمقتربات الخططية والالعاب صغيرة في بعض المهارات الهجومية والدفاعية للناشئين بكرة اليد

أ. م. د. اوات محمد فقي محمد

هوزان عزيز عمر

جامعة السلیمانیة / كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى استخدام المقتربات الخ ططية(في حالة الهجوم السريع) والالعاب الصغيرة في تطوير المهارات الهجومية والدفاعية بكرة اليد من خلال اتقان المهارات الاساسية وتطويرها. أستخدم الباحثان المنهج التجريبي (بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة) لملائمته بطبيعة المشكلة لغرض الوصول إلى نتائج البحث. تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهم لاعبي نادي السلیمانیة الرياضي للناشئين بكرة اليد والبالغ عددهم (30) لاعبا، وتم توزيعهم الي مجموعتين الضابطة والتجريبية. واستنتج الباحثان ان تمارين المقتربات الخططية(في حالة الهجوم السريع) والالعاب الصغيرة المستخدمة ضمن المنهج التعليمي المقترح فعالة ولها تأثير ايجابي في تطوير المهارات الهجومية والدفاعية على لاعبي المجموعة التجريبية. الاستفادة من نتائج البحث واستخدام التمارين المقتربات الخططية(في حالة الهجوم السريع) المستخدمة عند تدريب اللاعبين. واوصت الدراسة بالاستفادة من المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث في بناء مناهج مشابهة لتطوير المهارات الدفاعية الخاصة بلاعبي كرة اليد.

Abstract

The effect of an educational curriculum with tactical approaches and small games in some offensive and defensive handball skills of junior

By

Hozan Aziz Omar Dr. Awat Mohamed Faki Mohamed

College of Physical Education and Sports Sciences - University of Sulaymaniyah

The aim of the research is to use an educational curriculum with tactical approaches and small games games in some offensive and defensive handball skills of junior. The researchers used the experimental approach (the experimental and control groups designed) for its suitability to the nature of the problem in order to reach the results of the research. The sample was chosen in a deliberate way, and they are the (30) players of the Sulaymaniyah Sports Club for junior handball players, and they were distributed into two groups. The researchers concluded that the games in some offensive and defensive handball skills of junior for the players of the experimental group. Benefiting from the results of the research and using the tactical approaches (in the case of a quick attack) used when training players. The study recommended making use of the training curriculum prepared by the researcher in building similar curricula to develop the defensive skills of handball players.

1 - التعريف بالبحث:

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث:

إن تطور العلم اخذ ينعكس على تقدم الحياة وازدهارها في شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجال الرياضي نتيجة لإتباع المناهج الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق البحوث العلمية والتي تحاول الابتعاد عن المؤلف وابتعاد طرق جديدة لا حدود لها في علوم الرياضة ومن هذه العلوم علم التعلم الحركي الذي شهدا تغيراً واسعاً واتخذت نظرياتهم منحى جديد لمواكبة الاتجاهات الحديثة وقد اخذت لعبة كرة اليد مواكبة هذا التطور والتقدم حيث شهدت تغيرات كثيرة في التعلم في نواحي مختلفة منها التغيرات في مناهج التعليمية من ناحية تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية كي تفاجئ بها المنافس.

ومن خلال المساعي العديدة لإيجاد طرائق واساليب تعليمية للمهارات الحركية في المجال الرياضي ومنها تعليم المهارات أولاً ثم ممارستها خلال اللعب، والاتجاه الى المقتربات الخطئية لتعلم المهارات الحركية وكيفية استخدامها في اللعب والمنافسة أي بمعنى الانتقال من تعليم المهارات الى ممارستها لتسهيل مهمة الناشئ وتبسيط الخطة في عملية التعلم ومساعدته على زيادة التماسك والربط بين تعليم المهارات والخطة وهذا التبسيط للخطة يساعده على تطوير الاداء المهارى ضمن متغيرات اللعب وزيادة إحساسه بالمتغيرات الموجودة اثناء اللعب وكل هذه تساعد على تكوين الاستجابات الحركية للدفاع والهجوم المناسب ويكون له علاقة إيجابية في سرعة تعلم المهارات الدفاعية والهجومية وتحسينها. وان تعدد المهارات واشكالها المختلفة وطبيعة المنافسة وكثرت المتغيرات اثناء الاداء المهارى في لعبة كرة اليد جعلها ارضا خصبة لتنفيذ اساليب تعلم عديدة ومن اهمها المقتربات الخطئية والالعب الصغيرة .

وتكمن اهمية البحث في استخدام المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) في تطوير المهارات الدفاعية بكرة اليد من خلال اتقان المهارات الاساسية وتطويرها ومن ثم استخدام هذه المهارات في الاستراتيجيات الخطئية اثناء اللعب والمنافسة .

1-2 مشكلة البحث :

يعد تعليم المهارات الدفاعية في لعبة كرة اليد من الأهداف الرئيسية في المناهج التعليمية في التربية الرياضية ، و أن تعليم المهارات الهجومية و الدفاعية بالشكل المطلوب تؤهل الفريق للفوز لذا كانت لعملية التعلم وتحسين وتطويرها أهمية كبيرة فكلما كان المدرب موفقا في اختياره للأسلوب التعليمي الأمثل كلما كانت عملية التعلم واتقان أكثر نجاحا وتؤدي إلى نتائج إيجابية .

ومن خلال خبرة الباحث والخوض في مجال اللعب وملاحظات الميدانية لسنوات عديدة و فضلا عن اطلاعه على الوحدات التعليمية والتدريبية الخاصة بتلك الفرق الموضوعة من قبل مدربيهم وجد بان هناك اهتماما بتعلم المهارات الدفاعية على شكل تمارين فقط دون ربطها بحالات المشابهة للعب و لم تكن مواكبة للخطة او لمتغيرات المنافسة مما يؤدي الى ضعف في التصرف الصحيح بالمهارة و عدم اخذ القرار المناسب عند مواجهة مواقف اللعب المتغيرة والمتعددة وتنفيذ الواجبات الخطئية المطلوبة .

1 - 3 أهداف البحث :-

- وضع المنهج التعليمي باستخدام مقتربات خطئية لتطوير بعض المهارات الهجومية والدفاعية لإفراد عينة البحث .
- تعرف على تأثير المنهج التعليمي باستخدام مقتربات خطئية لتطوير بعض المهارات الهجومية والدفاعية لإفراد عينة البحث.
- التعرف على الفروق بين المنهج المتبع من قبل المدرب و تأثير المنهج التعليمي باستخدام المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) في بعض المهارات الدفاعية لأفراد عينة البحث.

1-4 فرضا البحث :-

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المهارات الهجومية والدفاعية .
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في بعض المهارات الهجومية والدفاعية بكرة اليد .

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو نادي السليمانية الرياضي لفئة الناشئين بكرة اليد .
- 2-5-1 المجال الزمني : (من 10/10/2021 إلى 8/1/2022)
- 3-5-1 المجال المكاني : القاعة المغلقة لنادي السليمانية الرياضي بكرة اليد .

3 - منهج البحث وأجراءاته الميدانية:

3 - 1 منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي (بتصميم لمجموعتين التجريبية والضابطة) لملائمته بطبيعة المشكلة لغرض الوصول إلى نتائج البحث .

3 - 2 مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهم لاعبي نادي السليمانية الرياضي للناشئين بكرة اليد والبالغ عددهم (30) لاعبا، وذلك لتوفر المستلزمات المطلوبة لأجراء البحث من الساحة النظامية وكذلك توفر الادوات اللازمة، وقام الباحث بتوزيع العينة الى مجموعتين التجريبية والضابطة وعن طريق القرعة ، تم اختيار (12) لاعبا من كل مجموعة ليخضعوا للاختبارات ، حيث تم ممارسة (12) لاعبا من المجموعة التجريبية لتمرينات المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) و بقية اللاعبين (12) لاعبا مع مدرب الفريق وحسب المنهج المقرر ومن ثم قام الباحث باستبعاد اللاعبين الذين شاركوا في التجربة الاستطلاعية عددهم (6) لاعبا.

3-3 التصميم التجريبي لمجاميع البحث

لذلك تم الاعتماد على " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختبار ذات الملاحظة القبليّة والبعديّة" ويمكن تمثيل التصميم التجريبي بالشكل الاتي:

الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث

المجاميع	الاختبارات القبليّة	المتغير التجريبي	الاختبارات البعديّة
المجموعة التجريبية	الاختبار القبلي المتغيرات التابعة	ممارسة (المنهج التجريبي)	الاختبار البعدي
المجموعة الضابطة)	الاختبار القبلي المتغيرات التابعة	ممارسة (المنهج المتبع)	الاختبار البعدي

3-4 تكافؤ العينة

من أجل تجنب المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج البحث في الفروق الفردية الموجودة لدى اللاعبين ، قام الباحث بإجراء التكافؤ على عينة البحث بأخذ المتغير (المهارات الدفاعية)

جدول رقم (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية وقيمة (ت) لاختبارات الدفاعية بكرة اليد للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالم الإحصائية المتغيرات	المجموعة الضابطة الاختبار القبلي		المجموعة التجريبية الاختبار القبلي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى احتمالية
	س-	ع+	س-	ع+		
حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد	4.58	0.90	4.66	0.88	0.23	0.822
التحركات الدفاعية للأمام و للخلف	4.15	0.79	4.08	0.66	0.47	1.00

3 - 5 الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات

3 - 5 - 1 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث

- ملعب كرة اليد قانوني .
- حاسبة الكترونية علمية يدوية .
- جهاز الحاسوب.
- ميزان طبي .
- شريط القياس معدني .
- مربعات قياس (60 سم × 60 سم) عدد (2) .
- حائط مستوي .
- ساعة توقيت نوع casio عدد (2) .
- اقماع(10)
- شريط لاصق
- كرات طبية
- سلات
- مسطبة
- كراسي
- صافرة

3 - 5 - 2 وسائل جمع المعلومات

استعان الباحث بالوسائل الآتية لجمع المعلومات :

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .

- الدراسات والبحوث المشابهة والسابقة .
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)
- آراء الخبراء والمختصين .
- المقابلات الشخصية .

3-6 الاختبارات المهارات الدفاعية المستخدمة في البحث:

3_6_1 اختبار حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد (درويش وآخرون، 2002، ص 14)

- الغرض من الاختبار: قياس قدرة اللاعب على الأداء المتكرر بنفس معدل مهارة حائط الصد الدفاعي .الأدوات : ملعب كرة اليد ، كرة اليد معلقة في قائم بارتفاع (٢٦٠ سم) (ممكن أن يقل هذا الارتفاع بالنسبة للناشئين و السيدات) ، شريط لاصق ، شريط قياس ، ساعة إيقاف .
- مواصفات الأداء : نوضع العلامة بالشريط اللاصق على خط ال ستة أمتار . يقف المختبر فوق العلامة على ال (6) أمتار ، بحيث يكون مواجهاً للكرة المعلقة و التي تكون مثبتة في القوائم على خط ال تسعة أمتار أو ال ثمانية أمتار . عند إعطاء اللاعبين (المختبر) إشارة البدء (بصرية) يقوم بالتحرك للأمام ليثب لأعلى و أداء مهارة حائط الصد بحيث يلامس الكرة المعلقة بكلتا يديه ، ثم يهبط على الأرض و يرجع للخلف بالظهر للعلامة المرسومة على خط ستة أمتار ، ليكرر الأداء أكبر عدد ممكن لمدة عشرين ثانية .
- شروط الأداء : في كل مرة يثب فيها المختبر لأداء حائط الصد الدفاعي يجب ملامسة الكرة بكلتا يديه . في كل مرة يجب على المختبر ضرورة البدء من العلامة المرسومة فوق خط ستة أمتار . على المختبر تكرار الأداء إلى أن يعطي له إشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار . حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع لصد الكرات المصوبة على المرمى من الوثب ، خاصة شكل الذراعين و المسافة بينهما واليدين ، واتجاه كفي اليدين للأمام لمواجهة الكرة ، أي أداء يخالف الشروط السابقة لا تحتسب المحاولة ضمن العدد الذي قام به المختبر خلال الوقت المحدد للاختبار .
- تسجيل الدرجات: يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها خلال فترة ال (20 ث) المحددة للاختبار.

3-6-2 اختبار التحركات الدفاعية للأمام و الخلف: (كمال درويش وآخرون، 2002، 143)

- الغرض من الاختبار :قياس سرعة أداء التحركات الدفاعية للأمام و الخلف .
- الأدوات: ملعب كرة اليد ، شريط لاصق ، ساعة إيقاف ، شريط قياس .
- مواصفات الأداء : تثبت علامتان بالشريط اللاصق ، أحدهما على خط ستة أمتار ، و الثانية تقابلها تماماً على خط تسعة أمتار . يقف اللاعب فوق العلامة عند خط ستة أمتار ،وعند إعطائه إشارة البدء (بصرية) يقوم المختبر بعمل تحركات دفاعية للأمام للوصول إلى العلامة المقابلة على خط تسعة أمتار ، ثم العودة مرة أخرى عن طريق التحركات الدفاعية للخلف بالظهر للوصول إلى نقطة البداية، و هكذا يكرر الأداء لأكثر عدد ممكن لمدة (20 ثانية) .
- شروط الأداء : حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع من حيث حركات الرجلين(قصيرة وسريعة ومتلاحقة)، و شكل الذراعين و اليدين و الجذع، يجب الوصول للنقاط المرسومة عند خطي ستة أمتار ، وتسعة أمتار وملامستها بالقدمين، على المختبر تكرار الأداء الى أن يعطي له إشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار، أي أداء يخالف الشروط السابقة لا تحتسب المحاولة ضمن العدد الذي قام به المختبر خلال الوقت المحدد للاختبار .
- تسجيل الدرجات :يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها خلال فترة (20 ثانية) .

3-7 التجارب الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم (الأربعاء) المصادف (2022/1/5) في تمام الساعة (4) وفي نفس المكان الذي ستقام فيه التجربة الرئيسية على مجموعة من اللاعبين عددهم (6) لاعبا من مجتمع البحث البالغ عددهم (30) لاعبا

والذي تم استبعادهم من التجربة الرئيسية للبحث وأصبحوا خارج عينة البحث وتم تطبيق الاختبارات المقترحة عليهم وذلك للتوصل للاتي:

- 1- تحديد المدة الزمنية التي يستغرقها كل اختبار ومجموع الاوقات الزمنية لكل الاختبارات.
- 2- تشخيص المعوقات والسلبيات التي ستواجه اللاعبين عند الاختبار.
- 3- التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة التي ستستخدم في البحث.
- 4- الوقوف على قدرة التمرينات المتبعة بتحقيق أهداف وفروض البحث عند التجربة الخاصة بالوحدات التعليمية
- 5- التعرف على إمكانية فريق العمل المساعد .

3-8 الاختبارات القبلية لعينة البحث :

- تم إجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث البالغ عددهم (12) لاعبا يمثلون المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بمعدل (12) لاعبا .
- أجريت الاختبارات القبلية للمجموعة الضابطة في يوم (السبت) المصادف (2022/1/8) الساعة (4) حيث تضمن اختبارات (المهارات الدفاعية)
- أجريت الاختبارات القبلية للمجموعة التجريبية في يوم (الاحد) المصادف (2022/1/9) وتم تنفيذ الاختبارات كما هو الحال للمجموعة الضابطة.

3-9 منهج التعليمي باستخدام تمرينات المقتربات الخطئية والالعاب الصغيرة

- بدأ الباحث بتنفيذ التمرينات المقررة للمجموعة التجريبية في يوم (الاثنين) المصادف (2022/1/10) لغاية (2022/3/10) أي لمدة (ثمان أسابيع) وبواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع أي احتوت على (24) وحدة تعليمية ، وكان زمن تطبيق التمرينات المقتربات الخطئية (عشرة دقائق) داخل الوحدة التعليمية الواحدة .
- وقد ركز الباحث من خلال التمرينات على تطوير المهارات الدفاعية من خلال حالات اللعب واستيعابها ودمجها بالمهارات المتعلمة وذلك من خلال تمارين خطئية(في حالة الهجوم السريع) والالعاب صغيرة مقارنة لحالات اللعب والهدف العام منها تطوير الأهداف الأساسية في حالات اللعب وهي التحركات الدفاعية المتنوعة وصد الكرات في حالة الحائط الصد (بلوك) ، والتي تم التركيز فيه على استراتيجية اللعب والمنافسة من خلال تمرينات المقتربات الخطئية (في حالة الهجوم السريع) والالعاب الصغيرة (ملحق 1) الهدف منها فهم استراتيجية المنافسة وكيفية أدائه خلال اللعب .

3-10 الاختبارات البعدية لعينة البحث

- أجريت الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق تمرينات المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) حيث أجريت الاختبارات البعدية للمهارات الدفاعية في يوم السبت والاحد المصادفين (12-13\3 2022) في تمام الساعة (4) وفي ملعب نادي السليمانية لكرة اليد وتحت نفس الظروف والإجراءات والشروط كما في الاختبارات القبلية.

3-11 الوسائل الاحصائية :

لغرض معالجة النتائج سيستخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) ومن خلالها استخراج الوسائل الاحصائية الاتية:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار t للعينات المترابطة
- 4- عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارات الدفاعية في كرة اليد

جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعدية وقيمة (ت) لاختبارات الدفاعية بكرة اليد للمجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبار	المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع		
حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد	التجريبية	4.66	0.88	6.50	0.79	16.32	0.000
	الضابطة	4.58	0.90	4.67	1.15	0.36	0.723
التحركات الدفاعية للأمام و للخلف	التجريبية	4.08	0.66	6.16	0.71	9.10	0.000
	الضابطة	4.15	0.79	4.58	0.79	1.59	0.139

تبين من خلال الجدول (2) وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي فبالنسبة للاختبار حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (4.66) بانحراف معياري (0.88) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.50) بانحراف معياري (0.79) اما قيمة (ت) المحسوبة هي (16.32) ومستوى دلالة (0.000) وهذا يشير إلى وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي ولصالح القياس البعدي. اما بالنسبة للمجموعة الضابطة في الاختبار حائط الصد اذ بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (4.58) بانحراف معياري (0.90) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (4.67) بانحراف معياري (1.15) اما قيمة (ت) المحسوبة هي (0.36) ومستوى دلالة (0.723) وهذا يشير إلى عدم وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي .

أما بالنسبة الى الاختبار التحركات الدفاعية للأمام و للخلف فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (4.08) بانحراف معياري (0.66) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.16) بانحراف معياري (0.71) اما قيمة (ت) المحسوبة هي (9.10) ومستوى دلالة (0.000) وهذا يشير إلى وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي ولصالح القياس البعدي، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة في الاختبار التحركات الدفاعية للأمام و للخلف اذ بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (4.15) بانحراف معياري (0.79) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (4.58) بانحراف معياري (0.79) اما قيمة (ت) المحسوبة هي (1.59) ومستوى دلالة (0.139) وهذا يشير إلى عدم وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي .

يتضح من خلال النتائج الجداول (2) بان هناك تطور واضح وملحوس لدى افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية (المهارات الدفاعية) . لكن هناك تباين في هذا التطور لصالح الاختبارات البعدية، حيث كانت للتمرينات المقتربات الخطئية والالعاب الصغيرة المشابهة للعب كرة اليد التي اعدّها الباحث كانت مؤثرة وفعالة للمجموعة التجريبية وهذا من خلال استخدام التخطيط العلمي في اعداد هذه التمرينات والالعاب الصغيرة وبإعطاء فترات الراحة وبأزمنة مدروسة.

ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية البرنامج التعليمي في تعلم الأداء الفني للمهارات الدفاعية والهجومية في كرة اليد ، إذ إن عدد التكرارات وزمن الأداء في التمرينات المقتربات الخطئية والالعاب الصغيرة كان جيدا على المتعلمين ولاسيما التكرار المناسب أدى إلى إبعاد عامل الملل عنهم وزيادة الدافعية والحماس والإقبال والشعور بالمتعة في الممارسة ، إذ انعكس ذلك

إيجابياً على تعلم الأداء الفني للمهارات الهجومية والدفاعية بشكل كبير وفعال إذ " توفر اشكال اللعب التحفيزي والالعاب الصغيرة فرصة ممتازة لتعريف اللاعبين الفتيان بتصرف اللعب المستهدف ،واشكال الالعاب الصغيرة المرتبطة بالعمر هي بالطبع ملائمة جداً"(محسن،2022، ص10).

كما ان خلق التمرينات من خلال المنهج التدريبي على وفق مشابهة الى المنافسة و التنوع في التمرينات و الاختلافات في تنفيذها بتكرار مختلفة , تعمل على اتقان هذه المهارات التي يبغى الباحث تطويرها من خلال هذه المفردات والتي تعمل بدورها بشكل ايجابي عند اتقانها(البساطي,1998,ص42) , وهي تعد طبيعي لما يريده الباحث من خلال التدريب وتنفيذ هذه المهارات بالمنافسة عند تعرض اللاعبين لهذه المنافسة , وهذا يتفق مع ما ذكر (عبدالله وآخرون) بأنه " يجب ان تكون ظروف التدريب مشابهة لظروف المباراة (المنافسة الرياضية) او أعلى منها اذائه للحصول على اعلى مستوى مؤثر للتدريب يجب على المدرب اخضاع اللاعب لأشكال متنوعة من التدريب" (عبدالله وآخرون، 1991، ص42)

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث(مهارات الدفاعية)

جدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية وقيمة(ت) للمهارات الدفاعية بكرة اليد للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالم الإحصائية المتغيرات	المجموعة الضابطة الاختبار البعدي		المجموعة التجريبية الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى احتمالية
	س -	ع +	س -	ع +		
حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد	4.67	1.15	6.50	0.79	4.53	0.000
التحركات الدفاعية للأمام و للخلف	4.58	0.79	6.16	0.71	5.13	0.000

تبين من خلال الجدول (3) وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعدين في اختبار حائط الصد الدفاعية في اتجاه واحد للمجموعتين التجريبية والضابطة فقد كان الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (4.67) وبانحراف معياري (1.15) في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (6.50) وبانحراف معياري (0.79) , اما قيمة (ت) المحسوبة هي(4.53) ومستوى دلالة (0.000) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، اما بالنسبة الاختبارين البعدين في اختبار التحركات الدفاعية للأمام وللخلف للمجموعتين التجريبية والضابطة حيث بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (4.58) وبانحراف معياري (0.79) في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (6.16) وبانحراف معياري (0.71) , اما قيمة (ت) المحسوبة هي(5.13) ومستوى دلالة (0.000) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية. ويعزو الباحث ذلك أن البرنامج التي وضعها بصورة علمية فضلا عن كونه يمتاز بالسهولة والبساطة في الاداء ، وانه يتمتع بطابع الجري والعب المطاردة التي يتحدد بشكل الحركة أو طريقته مع وجود عناصر التشويق والبهجة والمرح والسرور في نفوس اللاعبين . كما امتاز الالعاب بلعاب ذات الطابع

البسيط الخالي من قيود أوضاع اللاعبين وما يتطلب اللعب من مهارات فنية والحث عليها عند تنفيذ الالعب الامر الذي جعل اللاعبين يتعرضون الى مواقف معينة أدت الى تشجيع المبادرة الايجابية فيهم مع زيادة الثقة بالنفس ، فضلاً عن رفع معنويات اللاعبين وحثهم على الممارسة والأداء الذي ساهم في استئثارهم نحو اللعب بنشاط وبجدية أكثر مع مراعاة التلقائية في الاداء الذاتي عند تنفيذ الالعب الصغيرة القريبة من لعبة كرة اليد .

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- ان تمارين المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) والالعب الصغيرة المستخدمة ضمن المنهج التعليمي المقترح فعالة وتأثر ايجابياً في تطوير المهارات الدفاعية على لاعبي المجموعة التجريبية.
- لم يظهر أي تطور على نتائج الاختبارات البعدية قيد الدراسة للمجموعة الضابطة من جراء تنفيذ الاسلوب المتبع من قبل المجموعة الضابطة.
- تفوق المجموعة التجريبية على مجموعة الضابطة في مهارات الدفاعية (التحركات الهجومية والدفاعية للامام وللخلف ، حائط الصد) .
- تفوق المجموعة التجريبية على مجموعة الضابطة في مهارات الهجومية (التحركات الهجومية والدفاعية للامام وللخلف ، حائط الصد) .

5-2 التوصيات:

1. الاستفادة من نتائج البحث واستخدام التمارين المقتربات الخطئية(في حالة الهجوم السريع) المستخدمة عند تدريب اللاعبين .
2. الاستفادة من المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث في بناء مناهج مشابهة لتطوير المهارات الدفاعية الخاصة بلاعبي كرة اليد .
3. التوسع في اجراء دراسات مشابهة على عينات مختلفة مثل لاعبي كرة اليد وفق معايير تدريبية معدة ومنظمة على اسس تدريبية دقيقة جداً.
4. المحاولة في إجراء دراسات وبحوث على مهارات الدفاعية أخرى في العاب جماعية أو فردية أخرى .

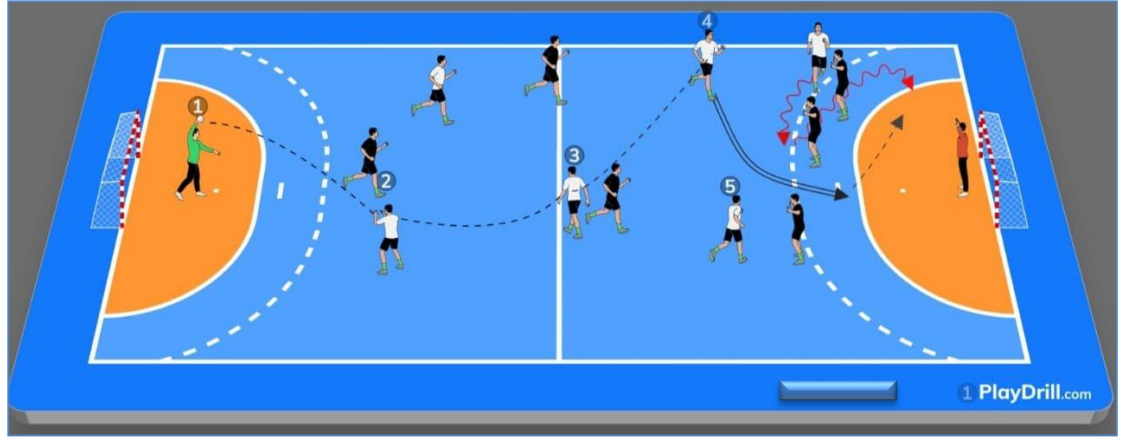
الملاحق

الملحق (1)

تمرينات المقتربات الخطئية (في حالة الهجوم السريع)

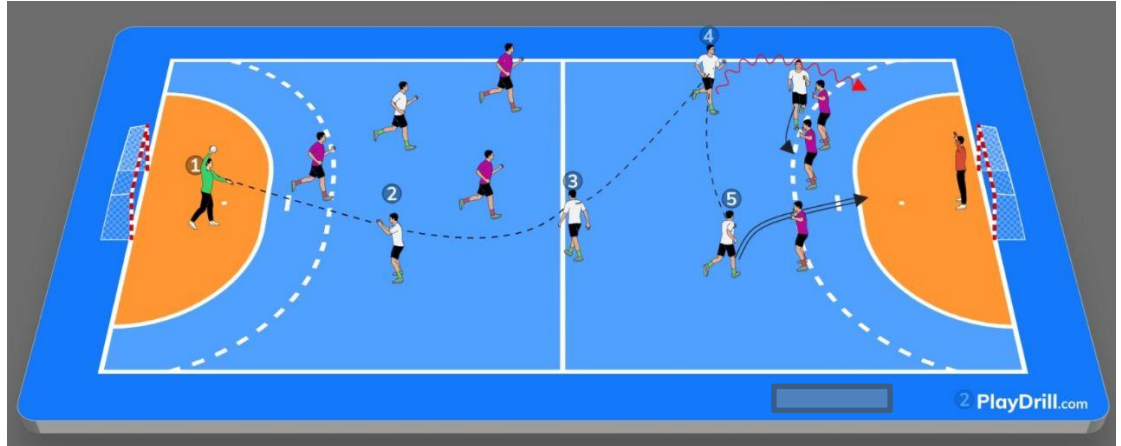
1- تغيير المراكز (1)

في حالة الهجوم تكون الكرة بحيازة لاعب الموزع ويبدأ لاعب الساعد(الظهير) بالتقرب من لاعب الموزع لاستلام الكرة منه وفي نفس الوقت يتقدم لاعب الزاوية الى مركز لاعب الساعد او (الظهير) لسحب المدافع الى اقصى حد وفي هذه الحالة يقوم لاعب الساعد (الظهير)الخداع ويكون بالقفز للتصويب بشرط ان يكون اللاعبين المدافعين المكلفان بمراقبة لاعب الزاوية والساعد يقومان بصد لاعب الساعد(الظهير) وعندها يقوم بالتمرير للاعب الزاوية والذي يكون قد عاد الى مركزه بسرعة واكتسب مساحة اكبر من المعتاد للقفز والتصويب .



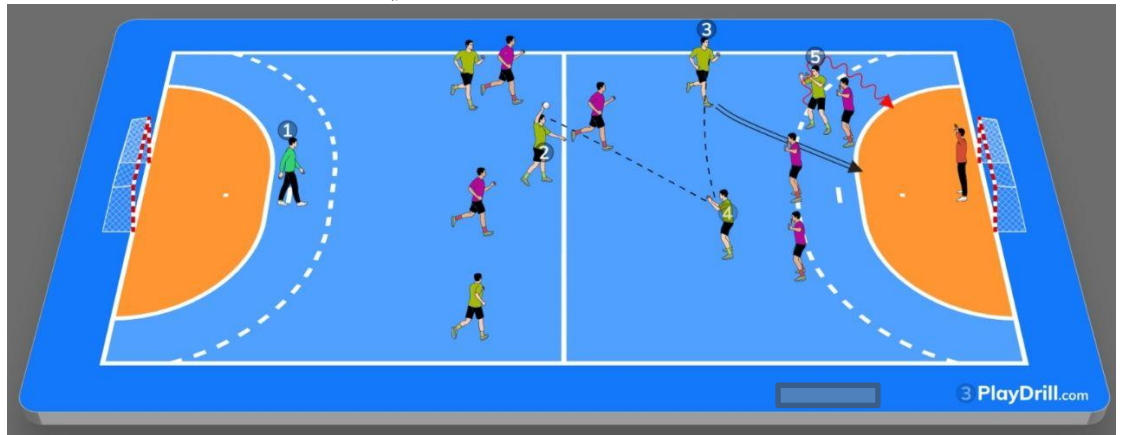
2- تغيير المراكز (2)

نفس التمرين والفرق يكون بدخول لاعب الزاوية الى مركز لاعب الساعد ويكون لاعب الساعد قد ابتعد عن خط الدفاع الى خط 9م ويقوم لاعب الساعد بنفس الخطوة السابقة .



3- الهجوم المباغت

يقوم اللاعبون عند الهجوم بالتمريرات فيما بينهم ومحاولة سحب المدافع الذي يراقب لاعب الزاوية الى اقصى حد ممكن , وأيضا على لاعب المهاجم الزاوي يأخذ فراغ قدر الامكان ,يقوم لاعب المهاجم الساعد او الموزع بالقفز لمحاولة تصويب مباغت وبدوره لاعب المهاجم الزاوي يراقب اللاعب الذي يقوم بالقفز والتصويب المباغت ويقوم بتمرير الكرة الى لاعب الزاوية والذي قد ادى الدخول والقفز مع لاعب المصوب ليستلم الكرة منه ويصوب بدوره , وفي هذه الحالة قد تمكنوا من خدع الحارس أيضا .

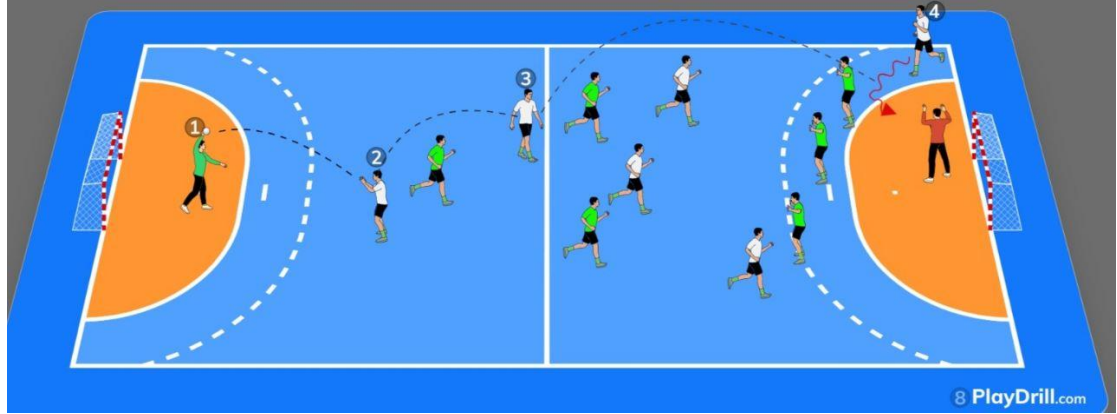


4- الهجوم بحجز المدافع

A diagram of a soccer drill on a blue field with orange goal areas. Six players are shown in a zigzag formation across the center of the field. Dashed arrows indicate their movement path from left to right. A red arrow points towards the right goal area. The PlayDrill.com logo is in the bottom right corner.

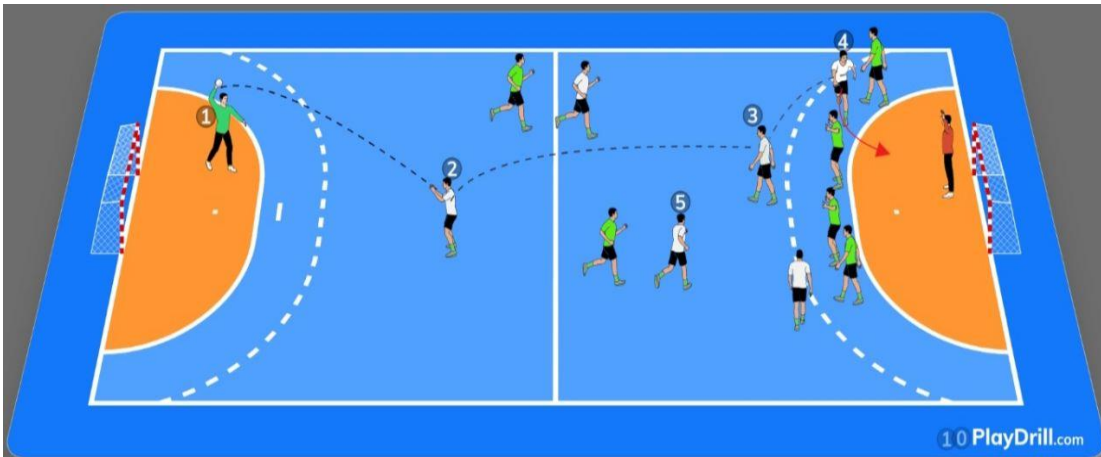
7- الهجوم بالتمريرة القاتلة .

في حالة تصدي الحارس لهجوم الخصم يقوم الحارس بالتمرير للاعب رقم (2) ولاعب رقم (2) يمرر للاعب رقم (3) وتمريرة القاتلة يقع على لاعب رقم (3) للاعب رقم (4) ويجب على لاعب رقم (4) الجري بسرعة الى الزاوية المقصودة لتفادي الدفاع قدر الامكان , ويمكن ايضا ان يؤدي نفس الحالة بالقفز والتصويب في الهواء من اللاعب رقم (4) .



8- التمريرة الخادعة .

عند حصول الحارس على الكرة يقوم بالتمرير الى لاعب رقم (2) ومنه الى لاعب رقم (3) قصد الحالة هنا يقوم اللاعب بالالتفاف اي يكون مرمى الخصم خلفه ويبدأ بالتمريرة الخادعة وكأنما يريد ان يمرر الكرة الى اللاعب رقم (5) ومن الافضل ان يمثل اللاعب رقم (5) بمد يديه ثم مناولة , وفي هذه الحالة يناول اللاعب رقم (3) الى لاعب رقم (4) ويقوم بالتهديف



9- المناولة والتسديدة الطائرة من الزاوية الى الزاوية

يقوم اللاعب رقم (1) بالمناولة بعد استلام الكرة الى لاعب رقم (2) ومنه الى اللاعب رقم (3) بعد القيام بالتقاطع مع لاعب رقم (2) و لاعب رقم (3) واللاعب رقم (4) و (5) بغية سحب مدافع الزاوية من منطقتهم , وعند وجود الفرصة السانحة يقوم لاعب رقم (5) بالركض الى الزاوية ويمرر الكرة اليه ويقوم اللاعب رقم (5) بالقفز والتصويب الخداعي وبأثره يمرر الكرة الى لاعب رقم (6) اي لاعب الزاوية الاخرى والقيام بالتصويب كما في الشكل .

الإنهاك النفسي لدى طلبة الدراسة الإعدادية في مديرية تربية المجر الكبير

م. م. صادق إبراهيم عبدالله

م. م. رافد وليد دعيس

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية ميسان

تكمُن أهمية البحث في الكشف عن دور الإنهاك النفسي الذي يُعد اضطراباً استجابياً للضغوط التي تتعرض لها الفرد ولا سيما الطالب في المؤسسة التعليمية، مما يجعله يؤثر سلباً في حياته المهنية وعلاقته مع زملائه والذي يفقده الحماس والرغبة في النجاح والتطور مما يؤدي إلى حالة من الإنهاك البدني، والعقلي والإقتصادي؛ ليشعر الطالب بالقلق في مزاولة عمله والقيام بواجباته وظهور مضاعفات صحية وجسمية ونفسية وسلوكية يحول دون تحقيق أهدافه وفي شتى الميادين . استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لغرض إعداد مقياس الإنهاك النفسي، إذ أنمجتمع البحث هو طلاب وطالبات الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (2384) طالباً وطالبة، وقد تم إختيار عينة البحث والبالغ عددهم (108) طالباً و(130) طالبة. وفي ضوء مناقشة تلك النتائج قد توصل الباحثان إلى النتائج التالية : يتصفون طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير بالإنهاك النفسي. واوصى الباحثان بإجراء دراسة مشابهة على طلبة الدراسة الإعدادية في المديرية العامة لتربية ميسان.

Abstract

Psychological exhaustion among middle school students in the AlMajar Alkabeer Directorate of Education

By

M. M. Sadiq Ibrahim Abdullah m. M. Rafid Walid Dais

Ministry of Education / Maysan General Directorate of Education

The importance of the research lies in revealing the role of psychological exhaustion, which is a disorder in response to the pressures that the individual is exposed to, especially the student in the educational institution, which makes him negatively affect his professional life and his relationship with his colleagues, which loses enthusiasm and desire for success and development, which leads to a state of physical and mental exhaustion. the economic; To make the student feel anxious in doing his work and carrying out his duties and the emergence of health, physical, psychological and behavioral complications that prevent him from achieving his goals in various fields. The researchers used the descriptive approach in the survey method for the purpose of preparing the psychological exhaustion scale, as the research community is the male and female students of the preparatory study in the education of Great Hungary, which numbered (2384) male and female students, and the research sample was chosen, numbering (108) male and (130) female. In light of the discussion of these results, the researchers reached the following conclusions: The preparatory school students in the education of the Great Hungary are characterized by psychological exhaustion. The

researchers recommended conducting a similar study on middle school students in the General Directorate of Education in Maysan.

1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعد الأحداث المتعاقبة التي حظي بها العالم في السنوات الأخيرة من أزمات أمنية وصحية واقتصادية كانت لها الأثر البارز في حياة الفرد العراقي الذي لا يستطيع أن يبعد نفسه عن تلك الأحداث الضاغطة التي برزت من خلالها اضطرابات نفسية متنوعة في حياته الشخصية والمهنية نتجت سلسلة من الإنفعالات السلبية التي تعكس نقص حقيقي في أشباع رغباته وحاجاته الأساسية مما يؤدي إلى الشعور بالقلق في مزاولة عمله والقيام بواجباته وظهور مضاعفات صحية وجسمية ونفسية وسلوكية ناتجة عن الإنهاك النفسي الذي يحول دون تحقيق أهدافه وفي شتى الميادين .

لذلك يُعد الإنهاك النفسي اضطراباً إستجابياً للضغوط التي يتعرض لها الفرد ولا سيما الطالب في المؤسسة التعليمية، مما يجعله يؤثر سلباً في حياته المهنية وعلاقته مع زملائه والذي يفقده الحماس والرغبة في النجاح والتطور، وكذلك الإحساس بالإجهاد وانخفاض مستوى التفاؤل ليحل محله التشاؤم والشعور بالإنكسار، مما يؤدي إلى حالة من الإنهاك البدني، والعقلي والاقتصادي، وقد أشار إليه (عمر محمد عبد الله الخرابشة، وأحمد عبد الحليم عريبات) "بأن الإنهاك النفسي حالة نفسية تصيب الفرد بالإرهاق والتعب نتيجة وجود متطلبات وأعباء إضافية يشعر معها الفرد أنه غير قادر على التكيف والتحمل مما ينعكس عليه سلبياً، وكذلك على من يتعامل معه، بل يمتد فيقلل من مستوى الخدمة نفسها، ويتم ذلك عبر مراحل ثلاث: الشعور بوجود الضغوط على كاهل الفرد المهني، والشعور بالقلق والتعب نتيجة لعدم القدرة على التكيف مع تلك الضغوط، وحدوث مجموعة من التغيرات السلبية سلوكياً تغير إتجاهات وسلوك الفرد" (5: 29).

وهنا تكمن أهمية البحث بدراسة الإنهاك النفسي لطلبة الدراسة الإعدادية في قسم تربية المجر الكبير ومعرفة مدى إنعكاسها على المستوى العلمي لديهم.

1-2 مشكلة البحث :

التأثير السلبي للإنهاك النفسي على طلبة المدارس أصبح أمر معترف به، على أنه يؤدي إلى مرض إجهاد في الحيوية، وهذا التأثير السلبي يتسبب بمجموعة من الآثار السلبية التي تصيب الفرد مما يترتب عليها من تدهور في إمكاناته وقدراته الذاتية بظهور مضاعفات صحية وجسمية وسلوكية ناتجة عن الإنهاك النفسي الذي تؤثر وبشكل مباشر على المستوى العلمي للطالب والذي قد يسبب مخرجات غير محمودة لا تليق بمستوى وسمعة المدارس التي ينتمي إليها الطالب والتي عملت جاهدة للوصول للمستوى علمي مرموق يعبر عن مدى الاهتمام التربوي والتعليمي في تلك المؤسسة .

ومن هنا جاءت مشكلة البحث للتعرف على نتائج الإنهاك النفسي ومدى تأثيرها على طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر

الكبير .

1-3 هدف البحث

2- التعرف على مستوى لإنهاك النفسي لطلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير.

1-4 فرض البحث :

1- وجود فروق بين طلاب وطالبات الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير في متغير (الإنهاك النفسي) .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير للعام الدراسي (2020-2021) والبالغ عددهم

(2,384) .

1-5-2 المجال الزمني: للمدة من (2020/10/25) إلى (2021/3/31) .

1-5-3 المجال المكاني: المدارس الإعدادية في قسم تربية المجر الكبير وعددها (5) مدارس .

1-6 تحديد وتعريف المصطلحات :

1-6-1 الإنهاك النفسي :

- يعد الإنهاك النفسي حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط؛

أي أنه يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين، بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة (22:1) .

- حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي والإرهاق البدني الناتج عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد (81:3) .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

إن ما يتلاءم مع تحقيق أهداف البحث استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي "فالبحث الوصف يُعد أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كما بواسطة جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة" (287:6) .

2-2 مجتمع البحث وعيناته :

1-2-2 مجتمع البحث :

يشتمل مجتمع البحث على طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (2،384) طالباً وطالبة.

2-2-2 عينة البحث :

أتبع الباحث الطريقة العشوائية في اختيار عينة البحث والمتمثلة بطلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (238) بواقع (108) طالباً، و(130) طالبة، وبهذا تكون النسبة المئوية (9،98%) من مجتمع الأصل، وقد اختيروا على وفق ما تتطلبه إجراءات البحث .
أولاً : العينة الاستطلاعية:

اشتملت العينة الاستطلاعية على (18) طالباً وطالبة من الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير وقد تم اختيارها بطريقة عمدية بنسبة (0،76) من مجتمع الأصل .

ثانياً : عينة تطبيق مقياس الإنهاك النفسي :

بعد أستبعاد العينة الاستطلاعية والبالغة (18) طالباً وطالبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير، تكونت عينة التطبيق من (220) طالباً وطالبة، بواقع (100) طالباً، و(120) طالبة، وبهذا تكون النسبة المئوية (9،23%) من مجتمع الأصل وقد أختيروا بالطريقة العشوائية وفق ما تتطلبه إجراءات البحث .

2-3 الأدوات والوسائل المستخدمة بالبحث :

2-3-1 الوسائل المستخدمة :

لغرض جمع البيانات والمعلومات والوصول إلى الحقيقة استعان الباحث بالوسائل الآتية :

- المصادر العربية .
- إستمارة لتسجيل وتفرغ البيانات
- المقابلات الشخصية للخبراء والمختصين .

▪ التجربة الإستطلاعية .

▪ الوسائل الإحصائية .

2-3-2 الأدوات المستعملة :

▪ حاسبة يدوية (Casio) صينية المنشأ .

▪ حاسوب لابتوب Acer عدد 1 .

2-4-2 الإجراء الميدانية للبحث:-

2-4-2-1 مقياس الإنهاك النفسي :-

اعتمد الباحثان مقياس الإنهاك النفسي المعد من قبل (رحيم عبد الله الزبيدي) على عينة من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية للدراسة الصباحية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) ومن التخصصين (علمي-إنساني) وللعام الدراسي 2010/2011 ويتكون من أربعة أبعاد رئيسية تعبر عن أبعاد البحث الأساسية وهي : (البعد الفسيولوجي ، البعد النفسي ، البعد العقلي ، البعد الاقتصادي) ، ويتكون من (40) فقرة ، ومفتاح للدرجات مكون كالآتي: (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة معتدلة ، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي أبداً) .

2-4-2-2 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الإستطلاعية للفترة من (2020/11/23 إلى 2020/11/24) على عينة مؤلفة من (18) طالباً وطالبة، ثم أجريت مناقشات مع العينة الإستطلاعية بعد الإنتهاء من الإستجابة على فقرات مقياس الإنهاك النفسي حول مدى وضوح التعليمات وصياغة الفقرات ووضوح المعاني لتفادي الأخطاء .

2-4-2-3 الأسس العلمية للمقياس :

2-4-2-3-1 الصدق :

قام الباحثان بعرض مقياس الإنهاك النفسي على الخبراء والمختصين وذوي الخبرة من علم النفس وطرائق التدريس، وبينت النتائج إن المقياس صادق للغرض الذي وضع من أجله وبنسبة إتفاق بلغت (90%) على إن المقياس ملائم للعينة .

2-4-2-3-2 الثبات :

أولاً : طريقة الفا كرونباخ :إستخراج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة كورنباخ على أفراد عينة إعداد المقياس باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss)، تبين أن قيمة معامل الثبات لجميع أبعاد مقياس الإنهاك النفسي (786%)، وهو معامل ثبات عالٍ، ويمكن الإعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار .

ثانياً : طريقة التجزئة النصفية :تعتمد هذه الطريقة على تقسيم مفردات الاختبار إلى نصفين الأول يحتوي على الفقرات ذات الأرقام الزوجية والآخر يحتوي على الفقرات ذات الأرقام الفردية، وبذلك تعطي هذه الطريقة درجات متكافئة لنصفي الفقرات (4:60)، وقد تم الإعتماد على البيانات التي حصل عليها الباحث والمتعلقة بدرجات (220) طالباً وطالبة على الإنهاك النفسي والمتضمن (40) فقرة، إذ تم تقسيم المقياس إلى جزئين الأول يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية وبواقع (20) فقرة، والثاني يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الزوجية وبواقع (20) فقرة لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة وأستخدم الباحث في ذلك الحقيبة الإحصائية للمقياس (spss)، إذ تم حساب معامل الارتباط البسيط بيرسون، والذي بلغ للمقياس (0,756)، إلا ان هذه القيمة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار؛ لذا قام الباحث باستعمال معادلة (سبيرمان بروان) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس ككل (0,877) .

2-4-2-4 التجربة الرئيسية للمقياس :

بعد أن أصبح المقياس جاهز للتطبيق، باشر الباحثان بتطبيق المقياس للفترة من 2020/12/2 إلى 2021/1/5 على عينة البحث والمكونة من (220) طالباً وطالبة في الدراسة الإحصائية في تربية المجر الكبير، وقد قام الباحث بجمع البيانات وتبويبها ووضعها في جداول إحصائية لغرض معالجتها إحصائياً.

2-4-5 تصحيح المقياس :

بعد أن تم جمع أستمات الإجابة للعينة، تم أستخراج الدرجات الكلية لهم بأستخدام مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض، ولأجل أستخراج الدرجة الكلية للمقياس، تجمع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على فقرات مقياس الإنهاك النفسي البالغ عددها (40) فقرة بعد أن أعطيت الدرجات للإستجابة على الفقرات التي وضع المختبر أمامها علامة (✓)، وقد حددت الأوزان من (1،2،3،4،5) درجات لكل فقرة وحسب البدائل التي يختارها المختبر.

3- عرض ومناقشة النتائج :

لأجل التعرف على مستوى أبعاد مقياس الإنهاك النفسي لطلبة الدراسة الإحصائية في تربية المجر الكبير وللوصول إلى نتائج أكثر دقة وشاملة وممثلة عمد الباحثان إلى تطبيق المقياس على عينة التطبيق البالغة (220) طالباً وطالبة؛ إذ أتمد الباحث على الوسط الحسابي، ويتم ذلك بحساب طول الفترة أولاً، وهي عبارة عن حاصل (قسمة 4/5)؛ إذ (4) تمثل عدد المسافات (من 1 إلى 2 مسافة أولى، ومن 2 إلى 3 مسافة ثانية، ومن 3 إلى 4 مسافة ثالثة، ومن 4 إلى 5 مسافة رابعة)، أما العدد (5)، فيمثل عدد الاختيارات وعند قسمة (4/5) ينتج طول الفترة ويساوي (0،80) (26:7)، ويصبح التوزيع حسب الجدول (1) .

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والمستوى لمقياس الإنهاك النفسي

المستوى	تقدير الإنهاك النفسي	الوسط الحسابي
جيد جداً	تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً	5 إلى 4.21
جيد	تنطبق عليّ بدرجة كبيرة	4.20 إلى 3.41
متوسط	تنطبق عليّ بدرجة معتدلة	3.40 إلى 2.61
مقبول	تنطبق عليّ بدرجة قليلة	2.60 إلى 1.81
ضعيف	لا تنطبق عليّ ابداً	1.80 إلى 1.00

وبعد معالجة البيانات إحصائياً الجدول (2) يبين تفسير النتائج التي حصل عليها الباحثان :

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة الجدولية لإجابات طلبة الدراسة

الإحصائية في تربية المجر الكبير

ت	عدد الفقرات	الأبعاد	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة
1	10	الفسولوجي	30	39،45	4،06	00،0	2،32
2	10	النفسي	30	40،89	4،84	00،0	3،76

2,10	00,0	3,55	38,88	30	العقلي	10	3
4,33	00,0	5,25	42,56	30	الاقتصادي	10	4

يلاحظ من الجدول (2) أن الوسط الفرضي لبُعد الفسيولوجي (30) والوسط الحسابي (39,45) وبانحراف معياري (4,06)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (2,32) وبمستوى دلالة (0,00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0,05)، وجد أن الوسط الحسابي (39,45) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن الإنهاك النفسي له تأثيراً فسيولوجياً مباشراً على طلبة الإعدادية والذي يكون مرتبطاً بالسلوك والأعضاء، فالنفس موجودة بصورة مادية في الأعضاء الحسية والعصبية، وأن الإضطرابات الناتجة عن الضغوط التي يتعرض لها الجهاز العصبي قد تتطور متحولة إلى أعراض خطيرة مثل عَمى النفسي أو الصمم النفسي فضلاً عن اضطرابات عضوية أخرى مرتبطة بالجهاز العصبي تؤدي إلى انعكاسات سلبية في طريقة التعامل مع التدرسين والزملاء وعدم فهم آراء الآخرين ليكون جزءاً من الأجواء المشحونة التي تحدث نتيجة الظروف الراهنة في المجتمع العراقي دون الإهتمام بالطرح العلمي في داخل الدرس الأمر الذي يؤدي إلى تدني المستوى العلمي لدى الطالب .

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير فسيولوجي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي .

أما البُعد النفسي فيظهر في الجدول (2) بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي (40,89) وبانحراف معياري (4,84)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (3,76) وبمستوى دلالة (0,00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0,05)، وجد أن الوسط الحسابي (40,89) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن الضغط النفسي يرتبط بالمواقف والمثيرات السالبة والمحزنة كالشعور بالقلل والتوتر والحزن والضيق الناتجة عن توتر الوضع الأمني والصحي والاقتصادي التي يعاني منها العالم اليوم ، الأمر الذي يخلق جواً مشحوناً ومربكاً يقود الطالب بالتفكير في ترك مقاعد الدراسة نتيجة الشعور بالانكسار وعدم تحقيق مبتغاه في بناء مستقبل مشرق يطمح إليه الكثير .

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير نفسي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

أما البُعد العقلي فيظهر في الجدول (2) بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي (38,88) وبانحراف معياري (3,55)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (2,10) وبمستوى دلالة (0,00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0,05)، وجد أن الوسط الحسابي (38,88) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن العمليات العقلية والتي تتكون من عدة ملكات (الذكاء والتفكير والتذكر والانتباه والاستيعاب والاستلال.... وغيرها الكثير) التي يتميز بها العقل البشري لا يمكن الاستغناء عنها تحت أي مسمى أو ظرف من الظروف، ولكن قد نجد هناك بعض الأمور التي تترك دور وعمل تلك العمليات في وقت يحتاج إليها المرء من أجل القيام في عمله لتحقيق ما يطمح إليه من أهداف وأمنيات تكاد تنحسر في وقت وزمان محددين كالفترة الدراسية التي يعيشها الطالب وما يترتب عليها من واجبات وأدوار مستعينا بعقله البشري وما يملكه من ملكات، إلا أن تعرضها لبارهاصات وظروف مختلفة وصعبة تفوق قدراته التحميلة قد تنتج عمليات عقلية معاكسة تتضمن بعدم التركيز والانتباه والاستيعاب الأمر الذي يجعل الطالب بعيد عن ممارسة دوره داخل غرفة الصف مما يؤثر تأثيراً مباشراً على مستواه العلمي.

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير في البعد العقلي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

أما البعد الإقتصادي فيظهر في الجدول (2) بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي (42,56) وبانحراف معياري (5,25)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (4,33) وبمستوى دلالة (0,00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0,05)، وجد أن الوسط الحسابي (42,56) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن الجوانب الاقتصادية في العملية التربوية تسهم مساهمة فعالة في تطوير وتنمية الجانب المعرفي لدى الطلاب ولجميع الفئات من خلال بناء المدارس والمكتبات الداخلية والخارجية وتوفير كافة المستلزمات الضرورية والفعالة في عملية التعليم من وسائل إيضاح ومعدات فنية ومناهج دراسية وغيرها، فالأنفاق على التعليم وبشكل مدروس وعلمي ينتج استثماراً علمياً لأبناء المجتمع، أظف إلى ذلك الحالة الاقتصادية للطلاب في إمكاناته المتواضعة وما يملكه من الدخل المالي ولعائلته وأحياناً طريقة كسب المعيشة والتوافق بين عمله وبين مهنته كطالب علم وعدم تسديد نفقات التعليم لتوفر المستلزمات اللازمة في التعلم، فلا شك بأنها تعيق الوصول إلى مبتغاه وتحقيق الأهداف التي يطمح إليها بسبب التأثير السلبي على مستواه العلمي والتعليمي.

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير اقتصادي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

3-1 عرض نتائج الفروق بين طلاب وطالبات الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير وتحليلها ومناقشتها:

جدول (3)

يبين نتائج الفروق بين طلاب وطالبات الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير لمقياس لإنهاك النفسي

المعاملات الإحصائية اسم المقياس	وحدة القياس	الطلاب			الطالبات			قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		ن	س	ع±	ن	س	ع±			
الإنهاك النفسي	الدرجة	100	138.55	19.34	120	130.89	62.21	5.65	0.00	دال

درجة الحرية (ن+ن-2) (220+2-438) ومستوى الدلالة (0.05) .

من خلال عرض الجدول (3)، من نتائج المقياس بين الطلاب والتالبات، يتضح لنا بأن المتوسط الحسابي لعينة الطلاب قد بلغ (138,55) درجة، وبانحراف معياري بلغ (19,34)، فيما بلغ المتوسط الحسابي لعينة التالبات (130,89) درجة، وبانحراف معياري (62,21)، وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة؛ إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (5,65)، تحت مستوى دلالة (0,00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (438) ؛ وبذلك يكون الفرق دال ولصالح عينة الطلاب .

ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية بأن الإنهاك النفسي لا يركز على فئة معينة دون فئة أو مركز اجتماعي دون آخر فالضغوط التي يمكن أن تنتج عن الإنهاك النفسي يتأثر بها الجميع ويعتمد على ظروف بيئة الفرد من اضطرابات اقتصادية

وازمات مالية وصحية ،والتي يعاني منها العراق ودول العالم مؤخراً، فضلاً عن انتشار الأوبئة وماعاناه من تحول خطير في جميع الأصعدة لتوقف الحياة شبه كامل الأمر الذي أثر سلباً على جميع فئات المجتمع ومنها بشكل مباشر الحياة المهنية للطلبة من خلال توقف العملية التربوية في جميع المؤسسات التعليمية بسبب انتشار وتفشي (كوفيد 19) والمسمى فايروس (كورونا) الذي لعب دوراً بارزاً في انهيار أغلب المؤسسات وتعطيل الحياة وتدهور اقتصاد بلدان عظمى وتزايد عدد الوفيات والإصابات يومياً بشكل مخيف بسبب تفشي هذا المرض ،مما لجئت الصحة العالمية إلى جعله وباءً لتحذير الدول منه وعمل كثير من الإجراءات الاحترازية خوفاً من انتشاره ومنها حظر التجوال وتعطيل الدوام في المؤسسات ومنها التعليمية مما أدى ذلك إلى حدوث تصدعات واخفاقات واضحة في المسيرة التعليمية وتسببت بضغوط كبيرة على الطالب الذي يطمح بمستقبل زاهر من خلال تفوقه علمياً والحصول على أقل الحقوق كمواطن داخل بلده ولكن ما حدث من تلك الظروف القاسية من الناحية الاقتصادية والأمنية والصحية التي حالت دون التفكير في تحقيق أهدافه كان للإنهاك النفسي دوراً بارزاً في التغييرات الفسيولوجية عليه من عدم إنتظام في ضربات القلب وفقدان الشهية وكذلك الشعور بالقلق حيال دراسته وعمله والشعور بالإنفعال المستمر مع التعامل مع الزملاء والرغبة في ترك المدرسة والعمل على إعالة عائلته لصعوبة توفر المتطلبات الدراسية المختلفة لكونها تثقل كاهل أسرته وكذلك الشعور بالعجز وعدم القدرة عن مواجهة المشاكل كلها أمور تجعل الطلاب يتمتعون بالإنهاك النفسي وبدرجة متفاوتة مع الطالبات اللاتي يشعرن بهذه التغييرات الفسيولوجية والنفسية والعقلية والاقتصادية بدرجة أقل من الطلاب كون الأخير رجلاً يتحمل عبء الحياة بكل معطياتها من عمل ومسؤولية الجانب الأمني وأعباء الأسرة وشعوره بالمسؤولية خارجو داخل المدرسة .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- يتصفون طلبة الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير بالإنهاك النفسي .
- 2-وجود فروق بين طلاب وطالبات الدراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير في متغير الإنهاك النفسي ولصالح الطلاب .

4-2 التوصيات :

- 1- إجراء دراسة مشابهة على طلبة الدراسة الإعدادية في المديرية العامة لتربية ميسان.

المصادر

- 1- إبراهيم السامدوني :إدراك المتفوقين عقلياً للضغوط والاحترق النفسي في الفصل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية ،المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر الجمعية المصرية للدراسات النفسية بالاشتراك مع قسم علم النفس التعليمي كلية التربية -جامعة المنصورة الجزء 2،1990.
- 2- احمد حازم احمد الطائي ، نغم خالد نجيب الخفاف: بناء مقياس الإنهاك النفسي لممارسي الأنشطة الرياضية لطلاب جامعة الموصل،2013.
- 3- زيدان علوي : قراءات انثربولوجية، ملتقى الانثربولوجية العرب ، 2004 .
<http://www.anthvo-ablmontada.net/montadu-f10/topic.t611.htm>
- 4- عبدالرحمن محمد عيسوي : القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، ط3 ، الأسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 1999.
- 5- عمر محمد عبد الله الخرابشة ، أحمد عبد الحليم عريبات: الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية -جامعة أم القرى ، المجلد،17،العدد2، 2005.
- 6-كاظم كريم رضا الجابري: مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، بغداد ، مكتب النعيمي، 2011.

7-وليد عبد الرحمن خالد : تحليل بيانات باستعمال البرنامج الاحصائي spss ، الندوة العالمية للشباب الإسلامي ، السعودية . 2008م .

الملاحق
مقياس الإنهاك النفسي

ت	الفقرات	تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً	تنطبق عليّ بدرجة كبيرة	تنطبق عليّ بدرجة معتدلة	تنطبق عليّ بدرجة قليلة	لا تنطبق عليّ أبداً
1	أشعر بالصداع عند نهاية كل واجب دراسي					
2	أشعر بنحو لشديد عند الاستيقاظ مبكراً					
3	لدي القدرة على أداء دراستي بصورة جيدة					
4	أشكو من آلام في عضلات جسمي عند قيامي بعمل ما					
5	أجد نفسي قادراً على مواجهة الصعوبات أثناء الدراسة والبحث العلمي					
6	أعاني من ارتفاع ضغط الدم بسبب ضغوط العمل والدراسة					
7	عندي دافعية جيدة للقراءة في أي وقت					
8	أشعر أن دقات قلبي سريعة وغير منتظمة					
9	أعتقد أن شهيتي للطعام لا بأس بها					
10	أشعر بالقلق من جراء عملي ودراستي					
11	تراودني فكرة ترك الدراسة وإيجاد عمل إعاله عائلتي					
12	أشعر بالضيق عندما يكلفني استاذي في اعداد بحثا وتقرير دراسي					
13	أشعر بالندم عندما يوجد خلاف مع زملائي الطلبة					
14	أميل إلى المشاركة والتعاون مع زملائي الطلبة					
15	أشعر بالحزن جراء كوني ادرس في هذا القسم وهذا التخصص					
16	أنقل مشاكل الدراسة الكثيرة إلى منزلي					
17	أتوتر عندما ينتقدني اساتذتي والطلبة					
18	أشعر بالإحراج عند تعاملتي مع اساتذتي					
19	أجد نفسي منفعلاً عند تعاملتي مع زملائي الطلبة					

				أجد صعوبة في استرجع المعلومات الخاصة بالمحاضرة السابقة	20
				ينتابني شعور مستمر بالتعب الذهني	21
				أعاني من صعوبة استيعاب مايقوله اساتذتي	22
				أعاني من تشتت افكاري وشروء في الذهن	23
				أتمتع بالدقة والتنظيم في أعمالي	24
				لدي قدرة عالية كافية لتأدية أعمالي	25
				عقلي مشوش جراء كثرة المشاكل في حياتي	26
				توفر لي دراستي فرصة لتبادل المعلومات مع الزملاء	27
				أجد اني غير قادر على ايجاد الكلمات المناسبة عند الحديث مع الآخرين	28
				أشعر بالضعف والعجز وعدم القدرة على حل المشكلات الخاصة بي	29
				أمتلك القدرة لكافية في السيطرة على انفعالاتي	30
				يقلقني من أن تكون الحالة المادية عائقاً في أكمال دراستي	31
				أشعر أن مصروف دراستي ثقل كاهل أسرتي	32
				يؤلمني أن الدخل الشهري للأسرة محدود	33
				صعوبة توافر المتطلبات المالية لإكمال دراستي	34
				يثقل كاهلنا زيادة الإيجار الشهري المتسارع من قبل مالك الدار الذي نسكنه	35
				أشعر ان ارتفاع أسعار الأكل في مطاعم الطلبة يثقل كاهلي المادي	36
				يقلقني انخفاض المستوى المادي للعائلة	37
				وضعي المادي شكل عبئاً على دراستي	38
				يرهقني ارتفاع أجور النقل ويثقل كاهلي	39
				يؤلمني عندما استطاعتي ارتداء ملابس جديدة بسبب إرتفاع الأسعار	40

فاعلية أسلوب التعلم السريع في تنمية اهم المهارات الاساسية بكرة القدم لدى لاعبي الموهبة الرياضية في ميسان

م. م. زهراء خالد عبد الواحد كبيان

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى اعداد وحدات تعليمية وفق أسلوب التعلم السريع في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم والتعرف على تأثير الوحدات التعليمية وفق أسلوب التعلم السريع في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم. كما فرضت الباحثة الى ان هناك تأثير ايجابي للوحدات التعليمية في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمة طبيعة الدراسة، وكانت عينة البحث من لاعبي مركز الموهبة الرياضية بكرة القدم وكذلك استمر المنهج التعليمي وفق التعلم السريع وتطبيقه على عينة الدراسة لمدة (8 اسابيع)، وبواقع وحدتان تعليميتان في الاسبوع الواحد؟ واستخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الملاءمة من خلال برنامج الحقيبة الاحصائية (spss). اما اهم الاستنتاجات كانت ان للمنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع تأثيراً ايجابياً لتعلم اللاعبين لمهارات كرة القدم، كما تطرقا إلى أهم التوصيات ومنها استخدام تمارين وفق التعلم السريع في تعليم مهارات كرة القدم كونه أسلوباً ناجحاً ومؤثراً في عملية التعلم.

Abstract

The effectiveness of the rapid learning style in developing the most important basic skills in football among sports talent players in Maysan

By

Zahraa Khaled Abdel Wahed Kebian

The aim of the research is to prepare educational units according to the rapid learning learning style in developing the most important basic skills in football among sports talent players in Maysan and to identify the effect of educational units according to the rapid learning learning style in developing the most important basic skills in football among sports talent players in Maysan , as the researcher imposed that there is a positive effect of the educational units in developing the most important basic skills in football among sports talent players in Maysan. The researcher used the experimental approach to suit the nature of the study. The sample of the research were from the players of the Sports Talent

Center in football, as well as the educational curriculum continued according to rapid learning and its application to The sample of the study for a period of (8 weeks), with two educational units per week, and the researcher used the appropriate statistical methods through the statistical package program (spss). The most important conclusion that the educational units using rapid learning has a positive impact in the players' learning of football skills, they also touched on the most important recommendations, including the use of exercises according to rapid learning in teaching football skills, as it is a successful and influential method in the learning process.

1 . التعريف بالبحث:

1.1 مقدمة البحث وأهميته:

إن التعلم الية واضحة تبدأ بتعليم مهارة معينة ومن بعدها يتم تنمية أو تحسين او تطوير الأداء لهذه المهارة من خلال التمرين وكثيرا ما يلاحظ إن ضعف أداء المهارات يعود الى نقص في تعلم المهارات. وهذا ما جعل العلماء قبل سنوات طويلة الى اختيار اسلوب يسرع عملية التعلم إذ وضعوا في تصوراتهم وأراءهم طبيعة التعلم. والتعلم مجموعة من العمليات المرتبطة بالممارسة والخبرة والتي تؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبيا في ألقدره على أداء مهارة حركيه.

فمن الضروري السعي لوجود أفضل الطرق والوسائل للوصول للتعلم بشكل سريع وجيد لذا سعى العاملون على عملية التعلم بابتكار أساليب ووسائل جديدة للتعلم تحاكي وتتناغم مع إمكانيات المتعلم للوصول إلى أفضل مستوى للتعلم لذلك اقترن هذا الجانب بأسلوب جديد هو أسلوب التعلم السريع الذي يكمن أهميته في اختزال وقت التعلم وتطوير الأداء لذلك تكمن أهمية البحث في تطوير اهم المهارات الأساسية بكرة القدم من خلال تأثير ترمينات هذا الأسلوب ومعرفة مدى تأثير هذا الاسلوب في تعلم المهارات الاساسية للوصول إلى أفضل الأداء وإمكانيات تطوير الدقة المرتبطة بالمهارة نفسها والاحتفاظ بالبرنامج الحركي الصحيح لاهم مهارات كرة القدم

1 . 2 مشكلة البحث:

من خلال ملاحظة الباحثة وجدت ان هناك تعدد في اساليب التعلم الا ان هذه الاساليب لم تحض بالاهتمام والتطبيق من قبل المدربين خصوصا مع فئة الموهوبين التي يجب التركيز فيها على الجوانب التعليمية اكثر من غيرها وبما ان أسلوب التعلم السريع من الاساليب الحديثة وإن ظهرت منذ وقت ليس بالحديث إلا انه جديدا في التطبيق العملي خصوصا مع لعبة كرة القدم التي تتطلب مهاراتها الاتقان في الاداء الذي يجب ان يتميز بالدقة العالية لاجل نجاحها وتحقيق الهدف منها , لذلك ارتأت الباحثة اعداد تمارين وفق اسلوب التعلم السريع للمساهمة في تقليل الوقت والجهد وكذلك زيادة دقة الاداء الفني من خلال عملية الاحتفاظ للمسار الحركي لاهم المهارات الأساسية بكرة القدم باعتبار ان وان اتقان تعلم تلك المهارات يكون مكسبا مضافا لاعبي كرة القدم لان نقص اتقان اداء أي من المهارات يكون نقص في الهجوم والدفاع مسببا نقص عددي في الفريق .

لذلك عمد الباحثة على اختيار اهم مهارات كرة القدم الاساسية و التركيز على عملية تطوير الاداء من خلال اختيار عملية التعلم المناسبة وهي تمارين اسلوب التعلم السريع

1. 3 أهداف البحث:

1- اعداد وحدات تعليمية وفق أسلوب التعلم السريع في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم.

2 - التعرف على تأثير الوحدات التعليمية وفق أسلوب التعلم السريع في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم.

1-4 فروض البحث

1- هناك تأثير ايجابي للوحدات التعليمية في تنمية اهم المهارات الأساسية لدى لاعبي موهبة ميسان بكرة القدم.

1. 5 مجالات البحث:-

1. 5. 1 المجال البشري: لاعبي الموهبة الرياضية في مركز رعاية الموهبة الرياضية في ميسان.

1. 5. 2 المجال الزمني: من 2021/12/5 لغاية 2022/3/10.

1. 5. 3 المجال المكاني: الساحة الخارجية في معلم ميسان الأولمبي.

1. 6 تحديد المصطلحات

مفهوم التعلم السريع: " مصطلح واسع جدا يشمل مختلف المنهجيات والتقنيات والأساليب في التدريس والتعلم وبعض الأساليب التي من شأنها إن تندرج تحت عنوان التعلم السريع وهي تتضمن خرائط العقل وتحفيز الدماغ ، وتقنيات الذاكرة المختلفة، واستعمال الموسيقى للتأثير على الحالة العاطفية والنفسية للمتعلمين، وتنفيذ البرمجة اللغوية العصبية".¹⁴⁸

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث:

إن المشكلة الملاحظة من قبل الباحثة هي التي تحدد المنهج الملائم من اجل الوصول إلى الحلول المناسبة إذ يجب على الباحثة اختيار المنهج الملائم لحل تلك المشكلة لذا اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي , وذلك لملائمته طبيعة مشكلة وأهداف البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

يتكون مجتمع البحث من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في محافظة ميسان والبالغ عددهم (20) لاعب اذ تم اختيار (14) لاعب بالطريقة العشوائية (القرعة) تم تقسيم على مجموعتين متكافئتين ضابطة (7) لاعبين , ومجموعة تجريبية (7) لاعبين , وتم إجراء التجربة الاستطلاعية على (5) لاعبين من مجتمع البحث .

2-3 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث :

¹⁴⁸ http://www.selfgrowth.com/articles/definition_accelerated_learning.html

2-3-1 تجانس العينة:

لغرض إيجاد تجانس كافة أفراد العينة في متغيرات البحث (العمر، الطول والكتلة) استعملت الباحثة معامل الالتواء قبل الشروع بتطبيق التجربة الرئيسية على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) وكما مبين في الجدول (1) .

جدول (1)

المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، والوسيط ، ومعامل الالتواء) لمتغيرات الطول والعمر الزمني والكتلة

المتغيرات	وحدات القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سم	145.60	5.48	145.50	0.054
العمر الزمني	سنة	12.60	4.60	11.00	1.043
الكتلة	كغم	38.20	3.50	37.00	1.029

2-2-2 وتكافؤ العينة:

استخدمت الباحثة التكافؤ وفق المهارات المبحوث وذلك لمنع المؤثرات التي قد تؤثر في سير التجربة من حيث الفروق الفردية لدى عينة البحث وفق المهارات حيث جرت معالجته هذه المتغيرات أخصائياً من خلال أيجاد الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف وقيمة ت المحتسبة.

جدول (2)

يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية

المتغيرات الإحصائية	اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدالة
			ع±	س	ع±	س			
الاخمداد	الدرجة		0.35	3.96	0.84	3.80	2.66	0.565	غير دال
الدرجة	الثانية		0.36	15.47	0.12	15.30	4.45	0.802	غير دال
المناولة	الدرجة		0.31	2.63	0.16	2.41	2.87	0.212	غير دال

معنوي تحت مستوى الدلالة (0.05)

2-3 ألاجهاز والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

2-3-1 الأجهزة المستعملة في البحث:

- كومبيوتر (حاسبة إلكترونية) نوع DELL
- ساعة توقيت نوع Casio.
- كامرة فيديو ديجيتال نوع (CANON 7100).

2-3-3 الأدوات المستخدمة في البحث:

- ملعب كرة قدم قانوني.
- كرات قدم قانونية عدد (10).
- شريط لاصق بالوان مختلفة.
- شواخص عدد (10).
- صافرة.

وكذلك " تعتبر وسائل جمع المعلومات من متطلبات البحث الأساسية وهي المنفذ الرئيسي لجمع البيانات سواء رقميا او معلومات نظرية او استطلاعية المطلوبة في حل مشكلة البحث "(1)

2-3-2 أدوات البحث:

- مصادر عربية وأجنبية
- مقابلات شخصية

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد المهارات الأساسية بكرة القدم:

قامت الباحثة باختيار المهارات المذكورة بعد اجراء المقابلات الشخصية مع ذوي الاختصاص اطلاعها على المصادر والدراسات السابقة تم التوصل الى المهارات الآتية:

1. درجة الكرة.
2. المناولة.
3. السيطرة على الكرة (الإخماد).

2-4-2 تحديد الاختبارات الأساسية بكرة القدم المستخدمة في البحث:

من أجل تحديد الاختبارات الخاصة بالمهارات المختارة، عمدت الباحثة الى الاطلاع على المصادر والبحوث المنشورة ومن خلال خبرتهما في مجال كرة القدم تم تحديد الاختبارات للمهارات قيد البحث.

1- إخماد الكرة داخل مربع بقياسات (2م × 2م)⁽²⁾.

(1) حيدر عبد الرزاق كاظم: أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة، البصرة ، مكتبة الواعي 2015، ص101.

- الغرض من الاختبار: قياس الدقة في إيقاف الكرة بأجزاء الجسم كافة عدا الذراعين.
- 2- المناولة باتجاه هدف صغير على بعد (10م)⁽³⁾.
- . هدف الاختبار: قياس دقة المناولة.
- 3- اختبار الدرجة بالكرة من بين (6) شواخص⁽⁴⁾.
- الغرض من الاختبار: قياس زمن الجري بالكرة الأدوات اللازمة: شواخص عدد (6) موضوعة على مسافات متساوية (2م) بين كل شاخص وآخر، وخط البداية والنهاية على بعد (2م) من الشاخص.

2-4-3 الأسس العلمية للاختبارات

ان المحاولات العلمية الوسيلة التي تحقق نجاح الاختبارات المراد تنفيذها وهذه المعاملات هي (الصدق والثبات والموضوعية) " وان الدور الإيجابي الذي تؤديه هذه المعاملات للاختبارات لها دلائلها العلمية التي لا يمكن إخفاؤها في البحوث العلمية والتي تعد الاختبارات والقياسات أدواتها العلمية والفاعلة ، وعليه يجب على الباحثة التأكد منها قبل إجراء التجربة الرئيسية من خلال التجارب الاستطلاعية على عينة من المختبرين⁽¹⁾. لذلك سعت الباحثة الى اعتماد الاسس العلمية في عملية التقنين للاختبارات على الرغم من كونها اختبارات مقننة لغرض تحديد مدى علمية هذه الاختبارات المختارة من صدق وثبات وموضوعية بحسب المصادر العلمية.

اولاً: ثبات الاختبار:-

ان ثبات الاختبار هو "الاتساق في النتائج ، ويعتبر الاختبار ثابتاً اذا حصلنا منه النتائج نفسها عند إعادة تطبيقه على الأفراد أنفسهم وفي الظروف نفسها " (2).

ولحساب معامل ثبات الاختبار اعتمد الباحثة طريقة اعادة الاختبار فقد طبق الاختبار جميعها على عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (5) طلاب، في يوم الموافق 2021/12/15 واعيدت الاختبارات نفسها بعد مرور (7) يوم وذلك يوم الاربعاء الموافق 2021/12/22 ، إذ أن ((المدة المسموح بها بين اجراء الاختبار في كلتا المراتين ، يجب ان لا تطول كثيرا ، فبعض المؤلفين يذكر أنها (اسبوع) وبعض منهم يذكر أنها (اسبوعين او اكثر)، والسبب في ذلك حتى لا تستفيد عينة المختبرين من بعض العوامل او

(2) زهير الخشاب (واخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، 1999، ص 209 .

(3) رعد حسين حمزة؛ اثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم(رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد، 1999) ص 37 – 38.

(4) زهير الخشاب (واخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، 1999، ص 210.

(1) عقيل حسن فالح: تأثير منهجي تدريبي بالفتري المرتفع الشدة والهيبيوكسيل في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية والمتغيرات البيوكيميائية والوظيفية للاعبين الشباب بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، جامعه البصرة، 2009.

(2) مروان عبد المجيد أبراهيم: تصميم وبناء اختبارات اللياقة باستخدام طرق التحليل العملي، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، 2001 ، ص 89 .

المتغيرات والتي يمكن أن تؤثر في نتائج الاختبار الثاني)) (3) ويذكر في هذا الصدد (مروان عبد المجيد) في أنه لمعرفة ثبات الاختبار يحتاج إلى إعادة تطبيقه بعد مرور سبعة أيام على الاختبار الأول (4) ، وبعدها عولجت البيانات التي حصل عليها الباحثة من الاختبارين من خلال حساب معامل الارتباط البسيط بيرسون بين درجات كل اختبارين ، وظهرت نتائج الارتباط المحسوبة أن هناك علاقة ارتباط عالي بين معظم الاختبارات ، إذ تراوحت القيم بين (0.829) و(0.866)، مما يؤكد ثبات الاختبارات، حيث انه كلما اقترب معامل الثبات من $1 - +$ كان اقوى والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

يبين قيم معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لمتغيرات البحث

ثانياً: صدق الاختبارات:-

ت	الاختبارات	وحدة القياس	درجة الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	الاحماد	الدرجة	0.847	0.920	0.954
2	المناولة	الدرجة	0.829	0.910	0.929
3	الدحرجة	الثانية	0.866	0.931	0.961

قامت الباحثة بعرض الاختبارات الخاصة بكرة القدم على الخبراء والمختصين لغرض التأكد من صدق هذه الاختبارات وكما مبين في الجدول (3)، إذ اتفق الخبراء والمختصون على أن هذه الاختبارات تقيس الصفة التي وضعت لقياسها ، إذ يعد صدق الاختبار "درجة الصحة التي نقيس بها الاختبار لما نريد قياسه " (1)، وتم استخدام صدق المحتوى الذي ((يعتمد وبصورة اساسية على مدى امكانية تمثيل الاختبار لمحتويات عناصره(2)))، وللتأكد من صدق الاختبارات تم استعمال معامل الصدق الذاتي الذي هو " صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء الصدفة ، وبذلك تكون الدرجات الحقيقية

(3) علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، 2004، ص31.

(4) مروان عبد المجيد إبراهيم: أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص42.

(1) مروان عبد المجيد إبراهيم: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، دار وائل للنشر، عمان، 1999، ص13.

(2) علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، 2004، ص23 .

للاختبار هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار " (3) ، ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار ، على النحو المبين في الجدول (3). وعلى هذا كانت معاملات الصدق الذاتي بين (0.910) و(0.931) ، مما يدل على أن معظم الاختبارات كانت صادقة وبدرجة عالية .
ثالثاً: موضوعية الاختبارات :-

الموضوعية تعني ((توقف علامة السؤال أو الاختبار على شخصية أو رأي المصحح أي أنه في الاختبار الموضوعي لا تختلف العلامة باختلاف المصححين)) (4) ، ويقصد بها أيضاً تجنب جميع العوامل الذاتية أو الشخصية أو الخارجية والتي من الممكن أن تؤثر في نتائج الاختبار، لذلك فالاختبار الذي يتسم بالموضوعية يعطي نتيجة واحدة مهما اختلف عدد المحكمين لأنه مكون من وحدات أو أسئلة محددة فضلاً عن أن إجاباته لا يختلف عليها اثنان (5). وتعرف كذلك "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين" (6) ولما كانت الاختبارات المعتمدة واضحة ومفهومة وبعيدة عن التقويم الذاتي أذ أن التسجيل يحصل باعتماد وحدات بالزمن والدرجات فضلاً عن أن فريق العمل المساعد من ذوي الاختصاص في كرة القدم لذا تعد الاختبارات موضوعية كما يذكر ريسان خربيط نقلاً عن عبد اللطيف حمد حسون " كلما كان معامل الثبات عالياً أدى ذلك الى ارتفاع معامل الموضوعية والعكس صحيح " (7).

2-4-5 التجربة الاستطلاعية:

التجربة الاستطلاعية تعني "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحثة على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته" (1).

(3) محمد ماجد: تحديد معيار مرجعي للتنبؤ بمستوى الأداء الخططي الهجومي بدلالة زمن الأداء القصوى وتحمل الأداء والمدرک البصري ودقة التصويب في لعبة كرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة البصرة، 2009، ص71.

(4) زيد الهويدي: أساسيات القياس والتقويم التربوي، ط1، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة، 2004، ص62.

(5) مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري: المدخل إلى القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريس الصفّي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، رام الله، 2002، ص119.

(6) أسعد لازم علي: القيمه التنبؤيه للمستوى المعيارى بدلاله بعض القدرات البدنية والوظيفية كمؤثر الانتقاء الناشئين بكرة القدم ، أطروحة دكتوراه، جامعه بغداد، 2008، ص76.

(7) عبد اللطيف حمد حسون: تأثير التدريب بأسلوب حجم حمل المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للمتقدمين، رسالة ماجستير، جامعه البصرة، 2010، ص72.

(1) مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية. ج1: (القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984) ص79.

ولكي يحصل الباحثة على نتائج موضوعية قام فريق العمل المساعد وبإشراف الباحثة بتجربة استطلاعية على مجموعة مؤلفة من (5) لاعبين من لاعبي مدرسة موهبة ميسان الموافق الموافق 2021/12/15 في الساعة 2.30 بعد الظهر، وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو الآتي:

- 1- التحقق من دقة وسلامة الأجهزة والأدوات المستعملة.
- 2- مدى ملائمة ومناسبة وترتيب أداء الاختبارات والتعرف على الصعوبات التي تواجه العينة أثناء التطبيق.
- 3- حساب الوقت الذي تستغرقه الاختبارات المختلفة عند تطبيقها للاستفادة من ذلك عند إجراء التجربة الأساسية للبحث.
- 4- تدريب فريق العمل المساعد على كيفية تطبيق الاختبارات وتسجيل الدرجات.
- 5- مراعاة سلامة اللاعبين.

2-4-8 الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي على مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) قبل البدء بتنفيذ المنهج التعليمي، وذلك لتحديد مستوى المهارات الأساسية بكرة القدم عند عينة البحث وقد أجريت الاختبارات يوم 7/1/2022 في الساحة الخارجية لملاعب ميسان الأولمبي .

2-4-6 المنهج التعليمي:

ان المنهج التعليمي هو (خطة يلزم اتباعها، وبرنامج التربية الرياضية هو مجموعة خبرات مخططة يمارسها المشاركون فيه من خلال الفعاليات الرياضية⁽¹⁾) .

لذا تم اعداد منهجاً تعليمياً خاصاً بالتعلم السريع لافراد المجموعة التجريبية اما المجموعة الضابطة فقد استخدمت المنهج المعتاد لافراد المجموعة الضابطة، بعد أن اطلعت الباحثة على مجموعة من المصادر العلمية والاستفادة من خبرات الخبراء والمختصين فضلاً عن خبرة الباحثة في اختصاصها.

وقد تضمن المنهج (8) اسابيع، (16) وحدة تعليمية بوحدين تعليميين لكل اسبوع وبزمن قدره (90) دقيقة للوحدة التعليمية بحسب وقت الدروس التعليمية واوقات الوحدات التعليمية وبذلك يصبح زمن الودتين التعليميين في الاسبوع (180) دقيقة.

وتضمن المنهج النشاط الإداري والتنظيمي والاعداد العام والخاص ثم تمارينات الإحساس بالكرة ومن ثم القيام بالنشاط التعليمي ثم الجزء التطبيقي واخيراً النشاط الختامي.

وفيما يأتي التوزيع الزمني للمنهج المقترح :

❖ عدد الاسبوع (8).

❖ عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع (2) وحدة : $(2 \times 8 = 16)$ ستة عشر وحدة .

❖ زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة.

❖ عدد التمارينات في الوحدة التعليمية تتراوح من (2-3) تمارين.

وتحتوي كل وحده تعليمية ما يأتي:

(2) محمد محمود الحيلة، توفيق مرعي: طرائق التدريس العامة، ط 4، عمان، دار المسيرة، 2013، ص 199.

أ- القسم التحضيري (20 دقيقة منها (6) للجانب التنظيمي و(6) للاعداد العام (المقدمة) و(8) للتمارين البدنية (الاعداد الخاص).

ب- القسم الرئيسي (60 دقيقة منها (20 دقيقة للجزء التعليمي ويتضمن اربع مراحل للتعليم السريع المرحلة الاولى (10) وتشمل التحضير والتهيأة والمرحلة الثانية (10) دقيقة مرحلة العرض والمرحلة الثالثة التمرين (15) دقيقة والمرحلة الرابعة الاداء بزمان (25) دقيقة .

ج- القسم الختامي (5 دقائق لعبة مصغرة ويشمل تمارين تهدئة واسترخاء و(5) اعادة الادوات والكرات الى المكان المخصص لها والوقوف لإنهاء الوحدة التعليمية بالصيحة الرياضية وقد روعي عند وضع المنهج التعليمي بعض الاسس والمبادئ التعليمية هي على النحو الآتي:

- ❖ تحديد الاهداف الخاصة بكل وحدة تعليمية .

- ❖ ان تحقق الوحدة التعليمية هدف تعليمي باستخدام مراحل التعلم السريع.
- ❖ ان يعمل كل تمرين من تمارين الوحدة التعليمية وحسب الادوات المستخدمة .
- ❖ التنوع في التمرينات من حيث السهولة والصعوبة والشروط (فرديه - زوجيه - جماعيه) مساحات مختلفة .

- ❖ مراعاة تطبيق المهارات التي تم تعلمها في وحدة سابقة في الوحدة التعليمية التالية لتثبيتها وربطها بالمهارات الاخرى او الجديدة .

2-4-6 تطبيق المنهج التعليمي:

عند البدء بتطبيق الوحدات التعليمية لتعليم مهارات كرة القدم ، عمدت الباحثة إلى إعطاء وحدتان تعليميتان للمجموعة التجريبية البحث ، لكي يتعرف المتعلمين اداء المهارات الخاصة بكرة القدم ، وتعد هذه الوحدات التعريفيتان في ضمن الوحدات التعليمية المعدة من الباحثة والتي تعد من الأساسيات الضرورية في بداية التعلم ، والتي تخص مراحل التعليم السريع وتم إعطاء الوحدات التعليمية لعينة البحث وطبقت الوحدات التعريفيتان على عدد من لاعبي عينة البحث المدروسة.

بعد الإفادة من إجراء الوحدة التعريفية وتهيئة مستلزمات الدرس من النواحي الفنية الخاصة بالوحدات التعليمية وتهيئة الملعب الرياضي المخصص للموهوبين وإشراف الباحثة بتنفيذ التجربة بتاريخ 2022/1/15 ، تم البدء بتطبيق المنهج التعليمي على عينة البحث وكانت الية تطبيق المنهج (الوحدات التعليمية) على النحو الآتي:

الوحدة التعليمية وفق التعلم السريع تحتوي على (4) مراحل وتبدأ من القسم الرئيسي وزمنة (60) دقيقة حيث تحتوي على القسم التعليمي وزمنة (20) دقيقة ويتم فيه تنفيذ الخطوات الاولى وهي التحضير والتهيئة ويتم فيها زمن الخطوة وزمن الخطوة (10) دقيقة

- أعطاء فكرة عن المهارة.
- فأندتها بالنسبة للاعب ومكان (اللاعب - والمنافس) .
- الهدف من المهارة وحسب الموقف التعليمي .

- توفير بيئة تعليمية مناسبة وفعالة وأيجابيا من خلال الاداءات .
- تنفيذ أداءات عن المهارات .
- يمكن مشاهدة صور او فيديو أو نموذج مثالي.

ثم تأتي مرحلة العرض وزمنها (10) دقيقة.

ويتم فية عرض المهارة (نموذج مثال - المتعلم ، او رسم تمرين للمهارة من خلال الكرات او شواخص او برنامج رسم) وزمنه (5) دقيقة .

وتم يأتي القسم التطبيقي وفترة (40) دقيقة ويشمل مرحلة التمرين (15) دقيقة وتشمل ثم تأتي مرحلة الاداء وزمنها (25) دقيقة .

- تنفذ هذه الخطوات وفق نوع المهارة المستخدمة وحسب المنهاج المعتمد .
- تنفذ هذه الخطوات وفق أنواع الذكاءات .

هنالك تنوع في التمرينات :

- 1- تمارين (فردية ، زوجية ، جماعية، تنافسية)
- 2- بدون خصم ، بخصم
- 3- مساحات متنوعة
- 4- من خلال شروط في الاداء
- 5- هنالك ربط بالتمرينات وفق المهارات
- 6- الاخذ بنظر الاعتبار الايجابية والترويح والمشاركة واثارة المشاعر الايجابية لخلق بيئة تعليمية تستند الى التسريع في عملية التعلم .

2-4-7 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي تم اجراء الاختبار البعدي على المجموعتين (الضابطة والتجريبية) وذلك لتحديد مستوى تعلم الموهوبين في المهارات الاساسية بكرة القدم التي وصلت اليها عينة البحث ، وذلك في الموافق 17 / 3 / 2022 وفي ملعب ميسان الاولمبي ، وقد راعى الباحثة ان تكون الظروف نفسها من حيث الوقت - والمكان - والاجهزة - والادوات - وطريقة التنفيذ وفريق العمل من أجل تحقيق الأحوال نفسها التي اجريت فيها الاختبارات القبليّة .

2-5 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثة الحقيبة الاحصائية (SPSS.Ver17) في جهاز الحاسوب الالكتروني لمعالجة النتائج للوصول إلى تحقيق أهداف البحث وفرضياته.

- 1- قانون الوسط الحسابي.
- 2- قانون الوسيط.
- 3- الانحراف المعياري.
- 4- معامل الالتواء.
- 5- اختبار T للعينات المترابطة وغير المترابطة.

6- النسبة المئوية.

7- معامل الارتباط.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الاختبارات المهارية:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية من قبل الباحثة ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الاختبارات المهارية

الدالة	مستوى الدالة	قيمة (T) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	الاسم الاختبار
			$\pm$ ع	س	$\pm$ ع	س		
دال	0.00	14.31	0.30	6.99	0.35	3.96	الدرجة	الاخمداد
دال	0.00	9.79	0.17	12.97	0.36	15.47	الثانية	الدحرجة
دال	0.00	38.65	0.17	6.56	0.31	2.63	الدرجة	المناولة

معنوي تحت مستوى دلالة (0.05)

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الاختبارات للمهارات الأساسية:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة من قبل الباحثة ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (5).

الجدول (5)

يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الاختبارات المهارية

المعاملات الإحصائية اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
الاخمداد	الدرجة	3.80	0.84	5.10	0.08	3.23	0.04	دال
الدحرجة	الثانية	15.30	0.12	13.04	0.05	50.19	0.03	دال
المناولة	الدرجة	2.41	0.16	5.58	0.38	12.74	0.03	دال

معنوي تحت مستوى دلالة (0.05)

3-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في بعض الاختبارات المهارية ومناقشتها:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة من قبل الباحثة ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (6) .

الجدول (6)

يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض الاختبارات المهارية

المعاملات الإحصائية اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
الاخمداد	الدرجة	6.99	0.30	5.10	0.08	30.56	0.00	دال
الدحرجة	الثانية	12.97	0.17	3.04	0.05	29.73	0.00	دال
المناولة	الدرجة	6.56	0.17	5.58	0.38	14.59	0.00	دال

معنوي تحت مستوى دلالة (0.05)

3-3- مناقشة النتائج:

3-1 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض الاختبارات المهارية بكرة القدم:

من خلال البيانات الإحصائية المعروضة سابقاً تبين إن مجموعة البحث التجريبية قد حققت هدفها في التعلم والتنمية من حيث التأثير المعنوي مع وجود الفروق المعنوية بين الاختبارات البعدية، ويعود السبب في ذلك إلى فاعلية المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع في المجموعة التجريبية وهي أساليب غير متعارف على استخدامها بهذه الصيغة في تعلم كرة القدم لما لها من تأثير واضح في اكتساب المهارات بهذه اللعبة وتنميتها.

وان تحقق تلك النسب المعنوية الواضحة تعزوه الباحثة الى أن هذه النتائج تشير الى أن العمل ضمن التعلم السريع قد وفر الظروف المثلى لتعلم مهارات (الأكماد , والمناولة , الدرجة,) من خلال توجيه اللاعبين ورفدهم بالتغذية الراجعة لتنظيم أداء التمارين خلال الممارسة المستمرة لأداء المهارات الملازمة للمعرفة المهارية في نفس الوقت داخل الملعب, فضلاً عن ذلك فأن هذا النوع من التعلم يؤكد على عملية التعاون بين اللاعبين مع تحمل المسؤولية أثناء تأدية التمارين في الوحدة التعليمية إذ ان التعلم ضمن المنهج التعليمي كان أكثر فعالية من خلال الاداء المشترك في العملية التعليمية, وهذا ما يؤكده (محمد ابراهيم بدره 2012) " ان من اهم مبادئ التعلم السريع هو المشاركة الفعالة من قبل المتعلمين إذ يتعلم الافراد بشكل أكثر فعالية عندما يشتركون في العملية التعليمية بشكل حقيقي ويتحملون مسؤولية تعلمهم بأيديهم" (1)

فضلاً عن ذلك فان التمرينات التي اعدتها الباحثة اتسمت بمبدأ التدرج في اكتساب المفهوم من السهل الى الصعب وبهذا جعلت تعلم افراد العينة ذي معنى لدى افراد العينة حيث راعت الباحثة اعطاء التمارين ذات الطابع السلس والسهل في بداية الوحدة التعليمية ومن ثم بعد ذلك يبدأ التدرج وصولاً الى التمارين ذات الطابع الصعب في ادائها خلال الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحثة، وهذا ما يؤكد كل من (لمياء الديوان و حسين فرحان الشيخ علي 2016) "وقد يجد بعض المتعلمين في بادئ الأمر صعوبة في بعض المهارات ولخفض درجة صعوبة الأداء على المدرس أن يبدأ بالأسهل منها للتغلب على الصعوبات التي تواجه الطالب والمتعلم" (149) .

(1) محمد ابراهيم بدره: التعلم الطبيعي، ط1 ، دار ايلاف ترين للنشر، 2012، 68.

(2) لمياء حسن الديوان وحسين فرحان الشيخ: مصدر سبق ذكره، ص61.

وكذلك في ضوء البيانات المستخرجة والتي تبين فيها الفروق في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الاضداد، المناولة، الدرجة)، في دقة بعض المهارات الأساسية للاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية وهذا ما يفسر لنا إن الأسلوب المتبع من قبل المدرب قد أدى إلى تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم بشكل ايجابي وتعزو الباحثة الى ان المنهج المطبق من قبل الباحثة الذي طبق على المجموعة التجريبية خلال الفترة التعليمية والتكرارات والاستمرار بالتمرين ساهمت في عملية التعلم للمجموعة التجريبية.

4-1 الاستنتاجات:

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الآتية:

1. ان للمنهج التعليمي باستخدام التعليم السريع تأثيرا ايجابيا لتعلم اللاعبين لمهارات كرة القدم.
2. كفاءة الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحثة وشمولها على تمارينات وتكرارات مختلفة ساعدت على تنمية القدرات مهارية وعلى تعليم مهارات أساسية في لعبة كرة القدم.
3. عمل العينة على شكل مجاميع تتعلم معا كان له الدور الإيجابي في التعاون المثمر بين اللاعبين أنفسهم وبالتالي انعكست بالصورة الإيجابية على المهارات المدروسة من قبل الباحثة.

4-2 التوصيات:

1. استخدام تمارينات وفق التعلم السريع في تعليم مهارات كرة القدم كونه أسلوباً ناجحاً ومؤثراً في عملية التعلم.
2. إجراء مزيد من الدراسات حول تأثير التعلم السريع في مختلف جوانب العملية التعليمية غير تلك التي وردت في الدراسة ، ومعرفة أثرها على مهارات رياضية بألعاب أخرى .
3. ضرورة الاهتمام بتطوير القدرات مهارية للاعبين مراكز الموهبة لما لها من تأثير بالغ في تعليم وتحسن الأداء .

المصادر والمراجع

- ❖ أسعد لازم علي: القيمه التنبؤيه للمستوى المعيارى بدلاله بعض القدرات البدنية والوظيفية كمؤثر الانتقاء الناشئين بكرة القدم ، أطروحة دكتوراه، جامعه بغداد، 2008.
- ❖ حيدر عبد الرزاق كاظم: اساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة، البصرة ، مكتبة الواعي 2015.

- ❖ رعد حسين حمزة؛ اثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم(رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد، 1999).
- ❖ زهير الخشاب (واحدون) ؛مصدر سبق ذكره ، 1999، ص 210.
- ❖ زيد الهويدي: أساسيات القياس والتّقيّم التّربوي، ط1، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتّحدة، 2004.
- ❖ عبد اللطيف حمد حسون: تأثير التّدريب بأسلوب حجم حمل المنافسات في تطوّر بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للمتّقدمين، رسالة ماجستير، جامعه البصرة، 2010.
- ❖ عقيل حسن فالح: تأثير منهجيّ تدريبيين بالفتري المرتفع الشدة والهيبيوكسيل في تطوّر بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية والمتغيّرات البيوكيميائية والوظيفية للاعبين الشباب بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، جامعه البصرة، 2009.
- ❖ علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، وزارة التّعليم العالي والبحث العلمي، جامعه القادسية، 2004.
- ❖ علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، وزارة التّعليم العالي والبحث العلمي، جامعه القادسية، 2004.
- ❖ مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية. ج1:(القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984).
- ❖ محمد ابراهيم بدره: التّعلم الطبيعي، ط1 ، دار ايلاف ترين للنشر ، 2012.
- ❖ محمد ماجد: تحديد معيار مرجعيّ للتنبؤ بمستوى الأداء الخططي الهجومي بدلالة زمن الأداء القصوى وتحمل الأداء والمدرّك البصري ودقة التّصويب في لعبة كرة اليد، رسالة ماجستير، جامعه البصرة، 2009.
- ❖ محمد محمود الحيلة، توفيق مرعي: طرائق التّدرّيس العامة، ط 4، عمان، دار المسيرة، 2013.
- ❖ مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري: المدخل إلى القياس والتّقيّم التّربوي واستخدامه في مجال التّدرّيس الصفي، دار وائل للنشر والتّوزيع، عمان، رام الله، 2002.
- ❖ مروان عبد المجيد إبراهيم: أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتّوزيع، عمان، 2000.
- ❖ مروان عبد المجيد إبراهيم: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، دار وائل للنشر، عمان، 1999.
- ❖ مروان عبد المجيد إبراهيم: تصميم وبناء اختبارات اللياقة باستخدام طرق التحليل العاملي، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتّوزيع، عمان، 2001 ، ص 89 . لمياء حسن الديوان وحسين فرحان الشيخ: مصدر سبق ذكره..

الاسبوع الأول

الوحدة التعليمية الأولى

الزمن: 90 دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم مهارة الإخماد

وحدة تعليمية للتعليم السريع وفق الحكام

للمتعددة

المعلم: ملعب كرة القدم

(الأولاد): كرات قدم، كراس صور، شواخص، صافرة، اشرطه

عدد الطلاب: (15)

الهدف التربوي: بث روح التعاون

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	الفعاليات	الرسم التوضيحي	(الملاحظات)
1	القسم التحضيري	20 د	6 د	تجمع اللاعبين : وتهيئة الأدوات	
			6 د	تجمع اللاعبين : وتهيئة الأدوات	
			6 د	تجمع اللاعبين : وتهيئة الأدوات	
	القسم الرئيسي	60 د			التلاميذ من المدرب على عمل حوار
2		60 د		ويتم فيه إجراءات مراحل التعليم السريع وكما مبين بإجراءات البحث	التلاميذ من المدرب على عمل حوار
2		60 د		ويتم فيه إجراءات مراحل التعليم السريع وكما مبين بإجراءات البحث	التلاميذ من المدرب على عمل حوار
2	القسم الرئيسي	60 د	4 د	ويتم فيه إجراءات مراحل التعليم السريع وكما مبين بإجراءات البحث وفيه يتم التحضير للوحدة التعليمية بأثارة الأفكار والمشاعر الإيجابية والنخلص من المخاوف والقيود وطرح الأسئلة والبحث عن الاجوبة لمهارة الإخماد وأنواعه.	التلاميذ من المدرب على عمل حوار بين المتعلمين لبيان مدى فهم المهارة وزيادة الدافعية لديهم أثناء تطبيق
	التعليمي				
	مرحلة التوضيح (10د)			استخدام التعلم من خلال العمل الجماعي أو وفق تمرينات زوجية وجماعية ووضع تمارين لحل <u>الإجراءات</u> التي طرحت بالتحضير لمهارة <u>الإخماد</u> والأدوات المساعدة في ذلك وفق تمارين استباقية.	تطوير مهارة الإخماد وفق أدوات مساعدة
	التطبيقي	40 د	مرحلة التمرين (15د)	وفيها يتم وضع التمارين المناسبة لمهارة <u>الإخماد</u> وعرضها بأسلوب <u>التحريب</u> والحوار <u>الثلاثي</u> أو الجماعي وحسب نوع التمرين .	تطوير مهارة المناقشة والإخماد <u>بأنواعها</u> المختلفة القصيرة والمتوسطة والطويلة وكذلك تطوير الجانب المعنوي (الذهني) إنشاء الأداء
	التطبيقي	40 د	مرحلة التمرين	وفيها يتم وضع التمارين المناسبة لمهارة <u>الإخماد</u> وعرضها بأسلوب <u>التحريب</u> والحوار <u>الثلاثي</u> أو الجماعي وحسب نوع التمرين .	تطوير مهارة المناقشة والإخماد <u>بأنواعها</u> المختلفة القصيرة والمتوسطة والطويلة وكذلك تطوير الجانب المعنوي (الذهني) إنشاء الأداء
	التطبيقي	40 د	مرحلة التمرين	وفيها يتم وضع التمارين المناسبة لمهارة <u>الإخماد</u> وعرضها بأسلوب <u>التحريب</u> والحوار <u>الثلاثي</u> أو الجماعي وحسب نوع التمرين .	تطوير مهارة المناقشة والإخماد <u>بأنواعها</u> المختلفة القصيرة والمتوسطة والطويلة وكذلك تطوير الجانب المعنوي (الذهني) إنشاء الأداء
3	القسم الختامي	10 د	5 د	لعبة صافية	

❖ http://www.selfgrowth.com/articles/definition_accelerated_learning.htm