

## المعايير لبعض اختبارات الرشاقة بكرة السلة للأشبال

أ.د. فارس سامي يوسف شابا      أ.م.د. لؤي سامي رفعت

جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د. شيرزاد محمد جارو

جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

يرى الباحثون في مشكلة بحثهم أن تكون اختبارات الرشاقة مناسبة للمستويات الخاصة بالمختبرين حتى يتم من خلالها ملاحظة التغير النسبي الذي يحدث عند اللاعبين للتحقق من مدى التقدم نتيجة الممارسة والتدريب، وعليه هناك الكثير من اختبارات الرشاقة بصورة عامة غير إنها تفتقر إلى نماذج الاختبارات الخاصة التي تتوافق وتتناغم مع متغيرين مهمين هما السن والجنس وهنا نقصد لاعبي الأشبال لكرة السلة من جهة، والزمن والمسافة والعوائق لتطبيق الاختبارات من جهة أخرى، ولذلك تأتي أهمية مشكلة البحث في وضع اختبارات للرشاقة تخص فئة الأشبال لتحقيق التنوع في اختلاف الاختبارات لتكون مرجعاً للمدربين يعتمد عليه كواحدة من المحكات التي تقيس مفردات تدريباتهم.

اختير مجتمع البحث من المدرسة التخصصية للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة في بغداد وللموسم الرياضي (2014-2015م) لأعمار دون (14 سنة) والبالغ عددهم (30) لاعباً فضلاً عن ذلك تم اشتقاق (100) قيمة على أساس توليد البيانات من مجتمع الأصل، وبعد الحصول على النتائج ومعالجتها إحصائياً توصل الباحثون إلى استنتاجين هما: إن اختبارات الرشاقة تم تطبيقها لأول مرة في البيئة العراقية مما يؤهلها إلى جانب بقية الاختبارات لاختيار لاعبي منتخب العراق لفئة الأشبال في الاتحاد العراقي لكرة السلة، وتقنين نتائجها بوضع المعايير (معيارية المرجع) لتكون فيما بعد محكاً يستفاد منه في التقويم أو المقارنة.

وأما توصيات البحث تمحورت حول اعتماد اختبارات الرشاقة عند عملية التقويم المستمرة، واستخدام المعايير المعنية بالبحث بوصفها معيارية المرجع عند عملية الانتقاء.

## Criteria for Some Agility Tests in Young Basketball

**Prof. Faris Sami      Asst.Prof. Luay Sami      Dr. Sherzad Mohammed**  
**University of Baghdad / College of Physical Education**

The problem of the research lies in choosing agility tests suitable to the test taker to observe the relative changes in some players. In addition to that, there are a lot of agility tests that lack special test models that coordinate gender and age. This means the youth basketball player on one hand and time and distance in applying the tests on the other. The importance of the research lies in designing agility tests for youth basketball players to achieve variations in tests a matter that will benefit coaches in their training.

The subjects of the research were (30) youth basketball players from the specialized school of the National Center that sponsor gifted basketball players in Baghdad for the season 2014 – 2015. The data was collected and treated using proper statistical methods. The researchers concluded that agility tests were first applied in Iraqi environment thus they are qualified to be used along other tests in selecting basketball players.

Finally the researchers recommended using agility tests in the continuous evaluation as well as using proper criteria as a reference during the selection process.

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

إن لعبة كرة السلة حالها حال بقية الألعاب في تطور مستمر على كافة الأصعدة نظراً لزيادة المعارف والبحوث العلمية التي تهدف إلى تقنين مفرداتها ضمن المناهج التدريبية، ومن هذه المعارف علم الاختبارات بوصفه أداة تقويمية تساعد على تحسين الأفكار الإيجابية والحد من السلبية فيها، ويعد هذا مطلب تنشده معظم الدول ومنها العراق.

تلعب المعايير دور مهم في توثيق قيم نتائج الاختبارات بصورة جداول وهي مكملة لتقنين إجراءات الاختبار الجيد ويستفاد منها في معرفة الواقع الراهن للاعبين وما بلغت درجة استعداداتهم البدنية والمهارية وغيرها نتيجة ممارسة التمرينات المختلفة فضلاً عن إمكانية اعتمادها لمقارنة اللاعب بمجموعته أو بمجموعات متشابهة بهدف تسليط الضوء على صلاحية الجرعات التدريبية المعتمدة.

يعد الجانب البدني في لعبة كرة السلة من الجوانب المهمة ولاسيما متغير الرشاقة وذلك لما تفرضه طبيعة مجريات هذه اللعبة من حالات هجومية ودفاعية متكررة طوال فترة المباريات والتي تتخللها أحداث متغيرة وفق تحركات اللاعبين للفرق المتنافسة التي تسعى إلى تحقيق نتيجة إيجابية.

وفي ضوء ما تقدم تتجلى أهمية البحث في تعزيز التمرينات التي تخص الرشاقة وتجديدها كي تكون متناغمة والنواحي الفنية للعبة كرة السلة عبر اختبارات تقيسها وبمواقف مختلفة لفئة الأشبال دون سن (14) سنة وهي المرحلة السنة التي لديها درجة استعداد لتقبل مثل تلك التمرينات والتكيف عليها وصولاً لبقية الفئات العمرية التي تخص الناشئين والشباب.

### 2-1 مشكلة البحث:

الرشاقة متغير بدني مهم في لعبة كرة السلة كونها ترتبط بأهميتها بالنسبة للأداء المهاري مما تحتم على ضرورة استخدام الاختبارات بوصفها مشجعة لتقدير أشكال الأداء الجيد في اللعبة وأن تكون على درجة مناسبة من حيث مستوى الصعوبة.

يرى الباحثون في مشكلة بحثهم أن تكون اختبارات الرشاقة مناسبة للمستويات الخاصة بالمختبرين حتى يتم من خلالها ملاحظة التغير النسبي الذي يحدث عند اللاعبين للتحقق من مدى التقدم نتيجة الممارسة والتدريب، وعليه هناك الكثير من اختبارات الرشاقة بصورة عامة غير إنها تفتقر إلى نماذج الاختبارات الخاصة التي تتوافق وتتناغم مع متغيرين مهمين هما السن والجنس وهنا نقصد لاعبي الأشبال لكرة السلة من جهة، والزمن والمسافة والعوائق لتطبيق الاختبارات من جهة أخرى.

وفي ضوء ما تقدم تأتي أهمية مشكلة البحث في وضع اختبارات للرشاقة تخص فئة الأشبال لتحقيق التنوع في اختلاف الاختبارات لتكون مرجعاً للمدربين يعتمد عليه كواحدة من المحكات التي تقيس مفردات تدريباتهم.

### 1-3 هدفاً للبحث:

- تقنين إجراءات اختبارات الرشاقة المبحوثة بكرة السلة للأشبال.
- وضع المعايير (معيارية المرجع) لنتائج اختبارات الرشاقة بكرة السلة للأشبال.

### 1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: لاعبو المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة العراقية لكرة السلة فئة الأشبال للموسم الرياضي (2014-2015م).

1-4-2 المجال الزمني: المدة من 2015/02/20م إلى 2015/03/22م.

1-4-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية الرياضية لكرة السلة في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة العراقية.

### 2- الدراسات النظرية والمشابهة:

#### 1-2 الدراسات النظرية:

#### 1-1-2 الرشاقة وأهميتها بكرة السلة:

تعد الرشاقة أحد المكونات الأساسية للأداء البدني ومن الصفات البدنية المركبة إذ تتضمن (العديد من الصفات البدنية الأخرى مثل التوازن والدقة والسرعة والقوة والتوافق الحركي) (1: 2007م: ص272)، والرشاقة في أبسط صورها عبارة عن (قدرة الفرد على تغيير أوضاعه المختلفة على الأرض أو في الهواء واتخاذ أوضاع جديدة للنجاح في تحقيق هدف معين، وقد يكون هذا الهدف هو الشكل الجديد للجسم في حد ذاته أو أن يتخذ الجسم وأجزائه المختلفة وضعا لتحقيق أداء مهاري معين مثل التصويب السلمي أو التصويب الساحق من الطيران للاعبين طوال القامة) (2: 1995م: ص159) وتعرف أيضاً بـ (قدرة الفرد على التغيير من وضع إلى آخر بأقصى سرعة وتوافق) (3: 1994م: ص200) وكذلك هي القدرة على (1. التحكم في التوافق الحركي المركب وباقتصادية، 2. سرعة تعلم ودقة الإنجاز الحركي للنشاط الرياضي، 3. سرعة التصرف المناسب مع المتطلبات التي تضمها الظروف المتغيرة) (4: 1999م: ص163)، وعليه الرشاقة (قدرة بدنية حركية خاصة) (4: 1999م: ص164).

يحتاج الفرد الرياضي للرشاقة لمحاولة النجاح في أداء حركة ما تحت ظروف متغيرة ومتباينة وذلك بقدر كبير من الدقة كما في مختلف الألعاب الرياضية ومنها كرة السلة (3: 1994م: ص201) والتي تجعله متميز عن أقرانه من اللاعبين، وفيما يأتي بعض الأمثلة التطبيقية لاستخدامات الرشاقة في لعبة كرة السلة:

- القطع باتجاه السلة للتصويب السلمي بوجود المدافع مما يعمل على تجنبه بتغيير اتجاهه بأقصى سرعة، وكذلك متى ما كان في الهواء بعد الوثب يقوم بتغيير وضع الجسم لتجنب المدافع والتصويب.
- التصويب بالكبس في ظل وجود المدافع أو عدم وجوده (2: 1995م: ص159).
- تحويل التصويب بالقفز بوجود المدافع إلى مناولة للزميل.

- الخداع عبارة عن (حركات مقصودة لإرباك أو تضليل المدافع وبالتالي أرباك أو أفساد توقيته أو توازنه أو سلبه مكانه الدفاعي سواء كان الخداع بدون استخدام الكرة أو باستخدام الكرة) ولاسيما إن الهدف الأساس من ذلك العمل يكون عبر هدف غير معلن للمدافع من قبل المهاجم إذا ما أريد زيادة احتمالية الهجوم.
- أنواع الألعاب الهجومية أ. ألعاب المناولة والقطع، ب. القطع مع تغيير الاتجاه، ج. القطع على شكل حرف V.
- الحجز من خلال التغلب على مناورة التغيير الدفاعي بوساطة المدافع للحصول على فرص لكان داخلي ناتجاً من استبدال في المسؤولية الدفاعية (5: 2003: ص73، 135-137).
- قدرة الدفاع الفردي على منع المهاجم من أداء المهارات الهجومية وتعطيل استمراريتها وفعاليتها سواء بالكرة أو بدونها.
- المساعدة الدفاعية والتغطية، والدفاع ضد الزيادة العددية.
- دفاع الفريق من خلال تحديد فرص التسجيل للمنافس عن طريق تعطيل الهجوم السريع وفاعلية استمرارية الهجوم المنظم (6: 1999م: ص 25، 62).

## 2-1-2 تنمية وتطوير الرشاقة:

هناك ثلاث معايير تحدد الرشاقة (7: 1996م: ص434-435) 1. صعوبة التوافق في الأداء الحركي. 2. دقة الأداء. 3. زمن الاستيعاب أي زمن الأداء، وهناك ثلاثة متغيرات أساسية تتأسس عليها اختبارات الرشاقة في مجال النشاط الرياضي (الزمن والمسافة والموانع أو العوائق) (8: 2001م: ص236).

من أهم الأشياء التي تعمل على تطوير وتنمية الرشاقة خلال التطبيق العملي (قدرة اللاعب على زيادة المهارات الحركية والقدرة على التوافق فيما بينها) (9: 2001م: ص101)، وفي هذا الصدد نضيف أساليب تنمية الرشاقة (10: 2009م: ص205-206): 1. زيادة الرصيد الحركي تحت ظروف تعدد الأداء وتنوعه. 2. التغيير المتعدد في السعة ومواصفات الأداء والظروف البيئية التدريبية وبدء الأداء ونهايته. 3. تقصير زمن الأداء. 4. التنمية المنفردة لمكونات الحركة.

ويضيف عصام عبد الخالق أيضاً بإيجاز كيفية تطور الرشاقة (4: 1999م: ص168) 1. استمرار زيادة حركات جديدة (مهارات-تمارين) في التدريب. 2. ربط الحركات الفردية ببعضها لتكون حركات مركبة. 3. التغيير في شروط الأداء وذلك بتغيير الظروف المحيطة لإيجاد مواقف جديدة. 4. مراعاة أهم أسس التدريب في التدرج بالصعوبة وزيادة الحمل وكذلك العناية بفترات الراحة البيئية لإزالة التعب واسترداد القوى.

وفي ضوء ما تقدم الرشاقة (تدرب الجسم على الاستجابة السريعة والتي تكون تحت السيطرة) (11: 2014م: ص282)، وعليه يجب مراعاة تنظيم التمرينات المتنوعة من قبل المدرب فمثال ذلك استخدام تمرين مركب بسيط يساعد اللاعبين على التركيز نحو الهدف لكن تكراره مرة بعد أخرى يؤدي

إلى إثارة وتركيز أقل مما يدعو ذلك إلى تفكير جديد بتوزيع التمرينات عن طريق التغيير في التركيب والهدف أو كليهما، فضلاً عن ذلك مراعاة التمرينات التنافسية بين اللاعبين فيما بعضهم أو ضد بعضهم البعض لزيادة الحوافز والتركيز طالما يمتلكون مصادر كافية لكي تكون ناجحة (12: 2000م، ص 90، 92).

## 2-2 الدراسات المشابهة:

دراسة فارس سامي يوسف شابا (وآخران) . بناء وتقنين اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً بكرة السلة للشباب (13: 2012م: ع3: مج 24).

- مشكلة البحث: تمحورت مشكلة البحث بسؤال هل يوجد اختبار يقيس القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً ويخص فئة الشباب بكرة السلة .
- هدف البحث: بناء وتقنين اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً بكرة السلة للشباب.
- منهج البحث: استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.
- العينة: لاعبو أندية بغداد لفرق الشباب بأعمار (16 و 17) سنة والبالغ عددها (8) أندية.
- الاستنتاجات: التوصل إلى تقنين اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً لفئة الشباب وكذلك تم تحديد معايير لنتائج اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين.
- التوصيات: اعتماد اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً عند عملية التقويم المستمرة وكذلك اعتماد النتائج من قبل الاتحاد العراقي لكرة السلة بغية أعمامها على الأندية التي تعنى بفئة الشباب وإجراء بحوث ودراسات مشابهة باعتماد المتغيرات البدنية التي لم تبحث.

## 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### 3-1 منهج البحث:

إن طبيعة المشكلة وهدف البحث يحددان منهج البحث الملائم، وعليه فقد تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

### 3-2 مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث بلاعبى المدرسة التخصصية للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد وللموسم الرياضي (2014-2015م) لفئة الأشبال دون (14) سنة والبالغ عددهم (30) لاعباً.

### 3-3 وسائل جمع المعلومات وأدوات البحث:

- المراجع العربية.
- الملاحظة.
- الاختبارات والقياسات.
- استمارة تسجيل وتفرغ نتائج اختبارات الرشاقة الخاصة بالبحث (\*).

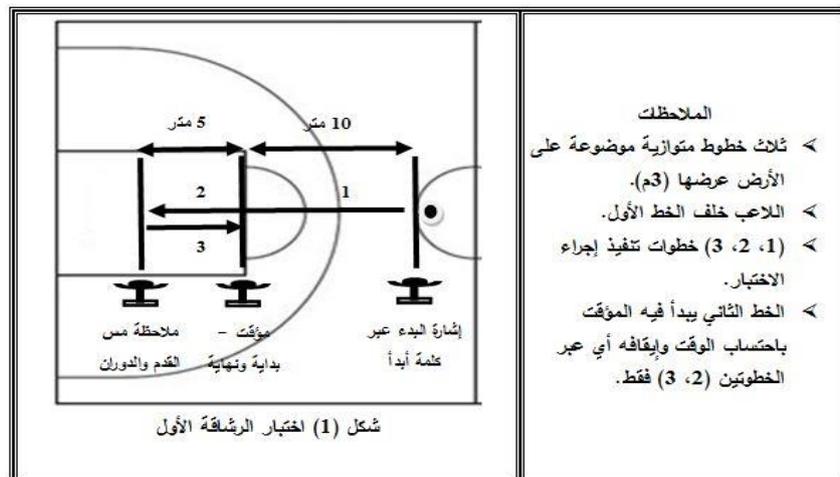
(\* انظر ملحق (1).

- ساعات توقيت إلكترونية رقمية 100/1 من الثانية يدوية عدد (2).
- ملعب لكرة السلة قانوني.
- شريط قياس جلدي (20 م).
- أشرطة لاصقة، وصافرة، وأوراق وأقلام للتسجيل.
- شواخص عدد (4).

### 3-4 اختبارات الرشاقة المبحوثة:

❖ أولاً: اسم الاختبار: اختبار الرشاقة (\*\*).

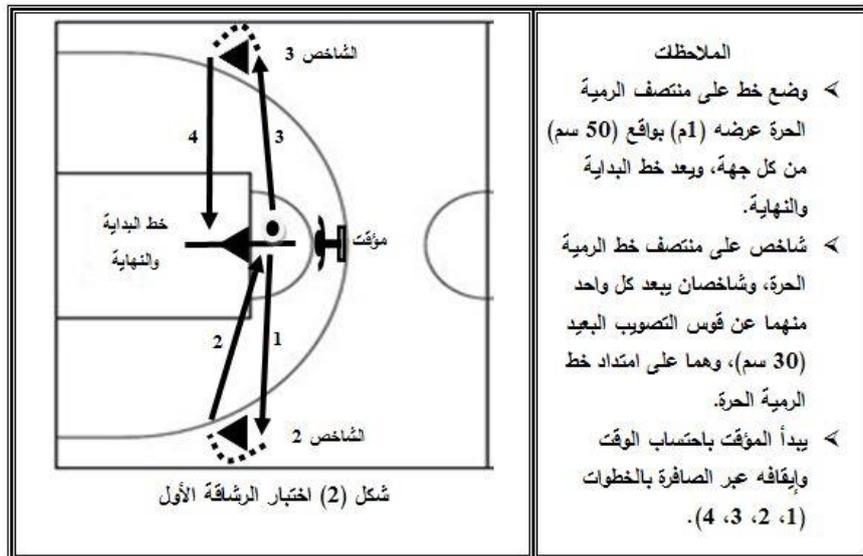
- الغرض من الاختبار: قياس زمن الرشاقة.
- الأدوات المستخدمة: شريط لاصق، شريط قياس جلدي (20) متر، ساعة توقيت إلكترونية، أوراق وأقلام للتسجيل.
- إجراءات الاختبار: انظر الشكل (1): عبر الشريط اللاصق نعمل ثلاث خطوط متوازية بعرض (3) متر، ويبعد الخط الأول عن الخط الثاني (10) متر ويبعد الخط الثاني عن الخط الثالث (5) متر.
- وصف الأداء: يقف اللاعب خلف الخط الأول وعند سماع إشارة البدء عبر كلمة أبدأ يقوم بالركض السريع ماراً بالخط الثاني لحين مس الخط الثالث والدوران لمس الخط الثاني، ويتم ذلك عبر خطوات تنفيذ الاختبار (1، 2، 3) بالشكل (1).
- شروط الاختبار:
  - ✓ تنفيذ خطوات الاختبار بسرعة.
  - ✓ مس الخط الثالث بالقدم والدوران لحين مس الخط الثاني.
  - ✓ يعد الخط الثاني مرحلة بدء التوقيت وإيقافه عبر الخطوتين (2، 3) فقط.
  - ✓ ممكن إعادة الاختبار عند حدوث خطأ في تنفيذ الاختبار.
  - ✓ محاولة واحدة ناجحة فقط.



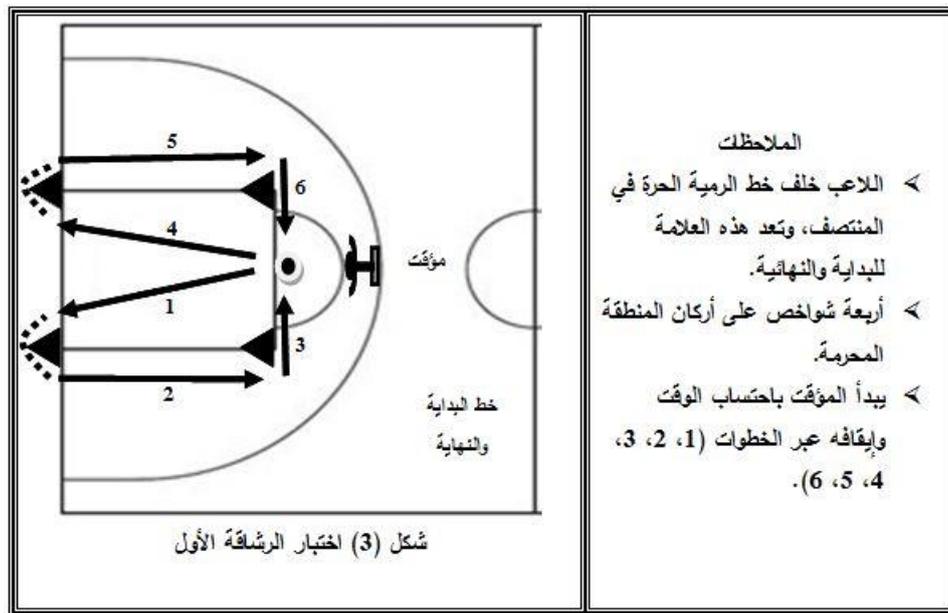
(\*\*) طبق على لاعبي كرة القدم علماً عدم وجود المعايير له ([www.youtube.com/T4\\_soccer-505](http://www.youtube.com/T4_soccer-505) Agility Test)، وتم

تقنيته ضمن موضوع البحث على فئة الأشبال بكرة السلة.

- إدارة الاختبار:
  - ✓ منادٍ: إعطاء إشارة البدء عبر كلمة أبدأ.
  - ✓ مؤقت: البدء بالتوقيت وإيقافه عبر الخطوتين (2، 3) فقط.
  - ✓ مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء وملاحظة مس القدم للخط الثالث والدوران مع تسجيل وقت الاختبار.
- حساب الدرجة: يسجل للاعب الزمن الذي يستغرقه في تنفيذ الاختبار بالخطوتين (2، 3) فقط.
- ❖ (ثانياً): اسم الاختبار: اختبار الرشاقة.
- الغرض من الاختبار: قياس زمن الرشاقة.
- الأدوات المستخدمة: شريط لاصق، شريط قياس جلدي (20) متر، شواخص عدد (3)، ساعة توقيت الكترونية، صافرة، أوراق وأقلام للتسجيل.
- إجراءات الاختبار: انظر الشكل (2): نصف ملعب قانوني، وضع خط يتقاطع مع منتصف خط الرمية الحرة طوله (1) متر وبواقع (50) سم من كل جهة يمثل البداية والنهاية، ووضع ثلاث شواخص الأول على منتصف خط الرمية الحرة والثاني والثالث خارج قوس التصويب البعيد من الجانبين امتداد خط الرمية الحرة وعلى بعد (30) سم.
- وصف الأداء: يقف اللاعب خلف خط البداية، وعند سماع إشارة البدء عبر الصافرة يقوم بالركض السريع باتجاه الشاخص الثاني والدوران حوله والاستمرار بالركض باتجاه الشاخص الأول من أمامه وصولاً للشاخص الثالث والدوران حوله وصولاً للشاخص الأول من خلفه والتوقف عبر الصافرة، ويتم ذلك عبر خطوات تنفيذ الاختبار (1، 2، 3، 4) بالشكل (2).
- شروط الاختبار:
  - ✓ تنفيذ خطوات الاختبار بسرعة.
  - ✓ ممكن إعادة الاختبار عند حدوث خطأ في تنفيذ الاختبار.
  - ✓ محاولة واحدة ناجحة فقط.



- إدارة الاختبار:
- ✓ مؤقت: أعطاء إشارة البدء والنهائية عبر الصافرة مع التوقيت للخطوات (1، 2، 3، 4).
- ✓ مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء وملاحظة الأداء مع تسجيل وقت الاختبار.
- حساب الدرجة: يسجل للاعب الزمن الذي يستغرقه في تنفيذ الاختبار بخطواته الأربعة باعتماد صافرة البدء والنهائية.
- ❖ (ثالثاً): اسم الاختبار: اختبار الرشاقة.
- الغرض من الاختبار: قياس زمن الرشاقة.
- الأدوات المستخدمة: شريط لاصق، شريط قياس جلدي (20م)، شواخص عدد (4)، ساعة توقيت الكترونية، صافرة، أوراق وأقلام للتسجيل.
- إجراءات الاختبار: انظر الشكل (3): نصف ملعب قانوني، أربعة شواخص موزعة على أركان المنطقة المحرمة.
- وصف الأداء: يقف اللاعب خلف خط الرمية الحرة في المنتصف، وعند سماع إشارة البدء عبر الصافرة يقوم بالركض السريع باتجاه الشاخص على خط القاعدة يساره والدوران حوله والاستمرار بالركض خارج الشاخص الذي أمامه والرجوع لنقطة البدء للقيام بالعمل نفسه مع جانبه الأيمن لحين وصوله لنقطة النهاية والتوقف عبر الصافرة، ويتم ذلك عبر خطوات تنفيذ الاختبار (1، 2، 3، 4، 5، 6) بالشكل (3).
- شروط الاختبار:
- ✓ تنفيذ خطوات الاختبار بسرعة.
- ✓ ممكن إعادة الاختبار عند حدوث خطأ في تنفيذ الاختبار.
- ✓ محاولة واحدة ناجحة فقط.



• إدارة الاختبار:

- ✓ مؤقت: أعطاء إشارة البدء والنهائية عبر الصافرة مع التوقيت للخطوات (1، 2، 3، 4، 5، 6).
- ✓ مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء وملاحظة الأداء مع تسجيل وقت الاختبار.
- حساب الدرجة: يسجل للاعب الزمن الذي يستغرقه في تنفيذ الاختبار بخطواته الستة باعتماد صافرة البدء والنهائية.

**3-5 التجربة الاستطلاعية:**

تم تطبيق اختبارات الرشاقة بتاريخ 20-02-2015م على عينة مكونة من (5) لاعبين من المدرسة نفسها لغرض التعرف إلى: المعوقات والصعوبات، كفاية فريق العمل (\*) من حيث تنفيذ إجراءات الاختبارات وطريقة التسجيل، مدى تفهم اللاعبين للاختبارات والوقت المستغرق للتنفيذ، وفي ضوء ذلك تم ضبط النقاط السابقة وصحتها عند إجراء الاختبارات.

**3-6 الشروط العلمية للاختبارات:**

تم تطبيق الاختبارات المبحوثة على (30) لاعباً ممن هم من فئة الأشبال والذين يمثلون المدرسة التخصصية في بغداد بتاريخ 27/02/2015م.

**3-6-1 الصدق:**

إن أحد مقومات الصدق هو (قابلية الاختبار على التمييز بين القابليات المختلفة) (14): 1981م: ص142) إذ تم حسابه باستخدام اختبار (ت) الإحصائي للعينات المتساوية غير المرتبطة، وعليه رتبت درجات كل اختبار ترتيباً تصاعدياً من أقل درجة إلى أعلى درجة لاختبار (27 %) من الدرجات العليا ومثلها من الدرجات الدنيا وإن (الـ 27 %) من المجموعة العليا والـ (27 %) من المجموعة الدنيا هي أفضل نسبة نحصل بواسطتها على أعلى معاملات تمييز (15): 1999م: ص140) وبعد معالجة النتائج إحصائياً تبين إن جميع الاختبارات المستخدمة في البحث صادقة لكون قيم (sig) أصغر من مستوى الخطأ (0.05)، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

الصدق التمييزي للمجموعتين العليا والدنيا لنتائج اختبارات الرشاقة (ن=8، درجة الحرية=14)

اختبارات الرشاقة	وحدة القياس	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحسوبة	Sig *	الدلالة
		س-	س±	س-	س±			
الأول	ثانية	3.45	0.53	3.91	0.55	17.19	0.00	معنوي
الثاني	ثانية	7.61	0.36	8.43	0.28	5.09	0.00	معنوي
الثالث	ثانية	9.90	0.52	10.56	0.29	6.28	0.00	معنوي

\* معنوي عندما يكون أصغر من (0.05).

(\*) مدربي المدرسة التخصصية أنظر ملحق (2).

### 3-6-2 الثبات:

يقصد بثبات الاختبار (مدى الدقة أو الإتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من أجلها) (1: 2007م: ص75)، وعليه هناك ثلاث طرائق للتأكد من درجة ثبات الاختبار ومنها طريقة الأنصاف المنشقة (**split-halves**) لكونها تهتم بإعطاء محاولة واحدة لتطبيق الاختبار، وبعد معاملة النتائج إحصائياً تبين أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجات ثبات وكما مبين في الجدول (2).

#### جدول (2)

الثبات لنتائج اختبارات الرشاقة (ن=30، درجة الحرية=28)

اختبارات الرشاقة	وحدة القياس	معامل الثبات (قيمة ر المحسوبة)	(قيمة ر الجدولية)	الدلالة
الأول	ثانية	0.92	0.361	معنوي
الثاني	ثانية	0.71	0.361	معنوي
الثالث	ثانية	0.88	0.361	معنوي

### 3-6-3 الموضوعية:

تعني (مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، وحساب الدرجات) (16: 1988م: ص379)، وعليه تعد الاختبارات ذات موضوعية كونها سهلة القياس فضلاً عن تعليماتها واضحة وكفافية فرق العمل بطريقة التسجيل.

### 3-7 التجربة الرئيسية:

تم اعتماد عدد اللاعبين الكلي في الشروط العلمية بعد التأكد منها، ومن ثم تم توليد البيانات على أساس الوسط الحسابي والانحراف المعياري، إذ تم توليد البيانات لـ (100) لاعب كون مجتمع البحث يمثل المدرسة التخصصية وأفضل ما موجود في بغداد من أندية تعنى بفتة الأشبال.

### 3-8 التحقق من صلاحية الاختبارات المبحوثة:

#### 3-8-1 القدرة التمييزية:

بعد جمع وتفرغ البيانات الخاصة باختبارات الرشاقة تم ترتيب الدرجات الخام الخاصة بكل اختبار ترتيباً تصاعدياً من أقل درجة إلى أعلى درجة، وإذ اختير منها (27%) من الدرجات العليا ومثلها من الدرجات الدنيا وذلك لبيان قدرة الاختبارات المختارة على التمييز بين لاعبي عينة البحث لأن (قدرة الاختبارات المرشحة على التفريق بين المجموعات المميزة في ظاهرة مقاسه والمجموعات غير المميزة فيها من المعايير التي لا بدّ وأن تراعى عند عملية انتقاء الاختبارات ذات الصلاحية العالية في الاستخدام، وهي من مؤشرات تقنينها) نقلاً عن عمار دروش رشيد أمين (1999م) (17: 2000م: ص64) وعلى وفق ذلك تم استخدام اختبار (ت) الإحصائي للعينات المتساوية غير المرتبطة على مجتمع البحث البالغ (100) لاعب، وبعد معالجة النتائج إحصائياً تبين إن جميع الاختبارات المستخدمة في البحث ذات قدرة

المؤتمر العلمي الدولي الثاني لعلوم الرياضة/جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ المجلد الأول - العدد 2  
تميزية بين المجموعتين العليا والدنيا لكون قيم (sig) أصغر من مستوى الخطأ (0.05)، والجدول (3) يبين ذلك.

### الجدول (3)

القوة التفريقية للمجموعتين العليا والدنيا لنتائج اختبارات الرشاقة (ن=27، درجة الحرية=52)

الدلالة	* Sig	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		وحدة القياس	اختبارات الرشاقة
			±ع	س <sup>-</sup>	±ع	س <sup>-</sup>		
معنوي	0.00	17.71	0.94	3.90	0.11	3.40	ثانية	الأول
معنوي	0.00	19.17	0.14	8.51	0.21	7.48	ثانية	الثاني
معنوي	0.00	15.36	0.11	10.47	0.21	9.78	ثانية	الثالث

\* معنوي عندما يكون أصغر من (0.05).

### 3-8-2 التوزيع الأعتدالي (التجانس):

لغرض التحقق من أن نتائج اللاعبين تتوزع اعتدالياً على وفق كل اختبار من الاختبارات المبحوثة تم استخدام قانون معامل الالتواء كمؤشر لبيان ذلك، وإذ دلّ على إن جميع الاختبارات تحقق المنحنى الأعتدالي لكون النتائج لم تكن ملتوية بدرجة كبيرة وإنما أقرب للتوزيع للطبيعي لأن (الالتواء في المنحنى المعتدل يمتد بين  $3 \pm$ ) (18: 1999م: ص38) والجدول (4) يبين ذلك.

### الجدول (4)

معامل الالتواء كمؤشر لتوزيع وانتشار النتائج (التجانس) في اختبارات الرشاقة لفئة الأشبال بكرة السلة

اختبارات الرشاقة	وحدة القياس	س <sup>-</sup>	م	±ع	معامل الالتواء *
الأول	ثانية	3.66	3.72	0.20	- 0.22
الثاني	ثانية	8.05	7.80	0.38	- 0.23
الثالث	ثانية	10.16	10.13	0.29	- 0.67

\* يكون الالتواء طبيعي (التجانس) عندما يكون قيمه تتحصر بين  $3 \pm$ . (ن=100).

### 3-9 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- المعادلة الإحصائية لتقدير معامل الارتباط للعدد الكلي سبيرمان - براون معامل الالتواء.
- اختبار (ت) الإحصائي للعينات غير المترابطة والمتساوية بالعدد.
- الدرجة المعيارية المعدلة (طريقة التتابع) (19: 1989م: ص36).

4- عرض نتائج المعايير الخاصة باختبارات الرشاقة لفئة الأشبال بكرة السلة:

بعد إجراء تطبيق اختبارات الرشاقة بكرة السلة على فئة البحث تم الحصول على النتائج التي جاءت بدرجات خام وهي (النتيجة الأصلية المشتقة من تطبيق الاختبارات أو أي أداة قياس أخرى قبل أن تعالج إحصائياً) (20: 1999م: ص40) وان (وجه الصعوبة يكمن في تفسير هذه الدرجات وإعطائها معنى له دلالة) (16: 1988م: ص193)، والدرجة المعيارية (Standard Score) (وسيلة لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام، ويمكن تفسير هذه الدرجات وتقويم نتائجها) (16: 1988م: ص194)، ومن هذه الوسائل الدرجة المعيارية المعدلة بطريقة التتابع كواحدة من الوسائل القياسية لتقييم الأرقام المسجلة من اللاعبين (16: 1988م: ص36)، وان قيم هذه الدرجات تمتد من (100- صفر)، وهنا لا بد من الانتباه إلى إن الدرجات ترتفع كلما يقل مستوى هذه الدرجات عن وسطها الحسابي لأن وحدة القياس في الاختبارات تم قياسها بالزمن، والجدول (5) يبين ذلك.

إن المعايير هي (أحد الأهداف الأساسية التي ترمي إليها عملية تقنين الاختبارات) (20: 1999م: ص40)، والاختبارات الجيدة تتضمن (معايير أو مستويات إذ تشمل هذه المعايير القيم المعيارية الموازنة للقيم الخام المستخلصة من الاختبارات) (21: 1999م: ص93)، وتقنين الاختبار ووجود معايير ثابتة يعدان (من العناصر الأساسية والمكاملة للعملية التقويمية وذلك للوصول إلى نتائج موضوعية يؤخذ بها) (22: 2010م: ص79)، وتعد المعايير التي تم التوصل إليها معيارية المرجح لكونها لأول مرة، وتمتاز الاختبارات التي لها معيار مرجعي بأنها (تعد من أكثر الأنواع انتشاراً في المجال الرياضي) (23: 1994م: ص69).

جدول (5)

يبين الدرجات الخام والمعيارية المعدلة بطريقة التتابع لنتائج اختبارات الرشاقة بكرة السلة للأشبال

الدرجات الخام لاختبارات الرشاقة والمقابلة للدرجات المعيارية المعدلة بطريقة التتابع (وحدة القياس = الثانية وأجزاؤها)							
طريقة التتابع	(1)	(2)	(3)	طريقة التتابع	(1)	(2)	(3)
100	2.66	6.150	8.710	74	3.18	7.138	9.464
99	2.68	6.188	8.739	73	3.2	7.176	9.493
98	2.7	6.226	8.768	72	3.22	7.214	9.522
97	2.72	6.264	8.797	71	3.24	7.252	9.551
96	2.74	6.302	8.826	70	3.26	7.290	9.580
95	2.76	6.340	8.855	69	3.28	7.328	9.609
94	2.78	6.378	8.884	68	3.3	7.366	9.638
93	2.8	6.416	8.913	67	3.32	7.404	9.667
92	2.82	6.454	8.942	66	3.34	7.442	9.696
91	2.84	6.492	8.971	65	أكبر قيمة 3.36	7.480	9.725
90	2.86	6.530	9.000	64	3.38	7.518	9.754

9.783	7.556	3.4	63	9.029	6.568	2.88	89
أكبر قيمة 9.812	7.594	3.42	62	9.058	6.606	2.9	88
9.841	7.632	3.44	61	9.087	6.644	2.92	87
9.870	7.670	3.46	60	9.116	6.682	2.94	86
9.899	7.708	3.48	59	9.145	6.720	2.96	85
9.928	7.746	3.5	58	9.174	6.758	2.98	84
9.957	7.784	3.52	57	9.203	6.796	3	83
9.986	7.822	3.54	56	9.232	6.834	3.02	82
10.015	7.860	3.56	55	9.261	6.872	3.04	81
10.044	7.898	3.58	54	9.290	6.910	3.06	80
10.073	7.936	3.6	53	9.319	6.948	3.08	79
10.102	7.974	3.62	52	9.348	6.986	3.1	78
10.131	8.012	3.64	51	9.377	7.024	3.12	77
10.160	8.050	3.66	50	9.406	7.062 أكبر قيمة	3.14	76
10.189	8.088	3.68	49	9.435	7.100	3.16	75
10.914	9.038	4.18	24	10.218	8.126	3.7	48
10.943	9.076	4.2	23	10.247	8.164	3.72	47
10.972	9.114	4.22	22	10.276	8.202	3.74	46
11.001	9.152	4.24	21	10.305	8.240	3.76	45
11.030	9.190	4.26	20	10.334	8.278	3.78	44
11.059	9.228	4.28	19	10.363	8.316	3.8	43
11.088	9.266	4.3	18	10.392	8.354	3.82	42
11.117	9.304	4.32	17	10.421	8.392	3.84	41
11.146	9.342	4.34	16	10.450	8.430	3.86	40
11.175	9.380	4.36	15	10.479	8.468	3.88	39
11.204	9.418	4.38	14	10.508	8.506	3.9	38
11.233	9.456	4.4	13	10.537	8.544	3.92	37
11.262	9.494	4.42	12	10.566	8.582	3.94	36
11.291	9.532	4.44	11	10.595	8.620	3.96	35
11.320	9.570	4.46	10	10.624	8.658	3.98	34
11.349	9.608	4.48	09	10.653	8.696	4	33
11.378	9.646	4.5	08	10.682	8.734	4.02	32

11.407	9.684	4.52	07	10.711	8.772	4.04	31
11.436	9.722	4.54	06	10.740	8.810	4.06	30
11.465	9.760	4.56	05	10.769	8.848	4.08	29
11.494	9.798	4.58	04	10.798	8.886	4.1	28
11.523	9.836	4.6	03	10.827	8.924	4.12	27
11.552	9.874	4.62	02	10.856	8.962	4.14	26
11.581	9.912	4.64	01	10.885	9.000	4.16	25

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

### 5-1 الاستنتاجات:

- إن اختبارات الرشاقة تم تطبيقها لأول مرة في البيئة العراقية مما يؤهلها إلى جانب بقية الاختبارات لاختيار لاعبي منتخب العراق لفئة الأشبال في الاتحاد العراقي لكرة السلة.
- تم تحديد المعايير (معيارية المرجع) لتكون فيما بعد محكاً لاختبارات الرشاقة يستفاد منه في التقويم أو المقارنة لفئة الأشبال بكرة السلة.

### 5-2 التوصيات:

- اعتماد اختبارات الرشاقة عند عملية التقويم المستمرة.
- استخدام المعايير المعنية بالبحث بوصفها معيارية المرجع عند عملية الانتقاء.
- إجراء البحوث والدراسات المشابهة باعتماد المتغيرات البدنية التي لم تبحث.

## المراجع

- عماد الدين عباس . التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية (نظريات-تطبيقات) . ط2، الإسكندرية: منشأة المعارف، 2007م.
- علي فهمي البيك و شعبان إبراهيم محمد . تخطيط التدريب في كرة السلة . الإسكندرية: منشأة المعارف، 1995م.
- محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي . ط13، القاهرة: دار المعارف، 1994م.
- عصام عبد الخالق . التدريب الرياضي (نظريات-تطبيقات) . ط9، الإسكندرية: دار المعارف، 1999م.
- محمد عبد الرحيم إسماعيل . الأساسيات المهارية والخطية الهجومية في كرة السلة . ط2، الإسكندرية: منشأة المعارف، 2003م.
- محمد عبد الرحيم إسماعيل . الدفاع في كرة السلة (أساسيات حركية-استراتيجيات دفاعية-تدريبات). الإسكندرية: مطبعة الانتصار، 1999م.

- أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك . القياس في المجال الرياضي . ط4، مدينة نصر: دار الكتاب الحديث، 1996م.
- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان . اختبارات الأداء الحركي . القاهرة: دار الفكر العربي، 2001م.
- كمال جميل الرضي . التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين . ط1، عمان: (ب م)، 2001م
- مفتي إبراهيم . التدريب الرياضي-التطبيقات العملية . القاهرة: دار الكتاب الحديث، 2009م.
- سلوان صالح جاسم . الإعداد البدني لكرة السلة . ط1، بغداد: الذاكرة للنشر والتوزيع، 2014م.
- الاتحاد الدولي لكرة السلة . كرة السلة للاعبين الشباب-توجيهات للمدربين . 2000م.
- فارس سامي يوسف (وآخران) . بناء وتقنين اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين عمودياً بكرة السلة للشباب . مجلة علوم التربية الرياضية-بغداد، مج 24، ع3، 2012م.
- نزار الطالب ومحمود السامرائي . مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية . جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1981م.
- مروان عبد المجيد إبراهيم . الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية . ط1، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1999م.
- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان . القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي، 1988م.
- فارس سامي يوسف شابا . تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة في العراق . رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000م.
- مصطفى حسين باهي . المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (الثبات-الصدق- الموضوعية- المعايير) . ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999م.
- قاسم حسن المندلوي وآخرون . الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية . بغداد: بيت الحكمة، 1989م.
- محمد صبحي حسانين . القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة . ج1، ط4، القاهرة: دار الفكر العربي، 1999م.
- محمد محمود عبد الدايم و محمد صبحي حسانين . الحديث في كرة السلة-الأسس العلمية والتطبيقية . ط2، القاهرة: دار الفكر العربي، 1999م.
- محمد جاسم الياسري . الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية . ط1، جامعة بابل: مطبوعه دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010م.
- كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان . مقدمة التقويم في التربية الرياضية . ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1994م.

الملاحق

الملحق (1)

استمارة تسجيل وتفريغ البيانات لاختبارات الرشاقة لفئة الأشبال بكرة السلة

✓ المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لكرة السلة.

✓ اسم المدرب ..... عدد اللاعبين ( ) .

ت	اختبارات الرشاقة (الزمن)		
	اسم الاختبار	الأول	الثاني
1	اسم اللاعب	الثالث	
2			
3			
4			
5			

الملحق (2)

أسماء فريق العمل

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	لؤي رفعت	أ.م.د.	تدريب-كرة السلة-مدرب بالمدرسة التخصصية	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	شيرزاد محمد	م.د.	تدريب-كرة السلة-مدرب بالمدرسة التخصصية	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	علي أحمد	م.د.	فلسجة التدريب-السباحة- مدرب بالمدرسة التخصصية	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة